

Training needs for self-management skills in the light of some variables "A field study on a sample of female classroom teachers in the first cycle schools in the city of Jableh"

Dr. Reem Khalil Kahileh*
Rahaf Ali Radwan*

(Received 7 / 2 / 2023. Accepted 30 / 3 / 2023)

□ ABSTRACT □

This research aimed to identify the degree of training needs for self-management skills on a sample of classroom teachers in the city of Jableh, and to study the differences between them in the degree of training needs for these skills according to the following variables: (years of experience, educational qualification, whether or not to undergo training courses in the fields of human development). The research sample consisted of (168) female classroom teachers in the city of Jableh. The researcher used the descriptive approach, and a questionnaire was built to measure the training needs for self-management skills. The research reached the following results: The training needs for studied self-management skills were high. The differences were statistically significant among the respondents' responses to the questionnaire of training needs for self-management skills according to the variable of years of experience in favor of teachers with less than five years of experience, in addition to the presence of statistically significant differences among those responses according to the educational qualification variable in favor of teachers who obtained a bachelor's degree in education, and according to the variable whether or not to undergo training courses in the fields of human development in favor of teachers who are not subject to such courses.

Key words: Training needs, self-management skills, classroom teachers.

Copyright



:Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

* Professor - Counseling Department - Faculty of Education - Tishreen University – Lattakia – Syria.
dr.reemkahileh@gmail.com

** PhD Student - Department of Child Education - Faculty of Education - Tishreen University – Lattakia – Syria. rahafradwan95@gmail.com

الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات في ضوء بعض المتغيرات "دراسة ميدانية لدى عينة من معلمات الصف في مدارس الحلقة الأولى في مدينة جبلة"

د. ريم خليل كحيله*

رهف علي رضوان**

(تاريخ الإيداع 7 / 2 / 2023. قبل للنشر في 30 / 3 / 2023)

□ ملخص □

هدف البحث الحالي التعرف إلى درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات لدى عينة من معلمات الصف في مدينة جبلة، ودراسة الفروق بينهم في الاحتياجات التدريبية لهذه المهارات تبعاً لمتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه). تألفت عينة البحث من (168) معلّمة من معلمات الصف في مدينة جبلة. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتم بناء استبانة تقيس الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات من وجهة نظر المعلمات. توصل البحث إلى النتائج الآتية: جاءت الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات المدروسة مرتفعة، وجاءت الفروق دالة إحصائياً بين استجابات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة لصالح المعلمات اللواتي تقل خبرتهن عن 5 سنوات، بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً في تلك الاستجابات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي لصالح حملة درجة الإجازة في التربية، وتبعاً لمتغير الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه لصالح المعلمات غير الخاضعات لهكذا دورات.

الكلمات المفتاحية: الاحتياجات التدريبية، مهارات إدارة الذات، معلمات الصف

حقوق النشر : مجلة جامعة تشرين - سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص



CC BY-NC-SA 04

*أستاذ - قسم الإرشاد النفسي - كلية التربية - جامعة تشرين - اللاذقية - سورية. dr.reemkahileh@gmail.com

**طالبة دكتوراه - قسم تربية الطفل - كلية التربية - جامعة تشرين - اللاذقية - سورية. rahafrawdwan95@gmail.com

مقدمة

ظهرت مجموعة من التطورات الحديثة التي طالت أدوار المعلم ومهامه وذلك في ظل المنداة بضرورة التربية الشاملة المتكاملة والأسلوب الإنساني الديمقراطي الذي عليه أن يتبناه وينتهجه في علاقاته مع تلاميذه، إذ أصبح واجباً على المعلم الاهتمام بالنواحي النفسية والاجتماعية لشخصية التلميذ إلى جانب تقديم المعارف والمعلومات المطلوبة، وذلك إذا ما أراد أن يحقق النجاح في مهنته والنهوض بأعبائها وتأدية رسالتها على أكمل وجه. وإن هذه المسؤوليات والمهام الجديدة تقتضي ضرورة التدريب المستمر للمعلمين في أثناء الخدمة لسد الثغرات التي قد توجد في برامج تأهيلهم. ولكي يحقق التدريب الغاية المرجوة منه، لا بد من أن ينطلق من الاحتياجات التدريبية (Training Needs) التي يعبر عنها المعلمون أنفسهم. وتتمثل الاحتياجات التدريبية كما ورد في (Al-Hadidi & Dahmash, 2013, p.669) بالمتغيرات المطلوبة إحداثها في معلومات الفرد وسلوكه ومهاراته وخبراته ليصبح قادراً على القيام بعمله بكفاءة عالية ومواجهة المشكلات التي تحدث فيه.

تعد مهارات إدارة الذات (Self-Management Skills) من المهارات التي قد تشكل احتياجاً تدريبياً بالنسبة إلى عديد من معلمات الصف (Classroom Teachers)، إذ تيسر لهنّ التحكم بمواردهن الذاتية وحسن توظيفها في تحقيق أهدافهن. فقد أكد (Gomez, 2017, p.40) أن امتلاك مهارات إدارة الذات يلعب دوراً كبيراً في الأداء المتفوق، فهي تساعد في تنظيم بيئة العمل وزيادة التحفيز وتسهيل السلوكيات التي تسهم في تحقيق معايير الأداء.

تتعدد المهارات التي تصنف تحت مهارات إدارة الذات، منها: إدارة الانفعالات Emotions Management، إدارة العلاقات الاجتماعية Management of Social Relations، وإدارة الوقت Time Management، وهي من المهارات المهمة بالنسبة إلى المعلم؛ فعلى سبيل المثال بينت نتائج دراسة (Sleimon et al., 2013) في مدينة اللاذقية أنه توجد علاقة دالة إحصائياً بين إدارة الانفعالات (بوصفها أحد أبعاد الذكاء العاطفي) والتوافق المهني لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. وكانت من توصيات مؤتمر التطوير التربوي الذي نظّمته وزارة التربية بالتعاون مع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي في الجمهورية العربية السورية لعام (2019) بعنوان "رؤية تربوية مستقبلية لتعزيز بناء الإنسان والوطن" أن يتم إدراج مهارات القرن الحادي والعشرين (والتي تعد مهارات إدارة الذات إحداها) في برامج إعداد المعلم في مؤسسات التعليم العالي وتعزيزها وتعميقها في العملية التعليمية. وإنه من المفترض أن يكون لدى بعض المعلمات احتياجات أكبر للتدريب على هذه المهارات مقارنةً ببعض الآخر، وهذا ما يجب أن يأخذه القائمون على إدارات التدريب بعين الاعتبار عند تنظيم البرامج التدريبية وتحديد الفئات المستهدفة بها. ومنه، يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات من وجهة نظر معلمات الصف، ودراسة الفروق بينهن في تلك الاحتياجات وفقاً لمتغيرات: (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات في مجالات التنمية البشرية من عدمه).

مشكلة البحث:

يشكل تحديد الاحتياجات التدريبية خطوة أساسية في عملية التخطيط للتدريب وهو الأساس في توجيه البرامج التدريبية وصياغة أهدافها من أجل تحقيق النتائج المرجوة بجودة عالية. وتأتي أهمية تحديد الاحتياجات التدريبية من قبل المعلمين من أهمية إشراكهم في تحديد المجالات التي يتم تدريبهم فيها وذلك بدلاً من أن تبني البرامج التدريبية في ضوء آراء المعنيين بشؤون التدريب فقط، مما قد يترتب عليه فشلها في تحقيق الأهداف المرجوة منها لأنها من المحتمل

ألا تتناسب مع ما يحتاج إليه المعلمون بالفعل من معارف ومهارات. وفي محاولة لرصد الواقع وتحديد مدى رضا المعلمين عما يخضعون إليه من دورات تدريبية، أجرت الباحثة دراسة استطلاعية شملت (30) معلّمة صف في مدينة جبلة من خارج العينة الأصلية، أكد خلالها (76.66%) منهن أن الدورات التدريبية التي يخضعون لها غالباً ما لا تلاقي احتياجاتهن التدريبية ولا تتسجم معها، كما أكد ما نسبته (83.33%) منهن أن تلك الدورات غالباً ما تتركز في المجال التعليمي. واستناداً إلى ما أوصت به عدد من الدراسات السابقة مثل دراسة (Al-Marashly, 2020) في سورية حول ضرورة مراعاة الاحتياجات التدريبية لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي عند تصميم برامج تدريبية لهم في أثناء الخدمة، تبرز أهمية الوقوف على آراء المعلمات ودراسة وجهة نظرهن حول حاجتهن للتدريب على مجموعة من مهارات إدارة الذات التي من شأنها أن تيسر لهن التحكم بمواردهن الذاتية (انفعالات، وقت، سلوكيات، ...) وحسن توظيفها في حياتهن الشخصية والمهنية ولا سيما إذا ما أخذنا بعين الاعتبار ما تواجهه معلمة الصف من ضغوط وما تتحمله من أعباء ومسؤوليات في أثناء عملها. فمهارات إدارة الذات (إدارة الانفعالات، إدارة الوقت، إدارة العلاقات الاجتماعية) ترتبط بالكفاءة الذاتية للمعلم وهذا ما أكدته نتائج دراسة (Mahmoud, 2020) في مصر، وكما بينت نتائج دراسة (Sleimon et al., 2013) في مدينة اللاذقية أنه توجد علاقة دالة إحصائية بين إدارة الانفعالات (بوصفها أحد أبعاد الذكاء العاطفي) والتوافق المهني لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي. وقد أوصت عدد من الدراسات بضرورة تدريب المعلمين على هذه المهارات مثل (Al-Shorofat et al., 2018; Al-Jizani & Al-Jaf, 2019). وكما كانت من توصيات مؤتمر التطوير التربوي الذي نظّمته وزارة التربية بالتعاون مع وزارة التعليم العالي والبحث العلمي في الجمهورية العربية السورية لعام (2019) بعنوان "رؤية تربوية مستقبلية لتعزيز بناء الإنسان والوطن" أن يتم إدراج مهارات القرن الحادي والعشرين (والتي تعد مهارات إدارة الذات إحداها) في برامج إعداد المعلم في مؤسسات التعليم العالي وتعزيزها وتعميقها في العملية التعليمية. ومن المهم أخذه في الحسبان أنه قد يكون لدى بعض المعلمات احتياجات تدريبية أكبر لهذه المهارات مقارنةً ببعض الآخر، وهنا قد تتدخل جملة من العوامل والمتغيرات في ذلك مثل المؤهل العملي الذي تحمله المعلمة، وعدد السنوات التي أمضتها في هذه المهنة، وما إذا كانت قد خضعت لدورات على صعيد التطوير الشخصي والتنمية البشرية أم لا، وذلك من شأنه أن يساعد في تحديد الفئات التي تكون بأمر الحاجة للتدريب في هذا المجال مما يضمن نجاح البرامج التدريبية في تحقيق الأهداف المرجوة.

بناءً على ما سبق، وفي ضوء ندرة الدراسات التي تناولت الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات لدى معلّات الصف على حد علم الباحثة، يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات من وجهة نظر معلّات الصف، ودراسة الفروق بينهن في تلك الاحتياجات وفقاً لمتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه). وتتلخص مشكلة البحث في السؤال الآتي: ما درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات كما تعبّر عنها معلّات الصف؟ وما الفروق بينهن في تلك الاحتياجات وفقاً لمتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه)؟

أهمية البحث وأهدافه:

الأهمية النظرية: تتمثل الأهمية النظرية للبحث بالآتي:

- 1- إن موضوع الاحتياجات التدريبية أصبح محل اهتمام عالمي، تجنباً لطرح برامج تدريبية عشوائية لا تراعي الاحتياجات الفعلية للأفراد المعنيين بالتدريب.

- 2- يسهم البحث الحالي في تسليط الضوء على مجموعة من مهارات إدارة الذات التي قد تشكل احتياجاً تدريبياً لمعلمة الصف، فهو يعد موضوعاً مهماً على اعتبار أنها من المهارات التي يُفترض أن تساعد المعلمة على إدارة مواردها الذاتية (وقت، انفعالات، سلوكيات، ...) وتوظيفها في تحقيق أهدافها بجودة عالية على الصعيدين الشخصي والمهني.
- 3- حداثة الموضوع على المستوى المحلي؛ إذ لم يسبق أن تمت دراسة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات لدى معلمات الصف في مدينة جبلة وفق المتغيرات التصنيفية المدروسة على حد علم الباحثة.
- 4- أهمية الفئة المستهدفة، فمعلمة الصف تقضي وقتاً طويلاً مع التلاميذ وتتعرض بالنتيجة لمواقف ومشكلات يومية تتطلب منها تطوير مجموعة من المهارات التي تيسر لها التصرف الجيد والتعامل معها بشكل سليم.

الأهمية التطبيقية: تتمثل الأهمية التطبيقية للبحث بالآتي:

- 1- قد يساعد المسؤولين في إدارات التدريب على تطوير برامج تدريب المعلمين وفق احتياجاتهم التدريبية الفعلية، والتحديد الدقيق للفئات المستهدفة بها.
- 2- قد يسهم في حث المعنيين على وضع برامج تدريبية تستهدف تدريب معلمات الصف على مهارات إدارة الذات بشكل مباشر ومقصود بما يعود بالفائدة عليهن وعلى العملية التربوية التعليمية ككل.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:

- 1- الكشف عن درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات كما تعبر عنها معلمات الصف أفراد العينة.
- 2- دراسة الفروق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.
- 3- دراسة الفرق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير المؤهل العلمي.
- 4- دراسة الفرق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه.

أسئلة البحث:

ما درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات كما تعبر عنها معلمات الصف أفراد العينة؟

فرضيات البحث:

- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه.

حدود البحث:

الحدود المكانية: تم تطبيق أداة البحث في مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة جبلة.

الحدود الزمانية: تم تطبيق أداة البحث خلال العام الدراسي 2021/2022.

الحدود الموضوعية: اقتصر البحث الحالي على دراسة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات (إدارة الانفعالات، إدارة العلاقات الاجتماعية، إدارة الوقت) كما يعبر عنها أفراد العينة، وتقصي الفروق في تلك الاحتياجات في ضوء متغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه).

الحدود البشرية: عينة ممثلة من معلمات الصف في مدارس الحلقة الأولى في مدينة جبلة.

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

الاحتياجات التدريبية: تُعرّف نظرياً بأنها: الفرق بين الأداء المتوقع والأداء الفعلي لدى المعلم، ويمكن تحديدها من خلال تعرف أوجه النقص والقصور في أداء المعلمين، ومن ثم تحديد الفجوة بين ما هو كائن في الميدان، وما يجب أن يكون عليه المعلم في أداء مهنته وممارسة متطلباتها (Al-Kadi, 2016, p.2080).

مهارات إدارة الذات: تُعرّف نظرياً بأنها: قدرة الفرد على توجيه مشاعره وأفكاره وإمكانياته نحو الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، وهي تتضمن القدرة على إدارة الوقت، وإدارة الانفعالات، والقدرة على إدارة العلاقات الاجتماعية (Al-Sooudi, 2014, p.27; Al-Akkad, 2016, p.8). وتعرف الباحثة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات إجرائياً بأنها: ما تعكسه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات "إعداد الباحثة"، إذ تشير الدرجة المرتفعة على الاستبانة إلى تعبير معلّمة الصف عن احتياجات تدريبية مرتفعة لمهارات إدارة الذات المدروسة.

مهارة إدارة الانفعالات: تُعرّف بأنها: القدرة على الإدراك الجيد للانفعالات الذاتية وفهمها وتنظيمها من خلال مراقبة مشاعر الآخرين وانفعالاتهم والتعاطف معهم، والقدرة على التعامل مع الانفعالات المختلفة، وتهذئة النفس، وإظهار الانفعال المناسب للمواقف المختلفة من حيث نوع الانفعال (غضب، سعادة، خوف، حزن) وشدة (معتدل، زائد، متطرف) (Mansour et al., 2015, p.1237; Al-Razzaz, 2017, p.444). وتعرف الباحثة الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات إجرائياً بأنه: ما تعكسه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على بعد الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات في استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات "إعداد الباحثة".

مهارة إدارة العلاقات الاجتماعية: تُعرّف نظرياً بأنها: القدرة على تكوين شبكة إيجابية من العلاقات الاجتماعية، والإرشاد، وقيادة الأمور، وتحقيق الأهداف من خلال العمل ضمن فريق (Mahmoud, 2020, p.95). وتعرف الباحثة الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة العلاقات الاجتماعية إجرائياً بأنه: ما تعكسه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على بعد الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة العلاقات الاجتماعية في استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات "إعداد الباحثة".

مهارة إدارة الوقت: تُعرّف نظرياً بأنها: القدرة على تخطيط الوقت وتنظيمه ورقابته بما يمكن من اختيار الشيء الصحيح المراد عمله، والقيام بأعمال كثيرة في وقت قصير، مع مراعاة تحقيق التوازن بين متطلبات العمل والحياة الخاصة وبين حاجات الجسد والروح (Al-Rahimi & Al-Mardini, 2014, p.236; Katnani, 2010). وتعرف الباحثة الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت إجرائياً بأنه: ما تعكسه الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على بعد الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت في استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات "إعداد الباحثة".

معلمات الصف: يعرفهن (Abu Fuda, 2008, p.7) نظرياً بأنهن: المعلمات اللواتي يتم إعدادهن إعداداً متكاملاً في الجامعة من أجل تدريس كافة المواد التي يدرسها طلاب المرحلة الأساسية، باستثناء اللغة الانكليزية والتربية الرياضية.

وتعرفهن الباحثة إجرائياً بأنهن: الملمات اللواتي تم إعدادهن إعداداً متكاملًا في كليات التربية / فرع معلم صف/ في الجامعات السورية لتعليم المواد التي يدرسها تلاميذ الحلقة الأولى (باستثناء اللغة الإنكليزية).

الإطار النظري:

- الاحتياجات التدريبية:

نال موضوع الاحتياجات التدريبية اهتمام كثير من الباحثين والمعنيين بشؤون التدريب على مستوى العالم، إذ تصدوا لهذا المفهوم وحاولوا توضيحه ووضعوا تعريفات عدة له تختلف من باحث إلى آخر تبعاً لتوجهه وتخصصه العلمي. فعلى الصعيد التربوي تعرف الاحتياجات التدريبية بأنها: مجموعة من المهارات المعرفية والأدائية التي يعبر المعلمون عن حاجتهم إلى التدريب عليها حتى يتحسن أدائهم (Al-Marashly, 2020, p.231). وتعرفها (Al-Kadi, 2016, p.2079) بأنها مجموعة التغيرات المطلوب إحداثها في كفايات معلمي المرحلة الأساسية الأكاديمية والأدائية لتطوير أدائهم التدريسي.

تجمع عديد من الأدبيات التربوية والدراسات السابقة على ضرورة إعداد المعلم بدقة وفقاً لاحتياجاته التدريبية الفعلية، مثل دراسة (Al-Mahdawi, 2020)، ودراسة (Kamal & Al-Hour, 2003). وتتجلى أهمية تحديد الاحتياجات التدريبية كما ورد في (Al-Mahdawi, 2020, p.1187) في النقاط الآتية:

- ✓ تساعد على التخطيط الجيد ونقطة انطلاق موضوعية لتحديد الأهداف للبرنامج التدريبي.
 - ✓ تساعد في تفعيل البرنامج التدريبي ورفع كفاءته من خلال تحديد نوعية محتواه ومدته واختيار المتدربين والوسائل التعليمية المستخدمة وأسلوب تنفيذ البرنامج وأأسسه.
 - ✓ تساعد على تخفيض النفقات والتقليل من الهدر ورفع كفاءة معدل الأداء.
 - ✓ تساعد في وضع معايير دقيقة ومناسبة لتقويم أداء المعلمين.
- وتتعدد مصادر تحديد الاحتياجات التدريبية، فقد ورد في (Abd-Al Wahab, 2008, p.5-4) المصادر الآتية:
- المتدرب نفسه: إذ إنه يشعر بجوانب القصور لديه، فهو الذي يعرف تفاصيل العمل ويواجه مشكلات يومية.
 - المدير أو الرئيس المباشر: الذي يشرف على المتدرب ويعرف طبيعة عمله وما يلزمه من معلومات ومهارات.
 - اختصاصي التدريب: وهو شخص متفرغ لشؤون التدريب تقع ضمن مسؤولياته عملية تحديد الاحتياجات التدريبية.

مهارات إدارة الذات:

تمثل إدارة الذات قدرة معقدة متعددة الأوجه تتطوي على عمليات داخلية تمكن من الحفاظ على الأنشطة الموجهة نحو الأهداف (Forstmeier et al., 2011, p. 119-120). وتتطوي إدارة الذات على مجموعة من المهارات ذات الأهمية في مجالات الحياة كافة. فقد أكد (Hair et al., 2002) أنه عندما ينتقل الفرد إلى سوق العمل فهو يحتاج إلى مهارات إدارة الذات التي تساعده على اكتساب الطرائق الموضوعية في التفاعل مع الآخرين.

تتعدد مهارات إدارة الذات، كما يختلف الباحثون في تصنيفهم لها؛ فقد صنفها (Mansour et al., 2015, p.1236-1238) إلى: التنظيم الذاتي، إدارة الوقت، إدارة الانفعالات، إدارة العلاقات الاجتماعية، الثقة بالنفس، الضبط الذاتي، التفاؤل، التخطيط الجيد، التحفيز الذاتي. في حين صنفها (Omisakine & Ncama, 2011, p.1734) إلى: تحديد الأهداف، صنع القرار، التخطيط، الجدولة، التقويم الذاتي، حل المشكلات، تقييم النتائج.

تعددت وجهات نظر الباحثين حول تعريف مهارات إدارة الذات، فيعرفها (Abu-Moslem et al., 2012, p.188) بأنها: مجموعة من الطرائق الفعالة لتنظيم حياة الفرد مما يؤدي إلى حدوث نتائج إيجابية على المدى البعيد أو اتخاذ قرارات متعلقة بسلوكيات محددة يريدون ضبطها أو تغييرها، ومن ثم تحقيق الأهداف. ويعرفها (Khatatbah, 2020, p.201) بأنها: الآليات التي يستخدمها الفرد في المواقف المختلفة لتحسين سلوكه أو تحديد احتياجاته ليتمكن من تحقيق أهداف المرجوة. وفيما يلي عرض موجز للمهارات التي يتناولها البحث الحالي:

مهارة إدارة الانفعالات: تعد إدارة الانفعالات أحد أبعاد الذكاء الانفعالي، وهي تتضمن القدرة على إدارة الانفعالات الذاتية وانفعالات الآخرين، وضبط الانفعالات والمشاعر السلبية، وزيادة المشاعر السارة منها، والانفتاح على المشاعر ومراقبتها وتنظيمها بشكل كامل لتشجيع النمو الانفعالي والعقلي (Al-Alwan, 2011, p.126). وقد عرفها (Mayer & Salovey, 2001) بأنها: القدرة على فهم المشاعر والانفعالات الذاتية، والانفتاح بها نحو الآخرين، ومشاركتهم بهذه المشاعر، مما يؤدي إلى التوازن الانفعالي (In: Al-Mohsen, 2020, p.1261).

مهارة إدارة العلاقات الاجتماعية: هي قدرة الفرد على تكوين شبكة من العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، واستثمارها من خلال التواصل معهم، وحل النزاعات بينهم، والتأثير فيهم، وتمتعه بمهارة الإقناع، وتشجيع ودعم قدرات الآخرين من خلال التغذية الراجعة والإرشاد، وقيادته للأمور، وشمولية رؤيته بالإضافة إلى التعاون والسعي لتحقيق الأهداف من خلال العمل ضمن فريق (Mahmoud, 2012, p.550-551).

مهارة إدارة الوقت: تتمثل إدارة الوقت في تطبيق مبادئ الإدارة المتمثلة بالتخطيط والتنظيم والرقابة على الوقت بما يحقق الاستثمار الأفضل له ويؤتي بالنتائج المطلوبة (Al-Rahimi & Al-Mardini, 2014, p.235).

الدراسات السابقة:

الدراسات المتعلقة بالاحتياجات التدريبية للمعلمين:

دراسة السمدوني (Al-Samadoni, 2017) في السعودية بعنوان: "الاحتياجات التدريبية لمعلمي التعليم العام بمنطقة المدينة المنورة في ضوء التوجه نحو الجودة والاعتماد". هدفت الدراسة تعرف الاحتياجات التدريبية لمعلمي التعليم العام في ضوء التوجه نحو الجودة والاعتماد، وتعرف الفرق في استجاباتهم وفقاً لمتغير الالتحاق بالدراسات العليا في مجال التربية من عدمه. تكونت العينة من (448) معلماً من معلمي التعليم العام بمنطقة المدينة المنورة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام استبانة تقيس الاحتياجات التدريبية في ضوء التوجه نحو الجودة والاعتماد "إعداد الباحث". بينت النتائج أن الاحتياجات التدريبية جاءت بدرجة كبيرة على الاستبانة بأبعادها، وعدم وجود فرق في استجابات أفراد العينة حسب متغير الالتحاق بالدراسات العليا من عدمه وذلك على الاستبانة بمجمليها ومحورها الثاني (الاحتياجات المرتبطة بالتدريس والتي كان من ضمن بنودها: تنمية مهارات إدارة الصف والوقت).

دراسة المرعشلي (Al-Marashly, 2020) في ريف دمشق بعنوان: "الاحتياجات التدريبية لمعلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في ضوء معايير الجودة". هدفت الدراسة إلى تعرف الاحتياجات التدريبية لمعلمي الحلقة الأولى في ضوء معايير الجودة، وتعرف الفروق بين متوسطات درجات إجاباتهم تبعاً لمتغيرات (المؤهل العلمي، عدد الدورات التدريبية، سنوات الخبرة). تكونت العينة من (427) معلماً ومعلمة من الحلقة الأولى في محافظة ريف دمشق. ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت استبانة الاحتياجات التدريبية في ضوء معايير الجودة "إعداد الباحثة". بينت النتائج أن أكثر المعايير الذي استحوذ على رأي المعلمين هو (استخدام أساليب التعلم النشط)، إذ جاء تقدير الاحتياجات التدريبية

مرتفع في هذا المجال. وبينت النتائج وجود فروق دالة بين متوسطات درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي لصالح المعلمين الذين كان مؤهلهم العلمي (دبلوم فأعلى)، وتبعاً لمتغير عدد الدورات التدريبية لصالح المعلمين الذين خضعوا لدورات بلغ عددها (9 دورات فأكثر)، في حين لم توجد فروق دالة بين متوسطات درجات إجابات أفراد العينة على الاستبانة تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.

دراسة (Lemperou et al., 2011) في اليونان: Identifying the Training Needs of EFL Teachers in Teaching Children with Dyslexia

عنوان الدراسة: "تحديد الاحتياجات التدريبية لمعلمي اللغة الإنجليزية في تعليم الأطفال الذين يعانون من صعوبات في القراءة" هدفت الدراسة إلى تحديد الاحتياجات التدريبية لمعلمي اللغة الإنجليزية في تعليم تلاميذ المرحلة الأساسية الذين يعانون من صعوبات القراءة في شمال اليونان. شملت العينة (94) معلماً ومعلمة من معلمي اللغة الإنجليزية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام استبانة لقياس الاحتياجات التدريبية "إعداد الباحثين". بينت النتائج أنه لدى المعلمين وعي محدود بكيفية التعامل مع التلاميذ الذين يعانون من صعوبات في القراءة، وأنهم عبروا عن احتياجهم إلى التدريب واهتمامهم بالدورات التدريبية من أجل الحصول على مزيد من المعارف والمهارات.

الدراسات المتعلقة بمهارات إدارة الذات:

دراسة سليمون وآخرون (Sleimon et al., 2013) في اللاذقية بعنوان: "الذكاء العاطفي للمعلم ودوره في تحقيق التوافق المهني". هدفت الدراسة إلى دراسة الذكاء العاطفي للمعلم بأبعاده (إدارة الانفعالات، التعاطف، المعرفة الانفعالية، تنظيم الانفعالات، التواصل الاجتماعي) ودوره في توافقه المهني. تكونت العينة من (250) معلماً ومعلمة من معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية. تم استخدام مقياس الذكاء العاطفي لعثمان وعبد السميع، ومقياس التوافق المهني لـ هيو. م. بل إعداد عوض. بينت النتائج أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الذكاء العاطفي للمعلمين (ومن بينها درجاتهم على بعد إدارة الانفعالات) وتوافقهم المهني.

دراسة الجيزاني والجاف (Al-Jizani & Al-Jaf, 2019) في العراق بعنوان: "إدارة الذات وعلاقتها بأنماط الضبط الصفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية". هدفت الدراسة تعرف العلاقة بين إدارة الذات وأنماط الضبط الصفي لدى المعلمين، وتعرف مستوى إدارة الذات لديهم. تكونت العينة من (200) معلماً ومعلمة بالمدارس الابتدائية. وتم استخدام مقياس إدارة الذات "إعداد الباحثين"، ومقياس أنماط الضبط الصفي "إعداد الحراشة والخوالدة 2009". بينت النتائج أن مستوى إدارة الذات لدى أفراد العينة متوسط، وتبين وجود علاقة موجبة بين إدارة الذات والنمط الإرشادي في الضبط الصفي، ووجود علاقة سالبة بين إدارة الذات والنمطين التوبيخي والعقابي.

دراسة محمود (Mahmoud, 2020) في مصر بعنوان: "مهارات إدارة الذات وعلاقتها بالكفاءة الذاتية والتوافق المهني لدى معلمي التربية الخاصة". هدفت الدراسة تعرف مستوى مهارات إدارة الذات لدى معلمي التربية الخاصة، والكشف عن العلاقة بين مهارات إدارة الذات وكل من الكفاءة الذاتية والتوافق المهني للمعلم. تكونت العينة من (144) معلماً ومعلمة من مدارس التربية الخاصة بمحافظة الجيزة. وأستخدم مقياس مهارات إدارة الذات، ومقياس الكفاءة الذاتية، ومقياس التوافق المهني "إعداد الباحثة". بينت النتائج وجود علاقة موجبة بين مهارات إدارة الذات وكل من الكفاءة الذاتية والتوافق المهني للمعلم، وكان مستوى مهارات إدارة الذات منخفضاً.

دراسة (Ather- Khan et al., 2016) في الهند: Exploring Relationship of Time Management with Teachers' Performance

عنوان الدراسة: "تقصي العلاقة بين إدارة الوقت وأداء المعلمين". هدفت الدراسة تقصي العلاقة بين تقنيات إدارة الوقت لدى المعلمين وأدائهم في الصف. تكونت عينة الدراسة من (360) معلماً ومعلمة من كبار المعلمين في منطقة ساهيوال في البنجاب في الهند، منهم (173) معلمة، و(187) معلماً. لتحقيق أهداف الدراسة استخدم مقياس إدارة الوقت "إعداد الباحثين"، وتم قياس أداء المعلم من خلال أداء طلابه وفقاً لتحصيلهم الأكاديمي. بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين إدارة الوقت وأداء المعلمين في الصف.

التعليق على الدراسات السابقة: يتشابه البحث الحالي ويختلف مع غيره من الدراسات في الآتي:

- **من حيث الأهداف:** (دراسة الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت وتقصي الفرق في ذلك الاحتياج تبعاً لمتغير المؤهل العلمي) يتشابه إلى حد ما مع دراسة (Al-Samadoni, 2017) التي درست الاحتياجات التدريبية المرتبطة بالتدريس والتي كان من ضمنها بند (تنمية مهارات إدارة الصف والوقت) وتقصت الفرق في ذلك وفقاً لمتغير الالتحاق بالدراسات العليا من عدمه. في حين يختلف البحث الحالي عن باقي الدراسات السابقة التي لم يكن من ضمن أهدافها دراسة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وإنما تناولت تلك المهارات وتقصت علاقتها مع متغيرات أخرى مثل دراسة (Al-Jizani & Al-Jaf, 2019)، أو تقصت الاحتياجات التدريبية للمعلمين في مجالات أخرى مثل دراسة (Al-Marashly, 2020; Lemperou et al., 2011).

- **من حيث الأدوات:** يختلف البحث الحالي عن باقي الدراسات السابقة في اعتماده لاستبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات "من إعداد الباحثة".

- **من حيث العينة:** يتشابه مع دراسة (Al-Jizani & Al-Jaf, 2019) ودراسة (Al-Marashly, 2020) ودراسة (Sleimon et al., 2013) في تناولها لمعلمي المرحلة الابتدائية (الحلقة الأولى)، في حين يختلف مع باقي الدراسات التي تناولت عينات مختلفة من المعلمين مثل دراسة (Mahmoud, 2020) التي تناولت معلمي التربية الخاصة. ويتميز البحث الحالي عن غيره من الدراسات السابقة في أنه: يدرس درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات المتمثلة في (إدارة الانفعالات، إدارة العلاقات الاجتماعية، إدارة الوقت) لدى عينة من معلمات الصف في مدينة جبلة. كما أنه يتقصى الفروق في تلك الاحتياجات وفقاً لمتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه).

منهجية البحث وإجراءاته:

منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الذي يعد مناسباً لطبيعة البحث الحالي، ويفيد في تحقيق أهدافه. ويعرف هذا المنهج باعتماده على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كمياً أو كيفياً، فالتعبير الكمي يقدم وصفاً رقمياً، ويوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى، وأما التعبير الكيفي فيصف الظاهرة ويوضح خصائصها (Abedat et al., 2004, p.191).

مجتمع البحث وعينته: يتكون المجتمع الأصلي للبحث من جميع معلمات الصف في مدينة جبلة، والذين بلغ عددهم (325) معلّمة وفق إحصائيات مديرية التربية للعام الدراسي 2021-2022. أما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة

العشوائية البسيطة على أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي، إذ بلغت (168) معلّمة من معلّمات الصف للعام الدراسي 2021-2022 في (11) مدرسة رسمية من مدارس الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة جبلة بنسبة (51.69%) من حجم المجتمع الأصلي. والجدول رقم (1) يوضح توزّع أفراد العينة وفق المتغيرات التصنيفية.

جدول (1) توزّع أفراد العينة وفق المتغيرات التصنيفية المدروسة

المجموع	النسبة %	العدد	المتغير التصنيفي	
168	75.60%	127	إجازة في التربية	المؤهل العلمي
	24.40%	41	دبلوم تأهيل تربوي فأكثر	
168	88.1%	148	غير خاضعة	الخضوع لدورات تدريبية في مجال التنمية البشرية من عدمه
	11.90%	20	خاضعة	
168	12.5%	21	أقل من 5 سنوات	عدد سنوات الخبرة
	58.33%	98	من 5 إلى 10 سنوات	
	29.17%	49	أكثر من 10 سنوات	

أدوات البحث:

-استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات: قامت الباحثة بإعداد أداة الدراسة من خلال الرجوع إلى الأدبيات التربوية وبعض الاستبانات المستخدمة في دراسات سابقة ذات صلة، مثل: مقياس إدارة الذات لدى معلمي المرحلة الابتدائية "إعداد (Al-Jizani & Al-Jaf, 2019)"، ومقياس إدارة الذات "إعداد (Al- Akkad, 2016)". تألفت الاستبانة بصورتها الأولى من (29) بنداً موزعة على ثلاثة أبعاد (الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات، الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة العلاقات الاجتماعية، والاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت)، وأمام كل بند خمسة بدائل للإجابة تتدرج من (درجة مرتفعة جداً=5) إلى (درجة منخفضة جداً=1).

البيانات السيكمترية لاستبانة إدارة الانفعالات:

الصدق (Validity):

صدق المحكمين: قامت الباحثة بعرض الأداة على فئة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في المجالين الإرشادي والتربوي في كليات التربية بجامعة تشرين وطرطوس والبالغ عددهم (12)، وبناءً على آرائهم تم حذف ثلاثة بنود، وإضافة بند "التحكّم في شدة انفعالاتي في المواقف المختلفة" إلى بعد الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات، وتعديل بعض البنود، فأصبحت الاستبانة تتألف من (27) بنداً.

صدق الاتساق الداخلي: تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي من خلال تطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية تألفت من (30) معلّمة صف في مدينة جبلة من خارج عينة البحث الأصلية، وذلك بحساب معامل ارتباط كل بند مع البعد الذي يندرج تحته كما هو موضح في الجدول رقم (2) الآتي:

جدول (2) معاملات ارتباط البنود مع الدرجة الكلية للبعد الذي تدرج تحته في استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات

الرقم	البند	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	إظهار الانفعالات الإيجابية بسهولة ويسر	0.936**	0.000
2	إظهار الانفعال المناسب في الموقف المناسب	0.918**	0.000
3	تفهّم انفعالات الآخرين	0.898**	0.000

0.000	0.815**	مشاركة الآخرين خبراتهم الانفعالية	4
0.000	0.925**	التحكم في إظهار الانفعالات حسب الموقف	5
0.000	0.946**	الإدراك والفهم الصحيح لانفعالاتي الذاتية	6
0.000	0.971**	التحكم في شدة انفعالاتي في المواقف المختلفة	7
0.000	0.805**	المحافظة على اتزان الانفعالي في المواقف الصعبة	8
0.000	0.952**	التأثير الإيجابي في الآخرين	9
0.000	0.916**	قيادة المناقشات والفعاليات الجماعية	10
0.000	0.954**	كسب ثقة الآخرين	11
0.000	0.937**	التسامح مع الإساءة	12
0.000	0.870**	الاندماج والتعاون مع الجميع	13
0.000	0.961**	تقديم المساعدة للآخرين بجدية واهتمام	14
0.000	0.876**	بناء علاقات جيدة مع الآخرين	15
0.000	0.904**	الحوار البناء مع الآخرين لحل المشكلات	16
0.000	0.954**	إنجاز الواجبات المطلوبة في الوقت المحدد	17
0.000	0.818**	تنظيم وقتي بين العمل والترفيه	18
0.000	0.966**	تحديد المدة المناسبة لإنجاز كل مهمة	19
0.000	0.956**	استثمار وقت الحصة الدراسية بشكل مناسب	20
0.000	0.876**	تجميع المهمات المتشابهة لتنفيذها في وقت محدد	21
0.000	0.815**	وضع خطة زمنية بديلة تحسباً لأي طارئ	22
0.000	0.977**	استثمار أوقات الفراغ بشكل نافع	23
0.000	0.905**	مقاومة التأجيل والتسويف في إنجاز الواجبات	24
0.000	0.869**	اختيار الوسائل أو التقنيات المساعدة على إنجاز المهمات بأقل وقت وجهد ممكن	25
0.000	0.872**	الاستعانة بالآخرين لإنجاز أعمال غير أساسية	26
0.000	0.918**	تدارك الأخطاء في العمل في الوقت المناسب	27

يتبين من الجدول رقم (2) أعلاه أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)، وبالتالي بنود الاستبانة صادقة لما وضعت لقياسه.

الثبات (Reliability):

الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (Cronbach-Alpha): تم حساب الاتساق الداخلي للأداة بمعادلة ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول رقم (3).

جدول (3) ثبات استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات بطريقة ألفا كرونباخ

استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات	عدد البنود	درجة ألفا α
	27	0.944

يتبين من الجدول رقم (3) أعلاه أن قيمة معامل الثبات للاستبانة وفق طريقة ألفا كرونباخ بلغت (0.944)، وهذا يمثل ثباتاً عالياً، وبذلك تكون الأداة صالحة للتطبيق.

النتائج والمناقشة

سؤال البحث: ما درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات كما تعبر عنها معلمات الصف؟

بناءً على درجات الأداة تم توزيع الدرجات اعتماداً على جدول التوزيع التكراري كالتالي:

المدى: الفرق بين أعلى قيمة وأدنى قيمة: $5-1=4$ ، طول الفئة: $5/4=0.8$

جدول (4) مفتاح التصحيح لاستبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات

المتوسط المرجح	الأهمية النسبية	درجة التقدير
1.80-1	20%-36%	بدرجة منخفضة جداً
2.60 - 1.81	36.2%-52%	بدرجة منخفضة
3.40 - 2.61	52.2%-68%	بدرجة متوسطة
4.20 - 3.41	68.2%-84%	بدرجة مرتفعة
5-4.21	84.2% - 100%	بدرجة مرتفعة جداً

لحساب درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات المدروسة، تم حساب كل من المتوسط والأهمية النسبية والدرجة لكل بند، وبعد ذلك تم حساب مجموع متوسطات البنود.

جدول (5) المتوسط والأهمية النسبية والدرجة لكل بند في استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات

الرقم	البند	المتوسط	الأهمية النسبية	الدرجة
1	إظهار الانفعالات الإيجابية بسهولة ويسر	3.982	79.64%	مرتفعة
2	إظهار الانفعالات المناسب في الموقف المناسب	3.940	78.8%	مرتفعة
3	تفهم انفعالات الآخرين	3.964	79.28%	مرتفعة
4	مشاركة الآخرين خبراتهم الانفعالية	3.934	78.68%	مرتفعة
5	التحكم في إظهار الانفعالات حسب الموقف	3.958	79.16%	مرتفعة
6	الإدراك والفهم الصحيح لانفعالاتي الذاتية	3.988	79.76%	مرتفعة
7	التحكم في شدة انفعالاتي في المواقف المختلفة	3.952	79.04%	مرتفعة
8	المحافظة على اتزان الانفعالي في المواقف الصعبة	3.952	79.04%	مرتفعة
9	التأثير الإيجابي في الآخرين	3.881	77.62%	مرتفعة
10	قيادة المناقشات والفعاليات الجماعية	3.922	78.44%	مرتفعة
11	كسب ثقة الآخرين	3.994	79.88%	مرتفعة
12	التسامح مع الإساءة	4.000	80.00%	مرتفعة
13	الاندماج والتعاون مع الجميع	3.916	78.32%	مرتفعة
14	تقديم المساعدة للآخرين بجدية واهتمام	3.904	78.08%	مرتفعة
15	بناء علاقات جيدة مع الآخرين	3.869	77.38%	مرتفعة
16	الحوار البناء مع الآخرين لحل المشكلات	3.892	77.84%	مرتفعة
17	إنجاز الواجبات المطلوبة في الوقت المحدد	3.988	79.76%	مرتفعة
18	تنظيم وقتي بين العمل والترفيه	3.863	77.26%	مرتفعة
19	تحديد المدة المناسبة لإنجاز كل مهمة	3.881	77.62%	مرتفعة
20	استثمار وقت الحصة الدراسية بشكل مناسب	3.940	78.8%	مرتفعة
21	تجميع المهمات المتشابهة لتنفيذها في وقت محدد	3.952	79.04%	مرتفعة
22	وضع خطة زمنية بديلة تحسباً لأي طارئ	3.976	79.52%	مرتفعة

23	استثمار أوقات الفراغ بشكلٍ نافع	3.922	78.44%	مرتفعة
24	مقاومة التأجيل والتسويف في إنجاز الواجبات	3.904	78.08%	مرتفعة
25	اختيار الوسائل أو التقنيات المساعدة على إنجاز المهمات بأقل وقت وجهد ممكن	3.916	78.32%	مرتفعة
26	الاستعانة بالآخرين لإنجاز أعمال غير أساسية	3.863	77.26%	مرتفعة
27	تدارك الأخطاء في العمل في الوقت المناسب	3.916	78.32%	مرتفعة
	الاستبانة ككل	106.169	78.64%	مرتفعة

يتضح من الجدول رقم (5) أن الأهمية النسبية لمتوسط درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات (78.64%)، وهي تقع حسب مفتاح التصحيح ضمن المجال (68.2%-84%) وهي درجة مرتفعة. يمكن تفسير ذلك بأن الدورات التدريبية الموجهة لمعلمي الصف غالباً ما تتمحور حول المجال التعليمي، وقليل ما تستهدف تلبية احتياجاتهم الأخرى المتعلقة بتطوير المهارات الشخصية، كما قد يعود ذلك إلى إدراك معلمات الصف لأهمية هذه المهارات بالنسبة إليهن ولا سيما في ضوء كثرة المسؤوليات الملقاة على عاتقهن وتعدد المشكلات التي يواجهونها، مما دفعهن إلى التعبير عن حاجة مرتفعة للتدريب عليها بشكل مقصود لردم الفجوات الموجودة لديهن. تتفق هذه النتيجة نوعاً ما مع نتيجة دراسة (Al-Samadoni, 2017) التي بينت أن الاحتياجات التدريبية المرتبطة بالتدريس والتي كان من ضمنها بند (تنمية مهارات إدارة الصف والوقت) جاءت بدرجة كبيرة.

الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة. للتحقق من صحة الفرضية، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة، كما هو مبين في الجدول رقم (6).

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	عدد سنوات الخبرة	الدرجة الكلية
0.19884	4.7765	21	أقل من 5 سنوات	
0.45754	4.0385	98	من 5 إلى 10 سنوات	
0.94129	3.3641	49	أكثر من 10 سنوات	

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (6) وجود فروقاً ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير عدد سنوات الخبرة، ولمعرفة دلالة هذه الفروق تم استخدام تحليل التباين الأحادي الجانب للمقارنات المتعددة (ANOVA)، ويبين الجدول رقم (7) هذه النتائج.

جدول (7) نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) للمقارنة بين أفراد العينة في درجة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	الدرجة الكلية
التباين بين المجموعات	31.891	2	15.946	41.351	0.000	
التباين داخل المجموعات	63.626	165	0.386			
المجموع	95.517	167	-			

يتضح من خلال قراءة الجدول السابق أن قيمة F دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05، وهذا يعني وجود فروق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة. ولمزيد من التعرف على مصادر الفروق، قامت الباحثة بإجراء مقارنة متعددة بتطبيق اختبار LSD.

جدول (8) نتائج اختبار LSD لمعرفة مصادر الفروق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة

المتغير	عدد سنوات الخبرة	الفرق في المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية لاستبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات	أقل من 5 سنوات	0.73802*	0.000
	من 5 إلى 10 سنوات	1.41241*	0.000
	أقل من 5 سنوات	-0.73802*	0.000
	من 5 إلى 10 سنوات	0.67440*	0.000
	أقل من 5 سنوات	-1.41241*	0.000
	من 5 إلى 10 سنوات	-0.67440*	0.000

يتبين من خلال الجدول السابق أن مصادر الفروق في الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات (درجة كلية) تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة كانت بين (المعلمات اللواتي نقل خبرتهن عن 5 سنوات، والمعلمات اللواتي تمتد خبرتهن من 5 إلى 10 سنوات) بفارق في المتوسطات قدره (0.73802)، وهو دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05، وذلك لصالح المعلمات اللواتي نقل خبرتهن عن 5 سنوات. كما كانت بين (المعلمات اللواتي نقل خبرتهن عن 5 سنوات، والمعلمات اللواتي تزيد خبرتهن عن 10 سنوات) بفارق في المتوسطات قدره (1.41241)، وذلك لصالح المعلمات اللواتي نقل خبرتهن عن 5 سنوات. وكذلك بين (المعلمات اللواتي تمتد خبرتهن من 5 إلى 10 سنوات، والمعلمات اللواتي تزيد خبرتهن عن 10 سنوات) بفارق في المتوسطات قدره (0.67440)، وذلك لصالح المعلمات اللواتي تمتد خبرتهن من 5 إلى 10 سنوات. يمكن تفسير ذلك بأن المعلمة ذات الخبرة الأكبر تكون قد تعرضت لمواقف ومشكلات أكثر مقارنة بالمعلمة ذات الخبرة الأقل، ومنه من المرجح أن تصبح أكثر نضجاً في العلاقات وأمور الحياة المهنية والشخصية وأكثر هدوءاً واتزاناً من الناحية الانفعالية. تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Al-Marashly, 2020) التي لم تجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية للمعلمين في ضوء معايير الجودة تبعاً لمتغير عدد سنوات الخبرة.

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير المؤهل العلمي. للتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T. Test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير المؤهل العلمي، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول رقم (9).

جدول (9) الفرق على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات	المؤهل العلمي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	T	Sig	القرار
الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات	إجازة في التربية	0.53336	4.2520	9.963	0.000	دال
	دبلوم تأهيل تربوي فأكثر	0.70930	3.0518			
الاحتياج التدريبي	إجازة في التربية	0.52430	4.1988	9.624	0.000	دال

			3.0671	0.69152	دبلوم تأهيل تربوي فأكثر	لمهارة إدارة العلاقات الاجتماعية
دال	0.000	9.374	4.2040	0.53694	إجازة في التربية	الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت
			3.0421	0.73268	دبلوم تأهيل تربوي فأكثر	
دال	0.000	9.887	4.2183	0.52127	إجازة في التربية	الدرجة الكلية للاستبانة
			3.0537	0.69361	دبلوم تأهيل تربوي فأكثر	

يتضح من الجدول أعلاه أن مستوى الدلالة أصغر من (0.05) بالنسبة إلى جميع الأبعاد، وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة التي تقول إنه يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات تبعاً لمتغير المؤهل العلمي لصالح المعلمات اللواتي يقتصر تأهيلهن العلمي على درجة الإجازة. يمكن تفسير ذلك بأن المعلمات اللواتي تابعن تحصيلهن العملي من المحتمل أن يكنّ قد اكتسبن بعض المعارف النظرية والإجراءات المندرجة تحت هذه المهارات سواء بشكل مباشر أو غير مباشر وذلك من خلال المناهج الدراسية التي تلقوها (مثل مقررات: الصحة النفسية، الإدارة الصفية والمدرسية، إعداد المربيات في رياض الأطفال...) أو ما قمن به وما اطلعن عليه من أبحاث علمية، وذلك من شأنه أن يكون قد قلل من حجم هذه الفجوات المعرفية والأدائية الموجودة لديهن مقارنة بزميلاتهن اللواتي اقتصر تحصيلهن العملي على درجة الإجازة فقط. تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Al-Samadoni, 2017) التي بينت عدم وجود فرق في الاحتياجات التدريبية للتنمية مهارات إدارة الصف والوقت وفقاً لمتغير الالتحاق بالدراسات العليا من عدمه.

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه. وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار (T. Test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفق متغير الخضوع لدورات تدريبية في التنمية البشرية من عدمه.

جدول (10) الفرق على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات

وفقاً لمتغير الخضوع لدورات تدريبية في مجالات التنمية البشرية من عدمه

القرار	Sig	T	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخضوع لدورات في مجالات التنمية البشرية من عدمه	الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات
دال	0.000	13.360	4.1639	0.52425	غير خاضعة لدورات	الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الانفعالات
			2.4438	0.65201	خاضعة لدورات	
دال	0.000	12.347	4.1123	0.52281	غير خاضعة لدورات	الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة العلاقات الاجتماعية
			2.5188	0.67042	خاضعة لدورات	
دال	0.000	13.339	4.1241	0.52766	غير خاضعة لدورات	الاحتياج التدريبي لمهارة إدارة الوقت
			2.4136	0.61408	خاضعة لدورات	

الدرجة الكلية للاستبانة	غير خاضعة لدورات	0.51381	4.1334	13.339	0.000	دال
	خاضعة لدورات	0.61961	2.4587			

يتضح من الجدول رقم (10) أن مستوى الدلالة أصغر من (0.05) بالنسبة إلى جميع الأبعاد، ومنه، نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة التي تقول إنه يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة على استبانة الاحتياجات التدريبية لمهارات إدارة الذات وفقاً لمتغير الخضوع لدورات في مجالات التنمية البشرية من عدمه لصالح المعلمات غير الخاضعات لهكذا دورات. يمكن تفسير ذلك بأن كثير من مكتب التنمية البشرية تتناول في فصولها مهارة أو أكثر من مهارات إدارة الذات، ومنه فإن الدورات في مجالات التنمية البشرية من المرجح أن تتطرق للتدريب على هذه المهارات كونها من المهارات الحياتية التي أكدت الدراسات والأدبيات التربوية أهميتها بالنسبة إلى الفرد (مثل دراسة Gomez, 2017; Mahmoud 2020)، وبالتالي فإن خضوع المعلمات لدورات في مجالات التنمية البشرية من شأنه أن يتيح لهن اكتساب بعض المعارف والإجراءات ذات الصلة بمهارات إدارة الذات ويقلل بدوره من احتياجاتهن التدريبية لها.

الاستنتاجات والتوصيات:

بينت نتائج البحث الحالي أن لدى أفراد العينة احتياجات تدريبية مرتفعة لمهارات إدارة الذات، وهذا ما قد يشير إلى تدني مستوى هذه المهارات لديهن، كما أنه قد يدل على إدراك المعلمات لأهمية هذه المهارات ورغبتهم في اكتسابها وتطويرها. كما بينت النتائج أنه توجد فروق دالة في تلك الاحتياجات تبعاً لمتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الخضوع لدورات في مجالات التنمية البشرية من عدمه) وبذلك يمكن القول إن هذه المتغيرات من العوامل المؤثرة في تحديد مستوى مهارات إدارة الذات لدى معلمة الصف وذلك ينعكس على درجة احتياجاتها التدريبية لها، ويجعل من المهم أخذ هذه العوامل بعين الاعتبار عند تحديد الفئات المستهدفة بالتدريب على هذه المهارات. وبناءً على ذلك تقترح الباحثة:

1. إعداد برامج تدريبية تستهدف تدريب معلّّات الصف أثناء الخدمة على مهارات إدارة الذات المدروسة بما يساهم في رفع مستواها لديهن، ولا سيما بالنسبة إلى المعلمات اللواتي كانت الفروق في الاحتياجات التدريبية لصالحهن.
2. إجراء مزيد من الأبحاث التي تتقصى احتياجات معلّّات الصف التدريبية لمهارات أخرى من مهارات إدارة الذات لم يتسع المجال لتناولها هنا، وتقصي الفروق في تلك الاحتياجات في ضوء متغيرات تصنيفية أخرى.

References

- Abd-Al Wahab, Y. Principles and methods for identifying training needs, Consultative forum, Egypt, 2008, 17. (In Arabic).
- Abedat, M. Abu Ansar, M. Mbaideen, A. Scientific Research Methodology: Grammar, Stages, and Applications, Wael Publishing House, Amman, 2004, 512. (In Arabic).
- Abu-Fuda, A. Problems of classroom teachers in public schools in Gaza governorates and ways to reduce them. Unpublished Master Thesis, Gaza, 2008, 149. (In Arabic).
- Abu-Moslem, M. Al-Mouafi, F. Abd-Al Hamed, A. *Self-management skills and their relationship to the professional compatibility of the teacher*. Journal of Specific Education Research, Mansoura University, 24, 2012, 186-212.(In Arabic).

- Al-Akkad, F. Locus of Control and Its Relationship to Self-Management and Psychological Burnout among Educational Counselors at Gaza Governorates. Unpublished Master Thesis, Al-Aqsa University, Gaza, 2016, 167. (In Arabic).
- Al-Alwan, A. *Emotional intelligence and its relationship to social skills and attachment styles among university students in the light of the variables of specialization and the student's gender*. The Jordanian Journal of Educational Sciences, 7 (2), 2011, 125-144.(In Arabic).
- Al-Hadidi, M. Dahmash, L. *The training needs of physical education teachers in the higher basic Jordanian schools from their point of view*. An-Najah University Journal for Research "Human Sciences", 27 (3), 2013, 667-702. (In Arabic).
- Al-Jizani, M. Al-Jaf, N. *Self-management and its relationship with the patterns of classroom discipline to the teachers of primary schools*. Al Fateh magazine, 80, 2019, 1-38.(In Arabic).
- Al-Kadi, N. *The training needs of basic stage teachers from the point of view of educational supervisors in Mafraq Governorate*. Journal of the College of Education for Girls, 27 (6), 2016, 2078-2086.(In Arabic).
- Al-Mahdawi, A. *The effectiveness of a training program based on training needs to develop the performance skills of secondary school chemistry teachers in Libya*. Journal of the Faculty of Education in Mansoura, 109 (5), 2020, 1167-1241.(In Arabic).
- Al-Marashly, N. *The Training Needs of the Teachers of the First cycle Of basic Education in Terms Of Quality Standards*.Journal of Damascus University, Syria, 36 (1), 2020, 221-264. (In Arabic).
- Al-Mohsen, R. *Emotion management and its relationship to locus of control among university students*. Journal of the College of Education, University of Wasit, 3 (38), 2020, 1255-1282. (In Arabic).
- Al-Rahimi, S. AL-Mardini, T. *The Impact of Time Management on Academic Achievement of Irbid National University Students*. Damascus University Journal of Economic and Legal Sciences, Syria, 30 (1), 2014, 225-255. (In Arabic).
- Al-Razzaz, M. *The effectiveness of a multi-activity educational program to educate the kindergarten child to understand and manage his feelings and emotions*. Scientific Journal of the Faculty of Kindergarten, 4 (2), 2017, 434-501. (In Arabic).
- Al-Samadoni, I. *Training needs of general education teachers in Al-Madinah Al-Munawwarah region In light of the orientation towards quality and accreditation*. Journal of the Faculty of Education, Al-Azhar University, 174, 2017, 13-65. (In Arabic).
- Al-Shorofat, H. Al-Shorofat, S. Al-Ktesh, H. *The level of self-management practice among secondary school mathematics teachers from their point of view*. Journal of the Academy of Social and Human Studies, 20, 2018, 75-85. (In Arabic).
- Al-Sooudi, K. *Life skills illuminations in the process of excellence and creativity*, Al-Safer Press, Amman, 2014, 214. (In Arabic).
- Ather Khan, H. Farooqi, M. Khalil, A. Faisal, I. *Exploring Relationship of Time Management with Teachers' Performance*. Bulletin of Education and Research, Vol. 38, No. 2, 2016, 249-263.
- Educational Development Conference. *A future educational vision to enhance human and nation building*, Ministry of Education, Syria, 2019. (In Arabic).
- Forstmeier, S. Reinhard, D. Maercker, A. *The delay of gratification test for adults: Validating a behavioral measure of self-motivation in a sample of older people*. Journal of MotivEmot, 35, 2011, 118-134.

- GOMEZ, S. *Self- Management Skills of Management Graduates*. International Journal of Research in Management & Business Studies, Vol. 4, No. 3, 2017, 40- 44.
- Hair, E. C.Jager, J. Garrett, S. B. *Helping Teens Develop Health Social skills And Relationship: What research Show about N navigating Adolescence*. 2002.
- Kamal, A. Al-Hour, A. *Priorities of teaching competencies and training needs for preparatory stage teachers in public education in the State of Qatar from the point of view of teachers and mentors*. Journal of the College of Education, United Arab Emirates University, 20, 2003, 35-101. (In Arabic).
- Katnani, M. *Life skills developing*, Dar Jarir, Jordan, 2010, 312. (In Arabic).
- Khatatbah, Y. *Self-management skills and their relationship to psychological well-being among students of Imam Muhammad bin Saud Islamic University*. Journal of Humanities and Social Sciences, 54, 2020, 197-280. (In Arabic).
- Lemperou, L. Chostelidou, D. Griva, E. *Identifying the Training Needs of EFL Teachers in Teaching Children with Dyslexia*. Unpublished doctoral dissertation, University of Western Macedonia, Greece, 2011.
- Mahmoud, H. *Psychological toughness and self-management and their relationship to psychological health and academic success*. Journal of Arab Studies in Psychology, Egypt, 11 (4), 2012, 541-618. (In Arabic).
- Mahmoud, I. *Self-management skills and their relationship to self-efficacy and professional compatibility among special education teachers*. The Egyptian Journal of Psychological Studies, 30 (106), 2020, 85-134. (In Arabic).
- Mansour, T. Abd- Al-Monem, A. Rayan, I. *Psychometric properties of the scale of self-management skills of a sample of University youth*. Psychological counselling Journal, Egypt, 42, 2015, 1235-1261. (In Arabic).
- Omisakin, F. Ncama, B. *Self, self-care and self-management concept*. International Research Journals, Educational Research, Vol. 2, No. 12, 2011, 1733-1737.
- Sleimon, R. Sbeira, F. Jrad, R. *Teacher Emotional Intelligence and Role in Realising Professional Adjustment*. Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series, Syria, 35 (7), 2013, 245-261. (In Arabic).