



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

بسم الله الرحمن الرحيم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



شبكة المعلومات الجامعية التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم



MONA MAGHRABY



شبكة المعلومات الجامعية
التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

جامعة عين شمس

التوثيق الإلكتروني والميكروفيلم

قسم

نقسم بالله العظيم أن المادة التي تم توثيقها وتسجيلها
على هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيداً عن الغبار



MONA MAGHRABY



كلية معتمدة



جامعة القاهرة

كلية التربية للطفلة المبكرة

قسم العلوم النفسية

"برنامج قائم على استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية ادارة الوقت"

"لدى معلمات رياض الاطفال"

رسالة مقدمة من الباحث

عبدالناصر علي محمود احمد

للحصول على درجة الماجستير في التربية

(للطفلة المبكرة)

اشراف

د/ فاطمة الزهراء مجدي عبدالسميع

مدرس بقسم العلوم النفسية

كلية التربية للطفلة المبكرة

جامعة القاهرة

أ. د/ جمال مختار حمزه

أستاذ الصحة النفسية

وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

ووكليل الكلية لشئون خدمة المجتمع

وتنمية البيئة الأسبق

كلية التربية للطفلة المبكرة

جامعة القاهرة

٢٠٢١/١٤٤٣

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَرِّي اللَّهُ عَمَلَكُمْ

وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَرِّدُوكُمْ إِلَى عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَدَةِ

فَيُنَتَّشِّكُ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ



صدق الله العظيم

سورة التوبة: الآية ١٠٥

شكر وتقدير

الحمد لله والشكراً لله عز وجل أن أعانتي ووفقني إلى إنجاز هذا البحث ، فإن أصبتُ فمن الله وله الشكر ، وإن كان غير ذلك من خطأ أو نقصٍ فمني ، ورحم الله من رأى شيئاً من ذلك فأرشدني إلى صوابه.

فعن عبد الله بن عمر قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من صنع إليكم معرفة فكافئوه، فإن لم تجدوا ما تكافئونه فادعوا له حتى تروا أنكم قد كافأتموه ". (رواه أبو داود، والنسائي)
وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " لا يشكراً الله من لا يشكراً الناس ". (رواه البخاري، والترمذى) وفي ضوء هذا التوجيه النبوى الشريف يطيب لي قبل البدء في عرض محتويات البحث أن أقدم بخالص الشكر والعرفان إلى كل من ساهم بجهد في إتمام هذا العمل مهما صغر حجمه أو قل أثره، وكل من علمني حرفاً أو أسدى لي نصحاً فكل هؤلاء عظيم شكري ووافر تقديرى .

ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى من وجهني إلى خط الرشاد ودروب المنهج وأعانتي أعاذه الله، وصبر معي ودعمني أستاذى ومشعرى الفاضل والقيمة العلمية الكبيرة والاسم الكبير في علم الصحة النفسية في مصر والوطن العربي معالي الأستاذ الدكتور / جمال مختار حمزه- أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة لقبول سيادته الإشراف على هذا البحث، وعلى ما قدمه سيادته لي من عونٍ صادق ومتابعة جيدة ونصائح طيبة، والتوجيه والتشجيع الدائم، فسيادته لم يدخل على يوماً ما بالنصيحة والتوجيه، وأفاض على من علمه العزيز فكان عطاوه بلا حدود، بما تحلى به من كرم وتواضع، فقد تعلمت منه أصول البحث العلمي، فجاء هذا البحث ثمرة لنصائحه وتوجيهاته، والذي أخذ بيدي حتى أتمت هذا العمل فجزاه الله عنّي خير الجزاء.

والشكراً موصول إلى أستاذتي ذات الخلق الرفيع والقيمة العلمية المتميزة معالي الدكتورة / فاطمة الزهراء مجدي عبدالسميع- المدرس بقسم العلوم النفسية- بكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة القاهرة، على ما قدمته لي من توجيه وارشاد، فكانت نعم الأستاذ المعلم والمرشد فتعلمت منها الكثير، فلها مني خالص الشكر والتقدير، وأدعوا الله العلي القدير أن يحفظها بحفظه ويرعاها برعايته، ويُمتعها بالصحة والعافية.

كما أقدم بخالص الشكر والتقدير للجنة المناقشة والحكم، وأخص بالشكراً أستاذ العطاء والفكر حكيم التربويين، وصاحب المكانة العلمية والخلقية المرموقة، ورمز من الرموز الذين تفتخر بهم كلية الآداب وجامعة عين شمس، والاسم البارز في علم النفس العالم الجليل معالي الأستاذ الدكتور / احمد خيري حافظ أستاذ علم النفس بكلية الآداب - جامعة عين شمس - ، والذي زادني شرفاً بقبول سيادته مناقشة هذا البحث فله مني كل الشكر والتقدير، فجزاه الله عنّي خير الجزاء.

والشكراً موصول لمضرب الأمثال في الجد والاجتهد صاحب الخلق الرفيع والقيمة العلمية البارزة والاسم الاعم في علم الصحة النفسية وصاحب العلم الوافر الذي ينهل من علمه الكثير من الطلاب والباحثين معالي الأستاذ الدكتور / شحاته سليمان محمد أستاذ الصحة ورئيس قسم العلوم النفسية بكلية

التربية للطفولة المبكرة - جامعة القاهرة، وذلك لقبول سيادته مناقشة هذا البحث، فله مني كل الشكر والتقدير، وأدّعو الله العظيم أن يبارك له ويجزه عنّي خير الجزاء.

والشكُّ كُلُّه عز وجل ثم إلى من هما السبب في وجودي في هذه الدنيا أبي رحمة الله وجعله مع النبيين والصديقين والشهداء والصالحين وأمي الغالية أطال الله في عمرها ومتّعها بالصحة والعافية ، والي أفراد عائلتي وهم إخوتي وأبنائهم الأعزاء على ما قدّموه لي من تشجيع ورعاية، فجزاهم الله عن خير الجزاء.

كما أقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير إلى أصدقائي الذين بذلوا كل ما في جهدهم معي حتى أصل إلى هذا اليوم المحبب إلى نفسي، فلهم مني خالص شكري وتقديرني.

كما أقدم بالشكّ والتقدير للسادة الحضور الكرام، وأسأل الله لي وللجميع التوفيق والسداد، وأن يكون هذا العمل علمًا يُنفع به إنه على كل شيء قادر.

وفي النهاية أهدي هذا العمل إلى كل من:

- أبي رحمة الله وأمي جزاها الله عنّي خير الجزاء.

- أفراد عائلتي وهم إخوتي وأبنائهم الأعزاء أطال الله في عمرهم وجزاهم الله عن خير الجزاء.

الباحث



كلية معتمدة



جامعة القاهرة

كلية التربية للطفلة المبكرة

قسم العلوم النفسية

مستخلص البحث باللغة العربية

اسم الباحث: عبدالناصر علي محمود احمد.

عنوان البحث: برنامج قائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدى معلمات الروضة.

الدرجة العلمية: ماجستير في التربية (رياض اطفال).

المستخلص: هدف البحث الى التعرف علي مقدار الإسهام الذي يمكن ان يقوم به البرنامج في تنمية إدارة الوقت باستخدام بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال، واعتمد البحث على عينة من معلمات رياض الأطفال والتي بلغت (٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال ببعض روضات مركز ابو تشت محافظة قنا، واستخدم الباحث الأدوات التالية وهي برنامج إدارة الوقت القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي (إعداد الباحث) وقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة (إعداد الباحث) وقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة (إعداد الباحث)، وتوصلت اهم نتائج البحث الى

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات معلمات رياض الاطفال في القياسين القبلي والبعدي للبرنامج القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي علي مقياس ادارة الوقت لصالح القياس البعدي. وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات معلمات رياض الاطفال علي مقياس ادارة الوقت في القياسين البعدي والتبعي بعد مرور شهر من القياس البعدي.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التنظيم الذاتي . إدارة الوقت . معلمة الروضة.

قائمة الموضوعات

الصفحة	الموضوع
٦:١	الفصل الاول: مدخل البحث
٢	اولاً: مقدمة
٣	ثانياً: مشكلة البحث
٤	ثالثاً: أهمية البحث
٤	رابعاً: أهمية البحث
٥	خامساً: مصطلحات البحث الاجرائية
٦	سادساً: محددات البحث
٣٢ :٧	الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة
٢٢ :٨	المحور الاول: استراتيجيات التنظيم الذاتي
٩	اولاً: مفهوم التنظيم الذاتي
٩	ثانياً: اهمية التنظيم الذاتي
١٠	ثالثاً: نماذج التنظيم الذاتي
١٤	رابعاً: مكونات التنظيم الذاتي
١٥	خامساً: مراحل التنظيم الذاتي
١٦	سادساً: استراتيجيات التنظيم الذاتي
٢٠	سابعاً: سمات وخصائص المتعلم التنظيم الذاتي
٢١	ثامناً: تعقيب على المحور الاول
٣٢ :٢٢	المحور الثاني إدارة الوقت
٢٣	اولاً: مفهوم إدارة الوقت
٢٤	ثانياً: نظريات في إدارة الوقت
٢٦	ثالثاً: اهداف مهارة إدارة الوقت
٢٦	رابعاً: بعض مهارات إدارة الوقت
٣٠	خامساً: المهارات الشخصية لإدارة الوقت
٣١	سادساً: تعقيب على المحور الثاني
٣٢	سابعاً: فروض البحث

الصفحة	الموضوع
٦٢:٣٣	الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للبحث
٣٤	اولاً: منهج البحث
٣٤	ثانياً: عينة البحث
٣٥	ثالثاً: ادوات البحث
٦١	رابعاً: خطوات البحث الاجرائية
٦٢	خامساً: الاساليب الاحصائية
٦٨:٦٣	الفصل الرابع: نتائج البحث ومناقشتها
٦٤	اولاً: عرض نتائج البحث ومناقشتها
٦٤	١. نتائج الفرض الأول ومناقشته
٦٧	٢. نتائج الفرض الثاني ومناقشته
٦٨	ثانياً: توصيات البحث
٦٨	ثالثاً: البحوث المقترحة
٦٩	قائمة المراجع
١٢٦	ملخص البحث باللغة العربية
١٢٩	ملخص البحث باللغة الأجنبية

فهرس الجداول

الصفحة	اسم الجدول
١٧	جدول (١) جدول استراتيجيات التنظيم الذاتي
٣٥	جدول (٢) جدول العينة الاستطلاعية
٣٦	جدول (٣) جدول التحقق من الخصائص السيكولوجية لأدوات البحث
٣٦	جدول (٤) جدول الإرایعيات للمجموعة التجريبية عند أفراد العينة
٣٧	جدول (٥) جدول العينة الأساسية
٣٩	جدول (٦) جدول العينة الأساسية لمقاييس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٠	جدول (٧) جدول السادة المحكمين لمقاييس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي
٤١	جدول (٨) جدول نتائج الاتساق الداخلي لمقاييس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٢	جدول (٩) جدول التحليل العاملی الاستكشافي لمفردات مقاييس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٣	جدول (١٠) جدول ثباتات مقاييس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٥	جدول (١١) جدول العينة الأساسية لمقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٦	جدول (١٢) جدول المحكمين لمقاييس إدارة الوقت لمعلمة الروضة
٤٧	جدول (١٣) جدول نتائج الاتساق الداخلي لمقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٨	جدول (١٤) جدول التحليل العاملی الاستكشافي لمفردات مقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٩	جدول (١٥) جدول ثباتات مقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٥٦	جدول (١٦) جدول تحكيم البرنامج القائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدى معلمات رياض الأطفال
٥٧	جدول (١٧) جدول مخطط عام للبرنامج القائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدى معلمات رياض الأطفال
٥٧	جدول (١٨) جدول أهداف البرنامج وعدد جلساته وأهدافه واستراتيجياته
٦٤	جدول (١٩) جدول نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات المعلمات في القياسين القبلي والبعدي لمقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٦٧	جدول (٢٠) جدول نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات المعلمات في القياسين البعدي والتبعي لمقاييس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال

فهرس الأشكال

الصفحة	اسم الشكل
١١	شكل (١) العلاقة التبادلية للتنظيم الذاتي

فهرس الملاحق

الصفحة	اسم الملاحق
٧٦	ملحق (١) قائمة بأسماء السادة الممكرين لقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة وقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة والبرنامج القائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدى معلمات رياض الأطفال
٧٨	ملحق (٢) مقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة
٨٢	ملحق (٣) مقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة
٨٦	ملحق (٤) جلسات البرنامج القائم على بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدى معلمات رياض

الفصل الأول

مدخل البحث

- اولاً: مقدمة البحث
- ثانياً: مشكلة البحث
- ثالثاً: اهداف البحث
- رابعاً: اهمية البحث
- خامساً: مصطلحات البحث الاجرائية
- سادساً: محددات البحث

الفصل الأول

مدخل البحث

اولاً: مقدمة:

يشهد القرن الحالي تقدماً هائلاً في الثروة المعرفية والتكنولوجية مما ادي الي حدوث طفرات حضارية في المجتمعات الانسانية وظهور تحديات جديدة ومتطلبات متعددة من الافراد ، هذا التقدم ترك انعكاساته علي المؤسسات التربوية التي اصبح لزاماً عليها ان تعد الفرد ليعيش في هذا القرن الجديد، وينكيف معه، وهذا يتطلب مساعدته في تربية مهارات جديدة تجعله قادراً علي مواجهة ما تفرزه التحديات والمتطلبات الجديدة من مواقف ومشكلات تقابلها في حياته اليومية.

ومهارات إدارة الوقت (Time Management Skills) من مهارات الحياة المعاصرة التي تعمل على تنظيم حياة الانسان وهذا يساعد في فهم التغيير والتطور وعدم التمسك بالعادات والقيم السائدة المتوارثة. فهي مهارات عقلية سلوكية قائمة علي اشباع وتغطية رغبا وحاجات الافراد ودواجهم الذاتية نحو الارتفاع والرقي الوظيفي والمهارى . (عواطف محمود عيسى وآخرون، ٢٠١٣: ٤١٣).

وامتلاك مهارات إدارة الوقت لها تأثيرها علي حياة الفرد من جميع الجوانب، فهي تزيد من انتاجيته وترفع من مستوى أدائه العام، كما أنه تساعدة علي تحسين معنوياته لشعوره بالرضا من استخدام وقته بفاعلية . وقد اتفقت نتائج الكثير من الدراسات والابحاث ذات الصلة بموضوع إدارة الوقت علي وجود ارتباط بين اكتساب الافراد لمهارات إدارة الوقت وزيادة التحصيل والإنجاز الأكاديمي، وايضاً نتائج بعض الدراسات التي وضحت ان هناك علاقة بين وجود مهارات إدارة وقت جيدة وارتفاع الدافع للإنجاز لدى طلاب الجامعة، هذا الي جانب دورها في تحسين نوع الحياة التي يحياها الفرد فهي تقلل من الضغوط وتساعد علي تحسين الصحة وذلك طبقاً لنتائج الدراسات (عواطف محمود عيسى وآخرون، ٢٠١٠: ٤١٣).

ويتضح مما سبق: ان التنظيم الذاتي يعد احد اهم العوامل المساعدة في تربية إدارة الوقت لما يحتويه من استراتيجيات ومهارات ذاتية مثل المراقبة الذاتية والتنظيم والضبط البيئي والتقصيل وغيرها من الاستراتيجيات التي تعتمد علي القدرات الذاتية.

وقد اشارت الابحاث ان الفرد ذا التنظيم الذاتي يتمتع بصفات اهمها انه يتميز بمستوى عال من الدافعية وانه يؤدي المهام المطلوبة بطريقه جيده وانه يستطيع ان يخطط لتحقيق اهداف واقعيه لإنجاز المهام ويستطيع استخدام استراتيجيات فعاله لتحقيق الاهداف ذاتي التوجيه لتقييم فعاليته كما انه يستطيع تعديل استراتيجية واستخدامها عند اللزوم . (جابر عبدالحميد جابر وآخرون، ٢٠١٤: ٥٠٣)

ويتضح ان التنظيم الذاتي هو قدرة الفرد علي التنظيم او الضبط الذاتي لسلوكه في علاقته بالمتغيرات البيئية المتداخلة في الموقف ، اي تكيف سلوكه وبنائه المعرفي وعملياته المعرفية البيئية بصورة متبادلة ومتفاعلة. (جابر عبدالحميد جابر وآخرون، ٢٠١٤: ٥٠٤)

وعلى الرغم من ان مفهوم التنظيم الذاتي قد دخل حديثا الى التراث السيكولوجي الا انه يتلاعما مع فكرة راسخه قديمة وهي ان الفرد يجب الا يكون سلي . (سوسن ابراهيم ابو العلا، ٢٠٠٠: ٢٠)

ولقد عملت توجهات نظرية متعددة علي صياغه نظريه للتنظيم الذاتي للتعلم منها النظرية الاجتماعيه المعرفية social cognitive theory التي صاغها باندورا وتقترض ان السلوك الانساني يتحدد تبادليا بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي العوامل الذاتية والعوامل السلوكية والعوامل البيئية والتنظيم الذاتي للتعلم هو العملية التي بواسطتها يحاول المتعلم ان يتحكم في تلك المؤثرات من اجل تحقيق اهدافه. (عبدالمنعم احمد حسين وخالد احمد عبدالعال، ٢٠١٧: ٢٢٨)

ثانياً: مشكلة البحث:

الوقت من متغيرات البيئة الخارجية دون ان تكون للإنسان قدرة علي التحكم فيه، فليس هناك من يستطيع تقديم او تأخير الوقت او زيادته او تقليله ، فالوقت محدد للجميع، وبشكل متساوي فهو يسير بشكل منظم نحو الامام فقط ، وبإيقاع متزن ومنسق لا يمكن تغييره. (فوزية بنت خلفان الغافري، ٢٠١١، ١٤:)

واشارت (ايمان ابراهيم عبدالفتاح ٢٠١١) في دراستها الي الدور الذي تلعبه مهارة إدارة الوقت في تحقيق الاهداف وانجازها، حيث يرجع اليها الكثير من عوامل النجاح او الفشل في مجالات العمل المختلفة، لذا فقد اهتم الكثيرين علي المستوى العالمي او العربي بدراسة إدارة الوقت سواء بمفردها او مع متغيرات اخري ونتج عنها ان إدارة الوقت لها علاقة ايجابية وقوية بالإبداع الاداري، كما اشارت دراسة (سعد محمد علي ، امل السيد خلف ٢٠١٥) الي إعداد برنامج لتنمية إدارة الوقت لدى اطفال ما قبل المدرسة ونتج عنها تنمية إدارة الوقت لديهم، وغيرها من الدراسات والبحوث.

ومن هنا بدأ الاحساس بالمشكلة لدى الباحث من خلال مشاركاته في البرامج التدريبية والاترائية داخل الروضات حيث لوحظ طبيعة عمل بعض معلمات رياض الاطفال داخل مجموعة من الروضات من حيث إدارة المعلمات للوقت داخل الروضة ولوحظ عدم القدرة علي انجاز الاهداف المراد انجازها بسبب بعض العوامل التي من ضمنها بل وعلي رأسها سوء ادارة الوقت داخل قاعة الروضة من قبل المعلمات.

وبشكل عام اكدت الابحاث ان انماط السلوك المشكل لا يمكن تغييرها الا من خلال الفرد نفسه، وذلك لصعوبة مراقبتها والتحكم الذاتي بشكل مستمر في السلوك في مختلف الاماكن والمواقف الا ان التدريب علي التنظيم الذاتي يؤدي الي التحرك تدريجياً من السلوكيات التي يتحكم فيها المعلم، كم اوضحت بعض الدراسات الي وجود علاقة موجبة بين التنظيم الذاتي والتحكم في السلوك. (علاء الدين عبدالحميد ايوب، ٢٠١٣: ٥٩).

وباستقراء الباحث للأدبيات والدراسات السيكولوجية فوجد - في حدود علم الباحث - ندرة في هذا المجال، مما دفع الباحث الى القيام بهذا البحث. وفي ضوء نتائج الدراسات السابقة والموضوعات التي تحدثت عن الوقت واهميته في حياة الفرد وضرورة استغلاله حيث اكدت ان عمر الفرد هو عبارة عن