فعالية برنامج تدريبى قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً فى خفض العبء المعرفى لدى طالبات الجامعة نشوة عبدالمنعم عبدالله ً

المستخلص:

استهدفِ البحث التحقق من فعالية برنامج قائم على استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً لخفض العبء المعرفي لـدي طالبـات الجامعـة, وتكـونت عينة البحث من (40) طالبة من طالبات الفرقة الثانية علم نفس تربوي بكلية البنات – حامعة عين شـمس ؛ يمتوسـط عمـري (18.9), تـم تقسـيمهن إلـي محموعـتين؛ (20) طالبة للمحموعـة التحريسـة؛و(20) طالبة للمحموعـة الضابطة, وتمثلت أدوات البحث في مقياس العبء المعرفي(إعداد الباحثــة), ومقباس التعلم المنظـم ذاتــاً (ترحمـة الباحثـة), والبرنامـج التـدريبي(إعـداد الباحثــة), وتوصــلت نتائــج البحــث إلــي وجــود فــروق دالــة احصــائياً فــي استراتيجيات التعلم المنظم ذاتيا عند مستوى(0.01) لدى أفـراد المجموعــة التجريبية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعـدي, وجـود فـروق دالة احصائياً في استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً بين المجموعتين التجريبيـة والضابطة عند مستوى(0.01)في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية, وجود فروق دالة احصائياً في العبء المعرفي عند مستوى(0.01) بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القيـاس البعـدي لصـالح المجموعـة التجريبيــة,وجــود فــر وق دالــة إحصـائياً فــي العبءالمعر فــي عنــد مســتوي(0.01)لدى أفراد المجموعة التجريبية بين القياسـين القبلـي والبعـدي لصـالح القياس البعدي, عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي على كل من استراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً والعبء المعرفي . الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التعلـم المنظـم ذاتيـا – العبـء المعرفـي – طالبـات الحامعة.

^{ً &}lt;sub>مدرس علم ال</sub>المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد 105- المجلد أالتاسع _{020men.asu.ed} والعشرون- أكتوبر 2019 7

فعالية برنامج تدريبي قائ<mark>م علي استرتيجيات التعلم المنظـم ذاتيــاً</mark> في خفض العبء المعرفي

Effectivness Of Training Program Based on Self-Regulated Learning .Strategies to Reduce Cognitive Load in Females University Students

Dr / Nashwa Abdelmonem Abdallah Lecturer of Educational Psychology Faculty of Women-Ain shams University

Research aimed ate examining effectiveness of training program based on self -regulated learning Strategies to reduce Cognitive Load.Sample consisted of (40) Female university students of the second year, Dep. of educational psychology, (mean age=18,9), were divided into two groups.(20) for Experimental group and(20) for Control group. Tools, were Cognitive Load scale, Training program (designed by researcher), self-regulated learning scale(translated by researcher). Results indicated that There were statistical significant differences(0.01)in selfregulated learning Strategies in Experimental group between pre-test posttest due to training program in favor of post-test. There were statistical significant differences(0.01)in self-regulated learning Strategies in post-test between Experimental group and Control group in favor of Experimental group. There were statisticall significant differences (0.01) in Cognitive Load in Experimental group between pre-test, post-test in favor of posttest. There were statistical significant differences (0.01) in Cognitive Load in post-a test between Experimental group and Control group in favor of Experimental group. There were no statistical differences in self-regulated learning Strategies& Cognitive Load in post-test, Follow-up test

.Key Words: self-regulated learning Strategies - Cognitive Load-Female university students.