

## تنظيم الذات لدى معلمات رياض الأطفال وعلاقته ببعض المتغيرات ( السن - الخبرة )

اعداد :

الباحثة / أسماء عبد العزيز عبد اللطيف على محليس ١

### إشراف

أ.د. نهى محمود الزيات

أستاذ علم نفس الطفل

وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

أ.د. سهير كامل أحمد

أستاذ علم نفس الطفل والعميد الأسبق

كلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة القاهرة

### مقدمه:

يتميز الإنسان عن باقي المخلوقات بقدرته الفائقة على السيطرة على استجاباته، والصمود أمام دوافعه، وتعديل سلوكه والتحكم فيه من أجل الوصول إلى غايات بعيدة. وتتمثل هذه المعاني في مفهوم تنظيم الذات Self-Regulation والذي يشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد لتعديل أفكاره، ومشاعره، ورغباته، وأفعاله من أجل الوصول إلى أهداف وغايات أسمى يرغب في تحقيقها. وبهذا فإن مفهوم تنظيم الذات ينظر للإنسان ككيان فعال، وصانع قراره، حيث يمثل تنظيم الذات بعداً حيوياً للتوافق مع متطلبات الحياة، والذي بدوره يصبح الفرد كمشاهد سلبي لأحداث الحياة لا يؤثر فيها.

( Jakešová. J, Kalenda. J & Gavora, 2015 :1117 ; Denise T.D. & John B . F., 2006: 8)

### مشكلة البحث:

تعد القدرة على التنظيم الذاتي للسلوك والانتباه والإرادة والعاطفة. من أهم الخصائص الشخصية، وقد أصبح التنظيم الذاتي مجالاً جيد للبحث نسبياً في مجال علم النفس، حيث يفيد في القدرة على التطوير والتنفيذ، والحفاظ بمرونة على السلوك المخطط من أجل تحقيق أهداف المرء، وهو إمكانية مهمة تمكن

باحثة دكتوراه بكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة القاهرة

المرء من العيش في عالم اليوم، لذا إن فهم كيفية تطور السلوك الذاتي التنظيم ووظائفه وكيفية تنظيمه هو الهدف الرئيسي للعديد من الدراسات في هذا المجال.

(Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J ;2015: 222)

لذلك فإن البحث الحالي يعد محاولة للتعرف علي مستويات تنظيم الذات لدى معلمات رياض الأطفال، وقد تضمن (مراقبة الذات - الوعي بالذات - إرادة التغيير - التنظيم- إدارة الوقت- التخطيط- اتخاذ القرار - تنفيذ- ضبط المثريات - تقييم الذات - تدعيم الذات) وعلاقته بمتغيري الدراسة (السن - الخبرة). وللتصدي لهذه المشكلة يحاول البحث الحالي الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. ما العلاقة بين مستوى تنظيم الذات لدى معلمات رياض الأطفال و متغير سنوات الخبرة.

٢. ما العلاقة بين مستوى تنظيم الذات لدى معلمات رياض الأطفال و متغير السن.

#### أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى تنظيم الذات لدى معلمات رياض الأطفال وفق متغيرات (الخبرة- السن).

#### أهمية البحث:

- يساعد هذا البحث معلمة رياض الأطفال في تنظيم ذاتها ووفقاً لمستواها الشخصي.
- تساعد نتائج البحث في التعرف على مستوى تنظيم الذات لدي معلمة رياض الأطفال وعلاقته بمتغيرات (الخبرة- السن).
- تساعد نتائج البحث المسؤولين من واضعي الخطط التربوية بصفة عامة، والمعلمين بصفة خاصة في تطوير أداء معلمة رياض الأطفال.

#### مصطلحات البحث:

#### تعريف الباحثة ومصطلحات البحث بأنها:

**تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال Self-Regulation For Kindergarten Teacher** : هو الجهد الذي تبذله المعلمة ليساعدها في تحديد أهدافها وتقييم أدائها وتدعيمها لذاتها بما يتضمنه من أداءات (مراقبة الذات- الوعي بالذات- إرادة التغيير- التنظيم- إدارة الوقت- التخطيط- اتخاذ القرار- التنفيذ - ضبط المثريات-التقويم الذاتي- تعزيز الذات).

**مراقبة الذات Self Monitoring** : الانتباه المتعمد إلى أشكال الأداء المختلف التي تصدر من المعلمة، بما يساعدها في تحقيق أهدافها.

**الوعي بالذات Self-Awarenes:** معرفة المعلمة بأفكارها ومشاعرها واتجاهاتها وآرائها وانفعالاتها ومهاراتها والوقوف على نقاط القوة والضعف لديها.

**إرادة التغيير the will to change:** ميل المعلمة للفكر المتطور وقدرتها على التخلص من عمليات التفكير القديمة وتبنى الأفكار الجديدة التي تسهم في تحقيق الأهداف.

**التنظيم organization:** يمثل رؤية واعية من المعلمة تستوعب أبعاد الموقف وعناصره وما يقوم بينها من علاقات متداخلة ثم تنظيم هذه العناصر وترتيب المعلومات بما يناسب مدخلاتها ومتطلباتها وأهدافها المرجوة .

**إدارة الوقت Time Management :** جدولة الوقت وتقسيمه في صورة تتيح الاستخدام الأمثل له.

**التخطيط ووضع الأهداف Planning And Setting Goals:** هو قدرة المعلمة على تحديد أهدافها من القيام بعمل ما وإعدادها لخطة للوصول لهذه الأهداف وكيفية تحقيقها بما يتناسب مع طبيعة الموقف التربوي.

**اتخاذ القرار Make Decision:** عملية منظمة للتفكير للوصول إلى أهداف معينة تنتهي باختيار أنسب البدائل المتاحة للوصول لهذه الأهداف.

**التنفيذ Implementation:** تنفيذ المعلمة للخطة من أجل الوصول للأهداف.

**ضبط المثيرات Control Of Triggers:** هو القدرة على الحد من المثيرات السلبية المشوشة على أداء المعلمة وزيادة تداخل المثيرات الإيجابية لزيادة قدرة أداء المعلمة.

**تقويم الذات self-evaluation:** مقارنة المعلمة لمخرجات أدائها بالمعايير الموضوعية للأداء (أو الأهداف المراد تحقيقها) مع وضع خطط تحسين لنقاط الضعف لديها.

**تدعيم الذات Self Reinforcement :** مكافأة المعلمة لذاتها عند تحقيق هدف إيجابي وذلك بزيادة خبراتها وتعديل أهدافها واستراتيجيتها عندما لا يتحقق الهدف بشكل جيد.

#### حدود البحث:

تحدد هذه الدراسة بمتغيراتها وبما يمكن التوصل إليه من نتائج على أساس حجم وخصائص عينة الدراسة وأسلوب اختيار العينة، هذا بالإضافة إلى طبيعة الأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة.

**إطار نظري ودراسات سابقة:****تنظيم الذات Self-Regulation:**

وتُعرف (رغدة إسماعيل، ٢٠١٦: ١٠) أن مفهوم تنظيم الذات يستخدم عادةً ليشير بشكل واسع إلى الجهود المبذولة من الأفراد لتعديل أفكارهم ومشاعرهم ورغباتهم وسلوكهم في ضوء تحقيق أهداف عليا مستقبلاً.

كما يشير مفهوم تنظيم الذات بوجه عام إلى عمليات تحديد الفرد لأهدافه، وتوجيه ذاته self-direction، وصنع قراراته، والتحكم في دوافعه، كما يتضمن التعامل السليم مع التحديات التي قد يواجهها الفرد أثناء محاولته لإنجاز المهام وتحقيق الأهداف. ( Jakešová. J et al ; 2016: 314 )

ويعرف (Reid, R., Trout, A. L., & Schartz, M. ; 2005: 316) تنظيم الذات بأنه عملية إدارة الذات ومراقبتها وتقييمها وتعزيزها، وكذلك رصد الفرد لأدائه أثناء القيام بمهمة ما سعياً لتحقيق ما وضعه من أهداف.

ونجد أن عملية تنظيم الذات تتضمن مجموعة من العمليات التي تمكن الأفراد من تحقيق الأهداف وتجاهل المعوقات التي قد تعترض تحقيقها، لذا ترى الباحثة أن مفهوم تنظيم الذات يؤكد على تحديد الفرد لأهدافه وتنظيم أفكاره ومعتقداته عما يملك من إمكانيات وقدرات من أجل تحقيق هذه الأهداف ، معتمداً على مراقبته لذاته وتقييمها وتعزيزها إيجابياً. كما ينطوي المفهوم على مجموعة من الأساليب المعرفية والسلوكية التي توظف بهدف مساعدة الأفراد على تحقيق أهدافهم والوصول إليها.

حيث أن تنظيم الذات يشير إلى القدرة على وضع أهداف طويلة المدى والعمل على التغلب على المعوقات والعمل على تحقيقها والوصول إليها وعدم التخلي عن هذه الأهداف، ويتطلب ذلك إرادة من جانب الفرد تتيح له التغلب على المعوقات والاستمرار في تنظيمه لذاته، والذي يتطلب قدراً من التروي والتأني كي يتحقق التنظيم بنجاح.(داليا عبد الصمد المنسي، ٢٠١٢: ٢٨)

**وفيما يلي توضيح لأبعاد تنظيم الذات في هذا البحث:**

**١-مراقبة الذات Self Monitoring :**

تشير مراقبة الذات إلي تلك الدرجة التي يكون الفرد عندها منتبهاً ومتحكماً فيما يصدر عنه تجاه الآخرين والأشياء.(Weiten. W, et al , 2009 : 167)

ويتعلم الفرد في مراقبة الذات كيف يلاحظ ذاته ويراقب أفعاله ويعطيها الأهمية الكافية للتعامل معها وتحليلها.(خالد الحجازي، علياء حسين، ٢٠١٥: ١٣٨)

## ٢- الوعي بالذات Self-Awareness :

هو قدرة الفرد علي معرفة انفعالاته ومشاعره وأسبابها ومعاينتها، والتعبير عنها للآخرين، وربط تلك الانفعالات بما يفكر فيه، وتقديره لذاته بتحديد جوانب القوة والضعف فيها وتقبله لها بشكل يعكس ثقته بنفسه ومعرفته لإمكاناته وتفعيلها لإنجاز ما يريد تحقيقه معتمداً علي أفكاره وآرائه في إدارة شئونه واتخاذ قراراته وتقديره للأمور بواقعية. (بطرس حافظ، ٢٠٠٦: ١٥٣)

إن نمو الأداء المستقل يعتمد بشكل كبير على وعي الفرد بذاته، لما يسمح به من اكتشاف الفرد لذاته من الداخل من خلال الفحص التأملي للحاجات والمشاعر، إضافة إلى دوره في نمو التوجه المستقل. (Deci & Ryan, 2008, 182)

كما يُعرف (دانيال جولمان Dinial Goleman) مصطلح الوعي بالذات بأنه يعني الانتباه إلي الحالات الداخلية التي يعيشها الإنسان، وبهذا الوعي التأملي للنفس، يقوم العقل بملاحظة ودراسة الخبرة نفسها بما فيها من انفعالات. ويوضح جولمان أن الوعي بالذات هو عبارة عن امتلاك تقويم واقعي لقدرات الفرد وإحساس قوي بالثقة. (مدحت أبو النصر، ٢٠١٠: ١٢٢)

## ٣- الإرادة will :

من الضروري للمعلم أن يتحكم في نفسه ذاتياً، فيحاول أن يتجنب كيفية الابتعاد عن المشتتات، وتجنب المقاطعات أو التعطيل، والالتزام بالمهام وكيفية التعامل مع المشاعر المقلقة أو الاحساس بالكسل.

ويعرفها (سمير عبد الجواد عبد العال، ٢٠٠٩: ٣٠) بأنها ميل الفرد للمحافظة على تركيزه، وجهده، من أجل تحقيق أهدافه، مهما كانت المعوقات المحتملة.

## ٤- التنظيم organization :

يمثل رؤية واعية من المعلمة تستوعب أبعاد الموقف وعناصره وما يقوم بينها من علاقات متداخلة ثم تنظيم هذه العناصر وترتيب المعلومات بشكل يؤدي إلى تحقيق الأهداف المرجوة ولكي يسهل التعامل معها.

ويري (سليمان يوسف، ٢٠١٠: ٢١٦) أن إدارة الوقت تعني إدارة الذات، فهي تساعد الأفراد علي إدارة أنفسهم والتحكم فيها، وإضافة الاتزان إلي حياتهم.

من المهم أن توظف المعلمة وقتها بطريقة هادفة وفعالة. ومن المؤكد أن استثمار الوقت بطريقة مفيدة يؤدي إلى تحسين مستوى الأداء بل والتخفيف من التوتر والضغط على المعلمة، ويكمن ذلك من خلال استثمار الوقت المتاح لأقصى درجة ممكنة. (فواز الرميحي، ٢٠٠٩: ١٦١- ١٦٢)

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسة (Calhoun,T.,2008) إلى أن المعلمين الذين تلقوا تدريباً على مهارات إدارة الوقت استطاعوا إنجاز المهام المطلوبة في وقت أقل مع الأطفال مثل: تشجيع الأطفال على العمل الجماعي، استخدام أساليب تدريس مناسبة، وتفويض بعض المهام البسيطة للأطفال للقيام بها.

(Lewis, Joel, P.2011:462)

في حين توصلت نتائج دراسة (Ozkilic,R.2007) إلى أن سلوكيات المعلمين الذين شاركوا في أنشطة متعلقة بالإدارة الفعالة للوقت كانت أفضل من سلوكيات الآخرين في: إعداد الخطط التعليمية، إعطاء التوجيهات، سرعة إنجاز الأنشطة تعديل سلوك الطفل غير المناسب، وأفادوا أنهم بحاجة إلى تطوير معارفهم ومهاراتهم في إدارة وقتهم.

#### ٥- إدارة الوقت Time Management:

وترى الباحثة أن إدارة الوقت تساعد الفرد على إدارة نفسه، والتحكم فيها، وإضافة الاتزان إلى حياته، فإدارة الوقت تعني الاستخدام الأمثل للوقت، ولإمكانيات المتوفرة بطريقة تؤدي إلى أهداف مهمة، أي أنها عملية مستمرة من التخطيط، والتقييم المستمر لكل الأنشطة التي يقوم بها الفرد خلال فترة زمنية محددة تهدف إلى تحقيق فاعلية مرتفعة في استغلال الوقت المتاح للوصول إلى الأهداف المنشودة.

إن إدارة الوقت تعني إدارة الذات، فهي تساعد الأفراد على إدارة أنفسهم والتحكم فيها، وإضافة الاتزان إلى حياتهم. (سليمان عبد الواحد يوسف، ٢٠١٠: ٢١٦)

#### ٦- التخطيط ووضع الأهداف Planning And Setting Goals:

هو عملية تستهدف الوصول إلى غايات معينة نصل إليها عن طريق خطوات تسلسلية مشروطة بافتراضات تنطلق من الوضع الحالي الذي يفترض الامتداد الخطي لهذا الواقع أو نفترض غايه فيها تتجاوز الوضع الحالي. (طلعت عبد الحميد، ٢٠١٥: ١٧٨)

وهذا يتفق مع مراحل التخطيط التي أشار إليها كل من (لينا زكريا، موسى الجابري، ٢٠١٧) والتي تتبلور في تحديد الهدف، ووضع الخطط المناسبة وهذه الخطط هي السياسات والإجراءات، والقواعد للتطوير.

**٧- اتخاذ القرار : Make Decision**

تعد عملية اتخاذ القرار عملية فكرية ونفسية وسلوكية ومعقدة تتضمن السعي لجمع أكبر عدد ممكن من المعلومات المتعلقة بالبدائل الممكنة للحل، ثم اختيار البديل المناسب ضمن استراتيجيات مناسبة للوصول إلى الهدف المرغوب، وقد تعددت أساليب تعريف عملية اتخاذ القرار كل حسب اهتمامه.

وقد عرفتها (أمل طعمة، ٢٠٠٦) بأنها القدرة التي تصل الفرد إلى حل يبتغي الوصول إليه، في مشكلة اعتراضية، أو موقف محير، وذلك باختيار حل من بين بدائل الحل الموجودة أو المبتكرة، وهذا الاختيار يعتمد على المعلومات التي جمعها الفرد حول المشكلة، وعلى القيم والعادات والخبرة والتعليم والمهارات الفردية. (أمل طعمة، ٢٠٠٦: ١٠)

ويشير (Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J; 2015) إلى تعريف التنظيم الذاتي بأنه القدرة على التصرف وفقاً لخطة داخلية بدون دعم خارجي أو مكافأة. وبشكل أكثر تحديداً، فهم ينظرون إلى التنظيم الذاتي على أنه قدرة على تنفيذ الإجراءات المخطط لها ومتابعتها لتحقيقها

كما يشير (Denise T.D. & John B.F., 2006: 13) التنظيم الذاتي على نطاق واسع إلى عمليات تحديد الأهداف والسعي نحو الهدف، ويتضمن التعامل مع مجموعة من التحديات التي قد يواجهها الأفراد عند محاولة تحقيقها شيء مهم.

**٨- التنفيذ Implementation:**

هو المرحلة التي تسعى فيها المعلمة إلى إنجاز ما خطط له في المرحلة الأولى وهي التخطيط.

**٩- ضبط المثيرات Control Of Triggers:**

عملية تقوم فيها المعلمة بإحداث تغييرات في عناصر البيئة الخارجية والتي تشوش على سلوكها فتقوم بالأداء بطريقة جيدة، وتكون فرصة لإكمال المهمة وتحقيق الهدف.

**١٠- تقويم الذات self-evaluation:**

ويمكن توضيح الفرق بين تقييم الذات وتقويم الذات حيث أن:

**تقييم الذاتي:** حيث يقوم بالتقويم وقياس الأداء هنا الفرد نفسه الذي يخضع للتقويم، خاصة إذا سبق لذلك الشخص أن اشترك في تحديد الأهداف الممكن تحقيقها، ويتميز هذا الأسلوب في أنه ينمي المقدرة لدى الأفراد بالاعتماد على النفس وتطوير أدائهم. (سوسن مجيد، ٢٠١١: ٨٠)

**تقويم الذات:** وهو بمثابة المراجعة المنتظمة لما تم انجازه وتثبيته من أفعال وسلوكيات سليمة، ومهما كان هذا التقييم إيجابياً أو سلبياً فإنه يؤشر لمدى نجاح وفعالية عملية تنظيم الذات من عدمها.

( خالد الحجازي، علياء حسين، ٢٠١٥: ١٣٨ )

#### ١١- تدعيم الذات Self Reinforcement :

والقصد منه تحفيز وإثابة الذات على المجاهدة والمقاومة وفق السلوك الصحيح بالتركيز على التعزيز الداخلي، وتعد مرحلة التعزيز بالمرحلة الأكثر تأثيراً في استراتيجية التحكم الذاتي باختلاف أنماط التعزيز المادي والمعنوي، الداخلي والخارجي. يبدأ التحفيز الذاتي حينما يتحول الإنسان إلى مفكر إيجابي يستخدم حواراً داخلياً مشجعاً وصوراً ذهنية محفزة، كما يقوم علي نقد ذاته إيجابياً بناءً.

وهنا تأتي الاستجابة الذاتية: وفيها يمكن اطلاق الفرد الاحكام على نفسه فإذا عمل شيئاً بشكل جيد بالمقارنة مع المعايير الموضوعه فإنه سيعطي لنفسه مكافأة ذاتية، اما اذا عمل شيئاً سيئاً فإنه سيضع لنفسه عقوبة ذاتية. ( خالد الحجازي، علياء حسين، ٢٠١٥: ١٣٨ )

وقد توصلت دراسة (Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J ;2015: 227) إلى أن التنظيم الذاتي يزداد مع تقدم العمر.

#### خطوات تنظيم الذات :

تنظيم الذات Self-Regulation: هو مفتاح الشخصية الإنسانية في مختلف مجالاتها المعرفية وغير المعرفية، وحدده باندورا Bandura بأنه القدرة على إدارة السلوك الشخصي، ويتضمن ثلاث خطوات

١- المراقبة / الملاحظة الذاتية self-observation: من حيث اختبار السلوك وأنماط التفكير حيث يقوم الفرد بملاحظة سلوكياته وأفعاله.

٢- الحكم على الذات self-judgment: ويتم من خلال مقارنة الذات بمعيار، أو التقييم الذاتي للسلوك Self-evaluation: حيث يقوم الفرد بمقارنة ملاحظاته التي يتوصل إليها بمعايير قد تكون قوانين وأعراف وضعها المجتمع أو قد يتم وضعها من جانب الشخص نفسه.

٣- الاستجابة الذاتية self-response التفاعل مع الأحكام خلال إدارة الذات ومكافأتها أو معاقبتها. اي بعد اطلاق الفرد الاحكام على نفسه فإذا عمل شيئاً بشكل جيد بالمقارنة مع المعايير الموضوعه فإنه سيعطي لنفسه مكافأة ذاتية، اما اذا عمل شيئاً سيئاً فإنه سيضع لنفسه عقوبة ذاتية

( سهير كامل، ٢٠١٠: ٢٦٠-٢٦١ )



هذا يعني أن تنظيم الذات كخطوات ما هي إلا عملية نشطة تظهر قدرة الفرد على ضبط، وإحداث تغييرات في سلوكه، وفي البيئة المحيطة به من أجل تحقيق أهدافه، وذلك من خلال (مهارات التخطيط- وضع الأهداف- مراقبة الذات- تقييم الذات- تعزيز الذات- ضبط المثيرات الخارجية) على النحو التالي:

**التخطيط ووضع الأهداف:** عملية تنظيم وتخطيط للأهداف مسبقاً من أجل الاستفادة منها خلال العملية التعليمية وجهلها مسار للتقدم.

**مراقبة الذات:** مراجعة الفرد لكل ما يصدر عنه من سلوك مقصود.

**تقييم الذات:** أن يحكم الفرد على سلوكه من خلال معايير شخصية وأخرى خارجية.

**تعزيز الذات:** عملية مكافأة ذاتية يقوم بها الفرد بعد الاستجابة الصحيحة والتي تعمل على زيادة احتمال حدوثها في المستقبل.

**ضبط المثيرات الخارجية:** عملية إحداث تغييرات في عناصر خارجية والتي تشوش على سلوك الفرد

فيؤدي بطريقة جيدة. (9 : 2007) (Schunk .D . H & Zimmerman.B . J) (عبد القادر سليم، ٢٠١٦ : ٧)

(عبد اللطيف عبد الكريم، قاسم محمد، ٢٠١٦ : ٤٩٣) (منال رمضان ، ٢٠١٦ : ٧٦ - ٧٧) .

وقد اتفقت العديد من الدراسات إلى أن هناك العديد من المكونات المختلفة لتنظيم الذات أهمها:

إعداد الأهداف، تعزيز الذات، المراقبة المستمرة للذات، تقييم الذات، وقد أشارت الدراسات إلى وجود ثلاثة مكونات وهي ملاحظة أو مراقبة الذات، تقييم الذات، وتعزيز الذات.

(خالد الحجازي، علياء حسين، ٢٠١٥ : ١٣٥ : 2015) (Gavoraa,P & Jakesovab.J, and Kalenda.J ; 223)

حيث لا يوجد إجماع على العدد الدقيق لهذه المراحل وطابعها. فنجد أن ميلر وبراون (١٩٩١) وسعا عدد المراحل في التنظيم الذاتي إلى سبع. ولقد أوضحوا العمليات المتعددة التي تدخل في التغيير السلوكي الناجح بما في ذلك المدخلات المعلوماتية، والتقييم الذاتي، وإرادة التغيير، والبحث، والتخطيط، والتنفيذ، وتقييم الخطة. والفكرة الضمنية في جميع التصورات هي أن العجز في أي مرحلة قد يؤدي إلى صعوبات في التنظيم الذاتي. (223 : 2015) (Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J ; 223)

**ومما سبق** يمكن النظر إلى تنظيم الذات على أنه آلية أو ميكانيزم تنمي لدى الفرد مجموعة من العادات والمهارات، التي تؤثر بالإيجاب في التعامل مع المواقف المختلفة، وتساعد هذه الميكانيزمات في التنظيم والتخطيط والتوافق لتحقيق الأهداف ومن ثم تطوير بيئته الذاتية.

هذا وترى الباحثة أن تنظيم الذات يتضمن عمليات التخطيط للمهمة التي يقوم بها الفرد، ومن ثم مراقبة استيعاب هذه المهمة، وأخيراً تقويم مدي التقدم لهذه المهمة. كما أنه إدراك الشخص لطبيعة تفكيره الذاتي في أثناء تأديته لمهام محددة، ويشتمل على التخطيط قبل الانهماك في العمل، وتنظيم الإنسان لتفكيره في أثناء تأديته للعمل، ومن ثم تقويم أدائه باكتمال العمل المطلوب، فإذا كان تنظيم الذات لدى معلمة رياض الأطفال هو المنهج والطريقة التي تعكس الثنائية (الرغبة- القدرة) لتقديم الأفضل والجودة والنوعية المطلوبة.

### خصائص الأفراد المنظمين ذاتياً:

- اتفقت عديد من الدراسات على بعض الخصائص المميزة للأفراد المنظمين ذاتياً، لعل من أهمها ما يلي:
- يجيدون التخطيط من أجل تحقيق أهدافهم.
  - يتمتعون بالنشاط والمثابرة من أجل تحقيق الأهداف، ويمتلكون القدرة على معالجة ما يواجهون من صعوبات.
  - قادرون على اختيار بناءات معرفية وسلوكية فعالة، كما أنهم أكثر وعياً باختيار الاستراتيجيات المعرفية التي تحقق أهدافهم.
  - قادرون على توجيه انتباههم، ودافعيتهم وانفعالاتهم من أجل تحقيق أهدافهم.
  - يجيدون مراقبة ذاتهم وتقييم أدائهم بشكل مستمر، ولديهم توجيه ذاتي في عمل التغذية الراجعة لأنفسهم أثناء الأداء.
  - لديهم معتقدات إيجابية حول قدراتهم على إنجاز المهام المختلفة، مما يجعلهم يشعرون بالإيجابية.
  - يعلمون جيداً كيف يهيئون بيئة محيطة بهم تساعد على تحقيق أهدافهم، كما يجيدون توليد الأفكار، وحفز المشاعر حتى ينجزوا أهدافهم.
- (Jakešová. J et al ; 2016: 314) (حمدي شعبان، ٢٠١٣: ٤١٣) (رغدة إسماعيل، ٢٠١٦: ١٦)

وترى الباحثة أن مهارات التنظيم الذاتي عن غيرها بأنها تتم من قبل الفرد نفسه ولا تحتاج إلى تكلفة مادية فإذا اكتسب الفرد مهارات التنظيم الذاتي فإنه يستطيع التحكم في انفعالاته ومشاعره، وأفكاره الخاصة، ومن ثم تطبيق هذه الاستراتيجيات في العديد من المواقف والمشكلات التي تواجهه فيصبح الفرد أكثر قدرة وكفاءة.

## النظريات التي فسرت التنظيم الذاتي:

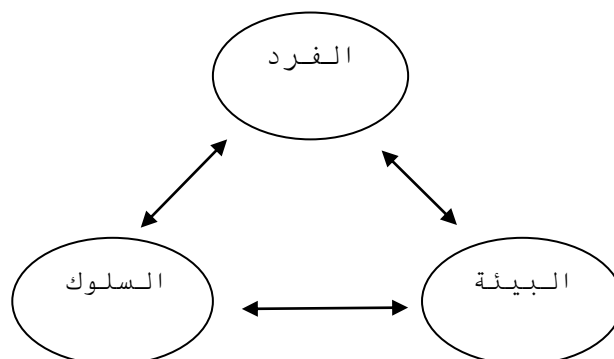
## النظرية المعرفية الاجتماعية ل باندورا (Bandura)

يرجع ظهور منحى تنظيم الذات بشكل أساسي إلى باندورا Bandura في ضوء نظريته المعرفية الاجتماعية. وفسر باندورا تنظيم الذات بأنه الموقف الذي يكون فيه الفرد هو أساس العملية المعرفية، بحيث يحدد أهدافه ولوسائل التي تساعده على دعم سلوكه ومعارفه والتي تقوده لتحقيق هذه الأهداف.

( حمدي شعبان، ٢٠١٣: ٤٠٥ : 6) (Denise T.D. & John B.F., 2006)

من وجهة النظر المعرفية الاجتماعية، يُنظر إلي التنظيم الذاتي على أنه تفاعل بين العمليات الشخصية والسلوكية والبيئية (باندورا). وفي هذا الصدد، يمكننا أن ندعي أن التنظيم الذاتي لا يشمل فقط المهارات السلوكية (التنظيم الذاتي السلوكي) في إدارة الطوارئ البيئية (التنظيم الذاتي البيئي) ولكنه يتضمن أيضًا إحساسًا بالقدرة الشخصية على تفعيل هذه المهارات في السياقات ذات الصلة. علاوة على ذلك، يشمل التنظيم الذاتي الأفكار والمشاعر والأفعال الداخلية التي يتم التخطيط لها ومراقبتها وتكييفها دوريًا وفقًا للتعليقات والأهداف المكتسبة. كما تؤكد على أن الأفراد يمكنهم ضبط سلوكهم بدرجة كبيرة من خلال تصوراتهم واعتقاداتهم عن النتائج المترتبة على تلك السلوكيات وأن التغييرات التي تطرأ على السلوك تسهم فيها عمليات التنظيم الذاتي أكثر من كونها ناتج للربط بين المثيرات التي يتعرض لها الفرد واستجابة لتلك المثيرات.. (Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J ;2015: 223)

وقد وضع باندورا تصوراً نظرياً أسماه " الحتمية التبادلية " حيث يؤمن بالتفاعل المتبادل والمستمر بين السلوك والعوامل المعرفية والمثيرات البيئية، فهو يرى أن الناس لا يندفعون فقط بفعل تأثير القوى الداخلية أو المثيرات البيئية، وأن الوظائف النفسية يمكن تفسيرها بشكل أفضل من خلال التفاعل التبادلي المستمر بين الشخص والمحددات البيئية. وتظهر هذه العلاقة في الشكل التالي:



شكل ( ) علاقة التأثير بين البيئة والفرد والسلوك

(سليمان يوسف، ٢٠١٠: ١٤٠) (سهير كامل، ٢٠١٨: ٧٥)

وترى الباحثة أن نظرية التعلم المعرفي الاجتماعي هي الأقرب لهذا البحث حيث أنها هي النظرية الوحيدة التي تطرقت إلى تنظيم الذات بشكل مفصل بل أنها وضعت أسس وقواعد هي تقييم ومراقبة وتعزيز الذات، وهذه الأبعاد التي تناولتها الباحثة في هذا البحث وتلى ذلك ما حدث من تطوير في النظرية وإضافة أبعاد لها، ليصبح بإمكان الفرد القادر على التنظيم الذاتي أن يتحكم بسلوكه ويوظفه نحو تحقيق أهدافه الخاصة وكذلك قدرته على ضبط المثيرات البيئية التي تؤثر على سلوكه.

### فروض البحث:

- توجد فروق دالة احصائياً بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقاً لمتغير الخبرة.
- توجد فروق دالة احصائياً بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقاً لمتغير السن.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال و متغير سنوات الخبرة
- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال و متغير السن.

### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي.

#### عينة البحث:

أجري البحث الحالي على عينة قوامها (١٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بإدارة أشمون التعليمية، بمحافظة المنوفية، حيث يبلغ عدد المعلمات بالإدارة التعليمية (٤٨٠) معلمة، بواقع ٢٥% من المجتمع الأصلي، يتراوح السن لأفراد العينة ما بين (٣٠ : ٤٥) سنة، وعدد سنوات الخبرة ما بين (٥ : ٢٠) سنة، جميعهن من المتخصصات في مجال رياض الأطفال.

#### أدوات البحث:

مقياس تنظيم الذات لدى معلمة رياض الأطفال (إعداد الباحثة).

#### ١- وصف المقياس (تنظيم الذات لدى معلمة رياض الأطفال):

تكون المقياس من إحدى عشر بعداً وهي (مراقبة الذات - الوعي بالذات - الإرادة - التنظيم - إدارة الوقت - التخطيط - اتخاذ القرار - التنفيذ - ضبط المثيرات - تقييم الذات - تعزيز الذات). وتكون من (٦٦) عبارة بواقع (٦) عبارات لكل بعد من أبعاد المقياس يجب استخدامها باستخدام مقياس متدرج ثلاثي (تنطبق - تنطبق إلى حد ما - لا تنطبق).

## تصحيح المقياس

تم الاستجابة على المقياس باختيار واحد من ثلاث خيارات متاحة (تنطبق - تنطبق إلى حد ما - لا تنطبق) وتكون الدرجات (٣-٢-١) على التوالي في العبارات الإيجابية، ويُعكس المفتاح عند تصحيح المقياس في العبارات السلبية لتكون (١-٢-٣)، وبالتالي تتراوح درجات المقياس بين (٦٦ : ١٩٨) حيث تمثل الدرجة الأولى الحد الأدنى، في حين تمثل الدرجة الثانية الحد الأعلى. ويتم تصنيف المعلمة بناءً على درجتها تحت أحد مستويات تنظيم الذات التالية: المستوى الضعيف من (٦٦ - ١١٠)، والمستوى المتوسط من (١١١ - ١٥٤)، والمستوى المرتفع من (١٥٥ - ١٩٨).

## الخصائص السيكومترية لمقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال

## معاملات الصدق

## صدق المحكمين

قامت الباحثة بعرض المقياس على ١٠ من الخبراء المتخصصين في العلوم النفسية ، و قد اتفق الخبراء على صلاحية العبارات و بدائل الاجابة للغرض المطلوب ، و تراوحت معاملات الصدق للمحكمين بين ٠.٨٠ & ١.٠٠٠ مما يشير الى صدق العبارات و ذلك باستخدام معادلة "لوش " Lawshe (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨ ، ١٩٢)

## الصدق العاملي:

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي التحقيقي للمقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هوتلنج على عينة قوامها ١٠٠ معلمة ، و أسفرت نتائج التحليل العاملي عن وجود خمس أبعاد الجذر الكامن لهم أكبر من الواحد الصحيح على محك كايزر و لذلك فهي دالة إحصائياً و قامت الباحثة بتدوير المحاور بطريقة فاريماكس Varimax وتوضح جداول (١-١١) التشبعات الخاصة بهذا العوامل بعد التدوير .

## جدول (١)

## التشبعات الخاصة بالبعد الأول (مراقبة الذات)

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
0.78	أفكر في كل ما يصدر عنى من سلوك	١١
0.75	أتوقف فوراً عند الخطأ.	١٥
0.72	أتحمل نتائج ما أفعله.	٢١
0.70	أسجل أخطائي في أثناء العمل حتى لا أقع فيها مرة أخرى.	٢٧
0.56	أهتم بطريقة تعاملي مع الآخرين.	٣٠
0.44	أسأل نفسي عن كم الانجاز الذى تم في عملي.	٤٥
٢١.٥٥%	نسبة التباين	
٥.٦	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (١) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٢)

## التشبعات الخاصة بالبعد الثاني (الوعي بالذات)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
٧	لدي القواعد التي أتبعها مهما كانت الظروف.	0.71
٨	أجد أن كل شيء يسير كما خطط له.	0.70
١٧	أحاول الالتزام بالمعايير الشخصية.	0.69
٥٩	ألاحظ ما أفعله.	0.64
٦١	أداني في مختلف الأعمال يكون مميزاً.	0.51
٦٥	أتذكر ما على القيام به دون أن يذكرني الآخرون.	0.40
نسبة التباين		٢٠.٥١%
الجذر الكامن		٤.٩

يتضح من جدول (٢) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٣)

## التشبعات الخاصة بالبعد الثالث (الارادة)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
٢	أمتلك إرادة قوية.	0.69
٣	أستمر بالعمل حتى أنتهي منه دون الشعور بالملل.	0.66
٢٠	أتوقف عن العمل عندما أشعر بالتعب.	0.60
٤٨	أقرر التغيير نحو الأفضل.	0.55
٥٢	أرى الحاجة للتغيير قبل الآخرين.	0.41
٥٦	أجد صعوبة في متابعة الأشياء بعد التخطيط لها.	0.39
نسبة التباين		١٩.٤٤%
الجذر الكامن		٣.٨

يتضح من جدول (٣) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٤)

## التشبعات الخاصة بالبعد الرابع (التنظيم)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
٤	لدي أكثر من طريقة لإنجاز شيء ما.	0.60
٣٤	أؤدى عملي بناء على نظام الأولويات.	0.55
٣٥	أنظم كل ما يلزم لإنجاز مهمة ما.	0.51
٣٩	أنظم المعلومات المرتبطة بالمهمة.	0.45
٥٠	أسعى للحصول على معلومات حول التحسين (التطوير).	0.40
٥٣	أفكر كثيراً في كيفية تنفيذ أمر ما قبل القيام به.	0.38
نسبة التباين		١٨.٢٣%
الجذر الكامن		٣.١

يتضح من جدول (٤) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٥)

## التشبعات الخاصة بالبعد الخامس (إدارة الوقت)

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
0.56	أخطط للوقت من أجل تحقيق أهدافي.	٥
0.54	أجزئ المهام من أجل الوصول إلى الهدف.	١٣
0.50	أستخدم قائمة المهام لإنجاز مهمة ما.	٢٦
0.41	أقوم بأداء عملي في الوقت المخصص له.	٢٩
0.40	أنظم وقتي بدقة حتى أستطيع تحقيق أهدافي.	٣٧
0.37	أقدم على عمل جديد عندما أنتهي من العمل القديم.	٥٧
%١٦.٢١	نسبة التباين	
٢.٨٦	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (٥) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٦)

## التشبعات الخاصة بالبعد السادس (التخطيط)

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
0.54	أرتب أهدافي من الأهم إلى المهم.	٦
0.52	أعمل بخطوات منطقية.	١٠
0.50	أحدد لنفسي هدفاً حتى أصل إلى هـ.	١٤
0.43	أحدد أهدافاً تتناسب مع إمكانياتي (قدراتي).	٢٢
0.41	أستطيع أن أخطط للوصول لهدف ما.	٢٥
0.36	أسعى جاهدة لتحقيق جميع أهدافي التي وضعتها .	٤٠
%١٤.١١	نسبة التباين	
٢.١٦	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (٦) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٧)

## التشبعات الخاصة بالبعد السابع (اتخاذ القرار)

التشبعات	العبارة	رقم العبارة
0.50	أدرس الأمر جيداً قبل اتخاذ القرار.	٢٨
0.51	أبدأ بالبحث عن الحلول المحتملة عند حدوث مشكلة.	٣٨
0.40	عندما اتخذ قراراً حول التغيير فلدى العديد من الخيارات.	٤٣
0.40	أؤجل اتخاذ القرارات.	٥٤
0.39	اتخاذ قرار بالاختيار بين البدائل من الأمور الصعبة.	٥٨
0.35	إذا ما اتخذت قرار لتغيير شيء ما أبذل مزيداً من الجهد تجاه تنفيذه.	٦٠
%١٩.١١	نسبة التباين	
١.٩٩	الجذر الكامن	

يتضح من جدول (٧) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٨)

## التشبعات الخاصة بالبعد الثامن (التنفيذ)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
١٩	أقوم بمراجعة الخطوات المرتبطة بتحقيق الهدف أكثر من مرة.	0.49
٣٣	أنجز ما أكلف به من أعمال باهتمام.	0.46
٤١	أودى العمل بكفاءة.	0.39
٤٢	ألتزم بخطوات تحقيق الهدف.	0.38
٦٣	أطلب المساعدة عندما أكون في حاجة إلى ها.	0.34
٦٤	أترك بعض أجزاء المهمة في أثناء العمل.	0.31
نسبة التباين		١٤.١٥%
الجذر الكامن		١.٩٠

يتضح من جدول (٨) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (٩)

## التشبعات الخاصة بالبعد التاسع (ضبط المثيرات)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
١٢	دائماً أرتب مكان عملي.	0.47
١٦	أتخطى الصعاب التي تواجهني.	0.44
٢٣	المشاكل الصغيرة والعقبات تخرجني عن مساري.	0.37
٤٩	أركز في عملي مهما كانت المثيرات من حولي.	0.33
٥١	يتشتت انتباهي بسهولة عما خططت له.	0.32
٦٢	أترك للآخرين الفرصة لمقاطعة عملي.	0.30
نسبة التباين		١٣.١١%
الجذر الكامن		١.٥٤

يتضح من جدول (٩) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (١٠)

## التشبعات الخاصة بالبعد العاشر (تقييم الذات)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
١	أستمر في فعل نفس الأشياء حتى وإن لم تعطى نتائج.	0.44
٩	أغير طريقي لفعل الأشياء عندما لا تحقق أهدافي.	0.42
٣١	أستفيد من خبرات زميلاتي المميزة لأطبقها على نفسي	0.36
٣٢	أغير سلوكي إذا تعرضت لنقد من الآخرين	0.32
٤٦	أصحح أخطائي باستمرار ولا أجعلها تتكرر.	0.31
٥٥	أحكم على تحقيق أهدافي بنتائج أعمالي.	0.30
نسبة التباين		٩.٣٣%
الجذر الكامن		١.٢٤



يتضح من جدول (١٠) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## جدول (١١)

التشبعات الخاصة بالبعد الحادي عشر (تعزيز الذات)

رقم العبارة	العبارة	التشبعات
١٨	أحفر نفسي للإنتهاء من أعمالي.	0.43
٢٤	أفكر فيما يسعدني لأتخطى المضايقات.	0.41
٣٦	أنجز عملي لتزداد ثقتي بنفسي.	0.35
٤٤	أكافئ نفسي لتقدمي نحو تحقيق هدفي.	0.31
٤٧	أشعر بالضيق عندما لا أحقق أهدافي.	0.30
٦٦	أفعل ما أحب بعد الانتهاء من أعمالي.	0.30
نسبة التباين		٧.٤٥%
الجذر الكامن		١.١١

يتضح من جدول (١١) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

## معاملات الثبات لمقياس تنظيم الذات لدى معلمة رياض الأطفال

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقتي الفا -كرونباخ ، و اعادة التطبيق كما يتضح فيما يلي :

## ١- بطريقة الفا - كرونباخ

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة الفا - كرونباخ على عينة قوامها ١٠٠ معلمة كما يتضح في جدول (١٢)

## جدول (١٢)

معاملات الثبات لمقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال  
بطريقة الفا - كرونباخ

الأبعاد	معاملات الثبات
مراقبة الذات	٠.٨٤
الوعي بالذات	٠.٨٣
الارادة	٠.٨٦
التنظيم	٠.٨١
إدارة الوقت	٠.٨٠
التخطيط	٠.٧٩
اتخاذ القرار	٠.٨١
التنفيذ	٠.٨٠
ضبط المثبرات	٠.٧٧
تقييم الذات	٠.٧٩
تعزيز الذات	٠.٨١
الدرجة الكلية	٠.٨٣

يتضح من جدول (١٢) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

## ٢- بطريقة اعادة التطبيق

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة اعادة التطبيق بفاصل زمني قدره اسبوعين بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني على عينة قوامها ١٠٠ معلمة كما يتضح في جدول (١٣)

جدول (١٣)  
معاملات الثبات لمقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال  
بطريقة اعادة التطبيق

معاملات الثبات	الابعاد
٠.٩١	مراقبة الذات
٠.٩٠	الوعي بالذات
٠.٩٣	الارادة
٠.٩٢	التنظيم
٠.٩٤	إدارة الوقت
٠.٩٣	التخطيط
٠.٩١	اتخاذ القرار
٠.٩٢	التنفيذ
٠.٩٣	ضبط المنثرات
٠.٩١	تقييم الذات
٠.٩٤	تعزير الذات
٠.٩٢	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١٣) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

### نتائج البحث

#### الفرض الاول

ينص الفرض الاول على انه :

توجد فروق دالة احصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة.

للتحقق من صحة ذلك الفرض، قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين البسيط أحادي الاتجاه لإيجاد الفروق بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة كما يتضح في جدول (١٤)

## جدول (١٤)

الفروق بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة باستخدام تحليل التباين البسيط أحادي الاتجاه

ن = ١٠٠

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
مراقبة الذات	بين المجموعات	٣.٦٧	٢	١.٨٣٥	٠.٥٣٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٣٦.٠٤	٩٧	٣.٤٦		
	اجمالي	٣٣٩.٧١	٩٩			
الوعي بالذات	بين المجموعات	٠.٨٧٧	٢	٠.٤٣٩	٠.١٤٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٩٩.٨٧	٩٧	٣.٠٩١		
	اجمالي	٣٠٠.٧٥	٩٩			
الارادة	بين المجموعات	٥.٨٣٧	٢	٢.٩١٨	٠.٩٧٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٨٩.١٦	٩٧	٢.٩٨١		
	اجمالي	٢٩٥	٩٩			
التنظيم	بين المجموعات	١٢.٤٨	٢	٦.٢٤٢	٢.٢٥٥	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦٨.٥١	٩٧	٢.٧٦٨		
	اجمالي	٢٨١	٩٩			
إدارة الوقت	بين المجموعات	٢٣.٠٠٧	٢	١١.٥٠٣	٤.٣٢٥	دالة عند مستوى ٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٥٧.٩٩	٩٧	٢.٦٦		
	اجمالي	٢٨١	٩٩			
التخطيط	بين المجموعات	٦.٠٤٤	٢	٣.٠٢٢	٠.٧٥١	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٩٠.٣١	٩٧	٤.٠٢٤		
	اجمالي	٣٩٦.٣٦	٩٩			
اتخاذ القرار	بين المجموعات	٢٠.١٦	٢	١٠.٠٨١	٢.٩٩٩	دالة عند مستوى ٠.٠٥
	داخل المجموعات	٣٢٦.٠٢	٩٧	٣.٣٦١		
	اجمالي	٣٤٦.١٩	٩٩			
التنفيذ	بين المجموعات	١٣.٧٨	٢	٦.٨٩١	٢.٤٨٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٦٨.٥٧	٩٧	٢.٧٦٩		
	اجمالي	٢٨٢.٣٦	٩٩			
ضبط المثيرات	بين المجموعات	٥.٦٠٣	٢	٢.٨٠١	١.١١٩	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٤٢.٨٣	٩٧	٢.٥٠٣		
	اجمالي	٢٤٨.٤٤	٩٩			
تقييم الذات	بين المجموعات	٢١.٧	٢	١٠.٨٥١	٤.٣٧٩	دالة عند مستوى ٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٤٠.٣٣	٩٧	٢.٤٧٨		
	اجمالي	٢٦٢.٠٤	٩٩			
تعزيز الذات	بين المجموعات	١٣.٣١	٢	٦.٦٥٥	٢.٢٠٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢٩٢.٦٩	٩٧	٦.٠١٧		
	اجمالي	٣٠٦	٩٩			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	١٠٨٣.٤٨	٢	٥٤١.٧٤٣	٢.٤٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٢١٣٥٧.٢	٩٧	٢٢٠.١٧		
	اجمالي	٢٢٤٤٠.٧٥	٩٩			

ف = ٣.٩٥ عند مستوى ٠.٠١

ف = ٢.٦٨ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١ بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت، و تقييم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة.

كما يتضح وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث اتخاذ القرار على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة.

كما يتضح عدم وجود فروق دالة احصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث مراقبة الذات، و الوعي بالذات، والارادة، والتنظيم، والتخطيط، والتنفيذ، وضبط المثيرات، وتعزيز الذات، والدرجة الكلية على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة.

و لإيجاد الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت، و تقييم الذات، و اتخاذ القرار على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة، استخدمت الباحثة اختبار توكي كما يتضح في جداول (من ١٥ إلى ١٧)

#### جدول (١٥)

الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت كأحد أبعاد تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اختبار توكي

متوسطات المجموعات	الفروق بين المتوسطات	العدد	١م	٢م	٣م
المعلمات ذوى الخبرة (١٣ - ٢٠ سنة) ١م = ١٤.٠٣	٢٩	-	١.١٥*	٠.٦٢	
المعلمات ذوى الخبرة (٨ - ١٢ سنة) ٢م = ١٥.١	٤٢	-	-	٠.٥٣	
المعلمات ذوى الخبرة (٥ - ٧ سنة) ٣م = ١٤.٦٥	٢٩	-	-	-	

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت كأحد أبعاد تنظيم الذات لصالح المعلمات ذوى الخبرة (٨-١٢ سنة).

#### جدول (١٦)

الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث اتخاذ القرار كأحد أبعاد تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اختبار توكي

متوسطات المجموعات	الفروق بين المتوسطات	العدد	١م	٢م	٣م
المعلمات ذوى الخبرة (١٣ - ٢٠ سنة) ١م = ١٤	٢٩	-	١.٠٧*	٠.٤٨	
المعلمات ذوى الخبرة (٨ - ١٢ سنة) ٢م = ١٥.٠٧	٤٢	-	-	٠.٥٨	
المعلمات ذوى الخبرة (٥ - ٧ سنة) ٣م = ١٤.٤	٢٩	-	-	-	

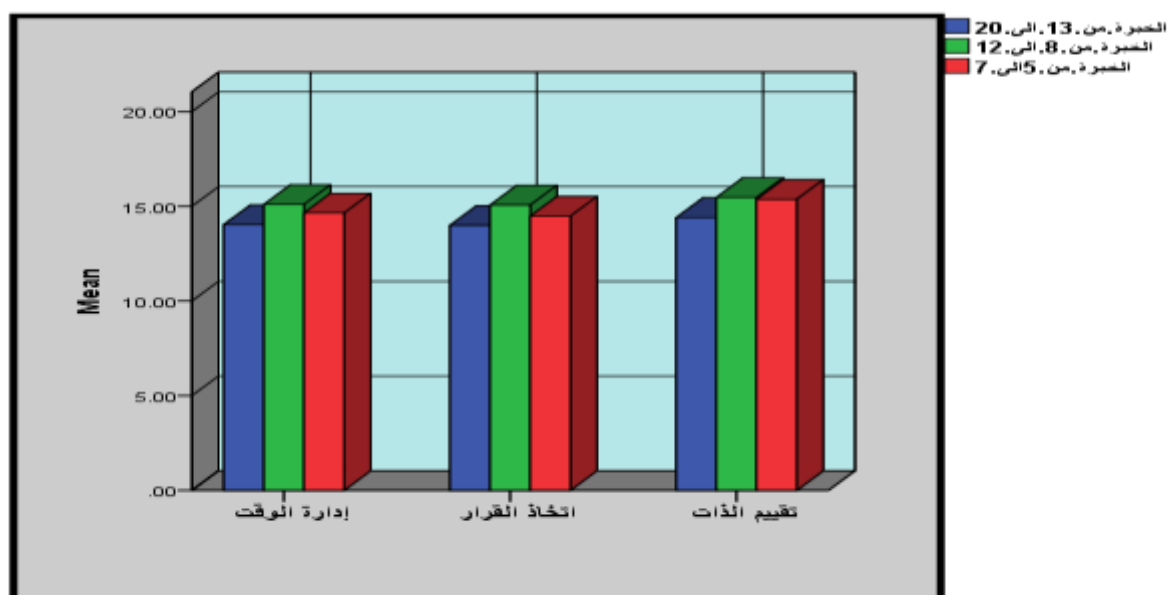
يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث اتخاذ القرار كأحد أبعاد تنظيم الذات لصالح المعلمات ذوى الخبرة (٨-١٢ سنة).

## جدول (١٧)

الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تقييم الذات كأحد أبعاد تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اختبار توكي

متوسطات المجموعات	الفروق بين المتوسطات			العدد	١م	٢م	٣م
المعلمات ذوى الخبرة (١٣ - ٢٠ سنة) م ١ = ١٤.٤١	-	١.٠٦	٠.٩٦	٢٩			
المعلمات ذوى الخبرة (٨ - ١٢ سنة) م ٢ = ١٥.٤٧		-	٠.٠٩	٤٢			
المعلمات ذوى الخبرة (٥ - ٧ سنة) م ٣ = ١٥.٣٧			-	٢٩			

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تقييم الذات كأحد أبعاد تنظيم الذات لصالح المعلمات ذوى الخبرة (١٣-٢٠ سنة). و يوضح شكل (١) الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت، وتقييم الذات، واتخاذ القرار على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة.



شكل (١)

الفروق بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال من حيث إدارة الوقت ، و تقييم الذات ، و اتخاذ القرار على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير الخبرة

## الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على انه :

توجد فروق دالة احصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير السن.

للتحقق من صحة ذلك الفرض، قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين البسيط أحادي الاتجاه لإيجاد الفروق بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقاً لمتغير السن كما يتضح في جدول (١٨)

## جدول (١٨)

الفروق بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقاً لمتغير السن باستخدام تحليل التباين البسيط أحادي الاتجاه  $n = 100$

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
مراقبة الذات	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٣.٥٤٢ ٣٣٦.١٦ ٣٣٩.٧	٢ ٩٧ ٩٩	١.٧٧١ ٣.٤٦٦	٠.٥١١	غير دالة
الوعي بالذات	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	١.٩١٥ ٢٩٨.٨٣ ٣٠٠.٧٥	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٩٥٨ ٣.٠٨١	٠.٣١١	غير دالة
الارادة	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٢.٤٩ ٢٩٢.٥ ٢٩٥	٢ ٩٧ ٩٩	١.٢٤٧ ٣.٠١٦	٠.٤١٤	غير دالة
التنظيم	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٠.٢٠٢ ٢٨٠.٧٩ ٢٨١	٢ ٩٧ ٩٩	٠.١٠١ ٢.٨٩٥	٠.٠٣٥	غير دالة
إدارة الوقت	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٠.٥٩٧ ٢٨٠.٤ ٢٨١	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٢٩٨ ٢.٨٩١	٠.١٠٣	غير دالة
التخطيط	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٠.٣٩١ ٣٩٥.٩٦ ٣٩٣.٣٦	٢ ٩٧ ٩٩	٠.١٩٥ ٤.٠٨٢	٠.٠٤٨	غير دالة
اتخاذ القرار	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	١.٢٥٣ ٣٤٤.٩٣ ٣٤٦.١٩	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٦٢٧ ٣.٥٥٦	٠.١٧٦	غير دالة
التنفيذ	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٠.٧٠٤ ٢٨١.٦٥ ٢٨٢.٣٦	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٣٥٢ ٢.٩٠٤	٠.١٢١	غير دالة
ضبط المثيرات	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	١.١٧ ٢٤٧.٢٦ ٢٤٨.٤٤	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٥٩ ٢.٥٤٩	٠.٢٣١	غير دالة
تقييم الذات	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	١.٩٦٧ ٢٦٠.٠٧ ٢٦٢.٠٤	٢ ٩٧ ٩٩	٠.٩٨٣ ٢.٦٨١	٠.٣٦٧	غير دالة
تعزيز الذات	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٤.٨٢ ٣٠١.١٧ ٣٠٦	٢ ٩٧ ٩٩	٢.٤١٢ ٣.١٠٦	٠.٧٧٧	غير دالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات داخل المجموعات اجمالي	٨٥.١١ ٢٢٣٥٥.٦٣ ٢٢٤٤٠.٧٥	٢ ٩٧ ٩٩	٤٢.٥٥٧ ٢٣٠.٤٧	٠.١٨٥	غير دالة

ف = ٣.٩٥ عند مستوى ٠.٠١

ف = ٢.٦٨ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٨) عدم وجود فروق دالة احصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال من حيث تنظيم الذات على مقياس تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال وفقا لمتغير السن.

### الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على انه :

توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة .  
و للتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار بيرسون لإيجاد العلاقة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة كما يتضح في جدول (١٩)

### جدول (١٩)

العلاقة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة

$$n = 100$$

معامل الارتباط	الخبرة
٠.١١	تنظيم الذات
٠.٠٥	مراقبة الذات
٠.١٠	الوعي بالذات
٠.١٦	الارادة
*٠.٢٣	التنظيم
٠.١٢	إدارة الوقت
٠.١٤	التخطيط
٠.١٧	اتخاذ القرار
٠.١٢	التنفيذ
**٠.٣٠	ضبط المثيرات
٠.١٨	تقييم الذات
*٠.١٩	تعزيز الذات
	الدرجة الكلية

ر = ٠.٢٥ عند مستوى ٠.٠١

ر = ٠.١٩ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٩) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠١ بين تقييم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة.

كما يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين إدارة الوقت لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة.

كما يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا عند مستوى ٠.٠٥ بين الدرجة الكلية لتنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير سنوات الخبرة.

### الفرض الرابع

ينص الفرض الرابع على انه :

توجد علاقة ارتباطية موجبة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير السن.  
و للتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار بيرسون لإيجاد العلاقة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير السن كما يتضح في جدول (٢٠)

## جدول (٢٠)

العلاقة بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير السن

ن = ١٢٠

تنظيم الذات	السن	معامل الارتباط
مراقبة الذات		٠.٠٢
الوعي بالذات		٠.١٢
الارادة		٠.٠١
التنظيم		٠.٠٠٤
إدارة الوقت		٠.٠٣٣
التخطيط		٠.٠١
اتخاذ القرار		٠.٠١
التنفيذ		٠.٠١
ضبط المثيرات		٠.٠٥
تقييم الذات		٠.٠٢
تعزيز الذات		٠.٠٨
الدرجة الكلية		٠.٠١

ر = ٠.٢٥ عند مستوى ٠.٠١

ر = ٠.١٩ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٠) عدم وجود علاقة ارتباطية بين تنظيم الذات لمعلمة رياض الأطفال ومتغير السن.

## توصيات البحث:

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي:

- يجب علي القائمين علي العملية التربوية التعليمية، في كل زمان ومكان توظيف التحفيز سواء مادياً أو معنوياً، من أجل إنجاز المهام والمسئوليات بالصورة المرغوبة.
- ضرورة تقديم الدعم النفسي لمعلمات رياض الأطفال باستمرار، بإشراكهن ببرامج الإرشادي النفسي.
- نشر الوعي لدى معلمات رياض الأطفال بأهمية التنظيم الذاتي لديهن وعلاقته بتحسين الأداء.

## البحوث المقترحة:

- ١- تنظيم الذات لدى معلمة رياض الأطفال وعلاقته بالضغوط النفسية المهنية.
- ٢- تنظيم الذات وعلاقته بجودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال.



## المراجع:

١. أمل أحمد طعمة.(٢٠٠٦). اتخاذ القرار والسلوك القيادي، عمان: دى بونو للنشر.
٢. بطرس حافظ بطرس.(٢٠٠٦). التنبؤ بالنجاح المهني لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مكونات الذكاء الوجداني والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، المؤتمر السنوي "التربية الوجدانية للطفل"، كلية رياض الأطفال، ٨-٩ إبريل.
٣. حمدي سعد شعبان.(٢٠١٣). التنظيم الذاتي وعلاقته بتقدير الذات لدى عينه من ذوي الاعاقة البصرية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ع (٥٢) ، ٣٩٩ - ٤٤٢.
٤. خالد محمد حجازي، علياء محمد فكري حسين.(٢٠١٥). القائد الصغير ومهارات تخطيط الوقت وإدارة الذات، القاهرة: المجموعة العربية للتدريب والنشر.
٥. داليا عبد الصمد المنسي.(٢٠١٢). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الضبط الذاتي وأثره علي خفض السلوك الإندفاعي لتلاميذ المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير ، معهد الدراسات التربوية ، جامعة القاهرة.
٦. رغدة أحمد اسماعيل.(٢٠١٦). التنظيم الذاتي وعلاقته بأنماط التعلق لدى الطلبة في قضاء عكا، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.
٧. سعد عبد الرحمن.(٢٠٠٨). القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط (٥)، القاهرة: هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.
٨. سليمان عبد الواحد يوسف.(٢٠١٠). المهارات الحياتية "ضرورة حتمية في عصر المعلوماتية"، القاهرة: إيتراك للنشر والتوزيع
٩. سمير عبد الجواد عبد العال.(٢٠٠٩). فاعلية برنامج لتنمية مهارات التنظيم الذاتي للتعلم لدى الكبار وأثره علي تحصيلهم الدراسي في اللغة العربية، رسالة ماجستير، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
١٠. سهير كامل أحمد.(٢٠١٠). سيكولوجية الشخصية، الرياض: دار الزهراء.
١١. سهير كامل أحمد.(٢٠١٨). النمو النفسي ومشكلات ذوي الفئات الخاصة، القاهرة: مركز التعليم المفتوح.
١٢. سوسن شاكر مجيد.(٢٠١١). تقويم جودة الأداء في المؤسسات التعليمية، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع
١٣. طلعت عبد الحميد.(٢٠١٥). دليل إدارة الذات بالقيم، القاهرة : الأنجلو المصرية.
١٤. عبد اللطيف عبد الكريم محمد، قاسم محمد محمود.(٢٠١٦). التنظيم الذاتي لدى عينة من الطلبة الجامعيين وقدرته التنبؤية في تحصيلهم الدراسي. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، مجلد (١٠)، العدد(٣)، ٤٦١ - ٤٧٥.

١٥. عبد القادر سليم .(٢٠١٦). تنظيم الذات وعلاقته بتوجيهات أهداف الإنجاز لدى طلبة الصف العاشر بـغزة، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة الأزهر ، غزة ، فلسطين.
١٦. فواز فتح الله الرميني.(٢٠٠٩). المعلم الذي نريد بين الأصالة والتجديد، العين: دار الكتاب الجامعي.
١٧. لينا محمد زكريا، موسى بن علي الجابري .(٢٠١٧). التنمية البشرية ومهارات تطوير الأداء والذات، عمان: معهد الإدارة العامة.
١٨. مدحت محمد أبو النصر.(٢٠١٠). إعادة هندسة الذات، القاهرة: المجموعة العربية للتدريب والنشر.
١٩. منال حسن رمضان .(٢٠١٦). استراتيجيات التعلم النشط .(التعلم النشط، ضبط الذات، التفكير الإيجابي، الإبداع والشعور الإبداعي، عمان: شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.
20. Deci & Ryan . (2008).Self-determination theory:a macro-theory of human motivation, development , and health . Canadian Psychology,49 (3),182-185.
21. Denise T.D. & John B.F .(2006). Self-regulation in Health Behavior: Concepts, Theories, and Central Issues, Self-regulation in Health Behavior , England: John Wiley & Sons Ltd, p.p (1-25)
22. Gavoraa, P & Jakesovab. J, and Kalendac. J .(2015). The Czech Validation Of The Self-Regulation Questionnaire, Procedia - Social and Behavioral Sciences, (171) p.p 222-230.
23. Jakešová. J , Gavora.P, Kalenda .J and Vávrová.S.(2016). Czech Validation of the Self-regulation and Self-efficacy Questionnaires for Learning, Procedia - Social and Behavioral Sciences, (217) p.p 313-321.
24. Jakešová. J, Kalenda.J & Gavora.(2015).Self-regulation and academic self-efficacy of Czech university students, Procedia - Social and Behavioral Sciences, (174) p.p 1117- 1123.
25. Lewis, Joel P .(2011).Effects of self-regulated learning strategies on preservice teachers in an educational technology course.Education,winter 2011, Vol.132, Isse2,p455-464,10p

26. Ozkilic,R..(2007)."Behaviors of Primary School Teachers Related to Time Management att Classroom". Journal of New World Sciences Academy, V.(2). N.(3).
27. Reid, R., Trout, A. L., & Schartz, M. (2005). Self-Regulation Interventions for Children With Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. Exceptional Children, 71(4), 361–377.
28. Schunk .D . H & Zimmerman.B .J (2007) Influencing Children's Self-Efficacy and Self-Regulation of Reading and Writing Through Modeling, Reading & Writing Quarterly, 23,1, 7-25,
29. Weiten.W, Lloyd.M.A, Dunn.D.S, Hammer.E.Y.,.( 2009). Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century, Personal Explorations Workbook, Wadsworth Publishing