



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
علي هذه الأقراص المدمجة قد أعدت دون أية تغيرات



يجب أن

تحفظ هذه الأقراص المدمجة بعيدا عن الغبار



MONA MAGHRABY



كلية معتمدة



جامعة القاهرة

كلية التربية للطفولة المبكرة

قسم العلوم النفسية

"برنامج قائم علي استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية ادارة الوقت

لدي معلمات رياض الاطفال"

رسالة مقدمة من الباحث

عبدالناصر علي محمود احمد

للحصول علي درجة الماجستير في التربية

(للطفولة المبكرة)

اشراف

د/ فاطمة الزهراء مجدي عبدالسميع

مدرس بقسم العلوم النفسية

كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

أ. د/ جمال مختار حمزه

استاذ الصحة النفسية

وكيل الكلية لشئون التعليم والطلاب

ووكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع

وتنمية البيئة الأسبق

كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

٢٠٢١/١٤٤٣

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَقُلْ أَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ
وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلِّيِّ الْعَالِينَ وَالشَّهَادَةُ
فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١٠٥﴾

صدق الله العظيم

سورة التوبة: الآية ١٠٥

شكر وتقدير

الحمدُ لله والشكرُ لله عزَّ وجلَّ أن أعانني ووفقني الى إنجازِ هذا البحث ، فإن أصبْتُ فمن الله وله الشكرُ، وإن كان غيرَ ذلك من خطأ أو نقصٍ فمني ، ورحمَ الله من رأى شيئاً من ذلك فأرشدني الى صوابه.

فعن عبد الله بن عمر قال، قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من صنع إليكم معروفاً 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 يشكرُ الله من لا يشكرُ الناسَ ". (رواه البخاري، والترمذي) وفي ضوء هذا التوجيه النبوي الشريف يطيبُ لي قبل البدء في عرض محتويات البحث أن أتقدم بخالص الشكر والعرفان الى كل من ساهم بجهد في إتمام هذا العمل مهما صغر حجمه أو قلَّ أثره، ولكل من علمني حرفاً أو أسدى لي نصحاً فلكل هؤلاء عظيم شكري ووافر تقديرِي .

ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان الي من وجهني الي خط الرشد ودروب المنهج وأعانني أعانه الله، وصبر معي ودعمني أستاذي ومشرفي 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 علي هذا البحث، وعلي ما قدمه سيادته لي من عونٍ صادق ومتابعة جيدة ونصائح طيبة، والتوجيه والتشجيع الدائم، فسيادته لم يبخل عليَّ يوماً ما بالنصيحة والتوجيه، وأفاض عليَّ من علمه الغزير فكان عطاؤه بلا حدود، بما تحلي به من كرمٍ وتواضعٍ، فقد تعلمت منه أصول البحث العلمي، فجاء هذا البحث ثمرة لنصائحه وتوجيهاته، والذي أخذ بيدي حتى أتممت هذا العمل فجزاه الله عنّي خير الجزاء.

والشكرُ موصول الي 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 وإرشاد، فكانت نعم الأستاذ المعلم والمرشد فتعلمت منها الكثير، فلها مني خالص الشكر والتقدير، وأدعو الله العليّ القدير أن يحفظها بحفظه ويرعاها برعايته، ويُمَتِّعها بالصحة والعافية.

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير للجنة المناقشة والحكم، وأخص بالشكر 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 خيرى حافظ أستاذ علم النفس بكلية الآداب - جامعة عين شمس - ، والذي زادني شرفاً بقبول سيادته مناقشة هذا البحث فله مني كل الشكر والتقدير، فجزاه الله عني خير الجزاء.

والشكرُ موصول لمضرب الأمثال في الجد والاجتهاد صاحب الخلق الرفيع والقيمة العلمية البارزة والاسم اللامع في علم الصحة النفسية وصاحب العلم الوافر الذي ينهل من علمه الكثير من الطلاب والباحثين معالي الاستاذ 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، وأدعو الله العظيم أن يبارك له ويجزيه عني خير الجزاء.

والشكر كله لله عز وجل ثم الى من هما السبب في وجودي في هذه الدنيا أبي رحمه الله وجعله مع النبيين والصديقين والشهداء والصالحين وأمي الغالية أطال الله في عمرها ومتعها بالصحة والعافية ، والي أفراد عائلتي وهم إخوتي وأبنائهم الأعزاء على ما قدموه لي من تشجيع ورعاية، فجزاهم الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير الي أصدقائي الذين بذلوا كل ما في جهمهم معي حتي أصل الي هذا اليوم المحبب الي نفسي، فلهم مني خالص شكري وتقديري.

كما أتقدم بالشكر والتقدير للسادة الحضور الكرام، وأسأل الله لي وللجميع التوفيق والسداد، وأن يكون هذا العمل علماً يُنتفعُ به إنه على كل شيء قدير.

وفي النهاية أهدي هذا العمل الي كل من:

- أبي رحمه الله وأمي جزاها الله عني خير الجزاء.
- أفراد عائلتي وهم إخوتي وأبنائهم الأعزاء أطال الله في عمرهم وجزاهم الله عني خير الجزاء.

الباحث



كلية معتمدة



جامعة القاهرة

كلية التربية للطفولة 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 لدي معلمات الروضة.

الدرجة العلمية: ماجستير في التربية (رياض اطفال).

المستخلص: هدف البحث الي التعرف علي مقدار الإسهام الذي يمكن ان يقوم به البرنامج في تنمية إدارة الوقت باستخدام بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لدي معلمات رياض الأطفال، واعتمد البحث علي 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) ومقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة (إعداد الباحث) ومقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة (إعداد الباحث)، وتوصلت اهم نتائج البحث الي

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 والتتبعي 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 علي 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	ساساً: تعقيب علي المحور الثاني
٣٢	سابعاً: فروض البحث

الموضوع	الصفحة
الفصل الثالث: الاجراءات المنهجية للبحث	٢٢:٣٣
اولاً: منهج البحث	٣٤
ثانياً: عينة البحث	٣٤
ثالثاً: ادوات البحث	٣٥
رابعاً: خطوات البحث الاجرائية	٦١
خامساً: الاساليب الاحصائية	٦٢
الفصل الرابع: نتائج البحث ومناقشتها	٦٨:٦٣
اولاً: عرض نتائج البحث ومناقشتها	٦٤
١. نتيجة الفرض الأول ومناقشته	٦٤
٢. نتيجة الفرض الثاني ومناقشته	٦٧
ثانياً: توصيات البحث	٦٨
ثالثاً: البحوث المقترحة	٦٨
قائمة المراجع	٦٩
ملخص البحث باللغة العربية	١٢٦
ملخص البحث باللغة الأجنبية	129

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 السيكو مترية لأدوات البحث
٣٦	جدول (٤) جدول الإرباعيات للمجموعة التجريبية عند أفراد العينة
٣٧	جدول (٥) جدول العينة الأساسية
٣٩	جدول (٦) جدول العينة الأساسية لمقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٠	جدول (٧) جدول السادة المحكمين لمقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي
٤١	جدول (٨) جدول نتائج الاتساق الداخلي لمقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٢	جدول (٩) جدول التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات مقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٣	جدول (١٠) جدول ثبات مقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة رياض الأطفال
٤٥	جدول (١١) جدول العينة الأساسية لمقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٦	جدول (١٢) جدول المحكمين لمقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة
٤٧	جدول (١٣) جدول نتائج الاتساق الداخلي لمقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٨	جدول (١٤) جدول التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات مقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٤٩	جدول (١٥) جدول ثبات مقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٥٦	جدول (١٦) جدول تحكيم البرنامج القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدي معلمات رياض الاطفال
٥٧	جدول (١٧) جدول مخطط عام للبرنامج القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدي معلمات رياض الاطفال
٥٧	جدول (١٨) جدول اهداف البرنامج وعدد جلساته واهدافه واستراتيجياته
٦٤	جدول (١٩) جدول نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات المعلمات في القياسين القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال
٦٧	جدول (٢٠) جدول نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطي درجات المعلمات في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال

فهرس الأشكال

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

فهرس الملاحق

الصفحة	اسم الملحق
٧٦	ملحق (١) قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة ومقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة والبرنامج القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدي معلمات رياض الاطفال
٧٨	ملحق (٢) مقياس بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لمعلمة الروضة
٨٢	ملحق (٣) مقياس إدارة الوقت لمعلمة الروضة
٨٦	ملحق (٤) جلسات البرنامج القائم علي بعض استراتيجيات التنظيم الذاتي لتنمية إدارة الوقت لدي معلمات رياض

الفصل الاول

مدخل البحث

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

الفصل الاول

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، ويتكيف معه، وهذا يتطلب مساعدته في تنمية مهارات جديدة تجعله قادراً علي مواجهة ما تفرزه التحديات والمتطلبات الجديدة من مواقف ومشكلات تقابله في حياته اليومية.

ومهارات إدارة الوقت (Time Management Skills) من مهارات الحياة المعاصرة التي تعمل علي تنظيم حياة الانسان وهذا يساعده في فهم التغير والتطور وعدم التمسك بالعادات والقيم السيئة المتوارثة. فهي مهارات عقلية سلوكية قائمة علي اشباع وتغطية رغبا وحاجات الافراد ودوافعهم الذاتية نحو الارتفاع والرقى الوظيفي والمهاري .(عواطف محمود عيسي وآخرون، ٢٠١٠: ٤١٣).

وامتلاك مهارات إدارة الوقت لها تأثيرها علي حياة الفرد من جميع الجوانب، فهي تزيد من انتاجيته وترفع من مستوي أدائه العام، كما أنه تساعده 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 والانجاز الاكاديمي، وايضاً نتائج بعض الدراسات التي وضحت ان هناك علاقة بين وجود مهارات إدارة وقت جيدة وارتفاع الدافع للإنجاز لدي 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 عيسي وآخرون، ٢٠١٠: ٤١٣).

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

وقد اشارت الابحاث ان الفرد ذا التنظيم الذاتي يتمتع بصفات اهمها انه يتميز بمستوي عال من الدافعية وانه يؤدي المهام المطلوبة بطريقه جيده وانه يستطيع ان يخطط لتحقيق اهداف واقعيه لإنجاز المهام ويستطيع استخدام استراتيجيات فعالة لتحقيق الاهداف وذاتي التوجيه لتقييم فعاليته كما انه يستطيع تعديل استراتيجيه 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 بصوره متبادلة ومتفاعله. (جابر عبدالحميد جابر وآخرون، ٢٠١٤: ٥٠٤)

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

ولقد عملت توجهات نظريه متعددة علي صياغه نظريه للتنظيم الذاتي للتعلم منها النظرية الاجتماعية المعرفية social cognitive theory التي صاغها باندورا وتفترض 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 أو تأخير الوقت أو زيادته أو تقليله ، فالوقت محدد للجميع، وبشكل متساوي فهو يسير بشكل منتظم 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 المستوي 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 لدي اطفال ما قبل المدرسة ونتج عنها تنمية ادارة الوقت لديهم، وغيرها من الدراسات والبحوث.

ومن هنا بدأ الاحساس بالمشكلة لدي الباحث من خلال مشاركاته في البرامج التدريبية والاثرائية 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 الادبيات 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 الي 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