

## اثربخشی مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شهر اهواز

میترا اژدری<sup>۱</sup>، زهرا افتخار صعادی<sup>۲\*</sup>، محمدرضا برنا<sup>۳</sup>، سحر صفرزاده<sup>۴</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۱/۲۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۸/۱۳

نوع مقاله: پژوهشی

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر، تعیین میزان اثربخشی مدیریت زمان بر تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر اهواز بود.

**روش شناسی:** پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه اجرا طرح نیمه آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه (دوم) شهر اهواز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند که از بین ۳ ناحیه شهر، ناحیه ۲ تعیین و سپس به صورت تصادفی ۵۰ دانش‌آموز انتخاب شدند. نمونه انتخاب شده به دو گروه آزمایش (۲۵ نفر) و گروه کنترل (۲۵ نفر) گمارده شدند. ابزار پژوهش شامل برنامه مداخله آموزشی مدیریت زمان ترسی (۲۰۰۸)، پرسشنامه آزمون خلاقیت (MPPT) تورنس و پرسشنامه تعهد به مدرسه عابدی (۱۳۸۸) بود. اعتبار پرسشنامه به وسیله روایی محتوایی و پایایی آن با روش آزمون آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد. جلسات مداخله مدیریت زمان (طی ۲ ماه و ۷ جلسه) برای گروه آزمایش اجرا شد و در این مدت هیچ‌گونه آموزشی به گروه کنترل ارائه نشد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل کواریانس یک متغیری و چند متغیری با نرم افزار Spss24 استفاده شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد اثر مداخله مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معناداری افزایش یافت و این تفاوت تداوم داشت ( $p < 0/01$ ).

**بحث و نتیجه‌گیری:** با توجه به اثرگذاری مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان، برنامه ریزان نظام آموزشی باید در برنامه درسی دوره متوسطه، دروس مهارتی مانند برنامه ریزی و مدیریت زمان را لحاظ نمایند تا در کنار مباحث درسی، مهارت‌های زندگی نیز ارتقا یابند.

**واژگان کلیدی:** مدیریت زمان، تعهد به مدرسه، خلاقیت، دانش‌آموزان دختر

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. ID

<sup>۲</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران (نویسنده مسئول). ID

<sup>۳</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. ID

<sup>۴</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. ID

## مقدمه

دانش‌آموزان بخش مهمی از دوران زندگی خود را در مدرسه سپری می‌کنند. در این دوره فرصت‌های ویژه‌ای برای پرورش و رشد آنان فراهم می‌شود. موضوع خلاقیت<sup>۱</sup> یکی از این فرصت‌ها است که اگر در این دوره شکل بگیرد پیامدهای مطلوبی در جنبه‌های مختلف شناختی، اجتماعی و روانی و ... خواهد داشت و شانس موفقیت در زندگی را افزایش می‌دهد (Senel & Bagececi, 2019). خلاقیت شامل استعداد، ابتکار و خلق کردن است که به صورت بالقوه در هر فردی و در هر سنی وجود دارد و با محیط اجتماعی- فرهنگی در رابطه تنگاتنگی می‌باشد (Narayanan, 2017). همچنین خلاقیت را به آن دسته از فعالیت‌های ذهنی اطلاق نموده‌اند که به راه حل‌ها، ایده‌ها، مفهوم سازی‌ها، اشکال هنری و نظریه‌های منحصر بفرد و جدید منجر می‌شود (Burayeva & etal, 2020).

محققان و صاحب نظران ابعاد خلاقیت را شامل ۴ بعد دانسته‌اند: سیالی یا روانی<sup>۲</sup>: یعنی توانایی برتری رابطه معنی‌دار بین فکر، اندیشه و بیان است که براساس تعداد افکار یا راه حل‌ها در یک زمان مشخص اندازه‌گیری می‌شود؛ اصالت یا ابتکار<sup>۳</sup>: توانایی تفکر به شیوه غیر متداول و خلاف عادات رایج است که همراه با جواب‌های غیرمعمول و زیرکانه است و شامل دور شدن از امور رایج و واضح یا قطع رابطه تفکر مبتنی بر عادت می‌باشد. به عبارتی ارایه پاسخ‌های جدید و نوآورانه است (Redo & etal, 2021)؛ انعطاف پذیری<sup>۴</sup>: به عنوان ظرفیت تغییر مسیر فکر با توجه به یک کار خاص است و بسط<sup>۵</sup>: توانایی توجه به جزئیات در حین انجام یک فعالیت، دقت زیاد در ارائه ایده، پیاده‌سازی، ارزش دادن به آن و ارتباط آن با ایده‌های دیگر برای عرضه یک ایده جدید و قبولاندن آن است (Amalia & etal, 2020). در تقسیم بندی دیگری محققان مؤلفه‌های خلاقیت را به سه دسته شناختی، انگیزشی و شخصیتی تقسیم کرده‌اند. مؤلفه‌های شناختی شامل هوش، انعطاف‌پذیری، ابتکار، بسط، ترکیب و تحلیل؛ مؤلفه‌های هیجانی شامل انگیزه‌ها و عواطف و مؤلفه‌های شخصیتی شامل اعتماد به نفس، اراده مستقل، پذیرش خطر، پذیرش تجربه، استقبال از ابهام و کلنجار رفتن دانسته‌اند (Pashasharifi, 2014).

تعهد به مدرسه نیز عامل مهم دیگری است که می‌تواند پیامدهای مستقیم و غیر مستقیمی برای دانش‌آموزان در دوران تحصیل فراهم کند (Ogunleye & Babajide, 2011). تعهد با مدرسه را دلبستگی، ارتباط عاطفی مثبت، تعهد و سرمایه گذاری شخصی نسبت به مدرسه می‌دانند. به عبارت دیگر تعهد به مدرسه وجود دلبستگی و اعتماد نسبت به مدرسه تعریف شده است که بعد دلبستگی آن به رابطه عاطفی با مدرسه و بعد تعهد، به سرمایه گذاری در گروه اشاره دارد (Lawrence & Fakuade, 2021). همچنین تعهد به مدرسه را شامل مشغول بودن در مدرسه، تعهد به ارزش‌ها و باور نسبت به مدرسه تعریف کرده‌اند. برخورداری از احساس تعهد و پیوند با مدرسه علاوه بر ایجاد محیطی سالم برای دانش‌آموزان برای کسب شخصیت مستقل و اجتماعی شدن، بازده‌های تحصیلی مثبتی نیز دارد (Hashemi & etal, 2016). برعکس احساس تعهد ضعیف با مدرسه با پیشرفت تحصیلی پایین و مشکلات رفتاری همراه است (Liljeberg & etal, 2010).

محققان معتقدند که افزایش احساسات مثبت درباره مدرسه در طی نوجوانی به پیشرفت تحصیلی بیشتری منجر می‌شود و از آن طرف کاهش تعهد نسبت به مدرسه و آموزش، به بزهکاری نوجوان منجر می‌شود (St-Amand, 2017). Kuh (2014) نیز اذعان می‌کند که تعهد دانش آموز به مدرسه در دوران مدرسه و دانشگاه پایه و اساس مهارت‌های مورد نیاز افراد برای یک زندگی رضایت‌بخش و مولد بعد از دانشگاه است. دانش‌آموزانی که در کلاس به طور فعالی مشارکت نمی‌کنند و همچنین خود را متعلق و در ارتباط با مدرسه نمی‌دانند بیشتر احتمال دارد تا در بزهکاری و مشکلات رفتاری

<sup>1</sup> Creativity

<sup>2</sup> fluency

<sup>3</sup> originality

<sup>4</sup> flexibility

<sup>5</sup> elaboration

درگیر شوند (Crosone & etal, 2012). همچنین دیدگاه آشنایی - مشارکت<sup>۱</sup> معتقد است دانش آموز با مشارکت فعال همزمان احساس آشنایی آنان به مدرسه افزایش می‌یابد و در نتیجه دلبستگی در آنان زیاده‌تر می‌شود (Virtanen & etal, 2021). نظریه دلبستگی<sup>۲</sup> نیز بر اهمیت تشکیل یک پیوند قوی عاطفی نسبت به مدرسه و کارکنان آن تأکید دارد (Quoted from Sadeghi & Biranvand, 2016). بر مبنای این الگو ارتباطات میان فردی بین کودکان و والدین‌شان به روابط مثبت دانش‌آموزان با معلمان، مربیان و دیگر افراد بالغ در مدرسه گسترش می‌یابد (Durisic & Bunijevac, 2017).

یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار بر افزایش خلاقیت و تعهد و دلبستگی دانش‌آموزان به مدرسه می‌تواند عامل زمان باشد (Razali & etal, 2018). زمان یکی از با ارزش‌ترین منابعی است که در اختیار انسان قرار دارد زیرا منابع دیگر به شرط وجود زمان ارزش پیدا می‌کنند. از سوی دیگر امروزه با توجه به شتاب تغییرات و لزوم سازگاری با آن و استفاده بهینه از زمان مدیریت زمان مطرح شده است (Nasrullah & Khan, 2015). مدیریت زمان یعنی اینکه فرد زمان و کار خویش را به دست گیرد و اجازه ندهد که امور و حوادث ما را هدایت کنند (Zeinuddinez, 2018). مدیریت زمان ناظر بر مجموعه‌ای از مهارت‌ها برای کنترل کردن و استفاده بهتر از زمان است. این مهارت‌ها ابزار و روش‌هایی هستند که فرد را در استفاده مؤثر از زمان یاری می‌رساند تا از زمان خود به بهترین شکل استفاده کرده و وقت خود را صرف فعالیت‌های هدفمند سازد (Bozbayindir, 2019) مدیریت زمان شامل کار، زندگی اجتماعی، خانوادگی، شخصی و علایق و وظایف مختلف دیگری است که اگر بتوان از زمان به طور مؤثری استفاده کرد می‌توان همه نوع کار را به موقع انجام دهد (Das & Bera, 2021).

در مورد مدیریت زمان رویکردهای متفاوتی مطرح شده است. رویکرد عینیت‌گرا دید کمی و آماری به زمان دارد، قوانین مطلق گرایانه و عینی هستند و امور را ثابت و بدون حرکت می‌بینند. محیط و شرایط کاری در حال تغییر است افرادی که این رویکرد را دارند نمی‌توانند از زمان استفاده کنند (Divandari, 2015). رویکرد تخیلی: این رویکرد معتقد است برخی به شکل خیالپردازانه عمل و فکر می‌کنند که در آینده همه کارهای مورد انتظار را می‌توانند انجام دهند. زمان را واقعیتی می‌پندارند که در آینده تحقیق می‌یابد و عدم درک زمان منجر به از دست رفتن فرصت‌هایی می‌شود که تکرار پذیر نیستند. رویکرد بهره‌وری نیز معتقد است با کمترین زمان و هزینه بایستی بهترین نتیجه و عملکرد کاری را گرفت. افراد سعی دارند زمان لازم برای انجام یک کار را به حداقل برسانند تا فرصت انجام سایر تکالیف را بدست آورند (Savari, 2010).

در مورد پیشینه موضوع به خصوص اثرگذاری مدیریت زمان بر تعهد پژوهش‌های اندکی وجود دارد. این در حالی است که خلاقیت و تعهد به مدرسه از ارکان اصلی رشد در دانش‌آموزان محسوب می‌شوند. (Aflaki & Akbari, 2019) در پژوهشی نتیجه گرفتند بین مدیریت زمان و میزان خلاقیت دانش‌آموزان رابطه معنادار وجود دارد. (Kushki & Naemi, 2018) در پژوهشی نتیجه گرفتند بین گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس از آزمون تفاوت معناداری وجود دارد و آموزش مدیریت زمان بر خلاقیت و مولفه‌های بسط و ابتکار گروه آزمایش تأثیر مثبت و معناداری داشته است؛ ولی بر مولفه‌های انعطاف‌پذیری و سیالی مؤثر نبوده است. (Gorter and Zulaf, 2018) در پژوهشی نتیجه گرفتند بالا بردن خلاقیت و انگیزش و استقامت در برابر استرس، تفکر در مورد صرف وقت و بالا رفتن آگاهی استفاده از زمان، از پیامدهای مهارت‌های خوب مدیریت زمان است، همچنین عملکرد کاری بالا و تنش جسمانی پایین از پیامدهای مدیریت زمان می‌باشد.

(Vander Zanden & etal, 2018) در پژوهشی نتیجه گرفت مؤلفه‌های تعهد به مدرسه (انضباط، انجام تکالیف، مسئولیت‌پذیری نسبت به هنجارهای مدرسه) با عامل زمانی دانش‌آموزان رابطه معناداری دارد. (Hattle, 2017) در

1 Participation – Identification Model

2 Attachment theory

پژوهشی نتیجه گرفت که آموزش مدیریت زمان به افزایش رفتارهای مدیریت زمان و افزایش انگیزش و خلاقیت تحصیلی منجر می‌شود. (Rigo & Donolo (2017) در پژوهشی دریافتند که برنامه ریزی زمانی و مدیریت آن می‌تواند تا حد زیادی حس مسولیت پذیری و تعهد را در دانش‌آموزان ایجاد کند. (Amerifard & etal (2014) در پژوهشی نتیجه گرفتند مدیریت زمان می‌تواند بر موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان و خلاقیت آنان اثرگذار باشد. مرور مطالعات نشان می‌دهد علی‌رغم اهمیت خلاقیت و تعهد به مدرسه هنوز مطالعات اندکی انجام شده است و خلا پژوهشی وجود دارد. همچنین، مطالعات مدیریت زمان بر خلاقیت، بیشتر در دوره تحصیلی دانشگاه انجام گرفته و مدرسه مورد غفلت قرار گرفته است. از سوی دیگر مطالعات مدیریت زمان در ارتباط با خلاقیت و تعهد به مدرسه بیشتر در مورد دانش‌آموزان پسر انجام شده و مورد مطالعه دختران مورد غفلت قرار گرفته است. این در حالی است که نتایج برخی مطالعات محققان نشان داده است دانش‌آموزان دختر چنانچه دلبستگی و تعهد بیشتری نسبت به مدرسه پیدا کنند احتمال ترک تحصیل در آنان کاهش می‌یابد که یک عامل مؤثر بر ایجاد تعهد و خلاقیت آنان می‌تواند مدیریت زمان و استفاده مطلوب از زمان باشد. از سوی دیگر، با شناخت اثرگذاری مدیریت زمان بر خلاقیت و تعهد به زمان می‌توان هم به دانش‌افزایی بیشتری دست یافت و هم در برنامه‌ریزی‌های کلان و خرد نسبت به این موضوع برنامه ریزی مناسب صورت گیرد. همچنین می‌توان در صورت مشخص شدن تأثیر مدیریت زمان بر خلاقیت و تعهد به مدرسه، دوره‌های مهارت‌های زندگی با محوریت مدیریت و برنامه‌ریزی زمان برای دانش‌آموزان اجرا شود. لذا، با توجه به مطالب مذکور هدف این پژوهش تعیین میزان اثربخشی مدیریت زمان بر تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر اهواز می‌باشد.

## روش شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه اجرا، طرح نیمه آزمایشی پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر متوسطه (دوم) شهر اهواز در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بودند که بر اساس نمونه‌گیری تصادفی ابتدا از بین ۳ ناحیه شهر، ناحیه ۲ تعیین و سپس به صورت تصادفی ۵۰ دانش‌آموز انتخاب شدند. در ادامه نمونه انتخاب شده به دو گروه آزمایش (۲۵ نفر) و گروه کنترل (۲۵ نفر) گمارده شدند. ابزار پژوهش شامل مقیاس‌های ذیل بود: ۱- برنامه مداخله آموزشی مدیریت زمان: برنامه مداخله مهارت‌های مدیریت زمان بر اساس مدیریت زمان ترسی<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) بود. این مداخله آموزشی در طی ۷ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به مدت دو ماه آموزش داده شد (جدول ۱). ۲- پرسشنامه آزمون زمینه‌یابی مداد کاغذی چند جوابی سنجش خلاقیت (MPPT) تورنس<sup>۲</sup>: پرسشنامه حاضر بر اساس شکل کوتاه شده و استاندارد شده آن می‌باشد که توسط دکتر عابدی ساخته و معرفی شده است. این آزمون در واقع چهار عامل تشکیل دهنده خلاقیت یعنی سیال (۱۶ گویه)، ابتکار (۲۲ گویه)، انعطاف (۱۱ گویه) و بسط (۱۱ گویه) است. هرگزینه سه پاسخ متفاوت الف، ب و ج کیفی با ارزش تبدیل به کمیت عددی ۰، ۱ و ۲ را دارند. مجموع نمرات کسب شده در هر خرده آزمون، نمایانگر نمره آزمودنی در آن بخش است و مجموع نمرات آزمودنی در چهار خرده آزمون نمره کلی خلاقیت فرد را نشان می‌دهد. نمرات حاصل از سنجش هرچهار عامل به تنهایی و مجموع نمرات در کل، قابل تحلیل و تفسیر هستند دامنه نمره کل خلاقیت هر آزمودنی بین ۰ تا ۱۲۰ خواهد بود. ۳- پرسشنامه تعهد به مدرسه<sup>۳</sup>: این مقیاس قسمتی از پرسشنامه عوامل خطرساز و محافظت کننده است که توسط عابدی (۱۳۸۸) تهیه و هنجاریابی شده است و به صورت دقیق میزان تعهد به مدرسه را می‌سنجد. این مقیاس ۱۲ سؤالی به صورت لیکرت ۵ درجه‌ای (۱= کاملاً مخالف تا ۵= کاملاً موافق) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات بین ۱۲ تا ۲۷ تعهد

1Teresi

2Torrance

3 School Connection Questionnaire

پایین، بین ۲۷ تا ۴۳ تعهد متوسط و بیشتر از ۴۴ تعهد به مدرسه در حد بالا ارزیابی می‌شود. روایی این مقیاس در پژوهش رضایی شریف و همکاران انجام شده و در حد مطلوبی بوده است. شیوه اجرای پژوهش اینگونه بود که ابتدا از دانشگاه معرفی نامه همکاری با انجام پژوهش گرفته و به مدرسه منتخب ارایه شد. سپس از بین تمامی دانش‌آموزان بر اساس ملاک‌هایی مانند پایه ۱۱ تحصیلی رشته انسانی و دامنه سنی ۱۵ تا ۱۶ سال تعداد ۶۰ نفر انتخاب شدند که البته به خاطر ریزش احتمالی نمونه و جهت رعایت اخلاقیات پژوهش، رضایت نامه فقط ۵۰ نفر دریافت شد، لذا نمونه نهایی منتخب همین تعداد بود. نمونه انتخاب شده به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. در مرحله بعدی برای هر دو گروه آزمون مقدماتی گرفته شد و محقق با همکاری فرد مجرب دیگری جلسات مداخله مدیریت زمان (طی ۲ ماه و ۷ جلسه) را برای گروه آزمایش اجرا شد و در این مدت هیچ گونه آموزشی به گروه کنترل داده نشد. سپس اثر بخشی مداخله مهارت مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان مورد بررسی قرار گرفت. همچنین در مرحله پیگیری که یک ماه پس از اتمام مداخله درمانی صورت گرفت برای هر دو گروه پرسشنامه‌های مذکور اجرا گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل کواریانس یک متغیری (انکوا) و تحلیل کواریانس چند متغیری (مانکوا) با نرم افزار Spss نسخه ۲۴ استفاده شد.

جدول ۱. محتوای جلسات مداخله مهارت‌های مدیریت زمان

جلسات	عناوین جلسات	محتوای جلسات
جلسه اول	اهمیت و فواید مدیریت زمان	آموزش مدیریت زمان و فواید مدیریت زمان و اینکه مدیریت زمان چه اهمیتی بر آموزش و کنکور آن‌ها دارد آموزش داده شد.
جلسه دوم	خطاهای شناختی	در مورد خطاهای شناختی و اشتباهاتی که افراد در مورد خود و جهان اطراف دارند و این خطاها باعث اتلاف وقت و تعلل ورزی و مدیریت نادرست زمان می‌شود توضیحات ارایه شد.
جلسه سوم	تمرین عوامل اتلاف کننده زمان	عوامل اتلاف کننده وقت بررسی شد و توسط خود مشارکت کنندگان بحث شد.
جلسه چهارم	بهبود مهارت‌های مدیریت زمان	تکنیک‌های افزایش مهارت مدیریت زمان ذکر شد و مورد بررسی قرار گرفتند و اینکه این تکنیک‌ها چه زمانی باید به کار برده شوند تا اثرگذار باشند.
جلسه پنجم	برنامه ریزی	در مورد اینکه برنامه ریزی امری مهم در زندگی است و اینکه چگونه برنامه ریزی شود بحث شد.
جلسه ششم	تعیین اولویت کارها	اولویت بندی برنامه‌های زندگی و مدرسه مورد واکاوی قرار گرفت هر شرکت کنندگان در مورد اولویت‌های خود بحث کردند.
جلسه هفتم	جمع بندی و مرور مطالب	مطالب قبلی گفته شده مرور شد و از شرکت کنندگان خواسته شد هر نکته مهمی را جمع جلسات قبلی دارند بپرسند.

## یافته‌ها

ابتدا در جدول (۲) شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) متغیرهای تعهد به مدرسه، خلاقیت در دانش‌آموزان و مدیریت زمان با گروه کنترل در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری ارائه شده است.

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) متغیرهای تعهد به مدرسه، خلاقیت و مدیریت زمان

متغیر	مرحله	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	
تعهد به مدرسه	مدیریت زمان	۱۶/۰۷	۴/۵۲	۲۶/۱۳	۶/۰۹	۲۶/۹۳
	کنترل	۱۶/۰۶	۴/۸۳	۱۶/۹۳	۵/۳۷	۱۷/۰۶
خلاقیت	مدیریت زمان	۱۲/۰۶	۳/۶۸	۲۳/۰۲	۷	۲۳/۰۶
						۵/۱۷
						۵/۱۳
						۷/۲۵

دانش‌آموزان						زمان
کنترل						کنترل
۳/۸۲	۱۳/۸	۳/۶۲	۱۳/۵۳	۳/۶۱	۱۳/۰۷	

یافته‌های جدول (۲) نشان می‌دهد میانگین تعهد به مدرسه در مرحله پیش آزمون ۱۶/۰۷ و در مرحله پس آزمون به ۲۶/۱۳ افزایش یافته و برای گروه کنترل در دو مرحله پیش و پس آزمون اختلاف قابل توجهی وجود ندارد. همچنین برای خلاقیت نیز میانگین نمره پیش آزمون و پس آزمون به ترتیب ۱۲/۶ و ۲۳/۲ است در حالی که برای گروه کنترل افزایش قابل توجهی ایجاد نشده است.

قبل از تحلیل داده‌ها با کمک روش تحلیل کوواریانس چند متغیری پیش فرض‌های آن بررسی شدند که نتایج نشان داد فرض نرمال بودن داده‌ها بر اساس آزمون کولموگروف - اسمیرنوف، فرض برابری ماتریس‌های واریانس - کوواریانس بر اساس آزمون ام. باکس، فرض برابری واریانس‌ها برای همه متغیرها بر اساس آزمون لوین و فرض همگنی شیب خطی رگرسیون بر اساس تعامل گروه پیش آزمون و پس آزمون برقرار است ( $P > 0/05$ ) برقرار بود. بر این اساس می‌توان از روش تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده کرد.

برای مقایسه گروه‌های آزمایش و کنترل بر اساس نمرات پس‌آزمون بعد از کنترل اثر پیش‌آزمون، جهت تعیین میزان اثربخشی مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شهر اهواز ابتدا یک تحلیل کوواریانس چندمتغیری (مانکوا) انجام گرفت، سپس فرضیه‌های پژوهشی آزمون شدند. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری در جدول (۳) آمده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری پس آزمون تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت در گروه‌های آزمایش و کنترل

آزمون	ارزش	F	Df	مقدار خطا	P
اثر پیلایی	۰/۵۶۶	۴/۹۹	۶	۷۶	۰/۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۴۵۵	۵/۹۳	۶	۷۴	۰/۰۰۱
اثر هنتلینگ	۱/۱۴	۶/۸۸	۶	۷۲	۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۱/۱	۱۴	۳	۳۸	۰/۰۰۱

یافته‌های جدول (۴) نشان می‌دهد که این گروه‌ها حداقل در یکی از متغیرهای وابسته با یکدیگر تفاوت معنی‌داری دارند. در نتیجه استفاده از تحلیل کوواریانس جایز است. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای نمره‌های پس آزمون در متغیرهای وابسته را نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا مربوط به نمره‌ی پس آزمون تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت

منبع	متغیر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
تعهد نسبت به مدرسه		۹۴۷/۷۷	۲	۷۴۳/۸۸	۱۸/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۴۸۶
خلاقیت		۱۱۱۲/۵۳	۲	۵۵۶/۲۶	۱۸/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۴۸۵

نتایج جدول (۴) نشان می‌دهد نسبت F تحلیل واریانس تعهد به مدرسه ( $F=18/44$  و  $P=0/001$ ) و خلاقیت ( $F=18/38$  و  $P=0/001$ ) به دست آمدند. لذا، بین گروه مدیریت زمان و کنترل تفاوت معنی‌دار آماری دیده می‌شود. در ادامه برای تعیین اینکه بین کدام یک از گروه‌ها در متغیرهای وابسته تفاوت وجود دارد از آزمون پیگیری بنفرونی استفاده شد که نتایج آن در جدول (۵) ارائه شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه میانگین‌های تعدیل شده نمرات تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت

متغیر	گروه‌های مورد مقایسه	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	سطح معنی‌داری
تعهد به مدرسه	مدیریت زمان با کنترل	۹/۷۵	۱/۸۵	۰/۰۰۱
خلاقیت	مدیریت زمان با کنترل	۹/۸۷	۲/۰۱	۰/۰۰۱

نتایج جدول (۵) نشان می‌دهد تفاوت بین گروه مدیریت زمان با گروه کنترل در خلاقیت برابر ۹/۸۷ می‌باشد که در سطح ۰/۰۰۵ معنی‌دار می‌باشد. این یافته نشان می‌دهد که بین میانگین گروه مدیریت زمان نسبت به میانگین گروه کنترل در خلاقیت تفاوت معنی‌داری به نفع گروه مدیریت زمان وجود دارد. در نهایت برای مشخص شدن اثر تداوم مداخله مدیریت زمان از آزمون پیگیری بنفرونی استفاده شد که نتایج آن در (۶) آمده است.

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی برای مقایسه میانگین‌های تعدیل شده نمرات تعهد نسبت به مدرسه و خلاقیت

متغیر	گروه‌های مورد مقایسه	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	P
تعهد به مدرسه	مدیریت زمان با کنترل	۹/۷۶	۱/۶۷	۰/۰۰۱
خلاقیت	مدیریت زمان با کنترل	۱۰/۰۵	۲/۰۹	۰/۰۰۱

نتایج جدول (۶) نشان می‌دهد تفاوت بین گروه مدیریت زمان با گروه کنترل در تعهد نسبت به مدرسه برابر ۹/۷۶ می‌باشد که در سطح ۰/۰۰۵ معنی‌دار می‌باشد. این یافته نشان می‌دهد که اثر مدیریت زمان بر تعهد نسبت به مدرسه در مرحله پیگیری نیز تداوم داشته است. همچنین، تفاوت بین گروه مدیریت زمان با گروه کنترل در خلاقیت برابر ۱۰/۰۵ می‌باشد که در سطح ۰/۰۰۵ معنی‌دار می‌باشد. این یافته نشان می‌دهد که اثر مدیریت زمان بر خلاقیت در مرحله پیگیری تداوم داشته است.

### بحث و نتیجه‌گیری

امروزه خلاقیت و تعهد به وظایف از موضوعات اصلی نظام‌های آموزشی هستند که می‌توانند زمینه ساز پیشرفت در سایر امور تحصیلی و آموزشی شوند و یکی از استراتژی‌های مناسب مؤثر بر آنها مدیریت زمان است. لذا بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی اثربخشی مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه و خلاقیت دانش‌آموزان دختر متوسطه دوم شهر اهواز بود.

یافته‌ها نشان داد مدیریت زمان بر خلاقیت دانش‌آموزان اثرگذار بود. تفاوت بین گروه آموزش با گروه کنترل در خلاقیت برابر ۹/۸۷ بود که در سطح ۰/۰۰۵ معنی‌دار بود. این یافته نشان می‌دهد که بین میانگین گروه آموزش مدیریت زمان نسبت به میانگین گروه کنترل در خلاقیت تفاوت معنی‌داری به نفع گروه آموزش مدیریت زمان وجود دارد. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های (Aflaki & Akbari (2019)، Kushki & Naemi (2018)، Amerifard & etal (2014)، Gorter and Zulaf (2018) و Vander Zanden & etal (2018) که نتیجه گرفتند بودند مدیریت زمان بر خلاقیت و ابعاد مختلف آن اثرگذار است همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت، رقابت، عدم قطعیت و قابلیت پیش‌بینی، تحولات و خطرهای متعاقب آن که با سرعت در حال انفجاری رخ می‌دهند، برخی از ویژگی‌های دوران کنونی است که بر زندگی روزمره افراد اثر می‌گذارند و دیدگاهی از آینده‌ای توأم با عدم قطعیت و پیچیدگی پیش روی آنها قرار می‌دهند. در چنین شرایطی، علاوه بر مدیریت زمان و مدیریت کارآمد این سناریوها، نیازمند ظرفیت انطباق و نیز نوآوری است و همین عوامل سرمایه‌گذاری روی خلاقیت در آموزش را به امری ضروری و غیر قابل انکار تبدیل کرده است. خلاقیت پیش‌شرطی ضروری برای توسعه روزافزون مدارس است. زمینه‌های اقتصادی و اجتماعی معاصر همراه با دیدگاه‌های ناهمخوان در خصوص آینده، تقاضاهای مهمی بر دوش مربیان و موسسات آموزشی نهاده است. از سوی دیگر، باید گفت بروز خلاقیت امری فی‌البداهه نیست و مستلزم هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی در نظام‌های آموزشی و به خصوص مدارس است.

از حیث هدف‌گذاری باید برنامه درسی دانش‌آموزان از حالت صرف مباحث نظری به سوی مباحث مهارتی تغییر کند تا بتوان شاهد بروز خلاقیت در دانش‌آموزان بود. از نظر زمان نیز در کنار هدف‌گذاری باید دانش‌آموزان برای تمام جنبه‌های زندگی حرفه‌ای خود نوعی مدیریت کردن را فرا بگیرند زیرا انجام کارها بر اساس برنامه زمانی و مدیریت آن می‌تواند مسیر انجام کارها را مشخص نموده و نوعی مهارت در آنان ایجاد کند. لذا می‌توان نتیجه گرفت عادت کردن به مدیریت

زمان و انجام کارها بر اساس آن می‌تواند به پیشرفت در کارها و نوعی آسودگی خاطر و کاهش استرس در دانش‌آموزان منجر شود. در مورد دانش‌آموزان دختر نیز می‌توان نتیجه گرفت خلاقیت امری مربوط به جنسیت نیست و پرورش خلاقیت در دانش‌آموزان دختر شاید از پسران برای جامعه و پیشرفت آن مهم‌تر باشد. زیرا با توجه به نقش مهم خانه داری برای دختران به عنوان مادران آینده و لزوم شیوه خلاق در تربیت فرزندان آینده، از سوی دیگر زنان و به خصوص دختران نقش مهمی در توسعه کشور دارند و پرورش خلاقیت در دانش‌آموزان دختر نیز می‌تواند به دستاوردهای آنی و آینده‌نگر تبدیل شود.

یافته دیگر پژوهش نشان داد آموزش مدیریت زمان موجب افزایش تعهد نسبت به مدرسه در دانش‌آموزان می‌شود. تفاوت بین گروه آموزش مدیریت زمان با گروه کنترل در تعهد نسبت به مدرسه برابر  $8/75$  می‌باشد که در سطح  $0/005$  معنی‌دار می‌باشد. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های (Rigo & Donolo, Vander Zanden & etal (2018)، Lou & etal (2018) و (2017) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت دانش‌آموزان که اهمیت زمان را درک می‌کنند و می‌دانند که باید با محدودیت‌های زمانی خود کنار بیایند عکس‌العمل بهتری نسبت به اتفاقات اطراف خود نشان می‌دهند. در حقیقت مدیریت زمان یک مهارت است که نسبت به چالش‌ها و برنامه‌ها انجام می‌شود. لذا آموزش مهارت مدیریت زمان نقش خیلی زیادی در انس گرفتن دانش‌آموز با مدرسه به دنبال دارد. وقتی دانش‌آموزان از طریق مدیریت زمان و با برنامه ریزی درست تکالیف و وظایف مربوط به مدرسه را انجام دهد، و در نقش‌های دانش‌آموزی به مشکل برخورد و همچنین رضایت معلمان را به دنبال داشته باشد، این عوامل سبب می‌شود دانش‌آموز نسبت به مدرسه علاقه و اشتیاق داشته باشد و به وظایف خودش در قبال مدرسه تعهد داشته باشد و در انجام دادن تکالیف مدرسه نوعی جبر برای خودش در نظر بگیرد.

همچنین می‌توان گفت از دانش‌آموزان دختر بر حسب جنسیت خود انتظار می‌رود که علاوه بر تحصیل در نقش خانه داری نیز مشارکت کنند و این دو وظیفه یعنی امورات تحصیلی و خانه داری مستلزم برنامه‌ریزی زمانی و نوعی مدیریت زمانی است که چنانچه بتوان به هر دوی آنها رسید نوعی رضایت خاطر و حتی اعتماد به نفس بالا در آنان ایجاد می‌کند. هم‌مین می‌تواند موجب اشتیاق به مدرسه و تعهد به وظایف نیز بشود لذا می‌توان نتیجه گرفت آموزش مهارت مدیریت زمانی بر انسجام کارهای تحصیلی (مدرسه) و خانه داری (خانه) اثرگذار است و به نتایج بهتری منجر می‌شود. نکته دیگر در تبیین اثرگذاری مدیریت زمانی بر تعهد به مدرسه این است که دانش‌آموزان دختر بیشتر وقت خود را در خانه هستند و مدرسه مکانی است که بیرون از محیط خانه در کنار معلمان و دوستان خود قرار می‌گیرند و می‌توان نتیجه گرفت دل‌بستگی به مدرسه و امورات مدرسه نیز ناشی از محیط مدرسه باشد که مقابل محیط خانه است و نوعی محیط صمیمی بعد از خانه برای آنان به شمار می‌رود در حالی که پسران آزادی بیشتری دارند و محیط‌های مختلف از خانه و بیرون از آن را بیشتر تجربه می‌کنند.

هر پژوهشی با محدودیت‌هایی روبه‌رو است. محدودیت‌های پژوهش حاضر شامل عدم اطمینان کامل به کنترل متغیرهای اثرگذار خارج از دسترس محقق که می‌توانند بر نتایج پژوهش اثرگذار باشند، ۲- مطالعه تک‌جنسیتی که در اینجا فقط دختران مطالعه شد، ۳- عدم پیگیری نتایج در بازه زمانی بلند مدت بودند که در اینجا ۱ ماه بعد از اجرای پژوهش گروه پیگیری مورد مطالعه قرار گرفت و می‌توان در چند ماه بعد نیز این کار را انجام داد تا بتوان به تداوم اثر آزمایش اطمینان بیشتری کرد و ۴- مطالعه موردی در یک مدرسه در حالی که می‌توان هم‌زمان در چند مدرسه انجام داد و به مقایسه نتایج پرداخت. بر اساس یافته‌ها پیشنهاد می‌شود:

۱- محققان در آینده به مطالعه هم‌زمان و مقایسه جنسیت در اثرگذاری مدیریت زمان بر خلاقیت و تعهد به مدرسه نیز بپردازند و طول دوره پیگیری را طولانی‌تر در نظر بگیرند.



- ۲- پیشنهاد می‌شود برای شناخت اثرگذاری دقیق تر مدیریت زمان بر خلاقیت دانش‌آموزان، پرسشنامه بومی و مختص دانش‌آموزان دختر طراحی شود. زیرا ممکن است نوع خلاقیت دختران و پسران بر حسب ماهیت آنان متفاوت باشد.
- ۳- پیشنهاد می‌شود در مدارس متوسطه، دروسی با محوریت چگونگی برنامه ریزی برای خانواده آموزش داده شود تا علاوه بر توانمندسازی دانش‌آموزان در مهارت برنامه ریزی خلاقیت آنان مورد سنجش قرار گیرد. ۴
- ۴- نتایج نشان داد مدیریت زمان بر تعهد به مدرسه اثرگذار است لذا باید موانع اثرگذار بر تعهد به مدرسه شناسایی شوند تا بتوان با راهبرد مدیریت زمان به شکل بیشتری تعهد و دلبستگی به مدرسه افزایش یابد.

### **تشکر و قدردانی**

بدین وسیله از تمام کسانی که در انجام این پژوهش به محقق کمک نمودند به خصوص دانش‌آموزان عزیزی که در پژوهش شرکت کردند و همچنین اساتید محترم راهنما و مشاور که در طول تمام مراحل پژوهش نکات و راهنمایی‌های ارزشمند خویش را در اختیار محقق قرار دادند صمیمانه تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## References

- Amalia Y, Sukarmin Suharno. (2020). Analysis of student's creative thinking skills profiles on work and energy topics. In AIP Conference Proceedings, 22 (1), 112-119.
- Amerifar F, Taheri A. (2014). A Study of the Relationship between Time Management and Academic Success of Talented School Students, Government and Ordinary Sample of Shiraz, The First National Conference on Educational Sciences and Psychology, Marvdasht. (In Persian)
- Aflaki Fard H, Akbari, M R. (2019). The relationship between time management and creativity and self-regulation of Saadabad sixth grade elementary students. Educational Research, 5 (18), 69-90.. (In Persian)
- Bozbayindir F. (2019). The Relationship between the Time Management Skills and Cyberloafing Behavior of School Administrators: A Quantitative Analysis. Educational Policy Analysis and Strategic Research, 14(3), 178-199.
- Burayeva Z, Berkimbayev K, Kerimbayeva B, Semiz K, Atikol B. U. (2020). Creativity potential management in a higher education context. International Journal of Educational Management.
- Durisc M, Bunijevac M. (2017). Parental involvement as important factor for successful education. Center for Educational Policy Studies Journal, 7(3): 137-153.
- Das P, Bera S. (2021). Impact of Time Management on Students' Academic Achievement at Secondary Level, 8(2): 227-233.
- Divandari A. (2014) A different approach to time management. Tehran Negah Danesh Publications. (In Persian)
- Hashemi T, Vahedi S, Mohebbi M. (2016). The Structural Relationship of School and Parental Bonding with Academic Satisfaction and Academic Control: The Mediating Role of Academic Self-efficacy. Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning, 3(5): 1-20. (In Persian)
- Kushki F, Naemi A. M. (2018). The effect of time management training on creativity in elementary students. Innovation and Creativity in the Humanities, 8 (3): 1-24. (In Persian).
- Liljeberg J.F, Eklund J.M, Frit M. V, Klinteberg, B. (2010). Poor school bonding and delinquency over time: Bidirectional effects and sex differences. Journal of Adolescence, 34(1): 1-9.
- Lawrence K. C, Fakuade O. V. (2021). Parental Involvement, Learning Participation and Online Learning Commitment of Adolescent Learners during the COVID-19 Lockdown. Research in Learning Technology, 29(3): 1-16.
- Ogunleye B. O, Babajide V. F. T. (2011). Commitment to science and gender as determinants of students' achievement and practical skills in physics. Journal of Science Teachers Association of Nigeria, 46(1): 125-135.
- Nasrullah S, Khan M. S. (2015). The impact of time management on the students' academic achievements. 11(15): 65-71.
- Narayanan S. (2017). A Study on the Relationship between Creativity and Innovation in Teaching and Learning Methods towards Students Academic Performance at Private Higher Education Institution, Malaysia. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 7: 1-10.
- Pasha Sharifi H. (2014). The Relationship between Creativity and Personality Traits of Tehran High School Students, Quarterly Journal of Educational Innovations, 3(7): 22-40. (In Persian)

- Redó N. A, Gutiérrez M. Á. M, Cano J. D. V. (2021). Dimensions of Creativity in Secondary School High-Ability Students, *AIP Conference Proceedings*, 22(1): 70-91.
- Razali S. N. A. M, Rusiman M. S, Gan W. S, Arbin N. (2018, April). The impact of time management on students' academic achievement. In *Journal of Physics: Conference*, 995(1).
- Rigo D. Y, Donolo D. (2017). Analysis of an Integrative Model of School Commitment: Relationship among Situational, School, Social and Personal Variables in Primary School Students.
- Savari K, Mashali A. (2010) The relationship between time management behaviors and mastery goals with academic procrastination among students of Payame Noor University, Ahvaz. *Journal of Educational Psychology*, 5 (14): 99-112. (In Persian).
- Senel M, Bağçeci B. (2019). Development of Creative Thinking Skills of Students through Journal Writing. *International Journal of Progressive Education*, 15(5): 216-237.
- St-Amand J, Girard S, Smith J. (2017). Sense of belonging at school: Defining attributes, determinants, and sustaining strategies. *iafor Journal of Education*, 5(2): 105-119.
- Van der Zanden P. J, Denessen E, Cillessen A. H, Meijer P. C. (2018). Domains and predictors of first-year student success: A systematic review. *Educational Research Review*, 23: 57-77.
- Virtanen T. E, Räikkönen E, Lerkkanen M. K., et al. (2021). Development of participation in and identification with school: Associations with truancy. *The Journal of Early Adolescence*, 41(3): 394-423.
- Zeinuddinez Z. N. (2018). A Study on The effectiveness of time management among secondary school principals in Damascus Governorate (Doctoral dissertation, The British University in Dubai).

## The Effectiveness of Time Management on School Commitment and Creativity of Female High School Students in Ahvaz

Mitra Azhdari<sup>1</sup>

Zahra Eftekhari Saadi<sup>2\*</sup>

Mohammadreza Borna<sup>3</sup>

Sahar Safarzadeh<sup>4</sup>

### Abstract

**Purpose:** Students spend an important part of their lives in school. In this period, special opportunities are provided for their cultivation and growth. The subject of creativity is one of these opportunities that, if formed in this period, will have favorable consequences in various cognitive, social, and psychological aspects, and will increase the chances of success in life. Creativity includes talent, initiative and creating, which exists potentially in every person and at every age and is closely related to the socio-cultural environment. Creativity has also been defined as those mental activities that lead to unique and new solutions, ideas, conceptualizations, artistic forms and theories. The aim of this study was to determine the effectiveness of time management on school commitment and creativity of female high school students in Ahvaz.

**Methodology:** The present study was applied in terms of purpose and pre-test and post-test semi-experimental design with control group. The statistical population of this study included all high school students (second) in Ahvaz in the academic year 2018-19-, which was determined from 3 districts of the city, district 2 and then 50 students were randomly selected. The selected samples were assigned to two experimental groups (n = 25) and the control group (n = 25). The research instruments included the fear intervention time management educational program (2008), the Torrance Creativity Test Questionnaire (MPPT) and the Abedi School Commitment Questionnaire (2009). The validity of the questionnaire was obtained by content validity and its reliability by Cronbach's alpha test method of 0.91. Time management intervention sessions (during 2 months and 7 sessions) were performed for the experimental group and no training was provided to the control group during this period. Descriptive statistics (frequency, mean and standard deviation) and inferential statistical methods (analysis of covariance of univariate and multivariate with Spss24 software) were used to analyze the data.

**Findings:** The results showed that the effect of time management intervention on school commitment and students' creativity in the experimental group increased significantly compared to the control group and this difference continued ( $p < 0.01$ ).

**Conclusion:** Considering the effect of time management on school commitment and students' creativity, planners of the educational system should include skill courses such as planning and time management in the secondary school curriculum in order to improve life skills along with the topics of the course.

**Keywords:** Time Management, School Commitment, Creativity, Female Students

---

<sup>1</sup> PhD Student, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran. mitraazhdari1400@yahoo.com

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran (Corresponding Author), eftekharsaadi@yahoo.com

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran, bornamohammad1349@yahoo.com

<sup>4</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran, Sararzadeh1152@yahoo.com