

Research Paper

Developing and Validating of the Time management Skills in the First Secondary School

Ramatallah marzooghi¹, Zahra Firoozi², Jafar Jahani³, Abdual aziz Aflaksar⁴

1. Professor, Department of Educational Management, Faculty of Educational Sciences, Shiraz University.

2. Ph.D in Curriculum, Department of Educational Management, Faculty of Educational Sciences, Shiraz University.

3. Associate Professor, Department of Educational Sciences, Department of Educational Management, Faculty of Educational Sciences, Shiraz University

4. Associate Professor, Department of Educational Sciences ,Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University.

Received:2021/06/14

Accepted:2021/10/31

PP:197-217

Use your device to scan and read the article online



DOI:

[10.30495/jedu.2023.28024.5612](https://doi.org/10.30495/jedu.2023.28024.5612)

Keywords:

Time management skills,
Validation, Content analysis,
Confirmatory factor analysis

Abstract

Introduction: The purpose of this research was to develop and validate the pattern of time management skills for the first secondary school .

Research methodology: The research method is purposeful, applied and developmental in terms of the type of qualitative-quantitative research. In the qualitative part, by means of content analysis, the constituent items of time management skills components were identified through the review of scientific texts. The tool used in this study was review of texts. For the validity and reliability of the qualitative part, the techniques of reliability were used, and for the quantitative part, content validity and Cronbach's alpha were used. Quantitative research data using a researcher-made questionnaire based on the findings of the qualitative section of 325 by random sampling method among teachers and school principals with academic and experimental backgrounds in the fields of psychology, counseling, educational management and curriculum were collected and analyzed by confirmatory factor analysis.

Findings: Based on the results obtained in the qualitative section, the time management skills model has 54 categories and 14 components, including knowledge about their cognitive system, knowledge about time management, knowledge about time management strategies, basic knowledge about time management, Positive attitude towards time, sense of responsibility, self-confidence, resilience and perseverance, self-regulation, systems thinking, creative thinking, critical thinking, flexibility, planning, implementation, evaluation, monitoring and review and 3 organizing themes including cognitive, attitudinal, and time management skill that has been endorsed by first secondary school teachers.

Citation: marzooghi Ramatallah, Firoozi Zahra, Jahani Jafar, Abdual aziz Aflaksar (2023). Developing and Validating of the Time management Skills in the First Secondary School. Journal of New Approaches in Educational Administration; 14(3):197-217

Corresponding author: Zahra Firoozi

Address: Ph.D. student, Department of Educational Management, Faculty of Educational Sciences, Shiraz University, Shiraz, Fars Province, Iran.

Tell: 09334101752

Email: Zahrafiroozi2010@yahoo.com

Extended Abstract

Introduction:

the present study intends to provide a comprehensive model in the field of time management with a holistic perspective and using the results of various internal and external studies that have all the components. Important and effective time management skills and skills to eliminate as much as possible the shortcomings of previous models and tools. Therefore, the research questions are as follows: What are the components of time management skills for first secondary school? And what is the fit of the time management skills model for first secondary school?

Methodology:

The method of the present research is applied in terms of purpose, development and based on analysis and data collection method. First, qualitative data are the initial framework of time management components based on studies conducted in the field of time management skills by thematic analysis was extracted. Then, in the second stage, this framework was collected and analyzed through quantitative data. The statistical population in the qualitative part includes all the researches done in the last two decades in the field of time management skills, which were selected using Targeted sampling method and available technique of the sample and sampling until theoretical saturation. continued. In the qualitative part, in order to extract categories, criteria and indicators to achieve the model of time management skills were explored. Theoretical analysis was used. Also to evaluate the relevance of the results with the data collected from data alignment techniques by collecting sufficient data from multiple sources and another researcher who has more ability and expertise in conducting research as an outside judge and observer. The statistical population in the quantitative part of the research includes teachers and administrators in Fars province. In the quantitative part of the research, a simple random sampling method was used. The designed questionnaire was sent to 397 teachers and administrators and finally 325 questionnaires were completed and received. In proportion to the extracted components in the qualitative part of the research, a 54-item researcher-made questionnaire was used to collect data and measure the components of time management skills in junior high school. Content validity and Cronbach's alpha were used to assess the validity and reliability of the questionnaire, which was confirmed. Finally, correlation test and confirmatory factor analysis using SPSS and AMOS software were used to analyze the data and fit the pattern of time management skills in for first secondary school.

Findings:

In the qualitative section, using the content analysis method, the theme network of time management skills for the first secondary school is presented. To analyze the information obtained from the theoretical literature and experimental studies in the field of time management skills, the content analysis process was performed. In this research, the network of themes has been used to present the model. In the quantitative part, based on the themes and categories extracted in the qualitative stage, a questionnaire in the field of time management skills was designed and provided to the statistical community. Correlation test and confirmatory factor analysis were used to analyze and validate the data. To evaluate the fit of the conceptual model of time management skills, including: cognitive, attitudinal and skill dimensions of time management based on components, second-order confirmatory factor analysis has been used. The value of the critical ratio to the degree of freedom index (CMIN / DF) is 3.834, which is a good value for fitting the pattern. The root mean square of the estimation error (RMSEA) is 0.065, which is acceptable due to being smaller than 0.08 and indicates the confirmation of the research model. Also, the adaptive fit index (CFI) is 0.917 and the normalized fit index (PNFI) is 0.715, which all indicate the desired fit and confirmation of the research model. The estimated standard coefficient (factor load) for the components is greater than 0.7 and is significant at the 95% probability level ($p < 0.05$). Therefore, it can be concluded that the defined components can significantly explain the indicators related to the dimensions of time management skills. According to the model, the cognitive dimension with a coefficient of 0.941 has the highest coefficient, the attitudinal dimension with a coefficient of 0.876 has the lowest coefficient. Among the components of the cognitive dimension, background knowledge has the highest coefficient (0.906) compared to time management (situational knowledge) and knowledge about its cognitive system has the lowest coefficient (0.730). Among the components of attitude, attitude has the highest coefficient of responsibility (0.888) and positive attitude towards time has the lowest coefficient (0.810). Among the components of the skill dimension, creative thinking time management has the highest coefficient (0.891) and self-regulation has the lowest coefficient (0.788). Given this, it is clear that the observed variables can well explain the hidden variable. Since the factor load of all observed variables is greater than 0.3, they have a favorable relationship with the hidden variable (cognitive, attitudinal and time management dimensions).

Results:

In the qualitative section, the time management skills model with 54 categories and 14 components was identified, which was also approved by the teachers and principals of the first secondary school.in quantitative accreditation. Given the importance of time management skills and its role in improving student performance, although this issue has been addressed to some extent in foreign

and domestic research, but the issue of time management skills, especially for first secondary school, is considered. There are no researchers and it is not explained. Therefore, conducting this research is a step towards developing the theoretical foundations of the subject and helping managers and planners to develop time management skills in the country's education system.

مقاله پژوهشی

توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول

رحمت اله مرزوقی^۱، زهرا فیروزی^۲، جعفر جهانی^۳، عبدالغزیز افلاک سیر^۴

۱- استاد تمام گروه علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

۲- دانش آموخته دکتری برنامه درسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

۳- دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

۴- دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

چکیده

مقدمه و هدف: هدف پژوهش توسعه و اعتباریابی الگوی مدیریت زمان در دوره متوسطه می باشد. **روش شناسی پژوهش:** روش تحقیق از لحاظ هدف، کاربردی و توسعه ای، از لحاظ نوع کیفی- کمی می باشد در بخش کیفی به شیوه تحلیل مضمون، گویه های سازنده مهارت های مدیریت زمان از طریق بررسی متون علمی شناسایی شد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش متن کاوی بود. برای روایی و پایایی بخش کیفی از تکنیک های قابلیت اعتبار و قابلیت اعتماد و برای بخش کمی از روایی محتوایی و آلفای کرونباخ استفاده شد. داده های پژوهش در بخش کمی با استفاده از پرسشنامه محقق ساخته مبتنی بر یافته های بخش کیفی از تعداد ۳۲۵ که به روش نمونه گیری تصادفی از بین معلمان و مدیران مدارس دارای سوابق تحصیلی و تجربی در رشته های روان شناسی، مشاوره، مدیریت و برنامه ریزی درسی انتخاب شده بودند گرد آوری و از طریق روش تحلیل عامل تاییدی تحلیل گردید.

یافته ها: بر اساس نتایج در بخش کیفی، الگوی مهارت های مدیریت زمان دارای ۵۴ مقوله و ۱۴ مولفه ی آگاهی در مورد نظام شناختی خود، آگاهی در مورد مدیریت زمان، آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان، دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان، نگرش مثبت نسبت به زمان، احساس مسئولیت پذیری، اعتماد به نفس، مقاومت و پشتکار، خودتنظیمی، تفکر سیستمی، تفکر خلاق، تفکر نقاد، انعطاف پذیری، برنامه ریزی، اجراء ارزشیابی، نظارت و بازنگری و ۳ مضمون سازمان دهنده مشتمل بر بعد شناختی، نگرشی و مهارتی مدیریت زمان می باشد که در اعتباریابی کمی نیز توسط معلمان و مدیران دوره متوسطه اول مورد تایید قرار گرفت.

نتیجه گیری: به دلیل اهمیت مهارت های مدیریت زمان در دوره های مختلف زندگی و عواقب جبران ناپذیر عدم فراگیری آن ها، انتظار می رود نظام آموزش و پرورش از طریق سازماندهی برنامه های درسی جامع و متناسب با ویژگی های خاص فراگیران در دوره های تحصیلی مختلف، در جهت آموزش هرچه بهتر این مهارت ها گام بردارد.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۳/۲۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۸/۰۹

شماره صفحات: ۱۹۷-۲۱۷

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI:

10.30495/jedu.2023.28024.5612

واژه های کلیدی:

مهارت های مدیریت زمان، اعتباریابی، تحلیل مضمون، تحلیل عامل تاییدی

استناد: مرزوقی رحمت اله، فیروزی زهرا، جهانی جعفر، افلاک سیر عبدالغزیز (۱۴۰۲). توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول. دوماهنامه علمی- پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی. ۱۴ (۳): ۱۹۷-۲۱۷

* نویسنده مسوول: زهرا فیروزی

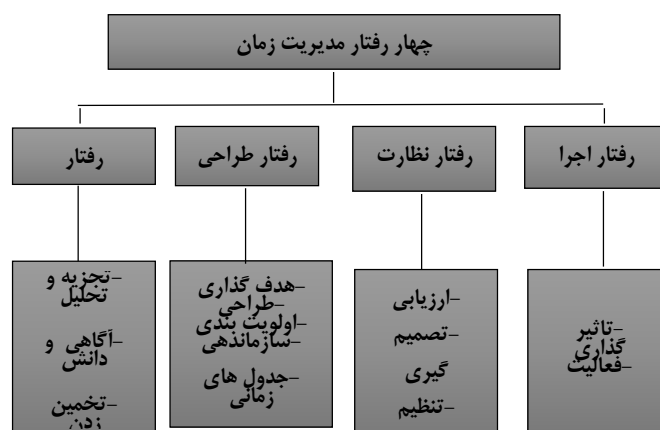
نشانی: دکتری برنامه درسی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شیراز، شیراز، فارس، ایران

تلفن: ۰۹۳۳۴۱۹۱۷۵۲

پست الکترونیکی: zahrafiroozi2010@yahoo.com

مقدمه

اصطلاح مدیریت زمان در اواخر دهه ی ۱۹۵۰ پس از جنگ جهانی دوم مورد توجه قرار گرفت و تحت تاثیر حوزه های مختلف علمی از جمله روانشناسی، مدیریت و برنامه ریزی تعاریف متعددی به خود گرفته است. برایان تریسی (Tracy, 2014) یکی از متخصصان حوزه ی مدیریت زمان، این مفهوم را از منظر علم روانشناسی مورد تعریف قرار می دهد و بیان می دارد که مدیریت زمان بر مبنای قانون کنترل در روانشناسی می باشد. طبق این قانون هر فرد دارای قوه ی خود پنداره ی است که رفتار وی را در زمینه های مختلف کنترل می کند. افراد دارای خودپنداره ی بالا خود را مولد، سازمان دهنده و مسئول می بینند و در نتیجه مدیریت زمان بهتری دارند. جواهرزاده (Javaherizadeh, 2009) بیان می دارد که متخصصان علم مدیریت معتقدند که مدیریت زمان، کلید موفقیت در برابر مشکلاتی است که یک مدیر با آن مواجه است و عبارت است از مکانیزمی که تعادل را در جنبه های مختلف فردی و سازمانی ایجاد می کند. یکی از تعاریف مدیریت زمان که اکثر صاحب نظران بر آن اتفاق نظر دارند، تعریف مدیریت زمان بر اساس مهارت های آن است. این مهارت ها شامل موارد مختلفی است که در باب چپستی آن ها در بین صاحب نظران اتفاق نظر وجود ندارد. یکی از جامع ترین الگوهای مهارت مدیریت زمان، الگوی "مهارت های رفتاری مدیریت زمان" از کلاسنز (Claessens et al, 2009) می باشد (شکل شماره ۱) وی این مهارت ها را در ذیل چهار رفتار طراحی، اجرا، ارزیابی و نظارت قرار می دهد. در این الگو، طراحی به عنوان یکی از اجزای ضروری و حیاتی برای موفقیت در امر مدیریت زمان محسوب می شود و شامل عناصری از قبیل تنظیم اهداف، اولویت بندی و سازماندهی می باشد. رفتار دیگر مدیریت زمان که در این الگو مطرح می شود، رفتار اجرایی آن است. و شامل اقدامات پیشگیرانه و تاکتیکی برای اطمینان از اینکه برنامه ی زمانی در مسیر خود پیش می رود یا خیر می باشد. سومین عنصر این الگو، نظارت است که منظور از آن، مشاهده نحوه ی استفاده از زمان در هنگام انجام فعالیت های مختلف است و به عبارت دیگر به معنای خودتنظیمی است. آخرین رفتار مدیریت زمان مطرح شده رفتار ارزیابی می باشد که به منظور متناسب کردن وظایف و مسئولیت ها با محدودیت ها و استعدادها است که در واقع نوعی پیش بینی برای آینده می باشد.



شکل ۱. مدل رفتاری مدیریت زمان از منظر کلاسنز (Claessens et al, 2009)

با توجه به اهمیت وجود الگویی جهت مهارت های مدیریت زمان که از یک طرف از جامعیت برخوردار باشد و از طرف دیگر متناسب با خصوصیات و شرایط خاص دوره های مختلف تحصیلی باشند، پژوهش حاضر درصدد است از طریق ارزیابی و واکاوی مهارت های مدیریت زمان از منظرهای مختلف و بررسی الگوهای ارائه شده توسط سایر پژوهشگران در این زمینه، به توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه اول بپردازد. و از این طریق راهنمای عمل جهت طراحی و تدوین عناصر برنامه درسی مدیریت زمان را فراهم سازد. دامنه ی پژوهش های انجام شده در زمینه مدیریت زمان بسیار وسیع می باشد و تا کنون از منظرهای مختلف و در جوامع و زمینه های مختلف مورد بررسی قرار گرفته شده است از بررسی این پژوهش ها می توان اکثر پژوهش هایی انجام شده یا رابطه ای و توصیفی بوده اند و یا هم به صورت کیفی اثرات مهارت های مدیریت زمان را مورد بررسی قرار داده اند.

نتایج پژوهش الیامی و همکاران (Alyami et al, 2021) حاکی از این امر بود که بر اساس مهارت ادراک شده ی مدیریت زمان دانشجویان، برنامه ریزی و مدیریت زمان جهت ارتقاء عملکرد تحصیلی مفید بوده است. دمیرداج (Demirdag, 2021) در پژوهشی به بررسی مهارت های ارتباطی و مدیریت زمان به عنوان پیش بینی کننده ی انگیزش دانشجویان پرداخت. یافته ها نشان داد که بین انگیزه دانش آموزان و خرده مقیاس های مهارت های ارتباطی و مدیریت زمان رابطه ی مثبت و معناداری وجود دارد. این خرده مقیاس ها شامل

تعیین هدف و تکنیک، نگرش زمانی، برنامه ریزی، ارزیابی، احترام، توانایی بیان، میل، نگرش دموکراتیک، ارزش و موانع است. علاوه بر این، تحلیل رگرسیون نشان داد که انگیزه دانش آموزان با مهارت های مدیریت زمان و مدیریت ارتباط پیش بینی می شود. بانورا، و همکاران (Barua et al, 2019) در پژوهشی نشان دادند که میانگین کل مهارت مدیریت زمان منعکس کننده ی سطح متوسطی از مهارت مدیریت زمان پرستاران است. همچنین مولفه های سن، درآمد ماهانه، سابقه ی خدمت نیز از لحاظ آماری با مدیریت زمان ادراک شده ی پرستاران ارتباط معنی داری داشت. وون و یو (Won and yu, 2018) به انجام پژوهشی با هدف بررسی مدیریت زمان تحصیلی نوجوانان و به تعویق انداختن کارها از منظر یادگیری خود تنظیمی، نشان داد که سه عامل برنامه ریزی زمان، نظارت بر زمان و به تعویق انداختن کارها مهم هستند و در این مسیر حمایت از استقلال از طرف والدین، به طور مثبتی برنامه ریزی زمان و نظارت بر زمان دانش آموزان را پیش بینی می کرد. در پژوهشی آرگوئدا و همکاران (Arguedas et al, 2016). نشان دادند که افزایش توانایی دانش آموزان در مدیریت احساسات به طور موثر زمان و مدیریت آن در یادگیری را افزایش می دهد. نتایج همچنین نشان داد که بازخورد عاطفی معلم یک عامل حیاتی برای افزایش تعاملات شناختی دانش آموزان می باشد. ارشادی و کیومرثی (Ershadi and Kiomarsi, 2020) در پژوهشی به بررسی تعیین اثربخشی آموزش مسئولیت پذیری بر مدیریت زمان و هدف گذاری نوجوانان دختر پرداختند. یافته ها نشان داد که آموزش مسئولیت پذیری باعث بهبود مدیریت زمان و هدف گذاری (تسلطی، عملکرد گرایشی و عملکرد اجتنابی) نوجوانان دختر شده است. تمنایی فر و قاسمی (Tamnaeifar and Qasemi, 2015) در پژوهشی نشان دادند که بین اهمال کاری تحصیلی و صفات شخصیت (روان رنجورخویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه و باوجدان بودن) رابطه معنادار وجود دارد. هرسج و همکاران (Harsaj et al, 2017) پژوهشی را با هدف بررسی ارتباط بین مهارت های مدیریت زمان و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان پرستاری و بهداشت به شیوه ی مقطعی توصیفی -تحلیلی انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد که بین مهارت های مدیریت زمان با پیشرفت تحصیلی در دانشجویان ارتباط معنی دار وجود دارد. همچنین بین مهارت مدیریت زمان با جنس، سن، ترم تحصیلی، وضعیت سکونت و علاقمندی به رشته تحصیلی رابطه آماری معنی دار وجود داشت اما بین وضعیت تاهل و رشته تحصیلی با مهارت مدیریت زمان رابطه معنی داری موجود نبود.

در بررسی های انجام شده توسط پژوهشگر خلاء پژوهشی که در آن الگوی جامع آموزش مهارت های مدیریت زمان ارائه شده باشد، مشهود است. همانگونه که ذکر شد مجموعه پژوهش های مطرح شده در این زمینه یا با رویکردی کمی و توصیفی و رابطه ای انجام گردیده یا هم تنها برخی از ابعاد مدیریت زمان را مد نظر قرار داده اند و از جامعیت برخوردار نیستند. تنها پژوهشی که توسط کلیسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) صورت گرفت شد نسبت به سایر پژوهش ها از جامعیت بیشتری برخوردار بود که این الگو نیز تنها جنبه ی ابزاری مدیریت زمان را مد نظر قرار داده است. با توجه به اینکه یکی از ابعاد اصلی مدیریت زمان، بعد نگرشی آن است پژوهش حاضر در نظر دارد که با دیدگاهی کل نگر و با استفاده از نتایج مطالعات گوناگون داخلی و خارجی الگویی جامع در زمینه ی مدیریت زمان ارائه دهد که ضمن دارا بودن تمامی مولفه ها و مهارت های مهم و تاثیرگذار مدیریت زمان تا حد امکان نواقص الگوها و ابزارهای پیشین را برطرف سازد. از این رو سوال های تحقیق به صورت زیر مطرح می گردد:

مولفه های مهارت های مدیریت زمان برای دوره متوسطه اول شامل چه مواردی است؟ و برازش الگوی مهارت های مدیریت زمان برای دوره متوسطه اول چگونه است؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر بر حسب هدف، کاربردی و توسعه ای و بر اساس تحلیل و شیوه گردآوری داده ها از نوع ترکیبی (کیفی و کمی) است. در این رویکرد ابتدا داده های کیفی چارچوب اولیه مولفه های مدیریت زمان بر اساس مطالعات انجام شده در زمینه مهارت های مدیریت زمان به روش تحلیل مضمون استخراج گردید. سپس در مرحله دوم این چارچوب از طریق داده های کمی گردآوری و تحلیل شدند. جامعه آماری در بخش کیفی (تحلیل مضمون) مربوط به آرایه الگوی مهارت های مدیریت زمان شامل کلیه پژوهش های انجام شده ی دو دهه ی گذشته در زمینه مهارت های مدیریت زمان در داخل و خارج از کشور است، که با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند و تکنیک در دسترس نمونه مورد پژوهش انتخاب شد و نمونه گیری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. در بخش کیفی جهت استخراج مقوله ها، ملاک ها و نشانگرها برای دستیابی به الگوی مهارت های مدیریت زمان مورد کنکاش قرار گرفت. در این پژوهش، کدگذاری داده ها با استفاده از رویکرد تحلیل مضمون، انجام شد. تحلیل مضمون، راهبرد تقلیل و تحلیل داده ها است که به کمک آن داده های کیفی، تقسیم بندی، طبقه بندی، تلخیص و بازسازی می شود. برای ارزیابی صحیح و قابل باور بودن نتایج (قابلیت اعتبار) بخش کیفی (معادل اعتبار درونی در پژوهش کمی) از تکنیک های همسوسازی داده ها که با جمع آوری داده های کافی از منابع چندگانه منابع، متون و پیشینه نظری و تجربی، تکنیک کسب اطلاعات دقیق موازی (ارایه نتایج تحلیل داده ها به متخصصان) و دقت نظر محقق در بیان مفروضات و جهت گیری نظری استفاده شد. همچنین برای ارزیابی میزان تناسب نتایج با داده های جمع آوری شده (قابل اعتماد بودن) که به ثبات نتایج

در زمان و شرایط مختلف اشاره دارد (معادل پایایی در تحقیق کمی)، از تکنیک های همسوسازی داده ها که با جمع آوری داده های کافی از منابع چندگانه و یک نفر محقق دیگر که توانایی و تخصص بیشتری در انجام تحقیق دارد به عنوان داور و ناظر از بیرون طرح را کنترل و مستند نماید، استفاده گردید. این تکنیک با ارائه گزارش مستمر نحوه انجام فرایندها و نتایج تحلیل داده ها به استاد راهنما و اساتید مشاور پژوهش و سایر متخصصان با تجربه و استفاده از نظرات آنان برای انجام اصلاحات لازم عملی گردید. جامعه آماری در بخش کمی پژوهش، شامل معلمان و مدیران در رشته های روانشناسی، مشاوره و مدیریت آموزشی در استان فارس است که با مهارت های مدیریت زمان شناخت بیشتری دارند. در بخش کمی پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شد. پرسشنامه طراحی شده برای ۳۹۷ نفر از معلمان و مدیران ارسال گردید و در نهایت تعداد ۳۲۵ پرسشنامه تکمیل و دریافت شد. ۱۵۵ نفر از پاسخگویان مرد و ۱۷۰ نفر زن هستند. ۱۵۸ نفر از پاسخگویان دارای تحصیلات کارشناسی، ۱۴۳ نفر کارشناسی ارشد و ۲۴ نفر دارای دکتری هستند. ۲۴ نفر از پاسخگویان کمتر از ۳۰ سال، ۱۱۶ نفر بین ۳۱ الی ۴۰ سال، ۱۵۵ نفر بین ۴۱ الی ۵۰ سال و ۳۰ نفر بیش از ۵۰ سال سن دارند. ۴۴ نفر از پاسخگویان کمتر از ۵ سال، ۱۴۲ نفر بین ۶ الی ۱۵ سال، ۱۱۴ نفر بین ۱۶ الی ۲۵ سال و ۲۵ نفر بیش از ۲۵ سال سابقه کاری دارند.

متناسب با مولفه های استخراج شده در بخش کیفی پژوهش برای گردآوری داده ها و اندازه گیری میزان مولفه های مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه اول، از پرسشنامه ۵۴ گویه ای محقق ساخته استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۴ مولفه شامل: آگاهی در مورد نظام شناختی خود، آگاهی در مورد مدیریت زمان (دانش بیانی)، آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان (دانش روش کاری)، دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی) برای بعد شناختی مدیریت زمان، ۴ مولفه شامل: نگرش مثبت نسبت به زمان، احساس مسئولیت پذیری، اعتماد به نفس، مقاومت و پشتکار برای بعد نگرشی مدیریت زمان و ۱۰ مولفه شامل: خودتنظیمی، تفکر سیستمی، تفکر خلاق، تفکر نقاد، انعطاف پذیری، برنامه ریزی، اجراء ارزشیابی، نظارت و بازنگری برای بعد مهارتی مدیریت زمان است. برای سنجش روایی پرسشنامه از روایی محتوایی و شاخص های CVI و CVR که با ارائه پرسشنامه به صاحب نظران، مورد بررسی و تایید گردید. پایایی پرسشنامه پس از اجرای آزمایش بین ۳۰ نفر از جامعه آماری پژوهش به وسیله ضریب آلفای کرونباخ محاسبه گردید و مورد تایید قرار گرفت. در نهایت برای تجزیه و تحلیل داده ها و برآزش الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه اول از آزمون همبستگی و تحلیل عاملی تاییدی با استفاده از نرم افزارهای SPSS و AMOS استفاده شد.

جدول ۲- پایایی ابعاد مهارت های مدیریت زمان

ردیف	ابعاد مهارت های مدیریت زمان	تعداد گویه ها	آلفای کرونباخ
۱	بعد شناختی مدیریت زمان	۱۱	۰٫۸۳۷
۲	بعد نگرشی مدیریت زمان	۱۱	۰٫۸۲۹
۳	بعد مهارتی مدیریت زمان	۳۲	۰٫۸۱۲

یافته های پژوهش

یافته های بخش کیفی

در این بخش با بکارگیری روش تحلیل مضامین، شبکه مضامین مهارت های مدیریت زمان برای دوره متوسطه اول ارائه شده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از ادبیات نظری و مطالعات تجربی در زمینه مهارت های مدیریت زمان، در ادامه فرایند تحلیل مضمون انجام گردید. تحلیل مضمون به روشی برای شناخت، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده های کیفی اطلاق می شود. این روش فرایندی برای تحلیل داده های متنی است و داده های پراکنده و متنوع را به داده های غنی و تفضیلی تبدیل می کند. مقصود از مضمون یا تم الگویی است که در داده ها یافت می شود و حداقل به توصیف و سازماندهی مشاهدات و حداکثر به تفسیر جنبه هایی از پدیده می پردازد. تحلیل مضمون با چهار روش قالب مضامین، ماتریس مضامین، تحلیل مقایسه ای و شبکه مضامین قابل اجرا است. در این پژوهش از شبکه مضامین برای ارائه الگو استفاده شده است. آنچه شبکه مضامین عرضه می کند نقش هایی شبیه تارنما به مثابه اصل سازمان دهنده و روش نمایش است. شبکه مضامین، بر اساس روندی مشخص، پایین ترین سطح قضا یا را از متن بیرون می کشد (مضامین پایه)، سپس با دسته بندی این مضامین پایه ای و تلخیص آنها به اصول مجردتر و انتزاعی تر دست می یابد (مضامین سازمان دهنده). در قدم بعدی، این مضامین عالی در قالب استعاره های اساسی گنجانده می شود و به صورت مضامین حاکم بر کل متن در می آید (مضامین فراگیر). سپس این مضامین، بصورت نقشه های شبکه تارنما، رسم می شود و مضامین برجسته هر یک از این سه سطح همراه با روابط میان آنها نشان داده می شود. در این پژوهش، برای تحلیل اطلاعات بدست آمده از مطالعات انجام شده در زمینه مهارت های مدیریت زمان، از روش شبکه مضامین استفاده شده است. در جدول شماره (۳) مضمون فراگیر، مضامین سازمان دهنده و مضامین پایه و مقوله های مهارت های مدیریت زمان برای دوره متوسطه اول ارائه شده است.

جدول ۳- مضامین سازمان دهنده و پایه و مقوله های مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه اول

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه	مقوله ها
	آگاهی در مورد نظام شناختی خود	آگاهی نسبت به توانمندی ها و ضعف های خود در مدیریت زمان
		آگاهی درباره افکار خود درباره ی مدیریت زمان
بعد شناختی مدیریت زمان	آگاهی در مورد مدیریت زمان (دانش بیانی)	آگاهی درباره مهمترین اطلاعات درباره ی یادگیری مدیریت زمان
		آگاهی درباره سازماندهی اطلاعات مربوط به مدیریت زمان
	آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان (دانش روش کاری)	آگاهی درباره فنون مدیریت زمان
		آگاهی درباره چگونگی به کارگیری فنون مدیریت زمان
	دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی)	آگاهی درباره کاربرد « فنون » مدیریت زمان در موقعیت های مختلف
		آگاهی نسبت به چگونگی کاربرد «دانش» مدیریت زمان در موقعیت های مختلف
	نگرش مثبت نسبت به زمان	آگاهی درباره چگونگی به کارگیری توانایی فکری خود در حوزه ی مدیریت زمان در موقعیت های مختلف
		آگاهی نسبت به چگونگی تاثیرگذاری روش های مدیریت زمان در موقعیت های مختلف
	احساس مسئولیت پذیری	علاقه به انجام به موقع فعالیت ها در یک برنامه زمان بندی شده
		نگرش مثبت نسبت به زمان
بعد نگرشی مدیریت زمان	اعتماد به نفس	نگرش مثبت نسبت به فواید مدیریت زمان برای رشد و موفقیت خویش
		نگرش مثبت نسبت به هدفمند سازی فعالیت ها بر اساس زمان بندی مدوّن
	مقاومت و پشتکار	تعهد نسبت به انجام فعالیت ها در قالب برنامه زمان بندی شده
		اهمیت رعایت زمان بندی در انجام فعالیت ها
	خودتنظیمی	عدم تعویق فعالیت ها و کارها به منظور رعایت زمان بندی ها
		داشتن نگرش مثبت نسبت به مهارت و توانمندی های خود در انجام دادن کارها
	تفکر سیستمی	اعتماد به داشتن دانش کافی در انجام دادن به موقع فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده
		اعتماد به داشتن مهارت کافی در انجام دادن به موقع فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده
	تفکر خلاق	داشتن عزم و اراده کافی در انجام به موقع فعالیت ها
		داشتن استقامت و پایداری در انجام به موقع فعالیت ها
بعد مهارتی مدیریت زمان	تفکر نقاد	توانایی کنترل افکار خود در ارتباط با زمان بندی فعالیت ها
		توانایی کنترل رفتار خود در ارتباط با زمان بندی فعالیت ها
	انعطاف پذیری	کنترل زمان انجام فعالیت ها و هدایت آن ها بر اساس برنامه مورد نظر
		دیدگاه چند بعدی نسبت به مدیریت زمان انجام فعالیت ها
	برنامه ریزی	در نظر گرفتن روابط بین فعالیت ها در فرایند کنترل زمان
		داشتن دیدگاه «کل نگر» نسبت به زمانبندی فعالیت ها
		متوازن سازی انجام فعالیت ها در برنامه زمان بندی شده
		داشتن خلاقیت و نوآوری برای انجام فعالیت ها در یک برنامه زمان بندی شده
		ارائه ی راه حل های نو و خلاق برای انجام فعالیت ها در محدوده ی زمانی آن
		بررسی ابتکاری جزئیات فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی آن ها
		توانایی تقد و بررسی فعالیت ها در چارچوب زمان بندی ها در برنامه ی زمان بندی شده
		توانایی تقد و بررسی فعالیت ها در در حین اجرا بر اساس برنامه ی زمان بندی شده
		حل مشکلات ناشی از تاخیر در انجام فعالیت ها براساس برنامه زمان بندی شده
		سازگار نمودن افکار خود نسبت به انجام فعالیت ها و محیط پیرامون آن
		سازگار نمودن رفتار خود نسبت به انجام فعالیت ها و محیط پیرامون آن
		ایجاد تعادل لازم در انجام فعالیت های مختلف در برنامه ی زمان بندی شده
		توانایی تفکر در رابطه با انجام چند فعالیت به صورت همزمان براساس برنامه زمان بندی شده
		انعطاف پذیری نسبت به زمانبندی انجام فعالیت ها و برنامه ها
		تدوین اهداف انجام فعالیت ها بر اساس برنامه ی زمان بندی شده
		اولویت بندی انجام فعالیت ها در برنامه ی زمان بندی شده

توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه	مقوله ها
		سازمان دهی زمان به صورت روزانه، هفتگی و ماهانه جهت انجام فعالیت ها
		استفاده از تقویم زمانی برای ثبت وقایع و فعالیت ها
		اجتناب از انجام فعالیت های معطوف به اتلاف زمان
	اجرا	انجام فعالیت ها توسط خود و عدم تفویض آن به دیگران بر اساس برنامه زمان بندی شده
		انجام دادن هر فعالیتی در زمان مشخص خود طبق برنامه ی زمان بندی شده
	ارزشیابی	گردآوری اطلاعات درباره ی چگونگی مدیریت زمان در انجام فعالیت ها
		ارزیابی عملکرد خود در انجام فعالیت ها بر اساس برنامه ی زمان بندی شده
		نظارت مستمر بر انجام فعالیت ها مطابق با برنامه زمان بندی شده
	نظارت	نظارت بر زمان بندی انجام فعالیت ها
		نظارت بر دقت و سرعت انجام فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده
	بازنگری	بررسی علل تاخیر در انجام فعالیت ها و سازماندهی مجدد آن ها
		انجام اصلاحات لازم در برنامه زمان بندی شده برای انجام فعالیت ها در آینده

در زمینه مهارت های مدیریت زمان، مدل های مختلف هر کدام در برگیرنده بخشی از مولفه های تاثیرگذار در مهارت های مدیریت زمان هستند و محققان و صاحب نظران این حوزه هر کدام با دیدگاه خاص خود و شرایط زمینه ای متفاوتی به این موضوع توجه کرده اند و بدین شکل ابعاد و مولفه های مختلفی را پیشنهاد نموده اند. در این پژوهش با یک دیدگاه جامع و کل نگر و با استفاده از نتایج مطالعات مختلف در تحقیقات داخلی و خارجی مدلی جامع پیشنهاد داده شد که ضمن دارا بودن تمامی مولفه ها و ابعاد مهم و تاثیرگذار مهارت های مدیریت زمان تا حد امکان مدلی جامع آرایه شود. در جدول شماره (۴) و شکل شماره (۲) ابعاد الگوی مولفه های مهارت های مدیریت زمان مستخرج شده از مطالعات برای دوره متوسطه اول نشان داده شده است.

جدول ۴- فراوانی مولفه های مهارت های مدیریت زمان و مطرح کنندگان آن

تعداد	منابع خارجی	منابع داخلی	مولفه ها
۴	ترسی (Tracy, 2014) و اوستون ارسوی (Ustun Ersoy and Berk, 2017)	خدیور و لطفی، (Khadivar and Lotfian, 2014) و پورشنبه (Pourshanbeh, 2015)	آگاهی درباره ی نظام شناختی خود
۷	کلاسیسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) و رابینسون و گودبی (Robinson and Godbey, 2008)	خانزاده (Khanzadeh, 2017) و رستم (Roshan, 2016) و اتقایی (Etghaei, 2007)	دانش درباره ی مدیریت زمان
۱۲	کلاسیسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) ریچیل و بلیر (Richelle and Blair, 2019) و اسکات (Scott, 2011) و والتر و همکاران (Wolters et al, 2018) و هنسلی و اوون (Hensli and Owense, 2016] و گامسگول (Gumusgul, 2018) و سو و یو (Su and Yu, 2013)	جمال الدینی و همکاران، Jamal al-Dini et al (2019) معادی و پرندین (Maadi and Parandin, 2018) و مرادی و سلیمانی (Moradi and Soleimani, 2018) و جعفری (Jafari, 2013) سروی و نوری (Savari and Nouri, 2017)	دانش درباره ی استراتژی های مدیریت زمان
۹	ریچیل و بلیر (Richelle and Blair, 2019) و بوزبایندر (Bozbaidir, 2019) و اوکاک و بویراز (Ocak and Boyraz, 2016) و سو و یو (Su and Yu, 2013)	خلج و همکاران (Khalaj et al, 2018) و بهادری و خسرو شاهی (Bahadori and Khosroshahi, 2018) و روشن (Roshan, 2016) و نظری (Nazari, 2011) و اسکندری و اسکندری (Eskandari and Eskandari, 2010)	دانش زمینه ای مدیریت زمان
۷	اوستون، ارسوی و برک (Ustun, Ersoy, Berk, 2017) و ضیا (Ziya, 2018) و درینی، پژوهش و مشیری (Darini, Pazhouhesh, and Moshiri, 2011) و بریتون و تسر (Biritton and Teser, 1997)	معمدی و همکاران (Motamedi et al, 2014) و سهرابی و همکاران (Sohrabi et al, 2016) و جهان سیر و همکاران (Jahan sir et al, 2007)	نگرش مثبت
۱۰	عمر (Amer, 2015) و احمد و همکاران (Ahmad Balamurgan, et al, 2012) و بالامورگان (Fidel, 2011) و بریتون و تسر	کریکی و لاور (Karimi and Delavar, 2015) و قاسم زاده و همکاران، Ghasemzade et al (2018) و کبریایی، صباحی و سعیدی	مسئولیت

	(Biritton and Teser, 1997)	و (Kebraiai Sabahi, Saeedi , 2013) جعفری (Jafari, 2013) و ساکتی و طاهری (Sakti, Taheri, 2010)	
۳	زامپتاکیس و بورانتا و موساکیس (Zampetakis, Bouranta, Moustakis, 2010).	وفوری (Vuffori, 2017) و باقری، یوسف زاده و عطاری (Bagheri, Yousefinejad Attari, 2012)	اعتماد به نفس
۸	سو و یو (Su and Yu , 2013) و بروس و همکاران (Burrus et al , 2016) و گریسون و همکاران (Grissom et al , 2015)	قاسم زاده و همکاران , Mahmoudi et al , (2018) و محمودی و همکاران (Nazari, 2011) و نظری (و سلیمانی (Soleimani, 2011) و غفوری و همکاران (Ghafouri et al , 2018)	ایستادگی و مقاومت
۸	آرتی پرخ (Arti Perekh , 2019) و بروس و همکاران (Burrus et al , 2016) و آلاوز ، فریرو و آگیداز (Alvarez ,Ferrero, Ugidos, 2019)	جمال الدینی و همکاران , Jamal al-Dini et al (2019) و نظری (Nazari, 2011) و سلیمانی (Soleimani, 2011) و بختیارپور (Bakhtiarpour (2014) و	خود تنظیمی
۲		سوسنی (Susani, 2014)	تفکر سیستمی
۲	سبیلیس (Sabelis, 2001)	خدیور و لطفی (Khadivar and Lotfian, 2014)	تفکر خلاق
۸	تریسی (Tracy, 2014) و ضیا (Ziya, 2018) و کلاسیسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) گاد بی (Godbey , 2008)	خانزاده (Khanzadeh, 2017) و میرزایی (Mirzaei, 2016) و پورغلامحسینی کیا (Poor gholam Hosseini kia, 2007)	تفکر انتقادی
۷	تریسی (Tracy, 2014) و ریچل و بریل (Richelle and Blair, 2019).	پورحسینی (Poorhosaini, 2010) و جمال الدینی و همکاران (Jamal al-Dini et al , 2019) و کوثری و ناظمی (Kusari and nazemi , 2018) و روشن (Roshan, 2016).	انعطاف پذیری
۱۳	وریچل و بریل (Richelle and Blair, 2019) و بوزبایندر (Bozbayindir, 2019) و گرین و اسکینر (Green and Skinner, 2005) و وی چنگ (Wei-Ching, 2018))	جمال الدینی و همکاران , (Jamal al-Dini et al , 2019) و هر سچ و همکاران (Herseg et al ,) (2017) و کوشکی و ناظمی (Kushki and Naemi , 2018) و مرادی و سلیمانی (Moradi and soleimani , 2018) و معادی و پرنندین (Maadi and Parandin , 2018) و سلیمانی (Solaimani, 2014) و رسولی و همکاران (Rasooli et al , 2009)	برنامه ریزی
۴	کلاسیسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) کلاسیسنز و همکاران (Claessens et al, 2007)	جمال الدینی و همکاران , (Jamal al-Dini et al , 2019) و میرزایی (Mirzaei, 2016)	اجرا
۷	بالامورگان (Balamurgan, 2013) و فیدل (Fidel, 2011)	کبریایی ، صباحی و سعیدی (Kebraiai Sabahi, Saeedi , 2013) و جعفری (Jafari, 2013) و ساکتی و طاهری (Saketi and Taheri , 2010)	ارزشیابی
۸	سو و یو (Su and Yu, 2013) و بروس و همکاران (Burruse et al , 2016) و گریسون و همکاران (Grissom et al , 2015)	نظری (Nazari, 2011) و و سلیمانی (Soleimani, 2011) و محمودی و همکاران (Mahmoudi et al , 2018) و قاسم زاده و همکاران (Ghasemizade et al , 2018)	نظارت
۸	تریسی (Tracy, 2014) و آکینفولارین (Akinfolarin, 2017) و آدینکا (Adeyinka, 2012) و سیریل (Cyril, 2015).	معادی و پرنندین (Maadi and Parandin , 2018) و نظری (Nazari, 2011)	بازنگری



شکل ۲- مولفه های مهارت های مدیریت زمان مستخرج از مطالعات برای دوره متوسطه اول

یافته های بخش کمی

در این بخش بر اساس مضامین و مقوله های استخراج شده در مرحله کیفی (کدگذاری و تحلیل مضمون) در زمینه مهارت های مدیریت زمان پرسشنامه ای طراحی و در اختیار جامعه آماری قرار گرفت. برای تحلیل و اعتباریابی داده ها از آزمون همبستگی و روش تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد. به دلیل اینکه مدل نظری پژوهش بر اساس مطالعات تجربی در داخل و خارج از کشور تهیه شده بود برای ارزیابی برازش الگو از تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد. در واقع در تحلیل عاملی تاییدی فرض بر این است که نمرات مورد مطالعه در یک متغیر منعکس کننده وضعیت آن مورد در یک عامل زیربنایی تر است که به دلیل پنهان بودن امکان اندازه گیری مستقیم آن وجود ندارد. در ادامه همبستگی بین ابعاد شناختی، نگرشی و مهارتی مدیریت زمان مورد بررسی قرار گرفته است. مطابق جدول شماره (۵) همبستگی پیرسون بین تمامی ابعاد شناختی مدیریت زمان مثبت بوده و با توجه به اینکه مقدار معناداری کمتر از ۰,۰۵ است، در نتیجه رابطه مثبت بین تمامی ابعاد شناختی مدیریت زمان وجود دارد. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد افزایش هر یک از ابعاد شناختی مدیریت زمان، منجر به افزایش بعد دیگر می گردد و رابطه مستقیم و معنادار بین آنها وجود دارد.

جدول ۵- همبستگی بین ابعاد شناختی مدیریت زمان

مولفه ها	آگاهی در مورد نظام شناختی خود	آگاهی در مورد مدیریت زمان (دانش بیانی)	آگاهی در مورد راهدادهای مدیریت زمان (روش کاری)
آگاهی در مورد مدیریت زمان (دانش بیانی)	۰.۶۶۹**		
همبستگی پیرسون			

توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول

معناداری	.000		
تعداد	325		
همبستگی پیرسون	.584**	.710**	آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان (دانش روش کاری)
معناداری	.000	.000	
تعداد	325	325	
همبستگی پیرسون	.628**	.791**	دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی)
معناداری	.000	.000	
تعداد	325	325	

** همبستگی در سطح معنی داری ۰,۰۱

مطابق جدول شماره (۶) همبستگی پیرسون بین تمامی ابعاد نگرشی مدیریت زمان مثبت بوده و با توجه به اینکه مقدار معناداری کمتر از ۰,۰۵ است، در نتیجه رابطه مثبت بین تمامی ابعاد نگرشی مدیریت زمان وجود دارد. در نتیجه رابطه مثبت بین تمامی ابعاد نگرشی مدیریت زمان وجود دارد. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد افزایش هر یک از ابعاد نگرشی مدیریت زمان، منجر به افزایش بعد دیگر می گردد و رابطه مستقیم و معنادار بین آنها وجود دارد.

جدول ۶- همبستگی بین ابعاد نگرشی مدیریت زمان

مؤلفه ها	نگرش مثبت نسبت به زمان	احساس مسئولیت پذیری	اعتماد به نفس
همبستگی پیرسون	.749**		
معناداری	.000		
تعداد	325		
همبستگی پیرسون	.684**	.780**	
معناداری	.000	.000	
تعداد	325	325	
همبستگی پیرسون	.607**	.660**	.670**
معناداری	.000	.000	.000
تعداد	325	325	325

** همبستگی در سطح معنی داری ۰,۰۱

مطابق جدول شماره (۷) همبستگی پیرسون بین تمامی ابعاد مهارتی مدیریت زمان مثبت بوده و با توجه به اینکه مقدار معناداری کمتر از ۰,۰۵ است، در نتیجه رابطه مثبت بین تمامی ابعاد مهارتی مدیریت زمان وجود دارد. در نتیجه رابطه مثبت بین تمامی ابعاد مهارتی مدیریت زمان وجود دارد. بنابراین در سطح اطمینان ۹۵ درصد افزایش هر یک از ابعاد مهارتی مدیریت زمان، منجر به افزایش بعد دیگر می گردد و رابطه مستقیم و معنادار بین آنها وجود دارد.

جدول ۷- همبستگی بین ابعاد مهارتی مدیریت زمان

همبستگی		مؤلفه ها								
		خودتنظیمی	تفکر سیستمی	تفکر خلاق	تفکر نقاد	انعطاف پذیری	برنامه ریزی	اجرا	ارزشیابی	نظارت
همبستگی پیرسون	.706**									
معناداری	.000									
تعداد	325									
همبستگی پیرسون	.693**	.784**								
معناداری	.000	.000								
تعداد	325	325								
همبستگی پیرسون	.664**	.722**	.825**							

توسعه و اعتباریابی الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول

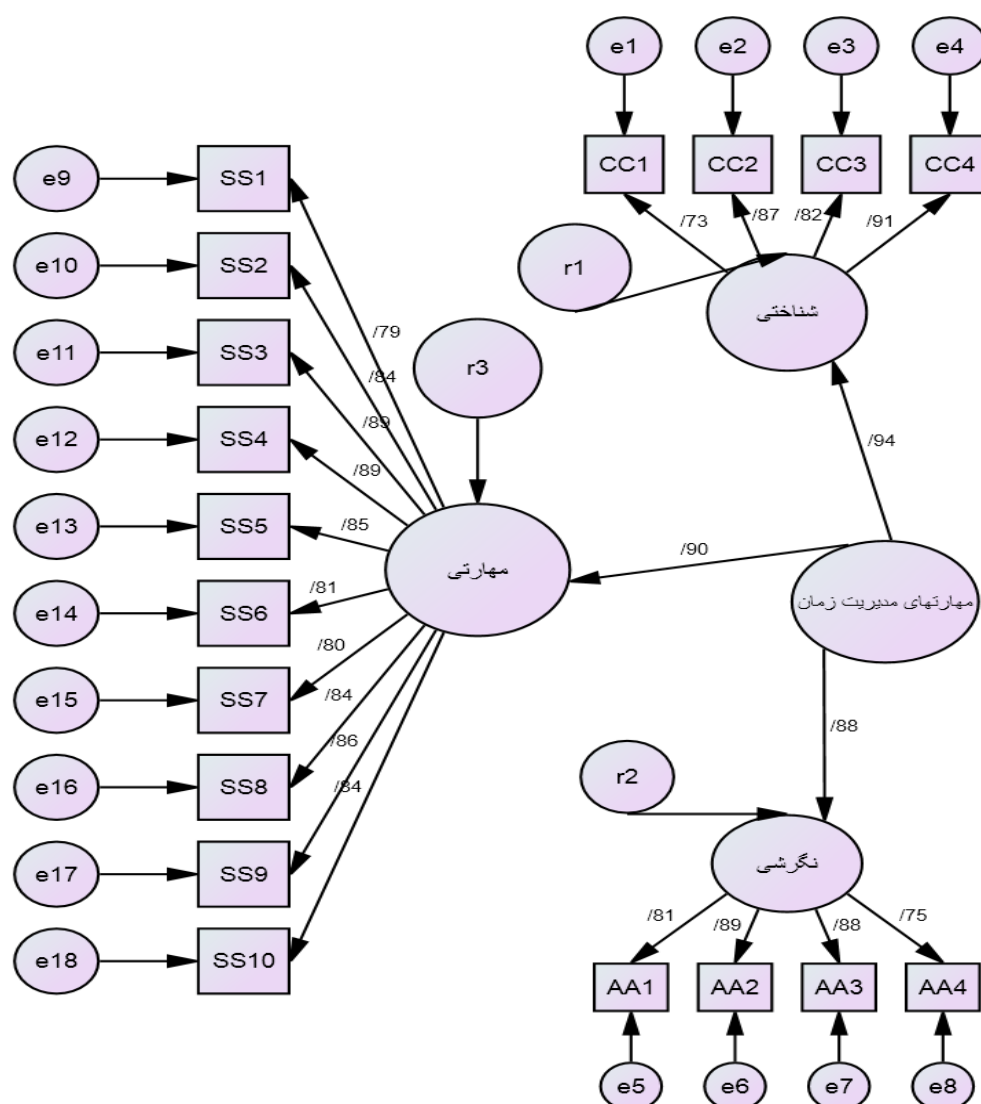
									معناداری	.000	.000	.000						
									تعداد	325	325	325						
									همبستگی پیرسون	.782**	.788**	.715**	.694**					
									معناداری	.000	.000	.000	.000					
انعطاف پذیری									تعداد	325	325	325	325					
									همبستگی پیرسون	.744**	.721**	.705**	.618**	.682**				
									معناداری	.000	.000	.000	.000					
برنامه ریزی									تعداد	325	325	325	325					
									همبستگی پیرسون	.687**	.632**	.713**	.707**	.635**	.587**			
									معناداری	.000	.000	.000	.000	.000				
اجرا									تعداد	325	325	325	325	325				
									همبستگی پیرسون	.764**	.646**	.652**	.726**	.732**	.729**	.632**		
									معناداری	.000	.000	.000	.000	.000	.000			
ارزشیابی									تعداد	325	325	325	325	325	325			
									همبستگی پیرسون	.780**	.745**	.674**	.689**	.788**	.733**	.712**	.593**	
									معناداری	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		
نظارت									تعداد	325	325	325	325	325	325	325		
									همبستگی پیرسون	.795**	.706**	.647**	.686**	.716**	.742**	.725**	.657**	.653**
									معناداری	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
بازنگری									تعداد	325	325	325	325	325	325	325	325	

** همبستگی در سطح معنی داری ۰،۰۱

برای ارزیابی برازش الگوی مفهومی مهارت های مدیریت زمان شامل: ابعاد شناختی، نگرشی و مهارتی مدیریت زمان بر اساس مولفه ها، از تحلیل عاملی تاییدی مرتبه دوم استفاده شده است. شاخص های برازش دارای سه نوع مطلق، تطبیقی و مقتصد هستند که در این پژوهش از هر کدام از انواع، شاخص هایی ارایه شده است. در جدول شماره (8) مقادیر شاخص های برازش برای ابعاد مهارت های مدیریت زمان نشان داده شده است. مقدار شاخص نسبت بحرانی به درجه آزادی (CMIN/DF) برابر $3/834$ که مقدار مطلوبی برای برازش الگو است. مقدار ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) نیز $0/065$ می باشد که با توجه به کوچکتر بودن از $0/08$ ، قابل قبول بوده و نشان دهنده تأیید الگوی پژوهش می باشد. همچنین شاخص برازش تطبیقی (CFI) $0/917$ و شاخص برازش مقتصد هنجار شده (PNFI) $0/715$ است که همگی نشان دهنده برازش مطلوب و تأیید الگوی پژوهش می باشد.

جدول ۸- شاخص های برازش مدل تحلیل عاملی مرتبه دوم ابعاد مهارت های مدیریت زمان

شاخص برازش	میزان	ملاک	تفسیر
CMIN/DF	$3/834$	کمتر از ۵	برازش مطلوب
RMR	$0/039$	کمتر از $0/05$	برازش مطلوب
RMSEA	$0/065$	کمتر از $0/08$	برازش مطلوب
PNFI	$0/715$	بیشتر از $0/6$	برازش مطلوب
CFI	$0/917$	بیش از $0/90$	برازش مطلوب



شکل ۳- تحلیل عاملی تاییدی مرتبه دوم ابعاد مهارت های مدیریت زمان بر اساس مولفه ها در حالت استاندارد

نتایج تحلیل عاملی تاییدی برای الگوی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه اول در جدول شماره (۸) و شکل شماره (۳) ارائه شده است. ضریب برآورد شده استاندارد (بار عاملی) برای مولفه ها بزرگتر از ۰/۷ بوده و در سطح احتمال ۹۵ درصد معنی دار هستند ($p < 0/05$). بنابراین نتیجه می توان گرفت که مولفه های تعیین شده به صورت معنی داری می توانند شاخص های مربوط به ابعاد مهارت های مدیریت زمان را تبیین کنند.

جدول ۸- برآوردهای رگرسیونی استاندارد و غیراستاندارد مولفه های ابعاد مهارت های مدیریت زمان در مرتبه دوم

متغیر وابسته	ضریب برآورد شده استاندارد	متغیر مستقل (مولفه)	نماد	ضریب برآورد خطای برآورد شده	معیارنسبت بحرانی	سطح معنی داری	ضریب برآورد شده استاندارد
بعد شناختی	۰,۹۴۱	آگاهی در مورد نظام شناختی خود	CC1	۱,۰۰۰	-	-	۰,۷۳۰
		آگاهی در مورد مدیریت زمان	CC2	۱,۷۰۷	۰,۱۰۸	۱۵,۷۵۲	۰,۸۷۲
		آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان (دانش روش کاری)	CC3	۱,۲۵۴	۰,۰۸۵	۱۴,۷۱۱	۰,۸۱۷
		دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی)	CC4	۲,۵۷۵	۰,۱۵۷	۱۶,۳۷۰	۰,۹۰۶
بعد نگرشی	۰,۸۷۶	نگرش مثبت نسبت به زمان	AA1	۱,۴۸۷	۰,۰۹۹	۱۵,۰۲۲	۰,۸۱۰
		احساس مسئولیت پذیری	AA2	۱,۵۱۷	۰,۰۹۱	۱۶,۶۵۲	۰,۸۸۸

اعتماد به نفس	AA3	۱,۵۶۲	۰,۰۹۵	۱۶,۴۹۰	۰,۰۰۰	۰,۸۸۰
مقاومت و پشتکار	AA4	۱,۰۰۰	-	-	-	۰,۸۵۱
خودتنظیمی	SS1	۱,۲۷۵	۰,۰۷۴	۱۷,۳۴۹	۰,۰۰۰	۰,۷۸۸
تفکر سیستمی	SS2	۱,۸۳۲	۰,۰۹۶	۱۹,۰۷۹	۰,۰۰۰	۰,۸۳۶
تفکر خلاق	SS3	۱,۵۱۴	۰,۰۷۱	۲۱,۲۹۷	۰,۰۰۰	۰,۸۹۱
تفکر نقاد	SS4	۱,۴۷۲	۰,۰۶۹	۲۱,۲۹۴	۰,۰۰۰	۰,۸۹۰
انعطاف پذیری	SS5	۲,۲۵۰	۰,۱۱۴	۱۹,۶۸۲	۰,۰۰۰	۰,۸۵۱
برنامه ریزی	SS6	۱,۶۸۷	۰,۰۹۴	۱۸,۰۱۳	۰,۰۰۰	۰,۸۰۷
اجرا	SS7	۱,۴۰۲	۰,۰۷۹	۱۷,۸۳۱	۰,۰۰۰	۰,۸۰۲
ارزشیابی	SS8	۱,۰۰۰	-	-	-	۰,۸۳۹
نظارت	SS9	۱,۳۸۲	۰,۰۶۹	۲۰,۰۹۹	۰,۰۰۰	۰,۸۶۲
بازنگری	SS10	۰,۸۶۴	۰,۰۴۵	۱۹,۱۳۳	۰,۰۰۰	۰,۸۳۷

بعد مهارتی ۰,۸۹۸

مطابق الگو بعد شناختی با ضریب ۰,۹۴۱ بیشترین ضریب، بعد نگرشی با ضریب ۰,۸۷۶ کمترین ضریب را دارا است. در بین مولفه های بعد شناختی دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی) بیشترین ضریب (۰,۹۰۶) و آگاهی در مورد نظام شناختی خود کمترین ضریب (۰,۷۳۰) را دارد. در بین مولفه های بعد نگرشی احساس مسئولیت پذیری بیشترین ضریب (۰,۸۸۸) و نگرش مثبت نسبت به زمان کمترین ضریب (۰,۸۱۰) را دارد. در بین مولفه های بعد مهارتی مدیریت زمان تفکر خلاق بیشترین ضریب (۰,۸۹۱) و خودتنظیمی کمترین ضریب (۰,۷۸۸) را دارد. با توجه به شکل شماره (۴) مشخص می شود که متغیرهای مشاهده شده به خوبی می توانند متغیر پنهان را تبیین کنند. از آنجا که بار عاملی تمام متغیرهای مشاهده شده بزرگتر از ۰,۳ است بنابراین رابطه مطلوبی با متغیر پنهان (ابعاد شناختی، نگرشی و مهارتی مدیریت زمان) دارند.

بحث و نتیجه گیری

بر اساس نتایج حاصل از تحلیل محتوای مطالعات، مولفه های بعد شناختی شامل آگاهی در مورد نظام شناختی خود، آگاهی در مورد مدیریت زمان (دانش بیانی)، آگاهی در مورد راهبردهای مدیریت زمان (دانش روش کاری)، دانش زمینه ای نسبت به مدیریت زمان (دانش موقعیتی) است. مقوله های بعد شناختی مدیریت زمان عبارتند از: آگاهی نسبت به توانمندی ها و ضعف های خود در مدیریت زمان، آگاهی درباره افکار خود درباره ی مدیریت زمان، آگاهی درباره مهمترین اطلاعات درباره ی یادگیری مدیریت زمان، آگاهی درباره سازماندهی اطلاعات مربوط به مدیریت زمان، آگاهی درباره استفاده از اهداف مدیریت زمان، آگاهی درباره فنون مدیریت زمان، آگاهی درباره چگونگی به کارگیری فنون مدیریت زمان، آگاهی درباره کاربرد « فنون » مدیریت زمان در موقعیت های مختلف، آگاهی نسبت به چگونگی کاربرد «دانش» مدیریت زمان در موقعیت های مختلف، آگاهی درباره چگونگی به کارگیری توانایی فکری خود در حوزه ی مدیریت زمان در موقعیت های مختلف، آگاهی نسبت به چگونگی تاثیرگذاری روش های مدیریت زمان در موقعیت های مختلف. نتایج حاصل برای مولفه های بعد شناختی مدیریت زمان با مطالعات داخلی پورشنبه (Pourshanbeh, 2015)، خدیور و لطفی (Khadivar and Lotfian, 2014)، ناظری (Nazari, 2011) و مطالعات خارجی از جمله ؛ کلاسنز و همکاران (Claessens et al, 2009) و راینسون و گودبی (Robinson and Godbey, 2008)، ریچیل و بلیر (Richelle and Blair, 2019) و بوزبایدنر (Bozbaidir, 2019) و اوکاک و بویراز (Ocak and Boyraz, 2016) و سو و یو (Su and Yu, 2013) همسو است. بطوریکه در این مطالعات مولفه های بعد شناختی مدیریت زمان مورد بررسی و بیان شده است.

بر اساس نتایج حاصل از تحلیل محتوای مطالعات، مولفه های بعد نگرشی مدیریت زمان شامل نگرش مثبت نسبت به زمان، احساس مسئولیت پذیری، اعتماد به نفس و مقاومت و پشتکار است. مقوله های بعد نگرشی مدیریت زمان عبارتند از: علاقه به انجام به موقع فعالیت ها در یک برنامه زمان بندی شده، نگرش مثبت نسبت به فواید مدیریت زمان برای رشد و موفقیت خویش، نگرش مثبت نسبت به هدفمند سازی فعالیت ها بر اساس زمان بندی مدون، تعهد نسبت به انجام فعالیت ها در قالب برنامه زمان بندی شده، اهمیت رعایت زمان بندی در انجام فعالیت ها، عدم تعویق فعالیت ها و کارها به منظور رعایت زمان بندی ها، داشتن نگرش مثبت نسبت به مهارت و توانمندی های خود در انجام دادن کارها، اعتماد به داشتن دانش کافی در انجام دادن به موقع فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده، اعتماد به داشتن مهارت کافی در انجام دادن به موقع فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده، داشتن عزم و اراده کافی در انجام به موقع فعالیت ها، داشتن استقامت و پایداری در انجام

به موقع فعالیت ها.

نتایج حاصل برای مولفه های بعد نگرشی مدیریت زمان با مطالعات داخلی کربکی و لاور (Karimi and Delavar, 2015) و قاسم زاده و همکاران (Ghasemizade et al , 2018) و کبریایی، صباحی و سعیدی (Kebraiai Sabahi, Saedi , 2013) و جعفری (Jafari 2013) و ساکتی و طاهری (Sakti, Taheri, 2010) و مطالعات خارجی (Ston et al. اوستون، ارسوی و برک (Ustun, Ersoy, Berk 2017) و ضیا (Ziya, 2018) و درینی، پژوهش و مشیری (Darini, Pazhouesh. and Moshiri, 2011) و بریتون و تسر (Biritton and Teser, 1997) مطابقت دارد. بطوریکه در این مطالعات مولفه های بعد نگرشی مدیریت زمان مورد بررسی و بیان شده است. بر اساس نتایج حاصل از تحلیل محتوای مطالعات، مولفه های بعد مهارتی مدیریت زمان شامل خودتنظیمی، تفکر سیستمی، تفکر خلاق، تفکر نقاد، انعطاف پذیری، برنامه ریزی، اجرا، ارزشیابی، نظارت و بازنگری است. مولفه های بعد مهارتی مدیریت زمان عبارتند از: توانایی کنترل افکار خود در ارتباط با زمان بندی فعالیت ها، توانایی کنترل رفتار خود در ارتباط با زمان بندی فعالیت ها، کنترل زمان انجام فعالیت ها و هدایت آن ها بر اساس برنامه مورد نظر، دیدگاه چند بعدی نسبت به مدیریت زمان انجام فعالیت ها، در نظر گرفتن روابط بین فعالیت ها در فرایند کنترل زمان، داشتن دیدگاه «کل نگر» نسبت به زمان بندی فعالیت ها، متوازن سازی انجام فعالیت ها در برنامه زمان بندی شده، داشتن خلاقیت و نوآوری برای انجام فعالیت ها در یک برنامه زمان بندی شده، ارائه ی راه حل های نو و خلاق برای انجام فعالیت ها در محدوده ی زمانی آن، بررسی ابتکاری جزئیات فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی آن ها، توانایی تقد و بررسی فعالیت ها در چارچوب زمان بندی ها در برنامه ی زمان بندی شده، توانایی تقد و بررسی فعالیت ها در در حین اجرا بر اساس برنامه ی زمان بندی شده، حل مشکلات ناشی از تاخیر در انجام فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده، سازگار نمودن افکار خود نسبت به انجام فعالیت ها و محیط پیرامون آن، سازگار نمودن رفتار خود نسبت به انجام فعالیت ها و محیط پیرامون آن، ایجاد تعادل لازم در انجام فعالیت های مختلف در برنامه ی زمان بندی شده، توانایی تفکر در رابطه با انجام چند فعالیت به صورت همزمان بر اساس برنامه زمان بندی شده، انعطاف پذیری نسبت به زمان بندی انجام فعالیت ها و برنامه ها، تدوین اهداف انجام فعالیت ها بر اساس برنامه ی زمان بندی شده، اولویت بندی انجام فعالیت ها در برنامه ی زمان بندی شده، سازمان دهی زمان به صورت روزانه، هفتگی و ماهانه جهت انجام فعالیت ها، استفاده از تقویم زمانی برای ثبت وقایع و فعالیت ها، اجتناب از انجام فعالیت های معطوف به اتلاف زمان، انجام فعالیت ها توسط خود و عدم تفویض آن به دیگران بر اساس برنامه زمان بندی شده، انجام دادن هر فعالیتی در زمان مشخص خود طبق برنامه ی زمان بندی شده، گردآوری اطلاعات درباره ی چگونگی مدیریت زمان در انجام فعالیت ها، ارزیابی عملکرد خود در انجام فعالیت ها بر اساس برنامه ی زمان بندی شده، نظارت مستمر بر انجام فعالیت ها مطابق با برنامه زمان بندی شده، نظارت بر زمان بندی انجام فعالیت ها، نظارت بر دقت و سرعت انجام فعالیت ها بر اساس برنامه زمان بندی شده، بررسی علل تاخیر در انجام فعالیت ها و سازماندهی مجدد آن ها و انجام اصلاحات لازم در برنامه زمان بندی شده برای انجام فعالیت ها در آینده.

نتایج حاصل برای مولفه های بعد مهارتی مدیریت زمان با مطالعات داخلی از جمله؛ جمال الدینی و همکاران (Jamal al-Dini et al , 2019) و هرسج و همکاران (Herseg et al , 2017) و کوشکی و نائمی (Kushki and Naemi , 2018) و مرادی و سلیمانی (Moradi and soleimani , 2018) و معادی و پرندین (Maadi and Parandin , 2018) و سلیمانی (Solaimani, 2014) و رسولی و همکاران (Rasooli et al , 2009) و مطالعات خارجی وریچل و بریل (Richelle and Blair, 2019) و بوزبایندر (Bozbayindir, 2019) و گرین و اسکینر (Green and Skinner, 2005) و وی چنگ (Wei-Ching, 2018) مطابقت دارد. بطوریکه در این مطالعات مولفه های بعد مهارتی مدیریت زمان مورد بررسی و بیان شده است.

نتایج این پژوهش ها نشان دهنده ی این امر است که بسیاری از دانش آموزان از ضعف نسبی در زمینه دانش و مهارت های مدیریت زمان و کاربرد آن ها در زندگی خود برخوردار هستند. به دلیل اینکه این مهارت ها در دوره های مختلف زندگی از اهمیت بسزایی برخوردار است و عدم فراگیری آن ها عواقب جبران ناپذیری برای انسان به دنبال دارد، انتظار می رود نظام آموزش و پرورش از طریق آموزش مهارت های مدیریت زمان و توسعه این برنامه ها در جهت سازماندهی برنامه های درسی جامع و متناسب با ویژگی ها، خصوصیات و شرایط خاص فراگیران در دوره های تحصیلی مختلف، در جهت آموزش هرچه بهتر این مهارت ها گام بردارد.

پیشنهادهای کاربردی پژوهش

با توجه به نتایج تحقیق پیشنهادهای کاربردی زیر ارائه می گردد:
توسعه چارچوب برنامه درسی مهارت های مدیریت زمان در دوره متوسطه ی اول
بهبود دیدگاه شناختی و دانش زمینه ای دانش آموزان نسبت به مهارت های مدیریت زمان
بهبود نگرش و انگیزه ی دانش آموزان نسبت به مهارت های مدیریت زمان

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این مقاله مستخرج از رساله ی دکتری نویسنده مسوول می باشد و با منافع هیچ سازمانی در تعارض نیست و بدون حمایت مالی انجام گردیده است.

References

- Adeyinka. Adejo, Adeyinka. (2012) Effective Time Management For High Performance In An Organization, Case: Lasaco Assurance Plc. Thesis, Seinajoki University of Applied Sciences.
- Ahmad.N.L;Yusuf . A.N.M ; Shobri . N. D.M; Wahab. S(2012 The Relationship between Time Management and Job Performance in Event Management. , Psychology, Procedia - Social and Behavioral Sciences. 65, (3): 937-941
- Akinfolarin Akinwale Victor(2017). Time Management Strategies as a Panacea for Principals' Administrative Effectiveness in Secondary Schools in Enugu State, Nigeria. Online Submission, Journal for Studies in Management and Planning ,3 (9): 22-31
- Alvarez S. M; Ferrero, A M.; Ugidos, A. (2019). Time management: skills to learn and put into practice. Education + Training,23(4). <https://doi.org/10.1108/ET-01-2018-0027> .
- Alyami, A. , Abdulwahed, A. , Azhar, A. , Binsaddik, A. and Bafaraj, S. (2021) Impact of Time-Management on the Student's Academic Performance: A Cross Sectional Study. Creative education, 12: 471-485. doi: 10.4236/ce.2021.123033.
- Amer, Ahmed Walid (2015). The impact of the application of time management strategies on achieving operational plans : an applied study on the general personnel council staff in gaza strip. Islamic Community of Gaza. <http://hdl.handle.net/20.500.12358/19336>
- Arguedas.M ; Daradoumis.T. ; Xhafa. F (2016) Analyzing the effects of emotion management on time and self-management in computer-based learning. Computers in Human Behavior 63 :517- 529
- Armon, Rababa; Sattari, Sadr al-Din (2020). The relationship between time management skills and job stress of girls' school teachers in Ardabil. Teacher Professional Development, 5 (1): 87-102. .[in Persian]
- Arti Parekh(2019). Real-time Management of Incident Learning Reports in a Radiation Oncology Department. Practical Radiation Oncology (IF 2.948) Pub Date : 2018-05-08 , DOI: 10.1016/j.prro.2018.04.016
- Bagheri, Mohammad Reza; Yousefinejad Attari, Mehdi (2012). Designing a model for evaluating the causes of managers' reduced performance from the perspective of time management. Management Research in Iran (Schools of Humanities), 16 (3): 21-38. .[in Persian]
- Bahadori Khosroshahi, Jafar (2018). The effectiveness of time management skills training on self-concept and academic retention of high school students. Curriculum Studies, 49 (13): 151-174. .[in Persian]
- Bakhtiarpour, Saeed (2012). The Relationship between Critical Thinking, Metacognitive Strategies and Time Management with Academic Performance of Students of Islamic Azad University of Ahvaz. New Findings in Psychology, 7 (22): 5-19. .[in Persian]
- Balamurgan. M(2013). Structure of Student Time Management Scale (STMS). Journal on School Educational Technology, 8 (4): 22-28 .
- Barua, N. , Nesa, M. , Latif, M. and Islam, S. (2019) Time Management of the Clinical Nurses at Public Hospital in Bangladesh. Open Journal of Nursing, 9, 1041-1053. doi: 10.4236/ojn.2019.910077.
- Bozbayindir, Fatih – Educational Policy Analysis and Strategic Research(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). INASED.DOI: <https://doi.org/10.29329/epasr.2019.208.9>
- Britton. B K and Tesser A (1997) Effects of Time-Management Practices on College Grades. Journal of Educational Psychology , 83(3):405-410
- Burrus, Jeremy; Jackson, Teresa; Holtzman, Steven; Roberts, Richard D(2016). Teaching high school students to manage time: The development of an intervention. Improving school. 20(2): 101-112.
- Claessens, B. J. C., van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). Planning behavior and perceived control of time at work. Journal of Organizational Behavior, 25: 937 - 950.

- Claessens, B., Roe, R. A., & Rutte, C. (2009). Time management: Logic, effectiveness and challenges. In R. A. Roe, M. J. Waller & S. R. Clegg (Eds.), *Time in Organizational Research* (1 ed.). New York: Routledge.
- Cyriel, A. Vences (2015). Time Management and Academic Achievement of Higher Secondary Students. *Journal on School Educational Technology*, 10 (3): 38-43.
- Darini, M.; Pazhouhesh, H.; Moshiri, F. (2011). Relationship between Employee's Innovation (Creativity) and time management. *Procedia .Social and Behavioral Sciences* 25 : 201 – 213. [in Persian]
- Delavar, Zahra; Karimi, Fariba (2015). The effect of time management training on self-direction in learning of first grade female students in the second year of high school. *Research in Curriculum Planning*, 12 (20): 158-167. [in Persian]
- Demirdag, S. (2021). Communication Skills and Time Management as the Predictors of Student Motivation, *International Journal of Psychology and Educational Studies* 8(1):38-50. DOI:10.17220/ijpes.2021.8.1.222
- Ershadi Chahardeh, Shima; Kiomarsi, Firooz (2020). The effectiveness of responsibility training on time management and goal setting of female adolescents. *Iranian Sociological Association of Education*, 13 (1): 200-208. [in Persian]
- Eskandari, Gholamreza; Eskandari, Karim (2010). Time management is the key to managers' success. *Work and Society*, . 125: 122-131. [in Persian]
- Etghaei, Tahereh. (2007). Extent of time management *Social Science, Education Time Management*, 10 (4): 45-51. [in Persian]
- Fidel O. Okopi (2011). Non adherence to study time management strategies among noun students and implications for academic stress .*manager's Journal on Educational Psychology*, 5(2)
- Ghaffari Ismaili, Seyed Ali (2016). Time management and its relationship with organizational development empowerment. Master Thesis. University of Sistan and Baluchestan. Faculty of Education and Psychology. [in Persian]
- Gharib Block, Hamideh (2017). The effectiveness of time management on quality of life and decision making of female high school students. Master Thesis. Islamic Azad University, Shahroud Branch. Faculty of Education and Psychology. [in Persian]
- Ghasemizad, Alireza; Shaykhs, Perry; Khwaja, Elham (2018). Identifying the components of time management from the perspective of Islamic teachings and its validation by school administrators. *Practical issues of Islamic education*, 3 (8): 85-100. [in Persian]
- Gol Mohammadnejad Bahrami, Gholamreza; Yariqli, recovery; Winter Manager, Solmaz (2020). Relationship between self-regulation and time management with academic procrastination among high school students. *School and School Psychology*, 9 (3): 181-198. [in Persian]
- Green, P. and Skinner, D. (2005). Does Time Management Training Work? An Evaluation, *International Journal of Training and Development* 9(2). DOI: 10.1111/j.1468-2419.2005.00226.x
- Grissom, J. A., Loeb, S., & Mitani, H. (2015). Principal Time Management Skills: Explaining Patterns in Principals' Time Use, Job Stress, and Perceived Effectiveness. *Journal of Educational Administration*, 53(6), 773-793.
- Gumusgul, Osman (2018). Comparison of Time Management Perception of Students Studying at Department of Physical Education and Sports Teaching and Program in Primary School Education .*Asian Journal of Education and Training* . 4(3):224-227. DOI: 10.20448/journal.522.2018.43.224.227
- Hamzah A, Lucky E, Joarde M. (2014). Time management, external motivation, and students' and research organizations. 1(7):1-21.
- Haraj Chi, Esmat (2012). To study the relationship between time management and motivation for the development of high school principals in Kerman. Master Thesis of Shahid Bahonar University of Kerman. Faculty of Literature and Humanities. [in Persian]
- Harsaj, Zahra; Janat Alipour, Zahra; Yousefi, Sahebeh, Afrooz, Mahmoud; Nawabi, Nasrin (2017). Investigating the relationship between time management and academic achievement in nursing and public health students. *Medical Science Studies Center of Babol University of Medical Sciences*.5 (2): 29-40. [in Persian]
- Hensley, Lauren C.; Wolters, Christopher A.; Won, Sungjun; Brady, Anna C. (2018). Academic Probation, Time Management, and Time Use in a College Success Course. *Journal of College Reading and Learning* 48(2):105-123. DOI: 10.1080/10790195.2017.1411214
- Identifying the components of time management in the process of in-service training of employees. Qualitative research: A case study of the Army of the Islamic Republic of Iran (2019). *Journal of Management on Disciplinary Education* 46 (1): 1-22. [in Persian]
- Isfahani, Noushin (2011). The relationship between time management and the creativity of physical education staff. *Physiology and Management Research in Sport*, 7: 77-88. [in Persian]
- Jafari, Ammar (2013). Check the interface Between the use of individual skills of teachers' time management and the quality of their educational performance in high schools in Kangan in the academic year 92-91. Master Thesis of Shiraz University. Faculty of Education and Psychology. [in Persian]

- Jahan Sir, Khosrow; Salehzadeh, Karim; Vasaghi, Habibeh ; Mousavifar, Iqbal (2007). The effect of time management on academic achievement of students of Islamic Azad University, Maragheh Branch. *Knowledge and Research in Educational Sciences*, Azad University, Khorasgan Branch, 16: 97-114. [in Persian]
- Jamal al-Dini, Muhammad; Hosseinzadeh, Babak; Shojaei, Ali Asghar (2019). Relationship between Brob-based management and organizational time management with the mediating role of human relations in the managers of Islamic Azad University of Hormozgan province. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*, 8 (4): 139-162. [in Persian]
- Javaherizadeh, Naser; Abolfathi, Jamshid (2009). *Time management, concepts, principles and applications*. Tehran: Commercial Publishing Company, first edition. [in Persian]
- Kebraiai Ali, Sabahi Bidgoli Mohammad, Saeedi Ali (2013). Relationship between using individual time management skills and satisfaction with how to spend time in students of Zahedan University of Medical Sciences. *Development of education in medical sciences*. 12 (6): 79-88. [in Persian]
- Khadivar, Hadi; Lotfian, Nahid (2014). Teaching time management in Ferdowsi Shahnameh. *Quarterly Journal of Allegorical Research in Persian Language and Literature*, 6 (19): 143-146. [in Persian]
- Khalaj, Fatima; Amiri, Flame; Abedi, Ahmad (2018). Effectiveness of Disturbing Thought Control Training on Time Management and Academic Self-Efficacy of High School Students. *New Educational Thoughts of Al-Zahra School of Educational Sciences and Psychology*, 10 (4): 107-125. [in Persian]
- Khanzadeh, Abbas Ali Hussein (2017). The effect of time management training on reducing test stress and anxiety in dyslexic students. *Psychological Sciences*, 64: 508-525. [in Persian]
- Kushki, Fariba; Naemi, Ali Mohammad (2018). The effect of time management training on creativity and its components in elementary students. *Innovation and Creativity in the Humanities*, 8 (3): 1-24. [in Persian]
- Maadi, Mojgan; Parandin, Shima (2018). The role of emotional intelligence and time management in predicting job satisfaction of Kermanshah bank employees. *Zanko Journal of Kurdistan University of Medical Sciences*, 19 (60): 83-92. [in Persian]
- Macan, T. H. (1994). Time management: Test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79(3):381-391.
- Mahmoudi, Ahmad; Ghafouri, Mehdi; Isaac, star; Fatehi, Farzaneh (2018). Investigating the relationship between time management and job stress of physical education teachers in Mashhad. *Research in Physiology and Management in Sport*, 10 (3): 33-42. [in Persian]
- Malatras J. W; Israel A.C; Sokolowski K. L. Sokolowski ; Ryan .J. (2016). First things first: Family activities and routines, time management and attention. *Journal of Applied Developmental Psychology* 47 : 23-29
- Maliha, Farideh (2019). Investigating stress management with time management dimensions in Karaj Municipality employees. Master Thesis, Takestan Institute of Non-Profit Higher Education, Faculty of Humanities. [in Persian]
- Mathew. B.E. (2015). The Importance of Time Management to become efficient in the Workplace. 3:419-423.
- McCullough, M. E. & Willoughby, B. L. B. (2009). Religion, Self –Regulation, Self– Control: Association, Explanations, And Implications. *American Psychological Association*. 135(1): 69-93.
- Mirzaei, Azam (2016). Time management in worship from the perspective of the Holy Quran and Islamic traditions. Holy Quran University of Sciences and Education. Qom Faculty of Quranic Sciences. [in Persian]
- Moradi, Shahla; Soleimani, Turan (2018). Investigating the Relationship between Time Management Skills with Job Stress and Indifference in Ardabil University of Medical Sciences Staff. *Ardabil Health*, 9 (5): 565-575. [in Persian]
- Motamedi, Abdullah; Ebrahimi Ghavam, Soghari; Azami, Yusuf; Chupan, Hamed; Friends, Younes (2014). Comparison of learning styles, study styles and time management in excellent and non-excellent students. *Educational Psychology*, 33 (9): 1-20. [in Persian]
- Nazari, Mitra (2011). The effect of time management training on students' procrastination and academic performance. Master Thesis. Allameh Tabatabaei University ..[in Persian]
- Nazim, Fattah; Qaed Mohammadi, The Relationship between Mohammad Javad's Intelligence (2007). Emotional and time management of managers of Islamic Azad University in order to provide a suitable model for time management of managers based on their emotional intelligence. *New Thoughts in Educational Sciences*, 9: 12-28. [in Persian]
- Nonis SA, Hudson GI.(2006) Academic Performance of College Students: Influence of Time Spent Studying and Working. *Journal of Education for Business*. 81(3):151-9.
- Ocak. G, Boyraz. S.(2016). Examination of the Relation between Academic Procrastination and Time Management Skills of Undergraduate Students in Terms of Some Variables. *Journal of Education and Training Studies* 4, 5:76-84.
- Oettingen, G., Kappes, H. B., Guttenberg, K. B., & Gollwitzer, P. M. (2015). Self-regulation of time management: Mental contrasting with implementation intentions. *European Journal of Social Psychology*, 45(2), 218-229.

- Owen, Jeffrey, "Increasing Time Management Skills to Improve Student Athletes' GPA" (2016). Capstone Projects and Master's Theses. 77. https://digitalcommons.csumb.edu/caps_thes_all/77
- Poor Gholam Hossein Kia, Mohammad Hossein (2007). Explain the effectiveness of time management diamond model in sugarcane cultivation and industries. *Organizational Culture Management*, 6 (18): 153-168. [in Persian]
- Poor Hosseini, Ali (2010) Four Ways to Success. Tehran: Avay Rana. [in Persian]
- Rasooli, Parisa; Khankeh, Hamidreza; Fallahi Khoshknab, Massoud; Rahgozar, Mehdi (2009). Investigating the effect of time management training on nurses' work-life conflict. *Life*, 15 (3): 5-11. [in Persian]
- Richelle V. Adams and Erik Blair (2019). Impact of Time Management Behaviors on Undergraduate Engineering Students' Performance. *SAGE Open* January-March 2019: 1-11 © The Author(s) 2019 DOI: 10.1177/2158244018824506 journals.sagepub.com/home/sgo
- Robinson, J.P. & Godbey, G (2008). *Time for Life: The Surprising Ways Americans Use Their Time*: Penn State University Press.
- Roshan, Hassan (2016). Time management from the perspective of Islam (valuation and solutions). *Management in Islam*, 29: 79-96. [in Persian]
- Sabelis, I. (2001). Time Management: Paradoxes and patterns. *Time & Society* 10(2-3):387-400
- Sakti, Parviz; Taheri, Ali (2010) The Relationship between Time Management and Academic Success of Undergraduate and Graduate Students of Shiraz University of Medical Sciences and Shiraz University. *Education in Medical Sciences*, 10 (3): 293-300. [in Persian]
- Savari, Karim; Nouri, Ali (2014). Comparison of time management skills and students' achievement motivation with high and low academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 31 (10): 109-124. [in Persian]
- Scott, JM (2011) "Time Management Practices of Brigham Young University Students". Theses and Dissertations. 2483. <https://scholarsarchive.byu.edu/etd/2483>
- Sohrabi, Zohreh; Strong, Fatima; Mir Hosseini, Fakhr al-Sadat; Hosseini, Aghafatemeh (2016). Investigating the Relationship between Academic Achievement Motivation and Time Management with Academic Success of Undergraduate Students in the School of Paramedical Sciences of Iran University of Medical Sciences. *Razi Journal of Medical Sciences*, 23 (150): 35-45. [in Persian]
- Soleimani, Zohreh (2014). The effect of time management skills on the quality of education of Qom University faculty members. Master Thesis. Semnan University. Faculty of Economics. [in Persian]
- Su, Yu. "Improving Instructional Leadership Behaviors of School Principals by Means of Implementing Time Management Training Sessions." PhD (Doctor of Philosophy) thesis, University of Iowa, 2013. <https://doi.org/10.17077/etd.qulf5ptm>
- Susani, Ensieh (2004). A comparative study of understanding the concept of time management and its constituent components from the perspective of managers with related and unrelated disciplines among senior managers of general departments of North Khorasan province in the year 1986-85. *Educational Research*, 14: 37-48. [in Persian]
- Tamnaeifar, Mohammad Reza; Qasemi, Elmira (2015). Explain academic procrastination based on personality traits and time management skills. *Two Quarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5 (8): 223-244. [in Persian]
- Tracy .B (2014) *Time management*. American Management Association. ISBN-13: 978-0-8144-3343-
- Ugwulashi C. S. (2013). Time Management: Essential Tool For Teaching And Learning Improvement In Challenging Resource Period In Negeria, (3):86-80.
- Unicef (2012). Which Skills are Life Skills? Available from http://www.unicef.org/life_skills/index-which_skills.
- Ustun U D ,Ersoy A , Berk A (2017). An Investigation on Time Management and Communication Skills of Physical Education and Sport Students. Online Submission, *Sport & Society Spec Iss* .20-24
- Vuffori, Javad (2017). The effect of teaching study skills (planning and time management methods and concentration and memory methods) on academic achievement and achievement motivation of Iranian students living in Tajikistan. *School and School Psychology*, 6 (2): 146-163. [in Persian]
- Wei-Ching Wang (2018). Exploring the Relationship Among Free-Time Management, Leisure Boredom, and Internet Addiction in Undergraduates in Taiwan *Psychological Reports*. 122(5). <https://doi.org/10.1177/0033294118789034>
- Won. S; Yu .L.S (2018) Relations of perceived parental autonomy support and control with adolescents' academic time management and procrastination. *Learning and Individual Differences*. 61:205-215.
- Zampetakis, Leonidas A.; Bouranta, Nancy; Moustakis, Vassilis S (2010). On the Relationship between Individual Creativity and Time Management, Thinking Skills and Creativity, 5(1):23-32 .
- Ziya Bahadir (2018). Reviewing Emotional Intelligence Levels and Time Management Skills among Students of School of Physical Education and Sports. *Journal of Education and Learning*; 7(4):4-14 . DOI:10.5539/jel.v7n4p114