

## فاعلية برنامج مقترح في تحسين بعض أبعاد جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال وأثره على الكفايات المهنية لديها

اعداد

سحر فتحي عبد المحسن عبد الحميد

Doi: 10.21608/jacc.2019.45631

القبول : ٢٠١٩/٦/٣٠

الاستلام : ٢٠١٩/٥/٢٥

### مستخلص :

تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في حاجة معلمة رياض الأطفال إلى تحسين بعض أبعاد جودة الحياة لديها، لكي تستطيع القيام بأدوارها ومسئولياتها تجاه طفل الروضة على الوجه الأمثل، الأمر الذي دعا إلى أهمية إعداد برنامج لتحسين بعض أبعاد جودة حياتها، حتى تتوافر لديها بعض الكفايات المهنية اللازمة لعملها مع الأطفال، وقد تم استخدام المنهج التجريبي، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمحافظة الفيوم العاملات بإدارة غرب الفيوم، تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية وشملت كل عينة (١٥) معلمة، استخدمت الدراسة مقياس جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال (إعداد الباحثة)، بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال (إعداد الباحثة)، والبرنامج المقترح (إعداد الباحثة)، أشارت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج بما تضمنه من مهارات في خمس وحدات: (إدارة الوقت، إنتاج الوسائل التعليمية، تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته، توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال، إدارة الضغوط والانفعالات)، كما توصلت الدراسة إلى وجود تأثير دال إيجابياً لبرنامج تحسين جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال على توافر بعض الكفايات المهنية لديها (المعرفية، الوجدانية، المهارية)، وأوصت الدراسة بالاستفادة من برنامج الدراسة الحالي في تدريب معلمات رياض الأطفال؛ وذلك للارتقاء بمستوى جودة الحياة لديهن.

**الكلمات المفتاحية:** جودة الحياة - الكفايات المهنية - إدارة الوقت - إدارة الضغوط والانفعالات - إنتاج الوسائل التعليمية - تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته - توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال

### Abstract:

The problem of the current study is the kindergarten teacher needs to improve some of her quality of life dimensions so that she can

perform her roles and responsibilities towards kindergartners optimally. This entailed the preparation of a suggested program to improve some of her quality of life dimensions in order to have some professional competencies necessary in her interaction with children. The study employed the experimental approach and was carried out on a sample of 30 kindergarten teachers working in West Fayoum Educational Department in Fayoum Governorate. The sample was divided equally into a control group and an experimental group. The study used the kindergarten teacher's quality of life scale (prepared by the researcher), and the kindergarten teacher's professional competencies observation card (prepared by the researcher) and the suggested (prepared by the researcher). The study concluded the effectiveness of the suggested program, which includes skills in five units (time management, production of teaching aids, adjusting the child's behavior and solving his problems, employing computer in kindergarten and stress and emotion management). The study recommended benefiting from the current study's program in training kindergarten teachers in order improve their quality of life.

**Key words:** Suggested Program, Quality of Life, Professional competencies, Kindergarten teacher.

#### مقدمة:

مفهوم "جودة الحياة" من المفاهيم الحديثة التي لاقى اهتمامًا كبيرًا في العلوم الطبيعية والإنسانية، ويرى الأشول (٢٠٠٥) أنه نادرًا ما يحظى مفهوم ما بالتبني الواسع على مستوى الاستخدام العلمي أو العملي في حياتنا اليومية وبهذه السرعة مثلما حدث لهذا المفهوم.

والممتنع للدراسات النفسية الحديثة يلحظ هذا الاهتمام بمفهوم جودة حياة الفرد مثل: دراسة خالد الضعيف (٢٠٠٥)، ودراسة محمود منسي، علي كاظم (٢٠٠٦)، ودراسة أسامة أبو سريع، مرفت شوقي وآخرين (٢٠٠٦)، ودراسة عبد الحميد حسن، راشد المحرزي وآخرين (٢٠٠٦)، دراسة تير هوني Terhune, M. (٢٠٠٦)، دراسة فرنانديز وروشا Fernandez, M. & Rocha, V. (٢٠٠٩)، وهذا يعكس أهمية هذا المفهوم وتأثيره على مختلف الجوانب النفسية للفرد.

ويرتبط مفهوم جودة الحياة Quality of life بعلم النفس الإيجابي Positive Psychology الذي جاء استجابة لأهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير الذي أولاه علماء النفس على الجوانب السلبية، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار فشملت: الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة. (سعيد الظفري ونوار الرواحية، ٢٠٠٦، ص ١٠٣)

إن تحسين جودة الحياة أصبح من أهداف العلوم والدراسات الإنسانية في الوقت الحاضر، وقد حاول الباحثون على اختلاف تخصصاتهم قياس كيفية إدراك الإنسان لنوعية حياته واكتشاف العناصر الرئيسة التي تساهم بدرجة أو بأخرى في تحسينها، وهذا ما أكد عليه العارف بالله الغندور (١٩٩٩) بأن نوعية حياة الإنسان قابلة للتحسين باستخدام البرامج الإرشادية والعلاجية والتي تؤكد أثرها الإيجابي على الحالة النفسية وبالتالي على جودة الحياة، ولذا أوصى بتوجيه مزيد من الجهود لدراسة وسائل تحسين جودة الحياة لدى الإنسان. (العارف بالله الغندور، ١٩٩٩، ص ١٥١)

تحتاج معلمة رياض الأطفال بصفة خاصة إلى تحسين جودة حياتها لكثرة الضغوط النفسية التي تعاني منها في العمل، وهذا ما أشارت إليه دراسة فرنانديز وروشا Fernandez, M. & Rocha, V. (٢٠٠٩) أن مهنة التدريس تتطلب من المعلمين أداء مهام صعبة، وأنهم أقل إحساساً بجودة الحياة وبالتالي فهم بحاجة إلى تحسين جودة حياتهم.

ويعتبر العمل من أهم أبعاد جودة الحياة؛ حيث يحتل مكانة كبيرة في حياة الفرد الذي يقضي ما يعادل ثلث حياته يزاول عملاً كوسيلة لإشباع حاجاته الأساسية والنفسية، فالعمل يؤثر بدرجة كبيرة على جودة حياة الفرد، وهذا ما أكدت عليه دراسة تير هوني Terhune, M. (٢٠٠٦)، ودراسة عبد الحميد حسن وراشد المحرزى وآخرون (٢٠٠٦)، ودراسة فرنانديز وروشا Fernandez, M & Rocha, V. (٢٠٠٩).

وقد حدد فلو فيلد Fallow Field (١٩٩٠) في (محمود منسي، علي كاظم، ٢٠٠٦، ص ٦٥) المؤشرات المهنية من أهم مؤشرات جودة الحياة والتي تتمثل في قدرة الفرد على تنفيذ مهام وظيفته والتوافق مع واجبات عمله، وتؤكد أميرة زايد (٢٠١٠) على ضرورة الارتقاء بأداء المعلم وتحسين نوعية العمل المنوط به. (أميرة زايد، ٢٠١٠، ص ٢٤)

وهذا ما أوصت به إيناس الشتيحي (٢٠١٠) بضرورة مساعدة معلمة رياض الأطفال على بلوغ درجة عالية من الجودة في الأداء بما يتوافق مع معطيات هذا العصر. (إيناس الشتيحي، ٢٠١٠، ص ١١). وقد أشارت معظم الدراسات إلى حاجة المعلمة إلى التدريب على مهارات: تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته، إنتاج الوسائل التعليمية، توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال، لتحسين جودة أدائها في العمل.

فقد أسفرت نتائج دراسة ولاء حنفي (٢٠٠٦) عن أهمية تدريب المعلمة على كيفية توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال ومواجهة مشكلات الأطفال لتحسين أدائها، كما خلصت دراسة سلوى مرتضى (٢٠٠٩) إلى أن تدريب معلمات الرياض على حل المشاكل السلوكية للأطفال وتعديل سلوكهم من المقترحات المهمة لمواجهة تحديات العنف والتطرف في هذا العصر.

وتوصلت نتائج دراسة كو Kuo, C. (٢٠١٠) إلى اتفاق معلمات رياض الأطفال على الوظائف المتعددة للوسائل التعليمية التي تساعدهن في تحقيق أهداف التدريس وتحسين أدائه وزيادة اهتمام الأطفال بالتعلم وتحسين نتائجه، وزيادة القدرات الإبداعية لدى الأطفال، وزيادة فهم محتوى التعلم، ومساعدة المعلمين على ممارسة قدراتهم المهنية، فالوسائل التعليمية لها أهمية كبيرة في مرحلة رياض الأطفال؛ لذا تؤكد الدراسة على ضرورة تزويد المعلمين بفرص الحصول على التدريب من أجل تحسين المفاهيم والمعرفة والمهارات المهنية لإنتاج واستخدام الوسائل التعليمية.

كما أكدت دراسة شن، شانج Chen , J & chang , C (٢٠٠٦) على ضرورة التدريب على تكنولوجيا الحاسب الآلي كسياسة لتطوير المعلم، فالتدريب على استخدام الحاسب الآلي يصفّل مهارات المعلمة لمواكبة التطور التكنولوجي، وهذا ما توصلت إليه دراسة هيرناندو Hernando, V. (١٩٩٥)؛ حيث أكدت على تحسن مهارات المعلمات المتدربات في استخدام الحاسب الآلي مثل: إتقان مهارات معالجة الكلمات وتصميم وثائق مرتبطة بالروضة تتضمن رسوماً وأشكالاً بيانية وتوضيحية، وتعلم صيانة الحاسب الآلي، وإتقان استخدامه لتطبيقه في التدريس وإدارة الفصول.

فعندما تشعر المعلمات بارتياح ويصبحن واثقات من أنفسهن في التعامل مع تكنولوجيا الحاسب الآلي يمكنهن أن يتعرضن لتحديات أكثر ويحفزن لبلوغ مستويات جديدة من الكفاءة في استخدام التكنولوجيا، فتدريب ودعم المعلمات هو العامل الأكثر أهمية في نجاح استخدام الكمبيوتر في فصول الروضة، كما أن اتجاهات المعلمات نحو الكمبيوتر تؤثر على إدراك الأطفال لأهميته. (هناء عبد الرحيم، ٢٠٠٦، ص ١٥٨-١٥٩)

وتعد جودة إدارة الضغوط والانفعالات بعداً أساسياً من أبعاد جودة الحياة؛ حيث يؤكد هولاهن، موس Holahan, S. & moos, J. (١٩٩٦) على أن استراتيجيات المواجهة الإيجابية (الإقدامية) للضغوط ترتبط بشكل إيجابي بجودة الحياة، في حين ترتبط استراتيجيات المواجهة السلبية (الإحجامية) بشكل سلبي بجودة الحياة. (طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم، ٢٠٠٦، ص ١٠٢). وتشير نتائج دراسة عبد الحميد حسن، راشد المحرزي ومحمود إبراهيم (٢٠٠٦) إلى أن معدل استخدام الفرد لاستراتيجيات مقاومة الضغوط أساس لتحسين جودة حياته.

وقد أثبتت بعض البحوث والدراسات السابقة أنه يمكن زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد من خلال عدة أساليب منها تدريبهم على إدارة مشاعرهم وانفعالاتهم. (سهير سالم، ٢٠٠١، ص ٦٩) (حسن الفنجري، ٢٠٠٦، ص ٩٣)

وتشير نتائج دراسة صلاح الدين عراقي، تحية عبد العال (٢٠٠٥) إلى أنه كلما كان المعلم أكثر وعياً بانفعالاته والتحكم فيها وتنظيمها وإدارتها، كلما كان أكثر فهماً للآخرين والتواصل معهم، حيث يهين لتلاميذه بيئة عمل جيدة، كما يظهر حالة من التناغم والانسجام من خلال دعم القدرات وإدارة الصراعات وبناء جسر من الثقة المتبادلة بين المعلم والمتعلم في جو يسمو بالوجدان ويدعم الانفعالات الإيجابية. (صلاح الدين عراقي، تحية عبد العال، ٢٠٠٥، ص ٢٠٧)

كما أشارت دراسة بيرو، بريساجي وآخرين (Pierro, A., Presaghi, F. et al ٢٠٠٩) إلى شعور الطلاب بمستوى عالٍ من الرضا لمناخ التعلم المدعم للاستقلال في مقابل المناخ المسيطر من قبل المعلم.

وتؤكد نتائج دراسة بطرس حافظ (٢٠٠٦) على أنه كلما كانت معلمة رياض الأطفال أكثر قدرة على تحديد انفعالاتها والتحكم فيها وإدارتها بالطريقة المناسبة، كلما مكنها ذلك من تحقيق أهدافها وزيادة القدرة على أدائها وتحقيق درجة مرتفعة من النجاح المهني. (بطرس حافظ، ٢٠٠٦، ص ٤٤٦). وقد أوضحت نتائج دراسة ايرسي

Ersay , E (٢٠٠٧) نتائج مشابهة حيث أشارت إلى أن وعي معلمي مرحلة ما قبل المدرسة بانفعالاتهم والتحكم فيها تكسبهم قدرة التعرف على انفعالات الأطفال وتقبلها حتى السلبية منها، كما أشارت الدراسة إلى أهمية العلاقة بين إدارة المعلمين لانفعالاتهم وطريقة استجاباتهم ومناقشاتهم لانفعالات الأطفال، وأشارت دراسة أن Ahn, H. (٢٠٠٥) إلى أن المعلمين يشاركون ببعض معتقداتهم في التنمية الانفعالية للأطفال تبعاً لدورهم ورؤيتهم، كما أشارت إلى الدور المهم للمعلم في مناقشة انفعالات الأطفال ومساعدتهم على إيجاد الكلمات المناسبة للتعبير عن الانفعال ومعرفة أسبابه.

وبالإضافة إلى ذلك فإن جودة إدارة الوقت تعد بعداً مهماً من أبعاد جودة الحياة حيث تشير بعض البحوث والدراسات السابقة إلى أن التدريب على إدارة الوقت يزيد من الشعور بالسعادة وجودة الحياة. (سهير سالم، ٢٠٠١، ص ٦٩)، (حسن الفنجري، ٢٠٠٦، ص ٩٣)، (أسامة أبو سريع ومرفت شوقي وآخرين، ٢٠٠٦)

وقد أشارت دراسة كالهون Calhoun, T. (٢٠٠٨) 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.

وتوصلت نتائج دراسة أوزكيليس Özkılıç, R. (٢٠٠٧) إلى أن سلوكيات المعلمين الذين شاركوا في أنشطة متعلقة بالإدارة الفعالة للوقت كانت أفضل من سلوكيات

الأخرين في: إعداد الخطط التعليمية، إعطاء التوجيهات، سرعة انجاز الأنشطة الصفية، متابعة أعمال الأطفال، إعطاء المسؤوليات للأطفال، الانتقال بين الأنشطة، تعديل سلوك الطفل غير المناسب، وأفادوا أنهم بحاجة إلى تطوير معارفهم ومهاراتهم في إدارة وقتهم. والمتتبع للأبعاد السابقة لجودة الحياة يلحظ ارتباطاً قوياً بين تلك الأبعاد وتوافر بعض الكفايات المهنية، حيث أن المعلمة التي تم تحسين جودة أدائها في العمل وجودة إدارة وقتها تستخدم الأساليب السليمة في تعديل سلوك الأطفال وحل مشكلاتهم، وإدارة الوقت بكفاءة، وإعداد واستخدام الوسائل التعليمية والكمبيوتر في العملية التعليمية، والمعلمة التي تم تحسين جودة إدارة ضغوطها وانفعالاتها تحرص على تقبل الأطفال ومشاركتهم أعمالهم واهتماماتهم، والمساواة بينهم، وإعطائهم قدرًا مناسبًا من الحرية، وتشجيعهم على العمل الجماعي.

ويتبين مما سبق أهمية تحسين بعض أبعاد جودة الحياة بالرغم من ندرة البرامج الموجهة لتحسين تلك الأبعاد لدى معلمة رياض الأطفال في البيئة المصرية، ومن هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية التي تستهدف تصميم برنامج لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة ومعرفة أثره على توافر بعض الكفايات المهنية لدى المعلمة.

#### مشكلة الدراسة:

يتطلب العمل بمجال رياض الأطفال من المعلمة القيام بالعديد من الأدوار الصعبة والمهمة، وإذا لم يكن لديها المقدرة الكافية والكفاءة في أداء العمل، فإن ذلك يمثل مصدرًا للضغوط النفسية وبالتالي يقلل من إحساسها بجودة الحياة، وهذا ما يؤكد عليه ويلكينسون Wilkinson, C., (٢٠٠١) أن الفرد الذي لا يملك المقدرة الكافية والكفاءة في أداء عمله يشعر بالعبء الكيفي نتيجة للصعوبة التي يعاني منها عند أداء عمله. (Wilkinson, C., 2001, P14)

وتوصلت دراسة منال حسان (١٩٩٧) إلى أن عدم قدرة المعلمة على التعامل مع كثير من مشاكل الأطفال مثل: العدوانية والسرقة، ونوبات الغضب الحادة من أهم مصادر الضغوط النفسية في عملها، كما توصلت نتائج دراسة سهام إبراهيم (٢٠٠٨) إلى أن المشكلات السلوكية الشائعة لدى الأطفال كالكذب والسرقة والنشاط الزائد مع عدم الدراية الكافية للمعلمة بالتعامل مع بعضها من أهم المشكلات التي تعوق معلمات رياض الأطفال عن أداء دورهن.

وتشير دراسة منال حسان (١٩٩٧) إلى أن قلة الخامات والوسائل التعليمية التي تناسب أطفال ما قبل المدرسة من مصادر الضغوط النفسية الخاصة بعمل معلمة الرياض، كما أوضحت نتائج دراسة رانيا صاصيلا (٢٠١٠) أن عدم كفاية الوسائل التعليمية والموارد المالية المتوفرة لشرائها من أهم الصعوبات التي تحول دون قيام المعلمات بتطبيق الأنشطة التربوية في رياض الأطفال، وأكدت دراسة ممدوح الجعفري (٢٠٠٠) أن صنع الوسائل هي واحدة من أكثر الاحتياجات التدريبية إلحاحًا لدى معلمات

رياض الأطفال؛ حيث أن النقص في تدريب المعلمين للتدريب الملائم على إنتاج الوسائل التعليمية من أهم معوقات استخدامها في التدريس. (عواطف عبد الحميد (أ)، ٢٠٠٩، ص ١٤)

كما أشارت دراسة ممدوح الجعفري (٢٠٠٠) إلى أن استخدام الحاسوب هي واحدة من أكثر الاحتياجات التدريبية إلحاحًا لدى معلمات رياض الأطفال، وأوضحت دراسة هيرناندو V Hernando (١٩٩٥) أن معلمات رياض الأطفال لا يحصلن على تدريب كافي لمهارات استخدام الحاسب الآلي، في حين تؤكد هناء عبد الرحيم (٢٠٠٦) على أن النقص في الإعداد والتدريب الكافي للمعلمة يعد من أهم الأسباب التي تؤدي إلى عدم نجاح دمج تكنولوجيا الحاسب الآلي في منهج ما قبل المدرسة. (هناء عبد الرحيم، ٢٠٠٦، ص ١٥٦)

وتؤكد نتائج بعض الدراسات على انتشار الضغوط النفسية بين معلمات رياض الأطفال، لذا فهن بحاجة إلى التدريب على جودة إدارة ضغوطهن وانفعالاتهن، حيث أشارت نتائج دراسة أنسي قاسم (٢٠٠٠) إلى انتشار الضغوط النفسية بين معلمات رياض الأطفال، بنسبة ٨٨% وهي نسبة عالية بشكل دال، تتراوح من ضغوط متوسطة إلى شديدة، كما أشارت دراسة سيسنيروس واديت وآخرين Cisneros, C. ; Edith, J. & et al (٢٠٠٠) إلى قلق معلمي رياض الأطفال لوجود صراعات بين الروضة والمنزل، وكذلك الضغوط المتزايدة التي تواجههن نتيجة هذه الصراعات.

وتؤدي الضغوط التي تتعرض لها المعلمة إلى استنزاف انفعالي وأهم مظاهره: فقدان الاهتمام بالأطفال وتبؤد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغيير، وفقدان الابتكارية. (Schlichte, J., Yssel, N. & Merbler, J., 2005, P36) ، كما يؤدي الغضب والتسلط الزائد من قبل المعلمة إلى عدم التحكم في إدارة انفعالاتها، ومن ثم عدم تحقيق القدر المناسب من النجاح المهني (بطرس حافظ، ٢٠٠٦، ص ٤٤٩)، فالمعلم الذي يتسم بسرعة الغضب والانفعال قد يهيئ بيئة تعليمية تنأى بمتعلميها بعيدًا عن الفاعلية والإنجاز. (صلاح الدين عراقي، تحية عبد العال، ٢٠٠٥، ص ١٦٢)، وهذا ما أوضحتها دراسة إيرسي E Ersay (٢٠٠٧) التي أشارت نتائجها إلى أن معلمي مرحلة ما قبل المدرسة الذين يعانون من حدة الانفعالات السلبية يميلون إلى استخدام العقاب مع أطفالهم.

ويؤكد طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم (٢٠٠٦) على أن فشل الأفراد في مواجهة وإدارة الضغوط بشكل فعال يؤثر سلبًا على أهدافهم وحياتهم. (طه عبد العظيم، سلامة عبد العظيم، ٢٠٠٦، ص ٧٥)

كما تؤكد بعض الدراسات على حاجة معلمات رياض الأطفال إلى التدريب على إدارة وقتهن، حيث يشير أنسي قاسم (٢٠٠٠) إلى أن عامل ضغوط الوقت يمثل مصدرًا خطيرًا من مصادر الضغوط النفسية لدى المعلمات نتيجة محاولتهن تأدية الكثير من

الأعمال في وقت واحد، وقد توصلت نتائج دراسة تشاو، وانج & Wang . Chao, p (٢٠٠٩) إلى أن سوء إدارة الوقت من قبل المعلمين كان مؤشرًا قويًا للإجهاد الانفعالي وانخفاض الإنجاز الشخصي، وأنه يجب تحسين مهارات إدارة الوقت للحد من الاحتراق النفسي للمعلمين.

يتبين مما سبق أن معلمة رياض الأطفال تعاني من الإجهاد الانفعالي وانخفاض الإنجاز الشخصي، وفقدان الاهتمام بالأطفال، وتلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغيير، وفقدان الابتكارية، وكثرة استخدام العقاب مع الأطفال، وقد أشارت الدراسات السابقة إلى وجود علاقة دالة سالبة بين هذه الأعراض والشعور بجودة الحياة، مما يؤكد على ضرورة تحسين بعض أبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى المعلمة، ومن خلال الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث العربية لم تجد الباحثة - في حدود علمها - دراسات أعدت لتحسين تلك الأبعاد، مما دعا الباحثة إلى التفكير في إجراء دراسة تتناول تحسين بعض أبعاد جودة الحياة ومعرفة أثرها على توافر بعض الكفايات المهنية لدى المعلمة، ومن هنا جاءت مشكلة الدراسة الحالية مما يتطلب الإجابة على الأسئلة التالية:

١. ما التصور المقترح لبرنامج تحسين بعض أبعاد جودة الحياة: (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى معلمة رياض الأطفال؟

٢. ما فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين بعض أبعاد جودة الحياة: (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى معلمة رياض الأطفال؟

٣. ما أثر البرنامج التدريبي في تنمية بعض الكفايات المهنية: (المعرفية، الوجدانية، المهارية) لدى معلمة رياض الأطفال؟

#### أهداف الدراسة:

بناءً على ما سبق ذكره فإن الأهداف الرئيسية للدراسة الحالية تتلخص فيما يلي:

١. إعداد برنامج لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال.  
٢. تحسين بعض أبعاد جودة الحياة: (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى معلمة رياض الأطفال من خلال جلسات البرنامج التدريبي.

٣. التعرف على أثر البرنامج التدريبي على توافر بعض الكفايات المهنية: (المعرفية، الوجدانية، المهارية) لدى معلمة رياض الأطفال.

#### أهمية الدراسة:

١. تقديم نموذج للبرامج التدريبية التي تهدف إلى تحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال لتفعيله والاستفادة منه.



٢. مد المكتبة العربية والقائمين على التنمية المهنية لمعلمة رياض الأطفال ببعض الأدوات التي يمكن الاستفادة منها في دراسات مستقبلية، مثل: مقياس جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال وبطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال، والبرنامج التدريبي لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال.

### مصطلحات الدراسة:

### البرنامج المقترح: Suggested Program

المقصود بالبرنامج المقترح في الدراسة الحالية هو: الطرق والاستراتيجيات التي تخطط من قبل الدراسة وتتضمن مهارات وأنشطة لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة يتم تدريب المعلمة عليها لتحقيق مستوى أداء جيد في بعض كفايات المعلمة المهنية.

### جودة الحياة: Quality of Life

يعرف مجدي عبد الكريم جودة الحياة بأنها: درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته، وتهيئة المناخ المزاجي والانفعالي للعمل والإنجاز. (مجدي عبد الكريم، ٢٠٠٦، ص ٨١)

وترى الباحثة أن جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال هي: إحساس المعلمة بالتحسن المستمر لجوانب شخصيتها نتيجة اكتسابها العديد من المهارات، وتشمل الأبعاد التالية:

### جودة الأداء في العمل:

وتعني إجرائياً في الدراسة الحالية: إدراك المعلمة لمستوى مهاراتها في: تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته، إنتاج الوسائل التعليمية، توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.

### جودة إدارة الضغوط والانفعالات:

إدارة الضغوط والانفعالات هي: العملية التي تعرف وتغير البواعث الضاغطة واستراتيجيات التعامل مع الأفكار الضاغطة والانفعالات والمشاعر المصاحبة لها.

(Morrison, V. & Bennett, P., 2006, p374)

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: إدراك المعلمة مدى ممارستها للأساليب الفعالة في إدارة الضغوط والانفعالات وتشمل: (الاسترخاء، حديث الذات، إعادة تقييم الموقف، المساندة الاجتماعية، حل المشكلات، السلوك التوكيدي، ممارسة الأنشطة السارة، الدعابة والمرح، المقارنة الاجتماعية).

### جودة إدارة الوقت:

إدارة الوقت هي: عملية مستمرة من التحليل والتخطيط والتنفيذ والمتابعة للوقت للوصول إلى الأهداف المنشودة. (حافظ فرج، محمد صبري، ٢٠٠٣، ص ١٨٢)، (يوسف عبد المعطي، ٢٠٠٥، ص ٥١٤)، (محمد الصيرفي، ٢٠٠٧، ص ١٣)

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: إدراك المعلمة مدى اتباعها لمهارات الإدارة الفعالة للوقت وتشمل: (التحليل، التخطيط، التنفيذ، المتابعة).

**الكفايات المهنية: Professional Competencies**

يعرف طارق عبد الرؤف الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال بأنها: ما يجب أن تقوم المعلمة بأدائه من مهام تربوية أثناء تفاعلها مع الأطفال داخل الروضة، وتساعدتها على اكتشاف وتنمية قدرات الأطفال أثناء اتصالها اليومي معهم في قاعة النشاط، وتشمل الكفايات التالية:

- كفايات معرفية: تهتم بالمعلومات التي يجب أن تعرفها المعلمة.
  - كفايات وجدانية: تتمثل في الاتجاهات والقيم التي يجب أن تكتسبها المعلمة.
  - كفايات مهارية: وتتمثل في المهارات والأنشطة التي يجب أن تقوم بها المعلمة أثناء العملية التعليمية. (طارق عبد الرؤف، ٢٠٠٨، ص ٨٣-٨٦)
- وترى الباحثة أن الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال هي المعارف والاتجاهات والمهارات التي تحتاجها المعلمة للقيام بمهام عملها وتظهر في شكل سلوكيات داخل قاعة النشاط تساعد على اكتشاف وتنمية قدرات الأطفال والتواصل معهم.
- وتعرف الباحثة الكفايات المهنية إجرائياً: "بأنها الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمة في بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية"، والتي تتمثل فيما يلي:

**الكفايات المعرفية:**

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: معارف ومعلومات المعلمة الخاصة باستخدام الأساليب السليمة في تعديل سلوك الأطفال وحل مشكلاتهم، وإدارة الوقت.

**الكفايات الوجدانية:**

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: الاتجاهات والقيم التي تعكسها المعلمة من خلال سلوكها مع الأطفال وتتضمن: تقبل الأطفال، والمساواة بينهم، وإعطائهم قدرًا مناسبًا من الحرية، وتشجيعهم على المناقشة والحوار والتعاون فيما بينهم، ومشاركتهم في أعمالهم وفي اتخاذ القرارات، وضبط انفعالها معهم.

**الكفايات مهارية:**

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: مهارات المعلمة في إعداد واستخدام الوسائل التعليمية والكمبيوتر في العملية التعليمية.

**حدود الدراسة:**

تقتصر الدراسة الحالية على عينة قوامها (٣٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال العاملات بالمدارس الحكومية بإدارة غرب بمحافظة الفيوم، تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداهما ضابطة والأخرى تجريبية، وشملت كل عينة (١٥) معلمة.

## الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها

أولاً: منهج الدراسة.

ثانياً: عينة الدراسة.

ثالثاً: أدوات الدراسة.

رابعاً: الخطوات الإجرائية للدراسة.

خامساً: الأساليب الإحصائية المستخدمة.

## الفصل الرابع منهج الدراسة وإجراءاتها

مقدمة:

تضمن هذا الفصل عرضاً لإجراءات الجزء التجريبي للدراسة متمثلة في: توضيح (وصف الأداة، طريقة المنهج المستخدم، كيفية اختيار العينة، والأدوات المستخدمة: تصحيحها، حساب صدقها وثباتها) والبرنامج المقترح: (أسسه، أهدافه، محتواه، استراتيجيات التدريب، أساليب تقويمه)، وكذلك إجراءات الدراسة، وأخيراً تحديد

الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات التي تم الحصول عليها، وذلك كما يلي:

#### أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الباحثة على المنهج شبه التجريبي ذي المجموعتين (المجموعة التجريبية، المجموعة الضابطة)، والقياسين (القبلي، البعدي) لكل من المجموعتين للتعرف على فاعلية البرنامج المقترح في تحسين بعض أبعاد جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال، وتأثيره -أيضاً- على الكفايات المهنية لديها.

#### ثانياً: عينة الدراسة:

أجريت الدراسة الحالية على عينة قوامها (٣٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمحافظة الفيوم العاملات بإدارة غرب الفيوم، تم تقسيمهن إلى مجموعتين إحداها ضابطة والأخرى تجريبية، وشملت كل عينة (١٥) معلمة، وجدول (٣/٤) يوضح توزيع عينة الدراسة:

#### جدول (٣/٤)

#### توزيع عينة الدراسة

عدد المعلمات (المجموعة الضابطة)	عدد المعلمات (المجموعة التجريبية)	المدرسة
٢	٢	روضة مدرسة الصداقة.
٥	٦	روضة مدرسة البارودية الابتدائية.
٦	٥	روضة مدرسة ملحقة المعلمين.
٢	٢	روضة مدرسة مدينة فارس.
١٥	١٥	المجموع

### التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة:

لتحقيق التكافؤ بين المجموعتين تم اختيار عينة الدراسة في ضوء الاعتبارات التالية:

- ١- اختيار العينة من إدارة تعليمية واحدة (إدارة غرب الفيوم) لتعرضهن لنفس الظروف.
  - ٢- جميعهن من المعلمات المتخصصات (بكالوريوس تربوية النوعية/ قسم رياض الأطفال).
  - ٣- التقارب في سنوات الخبرة (١-٥ سنوات).
- أما التكافؤ بين المجموعتين في القياس القبلي يتضح من الجدولين (٤/٤)، (٥/٤):

#### جدول (٤/٤)

أبعاد جودة الحياة	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
أولاً-جودة الأداء في العمل.	التجريبية	١٤.١٣	٢١٢.٠٠	٩٢	٠.٨٦٠	٠.٣٩٠	غير دالة
	الضابطة	١٦.٨٧	٢٥٣.٠٠				
ثانياً-جودة إدارة الضغوط والانفعالات.	التجريبية	١٨.٠٣	٢٧٠.٥٠	٧٤.٥	١.٥٩٥	٠.١١١	غير دالة
	الضابطة	١٢.٩٧	١٩٤.٥٠				
ثالثاً-جودة إدارة الوقت.	التجريبية	١٢.٨٣	١٩٢.٥٠	٧٢.٥	١.٦٧٤	٠.٠٩٤	غير دالة
	الضابطة	١٨.١٧	٢٧٢.٥٠				
الدرجة الكلية	التجريبية	١٤.٠٧	٢١١.٠٠	٩١	٠.٨٩٤	٠.٣٧١	غير دالة

الضابطة ١٦.٩٣ ٢٥٤.٠٠

نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية

(ن=١٥) والضابطة (ن=١٥) على مقياس جودة الحياة في القياس القبلي

يتضح من جدول (٤/٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لأبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت، الدرجة الكلية).

## جدول (٥/٤)

نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية

(ن=١٥) والضابطة (ن=١٥) على بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية في القياس القبلي.

نوع الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة Z	قيمة U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	المجموعة	الكفايات المهنية
غير دالة	٠.٨٨٤	٠.١٤٥	١٩٠	٢٢٩.٠٠	١٥.٢٧	التجريبية	١- المعرفية
				٢٣٦.٠٠	١٥.٧٣	الضابطة	
غير دالة	٠.١٢٤	١.٥٣٨	٧٥.٥	١٩٥.٥٠	١٣.٠٣	التجريبية	٢- الوجدانية
				٢٦٩.٥٠	١٧.٩٧	الضابطة	
غير دالة	٠.٩٨٣	٠.٠٢١	١١٢	٢٣٢.٠٠	١٥.٤٧	التجريبية	٣- المهارية
				٢٣٣.٠٠	١٥.٥٣	الضابطة	
غير دالة	٠.٦١٨	٠.٤٩٨	١٠٠.٥	٢٢٠.٥٠	١٤.٧٠	التجريبية	الدرجة الكلية
				٢٤٤.٥٠	١٦.٣٠	الضابطة	

يتضح من جدول (٥/٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي للكفايات المهنية (المعرفية، الوجدانية، المهارية).

ثالثًا: أدوات الدراسة:

### ١- مقياس جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال: (إعداد الباحثة)

**الهدف من المقياس:**

يهدف إلى قياس بعض أبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لمعلمة رياض الأطفال.

**وصف المقياس:**

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٦٠) ستين عبارة لقياس بعض أبعاد جودة الحياة لمعلمة رياض الأطفال:

البعد الأول - جودة الأداء في العمل ويشمل الجوانب التالية:

- تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.
- إنتاج الوسائل التعليمية.
- توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.

ويندرج تحت كل جانب من الجوانب الثلاثة السابقة عدد من العبارات تعبر عن مدى قدرة المعلمة على القيام بمهام عملها.

البعد الثاني - جودة إدارة الضغوط والانفعالات: ويندرج تحته عدد من العبارات تعبر عن مدى ممارسة المعلمة للأساليب الفعالة في إدارة الضغوط والانفعالات.

البعد الثالث - جودة إدارة الوقت: ويندرج تحته عدد من العبارات تعبر عن مدى إتباع المعلمة لخطوات الإدارة الفعالة للوقت. (ملحق رقم " ١ "

مراحل تصميم المقياس:

لتصميم المقياس اتبعت الإجراءات التالية:

**المرحلة الأولى- اختيار مفردات المقياس وفقًا لما يلي:**

١- الإطلاع على التراث النفسي والكتابات النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم جودة الحياة وأبعادها وكيفية قياسها.

٢- الإطلاع على عدد من المقاييس التي صممت لقياس جودة الحياة مثل:

- مقياس ماريون بيكر وآخرين (1996) Marion A. Becker et al (تعريب: حسن مصطفى (٢٠٠٧).

- مقياس ويليامز وآخرين (1999) Williams et al (ترجمة: عبد الحميد سعيد وراشد المحرز (٢٠٠٦).

- مقياس منظمة الصحة العالمية لبونومي وآخرين (Bonomi & et al (2000) ترجمة: خالد الضعيف (٢٠٠٥).

- مقياس منذر عبد الحميد وعبد الحميد سعيد (٢٠٠٦).

- مقياس كاظم العادلي (٢٠٠٦).
  - مقياس مجدي عبد الكريم (٢٠٠٦).
  - مقياس محمود منسي، علي كاظم (٢٠٠٦).
  - مقياس ريببكا رينوك Renwick / Rebecca (2006).
- www.utoronto.ca/qol

وقد استفادت الباحثة من الإطلاع على المقاييس السابقة في تحديد أبعاد جودة الحياة في الدراسة الحالية، وكيفية صياغة عبارات المقياس.

٣- في ضوء ما سبق تم تحديد أبعاد جودة الحياة التي يمكن تناولها بالمعالجة في البرنامج المقترح لمعلمة رياض الأطفال وهي:

- جودة الأداء في العمل.
- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.
- جودة إدارة الوقت.

#### المرحلة الثانية- تصميم المقياس:

١- صمم المقياس في ضوء ما سبق، وبالاعتماد على التعريفات الإجرائية التي أعطيت لأبعاد جودة الحياة على النحو التالي:

#### البعد الأول- جودة الأداء في العمل:

ويعنى إجرائياً: إدراك المعلمة لمستوى مهاراتها في: (تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته، إنتاج الوسائل التعليمية، توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال).

#### البعد الثاني- جودة إدارة الضغوط والانفعالات:

ويعنى إجرائياً: إدراك المعلمة مدى ممارساتها للأساليب الفعالة في إدارة الضغوط والانفعالات وتشمل: (الاسترخاء، حديث الذات، إعادة تقييم الموقف، المساندة الاجتماعية، حل المشكلات، السلوك التوكيدي، ممارسة الأنشطة السارة، الدعابة والمرح، المقارنة الاجتماعية).

#### البعد الثالث- جودة إدارة الوقت:

ويعنى إجرائياً: إدراك المعلمة مدى إتباعها لخطوات الإدارة الفعالة للوقت وتشمل: (التحليل، التخطيط، التنفيذ، المتابعة).

٢- صياغة عبارات المقياس بصورة مبدئية حيث بلغ عددها (٦٢) عبارة، بعضها تمثل عبارات موجبة والبعض الآخر عبارات سالبة، وبذلك تم وضع المقياس في صورته الأولية.

٣- تحديد تعليمات المقياس التي يجب على المعلمة قراءتها قبل البدء في تسجيل استجاباتها.

٤- تصحيح المقياس على النحو التالي:

- التأكد من استجابة المعلمة لكل عبارات المقياس.



- تحويل استجابات المعلمة على عبارات المقياس إلى درجات مقابلة وفقاً لنوع العبارة، فالعبارات الموجبة تعطى فيها الدرجات كما يلي:  
 "لا تنطبق على إطلاقاً" تحصل على (١)  
 "أحياناً ما تنطبق علي" تحصل على (٢)  
 "تنطبق علي تماماً" تحصل على (٣)  
 أما العبارات السالبة فتعطى فيها الدرجات كما يلي:  
 "لا تنطبق على إطلاقاً" تحصل على (٣)  
 "أحياناً ما تنطبق علي" تحصل على (٢)  
 "تنطبق علي تماماً" تحصل على (١)  
 وجدول (٦/٤) يوضح أرقام عبارات المقياس الموجبة والسالبة:

جدول (٦/٤)

توزيع العبارات الموجبة والسالبة على الأبعاد الرئيسية والفرعية لمقياس جودة الحياة

عدد العبارات	أرقام العبارات		الأبعاد
	السالبة	الموجبة	
١٥	(١١،٩،٧،٥،٢)	(٣،١) ١٤،١٣،١٢،١٠،٨،٦،٤ (١٥)	أولاً- جودة الأداء في العمل: ١- تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.
٥	(١٨،١٦)	(٢٠،١٩،١٧)	٢- إنتاج وسائل تعليمية.
٣	(٢٣)	(٢٢،٢١)	٣- توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.
١٦	(٣٤،٣١،٢٩،٢٧،٢٥) (٣٨،٣٦)	(٢٦،٢٤) ٣٧،٣٥،٣٣،٣٢،٣٠،٢٨ (٣٩)	ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.

٢١	(٤١، ٤٢، ٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٩، ٥٢، ٥٣)	(٤٠، ٤٣، ٤٧، ٤٨، ٥٠، ٥١، ٥٤، ٥٥، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٥٩، ٦٠)	ثالثًا- جودة إدارة الوقت.
٦٠	٢٣	٣٧	المجموع

ويوضح جدول (٧/٤) الحد الأدنى والأقصى لدرجات أبعاد المقياس الرئيسية والفرعية:

جدول (٧/٤) الحد الأدنى والأقصى لدرجات أبعاد المقياس الرئيسية والفرعية

الحد الأقصى	الحد الأدنى	الأبعاد
٤٥	١٥	أولاً- جودة الأداء في العمل: ١- تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.
١٥	٥	٢- إنتاج وسائل تعليمية.
٩	٣	٣- توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.
٦٩	٢٣	الدرجة الكلية
٤٨	١٦	ثانيًا- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.
٦٣	٢١	ثالثًا- جودة إدارة الوقت.
١٨٠	٦٠	الدرجة الكلية للمقياس.

#### التحقق من صدق وثبات المقياس:

بعد تصميم المقياس في صورته المبدئية وعرضه على الأساتذة المشرفين، تم تطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية والتي تكونت من (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمدارس الفيوم للتحقق من صدقه وثباته.

#### ١- حساب صدق المقياس:

صدق المقياس هو قدرته على قياس ما وضع لقياسه، وهناك عدة طرق مختلفة لحساب الصدق، واستخدم في الدراسة الحالية الطرق التالية:

#### (أ) صدق المحكمين:

تم عرض الصورة المبدئية للمقياس على (١٠) محكمين من الأساتذة المتخصصين في مجال رياض الأطفال وعلم النفس والصحة النفسية (ملحق رقم " ٥ " )، وطلب منهم إبداء الرأي فيما يلي:

- مدى مناسبة عبارات المقياس وارتباطها بالأبعاد.
- مدى صحة كل عبارة علمياً ولغوياً.
- إضافة وحذف وتعديل ما يروونه من عبارات المقياس.
- مدى وضوح ودقة التعليمات.
- طريقة تقدير الدرجات.

وبعد تحليل آراء السادة المحكمين وملاحظاتهم أتضح اتفاقهم على أبعاد المقياس الفرعية وعباراتها، وقد تراوحت نسب اتفاقهم على صلاحية عبارات المقياس ما بين (٨٠% - ١٠٠%)، كما طلب المحكمون تغيير تقدير الدرجات على المقياس بالاقتنصار على ثلاث استجابات بدلاً من خمس، وقد تم إجراء التعديلات التي تناولت: تعديل بعض الصياغات، وحذف بعض العبارات وإضافة أخرى، وجدول (٨/٤) يوضح تعديل صياغة بعض العبارات:

#### جدول (٨/٤)

#### تعديل صياغة بعض عبارات المقياس بناءً على آراء السادة المحكمين

العبارة بعد الت	العبارة قبل التعديل	أبعاد المقياس
أدرك فاعلية التشكيل (تحليل من المهام الفرعية) للسلوك للطفل.	أعي فاعلية التشكيل (تحليل السلوك إلى عدد من المهام الفرعية) عند تعلم السلوك للطفل.	أولاً- جودة الأداء في العمل: ١- تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.
أحسن عمل بعض الأشكال من العجائن.	أتقن عمل بعض الأشكال التوضيحية للطفل من عجائن (الملح - السيراميك).	٢- إنتاج وسائل تعليمية.
أعرض برنامجاً تعليمياً برنامج باور بوينت (Point)	أستطيع عرض برنامج تعليمي للطفل باستخدام برنامج باور بوينت (Power Point).	٣- توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.
- أخفف عن نفسي بممارسة السارة عند تعرضي للموقف - أجد صعوبة في ممارسة الضغط عندما يحتاج الموقف	- ألجأ إلى ممارسة الأنشطة السارة عند تعرضي للموقف الضاغط. - أجد صعوبة في ممارسة الدعابة والمرح في أوقات الضغط.	ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.

- أعرف الأسباب التي تؤدي - أعتد على ذاكراتي بدلا المطلوب إنجازها. - لا أغير خطة الأولويات م - لا أهتم بالأهداف طويلة ال - لدى علم بمضيعات وقتي. - أعتد على ذاكرتي فلا أقوم بتدوين المهام المطلوب إنجازها. - لا أعيد ضبط خطة الأولويات مهما حدث. - أتغاضي عن الأهداف طويلة المدى.	<b>ثالثًا- جودة إدارة الوقت.</b>
--	----------------------------------

وبالنسبة لحذف بعض العبارات فتم على النحو التالي:  
 البعد الثاني - جودة إدارة الضغوط والانفعالات: العبارة " أتبع خطوات معينة لإدارة الضغوط ".  
 البعد الثالث - جودة إدارة الوقت: العبارة " أشعر بالتوتر بشأن استكمال كل مهمة في قائمة الأولويات العليا".  
 أما العبارات المضافة فتمثلت في:  
 البعد الأول - جودة الأداء في العمل " تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته ": العبارة "أتعاون مع الأهل في حل مشكلات الأطفال السلوكية".  
 وبذلك يكون عدد العبارات بعد التحكيم (٦٠) عبارة.

#### (ب) صدق المفردة:

حيث تم تقدير معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وقد تراوحت هذه القيم بين ٠.٦٦ إلى ٠.٨٠ وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة ٠.٠١، كما تم تقدير معامل ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس، وقد كانت جميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١، وجدول (٩/٤) يبين نتائج ذلك.

#### جدول (٩/٤)

#### معامل ارتباط الدرجة الكلية للبعد بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	أبعاد جودة الحياة
٠.٧٩	أولًا-جودة الأداء في العمل.
٠.٧٣	ثانيًا- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.
٠.٨٠	ثالثًا- جودة إدارة الوقت.

$$r(٩٨, ٠.٠١) = ٠.٢٦$$

#### (ج) صدق المحك:

حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين درجات عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال على مقياس جودة الحياة المستخدم في

الدراسة الحالية ومقياس جودة الحياة لمحمود منسي، علي كاظم (٢٠٠٦) ٠.٨٥ وهي قيمة مرتفعة.

## ٢- حساب ثبات المقياس:

هناك عدة طرق مختلفة لحساب الثبات، واستخدم في الدراسة الحالية ما يلي:

### (أ) طريقة إعادة الاختبار:

تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار، وذلك بفواصل زمني قدره أسبوعان على عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، ويوضح جدول (١٠/٤) أن معاملات ثبات المقياس يمكن الاعتماد عليها والثقة فيها حيث تراوحت بين ٠.٨٨ إلى ٠.٩٢ وهي قيم مرتفعة.

### جدول (١٠/٤)

#### معاملات ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار

أبعاد جودة الحياة	معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار
أولاً-جودة الأداء في العمل.	٠.٨٨
ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.	٠.٨٩
ثالثاً- جودة إدارة الوقت.	٠.٨٨
الدرجة الكلية	٠.٩٢

### (ب) طريقة ألفا - كرونباخ:

تم حساب الثبات باستخدام معادلة ألفا - كرونباخ على نفس عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (١٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، ويوضح الجدول التالي أن معاملات ثبات المقياس يمكن الاعتماد عليها أيضاً حيث تراوحت بين ٠.٨٦ إلى ٠.٨٩ وهي قيم مرتفعة ومقبولة.

### جدول (١١/٤)

#### معاملات ثبات المقياس بطريقة ألفا - كرونباخ

أبعاد جودة الحياة	معامل الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ
أولاً-جودة الأداء في العمل.	٠.٨٨
ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.	٠.٨٧
ثالثاً- جودة إدارة الوقت.	٠.٨٦
الدرجة الكلية	٠.٨٩

## ٢- بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال:

(إعداد الباحثة)

عند بناء بطاقة الملاحظة بهذه الدراسة اتبعت الخطوات التالية:

## تحديد الهدف من بطاقة الملاحظة:

تهدف البطاقة إلى تعرف مدى توافر بعض الكفايات المهنية الضرورية لمعلمة رياض الأطفال.

## الكفايات المراد ملاحظتها:

لتحديد الكفايات المهنية اللازمة لمعلمة رياض الأطفال سارت الدراسة وفقاً لما يلي:

١. الإطلاع على الأدبيات التي تناولت الكفايات المهنية للمعلم عامة ومعلمة رياض الأطفال خاصة.

٢. الإطلاع على بعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت تحديد وقياس كفايات معلمة رياض الأطفال ومنها: دراسة محمد الكرش (١٩٩٠)، دراسة سهير النجار (١٩٩٦)، دراسة عبد الرحمن عبد البديع (١٩٩٦)، دراسة نوال ياسين (٢٠٠٣)، دراسة يحيى أبو حرب (٢٠٠٥)، دراسة بيلم D. Bellm, (٢٠٠٥)، دراسة عبيد الهولي وآخرين (٢٠٠٦)، دراسة سالي حسن (٢٠٠٧).

٣. طرح سؤال على عينة من الموجهات بلغت (١٠) موجهات والمعلمات العاملات بالروضات بلغت (١٣٣) معلمة - تم الالتقاء بهن أثناء التدريب على معايير الجودة بكلية رياض الأطفال جامعة الفيوم مكان عمل الباحثة - ونصه " ما الكفايات المهنية اللازمة لمعلمة رياض الأطفال؟ "

٤. في ضوء ما سبق تم التوصل إلى بعض الكفايات المهنية اللازمة للمعلمة.

## تصميم بطاقة الملاحظة:

لتصميم بطاقة الملاحظة تم إتباع الخطوات التالية:

١- تصميم بطاقة الملاحظة في صورتها المبدئية، حيث اشتملت على ثلاث كفايات رئيسية يندرج تحت كل منها عدد من السلوكيات المكونة لها (ملحق رقم "٢") وهي:

## (أ) الكفايات المعرفية:

وتعني إجرائياً: معارف ومعلومات المعلمة الخاصة باستخدام الأساليب السليمة في تعديل سلوك الأطفال وحل مشكلاتهم، وإدارة الوقت.

## (ب) الكفايات الوجدانية:

وتعني إجرائياً: الاتجاهات والقيم التي تعكسها المعلمة من خلال سلوكها مع الأطفال وتتضمن: تقبل الأطفال، والمساواة بينهم، وإعطائهم قدرًا مناسبًا من الحرية، وتشجيعهم على المناقشة والحوار والتعاون فيما بينهم، ومشاركتهم في أعمالهم وفي اتخاذ القرارات، وضبط انفعالاتها معهم.

### (ج) الكفايات المهنية:

وتعني إجرائياً: مهارات المعلمة في: إعداد واستخدام الوسائل التعليمية والكمبيوتر في العملية التعليمية.

- ٢- راعت الباحثة عند صياغة الكفايات ما يلي:
  - أن تكون الكفايات في صورة أهداف سلوكية إجرائية دقيقة توضح المهام المختلفة التي ينبغي على المعلمة أدائها.
  - تتضمن العبارة كفاية واحدة.
  - أن تعبر الكفايات عن ما يجب أن يكون، وليس ما هو كائن من أوضاع وسلوكيات للمعلمة.

ويوضح جدول (١٢/٤) الكفايات الرئيسة والسلوكيات المكونة لها في بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال (كفايات فرعية):

#### جدول (١٢/٤)

توزيع الكفايات الفرعية على الكفايات الرئيسة في بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال

العدد	الكفايات الفرعية	الكفايات الرئيسة
٢١	٢١-١	١- المعرفية.
١٨	٣٩-٢٢	٢- الوجدانية.
١١	٥٠-٤٠	٣- المهارية.
٥٠	المجموع	

٣- تم تحديد تعليمات بطاقة الملاحظة والتي يجب مراعاتها قبل البدء في الملاحظة.

٤- تحديد طريقة التصحيح وتقدير الدرجات لبطاقة الملاحظة:

- قدرت درجات بطاقة الملاحظة وفقاً لمقياس ليكرت الرباعي بمستويات (دائمًا، أحيانًا، نادرًا، أبدًا) ودرجاته (٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب.
- حساب الدرجة الكلية للمعلمة على بطاقة الملاحظة وذلك بجمع درجاتها على الأبعاد (الكفايات) الرئيسة، ويوضح جدول (١٣/٤) الحد الأدنى والأقصى للدرجات:

#### جدول (١٣/٤)

الحد الأدنى والأقصى لدرجات بطاقة ملاحظة الكفايات المهنية لمعلمة رياض الأطفال

الحد الأقصى	الحد الأدنى	الكفايات المهنية
٨٤	٢١	١- المعرفية.

٧٢	١٨	٢- الوجدانية.
٤٤	١١	٣- المهارية.
٢٠٠	٥٠	الدرجة الكلية

### التحقق من صدق وثبات بطاقة الملاحظة:

بعد صياغة بطاقة الملاحظة في شكلها المبدئي تم تطبيقها على (٣٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمدارس الفيوم للتحقق من صدقها وثباتها.

#### ١- حساب صدق بطاقة الملاحظة:

المقصود بصدق البطاقة هو قدرتها على قياس ما وضعت لقياسه، وقد استخدم لحساب الصدق الطرق التالية:

#### (أ) صدق المحكمين:

تم عرض البطاقة على (٧) من المحكمين والخبراء في مجال رياض الأطفال وتربية الطفل ومناهج وطرق التدريس (ملحق رقم "٥")، وقد طلب منهم إبداء الرأي فيما يلي:

- ارتباط الكفايات الفرعية بالكفاية الرئيسية.
  - صحة كل كفاية علمياً ولغوياً.
  - وضوح ودقة التعليمات.
  - إضافة أو حذف أو تعديل ما يروونه مناسباً من عناصر البطاقة.
- وبعد تحليل آراء السادة المحكمين وملاحظاتهم أتضح اتفاقهم على الكفايات الرئيسية والفرعية لبطاقة الملاحظة، وقد تراوحت نسب اتفاقهم على صلاحية مفردات البطاقة ما بين (٨٥.٧% - ١٠٠%)، كما تم إجراء التعديلات التي تناولت: حذف بعض العبارات وإضافة أخرى، وتعديل بعض الصياغات على النحو التالي:
- حذف عبارة: " تساعد في تكوين شبكة من العلاقات الاجتماعية بين الأطفال " في الكفايات الوجدانية.
  - إضافة عبارة: " تقدم التغذية الراجعة التي تساعد في تطوير السلوك نحو الأفضل " في الكفايات المعرفية.
  - تعديل صياغة بعض العبارات، وجدول (١٤/٤) يوضح ذلك:

#### جدول (١٤/٤)

تعديل صياغة بعض عبارات بطاقة الملاحظة بناءً على آراء السادة المحكمين

العبارات بعد ا	العبارات قبل التعديل	الكفايات المهنية
١- المعرفية:	- تكلف الطفل ذا النشاط الزائد ببعض	- تكلف الطفل ذا النشاط



المهام.	المناسبة.	
- تدريب الأطفال على الأفعال اليومية الروتينية المرتبطة بالانتقال بين الأنشطة.	- تدريب الأطفال على الأفعال بالانتقال بين الأنشطة.	
		٢- الوجدانية:
		٣- المهارية:
- تستخدم برنامج الباور بوينت (Power Point) في عرض برنامج تعليمي للطفل. - تنتج ملصقات تعليمية لمرحلة رياض الأطفال باستخدام برنامج الفوتو شوب (Photo Shop).	- تعرض برنامجًا تعليميًا للباور بوينت (Power Point) - تنتج بطاقات مصورة للفوتو شوب (Photo Shop)	

وبذلك يكون عدد العبارات بعد التحكيم (٥٠) عبارة.

#### (ب) صدق المفردة:

حيث تم تقدير معامل الارتباط بين درجة كل كفاية فرعية والدرجة الكلية للكفاية الرئيسية التي تنتمي إليها، وقد تراوحت هذه القيم بين ٠.٦٣ إلى ٠.٨٥ وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى دلالة ٠.٠١، كما تم تقدير معامل ارتباط درجة كل كفاية رئيسية بالدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة وقد كانت جميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة ٠.٠١، وجدول (١٥/٤) يبين نتائج ذلك.

#### جدول (١٥/٤)

معامل ارتباط الدرجة الكلية للكفايات المهنية بالدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	الكفايات المهنية
٠.٧٢	١- المعرفية.
٠.٦٥	٢- الوجدانية.
٠.٦٩	٣- المهارية.

#### ٢- حساب ثبات بطاقة الملاحظة:

استخدم لحساب الثبات الطرق التالية:

#### (أ) طريقة اتفاق الملاحظين:

قامت الباحثة وزميلة لها -حاصلة على درجة الماجستير في رياض الأطفال- بملاحظة (١٠) معلمات في رياض الأطفال باستخدام بطاقة الملاحظة المعدة لهذه الدراسة.

تم حساب النسب المئوية للاتفاق بين الملاحظتين باستخدام معادلة كوبر Cooper\*، حيث حدد مستوى الثبات بدلالة نسبة الاتفاق، فأشار إلى أن نسبة الاتفاق التي تقل عن ٧٠% تدل على انخفاض ثبات أداة الملاحظة، ونسبة الاتفاق التي تصل إلى ٨٥% فأكثر تدل على ارتفاع نسبة ثبات أداة الملاحظة. وجدول (١٦/٤) يبين نسبة اتفاق الملاحظتين لبطاقة الملاحظة:

$$100 \times \frac{\text{عدد مرات الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات عدم الاتفاق}} = \text{نسبة الاتفاق}^*$$

جدول (١٦/٤)  
نسبة اتفاق الملاحظتين لبطاقة الملاحظة

م	المعلمة	عدد مرات الاتفاق	عدد مرات عدم الاتفاق	نسبة الاتفاق
١	الأولى	٤٣	٧	٨٦%
٢	الثانية	٤٤	٦	٨٨%
٣	الثالثة	٤٣	٧	٨٦%
٤	الرابعة	٤٣	٧	٨٦%
٥	الخامسة	٤٣	٧	٨٦%
٦	السادسة	٤٤	٦	٨٨%
٧	السابعة	٤٣	٧	٨٦%
٨	الثامنة	٤٤	٦	٨٨%
٩	التاسعة	٤٣	٧	٨٦%
١٠	العاشرة	٤٣	٧	٨٦%

من خلال جدول (١٦/٤) يتضح أن نتيجة تطبيق البطاقة من قبل الملاحظتين على عينة الثبات تؤكد أن هناك نسبة اتفاق عالية بين الملاحظتين تراوحت بين (٨٦، ٨٨%) وهي نسبة عالية ومقبولة.

#### (ب) طريقة ألفا - كرونباخ:

تم استخدام طريقة ألفا- كرونباخ على عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (٣٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال، ويتضح من جدول (١٧/٤) أن معاملات ثبات أبعاد البطاقة يمكن الاعتماد عليها والثقة فيها فقد تراوحت بين ٠.٨٠ إلى ٠.٨٧ وهي قيم مرتفعة وجيدة.

#### جدول (١٧/٤)

#### معاملات ثبات بطاقة الملاحظة بطريقة ألفا - كرونباخ

معامل الثبات بطريقة ألفا-كرونباخ	الكفايات المهنية
٠.٨٣	١- المعرفية.
٠.٨٢	٢- الوجدانية.
٠.٨٠	٣- المهارية.
٠.٨٧	الدرجة الكلية

#### إجراءات تطبيق بطاقة الملاحظة:

تم إتباع الإجراءات التالية في تطبيق بطاقة الملاحظة:

١. الحصول على الموافقة الأمنية (ملحق رقم "٩") لتطبيق بطاقة الملاحظة، وبموجبه تم الحصول على خطاب موجه إلى مديري مدارس رياض الأطفال لتسهيل إجراء التطبيق.

٢. زيارة رياض الأطفال والالتقاء بمديريها والمعلمات (عينة الدراسة) وتم توضيح الهدف من الدراسة وإجراءاتها، حيث قامت الباحثة بالقياس القبلي لبطاقة ملاحظة الكفايات المهنية أثناء الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٠/٢٠٠٩ على معلمات المجموعتين (التجريبية، الضابطة) أثناء أداء عملهن بروضات (مدرسة الصداقة المصرية الفرنسية، مدرسة البارودية الابتدائية، مدرسة ملحقة المعلمين، مدرسة مدينة فارس) وحضور معظم الأنشطة التي تقدمها المعلمة داخل الروضة، مع استبعاد المعلمات اللاتي تمت ملاحظتهن أثناء حساب ثبات البطاقة، على أن تتم الملاحظة ثلاث مرات على الأقل لكل معلمة.

٣. بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج، قامت الباحثة بالقياس البعدي لبطاقة الملاحظة في بداية الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٠/٢٠١١ على المجموعتين (التجريبية، الضابطة)، وقد روعي في التطبيق ما يلي:

- عدم السماح للمعلمة بالاطلاع على البطاقة قبل عملية الملاحظة حتى لا يؤثر ذلك على أدائها.

- عدم التدخل فيما يحدث داخل قاعة النشاط من ممارسات.
- ٤. تم تقدير درجات المعلمة على البطاقة بتخصيص بطاقتين لكل معلمة إحداهما تطبق بواسطة الباحثة والثانية تطبق بواسطة المشرفة على المعلمة سواء كانت المعلمة الأولى أو وكيلة الروضة، ثم حساب متوسط الدرجتين لكل عبارة (كفاية فرعية) من عبارات بطاقة الملاحظة.

### ٣- برنامج مقترح لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال:

(إعداد الباحثة)

#### مقدمة:

تحتاج المعلمة إلى برامج تدريبية وتنشيطية أثناء عملها في مجال رياض الأطفال، تركز على تطوير المهارات أكثر من التركيز على الجانب النظري فقط، حيث توفر هذه البرامج التدريبية القاعدة الأساسية والتقنية المطلوبة لاستخدامها كأداة لتحقيق الأهداف المحددة للعملية التدريبية والتعليمية.

وتعتمد فلسفة بناء البرنامج في الدراسة الحالية على مبادئ علم النفس الإيجابي Positive Psychology، والتي تركز على الجوانب الإيجابية في الشخصية وتعمل على تنميتها، حيث يهدف البرنامج إلى تحسين بعض مهارات معلمة رياض الأطفال والتي أوصت بها منظمة الصحة العالمية W.H.O باعتبارها مقومات لا غنى عنها لتمكين الأفراد من اكتشاف طاقاتهم وتحقيق ذواتهم، واتخاذ قرارات صحيحة لتجويد حياتهم وإثرائها، ومن ثم بلوغ أقصى درجات الصحة واللياقة النفسية. (أسامة أبو سريع، مرفت شوقي وآخرون، ٢٠٠٦، ص ٢٠٦).

ولذلك قامت الباحثة بإعداد البرنامج في ضوء الاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة المرتبطة بتحسين أبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى معلمة رياض الأطفال.

**الإطار العام للبرنامج المقترح لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال:**

يحتوي الإطار العام للبرنامج على: مصادر إعداد البرنامج، أسس بناء البرنامج، أهداف البرنامج، محتوى البرنامج، الاستراتيجيات والأساليب المستخدمة، أساليب تقويم البرنامج.

وفيما يلي عرض الإطار العام للبرنامج المقترح لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال:

### (أ) مصادر بناء البرنامج:

اشتقت الباحثة الإطار العام للبرنامج ومحتواه والاستراتيجيات المستخدمة من المصادر التالية:

١- بعض المراجع والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت:

- جودة الحياة.
  - معلمة رياض الأطفال.
  - إنتاج الوسائل التعليمية.
  - توظيف الكمبيوتر في مجال رياض الأطفال.
  - إدارة الضغوط والانفعالات.
  - تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.
  - إدارة الوقت.
- ٢- الإطلاع على بعض البرامج ذات الصلة بموضوع الدراسة الحالية، أهمها:
- برنامج إرشادي لوقاية معلمة طفل ما قبل المدرسة من الضغوط النفسية (منال حسان، ١٩٩٧).
  - برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة (سحر علام، ٢٠٠١).
  - برنامج تعديل اتجاهات المعلمات تجاه الروضة وطفل ما قبل المدرسة (بطرس حافظ، هانم صلاح، ٢٠٠١).
  - برنامج تدريبي لتنمية مهارات الحل الابتكاري للمشكلة لمعلمات الروضة (جيهان جودة، ٢٠٠٥).
  - برنامج تنمية الإيجابية لطلاب الجامعة (خالد الضعيف، ٢٠٠٥).
  - برنامج تدريبي على المهارات الإشرافية لموجهات رياض الأطفال في ضوء الاحتياجات التدريبية (سوزان المقطرن، ٢٠٠٦).
  - تصور مقترح لبرنامج تدريبي لمعلمات رياض الأطفال أثناء الخدمة في ضوء احتياجاتهم التدريبية (ولاء حنفي، ٢٠٠٦).
  - برنامج تنمية المهارات الحياتية وأثره في تجويد الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى (أسامة أبو سريع وآخرين، ٢٠٠٦).

- برنامج إرشادي لتخفيف الضغوط لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية العامة (محمد إبراهيم، ٢٠٠٨).
- برنامجين تدريبيين لرفع كفاءة أداء الطالبات المعلمات في توجيه سلوك أطفال المدرسة الابتدائية وحل مشكلاتهم (إيمان البوريني، ٢٠٠٨).
- برنامج تدريبي لرفع أداء معلمات رياض الأطفال في ضوء الجودة الشاملة (إيمان زناتي وآخرين، ٢٠٠٩).
- وقد استقادت الباحثة من الإطلاع على هذه البرامج في تحديد محتوى البرنامج وأنشطته واختيار الاستراتيجيات المناسبة لتحسين بعض أبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لدى المعلمة.
- (ب) أسس بناء البرنامج:**
- تم تصميم البرنامج المقترح لمعلمة رياض الأطفال بهدف إتاحة الفرصة لها لاكتساب بعض المفاهيم والمهارات التي تزيد من إحساسها بجودة الحياة، وقد روعي عند بناء البرنامج المقترح ما يلي:
١. أن يكون للبرنامج أساساً نظرياً قوياً وفلسفة واضحة؛ حيث تبنت الباحثة فلسفة علم النفس الإيجابي وجودة الحياة.
  ٢. أن يتسم البرنامج بالمرونة؛ حيث يستجيب لمتطلبات الموقف الذي تعرضه وقائع الجلسة مع الالتزام بالخطوط العريضة للجلسة.
  ٣. أن يلائم البرنامج طبيعة عمل المعلمة باهتمامه على أمثلة ومشكلات نابذة من الواقع.
  ٤. أن يشمل البرنامج مهارات المعلمة المعرفية والأدائية والوجدانية، وذلك لتمكين المعلمة من التوافق الجيد مع محيطها الوظيفي والاجتماعي والأسري، على أن يراعى التركيز على توظيف تلك المهارات في محيط العمل أولاً ثم تعميمها لتشمل الحياة بشكل عام.
  ٥. ألا يقتصر هدف البرنامج على تزويد المعلمة بمعلومات نظرية حول المهارات، وإنما يراعى تدريبها على فنيات وأنشطة قابلة للاستخدام والتطبيق العملي، فالمعلومات وحدها غير كافية لتعديل السلوك.
  ٦. أن يكون البرنامج محكم البناء والتنظيم؛ حيث تحتوي كل جلسة على جزء من المعلومات وآخر من الأنشطة تمارسها المعلمة داخل الجلسة وفي الحياة العادية التي تعيشها.
  ٧. أن يراعى البرنامج التسلسل المنطقي في جلساته، بحيث تكون متتابعة وكل جلسة تهيئ أو تمهد للتي تليها.
  ٨. أن يراعى البرنامج الفروق الفردية بين المعلمات.
  ٩. التنوع في أساليب التدريب والاستراتيجيات المستخدمة.

١٠. اختيار المحتوى المناسب للأهداف.

١١. التنوع في الأنشطة.

١٢. اختيار الوسائل التعليمية المناسبة لمحتوى المادة.

١٣. وجود نظام تقييم شامل لكل محتويات البرنامج المقترح.

### (ج) أهداف البرنامج التدريبي:

الهدف العام هو تحسين بعض أبعاد جودة حياة معلمة رياض الأطفال، وينبثق منه

الأهداف التالية:

#### الأهداف العامة:

١- تنمية قدرة المعلمة على القيام بمهام عملها ويشمل:

■ تنمية قدرتها على تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته.

■ تنمية قدرتها على إنتاج الوسائل التعليمية.

■ تنمية قدرتها على توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال.

٢- تنمية قدرة المعلمة على إدارة الوقت.

٣- تنمية قدرة المعلمة على إدارة الضغوط والانفعالات.

#### الأهداف الخاصة:

تصدرت بداية كل وحدة من وحدات البرنامج الخمس، وتم توزيعها على كل جلسات

البرنامج. (ملحق رقم "٣")

### (د) محتوى البرنامج التدريبي:

ويقصد بالمحتوى مجموعة المهارات والأنشطة والتدريبات التي تقدم للمعلمة من

أجل تحقيق أهداف البرنامج، وقد روعي عند اختيار محتوى البرنامج ما يأتي:

١- التسلسل المنطقي للمحتوى مع الترابط السليم وعدم التكرار.

٢- تنظيم وحدات البرنامج بصورة تكفل له التماسك والتكامل بين عناصره.

٣- تجنب إدراج موضوعات ليس لها علاقة بهدف البرنامج.

٤- اعتبار الاحتياجات التدريبية هي الركيزة الأساسية التي يقام عليها البرنامج.

٥- الجمع بين الجانب النظري والجانب التطبيقي.

٦- مراعاة الفروق الفردية بين المعلمات.

٧- ارتباط المحتوى بالواقع التي تعيش فيه معلمة رياض الأطفال.

٨- تنوع الوسائل التعليمية المستخدمة في البرنامج لتشجيع المعلمة على المشاركة

والفاعلية أثناء تنفيذه.

### وفيما يلي عرضاً لمحتوى جلسات البرنامج:

في ضوء الالتزام بالأساس النظري الذي تم عرضه ومناقشته، تم تحديد محتوى

البرنامج بناءً على الكتابات النظرية ونتائج الدراسات السابقة، حيث أمكن تحديد

مجموعة المهارات التي يتضمنها البرنامج في خمس وحدات تسبقهم جلسة تمهيدية للتعرف وأخرى لتعريف المعلمات بطبيعة البرنامج المقترح على النحو التالي:

**الوحدة الأولى - "إدارة الوقت":**

تناولت تدريب المعلمة على مهارات إدارة الوقت على مدار (٨) جلسات، تناولت الجلسة الأولى: مفهوم إدارة الوقت وفوائدها، والجلسة الثانية: الوقت (مضيعاته وخطوات إدارته)، أما الجلسة الثالثة والرابعة فتناولت: مهارة تحليل الوقت وعملية التفويض الفعال، والجلسة الخامسة والسادسة تناولت: مهارة "تخطيط الوقت" وتشمل تدريب المعلمة على تخطيط أهدافها في الحياة، تخطيط جدول أعمالها الإيسوعي وقائمة أعمالها اليومية، أما الجلسة السابعة فهذفت إلى: تعريف المعلمة بالأمر التي يجب مراعاتها أثناء مرحلة التنفيذ، وأخيرًا في الجلسة الثامنة تأتي أهمية الخطوة الأخيرة في إدارة الوقت وهي "المتابعة".

#### **الوحدة الثانية - "إنتاج الوسائل التعليمية":**

تناولت تدريب المعلمة على مهارات إنتاج الوسائل التعليمية على مدار (١٠) جلسات، تم فيها التدريب على إنتاج عرائس الإسفنج في الجلسة الأولى والثانية، وأنواع مختلفة من الأشغال الورقية في الجلسة الثالثة والرابعة، وإنتاج نماذج الديوراما في الجلسة الخامسة والسادسة، والتشكيل بالعجائن في الجلسة السابعة والثامنة، أما إنتاج وسائل تعليمية مبتكرة من خامات البيئة فتم في الجلسة التاسعة والعاشر.

#### **الوحدة الثالثة - "تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته":**

تناولت تدريب المعلمة على "تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته" على مدار (١٠) جلسات، الجلسة الأولى والثانية تناولت: الإطار النظري لمفهوم تعديل السلوك ويشمل (المقصود بتعديل السلوك، أهمية وأهداف تعديل السلوك، العوامل التي تؤثر على سلوك الأطفال، معايير الحكم على السلوك، خطوات تعديل السلوك، أساليب تعديل السلوك)، أما الجلسة الثالثة فتناولت: التعزيز، والجلسة الرابعة تناولت: العقاب، والجلسة الخامسة فتناولت: الانطفاء، والسادسة تناولت: الإقصاء، والسابعة: التلقين، والثامنة: التشكيل، والتاسعة: التسلسل، أما الجلسة العاشرة والأخيرة فتناولت: النمذجة.

#### **الوحدة الرابعة - "توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال":**

تم تدريب المعلمة عليها خلال (٨) جلسات، الجلسة الأولى والثانية تناولت: أساسيات برنامج " العروض التقديمية Power Point"، والجلسة الثالثة والرابعة فهذفت إلى تدريب المعلمة على توظيف برنامج العروض التقديمية Power Point لعرض برنامج تعليمي للطفل، أما الجلسات الخامسة والسادسة فتناولت: أساسيات برنامج الفوتوشوب Photo Shop، والجلسة السابعة والثامنة فهذفت إلى تدريب المعلمة على توظيف برنامج الفوتوشوب Photo Shop لإنتاج بطاقات مصورة للطفل.

#### **الوحدة الخامسة - " إدارة الضغوط والانفعالات":**



استغرقت (١٠) جلسات، تناولت الجلسة الأولى والثانية: الإطار النظري للضغوط والانفعالات ويشمل (مفهوم الضغوط وطبيعة الانفعالات، العلاقة بين الضغوط والانفعالات، وظائف الانفعالات وأنواعها، الأعراض المختلفة للضغوط)، أما الجلسة الثالثة فهدفت إلى: تدريب المعلمة على تحديد المواقف الضاغطة التي تتعرض لها، والجلسة الرابعة هدفت إلى: معرفة المعلمة بخطوات إدارة الضغوط والانفعالات وأساليب إدارتها، وتحديد الأساليب الفعالة (الإيجابية) منها، أما الجلسة الخامسة فتناولت التدريب على " فنية الاسترخاء"، والجلسة السادسة تناولت فنية أخرى وهي " فنية حديث الذات"، أما الجلسة السابعة والثامنة فتناولت التدريب على " فنية إعادة البناء المعرفي"، وأخيرًا الجلسة التاسعة والعاشره تناولت التدريب على " فنية حل المشكلات الباعثة للضغط".

#### دليل البرنامج:

تم توفير " دليل البرنامج" لكل معلمة يحتوى على جميع مرفقات البرنامج النظرية والتطبيقية على النحو التالي:

مرفقات الوحدة الأولى " إدارة الوقت ":

- القراءات الإثرائية: (مفهوم إدارة الوقت، فوائد إدارة الوقت، شكل تخطيطي يوضح خطوات إدارة الوقت، التفويض الفعال، قائمة الأعمال اليومية، الأمور التي يجب مراعاتها أثناء مرحلة التنفيذ، الخطوة الأخيرة في إدارة الوقت " المتابعة").

- أوراق عمل: (مواقف وآراء، السجل اليومي للوقت، المهام التي ينبغي تفويضها ولمن تفوض، معايير تحليل الوقت، تحديد أهداف الحياة، جدول الأعمال الأسبوعي، قائمة الأعمال اليومية).

مرفقات الوحدة الثانية " إنتاج الوسائل التعليمية ":

- صور النماذج: (لعرائس الإسفنج، للأشغال الورقية، للديوراما، لنماذج من العجائن، لوسائل مبتكرة من خامات البيئة).

- القراءات الإثرائية: (ماهية الديوراما، العجائن، الخامات البيئية واستخداماتها).

مرفقات الوحدة الثالثة " تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته ":

- القراءات الإثرائية: (تعريف المقصود بتعديل السلوك، أهمية وأهداف تعديل السلوك، العوامل التي تؤثر على سلوك الأطفال، معايير الحكم على السلوك، خطوات تعديل السلوك، شكل تخطيطي يوضح أساليب تعديل السلوك، التعزيز، بعض المشكلات السلوكية لطفل ما قبل المدرسة وحلها باستخدام التعزيز، العقاب، الانطفاء، الإقصاء، التلقين، التشكيل، التسلسل، النمذجة، أمثلة لبعض المشكلات السلوكية لطفل ما قبل المدرسة وكيفية التعامل معها).

- أوراق عمل: (استمارة معايير الحكم على السلوك).

مرفقات الوحدة الرابعة " توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال ":

- القراءات الإثرائية: (برنامج العروض التقديمية Power Point ، برنامج الفوتوشوب Photo Shop)

مرفقات الوحدة الخامسة " إدارة الضغوط والانفعالات ":

- القراءات الإثرائية: (مفهوم الضغوط وطبيعة الانفعالات، العلاقة بين الضغوط والانفعالات، وظائف الانفعالات وأنواعها، الأفكار اللاعقلانية، أساليب إدارة الضغوط، خطوات إدارة الضغوط، فنية الاسترخاء، فنية حديث الذات، فنية إعادة البناء المعرفي، أمثلة لإعادة تقييم المواقف الضاغطة، معادلة "الأساس المعرفي للسلوك"، خطوات حل المشكلة الباعثة للضغط).

- أوراق عمل: (تمرين مراقبة الضغط، جدول التنبيه بالضغط العصبي، المواقف الضاغطة، بعض المواقف الضاغطة التي تتعرض لها المعلمة، تقرير عن ممارسة الاسترخاء، تحويل حديث الذات السلبي إلى حديث ذات ايجابي، استمارة إعادة تقييم المواقف الضاغطة، تطبيق المعلمة لخطوات حل المشكلة الباعثة للضغط، تدريب المعلمة على خطوات حل المشكلة).

#### (ه) الأساليب التدريبية المستخدمة:

توجد العديد من أساليب تدريب المعلمات أثناء الخدمة، وقد روعي استخدامها بما يتناسب وطبيعة كل جلسة لتحقيق الأهداف المرجوة مع مراعاة ما يلي:

- ملاءمة الأسلوب التدريبي المستخدم مع الموضوع واحتياجات المعلمات.
- تنوع هذه الأساليب المستخدمة في البرنامج بما يتلاءم مع المعلمات وطبيعة المواقف المطروحة.

كما روعي أن تشتمل كل جلسة من جلسات البرنامج على جزء نظري وآخر عملي؛ لهذا تعددت أساليب التدريب المستخدمة في البرنامج ما بين أساليب التدريب النظرية، وتشمل: (المحاضرات والمناقشات والقراءات والملخصات)، وأساليب التدريب العملية وتشمل: (الأنشطة التطبيقية وورش العمل)، وفيما يلي مزيد من التفصيل لتلك الأساليب:

#### المحاضرة: Lecture

هي أكثر الأساليب شيوعاً في الدورات التدريبية لعرض قدر كبير من المعلومات في وقت قصير نسبياً، وهي وسيلة اتصال في اتجاه واحد بين المدرب والمتدربين، واقتصادية في الوقت والتكلفة، ويتمثل قصورها في سلبية المتدرب، ومحدودية نجاحها في جذب انتباه المتدربين، وفي تحقيق معدل أقل في تركيزهم وتذكرهم للمعلومات، ويمكن زيادة وتحسين فعالية المحاضرة من خلال استخدام وسائل تعليمية؛ لذا فقد روعي في البرنامج التدريبي قصر زمن المحاضرة وإشراك المعلمات في عرض بعض الأفكار المرتبطة بموضوعها، واستخدام المرفقات النظرية لتلخيص الأفكار المتناولة.

**العرض العملي: Demonstration**

ويعرف العرض العملي بأنه: "تقديم طريقة أو مهارة معينة تحت ظروف حقيقية مماثلة للواقع يشاهدها"، ويمكن أن يكون العرض العملي حيًا مثل القيام بتجربة أمام المتدربين، أو أن يكون غير مباشر باستخدام وسائل تعليمية مثل: الأفلام التعليمية، شفافيات، لوحة تعليمية، وقد استخدم هذا الأسلوب بنوعيه وخاصة في أنشطة وحدة "إنتاج الوسائل التعليمية" بعرض النماذج الحقيقية وبعض الصور ولقطات الفيديو على المعلمات أثناء التدريب.

**المناقشة: Discussion**

وهي أسلوب تدريبي يتم فيه طرح موضوع ما من قبل المدرب، وتتم مناقشته بشكل تفاعلي بينه وبين المتدربين والوصول إلى استنتاجات ومقترحات تثري الموضوع، وينبغي الالتزام بقواعد معينة عند المناقشة أهمها: توفير تغذية راجعة مفيدة تشجع على تطوير مهارات الاتصال والمشاركة، فقد روعي استخلاص الأفكار والمقترحات المرتبطة بموضوع المناقشة وإعطاء الفرصة لكل معلمة لإبداء رأيها.

**العصف الذهني: Brain Storming**

وهو أسلوب تدريبي يقوم على حرية التفكير، ويستخدم التفكير الجماعي لإنتاج أكبر كم من أفكار المتدربين لمعالجة موضوع معين، أو حل مشكلة ما يطرحها المدرب، ثم يطلب منهم تقديم حلول فورية شفوية، ويتم تدوين الحلول وتصنيفها دون محاولة تقويمها أو التعليق عليها، ومن ثم يتمكن المدرب من الحصول على عدد كبير من الحلول المقترحة للمشكلة، ويمكن اختيار المناسب منها، وهو أسلوب اقتصادي سهل التطبيق خلال جلسة قصيرة، ينمي ثقة المتدرب في نفسه، كما ينمي قدرته على التعبير، ويضمن مشاركة كافة المتدربين، وقد استخدم هذا الأسلوب في بداية الجلسات لتهيئة المعلمات لموضوع الجلسة وإقترح أكبر عدد ممكن من الحلول للمشكلات التي تم طرحها على المعلمات.

**دراسة الحالة: Case Study**

ينمي المتدربون في أسلوب دراسة الحالة مهارتهم في التفكير والتحليل والاستنتاج عند دراسة حالة بعينها، وفيها يتم المزج بين الطرق العملية لحل المشكلات مع التحليل العميق لحالات محددة، ومن الأفضل استخدام دراسة الحالة كتكملة لأساليب تدريب أخرى مثل المحاضرة لتطبيق معلومات هذه المحاضرة تطبيقًا فعليًا، وبالتالي فإن هذا الأسلوب يضيف لمسة واقعية على المناقشات النظرية وهو يركز على نشاط المتدرب وتفاعله مع الجماعة، وقد كثر استخدام هذا الأسلوب في وحدة "تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته" عند تناول المعلمات لحالات الأطفال ذوي السلوك المشكل واقترح الحلول.

**أسلوب ورش العمل:**

تعد من أفضل الأساليب لاكتساب المعلمين المتدربين المهارات المهنية المختلفة؛ ولذا يجب على المدرب أن يعطي لكل معلم متدرب الفرصة للمشاركة وممارسة المهارات المهنية المطلوب أن يكتسبها (علي راشد، ٢٠٠٣، ص ٢٠٢)، وهذا ما تم مراعاته أثناء تطبيق البرنامج.

**القراءات:**

حيث تم مد المعلمات بمجموعة من القراءات ذات الصلة بموضوع البرنامج بهدف تعميق المفاهيم، وتم ذلك عند عرض موضوعات: (التفويض الفعال، قائمة الأعمال اليومية، الخامات البيئية واستخداماتها، العوامل التي تؤثر على سلوك الأطفال، المشكلات السلوكية لطفل ما قبل المدرسة وكيفية التعامل معها، برنامج العروض التقديمية Power point ، برنامج الفوتو شوب photo shop ، أساليب إدارة الضغوط، فنية حديث الذات، خطوات حل المشكلة الباعثة للضغط).

**المسابقات:**

حيث يتم تقسيم المعلمات إلى مجموعات لحل موقف ما، بما يحقق روح التنافس والمشاركة من قبل أطراف المجموعة وتكوين علاقات بين المعلمات، وقد تم استخدام هذا الأسلوب في وحدة إدارة الوقت عند عرض موضوعي " مضيعات الوقت " و " الأمور التي يجب مراعاتها في خطوة التنفيذ " .

**(و) أساليب تقويم البرنامج:**

التقويم عملية مستمرة، فهو يحدث قبل البرنامج، وفي أثناءه، وبعد أن يتم، وفي كل مرحلة من تلك المراحل يؤدي التقويم وظائف مختلفة، ولهذا فقد تم استخدام أنواع التقويم التالية:

**١ - التقويم البنائي ويتمثل في:**

- تقويم مصاحب لكل جلسة من جلسات البرنامج: ويتمثل في ملاحظات الباحثة عن نشاط المعلمات أثناء المناقشة وتنفيذ المهام المطلوبة منهن في الجانب العملي.
- تقويم يعقب كل جلسة: ويتمثل في تطبيق "استمارة تقييم كل جلسة" (ملحق رقم "٤") و التي تجيب عنها المعلمة، وفي ضوء هذه الاستمارة تقوم الباحثة بالمعالجة في الجلسة التالية لتوضيح أوجه القصور التي ظهرت في التقويم ويتم عمل تغذية راجعة حسب احتياجات ومتطلبات الموقف، بالإضافة إلى الممارسة العملية لمعالجة هذا القصور ومحاولة التغلب عليه.

٢ - **التقويم النهائي:** من خلال تطبيق "استمارة تقييم البرنامج" (ملحق رقم "٤") و"استمارة استجابات المعلمة على البرنامج" (ملحق رقم "٤")، وأدوات الدراسة على معلمات المجموعة التجريبية تطبيقاً بعدياً.

٣- التقييم التتبعي: من خلال تطبيق أدوات الدراسة على معلمات المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج.

### (ح) إجراءات تطبيق البرنامج:

تم إتباع الإجراءات التالية:

- الحصول على الموافقة الأمنية لمعلمات المجموعة التجريبية بحضور البرنامج التدريبي (ملحق رقم "٩")، وبموجبها تم التوجه بخطاب إلى مديري مدارس رياض الأطفال وهي: (مدرسة ملحقة الكيمان، ومدينة فارس، الصداقة، البارودية).
- زيارة رياض الأطفال والالتقاء بمديراتها والمعلمات حيث تم توضيح الهدف من الدراسة وإجراءاتها والاتفاق مع المعلمات على مواعيد البرنامج.
- تشجيع المعلمات لحضور جلسات البرنامج من خلال:
  - إقامة علاقات طيبة معهن.
  - إقناعهن بأهمية البرنامج وتعريفهن بمحتواه الذي يتوافق مع احتياجاتهن التدريبية.
  - توفير شهادة موثقة لهن من كلية رياض الأطفال - جامعة الفيوم باجتياز البرنامج.
  - توفير حافز مادي لهن (بدل انتقال).

- توفير مكان لتطبيق البرنامج وهو إحدى القاعات المجهزة (واسعة، توافر المقاعد والمناضد المستديرة، توافر سبورة وجهاز عرض الشفافيات) بكلية رياض الأطفال جامعة الفيوم - مكان عمل الباحثة - وقد أخذت الموافقات الرسمية على ذلك. (ملحق رقم "٩")

- توفير الوسائل والخامات اللازمة وأخذ الموافقات الرسمية المرتبطة بذلك من الكلية للاستعانة بمعمل الكمبيوتر في وحدة "توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال". (ملحق رقم "٩")

- بدأ التطبيق الفعلي للبرنامج في ٥/٧/٢٠١٠ واستمر حتى ٥/٩/٢٠١٠.

### (ط) تطبيق البرنامج:

اقتصرت الجلسة التمهيديّة الأولى على التعارف بين الباحثة والمعلمات وبين المعلمات بعضهن البعض وإقامة علاقات طيبة معهن.

أما الجلسة التمهيديّة الثانية فهدفت إلى تعرف المعلمات على طبيعة البرنامج وأهميته، والهدف منه، وخطة العمل به، ونظام الجلسات وعددها وتوقيتها.

ثم جاءت جلسات البرنامج من الأولى إلى الثامنة للتدريب على الوحدة الأولى " إدارة الوقت " وتشمل مهارة: (التحليل، التخطيط، التنفيذ، المتابعة)، واستعانت الباحثة بمجموعة من الأوراق الإثرائية وأوراق العمل الشيقة أثناء التدريب.

أما الجلسات من التاسعة إلى الثامنة عشرة فكانت للتدريب على الوحدة الثانية " إنتاج الوسائل التعليمية " وتضمنت إنتاج (عرائس الإسفنج، أنواع مختلفة من الأشغال

الورقية، التشكيل بالعجائن، نماذج الديوراما، وسائل مبتكرة من خامات البيئة)، وتم الاستعانة بمجموعة من الأوراق الإثرائية وأوراق العمل والنماذج الحقيقية وبعض الصور ولقطات الفيديو أثناء التدريب، وقد اختصت هذه الوحدة بطريقة عمل خاصة تمثلت في الخطوات التالية:

- ١- الحوار والمناقشة مع المعلمات حول أهداف الجلسة وأهمية هذا النوع من الوسائل وكيفية توظيفها مع الطفل.
  - ٢- إستثارة دافعية المعلمات بعرض بعض النماذج لهذه الوسائل أمام المعلمات للاستفادة منها في عمل النماذج الجديدة وخلق الجو المناسب لشحن المعلمات بطاقة انفعالية للتعبير والإبداع.
  - ٣- عرض بعض الصور ولقطات الفيديو للوسائل في بعض الجلسات للاستزادة وكسر الملل أثناء التدريب.
  - ٤- مرحلة تنفيذ الوسيلة وقد تمت بأسلوبين:
    - أ- أسلوب الأداء المباشر: حيث تقوم المعلمات بعمل الوسيلة بعد أن يتلقين التوجيهات، كما في حالة إنتاج نماذج الديوراما وإنتاج الوسائل التعليمية من خامات البيئة.
    - ب- أسلوب التطبيق بعد التوجيه: حيث يتم صنع الوسيلة بشكل كامل وواضح أمام كل المعلمات كما في حالة عرائس الإسفنج والتشكيل بالعجائن، أو يتم رؤيتها من خلال الفيديو كما في حالة الأشغال الورقية، ثم تعطي الفرصة لهن للتنفيذ.
  - ٦- الخروج بمنتهج نهائي حسب الهدف المحدد. (ملحق رقم "٧")
  - ٧- الاستعانة ببعض المتخصصين وذوى المهارة لتدريب المعلمات في وجود الباحثة.\*
- الوحدة الثالثة تمت على مدار الجلسات من التاسعة عشرة إلى الثامنة والعشرين وهى وحدة "تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته" وشملت: (أساليب زيادة السلوك المرغوب فيه، أساليب تقليل السلوك غير المرغوب فيه، أساليب تعليم السلوك الجديد)، وتم الاستعانة بمجموعة من الأوراق الإثرائية وأوراق العمل أثناء التدريب.
- والجلسات من التاسعة والعشرين حتى السادسة والثلاثين فخصت للتدريب على الوحدة الرابعة "توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال"، والتي اشتملت على توظيف برنامج العروض التقديمية Power point وبرنامج الفوتوشوب Photo Shop ، وتم تقديم المحتوى من خلال تدريب المعلمات على أجهزة الكمبيوتر مع مراعاة التالي:

- توفير جهاز كمبيوتر لكل معلمة.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة والتهوية داخل معمل الكمبيوتر.
- مراعاة الفروق الفردية بين المعلمات.
- تقديم التعزيز الفوري والمستمر للمعلمات عقب انتهائهن من تنفيذ المهام المطلوبة.

- التأكد من إتقان المعلمة لتنفيذ كل خطوة قبل الانتقال إلى الخطوة التالية.
- تخصيص يوم كامل (جلستين) لكيفية توظيف برنامج الكمبيوتر (حسب موضوع الجلسة) في رياض الأطفال.
- البحوث والدراسات المقترحة.
- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:
- نتائج الفرض الأول:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس جودة الحياة بأبعاده (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لصالح المجموعة التجريبية ". للتحقق من صحة الفرض الأول تم استخدام اختبار مان ويتني - Man Whitney للعينات غير المرتبطة ويوضح جدول (١) نتائج ذلك:

#### جدول (١)

نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية (ن=١٥) والضابطة (ن=١٥) على مقياس جودة الحياة في القياس البعدي

أبعاد جودة الحياة	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة
أولاً- جودة الأداء في العمل.	التجريبية	٢٢.٧٧	٣٤١.٥٠	٣.٥	٤.٥٢٩	٠.٠١
	الضابطة	٨.٢٣	١٢٣.٥٠			
ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.	التجريبية	٢٢.٩٣	٣٤٤.٠٠	١.٠٠	٤.٦٦٩	٠.٠١
	الضابطة	٨.٠٧	١٢١.٠٠			
ثالثاً- جودة إدارة الوقت.	التجريبية	٢٢.٥٧	٣٣٨.٥٠	٦.٥	٤.٤١٣	٠.٠١
	الضابطة	٨.٤٣	١٢٦.٥٠			
الدرجة الكلية للمقياس	التجريبية	٢٣.٠٠	٣٤٥.٠٠	٠.٠٠٠	٤.٦٧١	٠.٠١
	الضابطة	٨.٠٠	١٢٠.٠٠			

يتضح من جدول (١) أن قيمة Z في الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية دالة عند مستوى ٠.٠١ لصالح المجموعة التجريبية.

وجداول (٢) يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية لكل من المجموعة التجريبية والضابطة وقيم حجم التأثير (Rosenthal, 1991, p28):\*

جدول (٢)  
قيم متوسطات المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس جودة الحياة  
وحجم التأثير

أبعاد جودة الحياة	المجموعة	المتوسط	الانحراف المعياري	حجم التأثير	مستوى حجم التأثير
أولاً- جودة الأداء في العمل.	تجريبية	٦١.٤٦٦٧	٣.٩٠٧٣	٠.٨٢٦	مرتفع
	ضابطة	٤٨.٠٦٦٧	٤.٣٨٢٩		
ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.	تجريبية	٤٠.٧٣٣٣	٢.٠١٦٦	٠.٨٥٢	مرتفع
	ضابطة	٣١.٥٣٣٣	٣.٥٠٢٤		
ثالثاً- جودة إدارة الوقت.	تجريبية	٥١.٥٣٣٣	٣.٩٩٧٦	٠.٨٠٥	مرتفع
	ضابطة	٤١.٤٠٠٠	٣.٧٣٧٨		
الدرجة الكلية للمقياس	تجريبية	١٥٣.٧٣٣٣	٨.٦٤٧٦	٠.٨٥٢	مرتفع
	ضابطة	١٢١.٦٦٦٧	٧.٥٤٦٧		

من جدول (٢) يتضح أن قيم حجم التأثير تتراوح بين ٠.٨٠٥، ٠.٨٥٢ وهي قيم دالة والفروق بين المتوسطات لصالح المجموعة التجريبية وبذلك يمكن قبول الفرض الأول.  
نتائج الفرض الثاني:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس جودة الحياة بأبعاده (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) لصالح القياس البعدي ".  
وللتحقق من صحة الفرض الثاني تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon لعينتين مرتبطتين وجدول (٣) يبين نتائج ذلك:

جدول (٣)  
نتائج اختبار ويلكوكسون لدلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي  
على مقياس جودة الحياة للمجموعة التجريبية

أبعاد جودة الحياة	الرتب	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة Z	الدلالة
أولاً- جودة الأداء في العمل.	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٣.٤١١	٠.٠١
	الموجبة	١٥	٨.٠٠	١٢٠.٠٠		
	المحايدة	٠				
ثانياً- جودة إدارة الضغوط	السالبة	٠	٠٠	٠٠	٣.٤١٩	



٠.٠١		١٢٠.٠٠٠	٨.٠٠٠	١٥	الموجبة	والانفعالات.
				٠	المحايدة	
٠.٠١	٢.٤١٤	٠٠.	٠٠.	٠	السالبة	ثالثاً- جودة إدارة الوقت.
		١٢٠.٠٠٠	٨.٠٠٠	١٥	الموجبة	
				٠	المحايدة	
٠.٠١	٣.٤١٣	٠٠.	٠٠.	٠	السالبة	المجموع
		١٢٠.٠٠٠	٨.٠٠٠	١٥	الموجبة	
				٠	المحايدة	

يتضح من جدول (٣) أن قيمة Z في الأبعاد الثلاثة والدرجة الكلية دالة عند مستوى ٠.٠١ لصالح القياس البعدي.

وجداول (٤) يوضح المتوسطات والانحرافات المعيارية في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وقيم حجم التأثير (Rosenthal, 1991):

#### جدول (٤)

قيم متوسطات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي  
لمقياس جودة الحياة وحجم التأثير

مستوى حجم التأثير	حجم التأثير	الانحراف المعياري	المتوسطات	القياس	أبعاد جودة الحياة
مرتفع	٠.٦٢٢	٢.٩٤٧٢	٤٥.٦٠٠٠	قبلي	أولاً- جودة الأداء في العمل.
		٣.٩٠٧٣	٦١.٤٦٦٧	بعدي	
مرتفع	٠.٦٢٣	٣.١١٣٧	٣٣.٤٦٦٧	قبلي	ثانياً- جودة إدارة الضغوط والانفعالات.
		٢.٠١٦٦	٤٠.٧٣٣٣	بعدي	
متوسط	٠.٤٤١	٣.٢٠٢٧	٣٩.٤٠٠٠	قبلي	ثالثاً- جودة إدارة الوقت.
		٣.٩٩٧٦	٥١.٥٣٣٣	بعدي	
مرتفع	٠.٦٢٣	٥.٩٠٦٤	١١٨.٢٠٠٠	قبلي	المجموع
		٨.٦٤٧٦	١٥٣.٧٣٣٣	بعدي	

من جدول (٤) يتضح أن قيم حجم التأثير تتراوح بين ٠.٤٤١، ٠.٦٢٣ وهي قيم دالة والفروق بين المتوسطات لصالح القياس البعدي، وبذلك يمكن قبول الفرض الثاني.

## تفسير نتائج الفرضين الأول والثاني ومناقشتهما:

أسفرت نتائج الفرض الأول والثاني عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة وفي القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي في أبعاد جودة الحياة (جودة الأداء في العمل، جودة إدارة الضغوط والانفعالات، جودة إدارة الوقت) والدرجة الكلية، وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج التدريبي في تحسين بعض أبعاد جودة الحياة لدى معلمة رياض الأطفال.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة خالد الضعيف (٢٠٠٥) التي هدفت إلى بناء برنامج لتنمية الإيجابية لدى عينة من طلبة الجامعة باستخدام طريقة حل المشكلات ومهاراتها لتوظيفها في حياتهم بشكل عام لكي يستطيعوا مواجهة متطلبات الحياة وتحمل ضغوطها وتحسين جودتها، ودراسة أسامة أبو سريع وآخرين (٢٠٠٦) التي أشارت إلى أثر برنامج تنمية المهارات الحياتية في تجويد الحياة لدى تلاميذ مدارس التعليم العام بالقاهرة الكبرى، ودراسة عبد الحميد حسن وراشد المحرزي وآخرين (٢٠٠٦) التي أشارت نتائجها إلى أن معدل استخدام الفرد لاستراتيجيات مقاومة الضغوط أساس لتحسين جودة حياته.

ويشير حسن الفجرى (٢٠٠٦) إلى أنه يمكن زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد من خلال تدريبه على مهارات إدارة الوقت، وإدارة المشاعر والانفعالات، وممارسة الأنشطة الرياضية. (حسن الفجرى، ٢٠٠٦، ص ٩٣-١٠٠)

وتعزي الباحثة هذا التحسن إلى مجموعة من العوامل من أهمها البرنامج التدريبي الذي تم تقديمه لمعلمات المجموعة التجريبية، والذي حرص على توفير الأنشطة والتدريبات والخبرات التي تعمل على تحسين بعض أبعاد جودة الحياة.

وترجع فاعلية البرنامج التدريبي إلى احتوائه على خمس وحدات رئيسية، تهدف كل وحدة إلى تحسين بعد من أبعاد جودة الحياة، الأمر الذي أدى إلى التكتيف والتركييز على كل بعد، مما ساعد على إتقان وتحسين تلك الأبعاد.

كما يمكن تفسير هذا التحسن الذي طرأ على أبعاد جودة الحياة لدى معلمات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج إلى تنوع أساليب التدريب التي تم استخدامها أثناء تنفيذ الجلسات ومنها (المحاضرات والمناقشات، والقراءات، وورش العمل، وأسلوب العرض العملي، ودراسة الحالة).

فقد حرصت الباحثة على أن تقدم المحاضرات بصورة شيقة ومختصرة، يتضح منها أهم المفاهيم الأساسية لموضوع الجلسة، ويتم تسجيلها على الورق القلاب إلى جانب استخدام جهاز العرض فوق الرأس، أما المناقشة فقد تمت بين الباحثة والمعلمات وبين المعلمات بعضهن البعض، مع تحديد وقت للمناقشة وإعطاء الفرصة لكل معلمة لإبداء رأيها.

أما أساليب التدريب العملية فقد شملت أنشطة تطبيقية ومسابقات بين المعلمات حيث تم تقسيمهن إلى مجموعات لحل موقف ما ومكافأة المجموعة الفائزة بما يحقق روح التنافس والمشاركة من قبل أطراف المجموعة وتكوين علاقات فيما بينهن. وتم استخدام ورش العمل في وحدة إنتاج الوسائل التعليمية والتي تعتبر من أفضل أساليب التدريب لدى المعلمات اللاتي يقين للساعة الثانية والنصف إلى الثالثة أحياناً في بعض الأيام.

كما تم استخدام أسلوب العرض العملي الذي اشتمل على بعض الصور ولقطات الفيديو للوسائل المراد إنتاجها، فقد تميز بالإثارة والتشويق وكسر الملل والرتابة أثناء التدريب.

بالإضافة إلى استخدام أسلوب العصف الذهني؛ وهو أسلوب تعليمي يقوم على حرية التفكير الجماعي لإنتاج أكبر كم من الأفكار، ومن ثم تتمكن الباحثة من الحصول على عدد كبير من أفكار المعلمات وحلول للمشكلة المقترحة، وعادة ما تم استخدام هذا الأسلوب في بداية الجلسة لتهيئة المعلمات لمحتواها.

أما أسلوب دراسة الحالة فقد كثر استخدامه في وحدة "تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته" حيث استغلت كل معلمة فرصة تناول هذه الوحدة في عرض مشكلات الأطفال التي قابلتها للوصول إلى الحل المناسب مع الباحثة، والإستفادة من خبرات وتجارب المعلمات الأخريات.

ويمكن إرجاع التحسن الذي طرأ على درجات المعلمات سواء في الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة أو في كل بعد على حدة إلى التدريب الذي تلقته هؤلاء المعلمات على هذه الأبعاد من خلال جلسات البرنامج.

**فبالنسبة لجودة الأداء في العمل:** تم تخصيص ثلاث وحدات لتدريب المعلمات على بعض المهارات التي تحسن من جودة أدائهن في العمل؛ حيث تؤكد أميرة زايد (٢٠١٠) على ضرورة الارتقاء بأداء المعلم وتحسين نوعية العمل المنوط به.

وتؤكد إيناس الشتيحي (٢٠١٠) على ضرورة مساعدة معلمة الروضة لبلوغ درجة عالية من الجودة في الأداء بما يتوافق مع معطيات العصر.

وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة إيمان زناتي، جيهان عزام وآخرين (٢٠٠٩) من نجاح برنامج تدريبي في رفع مستوى أداء معلمات الروضة في ضوء الجودة الشاملة واستمرار فعالية البرنامج.

فقد تلقت المعلمة مجموعة أنشطة وتدريبات هدفت إلى تحسين مهارات المعلمات في: (تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته، إنتاج وسائل تعليمية، توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال) على مدار ثلاث وحدات.

وحدة " تعديل سلوك الطفل وحل مشكلاته " التي هدفت إلى تدريب المعلمة على تعديل سلوك الأطفال ومواجهة مشكلاتهم، وهذا ما أوصت به دراسة ولاء حنفي

(٢٠٠٦)، وتوصلت إليه دراسة إيردين، وولفجانج، Erden, F. & Wolfgangb, C. (٢٠٠٤) من حاجة المعلمين إلى برامج تدريب تركز على كيفية التعامل مع سلوكيات الأطفال (الأولاد، البنات)، وتوصلت إليه دراسة منال حسان (١٩٩٧) أن عدم قدرة المعلمة على التعامل مع كثير من مشاكل الأطفال مثل: العدوانية والسرقة، ونوبات الغضب الحادة من أهم مصادر الضغوط النفسية في عملها.

كما أكدت نتائج دراسة سهام إبراهيم (٢٠٠٨) على أن المشكلات السلوكية الشائعة لدى الأطفال كالكذب والسرقة والنشاط الزائد مع عدم الدراية الكافية للمعلمة بالتعامل معها من أهم المشكلات التي تعوق معلمات رياض الأطفال عن أداء دورهن.

فقد أشارت دراسة سلوى مرتضى (٢٠٠٩) إلى أن تدريب معلمات الروضة على حل المشاكل السلوكية للأطفال وتعديل سلوكهم من المقترحات المهمة لمواجهة تحديات العنف والتطرف في هذا العصر.

حيث هدفت هذه الوحدة إلى معرفة المعلمة بالعوامل التي تؤثر في سلوك الأطفال، وتدريبها على كيفية التمييز بين السلوك السوي والشاذ، وتحديد الخطوات المتبعة في تعديل السلوك.

وقد تلقت المعلمة تدريبات مكثفة حول أساليب تعديل سلوك الطفل لتشمل: أساليب لزيادة السلوك المرغوب فيه (التعزيز)، أساليب لتقليل السلوك غير المرغوب فيه (العقاب، الانطفاء، الإقصاء "العزل")، أساليب لتعليم سلوكيات جديدة (التلقين، التشكيل، التسلسل، النمذجة).

تمثلت هذه التدريبات في إمداد المعلمة بالأساس النظري لهذه الأساليب بالتفصيل، وكذلك تدريبها على كيفية مواجهة مشكلات الأطفال السلوكية التي تقابلها أثناء العمل معهم مثل: (العدوان، الخجل، عدم الانخراط في النشاط، عدم الامتثال للتعليمات، مشكلة الإهمال...)، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسة جريجوري، يوفيميا T., Euphoria, C. & Gregory (٢٠٠٠) إلى استخدام إستراتيجيات تدخل معينة مع الأطفال الصغار ذوي المشكلات التعليمية والسلوكية البسيطة منها: (جمع البيانات، التدخل الإيجابي للمعلم، استشارة أولياء الأمور).

بالإضافة إلى الكثير من الأمثلة التي ذكرتها المعلمات، ولاحظت الباحثة كيفية تبادل الخبرات بين المعلمات بعضهن البعض والطريقة التي تصرفن بها كل معلمة لمواجهة هذه المشكلة، وحماس المعلمات للمعرفة والاستفادة نظراً لأهمية هذا الموضوع وحيويته بالنسبة لهن، واتضح هذا من خلال قدرة إحدى المعلمات على تعديل سلوك طفل ما قريب لها (كان كثير البصق على الآخرين) باستخدام إحدى أساليب تقليل السلوك غير المرغوب فيه وهو (أسلوب العزل).

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه دراسة ليرينج، وأن Leering, Q. & K. Ann (١٩٩٩) إلى وجود علاقة بين معتقدات المعلمة والطرق التي تتبعها لتوفير بيئة فصلية تدعم أو تحد من التنمية المدعومة اجتماعياً لدى الأطفال.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة سهام الصويغ (١٩٩٦) إلى أن المعلمات بعد حصولهن على التدريب قد أظهرن تحسناً وقدرة على فهم خصائص نمو الطفل وسبل التواصل معه وتعديل سلوكه بكفاءة وفعالية.

ووحدة " إنتاج الوسائل التعليمية " التي هدفت إلى تحسين مهارات المعلمة في إنتاج الوسائل التعليمية وتوظيفها مع الطفل حيث تشير دراسة منال حسان (١٩٩٧) إلى أن قلة الخامات والوسائل التعليمية التي تناسب أطفال ما قبل المدرسة من مصادر الضغوط النفسية الخاصة بعمل معلمة رياض الأطفال.

وأوضحت دراسة ممدوح الجعفري (٢٠٠٠) أن صنع الوسائل من أكثر الاحتياجات التدريبية إلحاحاً لدى معلمات رياض الأطفال.

كما أشارت دراسة رانيا صاصيلا (٢٠١٠) إلى أن عدم كفاية الوسائل التعليمية والموارد المالية المتوفرة لشرائها من أهم الصعوبات التي تحول دون قيام المعلمات بتطبيق الأنشطة التربوية في رياض الأطفال.

فقد تلقت المعلمة الكثير من التدريبات على إنتاج الوسائل التعليمية (عرائس الإسفنج، أنواع مختلفة من الأشغال الورقية، التشكيل بالعجائن، نماذج الديوراما، وسائل مبتكرة من خامات البيئة)، ولاحظت الباحثة حب المعلمات للعمل في إنتاج الوسائل وحماسهن للانتهاء من إتمام الوسائل التي بدأن فيها، حتى أنهن تأخرن برغبتهن في الأيام المخصصة لهذه الوحدة.

ويرجع التحسن في مهارات المعلمة في هذه الوحدة إلى تميزها بطريقة عمل خاصة حيث: الاستعانة بمتخصصين وذوى المهارة في بعض أنواع الوسائل لتدريب المعلمات على إنتاجها وكيفية توظيفها وعرض بعض الصور ولقطات الفيديو للوسائل في بعض الجلسات للاستزادة وكسر الملل أثناء التدريب، والإثارة بعرض بعض النماذج لهذه الوسائل أمام المعلمات للاستفادة منها في عمل النماذج الجديدة وخلق الجو المناسب لشحن المعلمات بطاقة انفعالية للتعبير والإبداع.

كما يمكن إرجاع التحسن في مهارات المعلمة في هذه الوحدة إلى استخدام الأسلوب المناسب في تنفيذ المعلمة للوسيلة؛ فتم من خلال الأداء المباشر: حيث تقوم المعلمات بعمل الوسيلة بعد أن يتلقين التوجيهات كما في حالة إنتاج نماذج الديوراما وإنتاج الوسائل التعليمية من خامات البيئة، أو التطبيق بعد التوجيه: حيث يتم صنع الوسيلة بشكل كامل وواضح أمام كل المعلمات كما في حالة عرائس الإسفنج والتشكيل بالعجائن أو يتم رؤيتها من خلال الفيديو كما في حالة الأشغال الورقية ثم تعطي الفرصة لهن للتنفيذ.

كما يرجع التحسن في مهارات المعلمة في إنتاج وسائل مبتكرة من خامات البيئة إلى الحرص على توفير جميع أنواع خامات البيئة المستهلكة أمام المعلمات لإعطائهن الفرصة للابتكار والإبداع في إنتاج وسائل جديدة، والتأكيد على استخدامها بدلاً من الخامات الأخرى، كما تم التأكيد على ضرورة تحديد الهدف من الوسيلة مسبقاً قبل البدء في تنفيذها وكيفية توظيفها مع الطفل.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة دعاء عبد العال (٢٠٠٩) التي هدفت إلى تنمية المهارات الفنية اليدوية والابتكار لدى الطالبة المعلمة باستخدام خامات البيئة.

كما تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة ثورنتون Thornton (1998) من أن استخدام الوسائل التعليمية التي تعتمد على خامات من بيئة الطفل مثل (قصاصات الأقمشة، الورق المقوى والكرتون، الأزرار، النايلون، الأسلاك، نشارة الخشب) لها أثر فعال في تنمية بعض المفاهيم الرياضية لدى الأطفال عن الوسائل التعليمية الجاهزة. (دعاء عبد العال، ٢٠٠٩، ص ٩٨)

أما وحدة " توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال " هدفت إلى تنمية معارف ومهارات المعلمة الخاصة باستخدام الكمبيوتر مع الأطفال بما يتلاءم مع طبيعة روح العصر ومستحدثاته.

وتشير نتائج دراسة ولاء حنفي (٢٠٠٦) إلى أهمية تدريب المعلمة على كيفية توظيف الكمبيوتر في رياض الأطفال لتحسين أدائها.

كما أكدت نتائج دراسة منى محمود، نجوى حسن (٢٠١٠) على أن تدريب معلمة رياض الأطفال على استخدام الأساليب الحديثة في التدريس مثل الكمبيوتر هو أمر لا يمكن الاستغناء عنه في هذا العصر الحافل بالتقدم الكبير في شتى مجالات الاتصالات والاختراعات ومتطلبات التربية الحديثة ومواجهة التحديات الهائلة.

ويرجع التحسن في مهارات المعلمة في توظيف الكمبيوتر مع الأطفال إلى طريقة العمل التي استخدمت لتقديم محتوى هذه الوحدة حيث تم الاستعانة بمتخصص لتدريب المعلمات في وجود الباحثة، مع الحرص على قيامهن بالتطبيق الفعلي على الكمبيوتر لضمان تحقيق الأهداف المرجوة بالشكل الأمثل مع مراعاة: توفير جهاز لكل معلمة وعوامل الأمن والسلامة داخل المعمل، والفروق الفردية بين المعلمات، وتقديم التعزيز الفوري والمستمر عقب الانتهاء من تنفيذ المهام المطلوبة، والتأكد من إتقان المعلمة لتنفيذ كل خطوة قبل الانتقال إلى الخطوة التالية، والخروج بمنتج نهائي حسب الهدف المحدد.

كما يمكن إرجاع التحسن في مهارات المعلمة في هذه الوحدة إلى تخصيص الوقت الكافي لكيفية توظيف برنامج الكمبيوتر (حسب موضوع الجلسة)، وترك الفرصة لإبداع وابتكار المعلمة كان له دور كبير في إظهار القدرات واختلاف المنتج النهائي بين المعلمات.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه دراسة شن، شانج، Chen, J & chang, C (٢٠٠٦) بعنوان "مدخل شامل للتدريب التكنولوجي لمعلمي الطفولة المبكرة"، حيث ظهر تأثير البرنامج في إكساب المعلمين مهارات خاصة بتنمية الكفاءة التكنولوجية للمعلم، وأكدت على ضرورة التدريب على تكنولوجيا الحاسب الآلي كسياسة لتطوير المعلم.

كما تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة هيرناندو، Hernando, V. (١٩٩٥) من تحسين مهارات المعلمات المتدربات في استخدام الحاسب الآلي مثل: إتقان مهارات معالجة الكلمات وتصميم وثائق مرتبطة بالروضة تتضمن رسوماً وأشكالاً بيانية وتوضيحية، وتعلم صيانة الحاسب الآلي، وإتقان استخدامه لتطبيقه في التدريس وإدارة الفصول.

**وبالنسبة لجودة إدارة الضغوط والانفعالات:** فتم تخصيص وحدة كاملة لها لتدريب المعلمات على أساليب إدارة الضغوط والانفعالات؛ حيث أشارت دراسة ميشيل Michael (١٩٩٢) إلى أن مجرد تعرض وتدريب الفرد على كيفية التعامل معرفياً مع الأحداث والضغوط كفيلاً بأن يحقق نتائج إيجابية في مفهومه وإدراكه لنوعية حياته. (العارف بالله الغدور، ١٩٩٩، ص ٣٨)

كما توصلت دراسة هوينر، ديو، Huebner, E. & Dew, T. (١٩٩٦) إلى أن المشاعر الإيجابية لدى الفرد تؤدي إلى زيادة إدراكه لجودة الحياة، بينما المشاعر السلبية تؤدي إلى انخفاضها.

كما أظهرت نتائج دراسة عبد الحميد حسن، راشد المحرزي (٢٠٠٦) وجود علاقة سالبة دالة بين جودة الحياة والضغوط النفسية وعلاقة موجبة دالة بين جودة الحياة ومعدل استخدام استراتيجيات مقاومة الضغوط.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج دراسة ويلسون Wilson (٢٠٠٠) من انخفاض دال في مستويات الضغوط لدى معلمي رياض الأطفال الذين تعرضوا لبرنامج تدريبي مقارنة بالمعلمين الذين لم يشاركوا في البرنامج. (أنسى قاسم، ٢٠٠٠، ص ٤٠)

كما تتفق هذه النتائج مع دراسة كابالان Kaplan, F (٢٠٠٢) التي أظهرت نتائجها تأثير البرنامج التدريبي في تنمية قدرات معلمات رياض الأطفال على إدراك وفهم وإدارة انفعالاتهن.

فقد هدف البرنامج إلى مساعدة المعلمة على التوافق الناجح مع مسببات الضغوط، ولا يعني هذا حذف أو إزالة كل مصادر الضغوط والانفعالات السلبية، ولا السعادة الدائمة أو الحياة بدون ألم أو إحباط، بل مواجهة المشاكل والتعامل معها. حيث تلقت المعلمة مجموعة تدريبات هدفت إلى تنمية معارفها حول: (مفهوم الضغوط وطبيعة الانفعالات، العلاقة بين الضغوط والانفعالات، وظائف الانفعالات

وأنواعها)، كما تدربت المعلمة على خطوات إدارة الضغوط وهي: (التعرف على حقيقة المشاعر التي تعترضها في موقف الضغط، محاولة تحديد المصادر التي تسبب لها الشعور بالضغط، التعرف على الأساليب التي يمكن إتباعها لإدارة المواقف الضاغطة). كما تم تعريف المعلمة بأساليب إدارة الضغوط والانفعالات سواء السلبية وتشمل: (الإنكار، لوم الذات، التقبل والاستسلام، الهروب، حديث الذات السلبي) أو الإيجابية وتشمل: (الاسترخاء، حديث الذات الإيجابي، إعادة تقييم الموقف، المساندة الاجتماعية، حل المشكلات، السلوك التوكيدي، ممارسة الأنشطة السارة، الدعابة والمرح، المقارنة الاجتماعية) "

كما تلقت المعلمة تدريبات مكثفة هدفت إلى تنمية قدرتها على ممارسة الأساليب الفعالة في إدارة الضغوط والانفعالات وتشمل:

- فنية " الاسترخاء " وكيفية القيام ببعض تمارينه (تمرين تجديد الطاقة، التنفس الهادئ المنظم، الاسترخاء العضلي المتساعد)، وهذا ما تشير إليه " فيرا بيفر" (٢٠٠٤) حيث تحدد مجموعة من التمرينات الرياضية السريعة التي تجعل الفرد سعيدًا وراضيًا وتساعد على الحفاظ على تماسكه وقوته، وهي أيضا بمثابة إسعافات أولية فعالة لإعادة العقل والجسم والمشاعر إلى حالتها الطبيعية الإيجابية.

- فنية "حديث الذات " التي تمكن الفرد من مواجهة المواقف الضاغطة والمشاكل والصعوبات في الحياة إذا استطاع التخلص من الأحاديث الذاتية السلبية والانهازمية التي يقولها لنفسه عن نفسه إزاء تعرضه للمواقف الضاغطة والمؤلمة والتي يكون لها أثر قوي على الطريقة التي يتعامل بها الفرد مع الضغوط حيث أنها تشجع الفرد على الاستسلام وعدم المواجهة.

- فنية " إعادة تقييم الموقف " وتفهم معادلة " الأساس المعرفي للسلوك " A.B.C.D.E كما حددها "إليس" Ellis؛ ومضمونها " أن النتائج الانفعالية السيئة المترتبة على حدث ما ليست بالضرورة نتيجة مباشرة له بل مترتبة على الأفكار التي تتوسط الحدث والنتيجة والتي تحدد مدى إيجابية أو سلبية النتيجة وفقا لعقلايتها أو عدم عقلايتها "، وبهذا اكتسبت المعلمة مهارة كيفية إيجاد أفكار جديدة لتفسير الحدث المؤدي للضغط.

- فنية " حل المشكلات الباعثة للضغط " وخطواتها التي تتمثل في: (استكشاف المشكلة: ما الذي يبعث على الضغط؟ تحديد الهدف: ما هي البواعث التي يريد الشخص تغييرها؟ تيسير الحدث: كيف نبدأ في تغيير بواعث الضغط؟) وقد تم تناول بعض المشكلات الفعلية التي تواجه المعلمة في العمل.

كما تم تناول الكثير من الأمثلة والتدريبات العملية المرتبطة بواقع عمل المعلمة لتوضيح بعض المفاهيم منها: (تمرين مراقبة الضغط، جدول التنبيه بالضغط العصبي، الأفكار اللاعقلانية، أمثلة لإعادة تقييم المواقف الضاغطة).



وبالنسبة لجودة إدارة الوقت: فتم تخصيص وحدة كاملة لها لتدريب المعلمات على مهارات إدارة الوقت، فالشخص السعيد هو الذي يحصل على الإحساس بالضبط الذاتي نتيجة إدارته الفعالة للوقت، فوقت الناس السعداء مملوء ومخطط مما يزيد من إحساسهم بجودة الحياة، وهذا ما أكدت عليه بعض البحوث والدراسات السابقة أنه يمكن زيادة الشعور بالسعادة لدى الأفراد من خلال عدة أساليب منها: تدريبهم على إدارة مشاعرهم وإدارة وقتهم. (سهير محمد سالم، ٢٠٠١، ص ٦٩)

ويعرف كل من (حافظ فرج، محمد صبري، ٢٠٠٣، ص ١٨٢) و(يوسف عبد المعطي، ٢٠٠٥، ص ٥١٤) و(محمد الصيرفي، ٢٠٠٧، ص ١٣) إدارة الوقت بأنها "عملية مستمرة من التحليل والتخطيط والتنفيذ والمتابعة للوقت للوصول إلى الأهداف المنشودة".

وهذا ما اتبعته الباحثة في تطبيقها لهذه الوحدة حيث تم تعريف المعلمة بمفهوم إدارة الوقت وفوائدها ومضيقات الوقت وخطوات إدارة الوقت: (التحليل، التخطيط، التنفيذ، المتابعة) وأهمية كل خطوة ومتطلباتها على النحو التالي:

- التحليل: تم تدريب المعلمة على كيفية تحليل نماذج "السجلات اليومية للوقت" التي قامت بملئها في ضوء معايير معينة، ثم تناول أهمية التفويض الفعال (إسناد بعض المهام للآخرين القادرين على القيام بها) وأسباب عدم التفويض، والمهام التي يجب تفويضها وكيفية اختيار الشخص المفوض وما يجب فعله بعد عملية التفويض من خلال المناقشة والحوار.

- تخطيط الوقت: تم فيها تدريب المعلمة على تخطيط (تحديد) أهدافها في الحياة، تخطيط جدول أعمالها الأسبوعي، تخطيط قائمة أعمالها اليومية ( ضرورة إدراج المهام بالقائمة حسب الأولويات).

- التنفيذ: تعرفت فيها المعلمة على العديد من الأمور (النصائح) التي يجب مراعاتها أثناء مرحلة التنفيذ وأهمها: تجنب التسويف (التأجيل) ومعرفة أخطاره وأسبابه، واستراتيجيات محاربتة: " إستراتيجية الدقائق العشر، استخدم قوة البرمجة الشخصية، استخدم قوة (٢١) يوم".

- المتابعة: تم التأكيد على أهميتها فأي تخطيط للوقت أو تنفيذ له لا يحقق النتائج المرجوة منه مهما كانت درجة الإتقان التي يتميز بها بدون متابعة النتائج.

كما يمكن إرجاع التحسن في جودة إدارة الوقت إلى التدريب العملي للمعلمة على بعض أوراق العمل ومنها: (مواقف وآراء، السجلات اليومية للوقت، تحديد أهداف الحياة، جدول الأعمال الأسبوعي، قائمة الأعمال اليومية....).

وقد لاحظت الباحثة صعوبة تغيير أفكار ومعتقدات بعض المعلمات من خلال المناقشة الطويلة التي دارت بينهن وبين المعلمات الأخريات عند تناول عملية التفويض؛ لأنهن يعانين من كثرة مطالب الآخرين في العمل، فحاولت الباحثة إقناعهن بأهمية عملية

التفويض بالإضافة إلى امتلاك القدرة على الرفض لمطالب الآخرين عندما لا يتوافر الوقت أو الجهد أو المهارة.  
توصيات الدراسة:

- 1- في ضوء نتائج الدراسة الحالية وتفسيرها توصي الباحثة بالتالي:
- 1- تطبيق البرنامج الحالي على معلمات رياض الأطفال وذلك للارتقاء بمستوى جودة حياتهن.
- 2- توفير دورات تدريبية متخصصة لمعلمات رياض الأطفال بشكل دوري لمواكبة تحديات العصر وتحسين جودة العمل لديهن.
- 3- تحفيز المعلمات على حضور البرامج التدريبية بتسهيل الوصول والإقامة في مكان التدريب وجعل التدريب شرط من شروط الترقى في المهنة.
- 4- تدريب المعلمة بشكل دوري على الأفكار الجديدة للوسائل التعليمية من خامات البيئة المتاحة وجعله معياراً لتمييزها وكذلك على المستحدثات التكنولوجية وكيفية توظيفها مع الأطفال.
- 5- الاهتمام بوضع مقررات بكليات رياض الأطفال من أجل تدريب الطالبة المعلمة على الإدارة الفعالة للوقت.
- 6- استقلال إدارة المدرسة بكل مستوياتها (رياض الأطفال، ابتدائي، إعدادي، ثانوي).
- 7- فتح مجال العمل في رياض الأطفال للذكور حتى يتحقق تنوع الخبرات.

#### المراجع :

- أحمد إبراهيم أحمد (٢٠٠٣). الإدارة المدرسية في مطلع القرن الحادي والعشرين. القاهرة: دار الفكر العربي.
- آرثر روشان (٢٠٠١). دليلك للتعامل مع الضغط النفسي. ترجمة: أمينة التيتون. القاهرة: الثقافة المصرية.
- أميرة عبد السلام زايد (٢٠١٠). جودة معلم المستقبل... رؤى متنوعة. المؤتمر العلمي السابع " جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية " . جامعة كفر الشيخ. كلية التربية. ١٢-١٤ ابريل.
- أنسي محمد قاسم (٢٠٠٠). الضغوط النفسية المهنية لمعلمة الروضة مستوياتها وعلاقتها ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة الطفولة. ع (٣). ديسمبر. جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال. ص ٢٣-٦١.
- ايفال عيسى (٢٠٠٥). توجيه التعليم والتعلم في الطفولة المبكرة. العين: دار الكتاب الجامعي.

- إيمان سعيد البوريني (٢٠٠٨). أثر استخدام برنامجين تدريبيين لرفع كفاءة أداء الطالبات المعلمات في توجيه سلوك أطفال المدرسة الابتدائية وحل مشكلاتهم. رسالة دكتوراه. جامعة القاهرة. معهد الدراسات التربوية.
- إيناس سعيد الشتيحي (٢٠١٠): التنمية المهنية لمعلمات رياض الأطفال عبر الانترنت "رؤية مقترحة". الندوة الأولى في تطبيقات تقنية المعلومات والاتصال في التعليم والتدريب. الفترة ٢٧- ٢٩ أبريل. جامعة الملك سعود. كلية التربية.
- بطرس حافظ بطرس (٢٠٠٦). التنبؤ بالنجاح المهني لمعلمات رياض الأطفال في ضوء مكونات الذكاء الوجداني والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. المؤتمر السنوي "التربية الوجدانية للطفل". جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال. ٨ - ٩ أبريل.
- بطرس حافظ بطرس، هانم صلاح توفيلس (٢٠٠١). أثر برنامج إرشادي في تغيير اتجاهات معلمات رياض الأطفال نحو الروضة وطفل ما قبل المدرسة. المؤتمر السنوي الثامن. جامعة عين شمس. مركز الإرشاد النفسي.
- ثناء إبراهيم فرحات (٢٠٠٦). إدارة الوقت. الإسكندرية: دار الثقافة العلمية.
- حافظ فرج أحمد، محمد صبري حافظ (٢٠٠٣). إدارة المؤسسات التربوية. القاهرة: عالم الكتب.
- حسن عبد الفتاح الفنجري (٢٠٠٦). السعادة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية. بنها: مؤسسة الإخلاص للطباعة والنشر.
- حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٧). المقاييس النفسية المقننة. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- خالد طه الأحمد (٢٠٠٥). تكوين المعلمين من الإعداد إلى التدريب. العين: دار الكتاب الجامعي.
- دعاء محمد عبد العال (٢٠٠٩). فعالية برنامج مقترح لتنمية المهارات الفنية اليدوية والابتكار لدى الطالبة المعلمة بكلية التربية باستخدام خامات البيئة. رسالة ماجستير. جامعة القاهرة. معهد الدراسات التربوية.
- رانية صاصيلا (٢٠١٠). تصور مقترح لضمان جودة البيئة التربوية في رياض الأطفال في الجمهورية العربية السورية. مجلة جامعة دمشق. مجلد (٢٦). العدد الثالث. ص ١-٢٥.
- روبين دانز (٢٠٠٦). إدارة القلق. إعداد: قسم الترجمة بدار الفاروق. القاهرة: دار الفاروق للنشر والتوزيع.
- سالي علي حسن (٢٠٠٧). الذكاء الوجداني لمعلمات رياض الأطفال. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

سحر فاروق علام (٢٠٠١). تقييم فاعلية برنامج تدريبي لتنمية الذكاء الوجداني لدى عينة من طالبات الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة عين شمس. كلية البنات.

سلوى مرتضى (٢٠٠٩). الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال في ضوء التحديات المعاصرة. المؤتمر العلمي الثاني " دور المعلم العربي في عصر التدفق المعرفي". جامعة جرش. ٧-٩ ابريل.

سهام إبراهيم (٢٠٠٨). اتجاهات معلمات رياض الأطفال نحو العمل مع الطفل في ضوء بعض المتغيرات النفسية والديموجرافية. رسالة ماجستير. جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال.

سهام عبد الرحمن الصويغ (١٩٩٦). قياس أثر تدريب معلمات رياض الأطفال علي استخدام مهارات التوجيه في تعديل سلوك أطفال الروضة. مجلة رسالة الخليج العربي. الرياض. مكتب التربية العربي لدول الخليج.

سهير محمد سالم (٢٠٠١). السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية "دراسة ارتقائية ارتباطية مقارنة". رسالة ماجستير. جامعة القاهرة. معهد الدراسات التربوية.

سي يوجين والزر (٢٠٠٣). تعلم أن تسترخي. تعريب: جمال الخطيب. ط٢. الرياض: مكتبة العبيكان.

صلاح الدين عراقي محمد، تحية محمد عبد العال (٢٠٠٥). الذكاء الوجداني وعلاقته بالسلوك القيادي للمعلم. المؤتمر السنوي الثاني عشر "الإرشاد النفسي من أجل التنمية في عصر المعلومات". ٢٥-٢٧ ديسمبر. جامعة عين شمس. مركز الإرشاد النفسي.

صلاح الدين محمود (١٩٩٦). الوقت هو الحياة "كيف تدير وقتك"؟. القاهرة: دار التوزيع والنشر الإسلامية.

طارق عبد الرؤوف عامر (٢٠٠٨). معلمة رياض الأطفال. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.

طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين (٢٠٠٦). استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية. الأردن: دار الفكر للنشر والتوزيع.

عاطف عدلي فهمي (٢٠٠١). دراسة تقويمية لأنماط الاتصال غير اللفظي لدى معلمات الروضة. مجلة الطفولة. ع (٤). أبريل. جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال. ص ٩٤-١٢٣.

عبد الحميد سعيد حسن، راشد بن سيف المحرزي، محمود محمد إبراهيم (٢٠٠٦). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات مقوماتها لدى طلبة جامعة

- السلطان قابوس. بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.
- عبد الرحمن عبد البديع عويس (١٩٩٦). العوامل العقلية وغير العقلية المسهمة في النجاح المهني لدى معلمي رياض الأطفال. رسالة دكتوراه. جامعة الزقازيق. فرع بنها. كلية التربية.
- عفاف أحمد عويس (٢٠٠٦). جودة الحياة والذكاء الوجداني لطفل ما قبل المدرسة، بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.
- عفاف صبحي، تغريد عمران، رجاء الشناوي (٢٠٠١). المهارات الحياتية. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- علي راشد (٢٠٠٣). خصائص المعلم العصري وأدواره. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عواطف حسان عبد الحميد (٢٠٠٩)(أ). إنتاج الوسائل التعليمية. كفر الشيخ: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع.
- عواطف حسان عبد الحميد (٢٠٠٩)(ب). تنفيذ برامج رياض الأطفال. كفر الشيخ: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع.
- فاطمة إبراهيم حميدة (١٩٩٨). مداخل واستراتيجيات في إدارة الصف. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- فيرا بيفر (٢٠٠٤). السعادة الداخلية "خطوات إيجابية نحو الإحساس بالسعادة والرضا". ترجمة: مكتبة جرير. الرياض: مكتبة جرير.
- فيرا بيفر (٢٠٠٥). المزيد من التفكير الإيجابي. ترجمة: مكتبة جرير. الرياض: مكتبة جرير.
- مجدي عبد العزيز إبراهيم (٢٠٠٤). استراتيجيات التعليم وأساليب التعلم. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- مجدي عبد الكريم حبيب (٢٠٠٦). فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين. بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.
- محمد الصيرفي (٢٠٠٧). إدارة الوقت. الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية.
- محمد أحمد الكرش (١٩٩٠). بعض الكفايات التعليمية المتطلبية لمعلمات رياض الأطفال. المؤتمر العلمي الثاني "إعداد المعلم التراكمات والتحديات". الإسكندرية. ١٥-١٨ يونيو. مجلة الجمعية المصرية للمناهج وطرق التدريس. مج ٣. ص ١١٢٧-١١٣٦.
- محمد محمود الحيلة (٢٠٠٢). تصميم وإنتاج الوسائل التعليمية. عمان: دار اليسر للنشر.

- محمود عبد الحليم منسي، علي مهدي كاظم (٢٠٠٦). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. *بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة*. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.
- مصطفى حسن عبد الرحمن (٢٠٠٦). *الوسائل التعليمية والتكنولوجية*. القاهرة: دار المعارف.
- مفيد نجيب حواشين، زيدان نجيب حواشين (٢٠٠٢). *إرشاد الطفل وتوجيهه*. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- ممدوح عبد الرحيم الجعفري (٢٠٠٠). دراسة تحليلية للاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال. *مجلة التربية والتعليم*. العدد (٢٠)، السنة الثامنة، جامعة الإمارات.
- منزر عبد الحميد الضامن، عبد الحميد سعيد حسن (٢٠٠٦). قيم العمل ودورها في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، *بحوث ندوة علم النفس وجودة الحياة*. مسقط. جامعة السلطان قابوس. كلية التربية. ١٧ - ١٩ ديسمبر.
- منى محمود عبد اللطيف، نجوى حسن علي (٢٠١٠). معوقات الكفايات المهنية لدى معلمة طفل ما قبل المدرسة في ضوء بعض الاتجاهات العالمية المعاصرة، *المؤتمر العلمي العاشر "البحث التربوي في الوطن العربي"*. جامعة الفيوم. كلية التربية. في الفترة من ٢٠-٢١ أبريل.
- مها إبراهيم بسيوني (٢٠٠٨). *كيف تكونين معلمة متميزة*. القاهرة: عالم الكتب.
- نبيل السيد حسن (٢٠٠١). الأداء الوظيفي لدى معلمي رياض الأطفال والتربية الخاصة وعلاقته بمتغيرات العملية التعليمية. *مجلة الإرشاد النفسي*. ع (١٣). جامعة عين شمس. ص ١٨١-٢٢٦.
- نوال حامد ياسين (٢٠٠٣). *تقويم مهارات معلمات رياض الأطفال بالعاصمة المقدسة*. *مجلة العلوم التربوية والإنسانية*. مج (١٥). العدد الأول. جامعة أم القرى. ص ١١٦-١٤٩.
- هناء عبد الرحيم (٢٠٠٦). *دمج التكنولوجيا في رياض الأطفال*. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- ولاء حنفي محمد (٢٠٠٦). *دراسة تقويمية لبرامج التدريب أثناء الخدمة في ضوء الاحتياجات التدريبية لمعلمات رياض الأطفال*. رسالة ماجستير. جامعة القاهرة. معهد الدراسات التربوية.
- يوسف عبد المعطي مصطفى (٢٠٠٥). *الإدارة التربوية مداخل جديدة*. ٠٠ لعالم جديد. القاهرة: دار الفكر العربي.

## المراجع الإنجليزية:

- Ahn, H. (2005). Child Care Teacher Beliefs and practices regarding socialization of emotion young children. **Journal of Early Childhood Teacher Education**. V(26). N(3). P(283-295). Jul .
- Bellm. D & Whitebook. M (2005). **Compensation and Comparable Worth: What Lies Ahead for California's Preschool Teachers? Building California's Preschool for All Workforce**. California: Center for the Study of Child Care Employment.
- Carter, C. ; Bishop, J. ; Kravits, S. & Maurin, P. (2004). **Keys to Success. How to achieve Your goals**. Toronto: Pearson prentice Hall.
- Cemaloglu, N. & Filiz, S. (2010). The Relation Between Time Management Skills and Academic Achievement of Potential Teachers. **Educational Research Quarterly**, V( 33). Issue (4). Jun. P(3-23). 21p.
- Chao, p. & Wang, H. (2009). Relationship between time management and job burnout of teachers. **Chinese Journal of Clinical Psychology**, V(17). N(1). Feb. p(107-109).
- Cisneros, C. ; Edith, J. ; Moreno, R. & Cisneros, A. (2000). **Curriculum Reform in Mexico: Kindergarten Teachers "Challenges and Dilemmas"**. Mexico.
- Duffy, K. & Atwater, E. (2004). **Psychology for Living**. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Erden, F. & Wolfgangb, C. (2004). An exploration of the differences in pre kindergarten, kindergarten and first grade teachers' beliefs related to discipline when dealing with male and female students. **Early Child Development and Care**. Jan, V(174). N(1). p(3-11).

- Fernandez, M & Rocha, V (2009). Impact of the psychosocial aspects of work on the quality of life of teacher. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. Mar, V( 31). Issue ( 1). P(15-20) .
- Foley, P. ; Roche, J. & Tucker, S. (2001). **Children in Society**. New York: The Open University.
- Grover, K. & Atwater, E. (2004). Kindergarten Teachers' Perceptions of Intervention Strategies for Young Children with Mild Learning and Behavior . **International Journal of Early Childhood** , V(32). N(2). P(45-58).
- Hernando, V. (1995). Design Development and Implementation of an Instructional Program for Kindergarten Teachers To Increase Their Basic Computer Skills through Word Processing Training. **Practicum Report**. Nova Southeastern University.
- Hilton, J. (2006). **Stress Relief**. China: Gaia Book.
- Judje, T. & Watanabe, S. (1994). Individual Differences in the nature of the Relationship between Job and Life Satisfaction. **Journal of Occupational and Organizational Psychology**. V(67). N(2). P(101-107) .
- Kuo, C. (2010). Early Childhood Teachers' Behavior Intention to Apply Teaching Aids. **Journal of Instructional Psychology**, Jun. V(37). Issue (2). P(170-183). 14p.
- Law, S. & Glover, D. (2000). **Educational Leadership and Learning**. Buckingham: Open University Press.
- Lim, C. & Able–Boone, H. (2005). Diversity Competencies within Early childhood teacher preparation: innovative practices and future Directions. **Journal of Early childhood teacher Education**. V(26). N(3). p(225 – 238). Jul.
- Linden, C. (2003). **What is Stress and What is Its connection to Anxiety ?** New York : Life Wise Publishing ltd.
- Morrison, V. & Bennett, P. (2006). **An Introduction to Health Psychology**. London: Pearson Prentice Hall.
- O'Hara, M. (2000). **Teaching 3-8**. London: Continuum.



- Özkılıç, R. (2007). "Behaviors of Primary School Teachers Related to Time Management at Classroom". **Journal of New World Sciences Academy**, V(2). N(3)..
- Philip, G. (1992). **Psychology and life**. New York: Harper Collins.
- Pierro, A. ; Presaghi, F. ; Higgins, T. & Kruglanski, A.(2009). Regulatory mode preferences for autonomy supporting versus controlling instructional styles. **British Journal of Educational Psychology**, V(79). P(599- 615).
- Reeve, J. (2005). **Understanding Motivation and Emotion**. United States: Wiley.
- Robert, F. (2002). **Human Motivation**. United States: wadsworth.
- Schonewille, B. & van der Leij, A. (1993). Ethnic background. classroom instruction and child behavior in kindergarten: the role of the teacher to stimulate children in the classroom by giving individual attention. **European Early Childhood Education Research Journal**, Jan. V(1). N(2). p(11-25). 15p
- Taylor, B. (1997). **Early Childhood Programmer Management – People and Procedures**. Columbus: Merrill pub.
- Thomas, M. (2003). **Organizational Behavior Concepts. Theory and practice**. New Delhi: Deep & Deep publication.
- Thompson, N. (2002). **People Skills**. New York: palgrave Macmillan.
- Wade, C. & Tavis, C. (1999). **Invitation to Psychology**. New York: Longman.
- Walter, P. & Flore, J. (2000). **Succeed in College**. New York: Houghton Mifflin Company.
- Wilkinson, C. (2001). **Fundamentals of Health at Work: the Social Dimensions**. London: Taylor & Francis.