

اثر أسلوب الوعي (هنا ولان) في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الدكتور محمود شاكر الرزاق

جامعة المستنصرية - كلية التربية

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

مستخلص البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على

أولاً: طبيعة احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

ثانياً: اثر اسلوب الوعي (هنا ولان) في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال اختبار الفرضي المفترض الآتي:

١. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(٠٠٥) بين درجات افراد المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس احترام الوقت.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(٠٠٥) بين درجات افراد المجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس احترام الوقت.

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة(٠٠٥) بين درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار القبلي والبعدي على مقياس احترام الوقت بعد تطبيق اسلوب الوعي على المجموعة التجريبية تحدد البحث الحالي في استخدام اسلوب الوعي في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الصف الخامس الابتدائي في للمدارس النهارية التابعة الى المديرية العامة ل التربية ببغداد الرصافة الثالثة للعام الدراسي ٢٠١٢/٢٠١١ تطرق الباحث الى نظريات عديدة التي فسرت الوقت ومن هذه النظريات نظرية التحليل النفسي والسلوكية ونظرية السمات والعوائل ونظرية الذات والنظرية الوجودية والنظرية البيولوجية اما المتغير الثاني اسلوب الوعي(هنا ولان) قد تم تفسيره عن طريق نظرية الجشالت جوزيف بيرلز.

تألف مجتمع البحث من تالف مجتمع البحث من(١٣٦٤٢) تلميذا من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي وتألفت عينة البحث من(١٠٠) تلميذ من تلاميذ الصف الخامس الابتدائية التابعة لمديرية تربية بغداد الرصافة الثالثة في مدرسة الكوفة الابتدائية وتألفت عينة التجربة من ٢٠ تلميذ ثم تقسيمها عشوائيا الى مجموعتين متساوية في العدد حيث كانت المجموعة التجريبية بواقع(١٠) تلميذ وكانت المجموعة الضابطة بواقع(١٠) تلميذ أيضا.

تبني الباحث مقياس احترام الوقت (هديل خالد محمود النعيمي ٢٠١٠) الذي يتكون من(٣٣) فقرة ذات ثلاث بدائل استخرج الباحث صدق المقياس والثباته بطريقة اعادة الاختبار واستخراج ارتباط بيرسون البالغ(٠٠٧٨). استخدم الباحث النسبة المئوية ومعامل ارتباط بيرسون لثبات والاختبار الثاني لعينة واحدة. بني الباحث البرنامج الإرشادي باسلوب الوعي(هنا ولان) وفق نظام التخطيط والبرمجة والميزانية حيث بلغ عدد الجلسات(١٠) جلسات ترتيب حسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للفقرة. وتحديد

موضوع لكل جلسة وال حاجات المرتبطة به والأهداف السلوكية والنشاطات المقدمة في الجلسة وتقويم الجلسة والتدريب البيئي.

توصلت نتائج البحث الى ان التلاميذ لديهم احترام لوقت متدنى اما الهدف الثاني فعندما ظهرت النتائج البحث توجد فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية وهذا يدل على فعالية اسلوب الوعي(هنا والآن) والأنشطة المستخدمة وأنشاء التدريب مع أفراد المجموعة التجريبية وتنظر اهمية استخدام الاساليب والتقييات الإرشادية في معالجة وتحفيظ من المشكلات التلاميذ النفسية والاجتماعية والتربوية ولاسيما احترام الوقت.

وقدم الباحث بعض التوصيات والمقررات:

وقد استنتج الباحث عدة استنتاجات منها فاعلية اسلوب الوعي(هنا والآن) في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية واهمية تشجيع ودعم التلاميذ نحو احترام وإدارة وتنظيم وقتهم ليتسنى له الاستفادة فيه.اما التوصيات فقد جاءت ما توصل اليه البحث الحالى مثل ضرورة اهتمام ادارات المدارس والمرشدين الصفوف والمرشدين التربويين بالمشكلات التي تواجه التلاميذ بشكل جاء ومساعدتهم بتقديم الحلول المناسبة التي تسهم في تحقيق أهدافهم وتشجيع حاجاتهم وتنمي قدراتهم وإمكانياته اما المقررات فقد احترم الباحث بعض المقررات.

مشكلة البحث

يمثل الوقت احد المؤشرات الأساسية التي تعكس المفاهيم الحضارية لا ي مجتمع، يعد استثمار الوقت بشكل فاعل احد المعايير الرئيسية التي تؤخذ بالحسبان لنجاح أي عمل او أن سوء استثمار الوقت وعدم احترامه سيؤدي سلباً من أعمالنا(الكيلاني، ١٩٩٥، ص ٤٧). وقد أصبحت الحاجة الى تنظيم الوقت وحسن استثمار اليوم اكثر الحانا نتيجة للتطور العلمي والتكنولوجي الهائل وما يتبعه من تطورات اجتماعية واقتصادية، على الرغم من ذلك فاتنا نرى الكثير من المظاهر السلوكية التي تدل على عدم احترام الوقت او ادراك قيمة واهمية في الحياة، و تستدل على ذلك من خلال الكثير من السلوكيات التي تقوم بها والتي تؤدي الى هدر الوقت او عدم استثماره بالشكل الافضل الذي يجعلنا توم بممارسة حياتنا بشكل سليم، ونحن من أدائنا وانجازاتنا ومن هذه الممارسات الخاطئة التي تدل على عدم احترامنا لوقت، عدم الالتزام بمواعيد، او الجلوس لساعات عده دون القيام لعمل مثير لاشك فيه ان هذه السلوكيات والممارسات لاتساعدنا على التقدم، بل على العكس تؤدي الى التخلف، يعني الكثير من الافراد من مشكلة عدم توافر الوقت لديهم ولكن تكمن المشكلة بعدم احترامنا واستثمارنا له بشكل جيد ويرجع التعود على هدر الوقت في جذوره الى مراحل الحياة الاولى اي الى الطفولة

التي تمتد الى مراحل الحياة المتقدمة، ثم تصبح عادة لدينا وتحدد مشكلة البحث الحالي في الاجابة عن التساؤلات حول

- هل لأسلوب الوعي(هنا والان) دور في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية أي ان احترام الوقت عملية مكتسبة يكتسبها الاطفال من البيئة التي يعيش فيها الفرد

أهمية المشكلة:

يعد الوقت مصدراً مهماً من مصادر الحياة ان لم يكن اهمها، فالحكم على انجازات الامم والدول والمؤسسات والافراد مرتبطة بالاطار الزمني، لذلك نجد ان هناك علاقة بين احترام الوقت ودرجة تقدم الشعوب والمجتمعات وعلى الرغم من ذلك لا يحظى الوقت ولاسيما في مجتمعنا بالقدر الذي يستحق من الاهتمام لدى الكثير من الناس، ويشير الفراضاوي (١٩٨٤) الى ان الوقت اثمن ما يملكه الانسان، وهو راسمال حقيقي للفرد والمجتمع(الفراضاوي، ١٩٨٤، ص ٨٠). ويرى بردايق(١٩٦٨) ان الوعي بالوقت يناسب الى المستوى الداخلي للوجود وفي الحياة بصورة عامة يحتاج الى تنظيم دقيق للوقت، ومن اجل ذلك نجد في المجال التربوي(المدرسي) على سبيل المثال لها توقيت محدد لكل درس ولكل استراحة ولكل نشاط تربوي ترفيهي(بردايق، ١٩٦٨، ص ١٠١) ولاهمية الوقت في حياة الانسان واهتمام العلماء بعلم النفس الزمني الذي يعني بدراسة وعي الانسان بالزمن يوصف عامل التغير الذي يحتم على الفرد اذ يعني الزمن او الوقت من خلال علاقته بالاحداث المتحركة ويرى الباحث ان احترام الوقت وأدراك قيمة ومعنا، في الحياة أمراً في غاية الأهمية ومن هنا يأتي دور الوالدين في تنشئة أبنائهم على احترام الوقت لكون من المظاهر الحضارية للمجتمع. ويرى كذلك ان التلميذ الذي ينتظم وقته لابد ان يعود عليه بالمنفعة ويستطيع اداء واجباته في مواعيدها المحددة او وبالتالي يحقق النجاح في حياته المدرسية فضلاً عن كونه سيد وقتاً من خلال هذا التنظيم لاداء هو اياته المحببة المفضلة، وقد أثبتت دراستا سالم(١٩٩١) والخطيب(١٩٩٢) اهمية الوقت بوصفه مورداً ثميناً وعنصراً أساساً لجعل ظروف العمل او الدراسة مناسبة ومشجعة على الانجاز او ان احترام الوقت وحسن تنظيمه وتنظيمه له ينبغي ان يكون اول المبادئ التي يقوم عليها النجاح في الحياة. وتوصلت دراسة(النعاشر، ٢٠٠٣) الى ان احترام الوقت وتنظيمه يؤدي الى استثمار الامكانيات والموهاب والقدرات الشخصية المتاحة للوصول الى اهداف الشخصية والمهنية(النعاشر، ٢٠٠٣، ص ٨٠)، أي ان احترام الوقت

عملية مكتسبة يكتسبها الأطفال من البيئة التي يعيش فيها الفرد ومن جماعة الاصدقاء ومن التنشئة الاجتماعية والطبع الاسري و يمكن تسميتها او التفكير فيها حيث ان دراسة (النعميمي، ٢٠١٠) توصلت الى ان احترام الوقت متواجد في مرحلة المراهقة وعليه فان التداخل الارشادي ي مركز على مساعدة المسترشد على فهم وتحليل قدراته وامكانياته في حل المشكلات التي يصادفها ومنها العيش المسترشد متوافق من النواحي الشخصية والاجتماعية والنفسية (الداهري، ١٩٩٨، ص ١١٥). لذلك فإنه العملية الارشادية وبما فيها من اساليب ارشادية في تنمية احترام الوقت ومن هذه الأساليب أسلوب الوعي(هنا و الان).

اهداف البحث

يسهدف البحث الحالي التعرف على او لاً: احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
ثانياً: اثر اسلوب الوعي(هنا و الان) في تنمية احترام الوقت لدة تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال اختيار الفرضيات الصفرية الآتية

— لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٥٠٠٠٥) بين درجات افراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس احترام الوقت بعد تطبيق اسلوب الوعي(هنا و الان) على المجموعة التجريبية.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي في استخدام اسلوب الوعي (هنا و الان) في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الخامس الابتدائي للمدارس النهارية التابعة الى المديرية العامة للتربية ببغداد الرصافة الثالثة-لعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢.

تحديد المصطلحات:

او لاً:احترام الوقت عرفه كلا من

- بون (Boon, ١٩٩٢)

عملية توزيع الوقت بفاعلية بين المهام المختلفة بهدف انجازها في الوقت الملازم او المحدد (Boon, ٢١، ١٩٩٢).

- العقيد (٢٠٠١)

عملية الاستفادة من الوقت لتحقيق المهام التي نسعى لتحقيقها في حياتنا. (العقيد، ٢٠٠١، ص ٢٩٢).

- عبدالله (٢٠٠٦)

إنجاز أكبر قدر ممكن من المهام المخطط لها في الزمن المقرر لها بالطريقة المخططة لها قبل بداية التنفيذ (عبد الله، ٢٠٠٦، ص ٣٨).

- عليان (٢٠٠٧)

قدرة الفرد على التحكم في توزيع وقت العمل على المهام التي يمارسها على دفق أهميتها. (عليان، ٢٠٠٧، ص ٣٠٤).

- النعيمي (٢٠١٠)

تقدير قيمة الوقت وأهمية من خلال التخطيط ووضع الأهداف والتنظيم والاستثمار الأمثل له، وتقدير قيمة وقت الفراغ والحرص على الالتزام مع الآخرين (النعيمي، ٢٠١٠، ص ١٥).

التعريف النظري: تبني الباحث تعريف النعيمي (٢٠١٠) كتعريف نظري للبحث.

التعريف الإجرائي: فهو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب (التلميذ) من خلال أجابتة عن مقياس احترام الوقت.

ثانياً :- الوعي (هنا والآن) عرف كلا من

بيرلز (١٩٧٠)

: هو قدرة الفرد على أن يخبر نفسه في الوقت الحاضر، ويعيش لحظة الحالية (العزة وعبد الهدى، ١٩٩٩، ص ١١٩).

ويكلاند وآخرون ١٩٧٢

(حالة بناء وتوجيه للسلوك بحيث يعمل عندما يكون انتباه الفرد مؤجز باتجاه البيئة أو نحو ذاته) ((Wegner, ١٩٧٩, P.P. ١١٦٠-١١٧١)).

Daniell (Diener, ١٩٧٩).

(حالة يكون فيها الفرد أكثر ميلاً وضبطاً للتحكم سلوكياته عن غيره في العلاقات الاجتماعية أو في المواقف المختلفة أو قد بتحسين لدية مما يجعله يفقد جانبًا من قدرته التوجيه الذاتي) (Diener, ١٩٧٩).

باس (Buss, ١٩٨٠)

(قدرة الفرد على توجيه الانتباه إما نحو ذاته أو خارجها تجاه البيئة وإن هذا التوجه الانتباه يسبب حالة من التقويم الآتي) (Buss, ١٩٨٠, P.٥٤).

سالوفي: وآخرون، ١٩٩٥

:((القدرة على مرادفية المشاعر والاتفعالات الذاتية ووعي الشخصي المشاعر وحسن ادارتها)) (Goleman, ١٩٩٥, P.٤٣).

Rubino: ١٩٩٧

(حالة يدرك فيها الفروق انه وبئته المحيطة) (Rubino, ١٩٩٧, P, ٤٥ الشمري (٢٠٠٠)

(حالة من حالات الوعي التي يركز فيها الفرد انتاجه اما نحو ذاته مسببا تقويمها تتجه المتغيرات البيئية او نحو البيئة الخارجية من خلال شعوره وخبراته وتفرد لتحقيق الانسجام لذاته)(الشمري ،٢٠٠٠، ص ١٩).

الدرديد (٢٠٠٢)

(الوعي بمشاعرنا وانفعالاتنا او عواطفنا وكذلك الوعي بافكارنا المرتبطة بهذه العواطف) ((الدرديد، ٢٠٠٢، ٢٤).

تعريف الباحث : (شعور الفرد بما في نفسه وما يحيط به واستبصاره وسلوكه وواقعه).
تعريف بيرلز النظري : هو قدرة الفرد على أن يخبر نفسه في الوقت الحاضر، ويعيش لحظة الحالية (العزة وعبد الهادي، ١٩٩٩، ص ١١٩).

تعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجب على الاداة المستخدمة من تلاميذ المرحلة الابتدائية عن استجابته.

الإطار النظري

النظريات التي فسرت تأثير الوقت على الفرد
هناك الكثير من النظريات التي فسرت الوقت منها من اهتم بالوقت إذ أن دراسة الوقت الشخصي يعد عاملا مهما في تطوير الاطر الإدراكيّة لفهم الشخصية(الفتلاوي، ٢٠٠٨، ص ٩١).

-نظريّة التحليل النفسي

أعطت نظرية التحليل النفسي قيمة للماضي، إذ أن فرويد يؤكّد في نظريته على الدور الحاسم السنوات الطفولة المبكرة والمتاخرة في أرشاد الخصائص الأساسية الشخصية. وهذا يدل على ان لهذه النظرية تقييم الأثر الماضي في سلوك الإنسان(شلتر، ١٩٨٣، ص ٦٠).

-نظريّة السلوكيّة:

معظم اصحاب النظريّة السلوكيّة يميلون الى تاكيد الحاضر أكثر من المستقبل ويشير سكرن ان ما يحتم السلوك هو متغير البيئة في اللحظة الحاضرة، بمعنى ان سلوك الافراد يشكل بفضل طبيعة البيئة التي يعيشون فيها في اللحظة الحاضرة (الفتلاوي، ٢٠٠٨، ص ٩٤).

- يرى البورت: ان الحاضر هو الاهم بالنسبة للافراد فالحاضر الذي يوجه اكثر من الماضي بمعنى ان الدوافع تعمل (هنا والآن) وليس هناك دافعية نبعه من الماضي. ويعتقد البورت ان الخصائص التاريخية عن ماضي الشخص وان كانت تساعدها في الكشف عن النسق الكلي لحياة الشخص الا انها لا تفسر بطريقة ملائمة سلوك هذا الشخص في الوقت الحاضر أي ان الدوافع السابقة لا تفسر شيئا الا اذا كانت دوافع حاضر (بشاير، ١٩٨٣، ص ٤٢١).

-نظريّة الذات:

يرفض روجرز الفكرة القائلة ان الاحاديث الماضية تؤثر تأثيرا تحكميا في السلوك الحاضر مع انه يعترف بان التجارب الماضية ولا سيما تجارب الطفولة يمكن ان يؤثر في الطريقة التي يدرك فيها الناس انفسهم وعالمهم الا انه يؤكد ان مشاعر الفرد وانفعالاته الحاضرة ذات اهمية كبيرة في ديناميات الشخصية ويمكن اهتمام روجرز في التغيير والنمو في الشخصية الحاضر، وليس في تجارب الماضي (الفتلاوي، ٢٠٠٨، ص ٩٧).

-النظريّة الانسانيّة:

بيرلز ركز ضرورة ان يعيش الانسان في الحاضر والا يستنزف نفسه على هيته حسرات على ما فات ولا يشغل نفسه بالتفكير في المستقبل، مع ان عليه ان يخطط للمستقبل لكنه لا يبغي ان يستخدم هذا التخطيط بدليلا عن المستقبل ويرى بيرلز ان الشخص وحده المسؤول عن حياته وينبغي عليه ان يغمر نفسه بشكل كامل في لحظات الحاضرة ويستفيد من خبرات اللحظات (جبر، ١٩٨٨، ص ١١٢).

-النظريّة الوجودانيّة:

يرى فرانكل ان توجه الانسان الى المعنى والى الاهداف مستقبلية تعمل على تحقيقها و يجعله يتحمل اشد الخبرات واصعب انواع المعاناة وال فكرة الاساسية للنظريّة الوجوديّة ان الشخص الاصيل هو الذي يتقبل الحاضرة وما فيه ويكون توجيهه الاساسي باتجاه المستقبل لكل ما يرتبط به من مجهول او عدم تيقن (الفتلاوي، ٢٠٠٨، ص ١٠٠).

النظريّة البيولوجيّة والفلجيّة:

اكد علماء الحياة ان الوقت الفسيولوجي هو ذلك الوقت الذي يمكن عده بعده ثانيا يتكون من مجموعة من التغيرات العضوية التي تحدث في جسم الانسان منذ الولادة. اذ يتحول من غير شعور بشكل تدريجي محسوس من الطفولة الى الشيوخة(حرب، ١٩٧٠، ص ١٧٤) وقد اثبتت الدراسات العلمية وجود ما يعرف بالـ(الساعة البيولوجية لدى الانسان) اذ انها تستطيع تنظيم سلوكه ووظائف الانسان اظهرت نمطا يومياً اذ تتوافق مع درجة حرارة الجو القصوى. فضلا عن توافقها مع درجة حرارة الجو المنخفضة في الفجر، وهنا ما يعرف بدوره استيقاظ وقوع مميز بمعدل(٨) ساعات نوم يوميا و ٦ ساعة يقظة وان توجه الفرد نحو السرعة والدقة في انجاز مهماته تكون افضل في الصباح منها في المساء(المشاولة، ١٩٩٥، ص ٥٢).

نظريّة بياجية:

على وفق نظرية بياجية فان مفهوم الوقت تكون افتراضي ويشير غريم(١٩٧٧) الى ان بياجية قد اشار الى نماذج مفهوم الوقت مع الادراك العقلي والمناخ النفسي للطفل وفي ذلك يقول ان الطفل يقيم الوقت في ضوء النشاط الذي يقوم به والجهد الذي يبذله فعندما يكون هناك نشاط اكثر فلا بد من نظر الطفل ان يقابلها وقت اكثر ومثال على ذلك اذا طلبنا من الطفل ان يحمل خلال مدة مساوية من الوقت صفائح صغيرة من الخشب يتقبلها من مكان الى اخر، ثم يحمل خلال مدة مساوية من الوقت صفائح صغيرة من الحديد، ثم سالنا عن أي المرتين اطول فانه يجب بان مدة صفائح الحديد هي الاطول(غريم، ١٩٧٧، ص ٧٧)

النظريّات التي فسرت الوعي(الجشتال)

نظريّة جوزيف بيرلز

قدم مفاهيم نظرية التي اكد عليها(مفهوم التنظيم الادراكي ومفهوم الوعي(هنا والآن) ومفهوم الاستبصار الذي يعني اعادة خبرات الفرد السابقة لتأخذ معنى جديداً، وكلما كان الادراك الفرد واضحاً كان الاستبصار للموقف فعالاً ويمكن الفرد من حل مشكلاته وان سيكولوجية الجشتال توضح كيف يمكن للادراك الوعي ان يزود الفرد بمعلومات سيكولوجية مهمة اهتمت نظرية الجشتال في بدايتها بالادراك، ويعد الادراك الخطوة التي تتي الاحساس والانتباه، وان الانتباه يرتاد ويتحسس، بينما الادراك يكتشف ويعرف، وان الادراك يتضمن شيئاً من الوعي والتميز الذي لا يمكن ان يتم من دون الاحساس وان

الادراك يتبع الاحساس في جميع الاحسasات ولكن ليس بالضرورة ان كل احساس او انتباه قد يعقبه الادراك وبحسب بيرلز تلث مناطق رئيسية من الوعي لدى الفرد هي

١. الوعي بالذات
٢. الوعي بالعالم
٣. الوعي فيما بين الذات والعالم.

ان الفرد يتصرف بناء واع قادر على وعية واحسيسه وعواطفه ومدركته وكذلك هو قادر على الاختبار من خلال وعية ذاته وهو المسؤول عن سلوكه الخفي والظاهر.

ويجد بيرلز ان الانسان (ابن لخطه) يعيش الفرد لحظة الحالية (هنا والآن) وهو يخبر نفسه في الوقت الحاضر، وله القدرة على ان يخبر الماضي والمستقبل (الغزة وعبد الهادي، ١٩٩٩، ص ١١٩). تهدف نظرية بيرلز الى الحصول على الوعي اذ بالوعي نفسه يمكن للفرد ان يرى ذاته وايجاد حل لمشكلاته لأن من غير وعي الفرد ذاته ومشكلاته فان لايمكنه ان يحصل على الوسائل التي بوساطتها يحدث التغير الشخصي ومن خلال الوعي يمكن ان توفر القابلية لمواجهة وقبول الجزء المرفوض في كيان الفرد، ويكن على صلة بالخبرات الغير موضوعية مع الواقع، ويرى الباحث اسلوب الوعي (هنا والآن) من فنيات وأساليب النظرية، اذ من خلاله يستطيع القائم بالارشاد الى رفع حالة الوعي الذاتي عند الفرد والعمل على زيادة وعيه ذاته ومساعدة ويشعر بالاهتمام الاخرين به ويشعر باهتمام بالنفسه وفي ادارة ذاته من خلال المواجهة مع المشاعر الحقيقة ان نظرية الجشطالت اهتمت بحاضر الفرد وان ما يصدر عنه من سلوكيات وتصرفات، انما هي تمثل لحظة الفرد الان.

اجراءات البحث

اولاً: مجتمع البحث

شمل مجتمع البحث (١٣٦٤٢)* تلميذا من تلاميذ الصف الخامس في المدارس الابتدائية للبنين والبالغ عددها (١١٩) مدرسة في مدينة بغداد/الرصافة الثالثة للعام الدراسي (٢٠١٢/٢٠١١).

ثانياً: عينة البحث

بلغت عينة البحث (١٠٠) تلميذ من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي التابعة لمديرية تربية بغداد/الرصافة الثالثة في مدرسة الكوفة الابتدائية للبنين في الحبيبة. فقد تم اختيار (٢٠)

* حسب احصائية وزارة التربية للعام ٢٠١٢-٢٠١١.

تلميذا بطريقة عشوائية من الذين حصلوا على (٣٣) او اقل على مقاييس احترام الوقت فتسمى عينة البحث والبالغ عددها (٢٠) تلميذ تقسيما عشوائيا الى مجموعتين متساوية في العدد حيث كانت المجموعة التجريبية بواقع (١٠) تلميذ وكانت المجموعة الضابطة بواقع (١٠) تلميذ ايضا.

اداة البحث:

بما ان اهداف البحث هو التعرف على طبيعة احترام الوقت لدى تلميذ المرحلة الابتدائية وبناء برنامج ارشادي بأسلوب الوعي لذا يتطلب احتياط اداة مناسبة لقياس احترام الوقت وبعد اطلاع الباحث على المقاييس المناسبة للبيئة العراقية اختار الباحث مقاييس (النعميمي، ٢٠١٠)، لانه يعد من المقاييس الحديثة وانه مناسب لتلميذ المرحلة الابتدائية وبذلك يكون وصف المقاييس مناسب للدراسة الحالية.

وصف المقاييس: يتكون مقاييس (النعميمي، ٢٠١٠) الذي يقيس احترام الوقت لدى تلميذ المرحلة الابتدائية من (٣٣) فقرة. ويكون المقاييس من ثلاثة بدائل هي (دائماً، وأحياناً، وأبداً) وبلغت الدرجة العليا للمقاييس (٦٦) درجة والدرجة الدنيا (صفر) ودرجة المتوسط الفرضي للمقاييس بلغ (٣٣) درجة وقد استعرضت الباحثة (النعميمي، ٢٠١٠) الثبات بطريقة اعادة الاختبار حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٧).

الصدق:

ويقصد بالصدق ان يكون الاختبار قادرا على قياس ما صمم لاجل قياسه فعلاً (الامام واخرون، ١٩٩٧، ص ٥)، هناك انواع متعددة لحساب الصدق منها الصدق الظاهري اذ يعتمد هذا النوع من الصدق على التأكيد من المظاهر العام للاختبار من حيث وضوح الفقرات وموضوعيتها ويتوصل اليه من خلال عرض فقرات الاختبار على مجموعة من الخبراء* ويتم تقويم درجة الصدق الظاهري للاختبار من خلال التوافق بين تقديرات المحكمين لذا عرض الباحث فقرات المقاييس على مجموعة من الخبراء متخصصين في العلوم التربوية والنفسية مع تعريف السمة المراد قياسها للمقاييس لتقدير فيما اذا كانت الفقرات ممثلة للسمة المراد قياسها او تعديل او حذف الفقرات التي تتطلب ذلك في ذوء

مكان العمل
كلية التربية الجامعة المستنصرية
كلية التربية الجامعة المستنصرية
كلية التربية الجامعة المستنصرية
كلية التربية الجامعة المستنصرية
كلية التربية الجامعة المستنصرية

التخصص
ارشاد نفسي
صحة نفسية
تنمية خاصة
ارشاد نفسي
ارشاد نفسي

اللقب
أ.د
أ.د
أ.د
أ.م.د
أ.م.د

* الخبراء
١. صالح مهدي صالح
٢. محمود كاظم محمود
٣. بنادية شعبان مصطفى
٤. عبد العباس مجید تايه
٥. كاظم على هادي

اراء المحكمين ومن خلال استخراج قيمة النسبة المحورية لم يستبعدوا الخبراء أي فقرة او تعديل او حذف وعليه كانت النسبة المئوية ١٠٠% الموافقون على الفقرات المقاييس.

الثبات:

يعد مفهوم الثبات من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسي ويمثل مع مفهوم الصدق اهم الأساس والمبادئ في القياس النفسي وينبغي توافرها في القياس لكون صالحًا للاستخدام (فرج، ١٩٨٠، ص ٣٣٧) لذلك استعمل الباحث طريقة إعادة تطبيق الاختبار للحصول على الثبات، يكون فيها إعادة تطبيق الاختبار على عينة الثبات نفسها بعد مرور مدة زمنية وحساب معامل الارتباط بينى درجات التطبيق.

طبق الباحثان المقياس مرة ثانية على عب الثبات المكونة من (٢٥) تلميذا بعد مرور فترة (١٥) يوم على التطبيق الاول واستخدام معامل ارتباط بيرسون بين مجموعتين درجات التطبيق لمقياس وقد بلغ معامل الارتباط والمقياس احترام الوقت (٠٠.٧٨).

ثانياً: البرنامج الارشادي المبني على اسلوب الوعي(هنا - الان)

البرنامج الارشادي :

اسلوب الوعي(هنا والان): البرنامج الارشادي على اساس اسلوب الوعي(هنا والان) وفق نظام التخطيط، البرمجة، الميزانية، يعد هذا النظام احد الاساليب الادارية الفعالة في التخطيط، حيث يسعى للوصول الى اقصى حد من الفعالية والفائدة باقل التكاليف وخطوات التخطيط لبرنامج التوجيه الارشادي وفقا على هذا النظام والشكل (١) يوضح ذلك.



تقويم البرنامج

يوضح التخطيط البرنامج التوجيه والارشاد حسب نظام (التخطيط، البرمجة، الميزانية) (الدوسي، ١٩٨٥، ص ٢٤٢)، خطوات البرنامج الارشادي: لتحديد حاجات التلاميذ في احترام الوقت، قام الباحث بما ياتي. اعداد جدول بالمشكلات من خلال تحليل فقرات مقاييس احترام الوقت واستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة التطبيق البالغ عددهم (٢٠) تلميذ والتي تترواح درجاتهم بين (٦٠) الدرجة العليا و(٥) درجة دنيا على المقاييس احترام الوقت وجاءت مرتبة بترتيب التصاعدي وذلك لتحديد ما يقابلها من موضوعات للجلسات الارشادية الان فهم حاجات المسترشدين يساعد الباحث على استغلالها في تصميم البرنامج لذلك احتسبت الدرجات التي تقع اقل من درجة القطع وباللغ (١٠١٠) مشكلة يصاغ حولها موضوع يمكن ترجمة اهداف سلوكية قابلة للتطبيق، وفي ضوء ذلك تم تحديد المشكلات الآتية: والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول رقم (١)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات مقاييس احترام الوقت

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الفقرات	رتب الفقرات	الفقرة في المقاييس
١.١٢١	٠.٨٠	احاول ان اجد طرق جديدة لاستثمار وقتى	١	١٨
١.١٢٥	٠.٨٣	لا اضيع وقتى بنشاطات غير مفيدة	٢	١٩
١.١٢٦	٠.٨٥	امارس بعض الالعاب الرياضية في وقت فراغي	٣	٢٢
١.١٢٨	٠.٨٦	لا اسمح للاخرين بمقاطعتي والهائى اثناء القيام بواجبي	٤	١٦
١.١٣٠	٠.٨٦	اخطط لاي نشاط او عمل اريد القيام به في الصباح	٥	٦
١.١٣٢	٠.٨٧	اضع خططي ضمن يومي او اسبوعي او شهري	٦	٧

١.١٣٥	٠.٨٨	استثمر وقت فراغي بنشاطات انتاجية او ترفيهية	٧	٢٥
١.١٣٨	٠.٩٠	استثمر وقت فراغي بمراجعة المواد الدراسية الضعيف فيها	٨	٢١
١.١٣٩	٠.٩١	التزم بتنفيذ النشاطات والواجبات المجدولة وفقها المحدد	٩	١٥١
١.١٤٣	٠.٩٣	احرص على انجاز المهمة التي يكلفني بها اهلي مباشر دون تاجيل	١٠	١٧
١.١٤٣	٠.٩٥	اخطط لكل نشاط بحسب تقديرى للوقت الذى يحتاجه	١١	٩
١.١٤٥	٠.٩٦	اخطط للاهداف بحسب اهميتها	١٢	٨
١٤٧	٠.٩٦	اخص فى جدولى وقتا للراحة	١٣	١٤
١.١٤٨	٠.٩٦	اقضى بعض الوقت مع اصدقائي عندما يكون لدى وقت فراغ	١٤	٢٤
١.١٥٠	٠.٩٨	ارتب حاجياتي وملابسى لئلا يضيع الوقت فى البحث عنها	١٥	١٣
١.١٥٢	٠.٩٩	اخطط لوقتي بطريقة يمكن ان احقق فيها اهدافي	١٦	٣
١.١٥٤	١.١١	احدد النشاطات بحسب اهميتها وابدأ بالاهم ثم المهم	١٧	١١
١.١٥٥	١.١٣	اضع خطة زمنية لدراسة مادة الامتحان مسبقا	١٨	٤
١.١٥٨	١.١٩	افضل انجاز واجباتي في المدرسة بشكل مستمر وليس متقطع	١٩	٢٠
١.١٥٨	١.١٩	انظم الواجبات المدرسية زمنيا من الاسهل الى الاصعب او من الاصعب الى السهل	٢٠	٠
١.١٦٠	١.٢٢	اضع تقويم في غرفتي لكي لا انسى الموعد الذي اتفق عليه مع الاخرين	٢١	٢٨
١.١٦٢	١.٢٤	اقدم قراءة مادة الامتحان على الواجب البيتي	٢٢	١٢

		او العكس		
١.١٦٣	١.٢٩	انجز الواجب وفقاً للوقت الذي حدده في خطتي	٢٣	٥
١.١٦٥	١.٣٠	احرص على الدخول إلى الصف قبل الوقت المحدد	٢٤	٦
١.١٦٩	١.٣١	احرص على ان اصغر الاحتفالات في المدرسة في موعدها المحدد	٢٥	٣٣
١.١٧٠	١.١٣٣	اخطط ليومي في الليمة التي تسبيقة او في الصباح الباكر	٢٦	٢
١.١٧٢	١.٣٤	اضع خطة قبل ان اجد باقي واجب مدرسي او بيتي	٢٧	١
١.١٧٥	١.٣٤	اساعد امي وابي في قضاء الاعمال التي يحتاجونها في البيت عندما تبني	٢٨	٢٣
١.١٧٨	١.٣٥	التزم بالحضور قبل الوقت المحدد بقليل لا يزيد عن موعد	٢٩	٣١
١.١٨٠	١.٣٧	احرص على الالتزام بالوقت المحدد الذي يتم الاتفاق عليه مع اصدقائي	٣٠	٢٩
١.١٨٥	١.٣٨	التزم بالرجوع إلى البيت في الوقت الذي اتفق عليه مع والدي	٣١	٣٠
١.١٩٠	١.٣٩	عندما يدعوني اصدقائي واقربائي احضر في الوقت المحدد للدعوة	٣٢	٣٢
١.١٩٢	١.٤٠	ارتب الساعة عندما اتفق مع صديقي في وقت محدد	٣٣	٢٧

ادد الباحث جدول بموضوعات الجلسات الارشادية في ضوء المشكلات اعلاه بلغ عددها (٦) مشكلة تمثل حاجات التلاميذ الذين يحتاجون الى تنمية لاحترام الوقت وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

يوضح تحويل المشكلات او الفقرات الى مواضيع للجلسات الارشادية وحسب اولويتها.

موضوع الجلسات الإرشادية	المشكلات أو الفقرات	ت
استثمار الوقت	احاول ان اجد طرق جديدة لاستثمار وقتي	١
الوعي باهمية الوقت	لا اضيع وقتي بنشاطات غير مفيدة	٢
استثمار الوقت	امارس بعض الالعاب الرياضية في وقت فراغي	٣
قيمة وقت الفراغ	لا اسمع للاخرين بمقاطعتي والهائني اثناء القيام بواجباتي	٤
استثمار الوقت	اخطط لاي نشاط او عمل اريد القيام به في الصباح	٥
التنظيم والترتيب	اضع خططي خمس جدول يومي او اسبوعي او شهري	٦
تخطيط للوقت ووضع الاهداف	استثمر وقتي فراغي بنشاطات انتاجية او ترفيهية	٧
قيمة وقت الفراغ	استثمر وقت فراغي بمراجعة المواد الدراسية الضعيف فيها	٨
ادارة الوقت	التزم بتنفيذ النشاطات والواجبات المجدولة وقتها المحدد	٩
الالتزام بالمواعيد	احرص على انجاز المهمة الذي يكتفي بها اهلي دون مباشرة تاجيل	١٠
الالتزام بالمواعيد	اخطط لكل نشاك بحسب تقديرى للوقت الذى احتاجة	١١
تخطيط للوقت	اخطط لاهدافى حسب اهميتها	١٢
تخطيط للوقت	اخصص في جدولى وقتا للراحة	١٣
التنظيم والترتيب	اقضي بعض الوقت مع اصدقائي عندما يكون لدى وقت فراغ	١٤
استثمار وقت الفراغ	ارتبا حاجيات وملابسى لكي لا اضيع الوقت فى البحث عنها	١٥
استثمار وقت الفراغ	اخطط لوقتي بطريقة يمكن ان احقق فيها اهدافي	١٦

البرنامج الإرشادي

مدتها: ٤٥ دقيقة

الجلسة الأولى

تهيئة أفراد المجموعة للبرنامج الإرشادي	الموضوع
١. التهئؤ للبرنامج الإرشادي	الحاجات
٢. التعاون بين أفراد المجموعة الإرشادية وبناء علاقه إيجابية بين أفراد المرتبطة	

<p>المجموعة والمرشد (الباحث) يسودها جو من الألفة .</p> <p>٣. التعرف على مواضيع البرنامج الإرشادي .</p> <p>٤. أين ومتى يقدم البرنامج الإرشادي إليهم</p>	بالموضوع
<p>١. إزالة الحاجز النفسي بين الطلاب</p> <p>٢. تحديد الهدف العام من البرنامج الإرشادي وهو (تنمية احترام الوقت).</p> <p>٣. تعريف أفراد المجموعة بالتعليمات الخاصة بالجلسات الإرشادية.</p>	الأهداف
<p>١. تعريف الباحث باسمه ومهنته وعمله ويطلب من كل فرد من أفراد المجموعة ان يذكر اسمه .</p> <p>٢. يناقش الباحث مع أفراد المجموعة أهمية التعارف بين الناس .</p> <p>٣. إظهار الدفء والحنان والمودة والإصغاء للمتكلم واعiliarهم بالإحساس والاندماج والمشاركة .</p> <p>٤. المناقشة والصراحة والتعاون أثناء الجلسات .</p> <p>٥. الاتفاق على الزمان والمكان الذي سوف تقدم فيها البرنامج الإرشادي وجعلها يومي الاحد والثلاثاء من كل أسبوع وان وقت الجلسة (٤٥) دقيقة ومدى ملائمة هذا الوقت للأفراد وما هي الصعوبات التي تواجههم حول ذلك ومناقشتها</p>	الاستراتيجيات والنشاط المقدم
<p>يسأل الباحث أفراد المجموعة عن فوائد التعارف وال العلاقات الاجتماعية بين الناس كذلك ذكر اية من القرآن الكريم تخص التعارف طلب من افراد المجموعة ذكر اسم الباحث وكذلك ذكر أسماء بعضهم مع بعض</p>	التقويم البنياني

الجلسة الثانية

الفقرة(احاول ان اجد طرق جديدة لاستثمار وقتي)

استثمار الوقت	الموضوع
<p>- معرفة قيمة استثمار الوقت</p> <p>- معرفة الفرق بين استثمار الوقت وعدم استثماره</p> <p>- كيفية استثمار الوقت</p>	ال حاجات
أن يتمكن التلاميذ من	الأهداف

- معرفة قيمة استثمار الوقت

- قدرة في التحكم في الوقت

- تعويد أنفسهم على استثمار الوقت

النشاط المقدمة: يعد استثمار الوقت مهم جدا حيث ان عندما لا تستثمر الوقت فانك ستشعر في فوضى وتهاون في الوقت وذلك تضييعه في ادور تافهة ويبذونها في اللهو واللعب ولا يفكرون ابدا في استثماره وكما قال الحسن البصري (انما انت ايام مجموعة فكلما ذهب يومك ذهب بعضك) في حين الذين يستشعرون الوقت بصورة جيدة فانهم على وعي وادرارك بان الوقت هو الحياة ولذلك يحرص كل منهم على استثماره كل لحظته من لحظات حياته في مواقف الحياة المختلفة، وان يعود التلاميذ انفسهم على الانتفاع بوقتهم وهناك خطوات يجب ان يتبعها التلاميذ في استثمار وقتهم:

- اعد قائمة باعمالك اليومية في المساء او في الصباح واحتفظ بهذه الفاتحة في جيبك وكلما انجزت عملا فاشر عليه بالقلم.
- اكتب عبارات الاعمار في الورقة بما يذكر بها فقط
- قدر لكل عمل وقتا مناسبا لادائه من غير فرط ولا تفريط وحدد بدايته ونهايته.

- قسم الاعمال تقسيما جغرافيا بمعنى ان كل مجموعة اعمال في مكان واحد او في اماكن متقاربة تنجر متالية حفظا للوقت.

- افعل الاشياء الثقيلة على النفس عندما تكون في كامل طاقتك او حيويتك.
- اذا شعرت بالتعب قم بابح الاعمال الى نفسك في هذه الفاتحة وسوف تشعر بنشاطك مرة اخرى

- اجعل قائمتك مرنة بحيث يمكن الحذف منها او الاضافة اليها اذا استدعها الامر.
- اترك وقتا في برنامجك للطوارئ التي لا تتوقعها.

- اجعل برنامجك اليومي اختبار نوع اعمالك حتى لا تصيب بالملل
- صمم استمارا مناسبة لكتابة برنامجك تم صور منها نسخة ووضعها في حلفك واستخدم كل يوم واحدة منها.

التقويم: يسأل المرشد التلاميذ هل لديك القدرة على استثمار وقتك.

التدريب: يطلب المرشد من التلاميذ أن يهتموا باستثمار وقتهم

الجلسة الثالثة اليوم والتاريخ مدتها: ٥ دققة

الفقرة (اضع خططتي ضمن جدول يومي او اسبوعي او شهري)

الموضوع	تنظيم وترتيب الوقت
ال حاجات	- معرفة معنى تنظيم وترتيب الوقت - تنمية التنظيم والترتيب بالنسبة لوقت - كيفية تنمية التنظيم والترتيب لوقت
الاهداف	- ان يتعرف التلاميذ على - معنى التنظيم والترتيب لوقت - كيفية تنمية التنظيم والترتيب لوقت

النشاط: لتنظيم التلاميذ وترتيب وقتهم لابد عليهم ان يتبعوا الخطوات الآتية

- المذاكرة والامتحانات والزيارة والراحة والأكل والنوم وغيرها من هذه المواقف
وال حاجات التي تريد الى اشباعها.

ان عدد الساعات الاسبوعية $(24 \times 7) = 168$ ساعة ومن الضروري جدا ان تبدأ بتنظيم
وقتك فورا كما يلى.

- النوم ثمانية ساعات $= 8 \times 7 = 56$ ساعة اسبوعيا

- عدد الدروس في المدرسة $٦ \times ٥ = ٣٠$ ساعة اسبوعيا
- الاكل والعناية الشخصية $٢١ \times ٣ = ٦٣$ ساعة في الاسبوع.
- المواصلات $٦ \times ٣ = ١٨$ ساعة في الاسبوع.
- اذن المجموع الكلي (١٢٥) ساعة اسبوعياً
- $١٢٥ - ١٦٨ = ٤$ سعى متر فترة من الوقت.
- للدراسة والأنشطة والترويج النفسي
- ٢٢ ساعة للاستذكار ومراجعة الدروس في الاسبوع.
- اذن لايزال لديك ٢١ ساعة لممارسة الهوايات والنشاطات ان التلاميذ الذين ينظمون برامجهم الدراسية بصورة ممكنة يجتنبون التبذير في الوقت وباماكانهم ان ينهوا واجباتهم باقل وقت ممكن حاول ان تنظم جدول للمذاكرة لأن بدون جدول تشعر بذلك تذكرة - طول الوقت بينما في الحقيقة لم تذكرة الا قليلاً ويساعدك تنظيم الجداول على تجنب الدراسة المستعجلة في اللحظة الأخيرة.

التقويم: يسأل المرشد التلميذ كيف يستطيع ان تنظم لك جدول لتنظيم وقت على مدار الأسبوع

التدريب البيئي: يطلب المرشد من المسترشدين ان يمارسوا تنظيم وقتهم في البيت

الجلسة الرابعة مدتها: ٥ دقائق

الفقرة(لا اسمع للاخرين بمقاطعتي والهائني اثناء القيام بواجباتي)

الموضوع	النحو	الاهداف	الاحتياجات	قيمة وقت الفراغ	اليوم والتاريخ	مدتها: ٥ دقائق
				-معرفة اهمية وقت الفراغ		
				-بناء قرارات قائمة على الاستفادة من وقت الفراغ		
				-جعل التلاميذ قادرين من الاستفادة من وقت الفراغ		
				-احساس التلاميذ بقيمة وقت الفراغ		
النشاط المقدم				وقت الفراغ هو الوقت الحر لدى الفرد الذي يعقبة في أي نشاط لكتسب عينة كما في العمل او للمعيشة كما في الاكل والنوم وهو الوقت الذي يقضيه الفرد في		

<p>ممارسة الهوايات والترويج والتسلية وتجديد النشاط بالرياضية والاستجمام</p> <p>-اعرف وقت الفراغ المتاح من خلال ما يأتي</p> <p>-اقوم باستخراج وقت الفراغ المتاح لي من خلال طرح اوقات ما يأتي:</p> <p>وقت اليوم البالغ (٢٤) ساعة وقت الدراسة ووقت المتطلبات الضرورية ووقت المهام التي يكلفني الوالدان وان ناتج عملية الطرح يمثل وقت فراغ عليك ايها التلميذ ان تخرج بعلم والدك والدي يعرفان ابن اذهب وماذا افعل في وقت فراغ نجاحي في دروسى يجعل اسرتي واثقة من استثماري لوقت الفراغ</p> <p>-استثمر وقت الفراغ دون ان اسبب المشاكل لنفسي ولعائلتي والآخرين</p> <p>-اجعل والدي قدوة حسنة في استثمار وقت الفراغ</p> <p>-استفيد من توجيهات ادارة المدرسة في استثمار وقت الفراغ</p> <p>-استفيد من توجيهات ادارة المدرسة في استثمار وقت الفراغ</p> <p>-التقدير والاحترام من قبل عائلتي يحمل مسؤولية استثمار وقت الفراغ</p> <p>-المدرسوون يحفزون على استثمار وقت الفراغ بأنشطة نافعة</p> <p>-اتمك من اختبار الانشطة التي تتناسب مع وقت فراغي</p> <p>-ان اختيار المكان المناسب الذي امارس فيه هواياتي في وقت فراغي</p> <p>-استبعد عن ممارسة أي نشاط ترويجي بشكل عشوائي</p>	<p>النحو</p>	<p>النحو</p>
يسأل التلاميذ اذ كان لديك وقت فراغ ماذا تعمل به؟	النحو	النحو
يطلب المرشد من التلاميذ ان يطبقوا ما نعلنه عن الاستفادة من وقت الفراغ في حيواتك اليومية	الواجب البيئي	النحو

الجلسة الخامسة

الفقرة(استثمر وقت فراغي بنشاطات انتاجية او ترفيهية)

الموضوع	التخطيط للوقت
ال حاجات	-الاحساس بالتخطيط للوقت - الشعور بالمسؤولية اتجاه تخطيط الوقت
الاهداف	ان يتمكن التلاميذ من

<p>-القدرة على التخطيط للوقت</p> <p>-الاستفادة من هذا التخطيط</p>	
<p>سؤال جوهرى ولهم يتطلب معرفة مدى استفادتك للوقت والعوامل المضيعة لوقتك أن تقوم بعمل سجل يومي لمدة أسبوع مثلاً وندون فيه تفاصيل الإعمال التي قضيت فيها وقتك وكذلك كم أخذ كل عمل من الوقت تكتب حتى الأمور السيطرة والصغرى والتي قد تضيع من وقتك دقائق يومياً لكن من نهاية الأسبوع قد نجد هذه الدقائق تحولت إلى ساعات</p> <p>قم بتصميم أو تخطيط جدول مفصل لكل يوم وقسمة إلى عدد ساعات يومك وهي تقريراً ١٦ ساعة على افتراض أن النوم يأخذ ٨ ساعات</p> <p>قم بتقسيم كل ساعة إلى ٤ أقسام أي (١٥) دقيقة وقسم الساعات إلى أعمال وقدر الوقت المصدر لكل عمل. هذا اقتراح لتخطيط جدول المهام ان يوضح لك الجدول الاعمال ومقدار الوقت المصدر لكل عمل، بعد ذلك عليك ان تقوم بتحليل الجدول وبحث في عوامل تبديد الوقت فتزيلها وتسأل نفسك، هل هناك فرصة لتخطيط الوقت بشكل أفضل؟ إن كانت الإجابة بنعم فعليك ان تبحث عن هذه الفرصة.</p> <p>دائماً يقول التلميذ أنا مشغول ولا يوجد لدي وقت لاخططه يمكن ان؟ خطاباً كان يجتهد في قطع شحن في الغابة ولكن فاسه لم يكن حاداً اذا انه لم يشحذه من قبل، مر عليه شخص ما فراح على تلك الحالة وقال له لماذا لا تشنذ فاسك؟ قال الخطاب وهو منهك في عمله الا ترى انني مشغول في عملي.</p> <p>هناك من التلاميذ من يقول باني مشغول ولا وقت لديه لتخطيط وقتى فهذا شأنه شأن الخطاب في القصة حيث ان تخطيط للوقت يساعدك على اتمام اعمالك بشكل اسرع ومجهود اقل يستطيع التلاميذ ان يخطط لوقته من خلال تصميم اداة لنفسه تخطيط جدولك على الحاسوب او عن طريق مفكرة صغيرة او دفتر مواعيد حيث يساعدك هذا التخطيط التخفيف من الازمات التي تواجهك</p>	النشاط المقدم
يسأل المرشد التلاميذ كيف يستطيعون ان تخططوا لوقتكم	التقويم
اعمل جدول وثبت فيه الاعمال التي تقوم بها وعدد الدقائق التي تستغرقها	التدريب البيئي

الجلسة السادسة اليوم والتاريخ مدتها: ٥٤ دقيقة

الفقرة(احرص على انجاز المهمة الذي يكلفني بها اهلي دون تاجيل)

الموضوع	الاهداف	النماط المقدم	التقويم
الالتزام بالمواعيد	-تنمية مهارة الالتزام بالمواعيد -تنمية احترام الالتزام بالمواعيد	ال حاجات	
	ان يتمكن التلميذ من -الالتزام بالمواعيد مع الاخرين -احترام المواعيد -القدرة على الالتزام بالمواعيد	الاهداف	
	مما لا شك فيه ان الالتزام التلاميذ بالمواعيد تجنبه وتضعوا موضع احترام وتقدير الآخرين اما التلاميذ الذين لا يتزرون بالمواعيد فيكونون في موضع سخرية من الآخرين ان عدم الالتزام بالمواعيد نتيجة الكسل حيث يقول لنفسه انا غير مستعد لإنجاز هذا العمل كذلك التردد والخوف لذلك علينا ان نضع اهداف ونسعى الى تحقيقها.ثم نفك راسا في التنفيذ ونبعد من خلق الاعذار الالتزام بالمواعيد من خلال انا نأخذ على انفسنا عهدا بالالتزام بالمواعيد الدراسية والتربيوية والمنزلية والاجتماعية وتعهد على نفسك بان نضع وقت محدد لانهاء كل مهمة ولن نخلق الاعذار او التاجيل الاعمال او المواعيد وتعهد بذلك لن تقوم من مكانك حتى تنتهي من الجزء الذي قررت ان تنهيه اليوم. اكتب قائمة بالأشياء التي تؤجلها دائما.حلل هذه القائمة ولاحظ وجود نمط معين من هذه الاعمال شجع نفسك وارسلها اما المشكلات التي سوف اسببها حينما لا التزم بالمواعيد واكتبها او اكتب تلك المشكلات في قائمة.	النشاط المقدم	
	-اجعل لنفسك حافزا يدفعك لإنجاز المواعيد -اعد لنفسك مكافأة عند الانتهاء والالتزام بها هي ان تبدأ بها فوراً. -لا تتردد وتنظر ان انجاز المهام عديدة والالتزام بها خير من موعد واحد وتنظر حكمه(لاتؤجل عمل اليوم الى الغد) -ابدا بإنجاز المواعيد الان والتزم بها.		
يسأل المرشد التلاميذ كيف يستطيع التلاميذ من الالتزام بالمواعيد			التقويم

يكلف المرشد التلاميذ ان يذكر موقف مرة في حياته وكان ملتزم بموعد ما	التدريب البيتي
--	-------------------

الجلسة السابعة
اليوم والتاريخ
مدتها: ٥ دقيقة
الفقرة(لا اضع وقتى بنشاطات غير مفيدة)

الموضوع	الاهداف	النطاط المقدم
الوعي باهمية الوقت -معرفة قيمة الوعي باهمية الوقت -استغلال الوقت -الحد من ضياع الوقت	ال حاجات ان يتمكن التلاميذ من -معرفة قيمة الوعي باهمية الوقت -الاستفادة من الوقت وعدم ضياعه -الحرص الشديد بتقدير الوقت اعادة البناء المعرفي	الاهداف ان يتمكن التلاميذ من -معرفة قيمة الوعي باهمية الوقت -الاستفادة من الوقت وعدم ضياعه -الحرص الشديد بتقدير الوقت اعادة البناء المعرفي
بعد الوقت احد الموارد الهامة والنادرة والثمينة التي يجب ان يستفاد منها وصولاً لتحقيق التنمية فمهما شع وندر هذا المورد فيمكن تعويضه ولكن لا يمكن تعويض صياغة حيث اصبح بعداً لها لابد من استقلاله في الحاضر الاستفداء منه في المستقبل وقال رسول الله(صلى الله عليه وآله وسلم) اغتنم خمسا قبل خمس شبابك قبل هرمك وصحتك مثل تعلم وغناك قبل فدرك وفراغك قبل شغلك وحياتك قبل موتك،صدق رسول الله. 	النشاط المقدم فعلينا ان نهتم بالوقت وكذلك التقليل من الوقت الضائع دون ايه فائدة او انتاج ان الوعي باهمية الوقت لا يقتصر على وقت التلميذ في المدرسة ولكن في كل مواقف الحياة الاجتماعية وذلك من خلال التخطيط للوقت واتخاذ اجراءات ايجابية لمواجهة مضيها للوقت.	النشاط المقدم وعليه فان التخطيط للوقت متانى من اهمية والوعي بالوقت اذ لم يصاحب اتخاذ اجراءات ايجابية للحيلولة دون صياغة دون صياغة يصبح بلا معنى ويمكن ترجمة ذلك من خلال المعادلة الآتية: تخطيط جيد للوقت لا اجراءات ايجابية لمواجهة ضياء

<p>الوقت=ادارة فعالة للوقت</p> <p>اضافة الى ذلك على التلميذ ان يتفحص جدوله اليومي للوقت لبيان النواحي التي تستنزف الوقت وانه بالتحليل الذاتي يمكن ان يتبين ان هناك معطيات ذاتية يمكن تجنبها ومن اهمها عدم التخطيط للوقت والتصرف بشكل عشوائي وهناك مؤثرات وعوائق تواجه التلميذ خلال ممارسته لواجباته وتؤدي الى ضياع الوقت وتبذيره وهي تختلف من تلميذ الى اخر ومن هذه المؤثرات عدم ادراك واجباته، وعدم القدرة على وضع الاولويات في اداء واجباته، ممارسة بعض النشاطات، زيادة الاصدقاء، الانشغال بمشاهدة التلفزيون لفترات طويلة وتأجيل واجباته. ولكن نستفيد من الوقت على التلميذ ان يحطوا قد ان خطوات وهي اولا: تسجيل الوقت وتحليله ثالثا: تنظيم الوقت ثالثا: تجميع الوقت (أي توفير فترات زمنية طويلة نسبياً ومتصلة)</p>	
<p>يسأل المرشد التلاميذ هل لديكم القدرة على اجراءات ايجابية لمواجهة ضياع الوقت؟</p> <p>وهل لديكم القدرة على تسجيل الوقت وتحليله وتجميعه؟</p>	التقويم
<p>يطلب المرشد من التلاميذ ان يهيئ جدولًا يوضح فيه المعادلة اعلاه على وفق جدول واجباته</p>	الواجب البيتي

الجلسة الثامنة بتنفيذ النشاطات اليوم والتاريخ مدتها: ٥٤ دقيقة
الفقرة(التزم بتنفيذ النشاطات والواجبات المجدولة وقتها المحدد)

الموضوع	الاهداف	ال حاجات	ادارة الوقت	اليوم والتاريخ	بتنفيذ النشاطات	الفقرة(التزم بتنفيذ النشاطات والواجبات المجدولة وقتها المحدد)
			-تنمية ادارة للوقت			
			- الشعور بالمسؤولية اتجاه ادارة الوقت			
			ان يتمكن التلاميذ من الاستفادة من ادارة للوقت في ادارة واجباته			

<p>ان ادارة الوقت احد المعايير الرئيسية التي تؤخذ بالحسبان لتحديد النجاح الاداري وفاعليته لأن سوء اتشار سبؤثر سلبا على اداء التلاميذ ان الحاجة الى ادارة الوقت في عالم اليوم اصبحت ا اكثر الحاجاً لأنها تقوم بدور العنصر المعاون الذي يتغلل من جميع وجه النشاط الانساني لذا فان كل عمل ينجزه التلميذ يتطلب وقتا، وما ينبغي ان يقوم به هو كيف تستثمر هذا الوقت بصورة صحيحة ويتبصر بان الفوضى في استخدام الوقت هي الصفة الغالية في ادارة الوقت لدى التلاميذ اذ انهم يؤدون واجباتهم المدرسية والمنزلية اما بحسب الروتين اليومين او بحسب مقتضيات حاجاتهم الذاتية الامر الذي يجعلهم يبتعدون عن تطبيق العمليات الاساسية لادارة الوقت ما يؤدي بطبيعة الحال الى صعوبة تحقيق واجباته المدرسية والمنزلية والاجتماعية لذلك اعتبرت ادارة الوقت عملية تحطيط وتنظيم والسيطرة على الوقت لتجنب القدر في وقت التلميذ.</p> <p>يرتبط ادارة الوقت بالتنظيم في نواحي عدة منها</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحديد مهام التلميذ - تقسيم العمل بين الواجبات بشكل موضوعي - تحديث وتبسيط اجراءات الروتين المتبع باستبعاد ما هو غير ضروري - التلميذ الناجح يعرف كيف يدير وضعه. - السيطرة على الوقت من سرعة انجاته. - ان الوقت الذي قضى لا يعود. - ان الوقت لا يمكن تخزينه ولا يمكن احلاته محل شيء اخر - ان الوقت لا يمكن شراوه او بيعه او تاجرير واقراضه - ان الوقت ثابت لا يتغير - ان الوقت مورد محدد يملكه جميع الناس بالتساوي ولا يستطيع احد زيارته فكل انسان يملك ٢٤ ساعة اليوم و ١٦٨ في الاسبوع و ٧٣٦ ساعة في السنة. 	<p>النشاط</p> <p>المقدم</p>
--	---

الجلسة الخاتمية	الموضوع
تبليغ افراد المجموعة بانتهاء البرنامج اجراء حوار عام حول الجلسات الإرشادية كل والإجابة عن تساؤلات الطلاب حول الجلسات.	الحالات المرتبطة بالموضوع
تحقيق التكامل بين الجلسات الإرشادية السابقة للبرنامج الإرشادي.	الأهداف
١. أجراء الاختبار البعدى لمقياس احترام الوقت . ٢. يقدم المرشد شكره وتقديره لأفراد المجموعة لتعاونهم في تطبيق البرنامج الإرشادى . ٣. أخبار المرشد افراد المجموعة ان هذه الجلسة هي الجلسة الأخيرة للبرنامج الإرشادى وتشجيعهم على تطبيق ما تدربيوا عليه خلال الجلسات الارشادية في المواقف الحياتية التي تواجدهم.	الاستراتيجيات والنشاط المقدم

الوسائل الاحصائية:

١. النسبة المئوية لمعرفة نسبة اراء الخبراء .
٢. معامل ارتباط بيرسون لحساب معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار .
٣. استخدام الاختبار الثاني للمجموعة الواحدة لمعرفة طبيعة احترام الوقت .
٤. استخدام الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمعرفة ترتيب الفقرات ترتيب تصاعديا .

الفصل الرابع

أولاً: التعرف على احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية تحقيقاً لهذا الهدف اظهرت نتائج البحث ان متوسط درجات التلاميذ بصورة عامة على مقياس احترام الوقت بلغ (٣٣) درجة وبيانحراف معياري بلغ (١١.٥٨) درجة وعند مقارنتها بالمتوسط الفرضي البالغ (٤٣) درجة باستخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة بلغت القيمة التائية

المحسوبة (٨.٦٧) وهي اكبر من القيمة الجدولية (١٠.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٩٩).

اذ ان الفرق دال احصائيا وهذا يعني ان التلاميذ لديهم احترام لوقت متدنى ويمكن ايعاز ذلك الى وجود التنشئة الاجتماعية الجيد وتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس والثقة العالية بالنفس والتمسك بالوقت وادارة وتنظيمه وتخطيشه. وجدول (٣) يوضح ذلك

جدول (٣)

يوضح نتائج الاختبار الثاني لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والقيمة التائية المستخرجة.

مستوى الدلالة (٠.٠٥)	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	عدد أفراد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دال احصائيا	١٠.٩٨	٨.٦٧	٩٩	١١.٥٨	٣٣	٤٣	١٠٠

ثانيا: التعرف على اثر اسلوب الوعي هنا والان في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب الدرجات لافراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في الاختبار البعدى على مقاييس احترام الوقت بعد تطبيق اسلوب الوعي (هنا والان) على المجموعة التجريبية. ولاختبار صحة هذه الفرضية استخدام اختبار مان-وتي لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية اذ ظهر ان القيمة المحسوبة والتي تساوي (١٠) هي دالة احصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية والتي تساوي (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة أي توجد فروق بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي ولصالح المجموعة التجريبية والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول رقم (٤)

قيمة (مان وتي) لدرجات افراد المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقاييس احترام الوقت بعد تطبيق اسلوب الوعي (هنا والان) على المجموعة التجريبية

المجموعة التجريبية	المجموعة الضابطة	الوسط	عدد افراد العينة
المحسوبة	الجدولية	الوسط	الدلالـة

		الرتبة	الدرجة	الرتبة	الدرجة	
٢٣	١٠	١١	٣٧	٦	٣٠	١
		١١	٣٧	٧	٣١	٢
		١١	٣٧	٨.٥	٣٢	٣
		١٤	٣٥	٨.٥	٣٢	٤
		١٤	٣٥	٥	٢٩	٥
		١٤	٣٥	٤	٢٨	٦
		١٧.٥	٣٨	٣	٢٧	٧
		١٧.٥	٣٨	١	٢٦	٩
		١٧.٥	٣٨	٣	٢٧	١٠
		١٤٥	مج	٤٩	مج	

اذا القيمة المحسوبة < القيمة الجدولية

$$10 - 6 = 49 - 155$$

$$10 = 145 - 155$$

اذا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين التطبيقي البعدى لقياس احترام الوقت للمجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية

اذا للبرنامج الارشادى اثر دال احصائيا

اذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة.

-تفسير النتائج

من حلال استعراض النتائج التي توصل اليها الباحث، يتضح ان وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدى على مقياس احترام الوقت للمجموعة التجريبية بعد تطبيق اسلوب الوعي(هنا والان) ولصالح الاختبار البعدى، بينما اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بالنسبة لدرجات افراد المجموعة الضابطة قبل تطبيق اسلوب الوعي(هنا والان) وبعد التطبيق، وهذا يعطي مؤشرا على فعالية اسلوب الوعي(هنا والان) وهذا من جهة ومن جهة اخرى هو مؤشر على السيطرة على المتغيرات الدخلية بالنسبة للمجموعة الضابطة؟ ويظهر هذا واضحا من خلال عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بالنسبة لافراد المجموعة الضابطة قبل تطبيق اسلوب الوعي(هنا والان) وبعد التطبيق، واظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين

المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس التام الوقت بعد تطبيق اسلوب الوعي(هنا والان) لصالح افراد المجموعة التجريبية وهذا مؤشر على فعالية اسلوب الوعي(هنا والان) والأنشطة المستخدمة اثناء التدريب مع افراد المجموعة التجريبية وتظهر اهمية استخدام الاساليب والفنينات الارشادية في معالجة والتخفيف من المشكلات التلاميذ النفسية والاجتماعية والتربوية ولاسيما احترام الوقت حيث يؤكد نظرية الجشتالت على التنظيم الادراكي والاستبصار واعادة تنظيم الخبرات السابقة واكتشاف عن طريق الاحساس والانتباه والادراك والوعي الذاتي في الخطة التي يعيشها الفرد ومن غير الوعي هنا والان لا يمكنه الحصول على التغير والتعديل في سلوكه وبالتالي تحصل القدرة والقابلية على مواجهة الواقع وتصحيحه اتفق هذه الدراسة بدراسة(النعاشر، ٢٠٠٣) على ان احترام الوقت وتنظيمه يؤدي الى استثمار الامكانيات والمواهب والقدرات الشخصية المتاحة للوصول الى اهداف معينة.

الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث الحالي استنتاج الباحث الاستنتاجات الآتية:

- فاعلية اسلوب الوعي(هنا الان) في تنمية احترام الوقت لدى تلميذ المرحلة الابتدائية.
- من نتائج البحث الحالي تتضح اهمية استخدام الاساليب الإرشادية في معالجة المشكلات التي قد تواجه التلاميذ من مشكلات نفسية ودراسية واجتماعية وانفعالية.
- أهمية تشجيع ودعم التلاميذ نحو احترام وادارة وتنظيم وقتهم ليتسنى له الاستفادة منه.

الوصيات:

بناءاً على ما توصل اليه البحث الحالي من نتائج يتقدم الباحث بالوصيات التالية

- ضرورة اهتمام ادارت المدارس ومرشدي الصفوف والمرشدين التربويين بالمشكلات التي تواجه التلاميذ بشكل جاد ومساعدتهم بتقديم الحلول المناسبة التي تسهم في تحقيق اهدافهم وتشجيع حاجاتهم وتنمي قدراتهم وامكانياتهم.
- الاستفادة من مقياس احترام الوقت للكشف عن حالات عدم احترام الوقت بين التلاميذ.

المقترحات:

اجراء دراسة

١. اثر اسلوب الوعي(هنا والان) في تنمية الثقة بالنفس لدى المرحلة المتوسطة.
٢. مقارنة اثر اسلوب الوعي(هنا والان) مع اسلوب فاعلية الذات من اسلوب تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
٣. اثر اسلوب العلاج الواقعي في تنمية احترام الوقت لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

المصادر

- القران الكريم
- الامام مصطفى محمود، وآخرون، ١٩٩٧، الارشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني.المطبعة العربية الحديثة، القاهرة.
- برداينق، نيكولاي، ١٩٦٨، العزلة والمجتمع، ترجمة.فؤاد فاضل ،ط٢،بغداد،مطبعة درا النشر المشترك
- بشاي، حميد السعيد، ١٩٨٣، الشخصية في المنظور الفينومينولوجي، مجلة علم الفكر، المجلد (١٣) العدد (٤).
- جبر، احمد فهيم، ١٩٩٨، علم النفس الانسان والتربية الانسانية في ميزان الاسلام، مجلة جامعة النجاح للابحاث(العلوم الانسانية) تصدر عن جامعة النجاح في نابلس عدد حزيران.
- حرب، احمد مصطفى، ١٩٧٠، قصة الزمن، القاهرة، الهيئة المصرية، للتأليف والنشر
- الخطيب، جمال الدين، ١٩٩٥، تعديل لسلوك الانسان، الطبعة الثالثة، مكتبة الفلاح، الكويت.
- الدردير، عبد المنعم احمد، ٢٠٠٢، الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات المعرفية الذكاء ذات المتعدد، التفكير الابتكاري، التفكير الناقد، لدى طلبة الجامعة، كلية التربية، بقنا-جامعة جنوب الوادي، اسيوط.
- الدوسرى، صالح جاسم، ١٩٨٥، الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجية والارشاد، رسالة الخليج العربي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، العدد ١، السنة الخامسة، الرياض، السعودية.
- سالم، بشير محمد الحاج عبدالله، ١٩٨٩، ادارة الوقت لدى مديرية مدارس المرحلة الابتدائية العامة في منطقة عمان التعليمية، ملاحظات رسائل ماجستير.
- شلتز، داون، ١٩٨٣، نظريات الشخصية، ترجمة الكريولي وعبد الرحمن القيسى، بغداد مطبع التعليم العالي.
- الشمرى، كريم عبد ساجر، ٢٠٠٠، وعي الذات وعلاقتها بالتوافق المهني لدى المواطنين فى المؤسسات المهنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاداب، جامعة بغداد.
- عبدالله، شوقي، ٦٠٠٢، ادارة الوقت ومدارس الفكر الاداري، ط١، عمان.
- العزة، سعيد حسني وعبد الهادي، جودت عزن، ١٩٩٩، الارشاد والعلاج النفسي، مكتبة الثقافة والنشر والتوزيع، عمان،الأردن.
- عليان، ربحي مصطفى، ٢٠٠٧، اسس الادارة المعاصرة، ط١، عمان، دار صفار، للنشر والتوزيع.

- غنيم، سيد محمد، ١٩٧٧، مفهوم الزمن عند الطفل، مجلة عالم الفكر، مجلة(٨) العدد(٢)
ص ٦٥-١٠٩، تصدر عن المجلس الوطني للثقافة في الكويت.
- الفلاوي، على شاكر، ٢٠٠٨، مدخل سيكولوجية الزمن، بغداد، شركة برهان للطباعة.
- مرج، صنعت، ١٩٨٠، القياس النفسي، ط١، الفطرة، دار الفكر العربي.
- القرضاوي، يوسف، ١٩٨٤، الوقت في حياة المسلم، بيروت. مؤسسة الرسالة.
- العقید، ابراهيم محمد، ٢٠٠١، العادات العشر للشخصية الناجحة، دار المعرفة للتنمية البشرية،
الرياض، السعودية.
- الكيلاني، محمود محمد علي، ١٩٩٥، كيفية ادارة الوقت لدى مديري الاتصال في الشركات
الصناعية المساهمة العامة في الاردن، رسالة ماجستير غير منشورة الحاجة(أردنية. عمان-
الاردن).
- المشاعلة، ربي عبد الرحمن، ١٩٩٥، الساعة البيولوجية، مجلة ابحاث اليرموك العدد(٤٧)
تصدر عن جامعة اليرموك الاردن
- النعيمي، هديل محمود، ٢٠١٠، تطور احترام الوقت لدى الأطفال والمرأهفين وعلاقته
بالت 핾يل الوالدين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة بغداد.
- النعاس، أيهاب عبد الرزاق(٢٠٠٣). اثر ادارة الوقت على ضغوط العمل في الادارة العامة.
- Buss,A, H. ١٩٦١, *The psychology Aggression*. New york wiley, in
(Buss, ١٩٨٠). P.٢٥٢.
 - Diener, E,(١٩٧٩) De individion self-Awareness and dis
inhibition.journal of personality and social psychology, ٣٧ p ١١٦٠-
١١٧١.
 - Goldman, ١٩٩٥, *Emotional intelligence*, New yor; Bantam Books, p.٤٣.
 - K. ١٩٩١, *Managemen Mc Graw Hill, Inc*, New york oon,L,E.
 - Ru bino,F,A. ١٩٩٧, *Approach to the comatose patient-In.G.Biller(eds)*
practical Neuro logy.Philadelphia Lippin cott.Raven publisners
.p.p ٤٥-٥٠.
 - Wagner, D,M,et, al, ١٩٨٠. *The self in social psychology*, New york,
No,I, p٣٥.

Abstract

The present research aims at knowing:-

First, the nature of time respect of by primary school students second, the effect of
the consciousness style (here and now) in developing time respect by primary
school students through using the following Zeno hy pothesis:

١. There are no statistically significant differences on(٠٠٥) among the rank grades
of the experimental in the pre and post-tests on time respect scale.

٧. There are no statistically significant differences on(٠٠٥) among rank grades of the contrled group individuals on the time respecyt scale.

٨. There are no statistically significant differencesson(٠٠٥) among the rank grades of the experimental and the controlled groups in the pre and post-test on time respect scale After applying the (consciousness) style on the experimental group. The present study in limited in using the(counciou) style in developing time respect of primary students stage/fifth class in day schools belong to (the general administration of Baghdad education/Rusafa the third in the academic year(٢٠١/٢٠١٢).

The researeher has lealt with many theories that illustrate time, such as, psychological analysis theory, behavioral theory, features and factors theory, self theory, the existential theory and the biological theory the second variable, namely the conciousness style here and now it has been explaiued according to the Jeshalt theory,Joseph Bearls.

The population of this research consists of ١٣٦٤٢ students from the fifth class.The sample consists of(١٠٠) students from the fifth class,Al-kufa primary school.The experimental sample consists of (٩٠) studeuts randomly divide nto two eqal groups (١٠) students for the controld and (١٠) stueuts in the experimental group.The researcher has adopted the scale of time respect by (Hadeel Khalid mahmoud /٢٠٠١) which consists of(٣٣) items with three ahernatives.The researcher has found out the validty and the reliability of the scale by using re-test and pearson coefficient correlation which is(.٧٨).He also uses the ration and pearson coefficient corre lation for reliability and the t-test for one sample. The researeher has adopted the counseling program by using the consciousnessstyle chere and nowl according to planning, programming and budgeting system. Where th mumber of sessions are (١٠١) arranged according to the and standard deviation of the item and determining a topic for each session, the related need, the behavioral goals, the activities introduced in the session, the evahation of the session and home work training.The results show that the studeuts have low time respect.As for the second goal, the results show that there are statistically significant differences for the bere fit of the experimental group which indicates the effect of the(concatiousness) style chere and nowl and the related activities withes withs the experimeatal, and also shows the importance of using couuselig styles and techniques in treating and lessening students psychological, social and educational problems, especially those concernihg time respect.

The researcher has arrived at a number of conclusions, such as, the effect of using (her and now) style developing time respect of primary stage students. And, the importance of encouragiug and supporting student towards times respect in order to make use of it.The researcher has put forward a number of recommendations and snggestions, like the necessity of seriously taking care of students and their problems and helping them by introducing suitable solutions which participate in achieving their goals and encouraging and developing their needs and abilities.This task lieson the school administration class couuseitors and educational counselors.)