



كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم
إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=====

تصميم حقيبة تدريبية وقياس فاعليتها في تنمية التربية الذاتية للفتاة

(بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ إلى ٢١ سنة)

إعداد

الباحثة/ هيلة بنت بديع بن مسفر الجوفان

أستاذ مساعد- قسم أصول تربية- جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض

﴿ المجلد الثامن والثلاثون- العدد السادس- جزء ثاني - يونيو ٢٠٢٢ م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

الملخص باللغة العربية

هدفت الدراسة إلى تصميم حقيبة تدريبية في تنمية تربية الفتاة لذاتها بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ - ٢١ سنة، ومن ثم الكشف عن أثر الحقيبة التدريبية، من خلال تطبيقها في دورة تدريبية على عينة من الفتيات.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوثائقي في تصميم الحقيبة التدريبية، والمنهج شبه التجريبي لقياس فاعليتها على مجموعة من الفتيات، بلغ عددهن (٢٩) فتاة، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أبرزها ما يلي:

- تصميم حقيبة تدريبية لتنمية التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢-٢١ سنة، تكونت من ثلاث محاور، هي: المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية - التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها - أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.
- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي، مما يدل على فاعلية الحقيبة التدريبية في تنمية التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢-٢١ سنة؛ حيث جاء محور التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها في المرتبة الأولى، ثم محور أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة في المرتبة الثانية، ثم المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية في المرتبة الثالثة.

الكلمات المفتاحية: الحقيبة التدريبية - التربية الذاتية - مرحلة المراهقة.

Abstract

The study aimed to design a training bag in the development of girls' self-education at adolescence between the ages of 12 and 21, and then to detect the impact of the training bag, by applying it in a training course to a sample of girls.

The researcher used the documentary curriculum in designing the training bag, and the semi-experimental approach to measuring its effectiveness on a group of girls, numbering 29 girls, and the study reached a set of results, the most prominent of which were:

- A training bag for the development of self-education for teenage girls between the ages of 12 and 21, which was made up of three axes: adolescence in girls and self-education – developmental changes for teenage girls and ways of dealing with them – the foundations of the building of the personality of adolescence and the problems of adolescence.
- There are statistically significant differences between the average responses of girls in (Before & after) test, indicating the effectiveness of the training bag in the development of self-education of adolescent girls between the ages of 12 and 21, where the axis of developmental changes for teenage girls and ways of dealing with them came first, then the foundations of the building of the personality of adolescence and the problems of adolescence. in the second place, and then the adolescence in girls and self-education in third place.

Keywords: Training bag – self-education – adolescence.

المقدمة:

مرحلة المراهقة مرحلة تحول في حياة الإنسان من مسؤولية الغير عن الذات إلى مسؤولية النفس والذات، يقول الزغبى (٢٠١٣م، ص ١٥) في ذلك: "تعتبر المراهقة مرحلة انتقال من طفل يعتمد على الآخرين إلى شخص يحاول الاستقلال بذاته ويعتمد على نفسه مكونا شخصيته المستقلة وصولا به إلى سن الرشد وسن الكمال".

ويبنه كل من عبد الكريم وخطاطبة والسكري والعلم (٢٠١٩م) إلى أن مرحلة المراهق تعني التدرج نحو النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي، لكنها لا تعنى اكتمال النضج، لأن الفرد في هذه المرحلة يبدأ النضج ولكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عدة قد تصل إلى ١٠ سنوات.

لذا يحتاج المراهقة في هذه المرحلة إلى تعليم وتدريب على الانتقال السلس من مسؤولية الغير عن نفسه إلى مسؤوليته عن ذاته، وتتضح في سن المراهقة الخصائص والفروق الجنسية بين الذكر والأنثى بشكل واضح، مما يتطلب تعامل مختلف مع الذكر والأنثى في هذه المرحلة.

وقد أوصت دراسة هند عبد الغفار (٢٠٢٠م) بالاهتمام باحتياجات الفتيات المختلفة في مرحلة المراهقة من خلال التوسع في الاستراتيجيات الحديثة.

وقد شهد التعليم في المجتمعات الحديثة تغيرات عدة، فالتعليم اليوم يركز على استقلال الطلاب، وتطوير عنصر الإبداع فيهم، القدرة على التكيف السريع (Natalie, Zhanna, Julia, 2019).

وأصبحت برامج التدريب من الأساليب المساندة في بناء الذات وتطوير المعارف والمعلومات وتنمية المهارات، وقد اثبتت الدراسات فاعلية برامج التدريب في تنمية قدرات الفتاة ومهاراتها كدراسة لبنى حامد ونادية خليل وإيمان الصافوري (٢٠٢٠م).

وهناك علاقة قوية بين عملية التدريب وعملية التعليم؛ فالتدريب يحتوي ويظم التعليم، بالإضافة إلى مجموعة كاملة من المهارات والخبرات المساندة، التي تدعم إنتاج واستثمار المادة العلمية، لتتحول إلى خبرات ميدانية، قابلة للتنفيذ والإنتاج، فالمدرّب يقوم بدور المعلم بالإضافة إلى مهارات أخرى؛ حيث تعد المادة العلمية عند المدرّب جزء من المضامين المستعملة في عملية التدريب، ولا يخلو التدريب من محتوى علمي هو المحور الذي تدور حوله أدوات التدريب. (رضوان، ٢٠١٣م).

وتعد الحقائق التدريبية أحد الأساليب الحديثة لتفريد التعليم، وتشكل نظاما متكاملًا، يضم: أهداف محدد وأنشطة وخبرات تدريبية متنوعة وتكوين وتغذية راجعة. (عامر والمصري، ٢٠١٩م)

وفي ظل الانفجار المعرفي والتقدم التكنولوجي، ظهرت الحاجة إلى طرح عدد من المفاهيم المهمة كالتربية الدولية والتربية الذاتية (حسان وعسكر ومجاهد، ٢٠١٧م) ويشير مجاهد وزين (١٩٩٩م) إلى أن (التربية الذاتية) أعم وأشمل من (التعلم الذاتي)؛ حيث يقتصر (التعلم الذاتي) على البحث عن المعرفة وتوظيفها، في حين (التربية الذاتية) تتسع لتشمل الجوانب الأخلاقية والسلوكية والخبرات الحياتية الأخرى.

ويمكن القول جزء من التربية الذاتية تعلم ذاتي، وبينهما علاقة تكاملية، فلا بد في (التربية الذاتية) من (التعلم الذاتي)، فمن أهم عناصر التربية الذاتية (التعلم الذاتي)، الذي يعد مكون مهم تتطلق من خلاله (التربية الذاتية) في صياغة الذات وبناء الشخصية.

وقد جاء من بين نتائج دراسة ربا النجار (٢٠٠٩م) أهمية التربية الذاتية في بناء الشخصية وتوجيهها وأصلحها، الذي بدوره يعكس على المجتمع فيتجه نحو الإصلاح والبناء.

مشكلة البحث:

يمثل الشباب السعودي في الفئة العمرية (١٥-٣٤ سنة) النسبة الأعلى بين السكان السعوديين، الذين يعتبرون ثروة وطنية بالمملكة العربية السعودية بنسبة بلغت (٣٦.٧%) من إجمالي عدد السكان، نسبت الإناث منها (٤٩%). (مركز التحليل الإحصائي ودعم القرار، ٢٠٢٠م)، وقد بلغ عدد الإناث في الفئة العمرية (١٠-١٩ سنة) (٢,٤٧٤,٨٥٤) نسمة (الهيئة العامة للإحصاء، ٢٠٢٠م).

وهي ثروة وطنية تحتاج إلى استثمار، كما أنها قوة بشرية في بناء المستقبل، ومما يجدر التنبيه عليه أن في مرحلة المراهقة عند الفتاة تبرز تحديات كثيرة تتطلب بناء خاص في المعرفة والمهارات، يبرز في مقدمتها التربية الذاتية التي أصبحت في عصرنا الحاضر ضرورة تربوية.

وقد أثبتت الأبحاث أهمية مرحلة المراهقة في تطوير الذات والتطور الموجه نحو الآخرين الذي يكمن وراءه العديد من المهارات الحيوية، ليصبح المراهق عضوا مساهما في مجتمعه مع علاقات صحية، وبالنسبة للعلاقة بين التفكير في الذاتي والتفكير الموجه نحو الآخرين فإن الأدلة الحديثة من علم الأعصاب الاجتماعي تشير إلى أن التفكير في الذات والآخرين يعتمد على شبكة مشتركة من مناطق الدماغ الاجتماعي العاطفية، فهي عمليات متشابكة تعتمد على شبكة عصبية متداخلة. (Eveline and Andrew، ٢٠٢٠م)

وقد أوصت دراسة ربا النجار (٢٠٠٩م) بضرورة اهتمام التربويين بتوجيه النشء نحو التربية الذاتية، وإرشادهم إلى وسائلها الفاعلة.

ويشير مجاهد وزين (١٩٩٩م) إلى نقطة مهمة وهي أن على المربي غرس التربية الذاتية في المتربي وتنميتها؛ حتى يصل الفرد إلى درجة اكتساب تربية نفسه بنفسه.

ويمكن القول التربية الذاتية تحتاج إلى تدرج في اكتسابها والتدريب على ممارستها وتعد الحفائب التدريبية إحدى الوسائل الحديثة في اكتساب المهارات الحياتية وتطوير الذات.

وقد أشارت دراسة فارسي (٢٠١٨م) إلى قلة المصنفات والدراسات التي اشتملت على تصور متكامل لملاح ومفهوم التربية الذاتية وتنميتها لدى الناشئة في ضوء منهج التربية الإسلامية.

في حين أوصت دراسة أمل القرني (٢٠١١م) بإجراء دراسة عن برنامج مقترح لتنمية التربية الذاتية واستخدام المنهج شبه التجريبي لمعرفة فاعليته.

لذا تسعى الدراسة الحالية إلى تصميم حقيبة تدريبية لتنمية التربية الذاتية لدى الفتاة في مرحلة المراهقة، وقياس فاعليتها، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

أسئلة البحث:

تمثلت أسئلة الدراسة بما يلي:

١- ما مكونات حقيبة تدريبية في تنمية التربية الذاتية للفتاة في مرحلة المراهقة؟ ويتفرع عن هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

أ) ما المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية؟

ب) ما التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها؟

ج) ما أسس بناء شخصية الفتاة المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة؟

٢- ما أثر الحقيبة التدريبية في تنمية التربية الذاتية للفتاة في مرحلة المراهقة ؟

فروض الدراسة:

في ضوء اسئلة الدراسة تم صياغة الفروض التالية:

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية.

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها.
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.

اهداف البحث:

هدفت الدراسة إلى تحقيق ما يلي:

- تصميم حقيبة تدريبية في تنمية تربية الفتاة لذاتها بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ - ٢١ سنة.
- الكشف عن أثر الحقيبة التدريبية (التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ - ٢١ سنة) من خلال تطبيقها في دورة تدريبية على عينة من الفتيات.

أهمية البحث:

- أهمية الدورات التدريبية، التي تساعد على تطوير واكتشاف الذات، وهذا ما اوصت به دراسة الزبيدي (٢٠١٨م)، وتعد الحقائق التدريبية أسلوب جديد في التدريب اثبت فاعليته في التربية والتعليم، وأكدت عليها الكثير من الدراسات كدراسة بسيم وعلي (٢٠١٩م) ودراسة أماني حسنين (٢٠١٩م).
- أهمية التربية الذاتية وتنميتها لدى الفتيات، وقد أوصت دراسة أمل القرني (٢٠١١م) بضرورة تنمية التربية الذاتية لدى الطالبات، وعقد دورات تدريبية في كيفية غرس التربية الذاتية لديهن.
- أهمية مرحلة المراهقة في بناء شخصية الفتاة؛ حيث تعد مرحلة المراهقة لدى الفتاة كما يشير العطار (٢٠٢١م) مرحلة تكوين شخصيتها وتفاعلها مع المجتمع.

حدود البحث:

- الحدود الموضوعية:** تصميم حقيبة تدريبية في تنمية التربية الذاتية لدى الفتاة بمرحلة المراهقة ما بين ١٢-٢١ سنة ومن ثم قياس فاعليتها بتطبيقها في دورة تدريبية على مجموعة من الفتيات.
- الحدود الزمانية:** طبقت الدورة التدريبية عام ١٤٤٣هـ - ٢٠٢١م.

منهج الدراسة:

- استخدمت الباحثة المنهج الوثائقي في تصميم الحقيبة التدريبية، والمنهج شبه التجريبي لقياس فاعليتها، وذلك وفق الخطوات التالية:

- ١- قامت الباحثة بالالتحاق بدورة (إعداد مدرسين) و دورة (تصميم حقائق تدريبية)، تحت إشراف المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني، ومن ثم قامت بتصميم حقيبة تدريبية، باستخدام المنهج الوصفي الوثائقي، الذي يقوم كما يذكر العساف (١٤٣٨هـ) على تشخيص الواقع من خلال استنباط الأدلة الكيفية التي تجيب عن أسئلة البحث من المصادر المعاصرة المرتبطة بمشكلة البحث.
- ٢- تتبع خطوات المنهج الشبه التجريبي، الذي يجمها العساف (١٤٣٨هـ) بما يلي:
 - ١) تحديد المتغيرات الخارجية ذات العلاقة الموجبة بتأثير المتغير المستقل على المتغير التابع.
 - ٢) ضبط المتغيرات الخارجية إما تثبيتها أو عزلها.
 - ٣) اختيار عينة عشوائيا لإجراء التجربة.
 - ٤) اختبار قبلي يقيس مدى معرفة عينة البحث بالمتغير التابع.
 - ٥) تطبق التجربة أي تطبيق المتغير المستقل.
 - ٦) اختبار بعدي أي إعادة تطبيق الاختبار القبلي بعد التجربة.
 - ٧) قياس أثر المتغير المستقل وذلك بتحليل يقيس الفرق بين الاختبارين القبلي والبعدي.

مصطلحات البحث:

الحقيبة التدريبية:

عرفها عامر والمصري (٢٠١٩م) بأنها: " نظام تعليمي متكامل مصمم بطريقة منهجية منظمة، تساعد المتعلمين على التعلم الفعال، بتزويدهم بإرشادات مفصلة، تقودهم في عملية التعلم وتهيئة مواد تعليمية مناسبة في شكل مواد مطبوعة أو تقنيات سمعية وبصرية، كل وفق سرعته وأسلوبه في التعلم؛ ليصل إلى مستوى مقبول من الإتقان" ص ١٥٥

وتعرف الباحثة الحقيبة التدريبية إجرائيا: مجموعة من المعارف والخبرات والأساليب والأنشطة، تم تصميمها وتنظيمها لإشباع حاجات تدريبية محددة، قائمة على الجهد والتعلم الذاتي، ولتحقيق أهداف محددة.

التربية الذاتية

عرفها كل من مجاهد وزين (١٩٩٩م، ص ١٧٦) بأنها: " الجهود المقصودة والمستمرة، التي يبذلها الفرد بدافع من ذاته، وإيرادته للتحكم في نشاطه، وتنظيم طاقاته، بهدف إثراء حصيلته المعرفية والخبرانية، وتنمية قدراته، بما يحقق له مزيد من التجديد والارتقاء الذاتي، وذلك في ضوء الغايات التي رسمها لنفسه، ومثله العليا، مستفيدا في ذلك من التطبيقات التكنولوجية وغيرها من الوسائل".

وتعرفها الباحثة التربية الذاتية إجرائيا بأنها: بناء الذات والقدرات وصقل الشخصية بأبعادها المختلفة، من خلال الوعي بالذات وخصائصها وقدراتها وميولها وحاجاتها وآمالها وتطلعاتها، كما تتضمن الوعي بالواقع والعلاقات الخارجية والدور الاجتماعي.

مرحلة المراهقة:

يعرفها الزعبي (٢٠١٣م، ص١٩): " بأنها عبارة عن الفترة الزمنية من حياة الإنسان التي تمتد ما بين نهاية الطفولة المتأخرة وبداية سن الرشد، تتميز بوجود مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية"

وقد دأب الباحثون على تقسيم المراهقة إلى ثلاث مراحل كما يشير الهنداوي (٢٠١٦م)، هي:

- ١- مرحلة المراهقة المبكرة، وتشمل الاعمار ١٢-١٣-١٤ عاما، وتقابل في المراحل الدراسية المرحلة المتوسطة.
- ٢- مرحلة المراهقة المتوسطة، وتشمل الاعمار ١٥-١٦-١٧ عاما، وتقابل في المراحل الدراسية المرحلة الثانوية.
- ٣- مرحلة المراهقة المتأخرة، وتشمل الاعمار ١٨-١٩-٢٠-٢١ عاما، وتقابل في المراحل الدراسية المرحلة الجامعية.

وتعرف الباحثة مرحلة المراهقة إجرائيا بأنها:

مرحلة ما بين الطفولة والرشد، تمتد من سن ١٢ إلى ٢١ سنة تقريبا، يحدث فيها العديد من التغيرات، ينتقل فيها الإنسان من فرد يعتمد على الآخرين إلى فرد يعتمد على نفسه، لذا تعد مرحلة نمائية حرجه، تحتاج إلى توجيه وتدريب وتعليم، ليتحقق الانتقال التدريجي السليم في السلطة من الوالدين إلى الأبناء أنفسهم.

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولا: الإطار النظري.

يتكون الإطار النظري من محورين، هما: محور: التربية الذاتية والتعليم الذاتي. ومحور: الحقائق التدريبية. وتوضيحها فيما يلي:

محور التربية الذاتية والتعليم الذاتي:

ويضم العناصر التالية: التربية الذاتية-خطوات التربية الذاتية- التعلم الذاتي- مبادئ التربية الذاتية الإسلامية.

التربية الذاتية:

تعرف فاطمة عبد العاطي (٢٠١٠م، ص٣٥) التربية الذاتية بأنها: "سعي الإنسان لتحقيق ذاته سواء كان معرفياً أو اجتماعياً، وأن هذا السعي لا بد وأن يستند إلى مفهوم واضح للذات، ووعي بإمكانيات البيئة في المقابل، ورغبة في التغيير للأفضل".

في حين نجد ربا النجار (٢٠٠٩م، ص٧) تصبغ مفهوم التربية الذاتية صبغة إسلامية؛ حيث تعرفها بأنها عبارة عن "الجهد التربوي الذي يبذله الفرد للإرتقاء بشخصيته بجميع جوانبها وأبعادها معتمداً على المجالات والوسائل التي بينها الإسلام المتمثلة في الطاعات والعبادات والمعاملات والسلوكيات والأنشطة".

ويتكامل الجهد التربوي بعمل الفرد ودوره في صناعة ذاته، وهو محوري أساسي في نجاح التربية، بل يمكن القول: أن الفرد هو العنصر الفاعل والمؤثر في بناء نفسه وكيانه، وبناء مجتمعه، والتأثير فيه.

فالتربية كما يذكر يالجن (٢٠٠٤م) تنقسم إلى تربية نظامية وغير نظامية، وتنقسم إلى تربية غيرية أي أنها تتم من قبل الآخرين وتربية ذاتية وهي التي يعد الإنسان فيها نفسه بنفسه بالمواصفات التي يريدها، فكثير من أعلام العلم والقادة بنوا أنفسهم بأنفسهم.

ويشير الزبيدي (٢٠١٨م) إلى خاصيتين لمفهوم التربية الذاتية هما:

الخاصية الأولى: يكون الفرد في التربية الذاتية هو المسؤول عن تربية نفسه بنفسه، وليس عن طريق الآخرين كالأب أو المعلم وغيرهم.

الخاصية الثانية: تقوم التربية الذاتية على حرية الفرد في اختيار الوسيلة التربوية المناسبة لقدراته، بخلاف التربية التي تتم عن طريق الغير.

وتعد التربية الذاتية مفهوم إسلامي أصيل؛ حيث يشير يالجن (١٤٢٨هـ) إلى أن من بين مبادئ التربية الإسلامية، مبدأ (وجوب التربية الذاتية)، ودليل وجوبه قوله تعالى: (قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا) (سورة التحريم: ٦)، وقوله سبحانه: (وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا) (سورة الشمس: ٧-١٠)، والتركية لها ثلاثة معان هي: التطهير والإصلاح والتنمية، ومعنى قوله دسأها: أي أهمل نفسه من التطهير والإصلاح والتنمية.

خطوات التربية الذاتية:

وضعت فاطمة عبد العاطي (٢٠١٠م) خطوات للتربية الذاتية، يمكن إجمالها بما يلي:

- ١- الوعي بالذات، وتكوين صورة واضحة عن الذات، من حيث الإمكانيات والميول والأهداف.
- ٢- صورة إيجابية للذات، أي يكون لدى الفرد صورة جيدة عن نفسه؛ فيرعا قادرة على الوصول لأهدافه.
- ٣- استخدام الإمكانيات الواقعية لتحقيق الصورة التي يأملها لنفسه، ويستخدم وسائل وآليات متعددة من أهمها التعلم الذاتي.
- ٤- تقييم الذات، ومن أهم وسائله تأمل ما مضى ووضع معيار مستقبلية، كي يصل إلى النجاح المأمول.

التعلم الذاتي:

تؤكد فاطمة عبد العاطي (٢٠١٠م) على أن التعلم الذاتي هو العملية المحورية التي ترتكز عليها التربية الذاتية، فحيثما وجدت تربية ذاتية فلا بد وأن تتضمن تعليما ذاتيا، غير أن ليس كل تعلم ذاتي يعني تربية ذاتية، وينقسم التعلم الذاتي إلى تعلم ذاتي موجه وتعلم ذاتي مستقل، وقد حضى التعلم الذاتي الموجه بالكثير من الدراسات، ويعد الأكثر منطقية وشيوعا.

ويشير (opera) (٢٠٢١م) في دراسته إلى أن التعلم الذاتي والتعليم مدى الحياة أحد أهم عناصر تنمية الشخصية خارج نطاق التعليم الرسمي، والتعليم الذاتي هو العملية التي يتم من خلالها الحصول على المعلومات والمهارات والقدرات الجديد من خلال جهود الفرد خارج النظام التعليمي المؤسسي، ولزيادة نتائج عملية التعليم الذاتي من الضروري تنفيذها كعملية طويلة الأجل.

وقد أدت مشاكل العالم المعاصر في مجال التعليم إلى فرض التعليم الذاتي، فهو يركز على التغلب على المشكلات التعليمية المعاصرة التي تتمثل في الديناميكية والتغير المستمر (Cătălin، ٢٠٢٠م)

ويشير كل من (Mario, Yulia, Gushchina, Zlata, Angela, Iosif, Berta,) و (Emanuele، ٢٠٢٠م) إلى أن نشأت فكرة التعليم الذاتي والتعليم مدى الحياة تعود إلى فلسفات سقراط وأفلاطون وأرسطو، التي ربطت بين عملية التعليم الذاتي بإمكانية تحسين الذات وتطويرها، ثم اقترح ديكات فرضية التنظيم الذاتي ثم تطورت بشكل أكبر من قبل ديكرت وكانط، وقد انتشرت في السبعينيات من القرن العشرين أفكار التعليم الذاتي واكتسب التعليم الذاتي والتنظيم الذاتي أهمية خاصة.

ومن بين أساليب التعلم الذاتي الحقائق التعليمية وهي " برامج محكمة التنظيم تقترح مجموعة من الأنشطة والبدائل التي تساعد على تحقيق أهداف تعليمية محددة، وتحتوي على عدد من العناصر المشتركة مثل مقدمة توضح للمتعلم أهمية الدراسة، تقويم قبلي، أهداف سلوكية، أنشطة وبدائل، وأخيرا تقويم بعدي (عبد الرؤوف، ٢٠١٥م).

مبادئ التربية الذاتية الإسلامية:

تتميز التربية الذاتية في الإسلام بأنها قائمة على مبادئ، لا بد من مراعاتها أثناء ممارسة وتطبيق التربية الذاتية، وقد أشار إليها الأهل (د.ت)، يمكن إجمالها بما يلي:

= **الحرية**: ويقصد بها الحرية الفردية، وتتضمن تقرير المصير، وهي إحدى العلامات المميزة للطبيعة الإنسانية، وتتفق مع التربية الذاتية، في تقرر الفرد ما سيكونه وما سيفعله وما سيعتقده.

لذا تعد الحرية من أبرز عوامل تحقيق الذات الإنسانية، لتكوين شخصية الفرد، وقد وضع الإسلام اسسا واضحة لكل فرد لممارسة الحرية؛ بحيث لا تستبد به رغباته وأهواؤه، فيضل ويخسر دنياه وآخرته.

كما كفل الإسلام حرية محددة بضوابط، تجعلها مرتبطة بالغاية التي خلق الإنسان لأجلها، ألا وهي العبودية لله تعالى، كذلك تراعي حقوق المجتمع ومتطلباته، التي قد تتعارض أحيانا مع حق الفرد وحرية.

ومن الصعب تصور فرد يعيش لوحده، يفعل ما يشاء وقتما يريد، بحجة أن له حرية شخصية، يتصرف بها وفق هواه، بل الحرية مرتبطة بأفراد آخرين، يتأثر كل منهم بحرية الآخر. وتحتاج الحرية إلى مستوى معين من التوازن؛ بحيث يعرف الإنسان حدودها ومجالاتها، وطرق ممارستها وضوابطها.

لذا نجد المجتمعات الإنسانية تضع ضوابط وقوانين، تحكم هذه الحرية، حتى لا تضيق مصالح الأفراد والمجتمعات.

وفي الإسلام نجد تشريعات تنظم الحرية الفردية في عدة جوانب منها : الحرية العقيدة والتعبدية والحرية الفكرية والحرية الملكية والحرية العلمية.

= **المسئولية** : يقصد بها المسئولية الشخصية، وتحمل نتائج العمل الذي قام به الفرد، ولها ثلاث أركان هي:

١-السائل: وهو الله عز وجل المالك القادر على الجزاء .

٢- المسئول: وهو الإنسان البالغ العاقل.

٣-المسئول عنه: وهي التعاليم المبلغة، وهي شريعة الله عز وجل.

كما تضم مسئولية الفرد عن يعوله ويرأسه، وشعور الفرد بهذه المسئولية يدفعه للعمل بجد واجتهاد، كما ينمي فيه محاسبة نفسه ومراقبتها.

=الجزاء:

وهناك علاقة منطقية بين الحرية والمسئولية والجزاء، فكل إنسان حر وكل حر مسئول وكل مسئول مجازا.

والجزاء في التصور الإسلامي قد يكون في الدنيا او الأخرى أو كلاهما، فلا ينفك الإنسان الحر العاقل من المسئولية والجزاء في الدنيا والأخرة.

= الاهتمام بالغير: تتعلق التربية الذاتية بأن يهتم الإنسان بتربية نفسه وتركيتها، ويتم ذلك بمجهوده الذاتي دون انتظار المعونة من أحد، وقد يفهم من هذا ألا يلتفت المرء إلى غيره، بحجة الانشغال بتربية نفسه، لكن الحقيقية أن الاهتمام بالآخرين عنصر أساسي من عناصر التربية الذاتية.

ويقصد بالاهتمام بالغير الاجتماع بالناس ومخالطتهم، وتبادل المنافع معهم الدينية والدنيوية، فالإنسان السوي يعيش مخالطا لمن حوله، وينتمي إلى وسط يشعر بمشاعره ويحس بأحاسيسه.

والتعامل مع الناس يقتضى مهارات شخصية مهمة، لبناء علاقات سوية نافعه للفرد والمجتمع.

محور الحقائق التدريبية:

ويضم العناصر التالية: الحقائق التعليمية- مميزات الحقائق التعليمية- خطوات تصميم الحقية التدريبية- مكونات الحقية التدريبية- مكونات حقية تدريبية في التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ إلى ٢١ سنة.

الحقائب التعليمية:

تمثل نمطا من أنماط التعلم الفردي، فهمي عبارة عن نظام متكامل للتعلم، يتم التركيز فيه على المتدرب ومراعاة الفروق الفردية، وتحقيق الأهداف التدريبية، وتطبيق وسائل متنوعة، يكون فيها المتعلم نشطا وفعالا، خلال عملية التدريب (رضوان، ٢٠١٣م).

كما تؤكد على إتقان المتعلم للخبرات التي يقوم بدراستها، من خلال تقويمه لنفسه، وتحديد نقاط الضعف وعلاجها ونقاط القوة وتقويتها، ليصل المتعلم إلى الإتقان وليس مجرد النجاح (عامر والمصري، ٢٠١٩م، ص ١٥٦).

مميزات الحقائق التعليمية:

ذكر عبد الرؤوف (٢٠١٥م) جملة من المميزات، يمكن إجمالها بما يلي:

- ١- توفير أشكال متنوعة من التفاعل في المواقف التعليمية.
- ٢- تعدد مصادر المعرفة.
- ٣- تجعل المتعلم مشاركا ومتفاعلا نشطا.
- ٤- التخطيط لنقاط التلاقي بين المعلم بالمتعلم وبين المتعلم والمتعلم.
- ٥- تقديم أشكال مختلفة من التفاعل بين المعلم والمتعلم وبين المتعلم والمتعلم.
- ٦- تعدد استراتيجيات التدريس.
- ٧- كل حقيبة تشكل نظاما كاملا؛ يتكون من مدخلات المتعلم، وعمليات الأنشطة، والخبرات التعليمية، ومخرجات المعارف والمهارات والقيم المكتسبة، والتغذية الراجعة.
- ٨- تتمركز حول المتعلم وحاجاته.
- ٩- تقوم على فكرة تفريد التعلم.
- ١٠- تؤكد على مسؤولية المتعلم الذاتية عن تعلمه.
- ١١- تقي المتعلم من الشعور بالخوف أو الفشل، مما يزيد متعته بالتعلم والإقبال عليه.
- ١٢- تبني استراتيجية التعلم بالإتقان.
- ١٣- تركز على مهارة أو مفهوم أو فكرة رئيسية، وقد تنفرع منها مهارات أو أفكار ثانوية تتضمن في وحدات صغيرة.
- ١٤- تتركز على التعلم والتدريب ونتائج التعلم والتدريب معا.
- ١٥- تسير اتجاه اقتصاديات التعليم (الأعداد والتداول - الاستخدام - الكلفة).

خطوات تصميم الحقيبة التدريبية:

تصميم الحقائق التدريبية تتكون من عدة خطوات، يمكن إجمالها كما ذكرها رضوان (٢٠١٣م) فيما يلي:

- ١- تحديد الفئة المستهدفة.
- ٢- تحديد الاحتياجات التدريبية.
- ٣- تحديد الأهداف التدريبية.
- ٤- بناء الإطار المرجعي.
- ٥- تحديد الأساليب والوسائل التدريبية.
- ٦- بناء الأنشطة التدريبية.
- ٧- تقييم الجلسات والبرنامج بشكل عام.
- ٨- تطبيق الحقيبة.
- ٩- التغذية الراجعة.

مكونات الحقيبة التدريبية:

أشار عامر والمصري (٢٠١٨م) إلى مجموعة عناصر أساسية، يجب أن تتوفر في أي برنامج تدريبي يعتمد على الحقيبة التدريبية، وهي:

- أن تحتوي الحقيبة التدريبية على إرشادات يمكن استخدامها بالإضافة إلى المادة العلمية.
- أن تخصص لموضوع واحد فقط ولتحقيق أهداف محددة.
- أن تقسم إلى أجزاء مستقلة يمكن استخدام أي جزء منها حسب حاجة المتدرب.
- أن تتوفر فيها وسائل قياس تحقيق الأهداف المطلوب تحقيقها والتغذية الراجعة لكل من المدرب والمتدرب.
- أن تشمل على استراتيجيات تعليمية.
- أن تكون قابلة للاستخدام بشكل متكرر في أوقات مختلفة.

مكونات حقيبة تدريبية في التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين

سن ١٢ إلى ٢١ سنة

بعد انتهاء الباحثة من دورة إعداد الحقائق التدريبية قامت بتصميم حقيبة تدريبية لتنمية التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ إلى ٢١ سنة، وذلك من خلال الرجوع إلى المراجع ذات العلاقة، التي بلغت حوالي ٣٠ مرجع، ومن ثم صياغتها بالخطة التالية:

الخطة الزمنية

الموضوع	الزمن	اليوم
مرحلة المراهقة والتربية الذاتية	٣٠٠ دقيقة	الأول
خصائص النمو في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها	٣٠٠ دقيقة	الثاني
بناء شخصية المراهق ومشكلات مرحلة المراهقة	٣٠٠ دقيقة	الثالث

الخطة الزمنية لليوم الأول (مرحلة المراهقة والتربية الذاتية):

م	المحتوى	الأسلوب	الوقت
١	التعارف	الحديث والحوار	١٠ دقائق
٢	مفهوم المراهقة.	حلقة نقاش	١٠ دقائق لنقاش المجموعات ١٠ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٣	البلوغ والمراهقة	محاضرة	٢٠ دقيقة.
٤	العوامل المؤثرة في البلوغ	محاضرة + ورقة عمل فردية	٢٠ دقيقة محاضرة + ١٥ دقيقة ورقة عمل فردية
٥	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
٦	مميزات مرحلة المراهقة	محاضرة + ورقة عمل جماعية	٢٠ دقيقة محاضرة + ١٥ دقيقة ورقة عمل جماعية
٧	أقسام مرحلة المراهقة	محاضرة بالمناقشات	٢٠ دقيقة
٨	المراهقة مرحلة حرجة	حلقة نقاش	١٠ دقائق لنقاش المجموعات ١٠ دقائق تعليق المتدربات ٢٠ دقيقة تعليق المدربة
٩	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
١٠	مفهوم التربية الذاتية	محاضرة بالمناقشات	٢٠ دقيقة
١١	مفهوم التربية الذاتية الإسلامية	محاضرة بالمناقشات	٢٠ دقيقة
١٢	مبادئ التربية الذاتية الإسلامية	محاضرة بالمناقشات	٣٠ دقيقة

الخطة الزمنية لليوم الثاني (خصائص النمو في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها)

م	المحتوى	الأسلوب	الوقت
١	مظاهر النمو الجسمي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٢	مظاهر النمو العقلي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٣	مظاهر النمو الانفعالي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٤	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
٥	مظاهر النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٦	مظاهر النمو الحركي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	٨ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ٨ دقائق تعليق المدربة
٧	مظاهر النمو الجنسي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
٨	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
٩	مظاهر النمو الديني في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة
١٠	مظاهر النمو الأخلاقي في مرحلة المراهقة. طرق وأساليب التعامل معها	محاضرة حلقة نقاش	١٠ دقائق ٧ دقائق لنقاش المجموعات ٦ دقائق تعليق المتدربات ١٠ دقائق تعليق المدربة

الخطة الزمنية لليوم الثالث (بناء شخصية المراهق ومشكلات مرحلة المراهقة)

م	المحتوى	الأسلوب	الوقت
١	شخصية المراهق.	محاضرة بالمناقشة	٢٠ دقيقة
٢	سمات الشخصية	محاضرة+ ورقة عمل جماعية	١٥ دقيقة محاضرة+ ١٥ ورقة عمل جماعية
٣	العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية	محاضرة + ورقة عمل فردية	٢٠ دقيقة محاضرة + ١٥ ورقة عمل فردية
٤	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
٥	الشخصية السوية.	محاضرة + ورقة عمل فردية	١٥ دقيقة محاضرة + ١٥ ورقة عمل فردية
٦	أنماط الشخصيات.	محاضرة+ ورقة عمل جماعية	٣٠ دقيقة محاضرة+ ٢٠ ورقة عمل جماعية.
٧	استراحة	استراحة	٢٠ دقيقة
٨	أزمة الهوية.	دراما اجتماعية+ محاضرة	٥ دقائق دراما + ٢٥ دقيقة محاضرة
٩	المستقبل التعليمي والمهني.	دراما اجتماعية+ محاضرة	٥ دقائق دراما + ٢٥ دقيقة محاضرة
١٠	الإعلام الرقمي.	دراما اجتماعية+ محاضرة	٥ دقائق دراما + ٣٠ دقيقة محاضرة

ثانيا: الدراسات السابقة.

ستعرض الباحثة الدراسات ذات العلاقة بالدراسة الحالية في ضوء محورين هما: المحور الأول: التربية الذاتية، المحور الثاني: أثر استخدام الحقائق، وفي المحور الثاني ستقتصر الباحثة على الدراسات التي استهدفت الفتيات من سنة ١٢-٢١ سنة، وفي عرض كل محور ستبدأ الباحثة بالأقدم ثم الأحدث.

المحور الأول: التربية الذاتية.

- دراسة محمد مجاهد ومحمد زين (١٩٩٩م) بعنوان "التربية الذاتية وعلاقتها بالإبداع: دراسة تحليلية لحياة بعض المبدعين"

هدفت الدراسة إلى التعرف على ماهية التربية الذاتية والابداع والعلاقة بينهما، ودراسة السيرة الشخصية لبعض المبدعين لمعرفة العوامل التي ساهمت في إبداعهم، واستخلاص بعض الأدوار للأسرة والمدرسة من أجل مساعدة الفرد على تربية نفسه ذاتيا واستثمار استعداداته وطاقاته. وكان منهج الدراسة المنهج الوصفي التحليلي متاخلا مع أسلوب دراسة الحالة، وجاء من نتائج الدراسة: تمثل التربية الذاتية عاملا مشتركا وسببا رئيسا في تحقيق الإنجازات والإبداعات لدى عينة البحث على اختلاف تخصصاتهم وتفاوت بيناتهم وتباعد الازمان التي عاشوا فيها، كما أن الفقر ليس حائلا أمام التفوق والإبداع، وأن التعليم النظامي ليس شرطا للإبداع؛ حيث يمكن للفرد أن يربي نفسه ذاتيا.

- دراسة خلف البحيري (٢٠٠٤م) بعنوان "التربية الاقتصادية الذاتية للأبناء: مدخل لتطوير التربية الوالدية من منظور إسلامي"

هدفت الدراسة إلى تحليل مفهوم وأهداف التربية الوالدية من منظور إسلامي، والتعرف على ملامح النموذج العصري للتربية الوالدية ودراسة التربية الاقتصادية الذاتية للأبناء (المفهوم - الأهداف - المتطلبات- الضوابط)، واستخدم الباحث المنهج الوثائقي، وجاء من نتائج الدراسة: ١- يقصد بالتربية الاقتصادية الذاتية تمكين الأبناء من توجيه سلوكهم بأنفسهم وبخاصة في المجال الاقتصادي. ٢- من أهداف التربية الاقتصادية الذاتية للأبناء: الوعي بالقيم الاقتصادية، ومراقبة الله تعالى، استثمار الوقت في العمل، الغايات المشروعة بالأساليب المشروعة.

- دراسة ربا النجار (٢٠٠٩م) بعنوان "ملامح التربية الذاتية في ضوء الفكر التربوي الإسلامي: دراسة تحليلية"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مفهوم التربية الذاتية في الإسلام وخصائصها، وأبرز مقوماتها ومجالاتها ووسائلها في ضوء الفكر التربوي الإسلامي، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وكان من أهم نتائج الدراسة ما يلي: ١- أهمية التربية الذاتية في بناء الشخصية وتوجيهها وجهة سلمية. ٢- من الضروري للإمام بخصائص النفس الإنسانية حتى يفهم المتعلم ذاته ويستطيع إدارتها بكفاءة ٣- من مقومات التربية الذاتية استشعار المسؤولية الفردية والإيمان بحرية الفرد والإيمان بالجزاء الفردي يوم القيامة، وقيامها على العلم والفقہ والصبر والمسؤولية التربوية الجماعية.

- دراسة أمل القرني (٢٠١١م) بعنوان "واقع التربية الذاتية لدى طالبات المرحلة المتوسطة من وجهة نظر معلمات العلوم الشرعية"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مفهوم التربية الذاتية من منظور الفكر التربوي الإسلامي وتوضيح دور المدرسة المتوسطة في تعميق مفاهيم وأسس التربية الذاتية والتعرف على عوائق المعلمات في التربية الذاتية لدى الطالبات ومدى اكتساب الطالبات للتربية الذاتية كما هدفت إلى التعرف على أساليب تنمية التربية الذاتية من وجهة نظر معلمات العلوم الشرعية. وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي، وكان من أهم نتائج الدراسة ما يلي: ١- التأثير الإيجابي للأسرة على سلوكيات الطالبة في المدرسة ٢- من أهم أساليب التربية الذاتية لدى الطالبة هو أسلوب الحث على مراقبة الله في السر والعلن ٣- من أهم العوائق التي تواجه المعلمات في التربية الذاتية للطالبات هو ازدحام اليوم الدراسي بالحصص والأعمال الإضافية.

- دراسة علي فارسي (٢٠١٨م) بعنوان "مسؤولية معلم التربية الإسلامية في تنمية التربية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية في المدينة المنورة"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مسؤولية معلم التربية الإسلامية في تنمية مفهوم التربية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية في المدينة المنورة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، وكان من نتائج الدراسة قيام معلمي التربية الإسلامية بمسؤوليتهم في تنمية التربية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية وجاء محور الدوافع والانفعالات في المرتبة الأولى ثم محور تنمية القيم ثم محور وسائل وأساليب التربية الذاتية.

- دراسة علي الزبيدي (٢٠١٨م) بعنوان "أسس التربية الذاتية في فكر الإمام ابن الجوزي وتطبيقاتها في الأسرة المسلمة"

هدفت الدراسة على توضيح مفهوم التربية الذاتية وأسسها ووسائلها من فكر الإمام ابن الجوزي وتقديم تطبيقات للتربية الذاتية المستنبطة من فكر الإمام ابن الجوزي داخل الأسرة المسلمة، وقد استخدم الباحث المنهج الاستنباطي، كان من بين نتائج الدراسة ما يلي: ١- مفهوم التربية الذاتية عند الإمام ابن الجوزي هي جهد تربوي مستمر يبذله الفرد في تربية نفسه بنفسه على فعل الخيرات وترك المنكرات والمداومة والاستمرار عليها في جميع مراحل العمر. ٢- من ضوابط التربية الذاتية عند الإمام الجوزي معرفة الفرد بخصائص نفسه وقدراته ومهاراته اختيار الفرد الوسيلة المشروعة المناسبة لقدراته ومهاراته والمداومة والاستمرار في تربية النفس الوسيطة والاعتدال والموازنة بين الحزم والتلطف في التعامل مع النفس. ٣- التربية الذاتية عند الإمام ابن الجوزي شاملة لجميع المجالات التربوية المختلفة وشاملة لاحتياجات الفرد المختلفة.

محور الثاني: الحقائق التدريبية.

-دراسة أمل سويدان (٢٠٠٤م) بعنوان "فعالية حقيبة تعليمية مقترحة لتنمية مهارات ميسرات تعليم الإناث على إنتاج أعمال فنية من خامات البيئة".

هدفت الدراسة إلى وضع تصور مقترح لحقيبة تعليمية لتنمية مهارات ميسرات تعليم الإناث على إنتاج أعمال فنية من خامات البيئة والتعرف على فعالية الحقيبة، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات الميسرات بالمجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لاختبار قياس المهارات المعرفية لإنتاج المشغولات الجلدية باستخدام الحقيبة التعليمية لصالح القياس البعدي.

-دراسة حنان النمري (٢٠١١م) بعنوان "أثر استخدام حقيبة تعليمية قائمة على استراتيجية التساؤل الذاتي وأساليب التقويم الأصيل في تنمية مهارات التذوق الأدبي والتفكير التأملي لدى تلميذات الصف الأول الثانوي"

هدفت الدراسة إلى الوقوف على أثر استخدام حقيبة تعليمية قائمة على استراتيجية التساؤل الذاتي وأساليب التقويم الأصيل في تنمية مهارات التذوق الأدبي والتفكير التأملي لدى تلميذات الصف الأول الثانوي، وقد استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط مجموعات عينة الدراسة لصالح المجموعة التجريبية.

- دراسة آسيا ياركندي (٢٠١١م) بعنوان " تصميم حقيبة تدريبية وقياس فاعليتها في تنمية فهم استراتيجية تقديم التغذية الراجعة في الصف الدراسي لدى الطالبة المعلمة بكليات التربية"

هدفت الدراسة إلى استقصاء فاعلية حقيبة تدريبية في تنمية فهم استراتيجيات تقديم التغذية الراجعة في الصف الدراسي لدى الطالبة المعلمة بكليات التربية، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي والنهج التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: ارتفاع مستوى فهم أفراد المجموعة التجريبية للاستراتيجيات بعد دراسة الحقيبة التدريبية.

- دراسة هند عبد الغفار (٢٠٢٠م) بعنوان "قياس فاعلية حقيبة تدريبية في التنقيف الملبسي على فتيات مرحلة المراهقة".

هدفت الدراسة إلى بحث أثر التنقيف الملبسي على تنمية مهارات اختيار الملبس، من خلال قياس فاعلية حقيبة تدريبية في التنقيف الملبس على فتيات مرحلة المراهقة، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول المعلومات المقدمة عن الثقافة الملبسية بشكل عام وكيفية اختيار الملابس، ويرجع ذلك إلى تأثير الحقيبة التدريبية المقدمة.

- دراسة لبنى حامد ونادية خليل وإيمان الصافوري (٢٠٢٠م) بعنوان "فاعلية برنامج لتدريب الفتيات على صناعة حقيبة اليد الجلدية النسائية يدويا".

هدفت الدراسة إلى إعداد برنامج تدريبي للفتيات لتدريبهن على مراحل تنفيذ حقيبة اليد الجلدية النسائية، وفقا للأسس العلمية الحديثة مع وضع حلول للمشكلات التي تواجه الفتيات أثناء مراحل التنفيذ، لتنمية قدراتهن للعمل في مجال المشروعات الصغيرة، وتم استخدام المنهج الوصفي بالإضافة إلى المنهج شبه التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاختبار التحصيلي المعرفي لصالح التطبيق البعد للاختبار المعرفي، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة للاختبار المهاري لصالح التطبيق البعدي للاختبار المهاري.

- دراسة هبة الدسوقي وأسماء زكي (٢٠٢٠م) بعنوان " فعالية برنامج تدريبي في التطريز بالشرائط لرفع المهارات الإبداعية لفتيات واحة سيوة".

هدفت الدراسة إلى بناء برنامج تدريبي بعنوان (التطريز بشرائط الساتان و الاورجنزا) لرفع المهارات الإبداعية للفتيات، وتم استخدام المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، وكان من نتائج الدراسة: وجود فروق بين متوسط درجات المتدربات للمهارة المتضمنة بالبرنامج لصالح الأداء المهاري البعدي.

التعليق على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة في محور التربية الذاتية جوانب مختلفة من التربية الذاتية؛ حيث نجد دراسة مجاهد وزين (١٩٩٩م) تناولت علاقة التربية الذاتية بالإبداع، ودراسة البحيري (٢٠٠٤م) تناولت التربية الاقتصادية الذاتية للأبناء، ودراسة ربا النجار (٢٠٠٩م) تأصيل التربية الذاتية في الفكر التربوي الإسلامي، ودراسة الزبيدي (٢٠١٨م) التربية الذاتية عند عالم من علماء المسلمين في التراث الإسلامي، في حين نجد دراسة فارسي (٢٠١٨) تناولت مسؤولية معلم التربية الإسلامية في التربية الذاتية ودراسة أمل القرني (٢٠١١م) تناولت واقع التربية الذاتية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، أما الدراسة الحالية فتتناول تصميم حقيبة تدريبية للتربية الذاتية للفتاة في مرحلة المراهقة وقياس مدى فاعليتها.

أما بالنسبة للمحور الثاني من الدراسات السابقة وهو محور (الحقائب التدريبية)، فنجد الدراسات السابقة تحت هذا المحور تناولت موضوعات مختلفة غير أن القاسم المشترك فيها هو قيامها على تصميم حقيبة او برنامج تدريبي لتحقيق أهداف محددة لدى الفتيات في سن المراهقة وقياس فعالية هذه الحقيبة أو البرنامج التدريبي، وهذا ما تشترك فيه الدراسة الحالية معها، غير أنها تختلف عنها في موضوع الحقيبة التدريبية؛ حيث تتناول الدراسة الحالية التربية الذاتية للفتاة في مرحلة المراهقة.

تطبيق الحقيبة التدريبية:

تضمن تطبيق الحقيبة التدريبية الخطوات التالية:

١- تم اختيار مجموعة من الفتيات في مرحلة المراهقة بطريقة عشوائية، بلغ عددهن (٢٩) فتاة، وقامت الباحثة بالاجتماع بهن قبل الدورة وتوضيح طبيعة البحث وأهدافه، وطريقة تطبيق الدورة، وشرح المطلوب منهن؛ لتحقيق أهداف البحث بصورة علمية وموضوعية.

٢- تقديم الاختبار القبلي: وتم فيه عرض مجموعة من الأسئلة في شكل استبيان على الفتيات عن محتوى الحقيبة التدريبية، لتحديد مستواه قبل تقديم محتوى الحقيبة التدريبية، وقياس ما تم اكتسابه من معلومات وخبرات حول الموضوع.

٣- تقديم الدورة التدريبية للفتيات.

٤- تقديم الاختبار البعدي: وتم فيه عرض مجموعة من الأسئلة في شكل استبيان على الفتيات عن محتوى الحقيبة التدريبية، لتحديد مستواه بعد تقديم محتوى الحقيبة التدريبية، وقياس ما تم اكتسابه من معلومات وخبرات حول الموضوع.

حيث قامت الباحثة بإعداد استبيان لقياس مستوى التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢ إلى ٢١ سنة، واشتمل الاستبيان على (3) محاور، هي:

المحور الأول: المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية، وتضمن (٩) عبارات.

المحور الثاني: التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها، وتضمن (١٦) عبارة.

المحور الثالث: أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة، وتضمن (٨) عبارات.

وقد تم استخدام المقياس الثلاثي، بحيث تعطي الإجابة بنعم (ثلاث درجات)، خطأ (درجتين)، لا أدري (درجة واحدة).

صدق محتوى الاستبيان (صدق المحكمين)

ويقصد به قدرة الاستبيان على قياس ما وضع لقياسه، وللتحقق من صدق محتوى الاستبيان تم عرضه في صورته المبدئية على مجموعة من المحكمين، وذلك للحكم على مدى مناسبة كل عبارة للمحور الخاص بها، وكذلك صياغة العبارات، وقد تم التعديل بناء على آراء المحكمين، وملحق رقم (١) يوضح الاستبيان في صورته النهائية.

الصدق باستخدام الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبيان:

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط (معامل ارتباط بيرسون) بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبيان، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (١) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المحاور بالدرجة الكلية لكل محور

م.م	المحور	درجة الارتباط	قيمة الدلالة
١	المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية.	**٠.٧٩٧	٠.٠١
٢	التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها	**٠.٨١٣	٠.٠١
٣	أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة	**٠.٧٠٥	٠.٠١

** دال عند مستوى الدلالة ٠.٠١ فأقل

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوي ٠.٠١ فأقل مما يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة، كما انه يقيس بالفعل ما وضع لقياسه، مما يدل على صدق وتجانس محاور الاستبيان.

ثبات الاستبيان

يقصد بالثبات دقة الاختبار في القياس والملاحظة، وعدم تناقضه مع نفسه، واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات، ولقياس ثبات أداة الدراسة (الاستبانة) تم استخدام معامل (ألفا كرونباخ)، ويوضح الجدول التالي معامل الثبات لمحاور أداة الدراسة.

جدول رقم (٢) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة الدراسة

ثبات المحور	عدد العبارات	محاور وأبعاد الاستبانة
٠.٥٢٤	٩	المحور الأول: المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية.
٠.٧٠٦	١٦	المحور الثاني: التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها
٠.٣٤٧	٨	المحور الثالث: أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة
٠.٦٦٤	٣٣	الثبات العام

يوضح الجدول أعلاه أن أداة الدراسة تتمتع بثبات مقبول إحصائياً، حيث جاء الثبات العام للدراسة (٠.٦٦٤)، بينما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بين (٠.٣٤٧-٠.٧٠٦)، وهي معاملات ثبات جيدة نوعاً ما يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة.

أساليب المعالجة الإحصائية:

لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم جمعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package For Social Sciences والتي يرمز لها اختصاراً بالرمز (SPSS)، وذلك بعد أن تم ترميز وإدخال البيانات إلى الحاسب الآلي.

ولتحديد طول خلايا المقياس الثلاثي (الحدود الدنيا والعليا) المستخدم في محاور الدراسة، تم حساب المدى (3-1=2)، ثم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية الصحيح أي (2/3=0.66)، بعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يتضح في الجدول التالي:

جدول رقم (3) توزيع مدى المتوسطات وفق التدرج المستخدم في أداة الدراسة

الدرجة الموافقة	مدى المتوسطات	الفئة
لا أدري	من 1.00 إلى 1.66	الأولى
خطأ	من 1.67 إلى 2.33	الثانية
صح	من 2.34 إلى 3	الثالثة

وبعد ذلك تم حساب المقاييس الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي (Mean): وذلك لمعرفة مدى ارتفاع أو انخفاض استجابات أفراد الدراسة عن أسئلة الدراسة.
- تم استخدام الانحراف المعياري (Standard Deviation): وذلك للتعرف على مدى انحراف أو تشتت استجابات أفراد الدراسة لكل عبارة من عبارات متغيرات الدراسة ولكل محور من المحاور الرئيسية عن متوسطها الحسابي.
- تم استخدام معامل الارتباط بيرسون "Person Correlation": لمعرفة درجة الارتباط بين كل سؤال من أسئلة الدراسة.
- تم استخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha): لاختبار مدى ثبات أداة الدراسة.

نتائج الاختبار القبلي والبعدي وفروض الدراسة

الفرض الأول

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول المقصود بمرحلة المرافقة عند الفتاة والتربية الذاتية.

لاختبار صحة هذا الفرض تم حساب (T test لعينتين مرتبطتين) للمقارنة بين متوسطي استجابات الفتيات قبل وبعد استخدام الحقيبة التدريبية، والجدول التالي يلخص النتائج:

جدول رقم (٤) يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطين القبلي والبعدي لدرجات الفتيات حول المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية.

المحور	التطبيق	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)	مستوى الدلالة
المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية	القبلي	٢.١٦	٠.٣٢٢	٢٨	٤.٦٧	٠.٠٠٥
	البعدي	٢.٤٤	٠.٠٠٠			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" دالة عند مستوي ٠.٠٠٥ وهذا الفرق دال لصالح التطبيق البعدي للاستبيان، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات الفتيات في التطبيق القبلي والبعدي لمحتوى الحقيبة التدريبية حول " المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية " .

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة كل من: دراسة أمل سويدان (٢٠٠٤م)، و دراسة حنان النمري (٢٠١١م) ، و دراسة آسيا ياركندي (٢٠١١م) ، و دراسة هند عبد الغفار (٢٠٢٠م)، ودراسة لبنى حامد ونادية خليل وإيمان الصافوري (٢٠٢٠م) ، ودراسة هبة الدسوقي وأسماء زكي (٢٠٢٠م).

الفرض الثاني:

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها.

لاختبار صحة هذا الفرض تم حساب (T test لعينتين مرتبطتين) للمقارنة بين متوسطي استجابات الفتيات قبل وبعد استخدام الحقيبة التدريبية، والجدول التالي يلخص النتائج:

جدول رقم (٥) يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطين القبلي والبعدي لدرجات الفتيات حول التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها.

المحور	التطبيق	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)	مستوى الدلالة
التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها	القبلي	١.٩٤	٠.٣٣	٢٨	٨.٩١	٠.٠٥
	البعدي	٢.٥٠	٠.١١٦			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" دالة عند مستوي ٠.٠٥ وهذا الفرق دال لصالح التطبيق البعدي للاستبيان مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات الفتيات في التطبيق القبلي والبعدي لمحتوى الحقيبة التدريبية حول " التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معه "

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة كل من: دراسة أمل سويدان (٢٠٠٤م)، و دراسة حنان النمري (٢٠١١م) ، و دراسة آسيا ياركندي (٢٠١١م) ، و دراسة هند عبد الغفار (٢٠٢٠م)، ودراسة لبنى حامد ونادية خليل وإيمان الصافوري (٢٠٢٠م) ، ودراسة هبة الدسوقي وأسماء زكي (٢٠٢٠م).

الفرض الثالث:

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي حول أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.

لاختبار صحة هذا الفرض تم حساب (T test لعينتين مرتبطتين) للمقارنة بين متوسطي استجابات الفتيات قبل وبعد استخدام الحقيبة التدريبية، والجدول التالي يلخص النتائج:

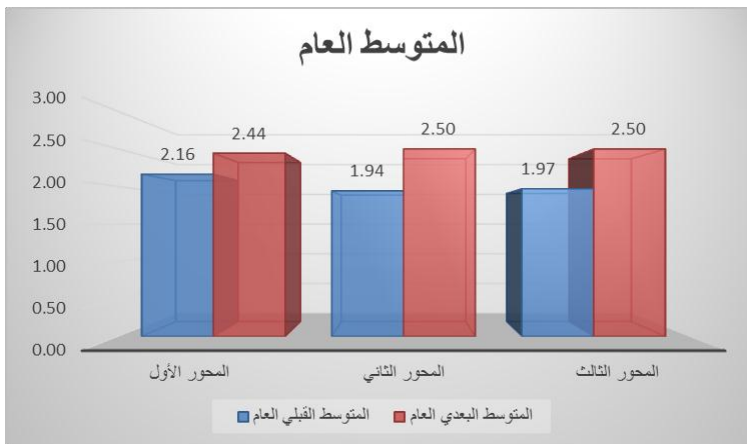
جدول رقم (٦) يوضح نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطين القبلي والبعدي لدرجات الفتيات حول أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.

المحور	التطبيق	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (T)	مستوى الدلالة
أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة	القبلي	١.٩٦	٠.٢٨	٢٨	٩.٩٥	٠.٠٥
	البعدي	٢.٥٠	٠.٠٠			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" دالة عند مستوي ٠.٠٥ وهذا الفرق دال لصالح التطبيق البعدي للاستبيان مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات الطالبات في التطبيق القبلي والبعدي لمحتوى الحقيبة التدريبية حول " أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة "

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة كل من: دراسة أمل سويدان (٢٠٠٤م)، و دراسة حنان النمري (٢٠١١م) ، و دراسة آسيا ياركندي (٢٠١١م) ، و دراسة هند عبد الغفار (٢٠٢٠م)، ودراسة لبنى حامد ونادية خليل وإيمان الصافوري (٢٠٢٠م) ، ودراسة هبة الدسوقي وأسماء زكي (٢٠٢٠م).

الشكل التالي يوضح متوسط استجابات الفتيات لمحاور الاستبيان الثلاثة للاختبار القبلي والبعدي:



يتضح من الشكل أعلاه والذي يوضح الفروقات بين استجابات الفتيات قبل وبعد تقديم المحتوى التدريبي للحقيبة لمحاوَر الاستبانة الثلاثة مجتمعين، والذي يؤكد بصورة واضحة على أثر محتوى الحقيبة التدريبي على الفتيات: حيث نلاحظ أن المحور الأول حصل على متوسط قبلي (٢.١٦) والبعدي (٢.٤٤)، والمحور الثاني حصل على متوسط قبلي (١.٩٤) والبعدي (٢.٥٠)، والمحور الثالث حصل على متوسط قبلي (١.٩٧) والبعدي (٢.٥٠).

ملخص النتائج

من خلال معالجة الباحثة لموضوع البحث بشقيه النظري والتجريبي، يمكن تلخيص النتائج فيما يلي:

- ١- تصميم حقيبة تدريبية في تنمية التربية الذاتية للفتاة بمرحلة المراهقة ما بين سن ١٢-٢١ سنة، تتكون من ثلاث محاور هي: ١-المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية ٢-التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها ٣- أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.
- ٢- هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي لمحور المقصود بمرحلة المراهقة عند الفتاة والتربية الذاتية.
- ٣- هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي لمحور التغيرات النمائية للفتاة في مرحلة المراهقة وطرق التعامل معها.
- ٤- هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطي استجابات الفتيات في الاختبار القبلي والبعدي لمحور أسس بناء شخصية المراهقة ومشكلات مرحلة المراهقة.

التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يلي:

- ١- التوسع في تصميم الحقائق التدريبية على أسسها العلمية، بما ينمي الجوانب التربوية لدى الأبناء.
- ٢- ربط عقد الدورات التدريبية التربوية بحقائق تدريب تلبي حاجات الأبناء وواقعهم المعاش.
- ٣- تقديم الدعم والتشجيع والمتابعة لنشر الوعي لدى الأبناء بضرورة التربية الذاتية والتطوير المستمر لذواتهم، وتحمل المسؤولية الفردية والاجتماعية.
- ٤- العمل على تطبيق بحوث ودراسات مشابهة تقيس فاعلية حقائق تدريبية تربوية ذات هوية إسلامية معاصره.

قائمة المراجع:

١. الأهدل، هاشم (د.ت). التربية الذاتية من الكتاب والسنة. جامعة أم القرى: مكة.
٢. البحيري، خلف (٢٠٠٤م). التربية الاقتصادية الذاتية للأبناء: مدخل لتطوير التربية الوالدية من منظور إسلامي. ندوة نحو والدية راشدة من أجل مجتمع ارشد ، كلية التربية بسوهاج، ج١، ص ص ٢٣٧-١٩٢.
٣. بسيم، جمال وعلي، وائل (٢٠١٩م). فاعلية الحقيبة التدريبية التعليمية باستخدام تكنولوجيا التعليم في تنمية الذكاءات المتعددة لدى طلاب السنة الدراسية الثالثة، مجلة الرافين للعلوم الرياضية، المجلد ٢٢، العدد ٦٩، ص ص ١٥٦-١٧٠.
٤. حامد ، لبنى وخليلى، نادية و الصافوري، إيمان . (٢٠٢٠م). فاعلية برنامج لتدريب الفتيات على صناعة حقيبة اليد الجلدية النسائية يدويا. مجلة التربية النوعية والتكنولوجيا، جامعة كفر الشيخ ، كلية التربية النوعية، ٧ع، ص ص ٦٢٦-٦١٠.
٥. حسان، حسن وعسكر، حسين ومجاهد، محمد (٢٠١٦م). التربية الذاتية وعلاقتها بالتميز المهني: دراسة تحليلية لحياة بعض المتميزين مهنيا. مجلة تطوير الأداء الجامعي، مصر، جامعة المنصورة، مج٤، ع٢، ص ص ١٤٧-١٦٥.
٦. حسنين، أماني (٢٠١٩م). فاعلية تصميم حقيبة تدريبية قائمة على مدخل الكفايات في تنمية مهارات المنتورية لدى معلمي العلوم. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، كلية التربية، مج١٩، ع٢، ص ص ٢٢٣-١٥٧.
٧. الدسوقي، هبة وزكي، أسماء (٢٠٢٠م). فاعلية برنامج تدريبي في التطريز بالشرائط لرفع المهارات الإبداعية لفتيات واحة سيوة. مجلة التصميم الدولية. الجمعية العلمية للمصممين. مج ١٠، ع٢، ص ص ٢٩٥-٢٨٩.
٨. الدوسري، مباركة (د.ت). حقيبة دورة إعداد المدربين. (د.م).
٩. الدوسري، مباركة (د.ت). حقيبة دورة إعداد الحقائق التدريبية. (د.م)
١٠. رضوان، محمود (٢٠١٣م). تصميم وإعداد وتنفيذ الحقائق التدريبية. المجموعة العربية للتدريب والنشر: القاهرة.
١١. الزعبي، أحمد (٢٠١٣م). سيكولوجية المراهقة: النظريات جوانب النمو المشكلات وسبل علاجها. دار زهران: عمان.

١٢. الزبيدي، علي (٢٠١٨م). أسس التربية الذاتية في فكر الإمام ابن الجوزي وتطبيقاتها في الأسرة المسلمة. مجلة البحث العلمي في التربية ، جامعة عين شمس، ع ١٩، ج١٧، ص ص ١٠٠-٤٧
١٣. سويدان، أمل (٢٠٠٤م) فعالية حقيبة تعليمية مقترحة لتنمية مهارات ميسرات تعليم الإناث على انتاج اعمال فنية من خامات البيئة. مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة- كلية الدراسات العليا للتربية، مج١٢، ع٢، ص ص ١٦٢-١٢١.
١٤. عامر، طارق و المصيري، إيهاب (٢٠١٩م). التدريب والاحتياجات التدريبية. المكتب العربي للمعارف: القاهرة.
١٥. عبد العاطي، فاطمة (٢٠١٠م). التربية الذاتية بين النظرية والتطبيق. دار الكتاب الحديث: مصر.
١٦. عبد الغفار، هند (٢٠٢٠م). قياس فاعلية حقيبة تدريبية في التنقيف الملبسي على فتيات مرحلة المراهقة. المجلة المصرية للدراسات المختصة، جامعة عين شمس، كلية التربية النوعية، ع٢٥، ص ص ١٤١-١١٨.
١٧. عبد الرؤوف، طارق (٢٠١٥م). أسس ومفاهيم التعلم الذاتي. دار العالمية: القاهرة.
١٨. عبد الكريم، محمد وخطاطبة، يحيى والسكري، عماد والعلم، بندر (٢٠١٩م). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. مكتبة الرشد: الرياض.
١٩. العساف، صالح (١٤٣٨هـ). المراحل الثلاث لإعداد البحث في العلوم السلوكية. مركز مهارات للتدريب والتعليم: الرياض.
٢٠. العطار، محمد (٢٠٢١م). هموم ومشكلات الفتاة في مرحلة المراهقة من منظور نفسي تربوي. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، ع ١٩، ص ص ٥٠٨-٤٧٥
٢١. فارسي، علي (٢٠١٨م). مسؤولية معلم التربية الإسلامية في تنمية التربية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية في المدينة المنورة. بحث مقدم لإكمال متطلبات درجة الماجستير في التربية الإسلامية، الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة ، كلية الدعوة وأصول الدين قسم التربية.
٢٢. القرني، أمل (٢٠١١م). واقع التربية الذاتية لدى طالبات المرحلة المتوسطة من وجهة نظر معلمات العلوم الشرعية. بحث مقدم لإكمال متطلبات درجة الماجستير في التربية الإسلامية، جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن ، كلية التربية ، قسم أصول التربية.

٢٣. مجاهد، محمد وزين، محمد (١٩٩٩م). التربية الذاتية وعلاقتها بالإبداع : دراسة تحليلية لحياة بعض المبدعين. مجلة البحوث النفسية والتربوية، جامعة المنوفية كلية التربية، مج ١٤، ع ١، ص ص ٢٥٧-١٧٢.
٢٤. مركز التحليل الإحصائي ودعم القرار (٢٠٢٠م). الشباب السعودي بالأرقام. تقرير خاص بمناسبة اليوم العالمي للشباب، المملكة العربية السعودية، الهيئة العامة للإحصاء.
٢٥. النجار، ربا (٢٠٠٩م). ملامح التربية الذاتية في ضوء الفكر التربوي الإسلامي: دراسة تحليلية. رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية غزة، كلية التربية.
٢٦. النمري، حنان (٢٠١١م). أثر استخدام حقيبة تعليمية قائمة على استراتيجيات التساؤل الذاتي وأساليب التقويم الأصيل في تنمية مهارات التدوق الأدبي والتفكير التأملي لدى تلميذات الصف الأول الثانوي. مجلة التربية، جامعة الأزهر، كلية التربية، ع ١٤٦، ج ٣، ص ص ٢٢٩-١٧١.
٢٧. الهنداوي، علي (٢٠١٦م). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. ط ٨، دار الكتاب الجامعي: العين.
٢٨. الهيئة العامة للإحصاء (٢٠٢٠م). السكان حسب الجنس وفئات العمر. المملكة العربية السعودية.
٢٩. ياركندي، آسيا (٢٠١١م). تصميم حقيبة تدريبية وقياس فاعليتها في تنمية فهم استراتيجيات تقديم التغذية الراجعة في الصف الدراسي لدى الطالبة المعلمة بكليات التربية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، مركز النشر العلمي، مج ١٢، ع ٢٤، ص ص ٢٠٥-١٧٣.
٣٠. يالجن، مقدار (٢٠٠٤م). التربية الذاتية القيادية النموذجية ومضاعفة الإنتاجية. دار عالم الكتب: الرياض.
٣١. يالجن، مقدار (١٤٢٨هـ). منهج أصول التربية الإسلامية المطور. دار عالم الكتب: الرياض.

المراجع الأجنبية:

- Eveline A. Crone and Andrew J. Fuligni .Self and Others in Adolescence. Annual Review of Psychology. Vol. 71:447-469 (Volume publication date January 2020).
- Cătălin-Constantin Pascariu. Lifelong learning as acontinuous self-education action. Romanian Journal of School Psychology. Issue Year: 13/2020 , Issue No: 25 ,Page Range: 41-47.
- Mario De Martino, Yulia Sh. Gushchina, Zlata V. Boyko, Angela Magnanini, Iosif Sandor, Berta Alicia Guerrero Perez, Emanuele Isidori. Mario De Martino, Yulia Sh. Gushchina, Zlata V. Boyko, Angela Magnanini, Iosif Sandor, Berta Alicia Guerrero Perez, Emanuele Isidori. SELF-ORGANISATION IN LIFELONG LEARNING: THEORY, PRACTICE AND IMPLEMENTATION EXPERIENCE INVOLVING SOCIAL NETWORKS AND A REMOTE FORMAT. RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2020 Vol. 17 No. 3 373-389.
- Oprea Ionuț Mihai.SELF-EDUCATION AND LIFELONG LEARNING. IJASOS- International E-Journal of Advances in Social Sciences, Vol. VII, Issue 19, April 2021.
- Natalie V. Kamenez, Zhanna V. Smirnova, Julia M. Tsarapkina- DEVELOPMENT OF INSTRUCTING TECHNIQUES IN PROFESSIONAL TRAINING- International Journal of Mechanical Engineering and Technology (IJMET) Volume 10, Issue 02, February 2019, pp.899-907.