

"The impact of time management, quality of life on quality performance

A Case study of workers in a facilities management company in jeddah, KSA "

"أثر إدارة الوقت وجودة الحياة على جودة الأداء

دراسة حالة للعاملين في شركة إدارة مرافق بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية"

Student name:

اميرة عبد القوي محمد قايد

Graduation Project – 1

Faculty of Management - Midocean University

Superviso

Dr. Mona Moustafa Elashry

Faculty member- Faculty of management- Midocean University

جدول المحتويات

١		4مشكلة البحث
١.١		4الفجوة النظرية
١.٢		4الفجوة التجريبية
٢		5اهمية البحث
٣		5السؤال الرئيسي
٣.١		5الاسئلة الفرعية
٤		5الهدف البحث
٥		5الفرضية الرئيسية
٥.١		5الفرضيات الفرعية
٦		6نموذج البحث
٧		7هيكل المشروع المقترح
٨		9الاطار النظري
٨.١		9المقدمة
٨.٢		9متغير البحث (١) : ادارة الوقت
٨.٣		10متغير البحث (٢) : جودة الاداء
8.4		10العلاقة بين ادارة الوقت وجودة الاداء
٨.٥		11الخاتمة
٩		11المراجع

المقدمة

تتأثر العديد من الجوانب في حياتنا اليومية بكيفية إدارتنا للوقت وجودة أدائنا. إدارة الوقت تعني القدرة على تخصيص الوقت بشكل فعال لإنجاز المهام والأنشطة بكفاءة، بينما جودة الأداء تعني القدرة على تقديم العمل بشكل متميز ومتناسب مع المتطلبات والتوقعات.

يعتبر تأثير إدارة الوقت على جودة الأداء أمرًا حيويًا في العمل والحياة بشكل عام. فعندما يتمكن الفرد من تنظيم وترتيب وتحديد الأولويات بشكل جيد، فإنه يكون قادرًا على تخصيص الوقت للأنشطة الهامة وإكمالها بجودة عالية. هذا يساهم في زيادة الإنتاجية وتحقيق الأهداف بشكل أسرع وأكثر فعالية.

على الجانب الآخر، فإن سوء إدارة الوقت يمكن أن يؤدي إلى تشتت الانتباه وتأجيل المهام، مما يؤثر سلبًا على جودة الأداء. فعدم استغلال الوقت بشكل مناسب قد يؤدي إلى عمل مستعجل وغير جيد، وقد يؤثر ذلك على النتائج والتوقعات.

باختصار، يمكن القول إن إدارة الوقت وجودة الأداء ترتبطان بشكل وثيق، حيث يمثل تحقيق التوازن بينهما تحدّيًا أساسيًا لتحقيق النجاح الشخصي والمؤسسي. تحقيق الجودة في الأداء يتطلب تخصيص الوقت بشكل صحيح واستخدامه بطريقة فعالة، وهذا يساعد في تحقيق الأهداف بجودة عالية وتجاوزها في الأداء.

تم الحصول على البيانات التجريبية من دراسة استقصائية أجريت على ١٩٤ مديرًا في الصناعة الأسترالية تشمل قطاعي التصنيع وغير التصنيعي. تم استخدام تقنية نمذجة المعادلة الهيكلية لفحص العلاقات بين إدارة الجودة الشاملة وأداء الجودة وكذلك الأداء الابتكاري في وقت واحد. (براجوجو وسوهال، ٢٠٠٣). ومع ذلك، فإن الأداء غير الكافي للعاملين الصحيين يمثل مشكلة واسعة الانتشار. ونقدم لمحة عامة عن القضايا والأدلة حول محددات الأداء واستراتيجيات تحسينه. من تحليلات التأثيرات المباشرة لعشرة برامج عمل للجودة على نتائج أداء الشركات، بالإضافة إلى تأثيراتها غير المباشرة من خلال ثمانية أبعاد لأداء الجودة، هناك طريقتان من برامج العمل من خلال أداء الجودة إلى أداء الشركة. كما توضح المراجعة أن سلوكيات إدارة الوقت ترتبط إيجابيًا للسيطرة على الوقت، والرضا الوظيفي، والصحة، وسلبيًا للتوتر. العلاقة مع العمل والأداء الأكاديمي. ويبدو أن التدريب على إدارة الوقت يعزز مهارات إدارة الوقت، ولكن هذا لا يتحول تلقائيًا إلى أداء أفضل

(Claessens et al., 2007)

The empirical data were obtained from a survey of 194 managers in Australian industry encompassing both manufacturing and non-manufacturing sectors. The structural equation modeling technique was used to examine the relationships between TQM and quality performance as well as innovation performance, simultaneously. (Prajogo & Sohal, 2003). However, inadequate health-worker performance is a very widespread problem. We present an overview of issues and evidence about the determinants of performance and strategies for improving it.

From analyses of the direct effects of 10 quality action programs on six firm performance outcomes, as well as their indirect effects through eight quality performance dimensions, two routes from action programs through quality performance to firm performance. AS The review demonstrates that time management behaviours relate positively to perceived control of time, job satisfaction, and health, and negatively to stress. The relationship with work and academic performance is not clear. Time management training seems to enhance time management skills, but this does not automatically transfer to better performance. (Claessens et al., 2007)

١. مشكلة البحث

١.١ الفجوة النظرية

في حين أثبتت الأبحاث السابقة وجود علاقة إيجابية بين جودة الحياة وإدارة الوقت في تحسين جودة الأداء، إلا أن هناك نقص في الأبحاث حول كيفية تطويرها لصالح المؤسسة

١.٢ الفجوة التجريبية

تم اكتشاف دراسات تجريبية محدودة

كيف نحسن جودة الحياة وإدارة الوقت لصالح جودة الاداء؟

٢ أهمية البحث

وضيح دور برامج جودة حياة العمل في مساعدة العاملين على التخلص من بعض الأفكار والمشاعر السلبية وتحويلها إلى مشاعر إيجابية. وتم التوصل إلى ضرورة استخدام هذه البرامج بشكل مستمر حتى تصبح أسلوب حياة يميز المنظمة عن غيرها ولا يعتمد عليها فقط كأداة تنظيمية يتم اللجوء إليها وقت الحاجة، وبالتالي فتوفير مؤشرات الجودة في الوسط المهني يمكن أن تجعل الفرد سعيداً، متوافقاً وراضياً عن العمل، ومن ناحية أخرى تفتح الكثير من الفرص للمنظمة وذلك من خلال استقطاب الكفاءات المهنية ورفع مستوى الإنتاج كما ونوع زربي. (٢٠٢٣)

٣ السؤال الرئيسي

كيف نحسن إدارة الوقت لصالح جودة الاداء؟

٣.١ الاسئلة الفرعية

كيف تؤثر مضيعات الوقت على جودة الاداء ؟

ماهو تأثير التخطيط المسبق في تعزيز جودة الاداء ؟

ما هي العلاقة بين تنفيذ المهام ب جودة الاداء؟

٤ الهدف البحث

اقتراح توصيات لتحسين ادراة الوقت جودة الاداء

التحقق من العلاقة بين تنفيذ المهام ب جودة الاداء

التعرف على مضيعات الوقت التى تؤثر ب جودة الاداء

تقيم التخطيط المسبق في تعزيز جودة الاداء

٥ الفرضية الرئيسية

توجد عالقة معنوية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الوقت وجودة الأداء

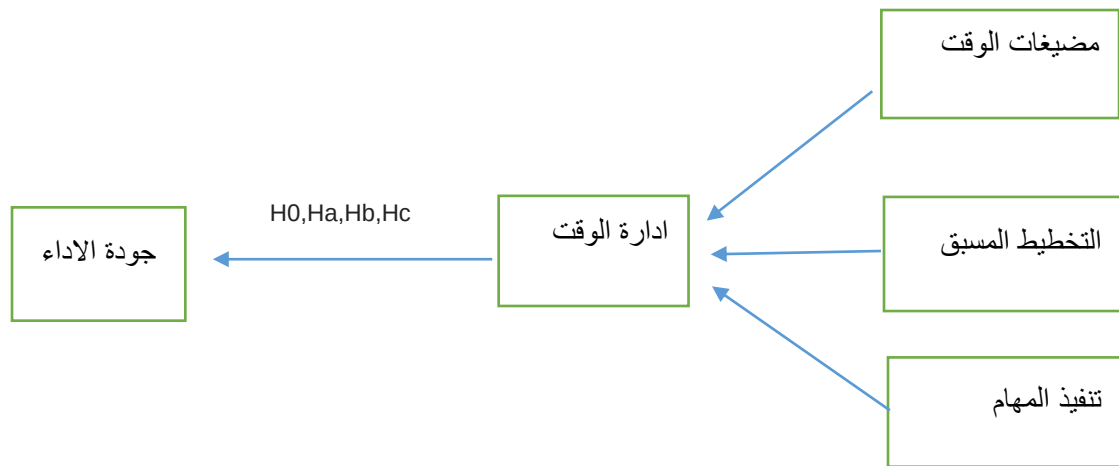
٥.١ الفرضيات الفرعية

توجد عالقة معنوية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين تنفيذ المهام و جودة الاداء

توجد عالقة معنوية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مضيعات الوقت وجودة الاداء

توجد عالقة معنوية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التخطيط المسبق و جودة الاداء

٦ نموذج البحث



نموذج الدراسة المقترح : المصدر : الباحث

فلسفة البحث: تفسيرية

منهج البحث: الاستقرائي

استراتيجية البحث: دراسة حالة

اختيار البحث: النوعي

الافق الزمني: طولي

تقنيات جمع وتحليل البيانات: مقابلات متعمقة وتحليل مواضيعي

Research Philosophy: Interpretivist

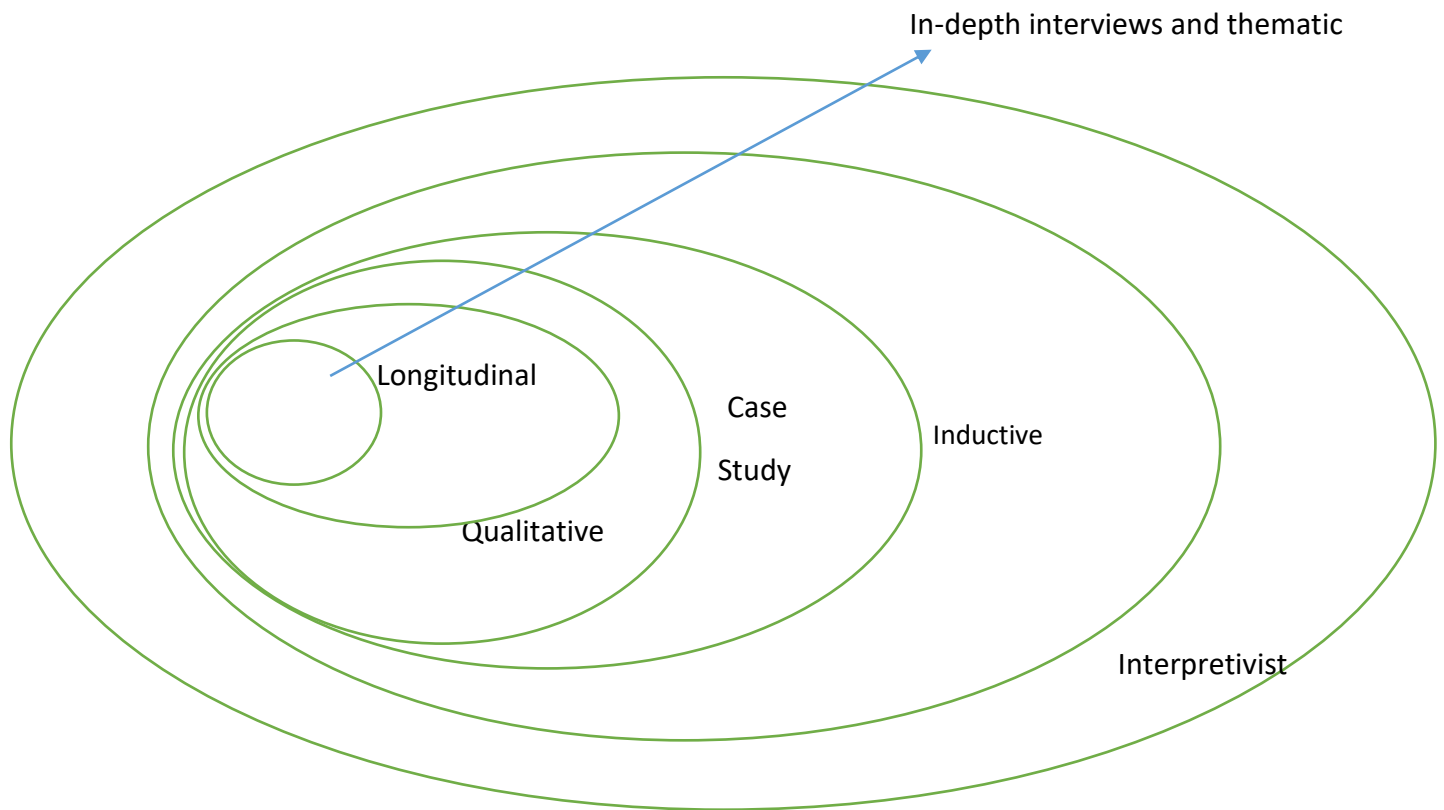
Research Approach: Inductive

Research Strategy: Case Study

Research Choice: Qualitative

Time Horizon: Longitudinal

Data Collection and Analysis Techniques: In-depth interviews and thematic



٧ هيكل المشروع المقترح

الفصل الاول: الاطار العام للدراسة

الفصل الثاني: الأطار النظري

الفصل الثالث: منهجية البحث

الفصل الرابع: التحليل الإحصائي

الفصل الخامس: المناقشة والخاتمة

الفصل الاول:الاطار العام للدراسة

الفصل الثاني: الاطار النظري

الفصل الثالث:منهجية البحث

الفصل الثالث: التحليل الاحصائي

الفصل الخامس: المناقشة والخاتمة

هيكل فصل مراجعة الادبيات

٨ الاطار النظري

٨.١ المقدمة

نظرا عن ما تحدثنا في السابق يعد ادارة الوقت عنصر اساسي في تحسين جودة الاداء في اي نطاق من الاعمال أو الحياة الشخصية ، تمثل اداة قوية عن طريق تحسين التركيز ، زيادة الانتاجية، تحقيق المواعيد النهائية مما يساهم في تحقيق النجاح الشخصي و المؤسسي.

٨.٢ متغير البحث (١) : ادارة الوقت

تعريف إدارة الوقت إدارة الوقت هي عملية تنظيم وتحكم في استخدام الوقت بشكل فعال لتحقيق الأهداف المحددة بكفاءة أكبر. تشمل هذه العملية تحديد الأولويات، وتخصيص الوقت للمهام المهمة، وتجنب التشتت والتسويف.

تطورت إدارة الوقت على مر السنين من مجرد توجيه الجهود لتحقيق المهام في الوقت المحدد، إلى استخدام تقنيات وأدوات متطورة مثل التطبيقات الذكية وتقنيات التخطيط الشخصي، التي تساعد على تنظيم الوقت بشكل أكثر دقة وفعالية.

أبعاد إدارة الوقت

١. الجانب الشخصي: يتعلق هذا الجانب بتنظيم الوقت على المستوى الفردي، بما في ذلك تحديد الأولويات وتخصيص الوقت للأنشطة الشخصية والمهنية.

٢. الجانب الاجتماعي: يركز هذا الجانب على كيفية تنظيم الوقت في العمل الجماعي والتعاون مع الآخرين لتحقيق الأهداف المشتركة.

٣. الجانب الإداري: يتعلق هذا الجانب بكيفية تنظيم الوقت في البيئات الإدارية والتنظيمية، بما في ذلك تحديد الأولويات وتنظيم جداول الاجتماعات والمشاريع.

هناك العديد من النظريات والطرق لإدارة الوقت، منها نظرية "ماتريكس تايم ماناجمنت" التي تركز على تحديد الأولويات بناءً على مستوى الأهمية والطوارئ، ونظرية "قانون باريتو" التي تشير إلى أن ٨٠٪ من النتائج تأتي من ٢٠٪ من الجهود، والتي تشجع على التركيز على المهام الهامة بدلاً من المهام العادية.

٨.٣ متغير البحث (٢) : جودة الاداء

جودة الأداء هي مفهوم يشير إلى مدى تحقيق الأهداف المحددة بشكل فعال وفعالية في العمل أو الأنشطة المختلفة. تشمل جودة الأداء عدة جوانب مهمة:

١. *التوافق مع المعايير والمعايير*: تتعلق جودة الأداء بقدرة الفرد أو المؤسسة على تحقيق المعايير المحددة والمطلوبة، سواء كانت معايير جودة المنتجات أو الخدمات أو معايير الأداء الوظيفي.

٢. *الفعالية والكفاءة*: يتعلق هذا الجانب بقدرة الفرد أو المؤسسة على تحقيق الأهداف المطلوبة بأقل قدر ممكن من الموارد والجهد، مما يعكس فعالية وكفاءة الأداء.

٣. *الملاءمة والتوافق*: تتعلق جودة الأداء أيضًا بالتوافق والملاءمة مع متطلبات العملاء أو المستفيدين، حيث يتم تحسين جودة الأداء من خلال تلبية احتياجاتهم وتوقعاتهم.

٤. *الاستمرارية والتحسين المستمر*: تشمل جودة الأداء أيضًا الاستمرارية في تقديم الأداء الممتاز والسعي المستمر نحو التحسين والتطوير.

نظريات جودة الأداء تشمل:

١. *نظرية الجودة الشاملة (Total Quality Management - TQM)*: تركز على تحسين جودة الأداء عبر جميع جوانب المؤسسة من خلال مشاركة جميع أفراد المؤسسة في عملية التحسين المستمر.

٢. *نظرية إدارة الجودة الإحصائية (Statistical Quality Control - SQC)*: تستخدم الإحصاءات لمراقبة وتحسين جودة الأداء من خلال تحليل البيانات وتطبيق التحسينات بناءً على النتائج.

٣. *نظرية التحسين المستمر (Continuous Improvement - Kaizen)*: تركز على التحسين المستمر للعمليات والأداء من خلال تطبيق تقنيات تحليل العمليات وتحديد الفجوات وتنفيذ التحسينات الصغيرة بشكل مستمر.

٤. *نظرية إدارة الجودة الشاملة (Total Quality Management - TQM)*: تركز على تحسين الأداء من خلال إدراج جميع أعضاء المؤسسة في عملية تحسين الجودة وتحقيق التميز المؤسسي.

٨.٤ العلاقة بين ادارة الوقت وجودة الاداء

العلاقة بين إدارة الوقت وجودة الأداء قد تظهر بوضوح في الأدبيات والدراسات، حيث تشير البحوث إلى عدة جوانب ترتبط بهذه العلاقة:

١. *أنماط إدارة الوقت وجودة الاداء*: الدراسات تظهر أن وجود نمط فعال لإدارة الوقت يرتبط بجودة الاداء الأعلى، في حين أن الأنماط غير الفعالة مثل التسويف وعدم التنظيم قد تؤدي إلى جودة أداء أقل.

٢. *صراعات الوقت وجودة الأداء*: الصراعات بين المهام المختلفة وضغوط الوقت يمكن أن تؤثر سلباً على جودة الأداء، حيث قد يؤدي التشتت وعدم التركيز إلى جودة أداء منخفضة.

٣. *الفجوات في إدارة الوقت وجودة الأداء*: عندما تواجه الأفراد فجوات في إدارة الوقت، مثل عدم تحديد الأولويات بشكل صحيح أو عدم تخصيص الوقت بشكل مناسب، فإن ذلك قد يؤدي إلى تدهور جودة الأداء.

بشكل عام، يمكن أن تؤثر إدارة الوقت بشكل كبير على جودة الأداء، حيث أن تنظيم الوقت بفعالية يمكن أن يسهم في تحقيق الأهداف بكفاءة ودقة، بينما الفجوات والصراعات في إدارة الوقت قد تؤدي إلى جودة أداء منخفضة وعدم القدرة على تحقيق الأهداف بشكل ملائم.

٨.٥ الخاتمة

في الختام، يُظهر تحليل العلاقة بين إدارة الوقت وجودة الأداء في الأدبيات أن هناك ارتباطاً وثيقاً بين الجانبين. إدارة الوقت الفعالة تُعتبر أداة قوية في تحسين جودة الأداء، حيث تساعد في زيادة التركيز والإنتاجية وتحقيق المواعيد النهائية بفعالية. ومن الجدير بالذكر أن الصراعات والفجوات في إدارة الوقت قد تؤثر سلباً على جودة الأداء، مما يجعل من الضروري التركيز على تطوير مهارات إدارة الوقت وتحسينها بشكل مستمر. باختصار، يعتبر تحقيق التوازن بين إدارة الوقت الفعالة وتحقيق جودة الأداء العالية أمراً حاسماً لتحقيق النجاح الشخصي والمؤسسي.

٩ المراجع

Prajogo, D. I., & Sohal, A. S. (2003). The relationship between TQM practices, quality performance, and innovation performance: An empirical examination. *International journal of quality & reliability management*, 20(8), 901-918.

Rowe, A. K., De Savigny, D., Lanata, C. F., & Victora, C. G. (2005). How can we achieve and maintain high-quality performance of health workers in low-resource settings?. *The Lancet*, 366(9490), 1026-1035.

Curkovic, S., Vickery, S., & Dröge, C. (2000). Quality-related action programs: Their impact on quality performance and firm performance. *Decision Sciences*, 31(4), 885-

902.

Claessens, B. J., Van Eerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of the time management literature. *Personnel review*, 36(2), 255-276.

زريبي. (٢٠٢٣). دور جودة حياة العمل في التخفيف من الاحتراق النفسي *سلسلة الأنوار*. 13(2), 90-108 ,

Berger, A. (1997). Continuous improvement and kaizen: standardization and organizational designs. *Integrated manufacturing systems*, 8(2), 110-117.

ISO 690

Vaccaro, P. J. (2000). The 80/20 rule of time management. *Family Practice Management*, 7(8), 76.

ISO 690