



**فاعلية استخدام بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج
(SWOM) لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات
كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر**

إعداد

أ/رضوى وجيه زكريا عبدالستار
المدرس مساعد بقسم الاقتصاد المنزلي التربوي
كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة الأزهر

أ.د/ زينب عاطف خالد
أستاذ المناهج وطرق التدريس المتفرغ بقسم الاقتصاد المنزلي التربوي كلية
الاقتصاد المنزلي – جامعة الأزهر

أ.م.د/ الشيماء قطب الشريف
أستاذ مساعد بقسم الاقتصاد المنزلي التربوي كلية الاقتصاد المنزلي –
جامعة الأزهر

فاعلية استخدام بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج (SWOM) لتنمية مهارات إدارة

الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر

رضوي وجيه زكريا عبدالستار¹، زينب عاطف خالد، الشماء قطب الشريف

قسم الاقتصاد المنزلي التربوي، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعه الأزهر

¹البريد الإلكتروني للباحث الرئيس: yassinsamehsaada@gmail.com

الملخص:

هدف البحث الحالي الى التعرف على فاعلية بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج (SWOM) لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، والكشف عن مدى إستمرارية تأثير بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي والمنهج شبه التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين (الضابطة والتجريبية) القائم على تصميم المعالجات القبليّة – البعدية، وتكونت عينة البحث من (100) طالبة من طالبات الفرقة الأولى بكلية الإقتصاد المنزلي جامعه الأزهر تم تقسيمهن بطريقتين عشوائيه الى مجموعتين تجريبية قوامها (50 طالبة) وضابطة قوامها (50 طالبة). وكانت مادة المعالجة التجريبية بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج (SWOM) وتم اعداد أداة البحث وهي (مقياس مهارات إدارة الحياة). وبعد تطبيق التجربة الميدانية حللت البيانات احصائياً وتم التوصل الى العديد من النتائج من أهمها: اثبات وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية التي درست (باستخدام بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM)) والضابطة (التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي كل بعد من أبعاده لصالح طالبات المجموعة التجريبية، كما اسفر البحث عن فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل في جميع أبعاده لصالح التطبيق البعدي، كما اسفر البحث بأن بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) ذات فاعلية في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي- جامعة الأزهر، وأسفر ايضا بأنه لا يوجد فرق دال احصائياً عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات إدارة الحياة.

الكلمات المفتاحية: بيئة التعلم الإلكتروني- نموذج سوم- مهارات إدارة الحياة.



The effectiveness of using an electronic learning environment based on the SWOM model to develop life management skills among female students of the Faculty of Home Economics, Al-Azhar University

Radwa Wajih Zakaria Abdel Sattar¹, Zainab Atef Khaled, Al-Shaima Qutb Al-Sharif

Department of Educational Home Economics, Faculty of Home Economics, Al-Azhar University

¹Corresponding author E-mail: yassinsamehsaada@gmail.com

Abstract:

The aim of the current research is to identify the effectiveness of an electronic learning environment based on the SWOM model to develop life management skills among students of the Faculty of Home Economics, Al-Azhar University, and to reveal the extent of the continuous impact of the electronic learning environment based on the swom model. The researcher used the descriptive analytical approach and the semi-experimental approach with two equal groups (control and experimental) based on the design of posttreatments. The research sample consisted of (100) female students from the first year at the Faculty of Home Economics, Al-Azhar University, who were randomly divided into two groups of (50 female students) and a female officer of (50 female students). The experimental treatment material was an electronic learning environment based on the SWOM model. The research tool was prepared, namely (life management skills scale). After applying the field experiment, the data was statistically analyzed and many results were reached, the most important of which: the existence of a statistically significant differences at (0,01) level between the average grades of the students of the two experimental groups studied (using the electronic learning environment based on the swom model) and the control (studied in the usual way) life management skills as a whole and in each of its dimensions in the favor of the experimental group. The results also showed statistically significant differences at (0,01) level between the mean scores of the students of the experimental group in the pre and post test of the scale of life management skills as a whole in all its dimensions for the benefit of the application dimension, The research showed that the e-learning environment based on the SWOM model is effective in developing life management skills among the treatment group, and it also resulted that there is no statistically significant difference at (0,01) level between the average scores of female students of the experimental group in the dimensional and follow up of the life management skills scale.

keywords: e - learning environment, SWOM model, life management skills.

مقدمة البحث:

يعد مجال التعليم أحد أهم المجالات التي تحتاج للأستفادة من التطور التكنولوجي وتوظيفه في العملية التعليمية لإحداث الكثير من التطورات في البيئة التعليمية والتحول من الإهتمام بالمعرفة والمعلومات في حد ذاتها إلى بناء كفاءات بشرية قادرة على تنمية المجتمع، فأصبح حتمًا على جميع الدول ضرورة مواكبة تلك التطورات والإستفادة منها.

وتعتبر مهارات إدارة الحياة من المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس والتي تعرف بأنها قدرة طلاب الجامعة على إدارة الموارد والإمكانات المتاحة لهم وقدرتهم على التخطيط لتحقيق الأهداف على المدى القريب والبعيد واستخدام أفضل الطرق لإنجاز العمل وكذلك إدارة حياتهم الشخصية بطريقة مميزة (person,2002,271:272).

وقد تزايد وتنمى الوعي بشأن الحاجة إلى التدريب على مهارات إدارة الحياة لمساعدة طلاب الجامعة على إدارة مرحلة الانتقال من الدراسة إلى العمل بشكل أفضل، ليصبحوا فاعلين وأصحاب، فقد أخذت المدارس والجامعات في ضم برامج مهارات إدارة الحياة بشكل متزايد لتصبح جزءًا من المنهاج الدراسي الرسمي (إما كمنشأ بعد الدوام المدرسي - أوجز من خدمات التوجيه المهني)(المنظمة الدولية للشباب, 2014, 4). ولهذا أوصت دراسة (خديجة بخيت, 2011) بضرورة تنمية مهارات إدارة الحياة من خلال الأنشطة الطلابية لتساعد طلاب الجامعة على مقابلة احتياجاتهم ومتطلبات الحياة الإجتماعية لديهم). كما أوصت دراسة (ريم العلي, 2015) بأهمية تنمية مهارات إدارة الحياة لطلاب الجامعة عن طريق دمجها في المقررات لما لها من أثر واضح في تنمية قدرات الطالبة.

وبناءً على ما تقدم من تأكيد الدراسات السابقة على أهمية تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طلبة الجامعة لأن وجودها يحقق أهداف الحياة بصفة عامة وأهداف التعليم الأساسية بصفة خاصة، وهناك العديد من الدراسات التي اهتمت بتنمية مهارات إدارة الحياة من خلال استخدام أساليب التدريس المباشرة في القاعات الدراسية كما ان هناك دراسات اهتمت باستخدام الأساليب والبرامج والبيئات الإلكترونية للاستفادة من التكنولوجيا الحديثة وتوظيفها في العملية التعليمية ومن هنا كان لا بد من التفكير في استخدام بيئة تعلم إلكترونية لأنها من أكثر التقنيات والأساليب الحديثة التي يمكن توظيفها في المؤسسات التعليمية نظرًا لما تتمتع به من كفاءة وفاعلية .

وأكدت مي سالم وآخرون (2020, 597) على تميز بيئة التعلم الإلكترونية بالفاعلية التي تتيح لطلاب الجامعة فرصة تعلم المعارف والمهارات في بيئة داعمة ومشجعة حيث تستطيع الطالبة في هذه البيئة التفاعل والتواصل والتعليق والمشاركة كلاً وفق قدراته وسرعته الخاصة

مما يجعل المتعلم محور العملية التعليمية، وأوضح مجدي عقل وآخرون (2012، 394) أن بيئة التعلم الإلكترونية طريقة إبداعية لتقديم تعلم متمركز حول المعلمين ومصمم مسبقًا بشكل جيد، وميسر لأي فرد وفي أي مكان وأي وقت بإستعمال خصائص ومصادر الإنترنت والتقنيات الرقمية بالتطابق مع مبادئ التصميم التعليمي المناسبة، ولهذا أكدت العديد من الدراسات علي أهمية توظيف بيئة التعلم الإلكترونية منها دراسة شارك (Siirak, 2008, 2) حيث أكدت علي تشجيع أعضاء هيئة التدريس الأكاديميين على دمج كلاً من أساليب التدريس والتعلم (تكنولوجيا المعلومات والاتصالات) المستندة إلى الويب بإستخدام برنامج Moodle في عملية التعلم، كما أكدت دراسة (ميسون صالح، 2017) علي توظيف بيئة التعلم الإلكترونية لجعل التعلم أكثر فاعلية لطالبات الجامعة والحصول على الفائدة، كما أكدت دراسة (أمل القحطاني، 2018) أنّ بيئة التعلم الإلكترونية التي توظف التعلم النشط تتمتع بفاعلية كبيرة، وأوصت الدراسة بأهمية تشجيع أعضاء هيئة التدريس لتفعيل بيئات التعلم الإلكتروني.

ويحتاج تصميم بيئة التعلم الإلكترونية التفاعلية إلى الاعتماد على نموذج تدريسي يحقق نواتج التعلم المستهدفة، فإستخدام نماذج تعليم متنوعة ومتقدمة تساعد الطالبة الجامعية على إثراء المعلومات وتنمية المهارات العقلية، ولهذا كان من المهم البحث عن إستراتيجيات ونماذج تربوية حديثة لهيئة بيئة مناسبة لممارسة مستويات التفكير العليا فظهرت نظريات وبرامج وإستراتيجيات ونماذج كثيرة تهدف إلى إستثمار طاقات الطالبة وتدمج مهارات التفكير بالمنهج الدراسي.

ومن هذه النماذج نموذج (SWOM) والذي يعد من النماذج البنائية الحديثة حيث يركز على مهارات التفكير العليا القائمة على دمج مهارات التفكير بالمحتوى التعليمي ذاته، مما يجعل طالبة الجامعة تفكر فيما يقدم لها من معلومات وهذا يعد أرقى مستويات التعلم أن نتعلم من أجل أن نفكر (ناريمان إسماعيل، 2019، 313)، وقد جاء تسميه نموذج سوم (SWOM) على أنه منظومة تعليمية أطلق عليها إسم النموذج الواسع أو الشامل لكل مدرسة وتم اختصار كلمة (SWOM) وذلك بالإعتماد على أول حرف من كل كلمة من إسم النموذج باللغة الإنجليزية (School Wide Optimum Model) (ذوقان عبيدات وسهيله السميد، 2007، 65).

وأكد عمر العسيري (2021، 16) أن طالبة الجامعة أساس عملية التعلم والتعليم في النموذج، فجميع أجزاء النموذج تخدم الطالبة بحيث تقدم في نهاية المطاف تعليمًا متمحورًا حولها، ولضمان نجاح هذا راعي النموذج العوامل النفسية والعقلية والشخصية للطالبة.

وأضاف محمد سعيدان ومحمد نوفل (2011, 50) أن النموذج يساهم في تعلم العمليات العقلية وتحسين نتائج التعلم ومواكبة ما يستجد في عمليتي التعليم والتعلم ويعمل على تنمية مهارات التفكير مما ينعكس على أداء المتعلمين.

ومما سبق يتضح أن نموذج (SWOM) يشجع الطالبة الجامعية على إستثمار المعلومات الواردة في المحتوى التعليمي لحل مشكلاتهن الخاصة ويساعدهن في تقديم أكثر من تساؤل وتوليد العديد من الإحتمالات لحل مشكلاتهن، كما ينمي لديهن مهارات النقد والتحليل والموازنة، وبحول العملية التعليمية من التلقي إلى طرائق تعتمد على التفكير والتحليل والإستنتاج والتقويم وإكتساب الطالبات مهارات التعلم الذاتي، ويعد جيل قادر على التعامل بنفسه وقادراً على اتخاذ قراراته.

مشكلة البحث:

تنطلق مشكلة البحث الحالي من عدة نقاط رئيسية:

- لاحظت الباحثة الاعتماد في التدريس على استخدام الأساليب المعتادة لشرح المادة العلمية وتحصيل المعلومات دون الإهتمام بتنمية التفكير وتوظيف تلك المعلومات لإدارة حياة الطالبة وحل المشكلات التي تواجهها بطرق غير تقليدية وعدم الإستفادة من التقنيات الحديثة لتكنولوجيا التعليم والتي لها أهميه في جعل الطالبات يعتمدن علي أنفسهن وتعزز من دورهن الإيجابي أثناء عملية التعلم.

- قامت الباحثة بعمل دراسة إستكشافية على عينة من طالبات الفرقة الأولى شعبة عامة كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الأزهر لتحديد مستوى التمکن من مهارات إدارة الحياة ونظراً لعدم وجود مقياس مهارات إدارة الحياة مناسب للمرحلة الجامعية، فقامت الباحثة بإعداد مقياس مبدئي يشتمل على عدد من مهارات إدارة الحياة (مهارات إدارة الموارد - مهارات إدارة الأزمات- مهارات إدارة الذات- مهارات الاتصال والتواصل - مهارات الإنفعالات - المهارات الرقمية- مهارات دراسية) مستفيدة من مقياس كلاً من(آمال عبد الرحيم، 2012) لمهارة إدارة الموارد، ومقياس (هبة العسال، 2016) لمهارة إدارة الأزمات، ومقياس (منير عابدين وآخرون، 2017) لمهارات (إدارة الذات- الاتصال والتواصل- إدارة الإنفعالات - الدراسية)، ومقياس (حياة القرني، 2020) للمهارات الرقمية، وطبق المقياس على عينة من طالبات الفرقة الأولى- شعبة عامة- كلية الاقتصاد المنزلي -جامعة الأزهر عددهن(70) طالبة للعام 2021- 2022م ، وأوضحت نتائج الدراسة الاستكشافية أن مستوى تمکن الطالبة الجامعية من مهارات (إدارة الموارد - الاتصال والتواصل- إدارة الإنفعالات- مهارات دراسية) فتراوح بين (29%- 38%) مما يدل على وجود قصور وضعف في مستوى الطالبة في هذه المهارات.

وبناء عليه تحاول الدراسة الحالية بناء بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج (SWOM) لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر ومن ثم تحاول الدراسة الحالية الإجابة على السؤال الرئيسي والتساؤلات التالية:
ما فاعلية استخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟
ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة التالية:

1. مامهارات إدارة الحياة اللازمة لطالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟
2. ما أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟
3. ما فاعلية بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟
4. مامدى إستمرارية تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟

أهداف البحث: يهدف البحث إلى:

- 1 - التعرف على أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.
- 2 - الكشف عن مدى إستمرارية تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث الحالي في:

- توجيه نظر الباحثين إلى ضرورة الاهتمام ببناء بعض البرامج الإلكترونية لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى الطالبة الجامعية .
- تقديم نموذج لبيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تدريس مقرر إدارة منزل عام يمكن استفادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونتهم .
- توجيه نظر القائمين على التدريس الجامعي إلى ضرورة إعادة النظر في أساليب إعداد المعلم الحاليه: وتضمين أساليب تدريس حديثة تواكب التطورات العلمية والتكنولوجية المبنية على التعلم الذاتي .

- توجيه أعضاء هيئة التدريس بضرورة تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبة الجامعة كأحد مخرجات التعلم في ضوء مهارات القرن الحادي والعشرون ومتطلبات التنمية المستدامة.

حدود البحث اقتصر البحث الحالي على الحدود التالية:

1. حدود موضوعية: تتمثل في (بيئة تعلم إلكترونية قائمة على نموذج (SWOM) لمحتوى مقرر إدارة منزل عام للفرقة الأولى "شعبة عامة" - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الأزهر- وعدد من مهارات إدارة الحياة المناسبة لطالبات كلية الاقتصاد المنزلي (إدارة الموارد، الاتصال والتواصل، إدارة الإنفعالات , مهارات دراسية).
2. حدود بشرية: اقتصر البحث الحالي على عينة من طالبات الفرقة الأولى-شعبة عامة- كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة الأزهر- فرع طنطا بنواج وعددهن(100) طالبة، تم تقسيمهن بطريقة عشوائية إلى مجموعتين إحداهن تجريبية وعددهن(50) طالبة والآخرى ضابطة وعددهن(50) طالبة.
3. حدود مكانية:كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الأزهر- فرع طنطا بنواج.
4. حدود زمنية: تم تطبيق البحث الحالي في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي 2021-2022 م.

مواد المعالجة التجريبية وأدوات البحث وتشمل علي:

- **أولاً: المواد التعليمية (قائمة بمعايير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) - بيئة التعلم الإلكترونية لمحتوى مقرر إدارة منزل عام- دليل إرشادي لاستخدام بيئة التعلم الإلكترونية للطالبة).**

- **ثانياً:أداة البحث:(مقياس مهارات إدارة الحياه إعداد الباحثة)**

منهج البحث :

إعتمد البحث الحالي على المنهجين التاليين:

1. **المنهج الوصفي التحليلي:**استخدم في وصف وتحليل البحوث والدراسات التربوية السابقة المرتبطة بمتغيرات البحث الحالي، كما استخدم لفحص محتوى مقرر إدارة منزل عام لتصميم أدوات البحث وإعداد وتصميم بيئة التعلم الإلكترونية ورفعها على الموقع الإلكتروني، ووصف وتحليل النتائج ومناقشتها.
2. **المنهج شبه التجريبي:** في تصميم تجربة البحث بتقسيم العينة الي مجموعتين تجريبية وضابطة للكشف عن أثر استخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية لتنمية بعض مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.

مصطلحات البحث:

- نموذج سوم (SWOM Model):

ويشير نايفة قطامي وعبد العزيز السكاكر (2010, 841) بأنه نموذج تعليمي متمحور حول المتعلم يتجه نحو إتقان مهارات التفكير بدلا من حفظ المعلومات واستذكارها حيث ينظم مجموعة من مهارات وعمليات التفكير في فئات الفهم والاستيعاب والتفكير الإبداعي والتفكير الناقد وصناعة القرار وحل المشكلات وفي كل فئة مجموعة مهارات وعمليات التفكير ويقوم بتوضيح استراتيجيات أداء كل مهارة وكيفية دمجها في المقررات التعليمية وتدريبها مستخدما العديد من الأساليب والطرق والأدوات.

ويستخدم البحث الحالي مصطلح نموذج سوم (SWOM Model) بأنه دمج مهارات التفكير (توليد الإحتمالات- علاقة الجزء بالكل- حل المشكلات- اتخاذ القرار - التنبؤ - المقارنة والمقابلة) في محتوى مقرر إدارة منزل عام في ضوء خطوات نموذج سوم باستخدام مجموعة أفكار وأسئلة منظمة في بيئة تعلم إلكترونية لتحسين طريقه تفكير الطالبات مستقبلاً وتعزيز عملية تعلم المحتوى مما يسهل عليهن استيعاب المعلومات وتنمية مهارات إدارة الحياة .

- بيئة التعلم الإلكترونية :

يعرفها كلا من محمد المرادني وآخرون (2019, 714) بأنها نظام تعليم تعاوني خاص يعمل في بيئة تزامنية ولا تزامنية ويمد كلاً من المعلم والمتعلم بالأدوات المتاحة التي يحتاجونها لإدارة الجلسات التعليمية.

عرفت بيئة التعلم الإلكترونية في البحث الحالي بأنها: "بيئة تعليمية قائمة على نموذج (SWOM) تحتوي على العديد من الوسائط المتعددة تتيح عرض المقرر إلكترونياً بشكل تفاعلي ويتم التعلم بواسطة استراتيجيات التعلم النشط وتسمح لطالبات الجامعة بإمكانية التفاعل معها من جهة والتواصل مع بعضهم البعض ومع المعلم من جهة أخرى بشكل تزامني أو غير تزامني بهدف تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر".

- مهارات إدارة الحياة:

ويري وينجينباخ وكاهلر (1997, 25) Wingenbach & Kahler بأنها هي مهارات الاتصالات وصنع القرار والعلاقات الشخصية وإدارة الموارد وفهم الذات والعمل مع المجموعات. تعرف مهارات إدارة الحياة إجرائياً في البحث الحالي بأنها: "القدر اللازم من المهارات المناسبة لطالبة الجامعة لممارسة الحياة اليومية والنشاطات الحياتية بصورة أفضل مثل مهارات (الاتصال والتواصل - إدارة الإنفعالات - إدارة الموارد - مهارات دراسية)، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها طالبة الجامعة في مقياس مهارات إدارة الحياة".

الإطار النظري لمتغيرات البحث:

تعد بيئة التعلم الإلكترونية من التطبيقات التعليمية التكنولوجية الثرية لشبكة الانترنت، فهي بيئة بديلة للبيئة المادية المعتادة باستخدام إمكانيات تكنولوجيا المعلومات والاتصالات لتصميم العمليات المختلفة للتعلم وتطويرها وإدارتها وتقييمها، وبيئة التعلم الإلكترونية تعمل على دعم وتحسين عملية التعلم ويستعرض الباحث في هذا الجزء المتغيرات الأساسية للبحث وهي (بيئة التعلم الإلكترونية - نموذج (SWOM) - مهارات إدارة الحياة) وذلك على النحو التالي:

المحور الأول: بيئة التعلم الإلكترونية

مفهوم بيئة التعلم الإلكترونية

عرفها محمد خميس (2003, 281) بأنها بيئة تعليمية حديثة توظف تكنولوجيا التعليم والمعلومات والاتصالات المتقدمة وتقوم على أساس الحاسب الآلي والشبكات التعليمية والوسائل الإلكترونية، كما عرفها محمد المرادني وآخرون (2019, 714) بأنها نظام تعليم تعاوني خاص يعمل في بيئة تزامنية ولا تزامنية ويمد كلاً من المعلم والمتعلم بالادوات المتاحة التي يحتاجونها لإدارة الجلسات التعليمية.

ومما سبق يمكن القول بأن بيئة التعلم الإلكترونية تحتوي على العديد من الوسائط المتعددة تتيح عرض المقرر إلكترونياً بشكل تفاعلي ويتم التعلم بواسطة استراتيجيات التعلم النشط وتسمح لطالبات الجامعة بإمكانية التفاعل معها من جهة والتواصل مع بعضهم البعض ومع المعلم من جهة أخرى بشكل تزامني أو غير تزامني.

أهمية بيئة التعلم الإلكترونية:

أوضح مصطفى كافي (2009, 16: 17) أهمية بيئة التعلم الإلكترونية فيما يلي:

- تحقق الأهداف التعليمية بكفايات عالية واقتصاد في الوقت والجهد.
- تحقق التعلم بطرق تناسب خصائص المتعلم وبأسلوب مشوق وممتع.
- توفر مصادر إثنائية للمعلومات يمكن الوصول إليها في وقت قصير .
- تحفز مهارات التعلم الذاتي والإعتماد على النفس في إكتساب الخبرات والمعارف.
- تكسب المتعلم الدافعية لمواكبة العصر والتقدم المستمر والتواصل مع المستجدات في شتى المجالات.

مميزات بيئة التعلم الإلكتروني:

اتفق كلاً من دورين وهاتشيري (2007, 13, 20) و Dorn & Bhattacharya على مميزات بيئة التعلم الإلكترونية هي:

- لا تحتاج إلى متخصصين في البرمجة أو التصميم من أجل التعامل معها، ولكنها تتطلب العديد من الكفايات التي يمكن تنميتها لدى مستخدمي هذه النظم.
- أنها توفر لوحة تحكم تسهل عملية الإدارة، وتوفر وسائل دعم متنوعة لكل من المتعلم والمعلم والمطور.
- سهولة تطويرها وتحديثها بطريقة مباشرة و بأقل تكلفة وأقل جهد.
- تتيح للمتعلم إختيار مستوى التحكم في تعلمه والذي يلائم قدراته وإمكانياته.
- تساعد المتعلم على التقدم في تعلمه بشكل سهل.

مكونات بيئة التعلم الإلكترونية:

- اتفق كلا من مجدي عقل وآخرون (2012, 396) ومجدي عقل وإيمان أبو موسى (2019, 9) بأن مكونات بيئة التعلم الإلكترونية هي :
- 1- انظمه بيئة التعلم الإلكتروني:تنقسم أنظمة إدارة التعلم الإلكتروني إلى برامج تجاربه، ويتم دفع مبلغ من المال مقابل الاستخدام للشركات المنتجة، برامج مجانية فهي خاضعة للتعديل والتطوير بحيث يمكن التعديل بإضافة او التغيير .
 - 2- برمجيات التأليف التفاعلية:تعددت البرمجيات التي يمكن استخدامها في تصميم البيئات التعليمية الإلكترونية ومن الأمثلة على هذه البرمجيات التعليمية برنامج الاوثوروير والذي قامت بإنتاجه شركة ماكروميديا ويتميز هذا البرنامج بتصميم برمجيات تعليمية تفاعلية وانشاء اختبارات تفاعلية.

مراحل تصميم بيئة التعلم الإلكتروني:

- اتفق كلاً من عيبر مرسي وآخرون (2014, 717: 718) و صالح الاحمدي وآخرون (2015, 223: 227) و هشام علي (2020, 276: 279) علي مراحل تصميم بيئة التعلم الإلكترونية هي:
- 1- **مرحلة التحليل:**تعد مرحلة التحليل المرحلة الأساسية لكل المراحل الأخرى في عملية التصميم التعليمي ومن خلال هذه المرحلة يتم (تحديد الاحتياجات التعليمية - تحديد خصائص المتعلمين - تحليل المحتوى التعليمي - تحليل البيئة التعليمية).
 - 2- **مرحلة التصميم:** تقوم هذه المرحلة على استخدام مخرجات مرحلة التحليل وذلك لتخطيط الاستراتيجي اللازم للتطبيق، ومن خلال هذه المرحلة تتم الخطوات التالية (تحديد الأهداف التعليمية - تصميم محكية المرجع- تصميم المحتوى- تحديد الاستراتيجية التعليمية - تصميم التفاعلات خلال بيئة التعلم الإلكترونية).
 - 3- **مرحلة الإنتاج:** يتم في هذه المرحلة ترجمة عملية التصميم من مخطط وسيناريو تعليمي الى بيئة التعلم ملموسة عن طريق تحويل المحتوى التعليمي الرقمي الى محتوى الكتروني ويتم فيها

تحديد (برامج انتاج بيئة التعلم الإلكترونية - تصميم الصفحات الداخلية لبيئة التعلم الإلكترونية).

4- **مرحلة التقويم:** في هذه المرحلة يتم قياس مدى كفاءته فاعلية بيئة التعلم الإلكترونية ويتم التقويم خلال جميع مراحل عملية تصميم التعليم، وقد تبنت الباحثة هذا التصميم خلال تنفيذها المحتوى الإلكتروني في بيئة التعلم الإلكترونية.

وتعد بيئة التعلم الإلكترونية من أكثر التقنيات والأساليب الحديثة التي يمكن توظيفها في المؤسسات التعليمية نظرًا لما تتمتع به من كفاءة وفاعلية فهي أسلوب مرن يستخدم المستحدثات التكنولوجية وتجهيزات شبكات المعلومات عبر الإنترنت لتقديم المادة التعليمية، ومن النماذج البنائية الحديثة الذي يركز على مهارات التفكير العليا القائمة على دمج مهارات التفكير بالمحتوى التعليمي ذاته نموذج (SWOM) ، وهناك العديد من الدراسات التي طبقت النموذج في التعلم وجهًا لوجه لما له من دور فعال في العملية التعليمية ثم تطور استخدامه في التعلم عن بعد لاستثمار الأدوات التكنولوجية الحديثة.

المحور الثاني: نموذج (SWOM)

تعريف نموذج (SWOM):

اتفق كلاً من شوارتز(3,2008, Swartez) ونايفة قطامي وعبد العزيز السكاكر(2010, 841) بأنه نموذج تعليمي متمحور حول المتعلم يتجه نحو إتقان مهارات التفكير بدلا من حفظ المعلومات واستذكارها حيث ينظم مجموعة من مهارات وعمليات التفكير في فئات الفهم والاستيعاب والتفكير الإبداعي والتفكير الناقد وصناعة القرار وحل المشكلات وفي كل فئة مجموعة مهارات وعمليات التفكير ويقوم بتوضيح استراتيجيات أداء كل مهارة وكيفية دمجها في المقررات التعليمية وتدريبها مستخدما العديد من الأساليب والطرق والأدوات.

ومما سبق يمكن تعريف نموذج (SWOM) بأنه نموذج لتعليم مهارات التفكير (توليد الاحتمالات- علاقة الجزء بالكل - حل المشكلات - اتخاذ القرار - التنبؤ - المقارنة والمقابلة) من خلال محتوى مقرر إدارة منزل عام في ضوء خطوات نموذج (SWOM) باستخدام مجموعة أفكار وأسئلة منظمة في بيئة تعلم إلكترونية لتحسين طريقه تفكير الطالبات مستقبلاً وتعزيز عملية تعلم المحتوى مما يسهل عليهن استيعاب المعلومات.

خصائص نموذج (SWOM):

اتفق كلاً من عبد الرحمن الهاشمي وطه الدليعي (2008, 143) وهاشم حمزه وضحي ابراهيم (2015, 118) على الخصائص التالية للنموذج هي:

- إعداد جيل واعى يفكر بطريقة شمولية وبشكل ناقد ومبدع.

- دمج مجموعة من المهارات والعمليات والعادات العقلية بطريقة طبيعية في المواقف التعليمية .
- تحويل العملية التعليمية من التلقي إلى طرائق تعتمد على التفكير والتحليل والاستنتاج والتقييم واكتساب مهارات التعلم الذاتي.
- إعداد جيل قادر على التعلم بنفسه واتخاذ القرارات.
- **المبادئ الأساسية التي يعتمد عليها نموذج SWOM:**
اتفق كلاً من ايزيس (Aziz,2020,718) وباسم جاسم (2020, 305) ونبيل السيد ومروه الصفتي (2020, 322) وسحر السيد (2021, 258) وعمر العسيري (2021, 16: 17) على أن المبادئ التي يستند إليها نموذج (SWOM) تتمثل في الآتي:
- التفكير والتأمل ركن أساسي للتعلم.
- التعلم عملية مستمرة يكون فاعلاً ومؤثراً في العقل إذا استعملت الاستراتيجيات المناسبة.
- الاهتمام بالعواطف والإنفعالات والمشاعر والاتجاهات والمعتقدات للتعلم يعد نصف عملية التعلم.
- دمج العادات العقلية المنتجة والمهارات والعمليات العقلية المعرفية بشكل واضح ومحدد في تدريس المواد التعليمية.
- الفعل والتطبيق والأداء والعمل هم نصف عملية التعلم الآخر
- **مهارات التفكير وفقاً لنموذج (SWOM):**
وقد اتفق كلاً من جودة سعادته (2007, 60) وايزيس (Aziz,2020,718) وهيستن وماتي (Hussein& Mater,2020,27) وأزهار كشاش وماهر هادي (2020, 364: 365) و وفاء عوجان (2021, 61) على مهارات التفكير وفقاً لنموذج (SWOM) وهي كما يلي:
- 1- **مهارة التساؤل:** تستند هذه المهارة الى طرح الاسئلة قبل التعلم وفي اثناءه وبعده وبما ييسر فهم الطالب وتوقعه عن العناصر المهمة في المادة التعليمية .
- 2- **مهارة المقارنة والمقابلة:** وهي مهارة ذهنية لتنظيم المعلومات وتطوير المعرفة, وهي تساعد على فهم خصائص الشيء والتوصل الى استنتاجات هامة والكشف عن أفكار جديدة .
- 3- **مهارة توليد الاحتمالات:** هي القدرة على الإبداع الجاد باكتشاف أو توليد طرائق اخرى لاعادة وتنظيم المعلومات المتاحة وتوليد حلول جديدة بدلا من السير في خط مستقيم واحد.

4- مهارة التنبؤ: وتعني القدرة على توقع حدث ما في المستقبل بناءً على ما يتوافر من معلومات تقود إليه.

5- مهارة حل المشكلات: هي تلك المهاره التي تستخدم التحليل ووضع استراتيجيات تهدف الى حل سؤال صعب او موقف عقد او مشكله تعيق التقدم في جانب من جوانب الحياة.

6- مهارة اتخاذ القرار: هي عملية تفكير مركبة تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المتاحة للمتعلم في موقف معين اعتمادًا على ما لديه من معايير.

خطوات دمج مهارات التفكير في المحتوى وفقا لنموذج (SWOM):

اتفق عليها كلا من شوارتز(16,2008,Swartz) و نايفة قطامي(2013,203,210,220,

222) وتهاني البنا(2018, 505: 507) وإبراهيم العوفي(2020, 268) وعمر العسيري(2021, 32:

35) على خطوات دمج مهارات التفكير في المحتوى وفقا لنموذج (SWOM) هي كما يلي:

1- المقدمة: تستهدف هذه المرحلة تهيئة التلاميذ لتعلم كلاً من محتوى الدرس ومهارة التفكير محل التعليم .

2- التفكير النشط: تبدأ هذه الخطوة بتعليم التلاميذ المحتوى والتأكد من فهمهم له، ثم يقومون بممارسة نشاط تفكيري (سواء بصورة تعاونية) يتم فيه دمج تعليم المهارة بشكل مباشر مع محتوى الدرس، بالاستعانة بالأسئلة المرشدة (خريطة التفكير) والمنظم البياني.

3- التفكير في التفكير: وفيها ينخرط المتعلمين في نشاط تأملي (وراء معرفي) يقومون فيه بتأمل تفكيرهم في (خطوة التفكير النشط)، وذلك من خلال الإجابة على بعض الأسئلة الواردة في خريطة ما وراء المعرفة.

4- تطبيق التفكير: يمارس التلاميذ أنشطة تفكير جديدة تستهدف نقل آثار تعلمهم لمهارة التفكير محل التعليم، وتوسيع تطبيقاتها إلى مواقف جديدة لم يسبق لهم معرفتها من قبل.

ومما سبق يتضح أن نموذج (SWOM) يشجع الطالبة الجامعية على استثمار المعلومات الواردة في المحتوى التعليمي لحل مشكلاتهن الخاصة ويساعدهن في تقديم أكثر من تساؤل وتوليد العديد من الاحتمالات لحل مشكلاتهن، كما يبنى لديهن مهارات النقد والتحليل والموازنة، ويحول العملية التعليمية من التلقي إلى طرائق تعتمد على التفكير والتحليل والإستنتاج والتقويم وإكتساب الطالبات مهارات التعلم الذاتي من خلال بيئة التعلم الإلكترونيه، ويحتاج المتعلم في ضوء التقدم التكنولوجي إلى ضرورة إكتساب العديد من المهارات التي تجعله يساير العصر الحالي ليتمكن من التعامل مع البيئة المحيطة، وزادت الحاجة لتطوير المهارات التي تحتاجها الطالبة الجامعية لإدارة حياتها بغرض تمكينها من مواكبة التطورات المعاصرة وجعل حياتها أفضل، وتعد مهارات إدارة الحياة ضرورة حتمية لإعداد طالبة تتمتع بالقدرة على التعايش مع الحياة اليومية.

المحور الثالث: مهارات إدارة الحياة:

مفهوم مهارات إدارة الحياة:

عرفها هينجر (Hegner, 1991, 18) بأنها مجموعة من المهارات المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها الفرد وما يتصل بها من معارف وقيم واتجاهات يتعلمها بصورة مقصودة ومنظمة عن طريق الأنشطة والتطبيقات العلمية، وتهدف إلى بناء الشخصية المتكاملة بالصورة التي تمكنه من تحمل المسئولية والتعامل مع مقتضيات الحياة اليومية وتجعل منه مواطناً منتجاً، ويرى وينجينباخ وكاهلر (Wingenbach & Kahler, 1997, 25) بأنها هي مهارات الاتصالات وصنع القرار والعلاقات الشخصية وإدارة الموارد وفهم الذات والعمل مع المجموعات.

ومما سبق يمكن تعريف مهارات إدارة الحياة بأنها قدرة طالبة الجامعة على ممارسة الحياة اليومية والنشاطات الحياتية بصورة أفضل مثل مهارات (الاتصال والتواصل - إدارة الإنفعالات - إدارة الموارد - مهارات دراسية)، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها طالبة الجامعة في مقياس مهارات إدارة الحياة المعد في البحث الحالي.

تصنيفات مهارات إدارة الحياة:

وأشار طلعت منصور وآخرون (2015, 454) إلى تصنيفات مهارات إدارة الحياة هي (مهارة إدارة الوقت - مهارة إدارة الضغوط - مهارة إتخاذ القرار- مهارة التواصل الفعال- مهارة العمل في فريق- مهارة التعلم الذاتي المستمر). وأضاف إيمان عبد الحلیم (2015, 1140) إلى تصنيف المهارات (مهارة ادارة الغضب ومهارات التفاوض)، وأضاف عصام دوس (2019, 81) إلى المهارات (مهارة الاستماع الجيد - ومهاره الاستذكار).

وتخيرت الباحثة بعض مهارات إدارة الحياة أجمعت عليها بعض نتائج الدراسات السابقة الخاصة بمهارات إدارة الحياة وهي دراسة (رشا مبروك وآخرون, 2009)، ودراسة (جمال العمري, 2013)، ودراسة (حسن الجندي وسماح احمد, 2014)، ودراسة (إيمان عبد الحلیم, 2015)، ودراسة (اماني الشراوي, 2015)، ودراسة (سميره باروم وسارة يونس, 2018)، ودراسة (عصام دوس, 2019)، وكذلك الدراسة الإستكشافية التي اثبتت قصور وضعف لطالبات الفرقة الأولى كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة الأزهر في هذه المهارات (مهارة ادارة الانفعالات - مهارة الاتصال والتواصل- مهارات إدارة الموارد- مهارات دراسية).

خصائص مهارات إدارة الحياة:

اتفق كلاً من تغريد عمران (2001, 22) وشفق صالح (2019, 354) وسليمان إبراهيم (2010, 29) على خصائص مهارات ادارة الحياة هي كما يلي:

- تتنوع وتشمل الجوانب المادية وغير المادية المرتبطة بأساليب إشباع الفرد لإحتياجاته ولتطلبات تفاعله مع الحياة وتطويره لها.
 - تختلف من مجتمع لآخر تبعاً لطبيعة كل مجتمع ودرجة تقدمه، وتختلف من فترة زمنية لأخرى، فاحتياجات الإنسان البدائي للقراءة والكتابة لم تظهر إلا عندما استشعر أهمية تسجيل تاريخه الإنساني، والمهارات الحياتية على هذا النحو تتأثر بكل من الزمان والمكان.
 - تعتمد على طبيعة العلاقات التبادلية التكاملية بين الفرد والمجتمع وبين المجتمع والفرد وعلى درجة تأثير كل منهما بالآخر.
 - تستهدف مساعدة الفرد على التفاعل الناجح مع الحياة وتطوير أساليب معاشة الحياة ويعني هذا ضرورة التفاعل مع مواقف الحياة المعتادة بأساليب جديدة ومتطورة.
- أهمية تمكن طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر من مهارات إدارة الحياة:**
- أوضح سليمان ابراهيم (2010, 25:26) أن أهمية اكتساب مهارات إدارة الحياة هي:
- قدره على اداء الاعمال في يسر وسهولة فمن يمتلك المهارة يتميز عن من لا يمتلكها.
 - تكسب المتعلم ميلا الى العلم.
 - تعمل المهارة بجانب المعلومات على تعديل السلوك.
 - اكتساب مهارات الحياة والربط بينها وبين المعرفة يؤدي الى تنمية النواحي الصحية والاجتماعية والعقلية لدى الفرد.
- وأضاف صبيحي الحارثي (2013, 51:52) أهميه التمكن من مهارات إدارة الحياة مايلي:
- يكسب مهارات التعايش مع المجتمع المعاصر.
 - يتعامل بايجابيه مع المتغيرات.
 - يتقن مهارات التفاعل والتواصل الاجتماعي.
 - يواجه الظواهر السلبيه الاخذه في الانتشار.

قياس مهارات ادارة الحياة:

أغلب الدراسات والبحوث السابقة التي تم الإطلاع عليها لقياس مهارات إدارة الحياة عن طريق اعداد مقياس في ضوء الابعاد التي حددت في كل دراسة مثل ودراسة (أماني الشيراوي, 2015) تمثلت الابعاد في مهارة(إدارة الوقت- القيادة - دافعية الانجاز- المبادئة- الكفاءة الاجتماعية - المرونة العقلية- ادارة الانفعالات - الثقة بالنفس). دراسة (منى عمر, 2017) بابعاده مهارات(دراسية -الاتصال والتواصل - اتخاذ القرار وحل المشكلات - التفكير). ودراسة (جمال العمري, 2019) بابعاده مهارات (التواصل والعلاقات بين الاشخاص- التعاون وعمل الفريق- حل المشكلات والتفكير- صنع القرار- ادارة التعامل

مع الضغوط - ادارة الذات)، دراسة (عصام دوس ، 2019) تمثلت ابعاده مهارات(التواصل الفعال والحوار- الاستماع الجيد- التفاوض - اداره الوقت- الاستذكار)، دراسة (ساره الحارثي، 2021) بابعاده في مهارة(الاتصال مع الاخرين - اتخاذ القرار وحل المشكلات- الأكاديمية)، والبحث الحالي اعتمدت على الابعاد التاليه مهارة(إدارة الموارد - الاتصال والتواصل - إدارة الانفعالات- مهارات دراسية).

وفي ضوء الإستعراض المرجعى تم صياغة فروض البحث على النحو التالي.

فروض البحث:

- 1- يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية ($\geq 0,05$) بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية (التي درست باستخدام نموذج "SWOM" في بيئة تعلم إلكترونية) والضابطة (التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي جميع أبعاده لصالح طالبات المجموعة التجريبية.
- 2- يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية ($\geq 0,05$) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي كل بعد من أبعاده لصالح التطبيق البعدي.
- 3- بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) ذات فاعلية في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.
- 4- لا يوجد فرق دال احصائيًا عند مستوى معنوية ($\geq 0,05$) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات إدارة الحياة.

إجراءات البحث:

لتحقيق هدف البحث الحالي وهو تنمية مهارات إدارة الحياة من خلال بيئة التعلم الإلكترونية تم اتباع الخطوات التالية:

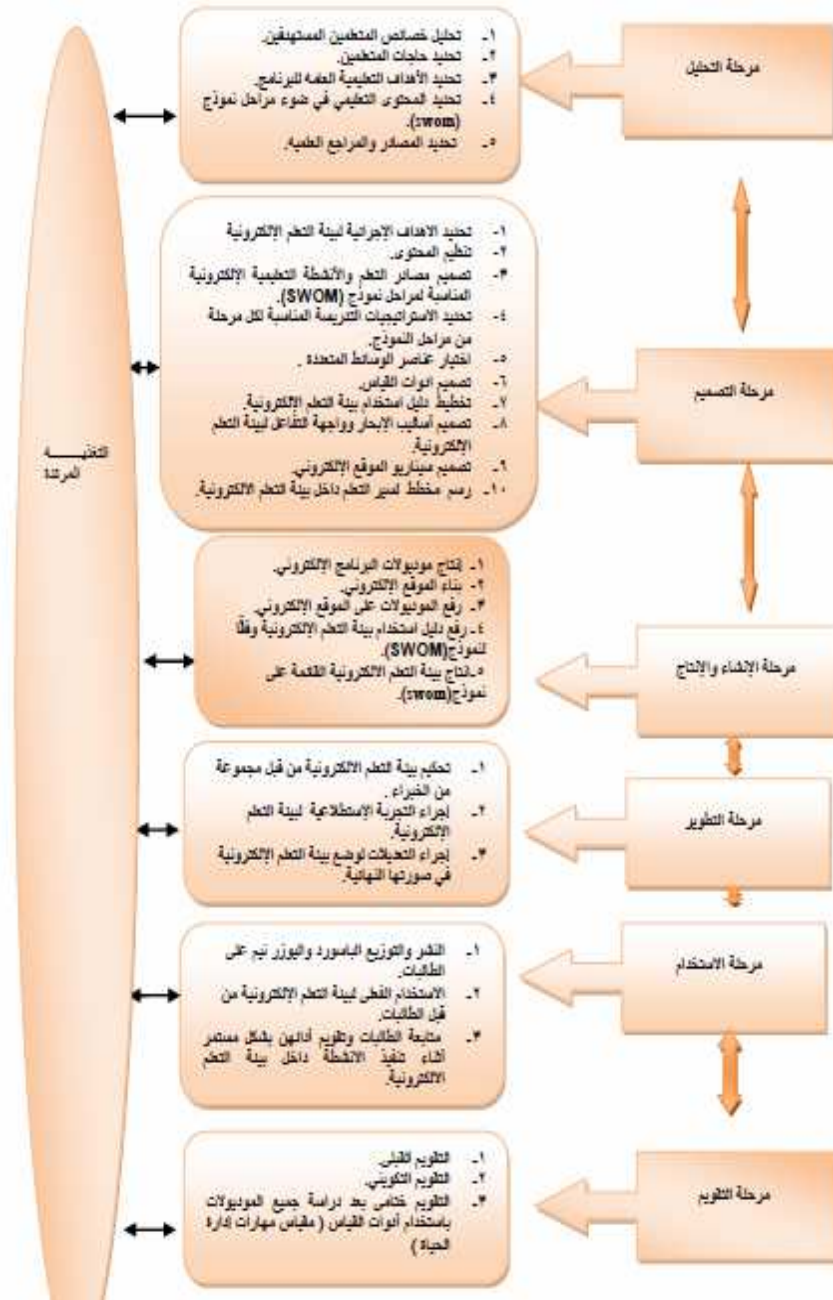
أولاً: بناء مادة المعالجة التجريبية(بيئة التعلم الإلكترونية): وقد تطلب بناء بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) اعداد كلاً من:

أ. **إعداد قائمة معايير بناء بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM):** قامت الباحثة بالرجوع إلى مجموعة من المصادر كأساس لبناء قائمة المعايير اللازمة لبناء بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) المشتقة من معايير التعلم الإلكتروني وفي ضوء طبيعة وخصائص طالبات الجامعة تم التوصل إلى قائمة أولية بمعايير تصميم بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في صورتها المبدئية، وتكونت القائمة من

أربعة معايير رئيسية ويتضمن كل معيار مجموعة من المعايير الفرعية وكل معيار فرعي يتكون من مجموعة من المؤشرات تم ضبطها من خلال مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال تكنولوجيا التعليم والمناهج وطرق التدريس ، بلغ عددهم (28) محكماً وتم إجراء التعديلات في ضوء آرائهم.

ب. نموذج التصميم (ADDiE) المستخدم في تصميم بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM):

خطوات بناء بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) لمقرر إدارة منزل عام: لبناء بيئة التعلم الإلكترونية فالابد من اتباع نموذج محدد للتصميم التعليمي, لتسهيل عملية التصميم والانتاج والتقييم وبالتالي تحقيق جودة المنتج, ويتضح فيما يلي نموذج التصميم المقترح لبيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في ضوء نموذج ADDIE , ولقد تم الاستفادة من نموذج ADDIE في وضع نموذج مقترح لتصميم بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) , وقد تم تعديل النموذج وفق متطلبات البحث الحالي, وكل مرحلة تشمل على خطوات فرعية موضحة بالشكل التالي:



شكل (1) النموذج المقترح لتصميم بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في ضوء نموذج ADDIE

ثانيًا: إعداد أداة البحث (مقياس مهارات إدارة الحياة):

تمثلت أداة البحث الحالي في مقياس مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر وقد تطلب لإعدادها تحديد قائمة بمهارات إدارة الحياة المستهدفة تنميتها في البحث الحالي من خلال الدراسة الاستكشافية والتي تمثلت في مهارات (إدارة الموارد – الاتصال والتواصل – إدارة الانفعالات – مهارات دراسية)، وممر اعداد المقياس بالخطوات التالية:

أ. **تحديد الهدف من المقياس:** يهدف هذا المقياس إلى قياس مستوى مهارات إدارة الحياة كسمة لطالبات الفرقة الأولى كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.

ب. **أبعاد المقياس:** تحددت أبعاد المقياس في أربعة أبعاد وهي على النحو التالي:

- 1- مهارات إدارة الموارد: يقصد بها استخدام طالبة الجامعة للموارد المادية والبشرية والإعتدال والتوازن فيها لتحقيق الأهداف.
- 2- الاتصال والتواصل: يقصد بها التفاعل مع الآخرين سواء كان لفظيًا أو غير لفظيًا.
- 3- مهارات إدارة الإنفعالات: يقصد بها ضبط طالبة الجامعة لإنفعالاتها ومشاعرها والتعامل الجيد مع الضغوط المحيطة بها.
- 4- مهارات دراسية: يقصد بها أداء طالبة الجامعة لنشاط التعليمي بشكل جيد وكما هو مطلوب لزيادة التحصيل الدراسي وتحقيق التفوق والنجاح.

ج- **صياغة مفردات المقياس:** تم صياغة مفردات المقياس حيث تكون من (56) مفردة مقسمة على أربعة أبعاد هي (مهارات إدارة الموارد (12 عبارة)، مهارات الاتصال والتواصل (16 عبارة)، مهارات إدارة الانفعالات (12 عبارة)، مهارات دراسية (16 عبارة) المقياس، في صورة عبارات موجبة وسالبة، وقد تدرجت الإستجابة على المقياس تدريجًا خماسيًا حسب مقياس ليكرت وهي (دائمًا – غالبًا – أحيانًا – نادرًا – أبدًا)، وبهذا أصبح المقياس في صورته المبدئية جاهزًا للعرض على السادة المحكمين.

ح- **تعليمات المقياس:** وضحت تعليمات المقياس (الهدف من المقياس، التأكيد على تدوين البيانات الشخصية في المكان المحدد لذلك، التنبيه على الطالبات بقراءة العبارة بدقة وتحديد موقفهن منها، التأكيد على أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، التأكيد على أنه لا توجد إجابتان للعبارة الواحدة بل إجابة واحدة، التأكيد على أن نتيجة هذا المقياس تستخدم لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها أحد سوى الباحثة).

خ- **تصحيح المقياس وتقدير الدرجات:** تم إعداد مفتاح تصحيح للمقياس الذي اتبع أسلوب التقدير الخماسي لليكرت وهي (دائمًا – غالبًا – أحيانًا – نادرًا – أبدًا) علي (5-4-3-2-1) على التوالي وذلك في العبارات الموجبة، وتعكس الدرجة في العبارات السالبة (1-2-3-4-5)، وتتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس ما بين (56-280).

- د- الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات إدارة الحياة: للتأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات إدارة الحياة في البحث الحالي، تم حساب الصدق والثبات والاتساق الداخلي وفيما يلي توضيح لذلك:
- أولاً: صدق المقياس:** تم حساب صدق مقياس مهارات إدارة الحياة عن طريق صدق المحتوى وصدق المحك (التلازمي) وفيما يلي توضيح ذلك:
- 1- **صدق المحتوى:** تم ذلك عن طريق التحليل المبدئي لمفردات المقياس بواسطة عدد من المحكمين (46) وحساب نسبة اتفاق السادة المحكمين على جميع مفردات مقياس مهارات إدارة الحياة تتراوح بين (89,13% - 100%)، كما اتضح أن متوسط نسبة الاتفاق الكلية للسادة المحكمين على المقياس ككل (95,08%)، وتم إجراء كافة التعديلات التي أشار بها السادة المحكمون، وبذلك فإن جميع مفردات مقياس مهارات إدارة الحياة تتمتع بدرجة صدق مقبولة.
 - 2- **صدق المحك (الصدق التلازمي):** تم حساب صدق مقياس مهارات إدارة الحياة وذلك بحساب معامل ارتباط المقياس المراد التحقق من صدقه بمقياس آخر ثبت صدقه، حيث طبق مقياس مهارات إدارة الحياة إعداد (رنا الترك، 2016)، والمقياس المراد تعيين صدقه مقياس البحث الحالي على عينة استطلاعية قوامها (20) طالبة من طالبات الفرقة الأولى بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطالبات في مقياس البحث الحالي، وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0,82)، وهو دال عند مستوى (0,01) مما يدل على صدق مقياس البحث وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث الحالية لمقياس مهارات إدارة الحياة.
- ثانياً: ثبات المقياس:** تم حساب ثبات مقياس مهارات إدارة الحياة بطريقتين (إعادة التطبيق، ألفا كرونباخ) وفيما يلي توضيح ذلك:
- 1- **الثبات بطريقة إعادة التطبيق (Test –Retest):** تم تطبيق مقياس مهارات إدارة الحياة مرتين على عينة استطلاعية قوامها (20 طالبة) بفاصل زمني أسبوعين بين التطبيق الأول والثاني وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطالبات في التطبيقين الأول والثاني وكانت النتيجة أن معاملات ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني تراوحت بين (0,58 - 0,92) في جميع أبعاد المقياس وهي معاملات ارتباط مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (0,01) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.
 - 2- **طريقه ألفا كرونباخ (Cronbachs alpha):** تم حساب ثبات مقياس مهارات إدارة الحياة بطريقة ألفا كرونباخ على العينة الاستطلاعية (20 طالبة)، وبلغت قيمته (0,82) وهو معامل ثبات جيد، مما يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.
 - 3- **الاتساق الداخلي:** تم حساب معاملات الاتساق الداخلي للعينة الاستطلاعية (20 طالبة) من طالبات الفرقة الأولى بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر (شعبة عامة)، سواء كانت

معاملات الاتساق بين المفردات والدرجة الكلية تراوحت بين (0.45 - 0.75) ومعاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية تراوحت بين (0.69 - 0.87), وكانت معاملات الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين المفردات والدرجة الكلية والابعاد والدرجة الكلية للمقياس جميعها دلالة عند مستوى معنوية (0,05-0,01) مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ذ- الزمن اللازم لمقياس مهارات إدارة الحياة: تم حساب الزمن اللازم للإجابة على مفردات المقياس عن طريق حساب متوسط الزمن الذي أستغرقته جميع الطالبات في الإجابة على مفردات المقياس حيث قدر ب (45 دقيقة).

ر- الصورة النهائية لمقياس مهارات إدارة الحياة: اشتمل المقياس في صورته النهائية على (56) مفردة، وبذلك أصبح المقياس صالحاً وجاهزاً للتطبيق في شكله النهائي، وتم إعداد مفتاح تصحيح المقياس، وبين الجدول رقم(1) مواصفات مقياس مهارات إدارة الحياة في الصورة النهائية.

جدول(1)

جدول مواصفات مقياس مهارات إدارة الحياة

إجمالي عدد المفردات	أرقام المفردات		أبعاد مهارات إدارة الحياة
	العبارة السالبة	العبارة الموجبة	
12	11,9,6,4	12,10,8,7,5,3,2,1	مهارات إدارة الموارد
16	28,27,22,20,14	23,21,19,18,17,16,15,13 26,25,,24	مهارات الاتصال والتواصل
12	40,36,31,29	39,38,37,35,34,33,32,30	مهارات إدارة الإنفعالات
16	56,53,52,51,46,44	49,48,47,45,43,42,41 55,54,50	مهارات دراسية
56	المجموع		

التجربة الميدانية للبحث: بعد الانتهاء من إعداد وتصميم بيئة التعلم الإلكترونية، وإعداد أدوات القياس مرت تجربة البحث بالمراحل التالية:

أولاً: ما قبل تنفيذ التجربة الميدانية:

أ. الموافقة الإدارية: تم الحصول على موافقة جهة العمل وفقاً للتسلسل الإداري على تطبيق الشق العملي.

ب. التجربة الاستطلاعية لبيئة التعلم الإلكترونية: بعد الانتهاء من إعداد بيئة التعلم الإلكترونية وتحكيمها ورفعها على الموقع الإلكتروني، تم تطبيقها على عينة قوامها (10) طالبات غير العينة الأساسية للبحث وذلك بهدف (التأكد من سلامة بيئة التعلم الإلكترونية من حيث الفتح والغلق باستخدام الرابط الخاص به واسم المستخدم وكلمة المرور، التأكد من سلامة المحتوى التعليمي ووضوحه علي بيئة التعلم الإلكترونية، التأكد من وضوح الأنشطة التعليمية التي تعقب كل موديول من موديولات بيئة التعلم الإلكترونية).

نتائج التجربة الاستطلاعية: كشفت نتائج التجربة الاستطلاعية عن صلاحية بيئة التعلم الإلكترونية للتطبيق، كشفت عن وجود بعض الأعطال الفنية داخل الموقع الإلكتروني للبيئة كعطل بعض الأزرار وروابط وتم مراجعة المبرمج لعلاج الاعطال .

د. اختيار العينة الأساسية للبحث وتقسيمها: تم اختيار العينة الأساسية للبحث من طالبات الفرقة الأولى "شعبة عامة" بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر للعام الجامعي (2022-2023م) والبالغ قوامها (100) طالبة من طالبات الفرقة الأولى وتم تقسيمهن عشوائياً إلى مجموعتين إحداهن تجريبية وقوامها (50) طالبة، درست هذه المجموعة مقرر إدارة منزل عام باستخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM)، والآخرى ضابطة وقوامها (50) طالبة ودرست مقرر إدارة منزل عام بالطريقة المعتادة، وقد تم هذا الاختيار في نهاية الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي (2022-2023م).

هـ. التصميم التجريبي للبحث: يستند البحث الحالي إلى التصميم التجريبي ذي المجموعتين (التجريبية والضابطة) اللتين تتعرضان لاختبارات قبلية وبعديّة (Experimental Design-per-posttest). موضحة بالشكل التالي:



شكل (2) التصميم التجريبي للبحث

وضبط المتغيرات الوسيطة المؤثرة في التجربة الميدانية: بغرض التحقق من فروض البحث، ومحاولة الإجابة عن أسئلته.

ك. التطبيق القبلي لأدوات البحث وحساب التكافؤ بين مجموعتي البحث: تم تطبيق مقياس مهارات إدارة الحياة قبلياً على طالبات عينة البحث الأساسية المجموعة (التجريبية والضابطة)، ثم حساب الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) باستخدام اختبارات للعينتين المستقلتين (Independent Samples T-test) وذلك للتأكد من تكافؤ المجموعتين، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول (2)

دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي (لمقياس مهارات إدارة الحياة) (ن=100)

البيان المتغيرات التابعة	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوي الدلالة
مقياس مهارات إدارة الحياة	التجريبية	50	87,40	2,39	0,164	0,870
	الضابطة	50	87,48	2,49		

يتضح من الجدول أن قيمة ت تساوي 0,164 وهي غير دالة وبذلك تؤكد للباحثة تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة.

ي. تجهيز متطلبات الدراسة باستخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على الموقع الإلكتروني: لابد من توافر جهاز إلكتروني يستخدمه في الدراسة بالبيئة الإلكترونية مثل (جهاز الكمبيوتر- أولاب توب- أو الجهاز اللوحي- أو هاتف نقال). وأن يكون متصلاً بشبكة الانترنت وأن يكون محملاً عليه البرامج اللازمة لتشغيل المصادر التعليمية الإلكترونية الموجودة داخل بيئة التعلم الإلكترونية، تم عمل اسم المستخدم (Username) وكلمة المرور (password) لكل طالبة من طالبات المجموعة التجريبية للدخول به إلى موقع بيئة التعلم الإلكترونية.

ثانياً: تنفيذ التجربة الميدانية وإجراءاتها: بعد الإنتهاء من التجربة الاستطلاعية والتأكد من صلاحية مواد المعالجة التجريبية (بيئة التعلم الإلكترونية) للتجريب النهائي، والتأكد من التكافؤ بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية)، تم تطبيق التجربة الأساسية للبحث في بداية الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي (2022-2023م) على مدار (9) أسبوع، وقد سار تنفيذ التجربة على النحو التالي (الجلسة التمهيديّة، دراسة طالبات المجموعة التجريبية لموديلات بيئة التعلم الإلكترونية، التقييم).

ثالثاً: ما بعد تنفيذ التجربة الميدانية: بعد الانتهاء من دراسة المقرر باستخدام بيئة التعلم الإلكترونية، قامت الباحثة بتطبيق أداة البحث بعددًا على المجموعة الضابطة والتجريبية مهارات إدارة الحياة، وتم رصد النتائج بعددًا لمعالجتها إحصائيًا للاستخلاص أهم نتائج البحث والخروج منها بتوصيات.

رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث الحالي: معامل ارتباط بيرسون pearson, وذلك للتحقق من بعض الخصائص السيكومترية لأدوات البحث (الصدق والثبات), معامل ألفا كرونباخ Cronbach Alpha, وذلك للتحقق من بعض الخصائص السيكومترية لأدوات البحث (الثبات), اختبار T-test لمقارنة متوسطين غير مرتبطين (Independent Samples T-test), اختبار T-test لمقارنة متوسطين مرتبطين (Paired- Samples T-test), حجم التأثير باستخدام إيتا² (2) ثم إيجاد قوة التأثير (D) للتعرف على أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.

عرض نتائج البحث ومناقشتها:

توصل البحث الحالي الى عدد من النتائج من خلال اختبار صحة فروض البحث التي نتناولها فيما يلي:

- (1) عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها: اختبار صحة الفرض الأول الذي ينص على أنه " يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية $(0,05 \geq)$ بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية (التي درست باستخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية) والضابطة (التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي جميع أبعاده لصالح طالبات المجموعة التجريبية"، تم استخدام اختبار (T-test) للمقارنة بين متوسطي مجموعتين مستقلتين (Independent Samples T-Test)، والجدول (3) يوضح النتائج كما يلي:



جدول (3)

نتائج اختبار (t-Test) للمقارنة بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة (ن=100)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعات	البيان
0,01	**34,26	98	1,22	17,08	50	التجريبية	إدارة الموارد المالية
			0,91	9,66	50	الضابطة	
0,01	**36,13	98	1,26	17,14	50	التجريبية	إدارة الوقت
			0,74	9,64	50	الضابطة	
0,01	**38,39	98	1,15	16,96	50	التجريبية	ترشيد الاستهلاك
			0,82	9,24	50	الضابطة	
0,01	**60,97	98	2,26	51,18	50	التجريبية	الدرجة الكلية للبعد الأول (إدارة الموارد)
			1,32	28,54	50	الضابطة	
0,01	**33,70	98	1,52	17,56	50	التجريبية	الاستماع الجيد
			0,93	9,02	50	الضابطة	
0,01	**35,01	98	1,67	17,82	50	التجريبية	العمل الجماعي
			0,80	8,62	50	الضابطة	
0,01	**35,67	98	1,48	17,42	50	التجريبية	المبادأة
			0,89	8,68	50	الضابطة	
0,01	**38,47	98	1,23	17,68	50	التجريبية	التعبير عن

			1,12	8,58	50	الضابطة	الذات	
0,01	**53,66	98	4,07	70,48	50	التجريبية	الدرجة	
			2,32	34,90	50	الضابطة	الكلية للبعد الثاني (الاتصال والتواصل)	
0,01	**34,15	98	1,32	17,10	50	التجريبية	ضبط النفس	
			1	9,04	50	الضابطة		
0,01	**33,94	98	1,63	17,32	50	التجريبية	إدارة	البعد الثالث
			0,72	8,74	50	الضابطة	الضغوط	
0,01	**33,51	98	1,52	17,12	50	التجريبية	التوازن	إدارة الانفعالات
			0,75	9,08	50	الضابطة	الانفعالي	
0,01	**54,39	98	2,86	51,54	50	التجريبية	الدرجة	
			1,44	26,86	50	الضابطة	الكلية للبعد الثالث (إدارة الانفعالات)	
0,01	**41,58	98	1,11	17,66	50	التجريبية	الاستذكار	
			1,01	8,80	50	الضابطة		
0,01	**35,90	98	1,38	17,38	50	التجريبية	التعلم الذاتي	
			0,86	9,10	50	الضابطة		
0,01	**37,98	98	1,40	17,70	50	التجريبية	التلخيص	البعد الرابع مهارات دراسية
			0,88	8,78	50	الضابطة		
0,01	**38,33	98	1,41	17,96	50	التجريبية	طرح	



		0,78	9,20	50	الضابطة	الاستئلة			
0,01	**76,33	98	2,89	70,70	50	التجريبية	الدرجة		
			1,42	35,88	50	الضابطة	الكلية للبعد		
							الرابع		
							مهارات		
							(دراسية)		
0,01	**94,77	98	8,28	243,90	50	التجريبية			
			2,91	126,18	50	الضابطة	الدرجة الكلية		
							لمقياس مهارات		
							إدارة الحياة		

ت الجدوليه عند مستوى دلالة(0,05) = 1,98 ت الجدوليه مستوى دلالة(0,01) = 2,63

يتضح من جدول (3) أن قيم "ت" المحسوبة لإبعاد مقياس مهارات إدارة الحياة تراوحت بين (76,33-33,51) (والدرجة الكلية للمقياس) تساوي (94,77)، عند درجة الحرية (98) وجميعها دالة عند مستوى معنوية (0,01)، وبهذا يتضح تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مهارات إدارة الحياة.

وبالتالي يمكن قبول الفرض الأول من فروض البحث والذي ينص على أنه "يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية (التي درست باستخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية) والضابطة (التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي جميع أبعاده لصالح طالبات المجموعة التجريبية"، وبالتالي أمكن الإجابة على السؤال الثاني، أيضاً يتضح من هذه النتيجة أن هذا الاختلاف بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية والضابطة يعد اختلافاً معنوياً أي لا يرجع إلى الصدفة، ولمعرفة حجم تأثير المتغير المستقل (نموذج (SWOM) في بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على المتغير التابع (مهارات إدارة الحياة) تم حساب حجم التأثير باستخدام إيتا² (2) ثم إيجاد قوة التأثير (D) وجدول (4) يوضح النتائج:

جدول (4)

يوضح قيم مربع إيتا (η^2) لتحديد حجم وقوة تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة
على نموذج (SWOM) على مقياس مهارات إدارة الحياة (ن=100)

البيان					مهارات إدارة الحياة	
دلالة قوة التأثير	قوة التأثير (I)	حجم التأثير η^2	قيمة "ت"	درجات الحرية		
كبيرة	6,78	0,92	34,26	98	إدارة الموارد المالية	البعد الأول إدارة الموارد
كبيرة	7,28	0,93	36,13		إدارة الوقت	
كبيرة	7,28	0,93	38,39		ترشيد الاستهلاك	
كبيرة	11,37	0,97	60,97		الدرجة الكلية للبعد الأول (إدارة الموارد)	
كبيرة	6,78	0,92	33,70	98	الاستماع الجيد	البعد الثاني الاتصال والتواصل
كبيرة	6,78	0,92	35,01		العمل الجماعي	
كبيرة	6,78	0,92	35,67		المبادأة	
كبيرة	7,28	0,93	38,47		التعبير عن الذات	
كبيرة	9,79	0,96	53,66		الدرجة الكلية للبعد الثاني (الاتصال والتواصل)	
كبيرة	6,78	0,92	34,15	98	ضبط النفس	البعد الثالث إدارة الانفعالات
كبيرة	6,78	0,92	33,94		إدارة الضغوط	
كبيرة	6,35	0,91	33,51		التوازن الانفعالي	
كبيرة	9,79	0,96	54,39		الدرجة الكلية للبعد الثالث (إدارة الانفعالات)	
كبيرة	7,91	0,94	41,58	98	الاستذكار	البعد الرابع مهارات دراسية
كبيرة	6,78	0,92	35,90		التعلم الذاتي	
كبيرة	7,28	0,93	37,98		التلخيص	
كبيرة	7,28	0,93	38,33		طرح الاسئلة	
كبيرة	14	0,98	76,33		الدرجة الكلية للبعد الرابع (مهارات دراسية)	
كبيرة	19,89	0,99	94,77		الدرجة الكلية لمقياس مهارات إدارة الحياة	

يتضح من جدول (4) أن قيمة حجم تأثير مربع إيتا (η^2) تراوحت بين (0,91 - 0,99) وبمقارنة هذه القيم بالدرجات المرجعية لدلالة حجم التأثير (صغير 0,2- متوسط 0,5- كبير 0,8) (عزت حسن، 2011، 284) نجد أن بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) ذات تأثير كبير على مهارات إدارة الحياة والمقياس ككل، وهذا يعني أن نسبة التباين في المجموع الكلي لمقياس مهارات إدارة الحياة لدى طالبات المجموعة التجريبية ترجع لاثربينة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) هي (99%)، وأن قوة تأثير بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) على مهارات إدارة الحياة لطالبات المجموعة التجريبية قد تراوحت بين (6,78 - 19,89) وبمقارنة هذه القيم بالجدول المرجعي (0,2 ضعيف، 0,5 متوسط، 0,8 فأكثر كبير) (رضاء عسر، 2003، 672) لتحديد مستوى حجم التأثير، وعلى ذلك فإن حجم التأثير كبير وهذا يشير إلى أن التغير الذي حدث في مهارات إدارة الحياة لدى طالبات عينة البحث يرجع بدرجة كبيرة إلى تأثير المتغير المستقل بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM).

(2) عرض نتائج الفرض الثاني ومناقشتها: ينص الفرض الثاني على أنه "يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية ($\geq 0,05$) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي كل بعد من أبعاده لصالح التطبيق البعدي"، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار T-Teast للمقارنه بين متوسطين مرتبطين (Paired- Sample T-Teast)، وجدول (5) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (5)

نتائج اختبار (T- Teast) للمقارنة بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة (ن=50)

البيان						
مستوى الدلالة	قيمة "ت"	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	التطبيق
						مهارات إدارة الحياة
0,01	**53,04	49	0,59	6,36	50	القبلي
			1,22	17,08	50	البعدي
						إدارة الموارد المالية
0,01	**49,46	49	0,75	6,92	50	القبلي
			1,26	17,14	50	البعدي
						إدارة الوقت
0,01	**52,94	49	0,84	6,12	50	القبلي

			1,15	16,96	50	البعدي	ترشيد الاستهلاك		
0,01	**86,25	49	1,16	19,40	50	القبلي	الدرجة الكلية للبعد الأول (إدارة الموارد)		
			2,26	51,18	50	البعدي			
0,01	**50,45	49	0,49	5,80	50	القبلي	الاستماع الجيد	البعد الثاني الاتصال والتواصل	
			1,52	17,56	50	البعدي			
0,01	**46,59	49	0,65	5,94	50	القبلي	العمل الجماعي		
			1,67	17,82	50	البعدي			
0,01	**48,14	49	0,55	5,98	50	القبلي	المبادأة		
			1,48	17,42	50	البعدي			
0,01	**43,16	49	1,24	6,72	50	القبلي	التعبير عن الذات		
			1,23	17,68	50	البعدي			
0,01	**68,40	49	1,61	24,44	50	القبلي	الدرجة الكلية للبعد الثاني (الاتصال والتواصل)		
			4,07	70,48	50	البعدي			
0,01	**49,48	49	0,59	6,24	50	القبلي	ضبط النفس	البعد الثالث إدارة الانفعالات	
			1,32	17,10	50	البعدي			
0,01	**40,07	49	0,85	6,28	50	القبلي	إدارة الضغوط		
			1,63	17,32	50	البعدي			
0,01	46,80	49	0,58	6,06	50	القبلي	التوازن الانفعالي		
			1,52	17,12	50	البعدي			
0,01	66,60	49	1,10	18,58	50	القبلي	الدرجة الكلية للبعد الثالث (إدارة الانفعالات)		
			2,86	51,54	50	البعدي			
0,01	**55,10	49	0,80	6,08	50	القبلي			



		1,11	17,66	50	البعدي	الاستذكار			
0,01	56,98	49	0,63	6,26	50	القبلي			
			1,38	17,38	50	البعدي	التعلم الذاتي		
0,01	**52,42	49	0,69	6,04	50	القبلي			
			1,40	17,70	50	البعدي	التلخيص		
0,01	**51	49	0,96	6,60	50	القبلي			
			1,41	17,96	50	البعدي	طرح الاسئلة		
0,01	**100	49	1,22	24,98	50	القبلي			
			2,89	70,70	50	البعدي	الدرجة الكلية للبعد الرابع (مهارات دراسية)		
0,01	**121,50	49	2,39	87,40	50	القبلي			
			8,28	243,90	50	البعدي	الدرجة الكلية لمقياس مهارات إدارة الحياة		

ت الجدولية عند مستوى دلالة(0,05) = 2,01 ت الجدولية عند مستوى دلالة(0,01) = 2,68 يتضح من جدول (5) أن قيم "ت" المحسوبة عند كل بعد من أبعاد مهارات إدارة الحياة قد تراوحت بين (43,16- 86,25) (والدرجة الكلية للمقياس (121,50), عند درجة الحرية (49) وجميعها دالة عند مستوى معنوية (0,01)، مما يدل علي تحسن وتفوق درجات التطبيق البعدي لمقياس مهارات ادارة الحياة على درجات التطبيق القبلي، من خلال نتائج جدول (4) يمكن قبول الفرض الثاني من فروض البحث والذي ينص على أنه " يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية(0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي كل بعد من أبعاده لصالح التطبيق البعدي "

وفي ضوء نتائج الفرض السابق يمكن قياس قوة تأثير نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية على مهارات إدارة الحياة لطالبات المجموعة التجريبية قبل وبعد التدريس باستخدام بيئة التعلم الإلكترونية، عن طريق حساب حجم التأثير باستخدام إيتا² (η²) ثم إيجاد قوة التأثير(D)، والجدول (6) يوضح قوة تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة علي نموذج (SWOM) علي أبعاد مهارات إدارة الحياة والدرجة الكلية لمقياس مهارات إدارة الحياة لدي طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي.

جدول (6)

قيم مربع إيتا (η^2) لتحديد حجم وقوة تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج
(SWOM) على مقياس مهارات إدارة الحياة (ن=50)

البيان					
مهارات إدارة الحياة	درجات الحرية	قيمة "ت"	حجم التأثير η^2	قوة التأثير (I)	دلالة قوة التأثير
إدارة الموارد البعد الأول	إدارة الموارد المالية	53,04	0,98	14	كبيرة
	إدارة الوقت	49,46	0,98	14	كبيرة
	ترشيد الاستهلاك	52,94	0,98	14	كبيرة
	الدرجة الكلية للبعد الأول (إدارة الموارد)	78,50	0,99	19,89	كبيرة
البعد الثاني الاتصال والتواصل	الاستماع الجيد	50,45	0,98	14	كبيرة
	العمل الجماعي	46,59	0,97	11,37	كبيرة
	المبادأة	48,14	0,98	14	كبيرة
	التعبير عن الذات	43,16	0,97	11,37	كبيرة
	الدرجة الكلية للبعد الثاني (الاتصال والتواصل)	68,40	0,99	19,89	كبيرة
البعد الثالث إدارة الانفعالات	ضبط النفس	49,48	0,98	14	كبيرة
	ضبط النفس	40,07	0,97	11,37	كبيرة
	إدارة الضغوط	46,80	0,97	11,37	كبيرة
	التوازن الإنفعالي	66,60	0,99	19,89	كبيرة
	الدرجة الكلية للبعد الثالث (إدارة الانفعالات)	55,10	0,98	14	كبيرة
البعد الرابع مهارات دراسية	الاستنكار	56,98	0,98	14	كبيرة
	التعلم الذاتي	52,42	0,98	14	كبيرة
	التلخيص	51	0,98	14	كبيرة
	طرح الاسئلة				



كبيره	19,89	0,99	100	الدرجة الكلية للبعد الرابع (مهارات دراسية)
كبيره	19,89	0,99	121,50	الدرجة الكلية لمقياس مهارات إدارة الحياة

يتضح من جدول (6) قيمة حجم تأثير مربع إيتا (2) تراوحت بين (0,97-0,99)، نجد أن تأثير بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) ذات تأثير كبير على مهارات إدارة الحياة والمقياس ككل، وهذا يعني أن نسبة التباين في المجموع الكلي لمقياس مهارات إدارة الحياة لدى طالبات المجموعة التجريبية ترجع لآثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) هي (99%)، وأن قوة تأثير نموذج (SWOM) في بيئة تعلم الكترونية على مهارات إدارة الحياة لدى طالبات المجموعة التجريبية قد تراوحت بين (11,37 - 19,89)، وهذا يشير إلى أن التغيير الذي حدث في مهارات إدارة الحياة لدى طالبات عينة البحث يرجع بدرجة كبيرة إلى تأثير المتغير المستقل نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية، ومن خلال عرض النتائج الخاصة بمهارات إدارة الحياة في الجداول (2)، (3)، (4)، (5) يمكن القول بأن التدريس باستخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية قد أحدث نموًا واضحًا ودالًا في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات المجموعة التجريبية مقارنة بطالبات المجموعة الضابطة، وبذلك تم الإجابة عن السؤال الثاني الذي ينص على " ما أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟"

ويمكن إرجاع النتائج الخاصة بالفرض الأول والثاني لأثر استخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة إلى الأسباب الآتية:

- ☒ الجو التعليمي الممتع والشيق الذي وفرته بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) حيث إحتوت البيئة على العديد من المثيرات (الانفوجرافيك التعليمي - الفيديو التعليمي).
- ☒ اعتماد الطالبات على ذواتهن في عملية التعلم داخل بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) أشعرهن بالمسئولية وبالرغبة في الوصول للأهداف المنشودة.
- ☒ إحتوت بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على وسائل تواصل مختلفة (الموقع الإلكتروني، فيس بوك، واتس اب) أدى إلى سهولة تواصل الطالبات مع الباحثة ومع بعضهن البعض .
- ☒ إحتوت بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على أنشطة تعليمية متنوعة في صورة أسئلة ومشكلات عقب كل مدرك من مدركات الموديول تشجع وتحفز

الطالبات على تنمية مهارات إدارة الإنفعالات (ضبط النفس - إدارة الضغوط - التوازن الإنفعالي).

كما ساهمت بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الموارد وخاصة إدارة الوقت من خلال المشكلات والمواقف التي تعرض على الطالبات لحلها ضمن وقت محدد وتضمن بحلها باستخدام خريطة التفكير والمنظم البياني.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات والتي أكدت على الأثر الإيجابي لنموذج (SWOM) على تنمية مهارت إدارة الحياة لدى للطالبات مثل دراسة (منذور فتح الله، 2008) و(صالح الحجاجحة وأحمد الزق، 2014)، كما أكدت دراسات أخرى على الأثر الإيجابي لبيئة التعلم الإلكترونية كدراسة(سليمان الثويني، 2016)، و(شوقي محمد، 2018)، و(خالد القحطاني ، 2019) و(نشوان شحاتة، 2020)، (Aziz, 2020) وقد أوصت دراسة(حمدي شعبان وأميره عبد الغني، 2013) ضرورة الإهتمام بتغيير البيئة المعتاده إلى البيئة البنائية الإلكترونية من خلال مكوناتها المادية والمعنوية واستخدام بيئة التعلم الإلكترونية للتدريب على المقررات العملية الأخرى بالمدارس وضرورة توظيف بيئة التعلم الإلكترونية في العملية التعليمية لزيادة الأداء المهاري لدى الطلاب وزيادة الإهتمام باستخدام بيئات التعلم الإلكترونية في التعليم في مراحل مختلفة.

(3) عرض نتائج الفرض الثالث ومناقشتهما: الذي ينص على أنه "بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) ذات فاعلية في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر" , للوقوف على مدى أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) كان السؤال الرئيس لهذا البحث: "ما فاعلية بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟" وللتحقق من أثر بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) مقارنة بالطريقة المعتاده، تم مقارنة أداء المجموعتين (التجريبية والضابطة) على أدوات البحث، وذلك عن طريق استخدام معادلة بلاك لحساب نسبة الكسب المعدل لكل من المجموعتين التجريبية والضابطة، ويوضح جدول (7) نسبة الكسب المعدل (لمقياس إدارة الحياة) باستخدام معادلة بليك(عزت عبد الحميد حسن، 2011، 322).

جدول (7)

نسبة الكسب المعدل لمقياس مهارات إدارة الحياة واختبار التفكير الإيجابي

المجموعة	الأداة	التطبيق	المتوسط الحسابي	الدرجة العظمى	نسبة الكسب المعدل	مدى القبول
التجريبية	مقياس	القبلي	87,40	280	1,40	مقبولة
	مهارات إدارة الحياة	البعدي	243,90			
الضابطة	مقياس	القبلي	87,48	280	0,33	غير مقبولة
	مهارات إدارة الحياة	البعدي	126,18			

يتضح من الجدول السابق أن نسبة الكسب المعدل لبلبيك للمجموعة التجريبية تتراوح بين (1,40-1,52) وهي مقبولة لأنها تزيد عن الواحد الصحيح وعلية يمكن القول بأن بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) يتصف بدرجة مقبولة من الأثر في تنمية مهارات إدارة الحياة، بينما نسبة الكسب المعدل للمجموعة الضابطة تتراوح بين (0,33-0,45) وهذا يؤكد فاعلية بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.

(4) عرض نتائج الفرض الرابع ومناقشتها: الذي ينص علي أنه "لا يوجد فرق دال احصائيًا عند مستوى معنوية ($0,05 \geq$) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات إدارة الحياة"، للإجابة عن السؤال الرابع الذي نصه "مامدى إستمرارية تأثير بيئة التعلم الإلكتروني القائمة على نموذج (SWOM) على تنميته مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر؟" ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام إختبار T- Teast للمقارنه بين متوسطين المرتبطين (Paired-Sample T- Teast) لمعرفة وحساب دلالة الفرق بين متوسطي درجات التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات إدارة الحياة بفواصل زمني قدرة ثلاثون يومًا من إنتهاء تجربة البحث والتطبيق البعدي للأدوات ويوضح جدول (8) النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (8)

نتائج اختبار (t-Test) للمقارنة بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في القياسين
البعدي والتبقي لمقياس مهارات إدارة الحياة (ن=50)

المتغيرات التابعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	مستوى الدلالة
مقياس مهارات إدارة الحياة ككل	0,120	0,435	1,95	49	غير دالة 0,057

ت الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) = 2,66 ت الجدولية عند مستوى دلالة (0,01) = 2,01

يتضح من جدول (7) عدم وجود فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتبقي لمقياس مهارات إدارة الحياة، حيث بلغت قيم "ت" المحسوبة (1,95) وهي قيمة غير دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01)، وبالتالي يمكن قبول الفرض السابق الذي نصه " لا يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والتبقي لمقياس مهارات إدارة الحياة "

خامسًا: تعليق عام على نتائج البحث

أظهرت نتائج البحث الحالي وجود فرق دال إحصائيًا بين طالبات المجموعة التجريبية التي درست باستخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية والمجموعة الضابطة التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق (لمقياس مهارات إدارة الحياة) لدى طالبات الفرقة الأولى لصالح المجموعة التجريبية وهذا يؤكد صحة الفروض والتي تنص على أنه:

- يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعتين التجريبية التي درست باستخدام نموذج (SWOM) في بيئة تعلم إلكترونية والضابطة التي درست بالطريقة المعتادة) في التطبيق البعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي كل بعد من أبعاده لصالح طالبات المجموعة التجريبية.
- يوجد فرق دال إحصائيًا عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات إدارة الحياة ككل وفي جميع أبعاده لصالح التطبيق البعدي.

- بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) ذات فاعلية في تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً عند مستوى معنوية (0,01) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات إدارة الحياة .

وتؤكد النتائج السابقة على :

- أ. فاعلية بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على تنمية مهارات إدارة الحياة لدى طالبات المجموعة التجريبية.
- ب. بقاء أثر بيئة تعلم الإلكترونيات في تنمية مهارات إدارة الحياة بسبب استخدام العديد من المصادر التعليمية الإلكترونية التي تعمل على إثارة المتعة والتشويق وزيادة دافعية الطالبات أثناء التعلم، مما يجعلهن نشطاء وإيجابيات يتحملن مسئولية تعلمهن .
- ت. فاعلية بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية القدرات العقلية لدى الطالبات من خلال تجزئة وتفسير المعلومات وتلخيصها والتوصل لأفكار إيجابية جديدة وغير المألوفة مما يساعدهن على تطبيقها في المواقف المشابهة مستقبلاً، كما تجعلهن أقدر على حل ما يواجههن من مشكلات ومواقف.

سادساً: التوصيات والدراسات المستقبلية للبحث:

أ- توصيات البحث :

- في ضوء نتائج البحث يمكن تقديم عدد من التوصيات تتضح فيما يلي:
- ضرورة الاستفادة من بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تدريس محتوى مقرر إدارة منزل عام في السنوات المقبلة .
 - إعادة النظر في المقررات الدراسية التي تقدم للطالبات في كلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، حيث يعاد تنظيم محتواها وتطويرها في ضوء معايير نموذج (SWOM) واعدادها في صورة بيئة تعلم إلكترونية .
 - تدريب أعضاء هيئة التدريس على توظيف واستخدام استراتيجيات ونماذج التدريس الحديثة واستراتيجيات التدريس الإلكترونية التي تسهم بشكل فعال في تنمية مهارات إدارة الحياة مثل نموذج (SWOM).
 - توظيف أساليب التدريس التكنولوجية الحديثة وعلى رأسها بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في المرحلة الجامعية لتحقيق نواتج التعلم المختلفة.

- ضرورة اهتمام أعضاء هيئة التدريس بتخطيط الأنشطة والمهام التربوية التي تساعد على تنمية مهارات إدارة الحياة.

ب- دراسات مستقبلية:

نظرًا لما اثبتته البحث الحالي من وجود الأثر الإيجابي لبيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تنمية مهارات إدارة الحياة ، فإنه يمكن تقديم بعض المقترحات لبحوث مستقبلية على النحو التالي:

- إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث حول أثر استخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) على متغيرات أخرى مثل (الكفاءة التعليمية – الدافعية للتعلم – الاتجاه نحو المادة).

- دراسة أثر أحد الاستراتيجيات والنماذج التعليمية الحديثة الأخرى لتنمية مهارات إدارة الحياة لدى المتعلمين في المراحل الدراسية المختلفة.

- إعداد برامج تدريبية لأعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة عن كيفية تطبيق بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM).

- إعداد برامج تدريبية لأعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة عن كيفية استخدام بيئة التعلم الإلكترونية القائمة على نموذج (SWOM) في تدريس المقررات الأكاديمية بمختلف تخصصات الكلية.

مراجع البحث:

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم عوض العوفي(2020): برنامج قائم على نموذج شوارتز لتنمية مهارات القراءة الناقد لدى طلاب المرحلة المتوسطة, مجلة كلية التربية, جامعة طيبة, ع3, مج47, ص ص 263: 280. متاح على <https://www.google.com/search?> تم استرجاعه بتاريخ 2022/3/11م.

أمل سفر القحطاني(2018): فاعلية بيئة تعليمية الكترونية توظيف التعلم النشط في تنمية مهارات إنتاج القصص الرقمية لطالبات جامعة الأميرة نورة, مجلة جامعة تبوك للعلوم الانسانية والاجتماعية, ع3, ص ص 211: 229.

ازهار علوان كشاش وماهر جاسم هادي(2020): اثر استعمال استراتيجية SWOM في تحصيل ماده الارشاد التربوي والصحة النفسية لدي طلبة قسم اللغة الانجليزية, المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية, ع15, مج4, ص ص 359: 376.

الغريب زاهر اسماعيل(2009): التعلم الإلكتروني من التطبيق الى الاحتراف والجودة, القاهرة, عالم الكتب.

المنظمة الدولية للشباب(2014): تعزيز المهارات الحياتية لدى الشباب: دليل عملي لتصميم برامج نوعية, المنظمة الدولية للشباب.

أماني عبد الرحمن الشيراوي(2015): الفروق في نوعية الحياة و التحصيل الأكاديمي تبعاً لمستوى مهارات الحياة لدى طلبة المرحلة الجامعية بمملكة البحرين, مجلة العلوم التربوية والنفسية, جامعة البحرين, ع4, مج16, ص ص 13: 49. متاح على <https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-815548> تم استرجاعه بتاريخ 2022/3/11م.

أحلام الباز حسن وسلوى عبد الحليم محمد(2020): إدارة الحياة (مفاهيم –مهارات- تطبيقات- تقويم), القاهرة, دار الفكر العربي.

إيمان محمد عبد الحليم(2015): الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات الحياة, مجلة الإرشاد النفسي, جامعة عين شمس, ع42, ص ص 1139: 1162.

باسم محمد جاسم (2020): استراتيجية SWOM وأثرها في اكتساب المفاهيم الرياضية لطالبات
الصف الثاني معهد إعداد المعلمات, مجلة الفنون والادب وعلوم الانسانيات,
ع54, ص ص 301:319.

تغريد عبد الله عمران (٢٠٠١): المهارات الحياتية, القاهرة, زهراء الشرق.

جمال فواز العمري (2013): مدى وعي طالبه الجامعات الاردنيه الرسميه للمهارات الحياتيه في
ضوء الاقتصاد المعرفي, مجلة الدراسات النفسيه والتربويه, جامعة البلقاء, ع10, ص
ص 103:128. متاح على <https://search.mandumah.com/Record/493940> تم
استرجاعه بتاريخ 2023/3/12م.

حسن عوض الجندي وسماح عبد الفتاح أحمد (2014): تصميم إستراتيجية قائمة على
الخرائط الذهنيه وأثرها على تنمية التحصيل الدراسي وبعض المهارات الحياتية لدى
طالبات الاقتصاد المنزلي بكلية التربية النوعيه, مجلة بحوث التربية نوعيه, جامعة
المنصورة, ع34, ص ص 202:257.

حياة بدر قرن (2020): قياس مهارات التربية الرقمية لطلاب كليات الإعلام بالجامعات المصرية
ضمن تجربة التعليم عن بعد في ظل أزمة جائحة كورونا, مجلة كلية الإعلام, جامعة
القاهرة, ع36, ص ص 387:427.

حمدة عبد الله سالم (2020): تصور مقترح لتفعيل دور الأنشطة اللامنهجية في تنمية المهارات
الحياتية لدى طالبات الجامعات في المملكة العربية السعودية, مجلة جامعة أم
القري, جامعة أم القري, ع1, ص ص 586:688. متاح على
<http://search.mandumah.com/Author/Home?author> تم استرجاعه بتاريخ
2023/3/11م.

حسام عبد الرحيم عافية (2019): التفاعل بين نوع التقويم الاقتران (الفردى- الجماعى)
وأسلوب التعلم في بيئات التعلم الإلكتروني القائم على المشروعات وأثره في تنمية
مهارات إنتاج قواعد البيانات والتفكير الناقد لدى طلاب المدارس الثانوية التجارية,
رسالة دكتوراه, غير منشورة, كلية التربية جامعة الفيوم.

خديجه أحمد بخيت (2011): فاعلية الدراسة الجامعية في تنمية المهارات الحياتية دراسة
ميدانية على طالبات كليات التربية للبنات بجامعة الملك عبد العزيز, مجلة دراسات
عربية في التربية وعلم النفس, ع1, مج 5, ص ص 13:35. متاح على

تم استرجاعه بتاريخ https://saep.journals.ekb.eg/article_52978.html م.2023/3/12

ذوقان عبيدات وسهيلة ابو السميد(2007): الدماغ والتعلم والتفكير, عمان, دار الفكر.

رشا محمد مبروك وفؤاد حامد الموافي وعمرو رفعت عمرو وأحمد محمد ابو زيد(2009):
العلاقة بين إدارة الحياة والسعادة لدى طلاب الجامعة, مجلة كلية التربية, جامعة
بور سعيد, ع5, ص ص 144:172.

روبرت شوارتز وساندرا باركس(2004): دمج مهارات التفكير الناقد والإبداعي في التدريس دليل
تصميم الدروس(ترجمة عماد أحمد أبو عياش وفاطمة يوسف البلوشي, ابوظبي, مركز
إدراك.

رضا ضحوي العمري ومها محمد كمال(2019): أثر أسلوب التعلم التشاركي في بيئة إلكترونية
على تنمية مهارات لغة البرمجة لدى طالبات الصف الاول الثانوي بمحافظة المخواة,
مجلة القراءة والمعرفة, جامعة عين شمس, ع 208, ص ص 163:184.

ساره مفلح الحارثي(2021): المهارات الحياتية وعلاقتها بالضغوط النفسية المهارات الحياتية
وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طالبات الجامعات في ضوء بعض المتغيرات, مجلة
شباب الباحثين في العلوم التربوية, جامعة سوهاج, ع8, ص ص 939:991.

سحر عبده السيد(2021): اثر استراتيجيه سوم في تدريس الرياضيات لتحقيق بعض مهارات
القرن الحادي والعشرين, مجلة تربويات الرياضيات, ع4, مج24, ص ص 251:278.

سليمان عبد الواحد إبراهيم (٢٠١٠): المهارات الحياتية ضرورة حتمية في عصر المعلوماتية
"رؤية سيكوتربوية", القاهرة, إيتراك للطباعة والنشر.

سليمان عبده المعمري(2018): مستوى إكتساب طلبة المستوى الرابع بكلية التربية للمهارات
الحياتية وعلاقتها بدرجة ممارستهم لها أثناء التدريب الميداني, مجلة العلوم النفسيه
والتربويه, كلية التربية, ع3, مج 19, ص ص 399:428.

سميره هاشم باروم وساره علي يونس(2018): مدى إسهام الأنشطة الطلابية بجامعة الملك
عبد العزيز في تنميه المهارات الحياتية لدى الطالبات, مجلة كلية التربية, جامعة عين
شمس, ع239, ص ص 51:86.

- سلوى قريب سلمان وطلل غالب علوان (2020): اثر استعمال استراتيجيه سوم في تحصيل ماده قواعد اللغة العربيه لدي طلبة قسم التربية الخاصه, المجلة العربيه للادب والدراسات الانسانية, ع12, مج 4, ص ص 283:302.
- شفق محمد صالح(2019): المهارات الحياتية لطفل الروضة, وقائع المؤتمر العلمي التاسع عشر, مجلة كلية التربية الأساسية, ص ص 349:370.
- شيماء عبد العزيز أبو زيد(2020) : تنميه بعض مهارات إدارة الحياة للأطفال مرضى السكر بمرحلة الطفولة المبكرة بإستخدام برنامج المسرح العرائس, مجلة كلية الدراسات الإنسانية, جامعة الأزهر, ع 25, ص ص 50:190.
- صالح عبد الله الأحمدى وزينب محمد اسماعيل وعصام شوقي شبل ونيل جاد عزمي(2015): اثر التدريبات الخطية وغير الخطية في بيئة تعليمية قائمة على الويب على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائي, مجلة القراءة والمعرفة, ع168, ص ص 211:234.
- صبيحي سعيد الحارثي(2013): فاعليه برنامج ارشادي نفسي لتنميه مهارات الحياة لدي طلبة المرحلة الثانويه, مكتب التربية العربي لدول الخليج, ع 128, ص ص 49:83.
- طلعت منصور وسميره محمد شند ومروه حمدي الدمرداش(2015): مقياس مهارات إدارة الحياة للمراه العامله, مجلة الارشاد النفسي, جامعة عين شمس, ع42, ص ص 451:470.
- عبير حسن مرسي ووزينب حسن السلامي وعبد اللطيف الصفي الجزار ومحمد عطيه خميس(2014): المساعدة البشرية في مقابل المساعدة الذكية بيئة التعلم الالكتروني لا يوجد اثر تفاعلهم مع أسلوب التفكير(داخلي- خارجي) على تنمية الكفاءة الذاتية ومهارات اتخاذ القرار في مواقف البحث التربوي, مجلة البحث العلمي في التربية, جامعة عين شمس, ع15, ج4, ص ص 687:740.
- عصام بدر دوس(2019): مهارات الحياة الجامعية وعلاقتها بالتوافق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة, المجلة العلمية, جامعة الملك فيصل, مج 20, ص ص 77:97.
- عزت عبد الحميد حسن(2011): الاحصاء النفسي والتربوي تطبيقات باستخدام برنامج spss18, القاهرة, دار الفكر العربي.
- لي ايزر شلوسر ومايكل سيمونسن(2015): التعليم عن بعد ومصطلحات التعليم الالكتروني, ترجمه نبيل جاد عزمي, القاهرة, مكتبه بيروت.

مجدي سعيد عقل وإيمان حميد أبو موسى (2019): فاعلية بيئة تعليمية إلكترونية توضح استراتيجيات التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير المستقبلي في التكنولوجيا لدى طالبات الصف السابع الأساسي، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، الجامعة الإسلامية، ع 6، مج 27، ص 1: 34. متاح على <http://search.mandumah.com/Record/997517> تم استرجاعه بتاريخ 2023/3/12م.

مجدي سعيد عقل ومحمد عطيه خميس ومحمد سليمان أبو شقير (2012): تصميم بيئة تعليمية إلكترونية لتنمية مهارات تصميم عناصر التعلم، مجلة كلية البنات والعلوم والتربية، ع 13، ص 387: 417. متاح على <https://metsaw.wordpress.com/%D9%85%D8%AD%D9%> تم استرجاعه بتاريخ 2023/3/12م.

محمد مختار المرادني وسماح فرحات الفيومي ومحمود عبد العاطي (2019): أسلوب عرض المحتوى ببيئة التعلم الإلكتروني وأثره في تنمية مهارات البرمجة والفاعلية الذاتية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، ع 3، مج 19، ص 703: 734.

محمد قاسم سعيقان ومحمد بكر نوفل (2011): دمج مهارات التفكير في المحتوى الدراسي، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

منيره محمد محمد (2020): التفكير الإيجابي وعلاقتها بتقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طالبات المرحلة الجامعية بالملكة العربية السعودية، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع 119، ص 71: 94. متاح على https://journals.ekb.eg/article_78554.htm تم استرجاعه بتاريخ 2023/3/15م.

ميسون عادل صالح (2017): توظيف بيئة تعلم إلكترونية قائمة على مصادر التعلم المفتوح المصدر لتنمية مهارات إنتاج القصة التفاعلية لدى طالبات الدراسات العليا، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ع 5، ص 1: 41.

مي سالم سالم وأحمد مهدي أبو الليل وإسلام جابر غلام وميرفت محمود علي (2020): تصميم بيئة التعلم الإلكتروني لتنمية الدافعية للإنجاز لدى المعاقين سمعياً، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ع 122، ص 595: 612.

منى عرفه عمر(2017): دور الجامعة في تنمية المهارات الحياتية لدى طلابها دراسة ميدانية
بجامعة أسوان, مجلة كلية التربية, جامعة المنوفية, ع4, مج32, ص ص 196: 249.

محمد عطية خميس(2003): عمليات تكنولوجيا التعليم, القاهرة, دار الكلمة.
نايفة قطامي وعبد العزيز السكاكر(2010): اثر برنامج تدريبي في التفكير مستند إلى نموذج
شوارتز على مهارة حل المشكلات لدى الطلبة الموهوبين في المملكة السعودية, المجلس
الوطني للموهوبين, المؤتمر العلمي العربي السابع للموهوبين, ع1, مج1, ص ص 835:
888. متاح على <https://search.mandumah.com/Record/483466> تم استرجاعه
بتاريخ 2023/3/15م.

نبيل عبد الهادي السيد ومروه عيد الباسط الصفتي(2020): اثر التدريب على
استراتيجيه SWOM في مهارات التفكير التاملي والهبوس الاكاديمي لدى طالبات الفرقة
الاولى بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة الأزهر, مجلة البحث العلمي في التربية, ع21, ج14,
ص ص 315: 368.

هشام صبيحي علي(2020): أثر تصميم بيئة التعلم الإلكتروني كيفية وفقا لأسلوب التعلم
(فردى- جماعى) والأسلوب المعرفى (معتمد- مستقل) على تنمية مهارات إنتاج
المقررات الإلكترونية لدى طالبات تكنولوجيا التعليم, مجلة كلية التربية, جامعة
المنصورة, ع11, ج1, ص ص 244: 314.

هبه درويس العال(2016): مفهوم الذات وعلاقتها بأسلوب حل المشكلات وإدارة الأزمات لدى
طالبات الجامعة, مجلة بحوث التربية النوعية, جامعة المنصورة, كلية التربية النوعية,
ع21, ص ص 182: 215.

وفاء سليمان عوجان(2021): اثر استخدام استراتيجيه سوم في تحصيل المفاهيم الفقيهه لدى
طالبات الصف السادس الاساسي في مديريه تربيته عين الباشا بالاردن, مجلة العلوم
التربويه والنفسيه, ع8, مج5, ص ص 56: 74. متاح على
<https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps/article/view/3295> تم استرجاعه
بتاريخ 2023/3/15م.

ريم عبد العزيز العلي(2015): تصور مقترح لتنمية بعض المهارات الحياتية لطالبات
جامعة سلمان بن عبد العزيز, مجلة كلية التربية, جامعة عين شمس, ع39, ج3, ص
ص 155: 249.

ثانيًا : المراجع الأجنبية:

- Aziz, I . (2020): The Effect of using (SWOM) model in the Achievement and Life Skills Development for First grade Students In Biology, *Journal of Xi'an University of Architecture and Technology*, NO 4, vol 12, pp714-729.
- Dron, J., & Bhattacharya, M. (2007, October). A Dialogue on E-Learning and Diversity: The Learning Management System vs the Personal Learning Environment. In E-Learn: World Conference on E-Learning in Corporate, Government, Healthcare, and Higher Education (pp. 2013-2020). Association for the Advancement of Computing in Education (AACE).
- Healthcare, and Higher Education (pp. 2013-2020). Association for the Advancement of Computing in Education (AACE).
- Hegner, D. (1991). Life Skills across the Curriculum: Combined Teacher/Student Manual. Department of General Academic Education, US, New Jersey.
- Hussein, H. N., & Mater, F. A. (2020). Effectiveness of Teaching by SWOM Strategy in Achievement and Retention of Second Intermediate-Grade Students in Science. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 12(2).
- Kadish, T. E., Glaser, B. A., Calhoun, G. B., & Ginter, E. J. (2001). Identifying the developmental strengths of juvenile offenders: Assessing four life-skills dimensions. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 21(2), 85-95.
- Lee, M. R. (2016). A study on the variables associated with leadership life skills in nursing students. *Journal of Digital Convergence*, 14(1), 65-73.
- Swartz, R. J. (2008). Teaching students how to analyze and evaluate arguments in history. *The Social Studies*, 99(5), 208-216.
- Siirak, V. (2008). Moodle e-learning environment-An effective tool for a development of a learning culture. In *Institution of Chemical Engineers Symposium Series* (Vol. 154, p. 290). Institution of Chemical Engineers; 1999.

Wingenbach, G. J., & Kahler, A. A. (1997). Self-perceived youth leadership and life skills of Iowa FFA members. *Journal of Agricultural Education*, 38, 18-27.