وقائع المؤتمر العلمي الدوري الثاني للمديرية العامة للتربية في بغداد الرصافة الثانية الموسوم:
(البحث العلمي وسيلة حضارية لتطوير العملية الاشرافية والنهوض بالواقع التربوي)
وتحت شعار
(البحث العلمي والاشراف التربوي رؤى مشتركة لبناء عملية تربوية ناجحة)
يومي الاربعاء و الخميس 22-23 /10/ 2025

فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لـ (ستيفن آر كوفي) في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية

م.م. زهير حسن رطان أ.د. وفاء كنعان خضر
جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية
ZH231482ped@st.tu.edu.iq wafakanan@tu.edu.iq

مستخلص البحث:

تعد إدارة الوقت بفعالية من المهارات الأساسية التي يحتاجها الطلاب في المرحلة الإعدادية، وذلك لمواجهة التحديات الدراسية والنفسية والاجتماعية، فإدارة الوقت تُمكن الطالب من تنظيم جهوده وترتيب أولوياته وتحقيق أهدافه بكفاءة، فضلاً عن مساعدته في التوازن بين المتطلبات الدراسية والأنشطة اليومية، فالطلاب الذين لديهم ضعف في مهارات إدارة الوقت يكونون أقل قدرة على حل المشكلات والتحكم أو السيطرة على شؤونهم وإدارتها، والتعامل مع الضغوط التي يتعرضون لها، كما أنهم أقل كفاءة وفاعلية في إنجاز المهام التي يكلفون بها. ويهدف البحث الحالي إلى: -

1- التعرف على إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

2- بناء برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي لتحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

3- الكشف عن مدى فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية. واشتقت منه مجموعة من الفرضيات منها:

1- لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

2- لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

3- لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي - الأدبي) ومتوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي - الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت.

ولتحقيق أهداف تم بناء مقياس إدارة الوقت وقد تحقق من صدق المحتوى والصدق الظاهري وصدق البناء، وتم حساب القوة التمييزية للفقرات، كما تم التحقق من الثبات بطريقة إعادة الاختبار وكانت نسبته (0,77) وبطريقة معامل ألفا كرونباخ وكانت نسبته (0,73) وهو معامل ثبات جيد يمكن الاعتماد عليه، كما تم بناء برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي لتحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية، وقد تكون البرنامج من (16) جلسة، وتم استخراج الصدق الظاهري للبرنامج بعد عرضه على مجموعة من الخبراء والمحكمين. وأظهرت نتائج البحث:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية (علمي، أدبي) في مقياس إدارة الوقت بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي.

2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة الضابطة (علمي، أدبي) في مقياس إدارة الوقت بين الاختبارين القبلي والبعدي.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في مقياس إدارة الوقت في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية للفرعين العلمي والأدبي.

وفي ضوء النتائج صيغ عدد من التوصيات والمقترحات منها:

1- تضمين جلسات البرنامج التربوي الذي أعده الباحث والاستفادة منها في برامج الإرشاد الجماعي واستخدامها من قبل المرشدين التربويين في المدارس لتحسين إدارة الوقت لدى الطلاب.

2- دراسة فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تطوير المهارات القيادية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

الفصل الأول: التعريف بالبحث

أولا- مشكلة البحث

يشهد مجتمعنا تطوراً تكنولوجياً وعلمياً وثقافياً كبيراً لم يسبق له مثيل من قبل، ويعد هذا التطور خطراً محدقاً على بناء المجتمع وتماسكه، ومما لا ريب فيه أن نجاح أي مجتمع في تجاوز هذه التغيرات المتسارعة يعتمد في الأساس على مدى تقبل الفرد لفكرة تطوير نفسه، وأن يعمل وفقاً لقدراته وإمكانياته كي يصبح أداة بناء لهذا المجتمع لا أداة هدم له، فالفرد مرتبط بالأحداث والمواقف اليومية التي تستقل بدورها شخصيته، لذا يجب إعداده على مواجهة مثل هذه الأحداث والمواقف بفاعلية (الشمري، 2021: 33). وفي ظل التغيرات السريعة التي يشهدها عصرنا الحالي والتحديات المتزايدة التي يواجهها مجتمعنا أصبح الطالب في المرحلة الإعدادية معرضاً للعديد من الضغوط سواء أكانت من حيث المتطلبات الدراسية أم من حيث التحديات الاجتماعية أو الانفعالية، مما يجعله بحاجة إلى امتلاك مهارات حياتية أساسية تساعده على التوافق الإيجابي ومسايرة التغيرات الحاصلة، ومن بين هذه المهارات مهارة إدارة الوقت بوصفها من أهم العوامل النفسية والتربوية المساهمة في تعزيز كفاءة الأداء الدراسي والاجتماعي والنفسي للطالب.

ثانيا- أهمية البحث

حظيت قضية الوقت بإهتمام كبير في جميع الأديان والحضارات والثقافات، وأكد الإسلام على أهمية الوعي بالوقت واستغلاله لإنجاز المهام. كما أن المصريون القدماء اهتموا بدراسة الوقت لأسباب دينية ومعمارية. ومن منتصف القرن الماضي حتى اليوم، ظهرت الكثير من الدراسات المتخصصة لتنمية وتطوير مهارة إدارة الوقت عن طريق الأساليب الحديثة حيث ركزت الحضارة الغربية على هذا الأمر ولأسباب اقتصادية وإنسانية والتعمق بتفاصيله كجانب من جوانب الإدارة الفاعلة (الكندري وملك، 2007: 3). وإن زيادة أهمية إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية يرجع إلى دورها الحساس والحيوي في تحديد النجاح وتحديد مصيرهم ورسم الخطط الواضحة لمستقبلهم الدراسي والمهني، وهذه المرحلة التي يُعتبر فيها الطالب أكثر نضجاً من السنوات السابقة، فهو يمتلك القدرة على فهم أهمية الوقت في إنجاز المهام الحياتية والقدرة على إدارته بفعالية وتحقيق التقدم فيها ووضع خطط مناسبة لتحقيق اقصى استفادة من وقته (المشاري، 2023: 49).

وقد اشارت دراسة الدوري (2003) الى أن من المهمات الرئيسية لمهارات ادارة الوقت هي تنبيه الطلاب إلى أن كل عام دراسي هو وحدة كاملة، وإن كل ساعة فيه مكملة للأخرى، وأنه من المهم أن يلاحظوا نموهم السريع في كل عام ليتمكنوا من تطوير قدراتهم وتحسين شخصياتهم، إذ يمكن التنبه لهذا النمو أن يساعد الطالب على التخلص من الاخطاء والتقدم في الحياة، كما إن تنظيم الوقت يحسن قدرة الطالب على التحصيل الدراسي ويشعره بالصحة والراحة النفسية، وقد ذكر

"شاندلر إنه لا يمكن لأي طالب أن يقوم بعمل متقن إلا بالتنظيم الفعال لوقته، وبإمكانه المشاركة في النشاطات الاجتماعية والترويحية التي هي ضرورية للصحة النفسية، وإن البرنامج المحدد للعمل في تنظيم الوقت والمتابعة المستمرة لمثل هذه البرامج يؤثر تأثيراً ايجابياً في التحصيل". ويرى فاين إن مهارة تنظيم الوقت تشمل فضلا عن وقت الدراسة، وقت النوم، وقت تناول الطعام، وقت النشاطات البيتية وأوقات الفراغ، ولكنه في الوقت نفسه يركز على أهمية وقت الدراسة، وأنه يجب على الطالب أن يحدد ساعات اليوم التي يكون بها أكثر فاعلية ويخصصها للدراسة (الدوري،2003: ص25).

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى:

1- التعرف على إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

2- بناء برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

3- الكشف عن مدى فاعلية البرنامج التربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية التالية:

الفرضية الأولى: - لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت.

الفرضية الثانية: - لا يوجد فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت.

الفرضية الثالثة: - لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي - الأدبي) ومتوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي - الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت.

الفرضية الرابعة: - لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (العلمي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت.

الفرضية الخامسة: - لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت.

الفرضية السادسة: - لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي) ومتوسط درجات المجموعة التجريبية (الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلاب المرحلة الإعدادية (الصف الخامس الإعدادي) للعام الدراسي (2024 – 2025) الدراسة الصباحية في المديرية العامة للتربية في محافظة بابل، قسم تربية الهاشمية، المدارس التابعة لقسم تربية الهاشمية.

تحديد المصطلحات

أولا- الفاعلية: Effectiveness

عرفها كل من

1- شحاته والنجار (2003): هي مدى التأثير الذي تُحدثه المعالجة التجريبية، كمتغير مستقل في المتغير التابع، ويمكن أن تُعرّف بأنها مدى تأثير العامل المستقل أو مجموعة العوامل المستقلة على العوامل التابعة (شحاتة والنجار، 2003، ص230).

2- الجاف (2016): بأنها القدرة على تحقيق هدف محدد عن طريق إحداث التغير وبلوغ الهدف المنشود (الجاف، 2016: 16).

ثانيا- البرنامج التربوي: Educational programme

عرفه كل من:

1- De bono (2012): وهو سلسلة لقاءات تربوية مبرمجة ومنظمة تنظيماً جيداً ومخططة زمنياً، تتضمن مجموعة من الاستراتيجيات تهدف إلى تطوير مهارات محددة وفقاً للأساس النظري الذي اعتمده البرنامج (De bono, 2012: 58).

2- الريحاني وآخرون (2010): مجموعة خطوات منظمة ومحدودة تقوم أساساً على نظريات وفنيات ومبادئ، تقدم للأفراد مجموعة من المعلومات والتجارب والمهارات والأنشطة المختلفة خلال فترة زمنية محدودة، لتعديل سلوكياتهم ومساعدتهم في إكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تساعدهم على تحقيق التوافق النفسي والتغلب على المشكلات التي يعانون منها (الريحاني وآخرون، 2010: 283).

ثالثا- عادات العقل: Habits of Mind

عرفها كل من:

1- Covey (2007): مجموعة من العناصر الأساسية تسمى مبادئ، والمتمثلة في صور وأشكال متعددة يمكن تعلمها بطريقة متتابعة ومتوازنة، وتمثل مجموعة أفكار نؤديها مراراً وتكراراً من دون أن ندركها في معظم الأحيان إلا أنها تعمل على توجيهنا بصورة تلقائية، وتكون قابلة للتغيير إذا ما تم التدريب عليها لمدة من الوقت (Covey, 2007: 22).

2- حسين (2013): أنماط من السلوك الذكي تسهم في إدارة وتنظيم العمليات العقلية، والتي تتشكل من خلال استجابات الفرد لمشكلات تحتاج إلى تفكير وتأمل، وهذه الاستجابات تتحول إلى عادات نتيجة التدريب والتكرار، وتتأدى فيها المهارات الذهنية عند مواجهة أي مشكلة جديدة أو موقف ما بسرعة ودقة، مما يسهم في نجاح الفرد في حياته الدراسية والعملية والاجتماعية (حسين، 2013: 19).

خامسا- إدارة الوقت: The Time Management

عرفها كل من:

1- Covey (1989): مهارة ذاتية تتضمن القدرة على التخطيط وتحديد الأهداف وترتيب الأولويات بناءً على الأهمية بدلًا من الإلحاح، مع التركيز على الأنشطة والمهام التي تسهم في تحقيق الأهداف وتعزيز العلاقات الشخصية (Covey, 1989: 157 – 158).

2- القرشي (2021): القدرة على الحفاظ على الوقت ووضع الأهداف والأولويات، والتفهم الصحيح لضبط الوقت وتنظيمه ومراقبة استخدامه بفاعلية ومتابعة الأداء ومراجعة الإجراءات لتقليل إهدار الوقت (القرشي، 2021: 38).

الفصل الثاني: إطار نظري

إدارة الوقت Time management

مفهوم إدارة الوقت:

يعد مفهوم إدارة الوقت من المفاهيم المتكاملة والشاملة لأي زمان ومكان فهو لا يقتصر على شخص دون غيره ولا على مكان أو زمان دون آخر، ويرتبط هذا المفهوم بوجود عملية مستمرة من التخطيط والتحليل والتقييم لجميع الأنشطة التي يؤديها الشخص خلال مدة زمنية محددة لغرض استثمار الوقت المتاح لديه من أجل الوصول للأهداف المنشودة (القريوتي، 2004: 64).

وبشكل عام ترجع جذور مصطلح إدارة الوقت إلى جهود وأعمال فريدريك تايلور (1856 – 1915) أبو الإدارة العلمية من خلال تركيزه على دراسة الحركة والزمن في محاولة منه لتحقيق الزيادة في انتاج المصانع بتقسيم العمل إلى أجزاء بسيطة، حيث يتم تحديد الحركة الأساسية لها من منطقة إلى أخرى وحساب الزمن الذي تستغرقه في ذلك بهدف ربط الأجزاء مع بعضها بأسرع وأفضل طريقة وبأقل وقت ممكن (أحمد وحافظ، 2003: 80). ويقاس التقدم والإنجاز في وقتنا الحاضر من خلال مقدار الوقت والجهد الذي يبذل لتحقيق الإنجاز، ويوصف التعلم بأنه جيد عندما يتم بأقصر وقت وأقل جهد وتكلفة لتحقيق الأهداف المنشودة وبما يتفق مع المعقولية والإنسانية، وإن جميع الأمم تخطوا نحو التحسين والتطوير في مختلف مجالات الحياة (عليان،2007 :16).

أهداف إدارة الوقت

لقد أشار عبد الحافظ (2011) إلى أن إدارة الوقت الناجحة تجعلنا نتعرف على مواطن القوة والضعف، ونشعر بالتوازن في حياتنا، وتمكننا من تحديد أي من الأنشطة هي الأهم والتي تشغلنا أكثر في حياتنا (عبد الحافظ، 2011: 35). وأضافت عبد الرحمن (2012) أن أهداف إدارة الوقت تتمثل بالنقاط الآتية:

1- إكساب الطالب مهارات السيطرة على الوقت المتاح لديه للتنفيذ في ظل المعوقات الخارجة عن إرادته.
2- تغيير بعض العادات السلوكية السلبية لدى الطالب مثل عدم الالتزام بالمواعيد والوقت.
3- إكساب الطالب الإرادة والإصرار على تنفيذ المهام في موعدها المحدد مهما كانت الظروف.
4- اكتساب الطالب سلوكيات جديدة واتجاهات إيجابية نحو الوقت، مثل احترام الوقت وتقديره والالتزام به.
5- تحقيق التوازن بين الأنشطة النفسية والجسمية والذهنية عن طريق ممارسة الهوايات والألعاب ولقاءات الأصدقاء.
6- وضع الأهداف القصيرة والطويلة الأمد والعمل على تحقيق هذه الأهداف والاستمتاع بها.
7- توزيع الوقت على الساعات اليومية والأسبوعية والشهرية، كي تكون ذات معنى وممتعة تشتمل على الجد والمرح والهواية (عبد الرحمن، 2012: 37).

مهارات إدارة الوقت

أولا- تخطيط الوقت: يعرف مدوكي (2014) التخطيط بأنه النشاط الذي يطبقه جميع الأفراد في أغلب المهام، ويعتمد في الأساس على إعداد خطة ذهنية قبل أن يتم تحويلها إلى خطة حقيقية (مدوكي، 2014: 7).

ثانيا- تنظيم الوقت: تتضمن عملية التنظيم فهم واستيعاب جميع المتغيرات والمستجدات التي تواكب طموحات الأفراد وتماشيها، ويشتمل التنظيم على وصف المهام والأنشطة الواجب أداؤها في الوقت المناسب بصورة سليمة (الصرن، 2001: 89).

ثالثا- ترتيب الأولويات: ويقصد بذلك إنجاز المهام وفقاً للوقت المحدد لها، وتحقيق الأهداف التي تم التخطيط لها سابقاً، أي معرفة الفترة الزمنية اللازمة لتنفيذ المهام والالتزام بها (أكريم، 2016: 20).

رابعا- التقويم والمتابعة: إن متابعة الوقت هي عملية منظمة للتحقق فيما إذا كان نشاط معين أو برنامج ما يسير وفق الأهداف المرسومة له أم لا وبالتزامن مع الجدول الزمني المحدد له، وتشير متابعة الوقت إلى المراجعة المستمرة لمدى الالتزام بتنفيذ المهام حسب الجدول المخطط لها في مراحل سابقة، وتتضمن عملية متابعة الوقت مقارنة السلوك الحاصل بالسلوك الذي تم التخطيط له مسبقاً ومعرفة مدى الإنحراف وتقويمه لمنع حدوث الإنحرافات قبل وقوعها (حمودة، 2003: 31).

نظريات إدارة الوقت

نظرية مصفوفة الأولويات لستيفن آر كوفي:

أكد كوفي في نظريته على مفاهيم (إدارة الذات والقيادة الشخصية)، وليس على تنظيم الوقت فحسب، وميز بين الفاعلية والكفاءة، حيث يرى أن الفاعلية هي أن تفعل الأشياء الصحيحة، لا فقط أن تفعل الأشياء بطريقة صحيحة، واستند في تطوير مصفوفة الأولويات على بحوث سابقة في مجال إدارة الوقت وبخاصة على ما قدمه (دوايت أيزنهاور) الرئيس الأمريكي الأسبق، الذي قدم مفهوماً مبكراً لتقسيم المهام إلى (مهمة وعاجلة) و(غير مهمة وغير عاجلة)، وهو ما عرف لاحقاً بمصفوفة أيزنهاور، طور كوفي هذا المفهوم وجعله أكثر تطبيقاً وإرتباطاً بالرؤية والرسالة الشخصية (Covey, 1989: 152 - 154). تقوم مصفوفة الأولويات على محورين رئيسيين هما المحور الأفقي ويمثل الأمور الملحة والمحور العمودي ويمثل الأمور المهمة، وقد عرّف كوفي الأمور الملحة بأنها الأمور التي تضغط على الإنسان وتدفعه نحو إنجازها، إما لأنها لا يمكن تأخيرها أو لأنها تبدو لا يمكن تأخيرها بغض النظر عن أهميتها وأولويتها، أما الأمور المهمة فقد عرفها كوفي بأنها الأمور التي يترتب على فعلها تحقيق أحد أهداف الإنسان، ويترتب على تركها عدم تحقيق أحد هذه الأهداف بغض النظر عن ضغطها على الإنسان وشعوره بالعجلة على تحقيقها، ويرى كوفي أن الأعمال أو المهام التي يقوم بها الناس ينحصر في أحد المربعات الأربعة التالية من مصفوفة الأولويات وهي كما في جدول (1).

جدول (1) يبين مصفوفة الأولويات لستيفن آر كوفي

	مستعجل	غير مستعجل
مهم	المربع الأول الأمور المهمة الطارئة (الإنتاج)	المربع الثاني الأمور المهمة غير الطارئة (الجودة والفاعلية)
غير مهم	المربع الثالث الأمور غير المهمة الطارئة (المبالغة)	المربع الرابع الأمور غير المهمة غير الطارئة (الهروب)

ففي المربع الأول: تقع الأمور الملحة والمهمة وهي الأمور التي تضغط على الإنسان بشكل عاجل وتدفعه نحو إنجازها، وهي في نفس الوقت أمور مهمة تتوافق مع أهدافه. مثل الأزمات والمهام الطارئة التي يصعب تأجيلها، وفي المربع الثاني: تقع الأمور غير الملحة أي التي لا تضغط على الإنسان ولا تدفعه نحو فعلها ويمكن له تأخيرها، ولكنها أمور مهمة للإنسان تتعلق بأهدافه ورسالته في الحياة، أما في المربع الثالث: تقع الأمور الملحة وغير المهمة، أي الأمور التي تبدو ضاغطة وتدفع

الإنسان نحو إنجازها ولكنها أمور غير مهمة، أي أنها لا ترتبط بصورة مباشرة بأهداف الإنسان ورسالته في الحياة، وفي المربع الرابع: تقع الأمور غير الملحة وغير المهمة
(عبده، 2008: 140 – 143).

الفصل الثالث

أولاً – منهج البحث

من أجل تحقيق أهداف البحث اعتمد الباحث المنهج التجريبي وذلك لملائمته مع طبيعة بحثه، فهو المنهج الذي يعتمد على التجربة العلمية للكشف عن مدى فاعلية البرنامج التربوي وذلك في ظل ضبط جميع العوامل المؤثرة في المتغيرات التابعة، ولأهمية هذا المنهج فقد أُعتمد بشكل واسع من قبل الباحثين في الدراسات التربوية والنفسية لمعالجة الكثير من المشكلات التربوية والنفسية وتحقيق نتائج أكثر دقة، وتحديد العوامل المؤثرة في الظاهرة قيد البحث من خلال قدرته الموضوعية على التحكم بالمتغيرات المؤثرة فيها(الجادري وأبو حلو، 2009 : 233).

ثانياً – مجتمع البحث:

إن تحديد مجتمع البحث يعتبر من الخطوات المهمة في البحوث التجريبية فهو يتطلب مستوى عالٍ من الدقة، حيث أن إجراءات البحث وتصميمه وكفاءة نتائجه تتوقف على مجتمع البحث (شفيق،2001: 184). ويتكون مجتمع البحث الحالي من طلاب الصف الخامس الإعدادي في المدارس الإعدادية والثانوية للبنين التابعة لقسم تربية الهاشمية في محافظة بابل للعام الدراسي (2024 – 2025) والبالغ عددهم (2873) طالباً بواقع (1952) طالباً من الفرع العلمي و(921) طالباً من الفرع الأدبي موزعين على (19) مدرسة من مدارس قسم تربية الهاشمية.

عينة البرنامج التربوي:

اقتصرت عينة البحث على طلاب الصف الخامس الإعدادي، وتم اختيار أربع مدارس بصورة قصدية مدرستان تمثلان المجموعة التجريبية والضابطة للفرع العلمي ومدرستان تمثلان المجموعة التجريبية والضابطة للفرع الأدبي، وقد وقع الاختيار على إعدادية القدس للبنين لتمثل المجموعة التجريبية للفرع العلمي وإعدادية المؤمل للبنين لتمثل المجموعة الضابطة للفرع العلمي وثانوية شهداء الطليعة للبنين لتمثل المجموعة التجريبية للفرع الأدبي وإعدادية الأندلس للبنين لتمثل المجموعة الضابطة للفرع الأدبي، وقد بلغ عدد الطلاب (80) طالباً، بواقع (20) طالباً للمجموعة التجريبية للفرع العلمي و(20) طالباً للمجموعة الضابطة للفرع العلمي و(20) طالباً للمجموعة التجريبية للفرع الأدبي و(20) طالباً للمجموعة الضابطة للفرع الأدبي من طلاب الصف الخامس الإعدادي للعام الدراسي (2024- 2025) وجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2) توزيع عينة البرنامج التربوي

المدرسة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		المجموع
	العلمي	الأدبي	العلمي	الأدبي	
إعدادية القدس للبنين	20	-	-	-	20
إعدادية المؤمل للبنين	-	-	20	-	20
ثانوية شهداء الطليعة	-	20	-	-	20
إعدادية الأندلس للبنين	-	-	-	20	20
المجموع	20	20	20	20	80

رابعا- التصميم التجريبي:

وقد اعتمد الباحث تصميم المجموعات المتكافئة التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي، ويسهم هذا التصميم في حل الكثير من المشكلات، فيمكن استخدام تجارب المجموعتين في اختبار صحة الفرضيات، فيستطيع الباحث تحويل الفرضية إلى تنبؤ بحصول الظاهرة ومن خلال تجارب المجموعتين يستطيع التحقق من صحة هذا التنبؤ (عيسوي، 1997: 115). وجدول (3) يوضح التصميم التجريبي.

جدول (3) التصميم التجريبي للبحث

المجموعة	التكافؤ بين المجموعتين	الاختبار القبلي	المتغير المستقل	الاختبار البعدي	الفروق
التجريبية	العمر الزمني، تحصيل الوالدين، الاختبار القبلي	إدارة الوقت	تطبيق البرنامج التربوي	إدارة الوقت	المقارنة بين المجموعتين في الاختبار القبلي والبعدي
الضابطة	العمر الزمني، تحصيل الوالدين، الاختبار القبلي	إدارة الوقت	لم يطبق	إدارة الوقت	المقارنة بين المجموعتين في الاختبار القبلي والبعدي

خامسا- أدوات البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحث ببناء أداة لقياس إدارة الوقت، لدى طلاب المرحلة الإعدادية، فضلاً عن بناء برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي لتحسين إدارة الوقت، ومن ثم التأكد من صدق هذه الأدوات وثباتها، وفيما يأتي عرض لهذه الإجراءات:

أولا- مقياس إدارة الوقت:

تحديد مفهوم إدارة الوقت:

بعد الاطلاع على الأدب التربوي والنظري لمفهوم إدارة الوقت تبنا الباحثان تعريف ستيفن آر كوفي (1989) لإدارة الوقت الذي عرفها بأنها: (مهارة ذاتية تتضمن القدرة على التخطيط وتحديد الأهداف وترتيب الأولويات بناءً على الأهمية بدلًا من الإلحاح، مع التركيز على الأنشطة والمهام التي تسهم في تحقيق الأهداف وتعزيز العلاقات الشخصية (Covey, 1989: 157 – 158).

الصيغة النهائية للمقياس:

تكون مقياس إدارة الوقت بصيغته النهائية من (36) فقرة، بعد أن تم استخراج الصدق والثبات له، وبذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (144) درجة، بينما أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (36) درجة، وبمتوسط فرضي للمقياس (90) درجة.

البرنامج التربوي Educational Program:

بناء البرنامج:

لغرض تحقيق أهداف البحث قام الباحث بالاطلاع على العديد من المصادر والأدبيات والدراسات السابقة، التي استفاد منها في بناء البرنامج التربوي. وعليه قام الباحثان بتحديد عناصر البرنامج التربوي وخطوات بناءه كما يأتي:

أولا- تحديد عنوان البرنامج التربوي:

تم تحديد عنوان البرنامج التربوي بـ (فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية).

ثانيا- تحديد النظرية التي استند إليها البرنامج:

استند الباحث في بناء البرنامج التربوي الحالي إلى العادات السبع لستيفن آر كوفي كإطار نظري، والتي تم الحديث عنها في الفصل الثاني.

ثالثا- تحديد الهدف العام للبرنامج:

حيث أن الهدف الرئيس للبرنامج هو تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية المشخصين بالمقياس اللذين تم اعتمادهما في البحث الحالي.

رابعا- الأهداف الخاصة:

يتم تحقيقها من خلال المفاهيم والأفكار والموضوعات والأهداف الخاصة بكل جلسة من جلسات البرنامج التي تسهم في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

خامسا- تحديد الفئة المستهدفة بالبرنامج:

تم تحديد الفئة المستهدفة بالبرنامج بطلاب الصف الخامس الإعدادي في المدارس التابعة لقسم تربية الهاشمية في محافظة بابل.

الصيغة الأولية للبرنامج:

بعد اطلاع الباحث على الأدب التربوي المتعلق بإدارة الوقت، فضلاً عن الأدب التربوي المتعلق بخصائص الطلاب في المرحلة الإعدادية وتحديد الهدف العام من البرنامج التربوي الحالي، قام الباحث بإعداد جلسات البرنامج والبالغ عددها (16) جلسة لتحسين إدارة الوقت، معتمداً على مجالات مقياس إدارة الوقت وهي (التخطيط، ترتيب الأولويات، تحديد الأهداف، تجنب مضيعات الوقت) وقد استند الباحث إلى العادات السبع لستيفن آر كوفي كإطار نظري لإعداد هذه الجلسات.

الفصل الرابع
عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول: التعرف على إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية:

لتحقيق هذا الهدف تم قياس إدارة الوقت لدى أفراد عينة البحث البالغة (300) طالباً فأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة قد بلغ (86,5367) وبإنحراف معياري بلغ (10,20273)، وهو أصغر من المتوسط الفرضي البالغ (90) ولغرض التحقق من دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، فبلغت القيمة التائية المحسوبة (19,585) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة حرية (299) ويعني هذا وجود فروق دالة إحصائيا بين المتوسطين ولصالح المتوسط الفرضي للمقياس وجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس إدارة الوقت

العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى دلالة 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
300	86,5367	10,20273	90	299	19,585	1,96	دالة

تشير هذه النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات طلاب المرحلة الإعدادية في مقياس إدارة الوقت بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ولصالح المتوسط الفرضي، وهذا يعني أن طلاب المرحلة الإعدادية لديهم مستوى أقل من المفترض أو المرغوب في إدارة الوقت، وبناءً على هذه النتيجة فإن الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ليس عشوائياً أو ناتجاً عن طريق الصدفة، وإنما يعكس الواقع الحقيقي الذي يشير إلى أن العينة المدروسة تعاني من الضعف في إدارة الوقت ولا تصل إلى المستوى المطلوب فيها، مما يعني أن الطلاب في

هذه المرحلة لا يمتلكون الكفاءة الكافية في تنظيم أوقاتهم وتحديد أولوياتهم أو الالتزام بالخطط الزمنية التي تسهم في إنجاز مهامهم الدراسية والحياتية بكفاءة، وقد يكون السبب في ذلك أن إدارة الوقت تعد من المهارات التنفيذية المرتبطة بالوظائف المعرفية كالتخطيط والتنظيم وضبط الذات وترتيب الأولويات، ومن الممكن أن هذه المهارات قد تكون غير ناضجة بعد بشكل كافٍ لدى الطلاب في هذه الفئة العمرية الذين هم في طور الانتقال إلى المراهقة، وكثيراً ما يعاني الطلاب في هذه المرحلة من مشكلات تتعلق بالتشتت الذهني وعدم الاستقرار الانفعالي وضعف الحافز والتسويف وضعف القدرة على التركيز لفترات طويلة والانشغال بالمثيرات الخارجية، وضعف الإحساس بالمسؤولية الذاتية تجاه الوقت والاعتماد على الآخرين في تنظيم المهام، الأمر الذي ينعكس سلباً على قدرتهم على تنظيم وقتهم، وتوزيعه بشكل متوازن بين أوقات الدراسة والراحة والأنشطة الاجتماعية.

الهدف الثاني: بناء برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية. وقد تم تحقيق هذا الهدف من خلال إجراءات بناء البرنامج في الفصل الثالث.

الهدف الثالث: الكشف عن مدى فاعلية البرنامج التربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية التالية:

1- الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضيـــة استخدم الباحث الإختبـــار التائي لعينتين مترابطتين، وقد تبين أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (86,4750) وبإنحراف معياري بلغ (8,49366) والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ (93,4000) وبإنحراف معياري بلغ (8,04434)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (3,536) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (2,042) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (39)، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، مما يعني وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت ولصالح الاختبار البعدي وجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

نتائج الاختبار التائي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة التجريبية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	انحراف الفرق	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
							المحسوبة	الجدولية	
قبلي	40	86,4750	8,49366	8,25	14,76	39	3,536	2,042	دالة
بعدي	40	93,4000	8,04434						

تشير هذه النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية في مقياس إدارة الوقت بين الاختبارين القبلي والبعدي لصالح الاختبار البعدي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وهذا يشير إلى أن البرنامج التربوي وفق إلى العادات السبع لستيفن آر كوفي كان فعالاً في

تحسين مهارات إدارة الوقت لدى طلاب المجموعة التجريبية، وهذا التغير الإيجابي يعكس لنا انتقالة نوعية في فهم الطلاب لكيفية تنظيم وقتهم، ويعكس لنا هذا التحسن أيضا نمو الطلاب ووعيهم بضرورة التوازن بين مختلف الأدوار التي يقومون بها في حياتهم كما يعكس لنا نجاح البرنامج في تحويل المفاهيم النظرية إلى ممارسات سلوكية فعالة، إذ تضمن البرنامج في جلساته المعلومات والأمثلة والنصائح والقصص ومقاطع الفيديو التي ساعدت الطلاب في فهم وتنظيم وإدارة وقتهم وترتيب المهام والواجبات حسب أولوياتها ومواجهة الصعوبات والتحديات التربوية والدراسية التي تواجههم.

2- الفرضية الثانية: لا يوجد فرق دال إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي – الأدبي) في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم الباحث الإختبار التائي لعينتين مترابطتين، وقد تبين أن المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (84,8750) وبإنحراف معياري بلغ (8,96003) والمتوسط الحسابي للاختبار البعدي بلغ (84,8000) وبإنحراف معياري بلغ (9,58404)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (0,923) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (2,042) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (39)، وبذلك نقبل الفرضية الصفرية، مما يعني عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي في مقياس إدارة الوقت وجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) نتائج الاختبار التائي للمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة الضابطة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	انحراف الفرق	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
							المحسوبة	الجدولية	
قبلي	40	84,8750	8,96003	2,02	13,86	39	0,923	2,042	غير دالة
بعدي	40	84,8000	9,58404						

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة الضابطة في مقياس إدارة الوقت بين الاختبارين القبلي والبعدي وهذا مؤشر اعتيادي لعدم تطبيق البرنامج التربوي عليها، وفي ضوء هذه النتيجة نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة.

3- الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي - الأدبي) ومتوسط درجات المجموعة الضابطة (العلمي - الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدم الباحث الإختبار التائي لعينتين مستقلتين وقد تبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية للاختبار البعدي بلغ (93,4000) وبإنحراف معياري بلغ (8,04434) والمتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة للاختبار البعدي بلغ (84,8000) وبإنحراف معياري بلغ (9,58404)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (4,346) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (2,000) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (78)، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية،

مما يعني وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية في مقياس إدارة الوقت وجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7) نتائج الاختبار التائي للمجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	40	93,4000	8,04434	78	4,346	1,99	دالة
الضابطة	40	84,8000	9,58404				

تشير هذه النتيجة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية ومتوسط درجات المجموعة الضابطة في مقياس إدارة الوقت في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية للفرعين العلمي والأدبي، وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج التربوي المطبق، ويمكن تفسير هذه النتائج في أن هذا البرنامج أحدث تحولاً إدراكياً وسلوكياً لدى أفراد المجموعة التجريبية، بحيث جعلهم ينتقلون من الاستجابة العشوائية للمهام والواجبات اليومية إلى استجابة واعية ومنظمة تقوم على التمييز بين المهام المهمة وبين المهام العاجلة وغير المهمة، وهو ما تمثله نظرية مصفوفة الأولويات لستيفن آر كوفي، التي تقوم على أساس تقسيم المهام والأنشطة إلى أربعة مربعات، وتدعو الأفراد إلى تركيز جهودهم على المهام التي تقع في المربع الثاني والذي يحتوي على الأنشطة المهمة وغير العاجلة، مثل التخطيط والتأمل وتحديد الأهداف وترتيب الأولويات والتعلم المستمر، وهي أنشطة غالباً ما تُهمل بسبب ضغط المهام العاجلة ولكنها تمثل جوهر الإدارة الفاعلة للوقت.

إن التحسن الملاحظ في أداء أفراد المجموعة التجريبية هو نتيجة لما غرسه البرنامج التربوي فيهم من عادات تنظيمية ومعرفية جديدة، كالمبادرة، والبداية والغاية في الذهن، والبداية بالأهم قبل المهم، والحرص على ترتيب الأولويات، وهي عادات تنمي لدى الطالب القدرة على وضع جدول واضح ومحدد مبني على أهداف بعيدة المدى، وتساعده على اتخاذ قرارات قائمة على القيم لا على الانفعالات أو الضغوط الآنية، وبذلك يتجاوز الطالب نمط إدارة الوقت التقليدي الذي يقوم على الاستجابة للطارئ، ويدخل في نمط الاستجابة الإستراتيجي الذي يتسم بالوعي والإنجاز المتزن. أما أفراد المجموعة الضابطة فإنهم خارج إطار هذا التأثير التربوي، إذ لم يتعرضوا لتطبيق البرنامج المطبق على أفراد المجموعة التجريبية، وبالتالي فإنهم بقوا يديرون وقتهم بأساليب تقليدية.

4- الفرضية الرابعة: لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (العلمي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضيـــة استخدم الباحث الإختبـــار التائي لعينتين مستقلتين، وقد تبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية قد بلغ (92,9500) وبإنحراف معياري بلغ (8,70254) والمتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة قد بلغ (85,1500) وبإنحراف معياري بلغ (10,69792)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (2,821) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (2,042) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (38)، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، مما

يعني وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية (العلمي) ودرجات المجموعة الضابطة (العلمي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت ولصالح المجموعة التجريبية وجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8) نتائج الاختبار التائي للمجموعتين التجريبية والضابطة (العلمي) في الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	20	92,9500	8,70254	38	2,821	2,042	دالة
الضابطة	20	85,1500	10,69792				

5- الفرضية الخامسة: لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضيـــة استخدم الباحث الإختبـــار التائي لعينتين مستقلتين، وقد تبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية قد بلغ (93,8500) وبإنحراف معياري بلغ (7,38615) والمتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة قد بلغ (84,4500) وبإنحراف معياري بلغ (8,47017)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (3,740) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (38)، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، مما يعني وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية (الأدبي) ودرجات المجموعة الضابطة (الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت ولصالح المجموعة التجريبية وجدول (9) يوضح ذلك.

جدول (9) نتائج الاختبار التائي للمجموعتين التجريبية والضابطة (الأدبي) في الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	20	93,8500	7,38615	38	3,740	2,042	دالة
الضابطة	20	84,4500	8,47017				

6- الفرضية السادسة: لا توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0,05) في متوسط درجات المجموعة التجريبية (العلمي) ومتوسط درجات المجموعة التجريبية (الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الاعدادية.

بعد تحليل البيانات التي حصل عليها الباحث من تطبيق الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس إدارة الوقت ولاختبار صحة هذه الفرضيـــة استخدم الباحث الإختبـــار التائي لعينتين مستقلتين وقد تبين أن المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (العلمي) للاختبار البعدي بلغ (92,9500) وبإنحراف المعياري بلغ (8,70254) والمتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (الأدبي) للاختبار البعدي بلغ (93,8500) وبإنحراف معياري بلغ (7,38615)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (-0,353) وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (2,042) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (38)، وبذلك نقبل الفرضية الصفرية، مما يعني عدم وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبيتين (العلمي) و(الأدبي) في الاختبار البعدي في مقياس إدارة الوقت وجدول (10) يوضح ذلك.

جدول (10) نتائج الاختبار التائي للمجموعتين التجريبيتين (العلمي) و(الأدبي) في الاختبار البعدي لمقياس إدارة الوقت

المجموعة التجريبية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0,05
					المحسوبة	الجدولية	
العلمي	20	92,9500	8,70254	38	0,353-	2,042	غير دالة
الأدبي	20	93,8500	7,38615				

تشير هذه النتيجة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات المجموعة التجريبية للفرعين العلمي والأدبي في مقياس إدارة الوقت في الاختبار البعدي، وهذا يعني أن البرنامج التربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي قد أثر في كلا المجموعتين التجريبيتين العلمي والأدبي بصورة متقاربة، مما يعني أن البرنامج التربوي فعال لكلا المجموعتين بغض النظر عن الفرع الدراسي، وأن تحسين مهارات إدارة الوقت قد تحقق بدرجة متشابهة لدى طلاب الفرعين العلمي والأدبي، وهذه النتيجة تكتسب دلالتها من جوهر نظرية مصفوفة الأولويات لستيفن آر كوفي، والتي تؤكد على أن فاعلية إدارة الوقت لا ترتبط بطبيعة المهام والواجبات أو الأنشطة التي يكلف بها الفرد بقدر ما ترتبط بنمط التفكير ووضوح الرؤية الشخصية، وترتيب الأولويات بناءً على أهميتها وليس على الإلحاح، فهي تنظر إلى الوقت ليس كمجرد تنظيم لساعات اليوم بل كترتيب للأنشطة والمهام وفقاً لأهميتها ودرجة إلحاحها، الأمر الذي يتطلب اتخاذ القرار بشأن ما يجب فعله الآن وما يجب تأجيله أو تجاهله. ولذلك يمكن القول إن الطلاب في كلا الفرعين العلمي والأدبي قد تفاعلوا مع البرنامج بصورة متقاربة، إذ أن بعض العادات تعمل على تغيير طريقة تفكير الطالب وتنظيم الوقت بناءً على المبادرة الشخصية والتخطيط لا على طبيعة المواد الدراسية، مثل عادة المبادرة وابدأ والغاية في ذهنك ووضع الأهم أولًا قبل المهم، فوفقاً لهذه النتيجة يرى الباحث أن البرنامج قد نجح في خلق تحول معرفي وسلوكي لدى طلاب كلا المجموعتين، مما يفسر التقارب في نتائجهم وعدم ظهور الفروق فيها.

قياس حجم الأثر:

يتم من خلال قياس مقدار الأثر الذي يحدثه المتغير المستقل (البرنامج التربوي) في المتغيرات التابعة وباستخدام معادلة (إيتا) تبين أن قيمة حجم التأثير قد بلغت (0,54) وهي قيمة مناسبة لتفسير

حجم التأثير الذي أحدثه المتغير المستقل في المتغير التابع وبمقدار كبير وفقاً لتصنيف كوهين (1988) وجدول (11) يوضح ذلك.

جدول (11) حجم الأثر للمتغير المستقل (البرنامج التربوي) في متغير إدارة الوقت

المتغير المستقل	المتغير التابع	قيمة حجم الأثر	مقدار الحجم
البرنامج التربوي	إدارة الوقت	0,54	كبير

الفصل الخامس

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث استنتج الباحثان ما يلي:

1- إن البرنامج التربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي كان ذو فاعلية كبيرة في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

2- كان تفاعل الطلاب مع البرنامج والباحث تفاعلاً إيجابياً وذلك من خلال المشاركة الفعالة في تنفيذ جلسات البرنامج ونشاطاته والتي انعكست على النتائج الإيجابية التي حققها البرنامج في تحسين إدارة الوقت.

3- إن الفروق الدالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب في الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في إدارة الوقت تعود لتأثير البرنامج.

4- إن الفروق الدالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطلاب في المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في إدارة الوقت تعود لتأثير البرنامج.

التوصيات

1- تضمين جلسات البرنامج التربوي الذي أعده الباحث والاستفادة منها في برامج الإرشاد الجماعي واستخدامها من قبل المرشدين التربويين في المدارس لتحسين إدارة الوقت لدى الطلاب.

2- توجيه الطلاب وتدريبهم على اتخاذ قرارات إيجابية لمواجهة مضيعات الوقت التي تؤدي إلى إهدار وقتهم دون فائدة ووضع الحلول المناسبة والمبتكرة للتغلب عليها.

3- توعية الطلاب بأهمية الوقت بأنه مورد نادر وفريد وهو من أهم مصادر التنمية والمقارنة مع الدول المتقدمة والنامية.

ثالثا- المقترحات

استكمالاً لخطوات البحث الحالي يقترح الباحثان إجراء ما يأتي:

1- دراسة فاعلية البرنامج التربوي الذي أعده الباحثان لتحسين إدارة الوقت على مراحل دراسية أخرى كالمرحلة المتوسطة والمرحلة الجامعية.

2- دراسة فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي في تطوير المهارات القيادية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

3- دراسة فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لستيفن آر كوفي لتنمية التنظيم الذاتي لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

المصادر

1- أحمد، حافظ فرج وحافظ، محمد صبري (2003): **إدارة المؤسسات التربوية**، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر.

2- أكريم، علي سليم عبد الله (2016): **فاعلية إدارة الوقت لدى مديري المدارس الثانوية في ليبيا**، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.

3- آل سيف، عبد الله بن مبارك (2000): **فن إدارة الوقت (طريقة عملية لطلبة العلم والباحثين للإستفادة من أوقاتهم ويليه البرنامج التفصيلي لطلب العلم)**، دار طيبة، السعودية.
4- الجادري، عدنان حسين وأبو حلو، عبد الله يعقوب (2009): **الأسس المنهجية الاستخدامات الإحصائية في بحوث العلوم التربوية والإنسانية**، ط1، دار الاثراء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
5- الجاف، مفيد خليل محمد، (2016): **فاعلية برنامج تربوي مستقى من القران الكريم في تنمية قيمة التسامح لدى طلبة المرحلة الإعدادية**، رسالة ماجستير كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة تكريت، العراق.
6- حسين، أسماء عطا الله (2013): **فاعلية برنامج تدريبي في تنمية بعض عادات العقل لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بقنا**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية بقنا، مصر.
7- الدوري، وصال محمد جابر (2003): **فاعلية برنامج علاجي سلوكي معرفي في الصحة النفسية للطلاب الموهوبين**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
8- الريحاني، سليمان طعمة والزريقات، إبراهيم عبد الله وطنوس، عادل جورج (2010): **إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرهم**، ط1، دار الفكر، عمان.
9- الزهراني، حسن بن علي محمد (2010): **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من الطلاب جامعة حائل**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
10-شحاتة، حسن والنجار، زينب 0(2003): **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، ط1، الدار المصرية واللبنانية، مراجعة حامد عمار، القاهرة.
11-شفيق، محمد (2001): **البحث العلمي، الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية**، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
12-الشمري، مناور عماش (2021): **المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة حائل**، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، مجلد 5، عدد 20.
13-الصرن، رعد حسن (2001): **فن وعلم إدارة الوقت**، دار الرضا للنشر والتوزيع، سوريا.
14-عبد الحافظ، محمد كامل (2011): **إدارة الوقت**، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
15-عبد الرحمن، حنان محمد (2012): **فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارة إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة**، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنوفية.
16-عبده، أيمن أسعد (2008): **التغيير من الداخل (تأملات في عادات النجاح السبع)**، ط2، وهج الحياة، الرياض، السعودية.
17-عليان، ربحي مصطفى (2007): **إدارة الوقت النظرية والتطبيق**، دار جرير للنشر والتوزيع، الأردن.
18-عيسوي، عبد الرحمن محمد (1997): **أصول البحث السيكولوجي علمياً ومهنياً**، دار الراتب الجامعية، بيروت، لبنان.
19-القرشي، أمجاد عباد مسلم (2021): **إدارة الوقت وعلاقتها بالضغوط الاكاديمية وقلق الاختبار لدى طالبات جامعة الطائف**، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، مجلد 37، عدد 6.
20-القريوتي، محمد قاسم (2004): **مبادئ الإدارة، النظريات والعمليات والوظائف**، ط2، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
21-الكندري، لطيفة وملك، بدر (2007): **بعض التمارين من دورة ادارة الوقت**.
22-مدوكي، مصطفى (2014): **عموميات حول التخطيط**، جامعة محمد خضير، الجزائر.

23-المشاري، أيمن بن صالح (2023): **مهارات إدارة الوقت وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب الصف الثانوي بمدينة جدة**، مجلة البحث العلمي في التربية، مجلد 24، عدد 11.
24-وزارة التربية العراقية (1977): **نظام المدارس الثانوية**، رقم (2) لسنة 1977، مطبعة وزارة التربية، بغداد.
25-Akcoltekin, A (2015): **High school students time management skills in Relation to research Anxiety educational research and Review**, 10 (16), 2241 – 2249.
26-Covey, Stephan, R. (2007): **The seven Habits of Highly effective people**, by Franklin covey Tm Simon & Schuster: New York, USA.
27-Covey, Stephen R. (1989). **The 7 Habits of Highly Effective People**: powerful Lessons in personal change. New York: Free Press, p. 151-162.
28-De bono, E. (2012): **Thinking flexibly, Students Handonts**. Production of BBss Thinking flexibly.

فاعلية برنامج تربوي وفق العادات السبع لـ (ستيفن آر كوفي) في تحسين إدارة الوقت لدى طلاب المرحلة الإعدادية

م.م. زهير حسن رطان wafakanan@tu.edu.iq
أ.د. وفاء كنعان خضر ZH231482ped@st.tu.edu.iq
قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة تكريت

Abstract:

Effective time management is one of the essential skills middle school students need to face academic, psychological, and social challenges. Time management enables students to organize their efforts, prioritize, and achieve their goals efficiently. It also helps them balance academic demands and daily activities. Students with weak time management skills are less able to solve problems, control or manage their affairs, and cope with the pressures they face. They are also less efficient and effective in completing assigned tasks.

The current research aims to:

1. Identify time management among middle school students.
2. Develop an educational program based on Stephen R. Covey's Seven Habits to improve time management among middle school students.
3. Determine the effectiveness of an educational program based on Stephen R. Covey's Seven Habits in improving time management among middle school students. A set of hypotheses were derived from this study, including:

1. There are no statistically significant differences at a significance level of (0.05) in the mean scores of the experimental group (scientific-literary) in the pre- and post-tests on the time management scale for middle school students.

2. There are no statistically significant differences at a significance level of (0.05) in the mean scores of the control group (scientific-literary) in the pre- and post-tests on the time management scale for middle school students.
3. There are no statistically significant differences at a significance level of (0.05) in the mean scores of the experimental group (scientific-literary) and the control group (scientific-literary) in the post-test on the time management scale.

To achieve the objectives, a time management scale was constructed. Content, apparent, and construct validity were verified. The discriminatory power of the items was calculated. Reliability was verified using the test-retest method, which was 0.77, and Cronbach's alpha coefficient, which was 0.73, a good and reliable reliability coefficient. An educational program based on Stephen R. Covey's Seven Habits was developed to improve time management among middle school students. The program consisted of (16) sessions. The apparent validity of the program was determined after it was presented to a group of experts and arbitrators.

The research results showed:

1. There were statistically significant differences in the mean scores of the experimental group (science, literature) on the time management scale between the pre- and post-tests, in favor of the post-test.
2. There were no statistically significant differences in the mean scores of the control group (science, literature) on the time management scale between the pre- and post-tests.
3. There were statistically significant differences in the mean scores of the experimental group and the mean scores of the control group on the time management scale in the post-test, in favor of the experimental group for both the science and literature streams.

In light of the results, a number of recommendations and proposals were formulated, including:

1. Incorporating the sessions of the educational program prepared by the researcher and utilizing them in group counseling programs and using them by school counselors to improve students' time management.
2. Studying the effectiveness of an educational program based on Stephen R. Covey's Seven Habits in developing leadership skills among middle school students