



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي

والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

**The Effectiveness of Counseling Program Based on  
Expressive Arts to Improve Emotional Intelligence and  
Positive Parenting for Mothers of Pre School-Children**

إعداد:

رنا عبد المغني فريد جويلس

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات درجة الدكتوراه في الإرشاد التربوي والنفسي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تشرين الأول ٢٠٢٥



جامعة القدس المفتوحة  
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي  
والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة/ القدس

**The Effectiveness of Counseling Program Based on  
Expressive Arts to Improve Emotional Intelligence and  
Positive Parenting for Mothers of Pre School-Children**

إعداد:

رنا عبد المغني فريد جويلس

ياشرف:

أ. د. محمد أحمد شاهين

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات درجة الدكتوراه في الإرشاد التربوي والنفسي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

تشرين أول ٢٠٢٥

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية  
الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

**The Effectiveness of Counseling Program Based on Expressive Arts  
to Improve Emotional Intelligence and Positive Parenting for  
Mothers of Pre School-Children**

إعداد:

رنا عبد المغني فريد جويلس

بإشراف:

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

نوقشت هذه الأطروحة وأجيزت في 2025/10/21م

أعضاء لجنة المناقشة

مشرفاً ورئيساً

جامعة القدس المفتوحة

الأستاذ الدكتور محمد شاهين

عضواً

جامعة القدس المفتوحة

الأستاذ الدكتور كمال سلامة

عضواً

جامعة عمان العربية

الأستاذ الدكتور سهيلة بنات

عضواً

جامعة النجاح الوطنية

الأستاذ الدكتور فايز محاميد

## التفويض والإقرار

أنا الموقع أدناه رنا عبد المغني فريد جويليس؛ أفوض/ جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من أطروحتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

وأقر بأنني قد التزمت بقوانين جامعة القدس المفتوحة وأنظمتها وتعليماتها وقراراتها السارية المعمول بها والمتعلقة بإعداد أطاريح الدكتوراه عندما قمت شخصياً بإعداد أطروحتي الموسومة بـ: "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة"، وذلك بما ينسجم مع الأمانة العلمية المتعارف عليها في كتابة الأطاريح العلمية.

الاسم: رنا عبد المغني فريد جويليس

الرقم الجامعي: ٠٣٤٠٠١٢٢١٠٠١٤

التوقيع: رنا جويليس

التاريخ: ٢٠٢٥/١٠/٢١ م

## الإهداء

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات، من لا يشكر الناس لا يشكر الله  
أنتقم بجزيل الشكر والعرفان إلى والداي اللذين أضاءا الشمعة الأولى في حياتي العلمية  
وإلى زوجي وسندي ورفيقي وداعمي والجندي المجهول الذي آمن بما أرغب ودفعتني لتحقيقه طوال  
سنوات مسيرتي العلمية والعملية وآثرني على نفسه دائماً  
إلى أبنائي لين ولمي وعمر  
إلى كل أمهات فلسطين  
إلى كل أطفال فلسطين  
لأنهم يستحقون  
أقدم لكم ثمرة عملي

الباحثة

## الشكر والتقدير

أتقدم بالشكر الجزيل إلى أعضاء هيئة المناقشة الذين تكرموا بقبول مناقشة الأطروحة، وهم:  
الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين مشرفاً ورئيساً، الذي لن أوفيه حقه في الشكر ، لأنه تابعني خطوة بخطوة، وأرشدني وطور مهاراتي ومعرفتي لإنجاز أطروحتي، ولم يبخل علي بأي معلومة أو تعديل أو إضافة نوعية بأي وقت وزمان ومكان دون كلل أو ملل، فكان وما زال وسيبقى لي القدوة والملمه في الاستمرار والمثابرة والتطور، فله مني جزيل الشكر والعرفان. كما أتقدم بالشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة الكرام: الأستاذ الدكتور كمال سلامة، والأستاذة الدكتورة سهيلة بنات، والأستاذ الدكتور فايز محاميد لما قدموه من ملاحظات وإرشادات أسهمت في رفع شأن هذه الأطروحة وإثرائها، فأدعو الله أن يحفظكم ينبوعاً للعلم والمعرفة.

الباحثة

## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	صفحة الغلاف
ج	قرار لجنة المناقشة
د	التفويض والإقرار
هـ	الإهداء
و	الشكر والتقدير
ز	قائمة المحتويات
ط	قائمة الجداول
ي	قائمة الأشكال
ك	قائمة الملاحق
ل	الملخص باللغة العربية
س	الملخص باللغة الإنجليزية
٥٠-١	<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها</b>
٢	المقدمة
٤٣	مشكلة الدراسة وأسئلتها
٤٤	فرضيات الدراسة
٤٥	أهداف الدراسة
٤٦	أهمية الدراسة
٤٧	حدود الدراسة ومحدداتها
٤٨	التعريفات لمتغيرات الدراسة
٦٣-٥١	<b>الفصل الثاني: الدراسات السابقة</b>
٥٢	دراسات تتعلق ببرامج إرشادية تناولت الذكاء العاطفي
٥٦	دراسات تناولت برامج إرشادية تناولت الوالدية الإيجابية
٥٨	دراسات تناولت برامج إرشادية تناولت الفنون التعبيرية
٧٩-٦٤	<b>الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات</b>
٦٥	منهجية الدراسة
٦٦	أفراد الدراسة (المشاركون)

٦٦	أدوات الدراسة وخصائصهما السيكومترية
٧٦	تصميم الدراسة ومتغيراتها
٧٨	إجراءات تنفيذ الدراسة
٧٩	المعالجات الإحصائية
١١٠-٨٠	<b>الفصل الرابع: نتائج الدراسة</b>
٨٤	النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
٨٧	النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية
٨٩	النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة
٩٢	النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة
٩٥	النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة
٩٩	النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة
١٠١	النتائج المتعلقة بالمجموعة البؤرية
١٢٣-١٠٨	<b>الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها</b>
١١٠	تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها
١١٢	تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها
١١٦	تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها
١١٧	تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها
١١٩	تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها
١٢١	تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها
١٢٤	<b>التوصيات والمقترحات</b>
١٢٥	<b>المراجع باللغة العربية</b>
١٣٢	<b>المراجع باللغة الإنجليزية</b>
١٤٥	<b>الملاحق</b>

## قائمة الجداول

الصفحة	موضوع الجدول	الجدول
٦٨	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الذكاء العاطفي بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=٤٤)	١,٣
٦٩	قيم معامل ثبات مقياس الذكاء العاطفي ومجالاته بطريقتي كرونباخ ألفا وماكدونالدز أوميغا	٢,٣
٧٠	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الوالدية الإيجابية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=٤٤)	٣,٣
٧١	قيم معامل ثبات مقياس الوالدية الإيجابية ومجالاته بطريقتي كرونباخ ألفا وماكدونالدز أوميغا	٤,٣
٧٥	محتويات البرنامج الإرشادي	٥,٣
٧٦	تصميم الدراسة	٦,٣
٨٢	نتائج اختبار شبيرو وليك (Shapiro-Wilk) واختباري الالتواء والتقلطح	١,٤
٨٣	نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس القبلي	٢,٤
٨٥	نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس البعدي	٣,٤
٨٨	نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء العاطفي	٤,٤
٨٩	نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين البعدي والمتابعة على مقياس الذكاء العاطفي	٥,٤

٩١	نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس القبلي	٦,٤
٩٢	نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس البعدي	٧,٤
٩٥	نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية	٨,٤
٩٨	نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الوالدية الإيجابية لدى أفراد المجموعة التجريبية	٩,٤
٩٩	نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية	١٠,٤

## قائمة الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
١	الرسم البياني للفروق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمقياس الذكاء العاطفي	٨٦
٢	الرسم البياني للفروق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمقياس الوالدية الإيجابية	٩٤

## قائمة الملحق

الصفحة	عنوان الملحق	الرقم
١٤٦	أدوات الدراسة قبل التحكيم	أ
١٥٣	قائمة المحكمين	ب
١٥٤	أدوات الدراسة بعد التحكيم	ت
١٦١	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية	ث

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية

لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

إعداد: رنا عبد المغني فريد جويلس

بإشراف: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

٢٠٢٥

ملخص

هدفت الدراسة إلى تقصي فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة باستخدام المنهج المختلط (الكمي والكيفي)، من خلال التجريبي- التصميم شبه التجريبي (Quasi-experimental Design) المجموعتين التجريبية والضابطة، والمنهج الكيفي من خلال مجموعة بؤرية ضمت (١٠) أمهات أفراد المجموعة التجريبية، من خلال الأسئلة التي طُرحت على المجموعة. طبق مقياسا الدراسة على عينة ميدانية مكونة من (١٠٠) من أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، وذلك بهدف اختيار أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة المكونة من (٢٠) أمّاً من اللواتي حصل أطفالهن على أعلى الدرجات على مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية، قسمن بالمزاوجة حسب درجاتهن على المقياسين مناصفة إلى مجموعتين، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، بواقع (١٠) أمهات لكل مجموعة. طُبق البرنامج الإرشادي المكون من (١٣) جلسة بواقع جلستين أسبوعياً، مدة كل جلسة (٩٠) دقيقة، على أفراد المجموعة التجريبية، وأخذت القياسات القبلية، والبعديّة على أفراد المجموعتين، بينما طبق القياس التتبعي على المجموعة التجريبية بعد ثمانية أسابيع من انتهاء تطبيق البرنامج.

أظهرت النتائج عدم وجود توزيع طبيعي للبيانات، فاستخدمت الاختبارات غير المعلمية في تحليل البيانات (اختبار مان وتني، واختبار ويلكوكسون)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات

دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ )، بين متوسطات رتب المجموعتين (تجريبية، ضابطة)، في القياس البعدي لمقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية وأبعادهما لصالح المجموعة التجريبية، وكان متوسط الرتب الموجبة أكبر من متوسط الرتب السالبة، ما يعكس تحسناً واضحاً في درجات الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لصالح القياس البعدي، وبالتالي وجود فاعلية للبرنامج المطبق في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة؛ وجاءت قيمة حجم الأثر مرتفعة، وبلغت ( $r = .744; .623$ ) على التوالي، وقد دعمت نتائج المجموعة البؤرية البالغ عددهم (١٠) أمهات النتائج الكمية للدراسة، وعززت وضوح فاعلية البرنامج الإرشادي المطبق، كما أشارت النتائج إلى استمرارية أثر البرنامج الإرشادي في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى الأمهات بعد فترة المتابعة.

وأوصت الدراسة بتطبيق البرنامج الإرشادي على عينات مشابهة في البيئة الفلسطينية، وبناء برامج متخصصة لتوعية أولياء الأمور بمفهوم الوالدية الإيجابية، وأهميتها في تطوير مهارات الذكاء العاطفي لدى الأطفال.

**الكلمات المفتاحية:** برنامج إرشادي، الفنون التعبيرية، الذكاء العاطفي، الوالدية الإيجابية، أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة.

# **The Effectiveness of Counseling Program Based on Expressive Arts to Improve Emotional Intelligence and Positive Parenting for Mothers of Pre School-Children**

**Preparation: Rana A. Kabha**

**Supervision: Prof. Mohammed Ahmad Shaheen**

٢٠٢٥

## **Abstract**

The study aims to investigate the effectiveness of a counseling program based on expressive arts to develop emotional intelligence and positive parenting for mothers of preschool children, using a mixed-methods approach (quantitative and qualitative), through the quasi-experimental design of the experimental and control groups, and the qualitative approach through a focus group that includes (١٠) mothers from the members of the experimental group, through the questions that are poses to the group. The study scales were applied to a field sample consisting of (١٠٠) mothers of preschool children, with the aim of selecting members of the experimental and control groups consisting of ٢٠ mothers whose children obtained the lowest scores on the emotional intelligence and positive parenting scales. They were divided equally according to their scores on the two scales into two groups, one experimental and the other control, with ١٠ mothers for each group. The counseling program, consisting of ١٢ sessions, two sessions per week, with each session lasting ٩٠ minutes, was applied to the experimental group. Pre-test and initial measurements were taken on both groups, while follow-up measurements were applied to the experimental group eight weeks after the program was completed.

The results show a lack of normal data distribution. Non-parametric tests were used to analyze the data (Mann-Whitney test and Wilcoxon test). The results showed statistically significant differences at the significance level ( $\alpha \leq .05$ ) between the mean ranks of the two groups (experimental and control) in the post-test of the emotional intelligence and positive parenting scales and their dimensions, in favor of the experimental group. The mean of positive ranks is greater than the mean of negative ranks, reflecting a clear improvement in emotional intelligence and positive parenting scores in favor of the post-test. Consequently, the program is effective in developing emotional intelligence and positive parenting among mothers of preschool children, as

the effect size value was high, reaching ( $r = .744; .723$ ), respectively. The results of the focus group (10 mothers) supports the quantitative results of the study and enhances the clarity of the effectiveness of the applied counseling program. The results indicate the continued impact of the counselling programme on developing emotional intelligence and positive parenting in mothers after the follow-up period. The study recommends applying the counseling program to similar samples in the Palestinian environment, and developing specialized programs to educate parents about the concept of positive parenting and its importance in developing emotional intelligence skills in children.

**Keywords:** Counseling program, expressive arts, emotional intelligence, positive parenting, mothers of preschool-children

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة ومشكلتها

١,١ مقدمة

٢,١ مشكلة الدراسة وأسئلتها

٣,١ فرضيات الدراسة

٤,١ أهداف الدراسة

٥,١ أهمية الدراسة

٦,١ حدود الدراسة ومحدداتها

٧,١ التعريفات لمتغيرات الدراسة

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة ومشكلتها

#### ١,١ المقدمة

تعد الأمم من أعظم الرسالات والأدوار التي منحها الله للبشرية، وذلك لاستدامة أثرها بأسلوب مفصلي في تنشئة الفرد خاصة، ونمو وتطور المجتمع عامة. فالأم هي الحاضن الأول له منذ ولادته وتهبه الشعور بالأمان، من هنا لا بد للأمهات أن يكن على أهبة الاستعداد وأن يتسلحن بمهارات الذكاء العاطفي، واستراتيجيات الوالدية الإيجابية لتربية هذا الكائن الذي وهبه الله لهن، وجعله أمانة بين أيديهن وحملهن مسؤوليته ورعايته. من أجل تحقيق ذلك لا بد من معرفتهن وإدراكهن لذواتهن وقدراتهن وتطويرها، وتوعيتهن لممارسة دورهن على أفضل وجه، لتحقيق والديه إيجابية وفعالة. ويستعان لتحقيق ذلك باستراتيجيات غير تقليدية، بالاستناد إلى الفنون التعبيرية التي ستكون فضاءً واسعاً لكل أم للتعبير عن نفسها ومشاعرها ومعرفة ذاتها بالطريقة الملائمة لها دون تقييم أو تقييد، وممارسات تقييد منها في تطوير والديتها بأسلوب إيجابي ومتنوع.

يتجلى ذلك أولاً بتنمية وتطوير ذاتي للأمهات، والوعي بمشاعرهن وكيفية التعامل معها، يليها كيفية التعامل مع أطفالهن ومع من حولهن. ويكون ذلك بتوعيتهن بأهمية الذكاء العاطفي لديهن، ودوره في مساعدتهن بإتمام مسؤولياتهن تجاه والديه إيجابية ومثمرة. لأنهن غالباً ما يبذلن أقصى جهودهن في عملية تربية أطفالهن. لكن أحياناً يفترق للمعرفة بالطريقة التي يعبرن فيها عن مشاعرهن وانفعالاتهن تجاه المواقف والأحداث والأفراد، التي تترجم أحياناً لطرق تواصل غير سليمة لفظية أو غير لفظية وسلوكيات سلبية؛ وأجمع علماء النفس والتربويون، مثل: غاردنر، ماير وسالوفي، جولمان، وبار -أون (Gardner, ١٩٨٣, Mayer & Salovey, ١٩٩٠, Goleman, ١٩٩٥, )

على أهمية ودور الذكاء العاطفي للفرد ومهاراته وتأثيره في تحقيق النجاح على الصعيد الشخصي والتربوي والعملي والاقتصادي. وأضافت الأعرس نتائج إحدى الدراسات التي أظهرت أن الأمهات اللواتي يتبعن أسلوب التعلق الآمن مع أطفالهم، "الذي يتمثل بالوعي والإدراك العاطفي بمشاعر الفرد تجاه الآخر"، كانوا أكثر انفتاحاً ومرونة في التعامل مع انفعالاتهن وانفعالات أطفالهن، والذي أفضى بالنهاية لممارسات والدية إيجابية معهم ( Sanders & Morawska, ٢٠١٨).

وتشير حكمة سقراط (Socrates) "اعرف نفسك" منذ القدم إلى حجر الزاوية في الذكاء العاطفي، المتمثلة في وعي الفرد بمشاعره وآثارها في حياته كلها. واستمرت الأبحاث والدراسات باتجاهين: ما بين مركز على الذكاء العقلي وما يحققه للفرد، وبين باحثين خرجوا من الصندوق كي يوضحوا أنه يوجد أكثر من نوع للذكاء، مثل: ثورندايك "Thorndike"، الذي سلط الضوء في أوائل العشرينيات والثلاثينيات من القرن العشرين على الذكاء الاجتماعي، تلاه في الثمانينيات من القرن العشرين ستربيرغ "Sternberg" الذي أشار إلى الذكاء ما بعد الاجتماعي. والذي زرع الموازين السائدة آنذاك جاردنر "Gardner" صاحب نظرية الذكاءات المتعددة التي قلب فيها التركيز على أكثر من نوع من الذكاء. وكان أول تعريف لمصطلح الذكاء العاطفي في رسالة الدكتوراة ل (Wayne, ٢٠١٣). توالى بعدها الدراسات لرواد شكلوا مرجعية له؛ وكان ماير وسالوفي "Mayer & Salovey" أول من قدما أنموذجاً للذكاء العاطفي، وبنى جولمان "Goleman" نظريته في الذكاء العاطفي استناداً لأعمالهم (Filice & Weese, ٢٠٢٤).

لذلك تتعالى اليوم الأصوات بشكل متزايد عن كيفية توظيف الذكاء العاطفي ( Emotional Intelligence) وأثره على الفرد بشكل خاص في شتى مجالات حياته العملية والعلمية؛ وجرى استثمار هذه المهارات من أجل حياة أفضل. وعرف بار- أون (Bar-On, ٢٠٠٦:٢) الذكاء

العاطفي بأنه: "مجموعة من المهارات العاطفية والاجتماعية والذاتية التي تؤثر في القدرات والكفايات والمهارات الكلية العامة للفرد، ليتكيف مع المواقف والظروف البيئية المختلفة المحيطة به، التي بدورها تؤثر على قدرة الفرد على إدراك مشاعره ومشاعر الآخرين وإدارتها، وقدرته على تحفيز دافعيته بأقصى طريقة ممكنة". بينما عرفه إبراهيم وآخرون (٢٠٢٠) بأنه يمثل مجموعة من المهارات الوجدانية التي تؤثر في قدرة الفرد على فهم نفسه وفهم مشاعر الآخرين والتميز بينها وتنظيمها، واستعمالها في توجيه السلوك من خلال أبعاد معينة مثل الوعي بالانفعالات، إدارة وضبط الانفعالات، التعاطف، ممارسة الانفعالات. وقد أوضح درابكة وآخرون (٢٠٢٣) أن إدراك الفرد لمشاعره وانفعالاته، واستخدامها بطريقة إيجابية اتجاه نفسه والآخرين، يُسهل عليه تنظيم علاقاته مع الآخرين مراعيًا بذلك صحته النفسية ورفاهيته والسعادة والرضا عن الذات في كافة مجالات حياته.

يتضح مما سبق أن امتلاك الأمهات للذكاء العاطفي المتمثل في تواجد مجموعة من المهارات العاطفية التي تؤثر في قدرتهن في فهم أنفسهن وفهم مشاعر الآخرين والتميز بينها وتنظيمها، واستعمالها في توجيه السلوك من خلال أبعاد معينة مثل الوعي بالانفعالات - إدارة وضبط الانفعالات، التعاطف، ممارسة الانفعالات حجر أساس لكل الأمهات (النجار، ٢٠٢٠). وأضاف ربيع (٢٠١٨) دور الدافعية العالية الداخلية التي توجد لدى الفرد التي تقضي بالاستقلالية والتميز والتفوق. ويكون ذلك بوضع أهداف محددة وواضحة في ذهنه وتنظيمها ليستطيع تحقيقها ضمن إمكانياته وقدراته وما تعلم، ويتميز من يتمتع بالذكاء العاطفي أنه لا ينتظر التقدير والمدح الخارجي بقدر ما يبحث عنه داخلياً، والدافعية جزء من مكونات الذكاء العاطفي عند الفرد. وهو ما يتوجب توعية الأمهات به لكي توظفها في حياتهم اليومية على الصعيد الشخصي، ويدعمهن في تربية أطفالهن بإيجابية. بحثت العديد من الدراسات في دور الذكاء العاطفي وأثره على الفرد

والمحيطين والمجتمع، والتي أشادت بأهميته في جميع مجالات الحياة من حيث العمل والتربية والاقتصاد والصحة النفسية للفرد؛ وظهرت نتائجها بمراجعة منهجية وتحليل meta للباحث فيجا وآخرون (Vega et al., ٢٠٢٢)، وكان من نتائجها أن زيادة مستوى الذكاء العاطفي يرتبط بانخفاض السلوكيات العدوانية التي قد تحدث مع الوالدين نتيجة للمواقف الصعبة التي يتعرضون لها، لأنهم يستطيعون مواجهتها بحكمة وذكاء، ويوقع أقل الخسائر لجميع الأطراف على الأصعدة جميعها. يزود الذكاء العاطفي الوالدين عامة والأمهات بخاصة أرضية متينة وصلبة، قادرة على تطبيق ممارسات الوالدية الإيجابية بسلاسة وراحة، وباعتبارها جزءاً من شخصية الفرد لا دخيلاً يؤرق استقرارها ويعيق تلبية المسؤوليات الملقاة على عاتقها. من هذا المنطلق سيقدم مفهوم الوالدية الإيجابية وممارستها وآثارها على الأطفال.

تصدر مرحلة الطفولة المبكرة أهم المراحل النمائية التي يمر بها الفرد؛ وتصل وتتشكل شخصيته وحياته المستقبلية، فإذا ما كانت التجربة مع والديه غنية، مثرية، داعمة، وسوية، سيؤول ذلك به إلى نمو متكيف نفسياً واجتماعياً، وعلى العكس من ذلك سيؤثر سلباً في شخصيته وتكوينه النفسي (خليفة، ٢٠٢١). كذلك يجب استثمار هذه المرحلة في تعريض الطفل لخبرات مناسبة بالطريقة الصحيحة لأنها تعد من المراحل الحرجة في دورة نمو الفرد؛ وأشار الدكتور "براين كولب" Brain kolp إلى وجود فترات حساسة لنمو الدماغ، يكون فيها الدماغ مستعداً بشكل خاص لاكتساب بعض الخبرات الحياتية (ورشة الموارد العربية، ٢٠١٦).

ويتحقق ذلك الاكتساب للخبرات الحياتية بخوض تجارب ومقاربات في الوالدية الإيجابية بوساطة البرامج التي تستند إلى الحوار والتوعية والتثقيف، وتقبل وشجاعة واعتراف من الراعيين لدعم قدراتهم الذاتية والانفعالية والاجتماعية وتلبية حاجاتهم النفسية، لأن بدايات الطفل تكون من خلال الأسرة، وعندما يكبر فإن كل المجتمع هو الذي سيتحمل تداعيات التربية التي تعرض لها إذا

كانت غير إيجابية. ومن المهم الإشارة إلى أنّ التربية الوالدية لا غنى عنها إذا كنا على وعي بوظيفتها الإيجابية اليوم؛ إذ إنّ كل شيء تغير، ولكن ثقافة الوالدية ظلّت هي نفسها تقريباً، أو أنّها تعاني من انفصام وانشطار بين والدية تقليدية في طريقة التربية، ووالدية حديثة من حيث الانفتاح والتنوع والمرونة؛ وتقدم الوالدية الإيجابية دعماً وتحصيناً للأسرة من العنف والانحرافات والجرائم مستقبلاً، وتدعم المجتمع بنشأة فرد متوازن نفسياً ومحققاً لذاته (إبراهيم وآخرون، ٢٠٢١). ويمكن الاستناد لتحقيق ذلك إلى مرجعية قانونية دولية تتمثل في اتفاقية حقوق الطفل التي وقعت عليها وصادقت غالبية الدول، لما لها من أثر في اعتماد الوالدية الإيجابية من مقاربات التربية في العصر الزاهن؛ إضافة إلى التشريعات الوطنية التي تتناغم مع الصكوك الدولية لحقوق الطفل (اتفاقية حقوق الطفل، ١٩٨٩).

تتمثل الوالدية الإيجابية (Positive Parenting) بكيفية توجيه وتمكين الآباء والأمهات للرعاية والاعتناء بأطفالهم، والعمل على تطوير إمكاناتهم بوضع الحدود اللازمة للمواقف اليومية التي يتعرضون لها دالي (Daly, ٢٠٢٠). وأضاف آلفي (Alvy, ٢٠٠٨) أن الممارسات الوالدية الإيجابية تظهر جلية في دور الوالدين في تعليم أبنائهم السلوكات السليمة والصحيحة، ومبادئ التعلم مدى الحياة، وتوفير بيئة داعمة لهم، وإشعارهم بالدفء والقبول والاحترام ودعم استقلاليتهم وتجنب العقاب اللفظي أو البدني معهم. وقدم كارلو وهاملتون (Carroll & Hamilton, ٢٠١٦) إضافة مميزة تقتضي استثمار شعور الوالدين بأخطائهم بالتعامل مع أبنائهم كفرصة للتعلم الجماعي لجميع الأطراف، والتحلي بالصبر والهدوء والتأني والراحة قبل حل المشكلات، عبر عقد جلسات عائلية والاستماع إلى ما هو غير مرغوب به من الأبناء والمحاولة للوصول لحل المشكلات بالحوار والإقناع والتفاهم.

نتيجة لذلك تؤدي ممارسات الأهل الإيجابية دوراً مهماً في تحقيق التوافق الطبيعي لأبنائهم، والتي تشمل: الحب، والاحتواء، والاهتمام، والرعاية، وحسن المعاملة. وهناك جوانب عديدة من شخصية الطفل تتأثر بالنمط الذي يمارسه الوالدان في تعاملهم مع أطفالهم، سواءً أكان ذلك لغوياً، أم نفسياً، أم سلوكياً، أم اجتماعياً (Alhajri et al., ٢٠٢٠). ويرى القحطاني (٢٠٢٢) أن ما تقوم به الأسرة من طرق التعامل الوالدية لها كبير الأثر في تكوين دوافع الطفل ومواقفه، ذلك لأن الوالدين يعدّان الحاضنة الرئيسة لاحتياجات الطفل كافة، لذلك لا بد أن يوفر الحب، والقبول، والدعم المعنوي، والمعاملة الإيجابية، والمساعدة في إتمام أعمالهم الخاصة، ويشير إلى أن حدوث أي خلل في تعامل الوالدين مع الطفل يولد مشكلات متنوعة.

وتوضح المومني (٢٠٢٢) أن أساليب المعاملة الوالدية بوجه عام المتبعة في تنشئة الأطفال في المجتمعات العربية تتشكل وتتأثر بالمعتقدات المجتمعية والثقافة السائدة؛ وتتغير أدوار الوالدين باستمرار نتيجة تعرضهم لتحديات عدة جديدة تتعلق بالطفل، فيتطلب منهم أن يتسموا بالإيجابية بشكل دائم وأن تتوافر لديهم القدرة على تقديم الدعم والعطاء والتوجيه والتعزيز لهم من خلال معرفتهم بحاجاتهم، وبالتالي ييسر العناية بهم بشكل أفضل. وقد رُبطت الصحة النفسية للطفل بالمعاملة الوالدية الإيجابية المستقرة للطفل بشكل واضح (Batman's et al., ٢٠٢٢).

يمكن الاستنتاج مما سبق أن الوالدية الإيجابية تحتوي مضامين أساسية، مثل: الحوار والتبرير، وتعزيز شخصية الطفل واحترامه، ومنحه حرية الاختيار والقرار ضمن بيئة متابعة وحاضنة وإيثار العلاقات، التي تهدم النسق الأسري السلطوي، أو المهمل، أو المتجنب، أو الحماية الزائدة التي يمكن أن يتعرض لها الطفل في العائلة والتي تفرز لاحقاً أفراداً بعلاقات متوترة مع الذات والآخر، ما يؤثر في نموه الشمولي التكاملي (الاجتماعي، والعاطفي، والنفسي،

والجسدي، والمعرفي) فيما بعد؛ ويعد الوالدان المحطة الأولى التي ينطلق منها الطفل إلى العالم الخارجي، ويتعلم بالملاحظة والتقليد والمحاكاة ممن حوله طرق التعامل مع المواقف اليومية.

تعددت الدراسات والأبحاث في إيجاد العلاقة ما بين الذكاء العاطفي والممارسات والأساليب الوالدية الإيجابية التي كانت غالباً علاقة طردية، فكلما زاد الذكاء العاطفي زادت قدرة الآباء والأمهات على ممارسة الوالدية بشكل إيجابي. فلا يمكن تطبيق ممارسات الوالدية الإيجابية عندما لا تتوفر مقومات وعناصر الذكاء العاطفي التي تعد بمنزلة خارطة لكيفية التعامل مع التحديات كافة في مجالات الحياة جميعها، والتي من أهمها تربية الأطفال. وقد أشارت دراسة إغبارية (Agbaria, ٢٠٢٢) إلى دور التربية الوالدية المتبعة، والذكاء العاطفي لآباء وأمهات أطفال ما قبل المدرسة (الروضة) في منطقة الداخل الفلسطيني، وأن انخفاض الذكاء العاطفي عند الآباء واستخدامهم أنماط الأبوة الاستبدادية قد ارتبط بسلوكيات أكثر تحدياً لأطفالهم في مرحلة ما قبل المدرسة. وبينت دراسة فيشر (Fisher, ٢٠٢٣) أن الذكاء العاطفي للوالدين يرتبط بزيادة مستوى الكفاءة الوالدية، ويكون بالتدريب على المهارات العاطفية التي تعد من الأساسيات التي تقضي إلى العيش في حياة مرضية ومنتجة، لأنهم بامتلاك هذه المهارات يكون لديهم نتاج واضح وفعال من حيث نوعية العلاقات الاجتماعية، وكذلك تنمية ممارسات اجتماعية للوالدين. وتتمثل فيها مقاومة الأفراد لتجارب الحياة الصعبة مثل تربية الأطفال الذين يدمجون تجاربهم فيما بعد في بطرق جديدة للتصرف وأساليب إيجابية.

نتيجة لما سبق، فإن الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية مسارات متنوعة وشاملة، لذلك اقتضى الأمر استخدام الفنون التعبيرية لتنمية هذه المهارات والأساليب، التي تحتاج الخروج عن المألوف والتقليدي في الإرشاد والتوجيه لأمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، لكي يستطعن تفعيل

وتطبيق ما يتعرفن عليه مع أنفسهم وأطفالهن، كل حسب قدراته وإمكاناته واختياره لتحقيق حاجاتهم وأهدافهم.

يستند البرنامج الإرشادي في الدراسة الحالية إلى استخدام الفنون التعبيرية ( Expressive Arts Therapy) وتقنياتها، كما وضحت ماليكودي (Malchiodi, ٢٠٢٣) بأنها تعمل على تلبية قدرات وحاجات، وإمكانات الفرد من خلال توظيف مساراته الفنية والإبداعية المتمثلة في (الرسم، الرقص، الموسيقى، الحركة، القصة، الدراما... الخ من الفنون)، ويفسح له المجال في التعبير عما يجول في خاطره باختيار ذاتي وبحرية غير مستند إلى التعبير اللفظي فقط، إنما يتجاوز هذا النوع من الاتصال ليرتقي بتشغيل الحواس والمشاعر والفكر، ويترجم لنتائج إبداعي يستطيع من خلاله الاستبصار برؤية واقعة، وإيجاد توافق بين إمكاناته وتطويرها. ويجري توظيف هذه التقنيات مع أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، لتوعيتهن بأهمية تمتعهن بمهارات الذكاء العاطفي الأساسية التي يحتاجونها في معرفة ذواتهم وإدراكها وتنظيمها، ويوصلهم لطرق لكيفية تفهم مشاعر الآخرين والتواصل معهم، وتكون المحصلة بممارسات والدية إيجابية تنعكس إيجاباً على أطفالهن في أهم فترة حساسة في تربيتهم.

تظهر نتائج استخدام الفنون التعبيرية في الإرشاد أثراً إيجابياً واضحاً؛ إذ بينت دراسة داكوستا وتانيا (Dacosta & Tanya, ٢٠٢٤) أن استخدام الفنون التعبيرية زاد من نسبة الذكاء العاطفي والقيم لعينة من الأطفال الذين شاركوا بالبرنامج. في حين أشارت دراسة لأويستريك (Oystrick, ٢٠٢٤) إلى أن الفنون التعبيرية ساعدت الأهل في تطوير علاقة إيجابية مع أطفالهم، وأثرها على كل من الذكاء الانفعالي والوالدية الإيجابية التي تتمثل في قدرتهم على تنمية المهارات التي تلزم أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة بطرق متنوعة غير مقيدة أو مقيمة لما تعرف أو لا تعرف، ولتساعدهم في فهم ذواتهم وقدراتهم ومصادر مشاعرهم، وتأثيرها على أفكارهم وتصرفاتهم تجاه

أنفسهم وكذلك أطفالهم الذين يكونون بكنفهم ومسؤولين عنهم. بذلك يمكن العمل على تمكين الأمهات بأنفسهن، وتوعيتهن بدورهن تجاه أطفالهن على المدى القريب والبعيد.

وتشير كذلك دراسة نولاند وآخرون (Nowland et al., ٢٠٢٣) التي لخصت الأبحاث المنشورة المتعلقة في استخدام الفنون التعبيرية الإبداعية المرئية مع الوالدين منذ فترة الحمل لغاية أول سنتين من حياة الطفل، إلى وجود فروق جوهرية لديهم في جودة الحياة، وزيادة المعرفة بالصحة العقلية لهم، كما طورت ثقتهم وتقديرهم لذاتهم، ومساعدتهم على بناء قنوات من التواصل مع أطفالهم، إضافة إلى تشجيعهم للحصول على مساعدة خارجية متخصصة ومعلومات واضحة، ووفرت لهم حيزاً ومكاناً لتكوين صداقات جديدة قللت من شعورهم بالعزلة والوحدة، وهذا ما يلزم لاستثمار الفنون في تنمية مهارات الذكاء العاطفي للفرد بوعيه وإدراكه لذاته وتواصله مع الآخرين.

وأضافت دراسة شامير (Shamir, ٢٠٢٤) أهمية الفنون عند استخدامها مع الوالدين، التي تُشجعهم على التفاعل عفويا، الأمر يدعم التواصل العاطفي للوالدين مع أنفسهم أولاً ومن ثم شركائهم وأطفالهم لاحقاً؛ فتكون الاستجابات الناتجة من الوالدين الناتج الإبداعي من استخدامهم للفنون وسيلة لبيان مدى تطور الوالدين ومهاراتهم الشخصية، ومجالات اهتماماتهم وصعوباتهم.

تماشياً مع ما ت ذكر سابقاً، يؤدي تمكين الأمهات وعياً عاطفياً بذواتهم متسعاً وفضاءً بالغ الأهمية في فهم طرائق تفكيرهم، وزيادة إدراك مشاعرهم، ما يعمق فرص الرضا عن الذات تجاه حوارية العلاقة مع الأسرة والمجتمع. لذلك كلما زادت الفرص والأساليب المتنوعة للوعي وتمكين الذات من خلال الفنون التعبيرية، فإن الإمكانيات تتاح لها لتطوير والدية إيجابية بشكل سليم. وبناءً على ذلك، سيكون اتجاه الدراسة الحالية الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الايجابية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة.

## ١,٢ الإطار النظري

### ١,١,٢ الذكاء العاطفي Emotional Intelligence

يُعرف الذكاء عمومًا أنه القدرة العقلية التي تُمكن الأفراد من التعلم والتفكير وحل المشكلات من خلال التجارب التي يمر بها الفرد. وتعرفه جمعية علم النفس الأمريكية ( American Psychological Association [APA], ٢٠٢٣) "القدرة على الفهم المعقد، والتفكير المنطقي، والتعلم بسرعة من التجارب".

تطرق بيتر سالوفي "Salovey"، وجون ماير "Mayer" لمصطلح الذكاء العاطفي عام ١٩٩٠م كنوع من أنواع الذكاء، والذي برز قبله أنواع عدة من الذكاءات تبعاً لجاردنر (Gardner) ونظريته في الذكاءات المتعددة. وقد عرفاه بأنه: القدرة على إدراك الفرد لانفعالاته، وتقييمها والتعبير عنها؛ واستخدامها في تيسير عملية التفكير، وفهم الانفعالات في علاقة الفرد مع الآخرين، وتنظيم هذه الانفعالات لتعزيز النمو الانفعالي والعقل (Salovey & Mayer, ١٩٩٠). وفسرا أن العقل مكون من معرفة وعاطفة ودافعية؛ ويقوم العقل بالعمليات العقلية من تفسير وتحليل وإدراك وحل مشكلات، بينما تعبر العاطفة عن المزاج والمشاعر المختلفة التي نشعر بها حسب الموقف.

يعد كتاب "الذكاء العاطفي: لماذا يمكن أن يكون أكثر أهمية من معامل الذكاء؟" الذي قدمه جولمان (Goleman, ١٩٩٥)، وما أسفر عنه من تحولات في فهمنا للعلاقة ما بين العقل والعاطفة مستنداً إلى أبحاث علم الأعصاب؛ ووضح أن الدماغ يتكون من نظامين مترابطين العقل المفكر الذي يعتمد على التحليل المنطقي للأحداث، والعقل العاطفي المسؤول عن الاستجابات الانفعالية والمشاعر؛ إذ تؤدي الأمجدالا (Amygdala) في الجهاز الجوفي الذي يشمل اللوزة الدماغية دوراً رئيساً في توليد العواطف والاستجابات السريعة قبل تدخل العقل والتفكير. ومنها اكتشف تركيبية المخ العاطفية التي تبرز قبضتها وتأثيرها في العقل المفكر، وبهذا أحدث ثورة علمية وفكرية

لهيمنة العاطفة على العقل، مفسراً ذلك وجود "العقل المفكر"، و "العقل العاطفي"؛ إذ يمتاز الأخير بقدرته على إدارة مشاعر الفرد قبل سيطرة العقل المفكر على سلوكاته، والتي تقضي إلى ردود أفعال فورية غير مدروسة مثل الغضب المفاجئ والخوف (Brackett et al., ٢٠١١)، وهو ما يفسر كيف أن كثيراً من سلوكيات الأفراد تتأثر بمشاعرهم وعواطفهم قبل تفكيرهم، وهو ما يسمى بدوافع التحرك الأولية والخطط المستجيبة للمواقف اليومية، وبها تسطو العواطف على استجاباتهم وردود أفعالهم ومن ثم يليها التفكير والتحليل وليس العكس (جولمان، ٢٠٠٠).

تطور مفهوم الذكاء العاطفي مع الوقت بوضوح في التسعينيات، والذي ركز على قدرة الفرد على فهم المشاعر وإدارتها، سواءً أكانت مشاعر الذات أم مشاعر الآخرين. وتم وصفه بوضوح بواسطة دانيال جولمان، الذي عرفه بأنه القدرة على تحديد وفهم وإدارة العواطف بأسلوب يسهم في بناء علاقات جيدة واتخاذ قرارات فاعلة، والذي بدوره يؤثر في جودة العلاقات والنجاح في الحياة المهنية والشخصي (Goleman, ١٩٩٥).

يُوضح جولمان أن الفرد لديه قدرات غير المعرفية فقط، والمتمثلة في الجوانب الاجتماعية والعاطفية والتي تؤدي دوراً مهماً في نجاح الأفراد، وأنها قدرات قابلة للتعلم والتطور إذا ما دُرِب الفرد عليها، فتصبح جزءاً من ذاته وسلوكاته. وحددها بالكفايات الشخصية التي تختص بكيفية إدارة الفرد لنفسه، والكفايات الاجتماعية التي تساعده في إدارة علاقاته مع الآخرين. وتنوعت النظريات التي فسرت الذكاء العاطفي، ومنها: نظرية "ماير وسالوفي"، ونظرية "بار-أون"، ونظرية "جولمان"، التي سيتم التطرق لها (Goleman, ٢٠٠١).

وعرف بار- أون (Bar-on, ٢٠٠٦) الذكاء العاطفي بأنه منظومة من القدرات العاطفية والشخصية والاجتماعية، التي تمنح الفرد القدرة على التكيف مع الصعوبات والتحديات التي تواجهه

بكفاءة. وهذه القدرات الكلية قائمة على قدرات أساسية تساعد الفرد على فهم وإدراك وسيطرة وتعبير بشكل فعال.

عرفه جولمان (Goleman, ٢٠١١:٦٦) بأنه: "قدرة الفرد على الانتباه والوعي بمشاعره وانفعالاته، وضبطها وإدارتها لتحفيز ذاته، والقدرة على فهم الآخرين والتصرف الحكيم في العلاقات الإنسانية".

## ١,١,١,٢ النظريات المفسرة للذكاء العاطفي وأبعاد الذكاء العاطفي

تساعد نظريات الذكاء العاطفي على الرغم من تنوعها في توضيح تأثير العواطف على عمليات التفكير وصنع القرار، وتؤكد أن الذكاء العاطفي ليس فطريًا بالكامل، بل يمكن تنميته وتطويره بمرور الوقت من خلال التدريب والممارسة.

## نظرية وأبعاد الذكاء العاطفي ماير وسالوفي (Mayer & Salovey, ١٩٩٠)

طور بيتر سالوفي وجون ماير أنموذجًا للذكاء العاطفي، يُعرف غالبًا بنظرية "الذكاء العاطفي كقدرة عقلية"، يمكن تطويرها بشكل ممنهج، يتيح للفرد استخدام العواطف لتحسين جودة حياته الشخصية والمهنية. تنص هذه النظرية على أن الذكاء العاطفي هو مجموعة من القدرات التي يمكن للأفراد تنميتها، مفادها أن الشخص يستخدم المعلومات التي تنتج عن فهم العواطف وإدارتها، والتي بدورها تحفز عملية التفكير والتوجيه واتخاذ القرار، وتقوم هذه المنهجية على أربع عناصر أساسية، تشمل: إدراك الانفعالات، واستخدام الانفعالات لتسهيل التفكير، والقدرة على فهم الانفعالات وتحليلها، والقدرة على إدارة الانفعالات؛ إذ يرتبط كل من العنصرين الأولين جزأين منفصلين من معالجة المعلومات الوجدانية، التي ترتبط بنظام المشاعر، بينما تُدرج إدارة العواطف

في خطط المرء وأهدافه، ويتضمن كل عنصر مجموعة من المهارات التي تتطور تدريجياً من مهارات أساسية إلى مهارات أكثر تعقيداً (Mayer et al., ٢٠٠٠; Mayer & Salovey, ١٩٩٠)، وقد قسّمها إلى أربعة أبعاد رئيسية، هي (Mayer & Salovey, ١٩٩٠):

**البعد الأول-** إدراك العواطف: وتعني قدرة الفرد على التعرف على العواطف وتحديد بدقتها، سواء كانت هذه العواطف داخلية أو لدى الآخرين، ويشمل هذا قراءة تعبيرات الوجه ولغة الجسد بدقة .  
**البعد الثاني-** استخدام العواطف لتسهيل التفكير: يركز على كيفية استخدام العواطف لتعزيز التفكير وحل المشكلات؛ وتُسهم العواطف الإيجابية في تحفيز الإبداع، بينما قد تساعد العواطف الأخرى في تحسين التركيز.

**البعد الثالث-** فهم العواطف: المتمثلة في القدرة على تحليل العواطف وتفسيرها، بما في ذلك فهم كطور المشاعر أو تغييرها، ويشمل هذا التعرف إلى العلاقات المعقدة بين مختلف العواطف.  
**البعد الرابع-** إدارة العواطف: القدرة على التحكم في العواطف وتنظيمها لتحقيق أهداف معينة، سواءً في الذات أم في الآخرين، ويعد هذا البعد جوهرياً لبناء علاقات مستقرة وصحية.

### نظرية وأبعاد الذكاء العاطفي بار- أون (Bar-On- ٢٠٠٦)

قدم بار-أون نموذجاً للذكاء العاطفي أسماه "النموذج المختلط التكاملية"، و بين فيه التداخل ما بين الذكاء العاطفي والسمات الشخصية؛ واحتوى على نظام من القدرات غير المعرفية، ومجموعة من المهارات الشخصية والاجتماعية التي تؤثر في قدرة الفرد على التكيف بنجاح مع متطلبات الحياة وضغوطها (محمد، ٢٠٠٩). وركز بار-أون في نموده على تحليل آثار ونتائج الذكاء الانفعالي، وأدرجت ضمن الإمكانيات العقلية والقدرات العاطفية غير المعرفية. وحدد مجموعة من السمات والقدرات المرتبطة بالمعرفة العاطفية والاجتماعية، والتي بدورها تؤثر في

مقدرة الفرد على التصرف بفاعلية لمواجهة المتطلبات البيئية. وأوضح أن الذكاء العاطفي يتضمن خمس كفاءات وقدرات لا معرفية، هي: المهارات الشخصية، والمهارات ما بين الأشخاص، والمهارات التكيفية، ومهارات إدارة التوتر، ومهارات المزاج العام (قطامي وآخرون، ٢٠١٠). أولاً: مكونات شخصية داخلية تركز على احترام وتقدير الفرد لذاته، ووعيه بانفعالاته واستقلالته. ثانياً: مكونات العلاقات بين الأشخاص المتمثلة في تعاطف الفرد مع الآخرين ووجود مسؤولية اجتماعية نحوهم، وعلاقات الفرد الشخصية. ثالثاً: مكونات إدارة التوتر التي تظهر من خلال تحمله للتوترات وقدرته على ضبط نفسه واندفاعه. رابعاً: مكونات تكيفية تظهر عند اختبار الواقع ومرونة الشخص وقدرته على حل المشكلات. خامساً: المزاج العام من خلال التفاوض والسعادة التي يبديها الفرد (الدردير، ٢٠٠٤).

### نظرية وأبعاد الذكاء العاطفي لجولمان (Goleman-١٩٩٨)

أكمل جولمان ما طرحه كل من ماير وسالوفي بخصوص الذكاء العاطفي، وحدد خمس مهارات أساسية لكيفية تشكل الذكاء العاطفي، وقسمها لكفايتين، هما: الكفايات الشخصية؛ التي تتمثل في إدارة أنفسنا من خلال الوعي بمشاعرنا وتنظيم ذاتنا وتحفيزها تحفيزاً داخلياً، والكفايات الاجتماعية؛ التي تتعلق بإدارة علاقاتنا مع الآخرين من خلال التعاطف مع مشاعرهم وفهمها والتواصل معهم، والتي تتكامل فيما بينها لتنمية الذكاء العاطفي للفرد، التي رأى جولمان وآخرون أنها تتمثل في الأبعاد الخمسة الآتية: الوعي الذاتي (Self-Awareness)، التنظيم الذاتي (Self-Regulation)، الدافعية والتحفيز (Motivation)، التعاطف (Empathy)، المهارات الاجتماعية (Social Skills) (Goleman et al., ٢٠١٧)، وهي النظرية التي سيُستند إليها في الدراسة الحالية، ويمكن تناول أبعادها ببعض من التفصيل كما يلي:

الوعي بالذات (Self-Awareness): يقصد به قدرة الفرد ومرونته في معرفة وفهم انفعالاته التي توجه سلوكاته إيجابياً والتعرف إلى المشاعر، مع إدراك اختلاف استجابته للمواقف المتنوعة، وأن لكل موقف استجابة سلوكية أو غير سلوكية، لفظية أو غير لفظية. وكلما زادت قدرة الفرد على تطوير وعيه بذاته، يمنحه ذلك المقدرة على إدارة انفعالاته وما يتبعها من سلوكيات وردود الأفعال، ومعرفة ما يشعرون به وكيف يتصرفون (Goleman, ٢٠٠٦). ناهيك عن أهمية إدراك الفرد مدى تأثير أفعاله وحالاته المزاجية وعواطفه على الآخرين. ويتوجب على الشخص لبلوغ مرحلة وعيه بذاته التحلي بصفات كالصبر، والإصغاء الجيد، وفهم المواقف المتعددة التي تحيط به. من خلال وعي الفرد بذاته فإنه يتعرف إلى مكامن القوة والضعف في شخصيته، ويكون مساره في الحياة الانفتاح على كل ما هو جديد من تجارب جديدة وأهمية التعلم والتفاعل مع الآخرين. ويشير جولمان إلى أن الشخص الواعي بنفسه يمتلك حس الدعابة وثقة بأنفسهم وقدراتهم، مع إدراكهم كيف ينظر الآخرون له (Boyatzis et al., ٢٠٠٠).

**التنظيم الذاتي (Self-Regulation):** يؤكد سيدنا محمد صلوات الله وسلامه عليه المعلم الأول على أهمية تنظيم وإدارة الفرد لذاته وانفعالاته وعدّامقياساً لقوة الشخصية، كما جاء في حديث نبوي شريف له عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد من يملك نفسه عند الغضب" (البخاري، ١٩٨٧). أي جاهد نفسك واقهرها حينما يشتد بك الغضب، لأن ذلك يدل على قوة الفرد وتمكنه من نفسه وسيطرته على تصرفاته وتغلبه على الانفعال السلبي، وما يليه من عواقب نفسية أو جسدية على الفرد أو المحيطين به. ويشير فيليس وويسي (Filice & Wesse, ٢٠٢٤) إلى أنه يمكن التعبير عن ذلك بكلمات بسيطة، فليس المقصود إخفاء مشاعر الفرد، بل يتمثل في إدارة وتنظيم الذات الذي يتمحور حول اختيار الوقت والمكان والزمان المناسب للتعبير عن هذه الانفعالات والمشاعر بشكل

مناسب. كما يتسلح الفرد عند إدارته لذاته وتنظيمها بالمرونة والتكيف مع التغيرات المحيطة به، وغالباً ما يدير الصراعات وينزع فتيل المواقف الصعبة أو المتوترة، ويتحمل مسؤولية أفعاله ويفكر دائماً بتأثيره على الآخرين بشكل إيجابي (Cherry, ٢٠٢٣).

**الدافعية والتحفيز (Motivation):** يحتاج الفرد في تحقيق غاياته إلى محفزات تدفعه إلى الإنجاز، ويميز الفرد الذي يمتلك الذكاء العاطفي أنه يتعدى المحفزات الخارجية المادية أو الشهرة أو كلمات المدح، ليسمو ويكون شغفه تحقيق أهدافه واحتياجاته الداخلية من خلال التحفيز والمكافآت الداخلية، والتي بدورها تحدث التناغم التام والتدفق مع النشاط ومتابعة التجارب التي يخوضها بصمود. ومن يتمتع بكفاءة التحفيز الداخلي يكون لديه أهداف واضحة، ويبحث عن أفضل الطرق لتحقيقها من منطلق حاجاته الكبيرة للإنجاز، ويكون على درجة عالية من الالتزام وأخذ زمام المبادرة في حياته. ولا يكتفي فقط بفهم ذاته ومشاعره وتحفيز نفسه، بل يكون على وعي بأهمية تعاطفه مع الآخرين ومع مشاعرهم، وتمثل القدرة على تحفيز الذات والتفكير الإيجابي في وجود دافع الإنجاز، والالتزام، والمبادرة، والتفاؤل (الشايح والمطيري، ٢٠١٩).

**التعاطف (Empathy):** يُعد التعاطف، أو القدرة على فهم مشاعر الآخرين ورؤية الأشياء من وجهة نظرهم، مهارة أخرى مهمة للذكاء العاطفي؛ وتتطوي على القدرة على التعرف إلى الحالات العاطفية لشخص آخر، وفهم سبب تعرضهم لها. ويتيح تعاطف الفرد مع الآخرين في فهم ديناميكيات القوة التي يمكن أن تؤثر في العلاقات الاجتماعية، مثل العلاقات الموجودة بين الثقافات والمجتمعات المختلفة، وهذا مهم لتوجيه تفاعلاته مع الأشخاص المختلفين الذين يقابلهم كل يوم. وما يميز الشخص الذي لديه فإسة التعاطف العالي أنه يشعر بمن يملك القوة في العلاقة، ويفهم أيضاً كيف يؤثر ذلك في مشاعر كل شخص وسلوكاته. ولهذا السبب، يمكن أن يفسر المواقف التي تعتمد على ديناميكيات القوة بشكل أفضل (Salovey & Pizarro, ٢٠٠٣).

المهارات الاجتماعية (Social Skills): يتضمن الذكاء العاطفي إضافة إلى الوعي والمعرفة بالمعلومات وبالمشاعر للذات والآخرين، امتلاك مهارات متنوعة، مثل: مهارات الاستماع النشط، والاتصال اللفظي وغير اللفظي، والقدرة على الإقناع، التي بدورها تفتح الآفاق لبناء علاقات اجتماعية هادفة مع الآخرين، وبهذه التفاعلات يتطور فهم الفرد لنفسه وللآخرين، فهي تمثل المهارات اللازمة للفرد في مجالات حياته اليومية كافة ( Goleman, ١٩٩٥; Boyatzis et al., ٢٠٠٠). يعد اقتناء الفرد مهارات الذكاء العاطفي من أهم الركائز للتنمية البشرية المستدامة التي تعود بالفائدة على الجميع، وهو مؤشر لتقدم المجتمعات التي تستثمر في الفرد أولاً لتحقيق مكاسب أخرى لاحقاً.

## ٢،١،١،٢ أهمية الذكاء العاطفي

تبرز أهمية الذكاء العاطفي لأنه نابع من استعداد رئيس، فهو قوة مسيطرة تؤثر في كل القدرات البشرية محدثة آثار إيجابية أو سلبية، تكون ميسرة أو معيقة في حياة الفرد، كونها فناً من فنون إدارة الانفعالات وإدارتها، ومهارة من مهارات المعرفة والكفاءة الوجدانية، وخاصة أساسية لأنسنة الإنسان؛ ووضحت أبو حمور وشنيكات (٢٠٢١) أن الأفراد الذين يتمتعون بمهارات الذكاء العاطفي، يساعدهم ذلك في فهم أنفسهم والآخرين والتعاطف معهم، وكذلك يعمل على تحريك الانتباه الذي يعد من المداخل الأساسية لعملية التعلم والتطور. وأن نجاح الفرد في العمل خاصة والحياة عامة يعتمد على الذكاء العاطفي ب نسبة (٨٠%)، أما الباقي (٢٠%) فيرجع إلى الذكاء العقلي وعوامل أخرى (عبابنة، ٢٠٢٣). ويمنحهم أيضاً القدرة على التكيف مع المواقف الاجتماعية التي يتعرضون لها، ومواجهة المشاكل بثقة عالية، وتزود الفرد بالاستقلالية والقدرة على تحديد أهدافه ومكامن قوته وقدراته، ومن الضروري وجود جو أسري مناسب يدعم الطفل براعيين

يستطيعون التعامل معه، ويتعاطفون معه ويحاورونه، ويساعدونه على تكوين ذكاء عاطفي بذاته ومع الآخرين (بن سليم، ٢٠١٩)، بالإضافة إلى كونه يقدم معالجات للمعلومات الانفعالية التي تمر على الفرد ويقوم بتقييمها بدقة سواءً انفعالاته أم انفعالات الآخرين، وبعدها يظهر التعبير المناسب للانفعال، مُحدثاً تنظيمًا تكيفياً لها، ما يؤدي إلى النجاح وتحسن الحياة Salovey & Mayer, (٢٠٠١).

تظهر على من يتمتع بالذكاء العاطفي مجموعة من الصفات في تصرفاتهم واستجاباتهم للمواقف اليومية؛ ويتميزون بأنهم يختارون أفضل الاستجابات وردود الأفعال نحو المواقف والأشخاص، وما يساعدهم على ذلك الهدوء والالتزان عند مواجهة أي قلق محقق بهم، إضافة إلى أنهم يمتازون بمساعدة من حولهم للتعامل بهدوء مع المشاعر السلبية، ويختارون ألفاظهم بعناية ويتجنبون العنف اللفظي والبدني. لذلك لا يكون الحديث عن الوالدية الإيجابية بمعزل عن الذكاء العاطفي لأنها الممارسات العملية المباشرة للأفراد مع أطفالهم التي تترجم المهارات والاستراتيجيات التي يجب على الوالدين امتلاكها، فهي حلقة مكتملة يعتمد كل منها على الآخر (عبد الغني، ٢٠٢٠).

وبالنظر إلى تأثير الوالدية العاطفية في الطفل، فقد وضع جولمان (١٩٩٥) أن بداية تأثير الوالدية العاطفية للطفل تبدأ منذ المهد. وعليه، فإن من يرغب في أن يكون سندا لأطفاله وعائلته ينبغي عليه أن يكون متمكناً من مبادئ الذكاء العاطفي، لأنها تنتقل للأبناء بشكل ضمني وسلوكي مما يرونه من والديهم ويتقبلونه. ويتضح بالتالي أن الوالدية العاطفية تعمل على تكوين روابط أسرية وقوية بين الوالدين وأبنائهم، ما يجعلهم مربين ناجحين ومؤثرين في أسرهم (إبراهيم، ٢٠١٠).

يمكن الاستنتاج أن الذكاء العاطفي هو القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح، وتنظيمها وفقاً لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات

الآخرين ومشاعرهم للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية، تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني والشخصي، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة. وكما قالها جولمان (Goleman, ٢٠٠٦): "الحياة من دون وجدان تصبح أرضاً حيادية قاحلة ومملة، مقطعة ومنعزلة عن ثراء الحياة نفسها". من هنا لا بد من تطوير هذا الذكاء لما له من آثار متنوعة على الفرد والمجتمع وتطوره.

## ٢،١،١،٢ طرق تطوير الذكاء العاطفي

تظهر الأبحاث أن اليقظة الذهنية (Mindfulness Training) تساعد في تحسين الوعي الذاتي وتنظيم المشاعر بممارسات التأمل والتركيز على اللحظة الحالية. هذا الأسلوب يمكن أن يؤدي إلى تحسين مهارات التعامل مع الضغوط والمشاعر السلبية (Creswell & Lindsay, ٢٠١٩). والتعرض للبرامج التعليمية المدمجة (Blended Learning Programs) التي تجمع بين التعليم التقليدي والتدريب عبر الإنترنت اللذين يسهمان في تعزيز الذكاء العاطفي، وبخاصة لدى العاملين في بيئات العمل. ويمكن أن تسهم هذه البرامج في تطوير المهارات الاجتماعية والتواصل بشكل كبير (Serrano & Karahanna, ٢٠٢١). ويعمل استخدام التدخلات النفسية القصيرة (Brief Psychological Interventions) في بيئات العمل بفعالية في تحسين رفاهية الأفراد وزيادة أدائهم بتعزيز قدراتهم على التعرف إلى المشاعر والتعامل معها بشكل أفضل (Schutte & Malouff, ٢٠٢٠). وكذلك فإن التدريب التعاوني وبناء العلاقات (Collaborative Training and Relationship Building) بالأنشطة الجماعية والتدريب التعاوني تعمل على تحسين المهارات الاجتماعية للأفراد، مثل الاستماع الفعال وتطوير العلاقات، ما يساهم يساهم في تنمية الذكاء العاطفي لدى البالغين (Kotsou et al., ٢٠١٩). ويمكن تعزيز الذكاء العاطفي في بيئة العمل

بتطبيق تقنيات إدارة التوتر والاستماع الفعال في بيئة العمل التي تساعد على تحسين الأداء والحد من الإرهاق، وتعزز من فاعلية القيادة وتطوير الكفاءات الاجتماعية والعاطفية ( Boyatzis et al., ٢٠٢١).

## ٢،١،٢ الوالدية الإيجابية

يعد الوالدان البوصلة التي توجه الأفراد في الأسرة وتؤثر فيهم نفسياً واجتماعياً ومعرفياً وانبغالياً، لذلك لا بد أن يتمتعوا بسمات مميزة لتتنشئة أسرة سليمة متوافقة، فعند الحديث عن الوالدية الايجابية فإنه لا يُقصد أن يُقيم دور الآباء والأمهات في تربية أطفالهم، لأن الغالبية تقدم أقصى ما تستطيع لهم، لكن تعصف حولهم العديد من التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافية والفكرية، التي غيرت كثيرا من تضاريس التربية التي تقتضي تدخلات ترفع فيها وعي الأهالي وتدعم قدراتهم وتمكنهم من أساليب التربية الحديثة، لدورها الوقائي في حياة الأطفال الذي يمكنهم من الشعور بالأمن والتقبل، وضبط النفس، وتمكن الأهالي من مواجهة التحديات ومعالجة الظواهر السلبية التي تظهر بشكل مريح ولا تخلق مشكلات لهم مع أنفسهم وأبنائهم (Healy et al., ٢٠١١).

دعا الإمام علي بن أبي طالب إلى أساس مهم في الوالدية الإيجابية منذ (١٤٠٠) عام مضت وقال: "علموا أولادكم بغير علمكم فقد ولدوا لزمان غير زمانكم" (محمد بن إسماعيل، ١٩٩٩)، وهي إشارة إلى أن ما يحيط بنا يتغير ويجب أن نتغير معه إيجابيا ، ولكن أحيانا يقع الأهالي في شرك الثقافة والأفكار والممارسات التقليدية السلبية أو غير الملائمة لأطفالهم بعصرهم واحتياجاتهم.

يعود بروز مفهوم الوالدية الإيجابية أواخر القرن العشرين في الأدب النفسي والتربوي، وجرى مناقشته في إطار التربية والدعم العاطفي والاجتماعي للأطفال. وهو محصلة الاتجاهات الحديثة

في التربية التي تركز على تطوير الأطفال بأساليب بناءة ومحفزة على التعاون، بدلاً من الأساليب التقليدية المعتمدة على العقاب والضبط الصارم. وقد أفرزت الأبحاث في الثمانينيات ظهور مصطلح "الوالدية الإيجابية" بشكل أساس، مثل أبحاث جيرالد باترسون حول تطوير السلوكيات الإيجابية لدى الأطفال باستخدام التعزيز الإيجابي بدلاً من العقاب (Patterson, ١٩٨٢).

وبرزت العديد من المفاهيم المتداخلة التي بحثت في الوالدية الإيجابية وتداخل مفاهيمها، فبعضهم سماها الوالدية الإيجابية والرعاية الوالدية (Parental care)؛ وتعد الرعاية الوالدية شكلاً من أشكال الوالدية الإيجابية وفيما يقدمه الوالدان من رعاية ودعم وحب، لخدمة تطور الطفل الشامل ببناء علاقة قوية ومتبادلة بين الوالدين والأطفال، بوساطة الرعاية الوالدية التي تشكل الطرق التي يستخدمها الوالدان لمنح أطفالهم وإكسابهم الحب والاستقلالية والقدرة على الإنجاز (عبد الله، ٢٠١٢). وتطرق بعضهم لما يسمى الوالدية الإيجابية والحب الوالدي (Parental love)، الذي يركز على الجوانب الوجدانية لدى الفرد من عواطف ومشاعر وانفعالات وأحاسيس تقدم للفرد، والعمل على توجيهها التوجه الصحيح الذي يكون له أكبر الأثر في سلوكيات الأطفال إيجابياً (عبد العزيز، ٢٠١٥).

وظهر كذلك مفهوم الوالدية الإيجابية والتنشئة الوالدية (parenting)، التي عدت الوالدية الإيجابية امتداداً للتنشئة الوالدية المتمثلة في جميع الأمور التي يقوم بها الوالدان بطرق شعورية أو لا شعورية في عملية تربية أبنائهم، من أقوال وأفعال وظروف بيئية محيطة في أثناء وجودهم مع أطفالهم، والعمل على ضبط العوامل السابقة في تنشئة الأطفال هي جوهر الوالدية الإيجابية (يونس، ٢٠١٤). كما برز مصطلح الوالدية الإيجابية والديمقراطية (Democratic parenting)، التي تعد حجر الأساس في الوالدية الإيجابية من خلال منح أفراد الأسرة كافة المساواة والحرية والمناقشة

وإبداء الرأي دون تمييز، أما الوالدية الإيجابية فإنها تنمي الأساليب الإيجابية وترفع من مستواها (يونس، ٢٠١٤).

تُعرف الوالدية الإيجابية أنها مجموعة من الممارسات والآليات والطرق التي يتبناها الوالدان للتعامل مع أبنائهم بطرق تواصل إيجابية، وتعمل على إكساب الأبناء مهارات جديدة تمكنهم من مواجهة التحديات التي تعصف بحياتهم اليومية، وتحول الوالدية المبنية على الخوف إلى الوالدية المبنية على الحب (Durand & Hieneman, ٢٠٠٨). كما أنها تمثل الاتساق الوالدي الدافئ، الذي يولد علاقات جيدة بين الأبوين وأطفالهم، ويستخدمون فيها أساليب غير عنيفة في عملية التربية، ويوجهون أبنائهم وفقاً لمراحل نموهم (العبادة وآخرون، ٢٠٢٣). وفي تعريف آخر للسامري وآخرون (Alshammari et al., ٢٠١٩) عدّوه نهجاً يراعي الاحتياجات الفردية للأطفال، ويعمل على التصدي للتحديات التي تنشأ في مرحلة الطفولة المبكرة، عن طريق التعاطف معهم وتربيتهم بالطريقة الصحيحة، من خلال تقديم الدعم النفسي والجسدي بأشكاله كافة لتنمية شخصيته وتقويته بطريقة صحيحة ضمن بيئة أسرية محاطة بالأمان.

تحدد الوالدية الإيجابية بخمسة مبادئ أساسية، هي: ضمان بيئة آمنة وجذابة وصحية للأطفال؛ ووجود بيئة تعليمية إيجابية، واستخدام الانضباط الحازم والمتسق وغير العنيف، ووجود توقعات معقولة من الأطفال من الوالدين، والاعتناء بالنفس (Prinz, ٢٠٢٠). وانطلاقاً من التعريفات للوالدية الإيجابية، فإنه لا بد من البحث في النظريات والممارسات الوالدية الإيجابية التي ترفع مستوى الوالدية الإيجابية لمستوى التطبيق لا المعرفة فقط، وتتعلق من أهمية أساليب التنشئة الأسرية للفرد، والغايات التي يحددها، ومدى وضوحها، كذلك تستند إلى استثمار الإمكانيات والقدرات الذاتية وتطويرها، وألا تكون بمعزل عن البيئة الاجتماعية المحيطة (Corey, ٢٠١٠).

## ٢,٢,١,٢ النظريات المفسرة للوالدية الإيجابية

تمثل الوالدية الإيجابية نهجاً في التربية يُركز على مجموعة من الممارسات من قبل الوالدين تعزز التواصل المفتوح، والتفهم، والاحترام بين الآباء والأبناء، مع التركيز على توفير الدعم اللازم لنمو الأطفال. وتعدّ الوالدية الإيجابية جزءاً من الممارسات الحديثة في التربية، والتي تهدف إلى تربية أطفال يتمتعون بالصحة النفسية والسعادة والإنتاجية. وتتضمن نظريات عدة تدعم هذا النهج، أبرزها نظرية ألفريد أدلر "Adler" في علم النفس الفردي، ونظرية التعلق لجون بولبي "Bowlby"، ونظرية التعلم الاجتماعي لألبرت باندورا "Bandora".

### نظرية أدلر (Individual Theory Adler-١٩56)

يعد "أدلر" من أهم المنظرين الذين أكدوا مفهوم ودور الوالدية الإيجابية؛ وأكد أن أسلوب التربية المعتمد على الاحترام المتبادل وتشجيع الاستقلالية يطور شخصية الطفل و يعزز احترامه لذاته، ويكون ذلك من خلال تشجيع الوالدين لطفلهم للتعبير عن نفسه بحرية وبناء هويته القوية، وأن وجود والدية داعمة ومتعاونة تؤدي إلى طفل ملتزم ومتعاون وملتزم بالقيم الإيجابية ( Adler, ١٩٥٦). وتنطلق من أهمية أساليب التنشئة الأسرية للفرد ، وتنطلق من الغايات التي يحددها، ومدى وضوحها، كذلك تستند إلى استثمار الإمكانيات والقدرات الذاتية وتطويرها، وألا تكون بمعزل عن البيئة الاجتماعية المحيطة (Corey, ٢٠١٠).

### نظرية التعلق لجون بولبي (Bowlby, ١٩٦٩)

تعدّ نظرية التعلق من جون بولبي "Bowlby" ركيزة أساسية في الوالدية الإيجابية؛ إذ تشير إلى أن الأطفال يحتاجون إلى علاقة قوية وأمنة مع والديهم أو مقدمي الرعاية الأساسيين لبناء أساس عاطفي سليم. هذه العلاقة تُعزز ثقة الطفل بنفسه وتساعد في تكوين علاقات آمنة لاحقاً.

ووفقاً لهذه النظرية، يعتمد تطوير شخصية الطفل على الاستجابة السريعة لمشاعره واحتياجاته، ما يعزز ارتباط الطفل بوالديه ويسهم في نموه العاطفي والاجتماعي السليم (Bowlby, ١٩٦٩).

### نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا (١٩٧٧ - Social Learning Theory Pandora)

تؤكد النظرية أن الأطفال يتعلمون السلوكيات من خلال الملاحظة والمحاكاة. لذا، فإن تبني الوالدين لسلوكيات إيجابية والتعامل بلطف واحترام يساعد الأطفال على تبني تلك السلوكيات، ويشير باندورا إلى أن الأطفال الذين يرون والديهم يتصرفون بطريقة إيجابية ويديرون النزاعات بهدوء وسلام سيتعلمون اتباع النهج نفسه في التعامل مع الآخرين (Bandura, ١٩٧٧). وترتكز هذه النظرية على أهمية عملية التقليد للطفل والنمذجة التي يستقيها من والديه، من خلال ملاحظة استجاباتهم اللفظية وغير اللفظية (كتعابير الوجه ولغة الجسد ونبرات الصوت)، والسلوكية وحتى الكلامية معهم ومع المحيطين بهم، وكيفية التعامل مع مشاعرهم وتعزيزهم، وتقليد السلوكيات تبعاً للمعززات والاستجابات الصادرة من الراعيين أو المحيطين (أبو أسعد وعريبات، ٢٠١٧).

### النظرية المعرفية السلوكية (Cognitive Behavioral Theory, Aaron Beck, ١٩٦٠)

يرى بيك أن أفكار الفرد، ومشاعره، وأحاسيسه الجسمية وسلوكه مرتبطة، لذلك فهو يفكر ويتأثر بالطريقة التي يشعر بها. ويمكنها تفسير الوالدية الإيجابية عند الوالدين من خلال تغيير أفكار لا عقلانية راسخة عندهم تختص بنظرتهم عن ذاتهم أو عن حولهم، مثل عدم القدرة على التعبير عن المشاعر الإيجابية للذات أو الآخرين، وتربية تقليدية غير مجدية، أو تجربة أساليب لا تتوافق مع مرحلة أطفالهم، فهم بذلك يحتاجون للمعرفة الصحيحة بالخصائص النمائية لأطفالهم

وحاجاتهم ومعرفة قدراتهم وإمكاناتهم، وعدم رفع مستوى التوقعات الخاصة بهم أو بأطفالهم، والاستناد إلى ما يوجد واستثماره وتطويره (أبو زعيزع، ٢٠٠٩).

### نظرية دريكرز في التربية الديمقراطية (Dreikurs, ١٩٦٤)

استند رودولف دريكرز (Dreikurs, ١٩٦٤) إلى أفكار أدلر Adler؛ ودعا إلى التربية الديمقراطية التي تقوم على الحوار المفتوح بين الوالدين والأطفال، وأكد أن مشاركة الأطفال في اتخاذ القرارات المناسبة لعمرهم يعمل على تنمية شعورهم بالمسؤولية ويسهم في نموهم النفسي والاجتماعي، ويساعدهم على الشعور بالمسؤولية، ويمكنهم من تعلم مهارات التواصل وحل المشكلات، الأمر الذي يعزز لديهم السلوك الإيجابي والتعاون مع الآخرين.

### ٣,٢,١,٢ أبعاد الوالدية الإيجابية وأهميتها

تتضمن أبعاد عدة رئيسة تهدف إلى تنمية شخصية الأطفال بطرق سليمة، بما يؤول إلى تعزيز سلوكيات الأطفال الإيجابية، ويكون بتوفير ما يلي:

**التواصل الفعال:** يعد التواصل المفتوح والصادق بين الآباء والأطفال أساساً مهماً في الوالدية الإيجابية؛ إذ يتيح التواصل الفعال للأطفال التعبير عن مشاعرهم واحتياجاتهم بحرية، ما يعزز الثقة والأمان في العلاقة الوالدية؛ إذ تبين من خلال البحث في مجال الوالدية الإيجابية أن تعزيز الحوار المفتوح يسهم في تنمية العلاقات الإيجابية ويجعل الأطفال أكثر تقبلاً للتوجيه (Hawkins, ٢٠١٧ & Frazier). ويشمل التفاعل العاطفي الإيجابي التواصل الدافئ والداعم بين الوالدين والأطفال، والذي يعزز الشعور بالحب والقبول ويسهم هذا التفاعل في بناء علاقة وثيقة تدعم النمو العاطفي والاجتماعي للطفل (Steinberg & Darling, ١٩٩٣). والتواصل المفتوح مع الأطفال الذي

يتيح لهم التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بحرية، ما يعزز من ثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على التعبير عن احتياجاتهم بوضوح (Grolnick, ٢٠٠٣).

**التشجيع والدعم الإيجابي:** وهو من الأساليب الأساسية لوالدية إيجابية. ويؤدي إلى تعزيز ثقة الطفل بنفسه، ويحفزه على تطوير قدراته. وأشار درايكورس (Dreikurs, ١٩٩٨) إلى أن الطفل يتعلم بشكل أفضل عند تلقيه التشجيع الإيجابي، الذي يدفعه لتحقيق أهدافه بدل النقد والعقاب. إن التعزيز الإيجابي للسلوك الذي يعتمد على تشجيع السلوكيات الجيدة من خلال المكافآت الإيجابية، تعمل على تكرار السلوكيات المرغوبة لدى الطفل ويشجعه على التعلم الذاتي (Skinner, ١٩٥٣).

**تعزيز الاستقلالية:** تهدف الوالدية الإيجابية إلى تعزيز استقلالية الطفل، من خلال إعطائه الفرصة لاتخاذ قرارات مناسبة لعمره وتطوير حس المسؤولية، ويسهم تشجيع الاستقلالية في تنمية مهارات التفكير النقدي لدى الأطفال وزيادة ثقتهم بقدراتهم الذاتية (Sanders, ٢٠٠٨).

**وضع حدود إيجابية:** تتمثل بحدود واضحة وبطريقة إيجابية، الأمر الذي يساعد الأطفال على فهم التوقعات السلوكية وكيفية التصرف بطرق مقبولة، دون اللجوء إلى العقاب الصارم. كما أن الحدود الإيجابية تسهم في شعور الأطفال بالأمان، وتعلمهم المسؤولية والانضباط الذاتي (Peterson, ٢٠١٠). وتعمل كذلك القيادة الإيجابية والتوجيهات الواضحة ومهارات حل المشكلات من قبل الوالدين، بدلاً من التوبيخ المستمر على دعم نمو قدرات الطفل في اتخاذ القرارات والاعتماد على الذات (Baumrind, ١٩٩١).

ووضحها راسل (Russel, ١٩٩٧) أنها تحوي على الدفء الوجداني (Emotional warmth)، والاندماج (Engagement)؛ ويتمثل الدفء الوجداني في كيفية الاستجابة بأسلوب إيجابي، من خلال إظهار الاحترام والاهتمام بأحاسيس الطفل ومشاعره الوجدانية، وكذلك الاندماج من قبل

والوالدين مع الطفل بقضاء وقت نوعي معه وممارسة أنشطة متنوعة هادفة، مثل: اللعب، والحوار والنقاش، وتبادل الآراء، والتعبير عن المشاعر والأفكار؛ أي أن يكونا مع الطفل جسداً وروحاً. تُسهم هذه الأبعاد مجتمعة في بناء بيئة أسرية داعمة؛ و ينمو الأطفال في جو يسوده الاحترام والثقة المتبادلة، ما يساعد في تنمية شخصياتهم وإعدادهم للحياة بأسلوب متوازن؛ أي أن يكونا مع الطفل جسداً وروحاً.

وتؤدي الوالدية الإيجابية دوراً حاسماً في تعزيز الصحة النفسية للأطفال، بتلبيتها لمتطلباتهم واحتياجاتهم العاطفية والتعامل مع ضغوطاتهم (إبراهيم، ٢٠٢٢) والعمل على تشجيعهم في التعبير عن مشاعرهم بطرق سليمة، الأمر الذي يعزز شعورهم بالأمان والراحة النفسية والأمان (جاسم، ٢٠٢٣). وتظهر الأبحاث ارتباطاً وثيقاً بين تقليل مستويات القلق والاكتئاب لدى الأطفال وتلبية احتياجاتهم العاطفية وتشجيعهم (Sanders & Turner, ٢٠٢١).

وتسهم الوالدية الإيجابية في تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال؛ وتُشجعهم على التواصل بفعالية مع الآخرين، وتعلمهم مهارات حل المشكلات، ما يساعدهم في تكوين علاقات صحية والتعامل مع المواقف الاجتماعية بطريقة أفضل (أحمد، ٢٠٢٢؛ عادل، ٢٠٢٣، Furlong et al., ٢٠٢٠). وترتبط ممارسات الوالدية الإيجابية بانخفاض معدلات السلوك العدواني والمشكلات السلوكية لدى الأطفال باعتمادها أساليب تربية تركز على التعزيز الإيجابي بدلاً من العقاب، ما يحد من السلوكيات السلبية ويعزز التصرفات الإيجابية (سامي، ٢٠٢٤؛ Leijten et al., ٢٠٢٠).

## ٤,٢,١,٢ طرق تنمية الوالدية الإيجابية

يعرض جورج وآخرون (George et al., ٢٠١٤) الطرق التي يجب اتباعها لتنمية الوالدية الإيجابية؛ وتتمثل بالآتي: تحسين الكفاءة الاجتماعية، تحسين مهارات التواصل، تحسين طرق

حل المشكلات ، تنظيم الانفعالات. وتوصل كوداباكيشي وآخرون (Khodabakhshi et al., ٢٠١٥) إلى وجود مجموعة من المهارات التي تلزم للتدريب على الوالدية الإيجابية؛ إذ تشمل مهارة إدارة سلوك الطفل، ومهارة المشاركة الفعالة، ومهارة المسؤولية الاجتماعية، ومهارة الاستجابة الفعالة، ومهارة التعاطف. إضافة إلى ذلك، فقد جرت الإشارة بأن هناك مهارات يجب اكتسابها للرعاية الوالدية مثل الاستقلالية، والتنظيم الذاتي (Karande & Kuril, ٢٠١١).

يمكن للآباء كذلك تطبيق استراتيجيات عدة لتعزيز نمو أطفالهم النفسي والاجتماعي، منها التواصل المفتوح والفعال مع الأطفال، الذي يسهم في تقوية الروابط الأسرية ويعزز شعورهم بالأمان، ما يشجعهم على التعبير عن مشاعرهم والتفاعل بشكل صحي مع من حولهم (Furlong et al., ٢٠٢٠). ويعد التعزيز الإيجابي للسلوكات الجيدة أداة فاعلة؛ و يساعد التركيز على مكافأة التصرفات الإيجابية في تكرارها وتحسين السلوكات العامة للأطفال (Leijten et al., ٢٠٢٠).

يضاف كذلك توفير بيئة داعمة وآمنة للأطفال تؤدي دورًا أساسيًا في تعزيز النمو النفسي والاجتماعي، وتقليل التوتر لديهم، ما يوفر لهم بيئة مستقرة تشجع على التعلم والنمو (Morris et al., ٢٠٢١). إلى جانب ذلك، ينبغي للوالدين تعلم إدارة التوتر والانفعالات، ليكونوا قدوة لأطفالهم في التعامل مع التحديات بطريقة صحية وفاعلة (Neece et al., ٢٠٢٠). وأخيرًا، يُعد التعليم الإيجابي والانضباط الموجه جزءًا أساسًا من الوالدية الإيجابية؛ ويساعد استخدام الأساليب التربوية الموجهة مثل شرح عواقب السلوكات غير المرغوبة على تعزيز اتخاذ القرارات السليمة لدى الأطفال (Baumrind, ٢٠٢٠).

ويمكن القول إن تلك الممارسات المجتمعة تسهم في بناء أساس قوي لتنشئة الأطفال بطريقة تدعم صحتهم النفسية وتطورهم الاجتماعي إيجابيا.

## ٣،١،٢ الفنون التعبيرية

تطورت طرق الإرشاد في عصرنا الحالي لتلبي احتياجات الأفراد وقدراتهم، واستخدمت الفنون التعبيرية وسيلة من الوسائل الإرشادية في بدايات القرن العشرين كما هي الحال عند مورينو "Moreno"، الذي وظف السيكدوراما في جلساته، وغيره من المرشدين والمعالجين النفسيين الذي استخدموا الرسم والتعبير جزءاً من العملية الإرشادية، لكن استخدام الفنون التعبيرية رسمياً في الإرشاد شهد تطوراً في الجزء الأخير من القرن العشرين، مستبدين الاستشارات الفردية، أو استخدام القصص، أو الحركة أو التمثيل في سياق الإرشاد النفسي (سليم، ٢٠١٩).

يعد كل من نتالي روجرز "Rogers"، ونيل "Knill"، وماكنيف "McNiff" من أوائل الذين تحدثوا عن الأثر الكبير في استخدام الفنون التعبيرية؛ وفتحت "نتالي روجرز" المجال للحديث عن الفنون التعبيرية في الإرشاد والعلاج النفسي، حين وضحت الطبيعة التكاملية والتفاعل الهادف بين مختلف الفنون التي تعمل على تعويض الفرد العاطفي والصحة والرفاه. كما وضع "نيل" تصوراً لممارسة الفنون التعبيرية بما أسماه "العلاج التعبيري متعدد الوسائط"؛ أي التحول من شكل فني إلى شكل فني آخر. وانبثقت عن "نيل" فكرة التبلور، بمعنى أن التجارب الحسية المختلفة تتبلور في تعبيرات فنية من خلال الفنون التعبيرية، مثل كيف يصبح الصوت موسيقى، والصورة لوحة، والحركة رقص؟ ... وهكذا (Knill et al., ١٩٩٥).

أما ماكنيف (Mc Niff, ٢٠٠٩)، فقد عُرف عنه أنه روج لكل أنواع الفنون على نطاق واسع، وعدّها تدخلات ذات فاعلية وطريقة تكاملية تعمل على إشراك الفرد ككل في العملية الإرشادية، وأكد أهمية ترابط الفنون في الإرشاد النفسي الذي يوفر الديناميكيات اللازمة للنمو الشخصي والرفاهية، ويعمل بفعالية على مجمل الحواس: الحركة، والصوت، والإيماءات، والكلمات. باختصار من وجهة نظره، فإن الاعتماد على أكثر من عملية إبداعية يعد أمراً أساساً في عملية

التدخل مع الأفراد، وتعد مبادئهم ومفاهيمهم من نقاط الانطلاق والتطور للفنون التعبيرية في الإرشاد النفسي.

## ١,٣,١,٢ مفهوم الفنون التعبيرية وأهدافها

تنوعت التعريفات عن الفنون التعبيرية وكانت من أوائل رواد هذا المجال "ناتلي روجرز"، التي أكدت الارتباط الإبداعي للفنون المتنوعة مع التعبير البديهي من خلال وسائط متعددة، تتمثل في الفنون فردياً أو جماعياً. وهي بمنزلة تجربة إنسانية تستثمر الخيال والإمكانات التكاملية المتأصلة في الفنون، بهدف تعزيز التفاعل بالفنون لاكتشاف الذات والاتصال بالذات من خلال تلك التجارب الفنية المتنوعة. وجاء تعريف الفنون التعبيرية أنه استخدام أكثر من وسيلة فنية على التوالي أو مجتمعة في الجلسة الإرشادية تبعاً للأهداف الموضوعية أو المشكلة أو الحاجة جماعية كانت أم فردية. والتي بدورها تساعد الفرد على التعبير عن مشاعره وتخفيف التوتر بأشكال فنية متنوعة، مثل: الرسم، والموسيقى، والرقص، والدراما، والمسرح، وذلك يعدّل حالتهم المزاجية، ويحسن وعيهم بذواتهم (Wang & Abdullah, ٢٠٢٤; Malchiodi, ٢٠٢٣). في حين عرفت المنظمة الدولية للفنون التعبيرية (International Expressive Arts Therapy Association) ((IEATA)) أنها نماذج متنوعة تحوي على مجموعة من الفنون، مثل: الحركة، الكتابة، الرقص، وأكثر من ذلك، لتعزيز النمو الشخصي للفرد وتطور المجتمع (Cherry, ٢٠٢٤).

تتشترك التعريفات السابقة في استخدام مجموعة متنوعة من الفنون التعبيرية مثل الرقص والموسيقى والحركة والفنون والدراما في التعبير عن النفس أو المشاعر أو السلوكيات والمعارف للفرد، كل حسب اختياره، لتحقيق نمو شخصي عميق له، وما يترتب عليه من تطور للمجتمع لاحقاً بوجود أفراد متوازنين وذوي صحة نفسية.

وتتميز الفنون التعبيرية بتحقيق أهداف عدة ، ومن أهمها: تحويل بؤرة الاهتمام إلى استخدام طرق متنوعة للتعبير عن الذات، والمشكلات والصعوبات بطرق متجددة وغير تقليدية تحاكي كل فرد على حدة، مستثمرة ما يرغب بالقيام به والطريقة التي يريد أن يعبر بها عما يجول في خاطره، ولذلك يمكن أن يكون توظيف استراتيجيات الفنون التعبيرية واحدًا من الأساليب والطرق الإرشادية القوية، التي لا تستهدف فحسب تخليص الشخصية من ضعفها أو اضطراباتها، بل إنه سيجعلها شخصية إيجابية، وفاعلة، ومؤثرة، ومنتجة كما ينبغي أن تكون، من خلال التعبير بحرية عن الذات وفهمها بشكل معمق، وذلك عن طريق تفعيل أنشطة فنية تعبيرية متنوعة كالرسم، الكتابة الإبداعية، الفن البصري، الحركة، الموسيقى، الألعاب والخيال، فهو إرشاد متداخل لمجموعة من الأساليب المتنوعة يُستخدم فيه أكثر من نوع من الفنون (Johan et al., ٢٠٢٢).

يهدف كذلك العلاج بالفن حسب الجمعية الأمريكية للعلاج بالفن ( American Association Therapy for Art ) (الجمعية الأمريكية للعلاج بالفن، ٢٠٢١) إلى تحسين الوظائف المعرفية والحسية، وتعزيز احترام الذات والوعي الذاتي، وتنمية المرونة العاطفية، وتعزيز البصيرة، وتعزيز المهارات الاجتماعية، والحد من الصراعات والضيق وحلها، وتعزيز التغيير المجتمعي والبيئي. من خلال الأساليب المتكاملة، كما تُشرك الفنون العقل والروح والجسد، بطرق متنوعة وليس فقط عن طريق النطق اللفظي وحده، وتفتح الفرص الحركية والحسية والإدراكية والرمزية الباب لأنماط جديدة من التواصل الاستقبالي والتعبيري، والتي تتجاوز اللغة المنطوقة وتتجاوزها. بالإضافة إلى التعبيرات الرمزية والمرئية التي تُعطي صوتاً للتجربة، وتُمكن من التحول الفردي والمجتمعي. وبذلك هو نوع من الإرشاد الذي يعزز الصحة العقلية من خلال صناعة الفن النشط، والعملية الإبداعية، والنظرية النفسية والتطبيقية والتجربة الإنسانية، ويُستخدم من قبل معالج فني مدرب بالكامل بعقد جلسات إرشادية متنوعة وقائية أو علاجية.

## ٢,٣,١,٢ النظريات المفسرة للفنون التعبيرية

تعد الفنون التعبيرية جزءًا أساسيًا من دراسة علم النفس والفنون؛ وتُستخدم وسيلة للتعبير عن العواطف والأفكار، وتضم أشكالًا متنوعة مثل الرسم والموسيقى والرقص والمسرح. وقد قدم العديد من الباحثين نظريات تفسر الفنون التعبيرية ودورها في حياة الأفراد، منها: نظرية أدلر، ونظرية التعبير عن الذات لموراي، ونظرية التفاعل الرمزي لجورج هيربرت ميد، وفيما يلي استعراض لكل النظريات التي تناولت الفنون التعبيرية بشكل مباشر أو غير مباشر:

### نظرية أدلر (Adler Theory, ١٩١٢)

يتمحور أساسها الإرشادي حول الإدراك الفردي والسعي لتحقيق الأهداف، والشمولية، ونمط الحياة، والانخراط في النظام الأسري والاجتماعي، والاهتمامات المجتمعية، وأن سلوكياتنا هي المحددة لأهدافنا، وحول إعادة التنظيم وإعادة التعلم للفرد لتحقيق التوازن في حياته، بواسطة المجتمع المحيط به واستثمار قدراته ومعارفه، وتحديد أهدافه. وقد انطلقت بأن كل فرد مميز، وأن لكل فرد أربعة مركبات محورية التي تشكل طبيعة وجوده، والتي تشمل نمو الشخصية، والسعي نحو الكمال، وجودة الصحة النفسية، ووحدة الشخصية. وأن الصعوبات التي يواجهها الفرد يكون مصدرها وأساسها قلة الاهتمام الاجتماعي والعلاقات؛ وتُوظف الفنون المتنوعة، بالرسم والتشكيل والقصص، لتحقيق أهداف التدخل الإرشادي المستند لمفاهيم أدلر (Davis & White, ٢٠١٨).

### نظرية التعبير عن الذات لهنري موراي (Murray, ١٩٣٨):

طرح هنري موراي مفهوم التعبير عن الذات، وهو ما يجعل الفنون وسيلة مهمة للتعبير عن الأبعاد العاطفية للشخصية. ويرى موراي أن كل فرد يحمل "احتياجات" نفسية متعددة، وأن الفن

يُتيح له التعبير عن هذه الاحتياجات بطرق إبداعية. ووفقًا لهذه النظرية، فإن الفنون تُعد وسيلة لتحقيق الذات وتحرير الطاقات الداخلية (Murray, ١٩٣٨).

### نظرية التفاعل الرمزي لجورج هيربرت ميد (Mead, ١٩٣٤)

تتناول النظرية موضوع الفنون التعبيرية من منظور اجتماعي؛ و ترى أن الفن يعكس تفاعلات رمزية بين الأفراد والمجتمع. ووفقًا لميد، يُعد الفن وسيلة للتواصل ونقل المعاني؛ إذ يمكن للفنانين والجمهور تبادل الأفكار والمشاعر بطرق رمزية. ويعد الفن وسيلة لفهم التجارب الاجتماعية وتوسيع المدارك الفردية، ما يساعد الأفراد على إدراك أدوارهم وهوياتهم في سياق المجتمع (Mead, ١٩٣٤).

### نظرية العلاج بالفن لأدريان هيل (Hill, ١٩٤٥)

يعد أدريان هيل من أوائل من قدموا العلاج بالفن وسيلة للتعافي النفسي، واستخدام الرسم وسيلة مع الأفراد خلال الحرب العالمية الثانية للتغلب على التوترات النفسية والعاطفية خلال فترة الحرب العالمية الثانية. ووفقًا لهيل فقد أكد أن الفنون التعبيرية تساعد الأفراد على استكشاف مشاعرهم، والتعامل مع التوتر النفسي، وتطوير وسائل بديلة للتعبير عن المشاعر (Hill, ١٩٤٥).

### نظرية التحليل النفسي لفرويد (Freud, ١٩٥٣)

تعد نظرية التحليل النفسي لسليغمووند فرويد من أوائل النظريات التي تناولت الفنون التعبيرية. و يرى فرويد أن الفنون، مثل النحت والرسم والتشكيل والكتابة، تمثل وسيلة للفرد للتعبير عن الرغبات والأفكار المكبوتة في اللاوعي. كما يرى أن الأعمال الفنية تعكس صراعات نفسية ورغبات لا واعية، إذ يمكن للفرد أن يعبر عن التوترات الداخلية بطرق رمزية. وبحسب فرويد

(١٩٥٣)، يُعد الفن شكلاً من أشكال التنفيس؛ و يُسهم في تحقيق نوع من التوازن النفسي (Freud, ١٩٥٣).

### نظرية التدفق لماهالي تشيك زينت ميهالي (Csikszentmihalyi, ١٩٩٠)

تقدم نظرية التدفق، التي طورها تشيك زينت ميهالي، منظوراً آخر لدور الفنون التعبيرية. يرى ميهالي أن انخراط الفرد في الأنشطة الإبداعية، مثل الرسم أو الموسيقى، يمكن أن يؤدي إلى حالة من التدفق، وهي حالة ذهنية تتميز بتركيز عميق ونشوة تؤدي إلى إحساس بالمتعة والتحقيق الذاتي (Csikszentmihalyi, ١٩٩٠).

### نظرية التمرکز حول الشخص لروجرز (Rogers, ١٩٥١)

تتعلق من تقديم الاستشارة التي تتمحور حول الشخص، وتجسد دور المرشد بالتحالف مع المسترشد، وإنشاء بيئة آمنة ومتعاطفة ومنفتحة؛ وتتضمن فلسفة النظرية فرضية مفادها أن الأفراد جميعاً لديهم القدرة على النمو والوصول إلى الإمكانيات الكاملة في الحياة. ويجري تمكين المسترشدين لاستكشاف مشاعرهم والتعبير عنها بشكل أصيل، لأن الفنون التعبيرية تتبنى ركائز أساسية أهمها: التعاطف، التقدير الإيجابي غير المشروط، والتوافق، وإعطاء المساحة للأفراد للمشاركة الإبداعية (Weeb, ٢٠٢٣).

### نظرية التمرکز حول الحل (SFT) (Solution Focused Therapy)

تستند إلى مفهوم إيجاد الحلول في مرحلة التغيير، والتركيز على الحاضر، ويتشكل ذلك بالتداخل والإبداع في المعنى الجديد الذي يصيغه المسترشد لمشكلاته، ويستخدم الأسلوب الفني

المناسب من خلال (الرسم للحلول المستقبلية - الرسم على الرمل) ليظهر طاقات الفرد القوي وليكتشف مكامن قوته، وكذلك ليعبر عن مشكلته ويصيغها، ويكتشف حلول لمشكلاته بتغيير عاداته وممارساته (كوري، ٢٠١٠).

### نظرية الجشتالط (Gestalt Theory, ١٩٢٤)

ركزت على التجربة الذاتية للفرد ركنا أساسيا للإرشاد الجشططي، ومن خلال هذه التجارب تكون المحور في الجلسات المتمثل في تجارب متابعة التي يتعلم منها المسترشد، وما ينتج عن هذه التجارب يظهر مبهراً ومفاجئاً للمسترشد والمرشد (Zenkar, ١٩٧٨)، وعند إحضار تجارب الفرد للجلسات الإرشادية يجري العمل عليها عن طريق العمل الدرامي أو لعب الأدوار والمواقف المشكلة أو العلاقات المتأزمة، ليقرروا ما ينفع أو ما لا ينفع، ويقرر ذلك وعيهم بتجاربهم. وتعمل الفنون التعبيرية هنا دوراً كبيراً في تعزيز وعي الفرد باللحظة الحالية، والتركيز على هنا والآن واكتساب الفرد نظرة ثابتة للعواطف والصراعات التي لم تُحل (Bolester, ١٩٧٨).

### ٣,٣,١,٢ أهمية الفنون التعبيرية

تتميز الفنون التعبيرية في التدخلات الإرشادية كما أوردتها مالكيودي (Malchiodi, ٢٠٢٣)

فيما يلي:

تتناغم مراحل العمل بالفنون التعبيرية؛ و تفسح المجال لحواس الفرد المتنوعة برواية القصة التي يريد الفرد طرحها، وخلال تلك العملية وتُهدئ العقل والجسد من التوترات التي تواجهه، ويكون ذلك من خلال التواصل غير اللفظي في كثير من الفنون والتركيز على العملية وليس النتيجة، خلال ذلك يستعيد الفرد كفاءته الذاتية بإدراكه لمشاعره وتنظيمها، ويعيد كتابة السرد من جديد ليصنع معنى جديداً، وبذلك يستعيد حياته بشكل جديد. فهي توليفة متكاملة تفضي بالشعور بالراحة

والإنجاز للفرد، وتسيير به قدماً للتغاؤل بالحياة وتجاوز صعوباتها ورؤية الأمور من منظور مختلف. وفي دراسة جرت فيها مراجعة شاملة ومنهجية للأدبيات فيما يتعلق بالدراسات الأبحاث وتطبيقات الفنون التعبيرية، أشارت النتائج الأولية أن استخدام الفنون التعبيرية يمكن أن يعزز الاستكشاف المستمر ودمج الأساليب العلاجية والإبداعية لتحسين الصحة العقلية للأفراد البالغين (Rahman et al., ٢٠٢٤).

تعزز الفنون التعبيرية الصحة العاطفية والوعي بالذات وتسهيل التواصل ( Bloon & Gulambusien, ٢٠٢٤). وتوفر بيئة آمنة للتعبير عن النفس بشكل إبداعي واستكشاف المشاعر الصعبة (Cohen et al., ٢٠٢١, Sesar et al., ٢٠٢٢). وأضاف جيريتسيجر وآخرون Geretsegger (٢٠١٨, et al.) أن الإرشاد بالموسيقى ذو فاعلية في تحسين الصحة العقلية لما لها من تأثير مهدئ على العقل، وتساعد الأفراد على التعامل مع القلق والاكتئاب والاضطرابات العقلية المختلفة. يضاف لذلك أن الإرشاد بالفن وسيلة فاعلة للفرد لتقليل القلق والتخلص من التوتر والتعبير عن المشاعر العميقة (Czamanski & Weihs, ٢٠١٦). علاوة على ذلك، يُتيح الإرشاد بالفن للأفراد التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم بالرسم، ويوفر معلومات حول التطور العاطفي، والوظائف المعرفية، والتعبير عن المشاعر المبهمة (Hoemann et al., ٢٠١٩). بوساطة الرسم، يُمكن للأفراد تحسين التواصل اللفظي والفهم وحل المشكلات، ما يُمكن أن يؤدي إلى تغييرات إيجابية عند مواجهة الصراعات الداخلية لإيجاد مخرج. إنها عملية إرشادية تُساعد في زيادة الوعي الذاتي واحترام الذات، واختبار الواقع، وحل المشكلات وفي التغلب على الصراعات العاطفية. وهو وسيلة للتعبير عن المشاعر المكبوتة مثل القلق، والخوف من الرفض، تدني احترام الذات، والغضب، مشاعر أخرى متنوعة (Permatasari et al., ٢٠١٧)، وأكدت كذلك الدراسات التي أجراها موراي وآخرون (Murray et al., ٢٠٢١) فاعلية تدخل الإرشاد بالفن في تقليل القلق أيضاً.

تُبرز نظرية النفس الإنسانية لكارل روجرز قدرة الأفراد على التوجيه الذاتي من خلال القبول والاستماع المتعاطف، ما يساعدهم على التعبير عن أفكارهم بشكل ملموس وإيجاد حلول لمشاكلهم؛ و أظهرت دراسة سيزن وينسالفر (Sezen & Ünsalver, ٢٠١٩) فاعلية الإرشاد بالفن التعبيري في التقليل من توتر أمهات الأطفال ذوي إعاقات تطويرية، وتساعدن في إطلاق التوتر العاطفي واستكشاف الذات وتحسين العلاقات الشخصية.

يتضح مما سبق أن مجال الفنون التعبيرية واسع وذو تأثير كبير وأهمية بالغة لحياة الأفراد في مختلف أعمارهم، ويلبي احتياجاتهم ويساعدهم على إيجاد حلول لما يمرون به من قلق أو توتر أو صعوبات، وكذلك تنمية ما لديهم من مهارات، وركزت الدراسة الحالية على توظيف العمل الإرشادي من خلال برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة.

### مرحلة ما قبل المدرسة وخصائصها

تُعد مرحلة ما قبل المدرسة من أهم المراحل في حياة الإنسان، وتمتد غالبًا من سن الثالثة حتى السادسة، وهي الفترة التي ينتقل فيها الطفل من بيئة المنزل المحدودة إلى بيئة أكثر اتساعًا وتفاعلاً مثل الروضة أو الحضانة. في هذه المرحلة تتشكل الملامح الأساسية لشخصية الطفل، ويبدأ في اكتساب المهارات الاجتماعية والانفعالية والمعرفية التي تشكل الأساس لنموه اللاحق في المراحل التعليمية والاجتماعية المقبلة (Berk, ٢٠١٨).

تتصف هذه المرحلة بخصائص عدة مميزة، من أهمها النمو السريع في الجوانب الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية؛ فالطفل في هذا العمر يتميز بفضول معرفي كبير ورغبة قوية في الاكتشاف والتجريب، إضافة إلى تطور اللغة والتعبير اللفظي عن الأفكار والمشاعر

(Papalia & Martorell, ٢٠٢١). كما تتطور قدرته على تكوين علاقات مع الآخرين، وفهم القواعد الاجتماعية، والتمييز بين الصواب والخطأ. من الخصائص الانفعالية المهمة في هذه المرحلة ازدياد الحساسية العاطفية؛ إذ يصبح الطفل أكثر وعياً بمشاعره ومشاعر الآخرين، ويبدأ في إظهار مشاعر مثل الفخر، والغيرة، والخجل. وهنا تبرز أهمية الدور الأسري، وبخاصة دور الأم، في توجيه هذه الانفعالات وتوظيفها بطريقة إيجابية من خلال ممارسات والدية واعية (Denham et al., ٢٠٢٠).

### أهمية الذكاء العاطفي في مرحلة ما قبل المدرسة

الذكاء العاطفي يُعرّف بأنه القدرة على إدراك المشاعر وفهمها وتنظيمها والتعبير عنها بطريقة مناسبة (Goleman, ١٩٩٥). ويعد من العوامل الجوهرية في نجاح الفرد وتكيفه الاجتماعي والانفعالي. في مرحلة ما قبل المدرسة، وتعد تنمية الذكاء العاطفي لدى الأطفال ركيزة أساسية في بناء مهاراتهم المستقبلية، مثل: ضبط النفس، وحل المشكلات الاجتماعية، والتعاون مع الآخرين. إن الأطفال الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الذكاء العاطفي يظهرون سلوكًا أكثر إيجابية وتعاونًا، ويكونون أقل عرضة للمشكلات السلوكية والانفعالية (Zeidner et al., ٢٠٢١).

غير أن الذكاء العاطفي لا يتطور تلقائيًا، بل يتأثر بشكل كبير بالبيئة الأسرية ونمط التفاعل العاطفي بين الطفل والديه. وتُعد الأم المصدر الأول والأكثر تأثيرًا في تشكيل وعي الطفل العاطفي، إذ تُظهر له بتعاملها أسلوب التعبير عن مشاعره وضبطها، وكيف يتعامل مع مشاعر الآخرين. وعندما تكون الأم ذات ذكاء عاطفي مرتفع، فإنها تكون أكثر قدرة على فهم احتياجات طفلها النفسية، وتقديم الدعم الانفعالي له في المواقف المختلفة (Al-Momani & Bataineh, ٢٠٢٣).

## الوالدية الإيجابية ودورها في تنمية الذكاء العاطفي

تمثل الوالدية الإيجابية نمطاً من أنماط التربية يقوم على الدفاء، والاحترام، والتواصل المفتوح، والاعتماد على أساليب توجيهية قائمة على التعاطف والتفاهم بدلاً من العقاب والسيطرة (Sanders, ٢٠١٩). وهي تركز على تعزيز العلاقة الإيجابية بين الأم والطفل، وتوفير بيئة آمنة وداعمة تتيح للطفل التعبير عن ذاته بحرية.

في مرحلة ما قبل المدرسة، تكتسب الوالدية الإيجابية أهمية مضاعفة؛ إذ تُسهم في تهيئة الطفل للتفاعل الاجتماعي السليم في المدرسة والمجتمع، فالأمهات اللاتي يتبعن أساليب والدية إيجابية ينجحن في تعزيز الذكاء العاطفي لدى أطفالهن، لأنهن يساعدنهن على التعرف إلى مشاعرهن وتنظيمها بطريقة صحية، ويشجعنهن على التواصل والتعبير دون خوف أو قمع (Eisenberg et al., ٢٠٢٠).

تُسهم الوالدية الإيجابية في تنمية ذكاء الأم العاطفي نفسه؛ فالممارسة المستمرة للتعاطف وضبط الانفعالات والتواصل الواعي مع الطفل تعزز وعي الأم بذاتها وبمشاعرها. وقد أظهرت دراسات حديثة أن الأمهات اللاتي خضعن لبرامج تدريبية قائمة على تنمية الذكاء العاطفي والفنون التعبيرية أظهرن تحسناً كبيراً في أساليب تفاعلهن الإيجابي مع الأطفال، ما انعكس إيجاباً على مستوى التوازن الانفعالي للأطفال (Ibrahim & Imam, ٢٠٢٢).

## الترباط بين مرحلة ما قبل المدرسة، الذكاء العاطفي، والوالدية الإيجابية

تُعد مرحلة ما قبل المدرسة بيئة خصبة لتشكيل الأسس الأولى للذكاء العاطفي؛ و يتعلم الطفل من خلالها كيفية فهم ذاته ومشاعر الآخرين. وهنا يتقاطع الدور التربوي للأم مع الخصائص النمائية للطفل في هذه المرحلة. فعندما تتبنى الأم ممارسات والدية إيجابية تعتمد على التقبل والتواصل، فإنها توفر بيئة نفسية آمنة تشجع الطفل على التعبير عن مشاعره وتطوير مهاراته العاطفية والاجتماعية (Denham et al., ٢٠٢٠).

يساعد تمكين الأمهات بالذكاء العاطفي على إدارة ضغوط الأمومة والتحديات اليومية بفاعلية، ويزيد قدرتهن على التعامل مع سلوكيات الطفل بطريقة متزنة. ومن ثم، فإن العلاقة بين الذكاء العاطفي للأم والوالدية الإيجابية علاقة تكاملية تؤدي إلى تنمية شخصية الطفل بصورة صحية ومتوازنة (Zeidner et al., ٢٠٢١).

يسهم تعزيز وعي الأمهات بخصائص مرحلة ما قبل المدرسة وبأهمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية في تحسين جودة العلاقات الأسرية، ويؤدي إلى بناء جيل أكثر قدرة على التفاعل الإنساني والاجتماعي الإيجابي. فالأم الواعية عاطفياً والممارسة لأساليب والدية إيجابية هي الأساس في تنمية طفلٍ متزنٍ انفعاليًا واجتماعيًا في المستقبل.

## ٢,١ مشكلة الدراسة وأسئلتها

يجذب واقع أساليب التنشئة الأسرية، وما يترتب عليه من ممارسات تجاه الأطفال بطرق مقصودة وغير مقصودة من الراعيين عامة والأمهات بخاصة، الأنظار لضرورة تمكين فئة الأمهات وخاصة أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، والممارسات الوالدية الإيجابية التي لن تتحقق إلا بوجود مهارات تساعدن على تأدية أدوارهم لهذه المرحلة الحساسة، لما لها من تأثير جوهري في

حياة الأطفال؛ و أظهرت دراسة اعتمدت على المراجعة المنظمة التي تقدم برامج تمكين للأسر بخصوص أساليب الوالدية الإيجابية ودورها في تطور ونمو الأطفال، وكانت نتائجها بأن تدخلات التمكين الأسري تُحسن قدرة الوالدين على تعطيل الاضطرابات التطورية للأطفال مبكراً، كذلك زادت من الرضا العائلي الذي سينعكس عليهم وعلى شخصياتهم وتطورهم ( Dewi & Sumarni, ٢٠٢٣). ولتحقيق ذلك، لا بد من تطوير مهاراتهم في الذكاء العاطفي جنباً إلى جنب مع تطوير المعارف الأخرى. وللذكاء العاطفي نصيب من الاهتمام الذي يشمل المهارات والكفايات الشخصية والاجتماعية، التي تمكن الفرد من التكيف مع البيئة المحيطة وتحديات الحياة وضغوطاتها كما أشار (Szczygiel & Milkolajczak, ٢٠٢٣) من خلال الوعي والتنظيم الذاتي لمشاعر الفرد ومشاعر الآخرين، وتعاطفه مع الآخرين ومهاراته في التعامل مع الآخرين، وبالنهاية ستؤول إلى المعاملة الوالدية الإيجابية التي تستند إلى نهج يراعي فيها الراعين احتياجات أطفالهم الفردية، ويساعدهم على التصدي للتحديات التي تنشأ في مرحلة الطفولة المبكرة، بالتعاطف معهم وتربيتهم بالصورة الصحيحة، وتقديم الدعم النفسي والجسدي بأشكاله كافة لتقوية الطفل وتنمية شخصيته بالطريقة الصحيحة ضمن بيئة أسرية محاطة بالدعم والأمان (Alshammar et al., ٢٠١٩).

يضاف إلى ما سبق البحوث التي ركزت على الذكاء العاطفي ودوره وآثاره على المجتمع الفلسطيني، فقد نُفذت دراسة في منطقة غزة هدفت إلى تحديد مستوى الذكاء العاطفي للمديرين وعلاقته بتحسين أدائهم من وجهة نظر المشرفين في مدارس المرحلة الأساسية، وأظهرت النتائج أن مستوى الذكاء العاطفي لهم كان متوسطاً، وأن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذكاء العاطفي وتحسن أداء المديرين (أبو الخير وأبو شعيرة، ٢٠١٨). لذلك لا بد من البحث عن أهمية الذكاء العاطفي لجميع أفراد المجتمع من الفئات جميعها لنمو وتطور المجتمع.

من خلال القراءة ومراجعة الأدبيات عن الذكاء العاطفي، كانت الدراسات والأبحاث قد ركزت على تأثير الذكاء العاطفي في الطلبة، مثل دراسة (محمد، ٢٠٢١)، أو على المديرين أو العاملين أو الأطفال وتطوير قدراتهم كدراسة ، أو الأطفال ذوي صعوبات التعلم أو الأمراض، ولم يكن هناك نصيب للأمهات تحديداً في مرحلة الطفولة المبكرة لتنميتها في هذا المجال المهم والمفصلي للأم أولاً ومن ثم امتداد أثره لأطفالها ومن حولها.

ومن خلال تجربة الباحثة في التعامل مع أمهات أطفال ما قبل المدرسة، ظهرت حاجة ملحة للعمل مع الأمهات على الصعيد الذاتي، وتنمية جوانب شخصية لديها ومهارات قبل أن تكون مسؤولة عن الطفل، لأنها تقوم بممارسات خاطئة بسبب قلة المعرفة أو بسبب عدم قدرتها على معرفة قدراتها وإمكاناتها أو التعبير عن مشاعرها لمن حولها وبخاصة أطفالها. ومن منطلق الحاجة إلى تنمية وتطوير الأمهات ذاتياً، وتزويدهن باستراتيجيات الوالدية الإيجابية لتنشئة أطفالها في مرحلة ما قبل المدرسة اعتمدت استراتيجيات الفنون التعبيرية التي تعد من الطرق المتجددة للأساليب الإرشادية، والتي يمكن من خلالها استخدام طرق متنوعة للفرد ليعبر عن ذاته ومكوناته ومشاعره حسب رغبته واهتماماته من خلال (الرسم - القصة - الموسيقى - الحركة - الكتابة - لعب الأدوار)، والتي يندر استخدامها في العملية الإرشادية في فلسطين كغيرها من الاستراتيجيات. لذلك تتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

**ما فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة؟**

وبناءً عليه، أجابت هذه الدراسة عن الأسئلة الفرعية الآتية:

**السؤال الأول:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الذكاء العاطفي في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية تعزى للبرنامج الإرشادي؟

**السؤال الثاني:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الذكاء العاطفي في القياس البعدي

للمجموعتين التجريبية والضابطة تعزى للبرنامج الإرشادي؟

**السؤال الثالث:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الذكاء العاطفي للمجموعة التجريبية في

القياسين البعدي والتتبعي بعد فترة تتبع مدتها ثمانية أسابيع؟

**السؤال الرابع:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الوالدية الإيجابية في القياسين القبلي

والبعدي للمجموعة التجريبية تعزى للبرنامج الإرشادي؟

**السؤال الخامس:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الوالدية الإيجابية في القياس البعدي

للمجموعتين التجريبية والضابطة تعزى للبرنامج الإرشادي؟

**السؤال السادس:** هل توجد فروق جوهرية بين متوسطات الوالدية الإيجابية للمجموعة التجريبية في

القياسين البعدي والتتبعي بعد فترة تتبع مدتها ثمانية أسابيع؟

### ٣,١ فرضيات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة، جرى اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

**الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات

درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي

بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

**الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين متوسطات

درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء العاطفي تعزى

للبرنامج الإرشادي.

**الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

**الفرضية الرابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

**الفرضية الخامسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى للبرنامج الإرشادي.

**الفرضية السادسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى للبرنامج الإرشادي.

## ٤,١ أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- ١- تصميم برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال ما قبل المدرسة، مقنن حسب حاجات المجتمع الفلسطيني.
- ٢- الكشف عن فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء الانفعالي والوالدية الإيجابية لأمهات مرحلة ما قبل المدرسة، وحجم أثره.

٣- اختبار استمرارية أثر البرنامج المستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء الانفعالي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال ما قبل المدرسة.

### ٥,١ أهمية الدراسة

تتبع أهمية هذه الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية مما يلي:

#### ١,٥,١ الأهمية النظرية

تتبنى الأهمية النظرية لهذه الدراسة من استخدام الفنون التعبيرية في البرنامج الإرشادي والذي يعد من التدخلات حديثة العهد في البرامج الإرشادية في المجتمع الفلسطيني، ومن المهم تطبيق البرنامج استناداً إلى استراتيجياته، لبيان فاعليته وتوظيفه في العملية الإرشادية، لما له من أثر فاعل على المشاركين بالبرنامج، والتعمق في الإطار النظري الذي انبثقت منه الفنون التعبيرية بطريقة علمية، بناء على دراسات ونتائج مُعلنة أثرها الإيجابي على الفرد، والتي تساعده في تطوير نفسه وقدراته على التعبير، إضافة إلى مواجهة تحديات وضغوطات الحياة والسير قدماً بالطريقة التي يراها مريحة له وتوائم احتياجاته وقدراته. كذلك بث مفاهيم إيجابية في عملية التربية والمتمثلة في الوالدية الإيجابية، والذكاء العاطفي الذي يعد من أهم الركائز لنمو وتطور شخصية الفرد وتفاعلاته واندماجه مع الآخرين ونجاحه المستقبلي، وتصميم برنامج إرشادي متكامل وعلمي ومُحكّم/ يمكن الاستعانة به وتطبيقه على نطاق أوسع، لتعم الفائدة على الفئة المستهدفة بعينات أكبر.

#### ٢,٥,١ الأهمية التطبيقية

أما من الناحية التطبيقية، فإن أهمية الدراسة الحالية تتمثل في تقديم مقترحات لصانعي القرار بأهمية العمل مع الأمهات من أجل تحقيق نمو سليم ومتوازن للأمهات، وتمكينهن من أنفسهن

لتأدية دورهن الأساس في تنشئة الأجيال التي تتوافق مع الخطط الاستراتيجية للتنمية البشرية وحقوق الطفل. وكذلك تكثيف العمل من قبل مشرفات الوزارة لمرحلة ما قبل المدرسة، وتزويد أمهات أطفال ما قبل المدرسة بمهارات التعبير عن أنفسهم وحاجاتهم، ومعرفة مكامن القوة والبناء عليها ، وتعديل نقاط الضعف وإيجاد البدائل لها، ونهل المعرفة في كيفية التعامل والتعاطف مع الآخرين، وتفهم مشاعرهم وخاصة الأطفال في هذه المرحلة الذين يمتازون بالحساسية المفرطة بكيفية التعامل معهم واستجابات الآخرين لهم، ولكون الراعين لهم النموذج الذي يتعلمون منهم كيف يعبرون ويتفاعلون.

وتنبثق الأهمية التطبيقية للدراسة باختيار فئة أساسية في المجتمع، المتمثلة في أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وكما هو معروف أن "الأم مدرسة إذا أعدتها أعددت شعباً طيب الأعراق" اللواتي يعتبرن المصدر والموجه والمعلم الأول للطفل في تنمية جوانبه النمائية المتنوعة الجسدية، والنفسية، والانفعالية، والمعرفية. ولهذه المهمة الجلية يتوجب أن تتزود الأمهات بمعارف وأساليب ومهارات لإتمام ما خُلقن لأجله وهي تربية وتنشئة جيل صالح ومتوازن وفعال، ولا يكن تحقيق ذلك إلا من خلال أمهات واعيات بأنفسهم وقدراتهم، ليقدمن كل ما هو مطلوب منهن لأطفالهن في هذه المرحلة الحرجة التي تتشكل فيها شخصية الفرد وطريقته في التعامل مع الآخرين. وسيكون ذلك من خلال الفنون المتنوعة التي تمنح الفرد إمكانية التعبير والتواصل بشكل لفظي وغير لفظي، حركي، موسيقي أو إبداعي، ومنح الأمهات طرق متنوعة للوصول لعالمهن وعوالم أطفالهن، والتي تعمل على تقليل المشكلات السلوكية التي يواجهونها مع أطفالهن.

## ٦,١ حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

**الحدود البشرية:** اقتصر تطبيق الدراسة على مجموعة من أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة (٦-٣ أعوام).

**الحدود المكانية:** طبقت هذه الدراسة على أمهات أطفال روضة في منطقة القدس (روضة رياض المجد الأهلية).

**الحدود الزمانية:** نفذت هذه الدراسة في العام الجامعي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ م، وكانت مدة تطبيق البرنامج الإرشادي خلال الفترة (من شباط ٢٠٢٥ - حتى أيار ٢٠٢٥).

**الحدود المفاهيمية:** اقتصرت الدراسة على الحدود المفاهيمية والمصطلحات الواردة في الدراسة: الذكاء العاطفي - الوالدية الإيجابية - مرحلة ما قبل المدرسة - الفنون التعبيرية.

**الحدود الإجرائية:** استخدم في هذه الدراسة مقياس الذكاء العاطفي، ومقياس الوالدية الإيجابية والبرنامج الإرشادي المستند على الفنون التعبيرية، ومجموعة بؤرية مع الأمهات، ومقابلات مع الأمهات من أفراد المجموعة التجريبية، وستقتصر على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

**محددات الدراسة:** تمثلت في الأوضاع السياسية المتأرجحة وغير المستقرة التي تمثلت في الحرب على غزة، والاجتياحات والهدم والإغلاقات والحوادث التي كانت متواصلة في معظم مناطق المحافظات الشمالية، والتي أعاققت في كثير من الأحيان تطبيق البرنامج الإرشادي، واستجابات المشاركات على مقياسي الدراسة.

## ٧,١ التعريفات لمتغيرات الدراسة

**الذكاء العاطفي:** يُعرفه جولمان (Goleman, ١٩٩٥: ١٩) بأنه: "إمكانية إدراك الفرد لمشاعره ، واستخدام هذه المشاعر لاتخاذ القرارات الصائبة في الحياة، والقدرة على التعامل مع الضغوط،

والتحكم في الدوافع والانفعالات، والقدرة على إثارة الحماس في النفس، والمحافظة على روح الأمل والتفائل، والقدرة على التعاطف مع الآخرين، ومعرفة ما يدور في داخلهم مع القدرة على تكوين علاقات اجتماعية تقوم على التعامل مع مشاعر الآخرين وإقناعهم والتأثير فيهم".

ويعرف الذكاء العاطفي إجرائياً أنه الدرجة التي تحصل عليها الأم وفق مقياس الذكاء الانفعالي المستخدم في هذه الدراسة، فهي تمثل المهارات والأساليب الأساسية التي يجب على الأمهات امتلاكها، من خلال إدراكهم وفهمهم لذواتهم ومشاعرهم أولاً وتنظيمها، واستثارة الدافعية الداخلية وتحفيزها ثم تفهم وإدراك مشاعر الآخرين حولهم من خلال التعاطف، وكيفية اكتساب مهارات التواصل مع من حولهم، وبخاصة أطفالهن في مرحلة ما قبل المدرسة.

**الوالدية الإيجابية:** عرف درابر الوالدية (Draper, ١٩٩٣: ١٣) بأنها: "الإمداد بالدعم والرعاية على نحو يقود إلى التطور الشامل، ويقوي العلاقة بين الوالدين، ويتقبل الوالدين مسؤولية تلبية احتياجات الطفل الجسمية والنفسية، وإمداد الطفل بالتوجيه، وتهيئة مناخ يقدم فيه الرعاية والحب والتشجيع على نحو يبني الطفل تقديراً لذاته، وتمثل الكلمات الأساسية (المسؤولية والتوجيه والرعاية الأبعاد الأساسية الجوهرية للوالدية". وعرف كل من سميت وآخرون (Smite et al., ٢٠٢٢: ٦٥) الوالدية الإيجابية بأنها "سلوك أبوي يحترم مصالح الطفل الفضلى وحقوقهم، فإن الأبوة والأمومة الإيجابية تنطوي على توجيه وتمكين ورعاية الأطفال والاعتراف بهم كأفراد، ووضع الحدود التي يحتاجونها لمساعدتهم على تطوير إمكاناتهم على أكمل وجه".

يمكن تعريف الوالدية الإيجابية إجرائياً، أنها الدرجات التي تحصل عليها الأمهات في مقياس الوالدية الإيجابية المعد للدراسة لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وتتمثل بكيفية التعامل معهم في المواقف اليومية مستخدمة الحوار والاحترام والمشاركة والحب لهم.

**الفنون التعبيرية:** عرفتھا نتالي روجرز (Rogers, ١٩٩٣:٢) أنها: "استخدام فنون متنوعة مثل: الحركة، الرسم، الدهان، النحت، الموسيقى، الكتابة، الصوت والارتجال في مكان داعم من أجل تسهيل النمو والتعافي". وتعرفھا الجمعية الأمريكية الإرشاد بالفنون " وسيلة تستخدم فيها الفنون ضمن علاقة إرشادية مهنية مع أفراد الذين يواجهون الأمراض، الصدمات، التحديات في حياتهم وكذلك للأشخاص الذين يسعون إلى التنمية الشخصية" (Johan et al., ٢٠٢٢:٤١٨).

**البرنامج الإرشادي:** تصميم برنامج يستند على الفنون التعبيرية التي تحوي فنيات متعددة في التدخل لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال ما قبل المدرسة. لقياس مدى تحسن مهارات الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال ما قبل المدرسة من خلال المقاييس التي ستوضع في الدراسة.

ويعرف البرنامج الإرشادي المطبق إجرائياً أنه البرنامج الذي صممه الباحثة للأمهات اللواتي حصلن على درجات متدنية من الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية؛ و بلغ عددهن (١٠) أمهات في المجموعة التجريبية، وبلغ عدد اللقاءات معهن (١٣) لقاء، مدة كل لقاء (٩٠) دقيقة، استخدمت فيها استراتيجيات الفنون التعبيرية المتنوعة (الرسم - الحركة - القصة - التشكيل - الكتابة - لعب الأدوار... الخ)، من أجل تنمية الذكاء العاطفي لديهن والوالدية الإيجابية للأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في إحدى رياض مدينة القدس.

## الفصل الثاني

### الدراسات السابقة

١,٢ الدراسات السابقة

١,١,٢ الدراسات المتعلقة بالذكاء العاطفي

٢,١,٢ الدراسات المتعلقة بالوالدية الإيجابية

٣,١,٢ الدراسات المتعلقة بالفنون التعبيرية

## الفصل الثاني

### الدراسات السابقة

#### ١,٢ الدراسات السابقة

سيتناول هذا الجزء من الدراسة الدراسات السابقة المتصلة بموضوع الدراسة وستُعرض الدراسات العربية والأجنبية من الأحدث إلى الأقدم، والتي ستشتمل على متغيرات الدراسة الرئيسية وقد قسمت إلى دراسات مرتبطة بالذكاء العاطفي، وأخرى مرتبطة بـ الوالدية الإيجابية، وأخرى مرتبطة بالفنون التعبيرية .

#### ١,١,٢ الدراسات المتعلقة بالذكاء العاطفي

أبانت دراسة **عرنكي (٢٠٢٤)** أثر برنامج إرشادي مستند لنموذج "جولمان" في الذكاء العاطفي في تطوير الذكاء العاطفي لطلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء التطبيقية؛ و بلغ عدد أفراد الدراسة (٤٩) طالباً وطالبة، وبلغ عدد الذكور (٢٨) طالباً، وعدد الإناث (٢١) طالبة، تتراوح أعمارهم ما بين (٢٢-١٨) عاماً، باستخدام المنهج شبه التجريبي، واختيرت العينة بطريقة قصدية، وطُبق مقياس الذكاء العاطفي في الدراسة المستند لنموذج "جولمان"، وأظهرت النتائج ارتفاع نتائج المجموعة التجريبية في مقياس الذكاء الانفعالي بعد الانتهاء من البرنامج مقارنة بالمقياس القبلي للمجموعة التجريبية، ما أكد فاعلية البرنامج الإرشادي في تطوير الذكاء العاطفي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية.

وهدفت دراسة **موهكمكار ونكوكار (٢٠٢٤) (Mohkamkar & Nikookar)** إلى تقييم تأثير

التعليم المبني على الذكاء الناجح في الوعي العاطفي الذاتي والمشاركة الأكاديمية لدى طلبة

المدارس الثانوية. اتبعت الدراسة تصميماً شبه تجريبي مع اختبار قبلي وبعدي ومتابعة، مستخدمة مجموعتين تجريبية وضابطة. شمل مجتمع الدراسة طلاب الصفين العاشر والحادي عشر من الفرع النظري في مدينة ساوه الصينية خلال العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣. اختير (٥٠) طالباً بطريقة قصدية ، ووزعوا عشوائياً على المجموعتين، بواقع (٢٥) طالباً لكل مجموعة. تلقت المجموعة التجريبية (١٠) جلسات إرشادية، مدة كل منها (٧٥) دقيقة، مبنية على الذكاء الناجح، في المقابل لم تتلق المجموعة الضابطة أي تدخل. استُخدم في الدراسة: استبانة الوعي العاطفي الذاتي المنقح لريف وآخرون (Rieffe et al., ٢٠٠٨)، واستبيان المشاركة الأكاديمية لشافيل وآخرون (Schaufeli et al., ٢٠٠٢). أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مرحلتي ما بعد الاختبار والمتابعة فيما يتعلق بالوعي العاطفي الذاتي والمشاركة الأكاديمية؛ و أدى التعليم القائم على الذكاء الناجح إلى زيادة في هذين المجالين لدى طلاب المدارس الثانوية، واستمرت هذه النتائج في مرحلة المتابعة.

فحصت دراسة لي وكيم (Lee & Kim, ٢٠٢٣) أثر برنامج يعتمد على التدريب العاطفي للأمهات أطفال ما قبل المدرسة (٣-٦) أعوام في كوريا الجنوبية، والذين يمتلك أطفالهم أجهزة ذكية. و بلغ أفراد عينة الدراسة (٥١) أما مشاركة وكانت منهجية الدراسة مختلطة (تجريبية ونوعية). التجريبية اشتملت على مجموعتين تجريبية بلغ عدد أفرادها (٢٥) أما، وضابطة (٢٦) أما، واستُخدمت التحليلات الإحصائية لبيان أثر التدريب على المجموعتين، أما بالنسبة للقياس النوعي للتدريب فقد جرى بإجراء مقابلات وعمل مجموعة بؤرية مع الأمهات اللواتي خضعن للبرنامج. أظهرت النتائج الكمية فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية من حيث تغيرات إيجابية في الذكاء العاطفي للأمهات، وزيادة الممارسات الوالدية الإيجابية للأمهات. أما بالنسبة للنتائج النوعية من خلال عمل مجموعة البؤرية ومقابلات للمجموعة التجريبية في البرنامج، فقد

استخلصت الدراسة تعبير الأمهات على الرغبة بالعيش دون صعوبات عاطفية، وتربية والدية دافئة وغير سلطوية.

وسعت دراسة ميرت (Mert, ٢٠٢٣) إلى فحص فاعلية تدريب الذكاء العاطفي على قدرات المراهقين في حل المشكلات واتخاذ القرارات. اتبعت الدراسة تصميمًا تجريبيًا مع مجموعة ضابطة، واختبار قبلي وبعدي. شارك في الدراسة (٢٢) طالبًا مسجلين في المدرسة الثانوية يوساك تركيا (Usak, Turkey). وكان عدد الطلاب في المجموعتين أقل من (٣٠) طالبًا، فقد عدت الاختبارات اللامعلمية، مثل: اختبار (Mann Whitney U & Wilcoxon Signed Ranks) مناسبة لتحليل البيانات. واستخدم مقاييس للذكاء العاطفي، ومهارات حل المشكلات، ومهارات اتخاذ القرار في الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبيّة والضابطة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجات الكلية للطلاب في المجموعة التجريبية في الذكاء العاطفي، ومهارات حل المشكلات، ومهارات اتخاذ القرار، وأكدت الدراسة فاعلية الذكاء العاطفي في تحسين مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات.

بينت دراسة لوهرابسي وآخرون (Lohrasbi et al., ٢٠٢٢) فاعلية برنامج التمكين النفسي للأمهات لتنمية المهارات الاجتماعية لأطفالهم، ومهارة التعاطف للأمهات المشاركات بالبرنامج الإرشادي؛ و بلغ عدد المشاركات (٣٠) أمًا، ممن لديهن أطفال تتراوح أعمارهم ما بين (٤-٦) أعوام في مدينة أصفهان، واختيرت العينة المشاركة بالطريقة المتاحة، وتوزيعهن عشوائياً في مجموعتين ضابطة وتجريبية. استخدمت الدراسة مقياسين: مقياس المهارات الاجتماعية (ماتسون) للطفل تُعبئه الأم، ومقياس التعاطف للأمهات قبل وبعد التدخل الإرشادي، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى المهارات الاجتماعية لدى الأطفال، والتعاطف لدى الأمهات بعد تطبيق البرنامج، كما جرى التحقق من استمرارية أثر البرنامج بعد شهرين من تنفيذ البرنامج.

وتقصت دراسة **عبده والفاضل (٢٠٢٢)** فاعلية برنامج تثقيف الأم والطفل في تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال ما قبل المدرسة، باستخدام منهج المسح الاجتماعي بالعينه، كما اعتمدت لجمع البيانات استمارة موجهه للأمهات لتحديد البيانات الأولية الديموغرافية للطفل والأسرة ومقياس المهارات الاجتماعية للطفل ما قبل المدرسة، على عينة من ثلاثة أحياء في مدينة بريده، يقدر عددها ب (١٢٠)، وقسمنا مناصفة بين المجموعتين التجريبية والضابطة. أظهرت النتائج وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مهارات الاستقلالية ، والتفاعل الاجتماعي والنظام والانضباط، لصالح المجموعة التجريبية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين خصائص الأسرة (المستوى التعليمي للأم- حجم الأسرة- ترتيب الطفل بين أفراد أسرته- مستوى الدخل الشهري للأسر) وتنمية المهارات الاجتماعية للطفل ما قبل المدرسة.

وسعت دراسة **أبو عباس والعلوان (٢٠٢١)** إلى التحقق من تأثير استخدام القصص الاجتماعية التفاعلية في تطوير الذكاء العاطفي لدى طلاب المرحلة الأساسية. لتحقيق هدف الدراسة اختيرت عينة قسدية مكونة من (٤٠) طالباً في الصف الثالث وزعوا عشوائياً مناصفة إلى مجموعتين، تمثل إحدى المجموعات المجموعة التجريبية، وجرى تدريسهم اللغة العربية باستخدام استراتيجية القصص الاجتماعية التفاعلية، في حين تمثل المجموعة الأخرى المجموعة الضابطة، وجرى تدريسهم مادة اللغة العربية بالطريقة التقليدية. تمثلت أداة الدراسة في اختبار الذكاء العاطفي وبعد التأكد من صلاحية الأداة وثباتها طبق اختبار قبلي على المجموعتين (التجريبية والضابطة) لضمان تكافؤهما. بعد تطبيق القصص الاجتماعية التفاعلية، طُبّق اختبار بعدي على المجموعتين (التجريبية والضابطة)، وأظهرت النتائج تأثيراً إيجابياً لاستخدام القصص الاجتماعية التفاعلية في تطوير الذكاء العاطفي لطلاب الصف الثالث من خلال الوصول إلى النتائج التالية: كما كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين

القياسات القبلية والبعديّة لأداء العينة على مقياس اختبار الذكاء العاطفي، لصالح القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي لأدائهم عليه.

## ٢,١,٢ الدراسات المتعلقة بالوالدية الإيجابية

هدفت دراسة شسيرى وآخرون (Chusairi et al., ٢٠٢٤) إلى تطوير نموذج الأبوة والأمومة الواعية القائم على الدعم الاجتماعي المتصور، والتعاطف مع الذات، والثقة في الأبوة والأمومة، والامتثال كمتغيرات وسيطة لدى أمهات الأطفال الصغار، واتباع النهج الكمي، واعتماد عينات هادفة، فقد بلغ حجم العينة (٣٠٣) من الأمهات اللواتي لديهن أطفال في مرحلة الطفولة المبكرة (٦-٣) أعوام، تتراوح أعمارهن ما بين (٢٠-٣٦) عاماً، ويعشن في المنزل مع أطفالهن، ويقمن في مدن/ مناطق في مقاطعة جاوة الشرقية- إندونيسيا. أظهرت النتائج أنه يمكن بناء نموذج الأبوة والأمومة الواعية بناءً على الدعم الاجتماعي المتصور للأمهات، والتعاطف مع الذات، وتصورات الأمهات للكفاءة الذاتية في الأبوة والأمومة، والتي يجري التوسط فيها بالكامل بامتثال الأمهات لأطفالهن الصغار، وتشير هذه النتيجة إلى أن الامتثال هو عامل رئيس يمكن الأمهات من ممارسة الوالدية الواعية، والحاجة إلى تطوير برامج التدخل للأبوين، وتحديدًا أمهات الأطفال الصغار، وأصحاب المصلحة المرتبطين، ويمكن أيضاً تطويرها في الأبحاث المستقبلية.

وأظهرت دراسة شان وآخرون (Chan et al., ٢٠٢٤) فاعلية برنامج تدريب الوالدين القائم على العيادة المجتمعية، والذي دمج التدريب العاطفي في التدريب السلوكي (BFC) ل (١١٩) من الآباء الذين عبروا عن صعوبة في التعامل مع سلوكيات أطفالهم التخريبية في سن المدرسة الابتدائية، باستخدام المنهج شبه التجريبي في الدراسة، واختيرت عينة التدخل الإرشادي التجريبية والضابطة عشوائياً، وأجريت اختبارات قبلية وبعديّة وتتبعية مؤجلة بعد ثلاثة أشهر للمجموعة

التجريبية. وأظهرت النتائج أن الأهالي في المجموعة التجريبية عبروا عن ظهور سلوكيات معارضة أقل لأطفالهم عما سبق، وكذلك ظهور أعراض أقل لاضطراب فرط الحركة والانتباه لديهم، مع ظهور جوانب إيجابية أكثر لدى الوالدين في علاقاتهم مع أطفالهم، وجرى الحفاظ على تأثيرات كبيرة على المدى القصير بلغ ثلاثة أشهر من تطبيق البرنامج.

وبحثت دراسة أتاك وريان (Atack & Rayhan, ٢٠٢٣) في تقييم فاعلية برنامج يستند للنظرية الجشتالطية في دعم الوالدية الإيجابية، في ألاباما، واختيرت العينة بالطريقة الهادفة، واشتملت العينة على (٣٦) مشاركا، منهم (٣٣) أمهات، و (٣) آباء، باستخدام منهجية شبه تجريبية، استخدام فيها غير مقياس، مثل: نموذج "المعلومات الديمغرافية"، و"استبانة الكمالية الأبوية متعددة الأبعاد"، و"مقياس العلاقة بين الوالدين والطفل"، و"مقياس أنا كوالد"، و"استبيان الأبوة والأمومة". وظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في المجموعة التجريبية للقياسين القبلي والبعدي لجميع الأبعاد، ما يشير إلى فاعلية البرنامج مع الوالدين الذين تتراوح أعمار أطفالهم ما بين (٢-٩) أعوام.

وحاولت دراسة إبراهيم وآخرون (٢٠٢١) الكشف عن أثر برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات لتعزيز التعلق الأمن لدى الأبناء في مرحلة الطفولة الوسطى، في عين شمس؛ و اتبع الباحثون المنهجية شبه التجريبية ذات المجموعة الواحدة، وكانت العينة مكونة من (١٢) أمًا، تراوحت أعمارهن ما بين (٢٩-٤٥) عاماً. واستخدم مقياس أنماط التعلق، ومقياس التقييم الأسري الذي يقيس (حل المشكلة، المشاركة الوجدانية، الأهداف الأسرية)، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التقييم الأسري بين القياسين القبلي والبعدي بعد تنفيذ البرنامج التدريبي لصالح المجموعة التجريبية.

وبينت دراسة أبو شعبان (٢٠٢٠) فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية "أدلر" لتعزيز  
الوالدية الإيجابية لدى مجموعة أمهات طلاب من مدرسة السلام الخاصة من قطاع غزة، واختيرت  
ضمن المجموعة الواحدة، وبلغ عددهن (١٢) أمماً. واعتمد المنهج شبه التجريبي. واستخدمت  
الدراسة ثلاث أدوات، هي: مقياس الوالدية الإيجابية، واستبانة (أبيرج) لسلوك الطفل، والبرنامج  
الإرشادي. وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في رتب درجات القياس القبلي  
والبعدي والتتبعي، لصالح التطبيق التتبعي على استبانة أساليب الوالدية، ما يشير إلى فاعلية  
البرنامج المطبق في تعزيز الوالدية الإيجابية لدى مجموعة الأمهات.

### ٣,١,٢ الدراسات المتعلقة بالفنون التعبيرية

وضحت دراسة كوشر وآخرون (Kausar et al., ٢٠٢٤) تجارب مجموعة من الأمهات  
اللواتي شاركن في برنامج تعليمي للأبوة والأمومة الموسيقية عبر الإنترنت. تألفت عينة الدراسة من  
(١٨) أمماً مع أطفال من الولادة حتى سن (١٢) شهراً. أجريت هذه الدراسة لمدة (٦) أشهر،  
باستخدام طرق البحث النوعي: مقابلات شبه منظمة، ومناقشات غير رسمية مع الأمهات  
المشاركات، والمجلات الرقمية للمشاركات، ومقاطع الفيديو المصورة، والملاحظات الميدانية  
للباحثين التي دُونت خلال البرنامج التعليمي. وكشفت النتائج أنه خلال البرنامج، انخرطت  
الأمهات في تفاعل موسيقي متعدد الوسائط مع أطفالهن، ما سهل حالة ديناميكية من التناغم داخل  
ثنائي الأم والرضيع. وعززت المشاركة النشطة في البرنامج التعليمي ثقة الأمهات في استخدام  
الموسيقى أداة للأبوة والأمومة، وعززت ممارسات الأبوة والأمومة الموسيقية الواعية مع أطفالهن.

وكشفت دراسة فاريشا وآخرون (Farisah et al., 2024) عن مدى فاعلية تدخل الإرشاد  
بالفن في خفض مستوى التوتر والمشاعر السلبية لدى الأمهات المشاركات، واستخدمت الدراسة

المنهج التجريبي. وكان عدد أفراد المشاركات (٧)، تتراوح أعمارهم ما بين (٢٠-٤٠) عاماً، واستخدم مقياس الإجهاد المدرك ١٠، وجدول التأثير الإيجابي والسلبي. وأشارت النتائج إلى أن تدخل الإرشاد بالفنون يمكن أن يقلل من مستوى التوتر الوالدي والمشاعر السلبية، ويزيد من المشاعر الإيجابية لدى الأمهات اللواتي شاركن بالبرنامج.

وحاولت دراسة **جوهان وآخرون (Johan et al., ٢٠٢٢)** التعرف إلى فاعلية استخدام الفنون التعبيرية في الإرشاد لمجموعة من المراهقين الجانحين الذين يعانون من الاكتئاب والقلق، استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي؛ و استخدمت التصاميم ذات طرق الاختبار القبلي والبعدي في هذه الدراسة. بلغ حجم أفراد الدراسة (٧٢) مراهقاً يعيشون في مؤسسات التأهيل الأخلاقي، في ماليزيا في مؤسسة (Marango) لتأهيل المراهقين الجانحين، وأعمارهم من (١٤ إلى ١٨) عاماً، واختيرت العينة بالطريقة القصدية، وقسمت العينة إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية (٣٦) مراهقاً، ومجموعة ضابطة (٣٦) مراهقاً. استخدم في الدراسة مقياس بيك للاكتئاب (BDI)، ومقياس القلق واستخدام (STAI) لقياس المتغير التابع، وأظهرت النتائج انخفاض الاكتئاب للمجموعة التجريبية، أما بالنسبة للقلق فقد أظهر اعتدالاً في المجموعة التجريبية. كذلك ناقشت الدراسة الآثار المترتبة على البحوث من الجوانب النظرية، وتقديم المشورة للمهنيين والمستشارين والممارسين، وبخاصة تلك التي تتعامل مع المراهقين الجانحين.

وتناولت دراسة **لي (Lee, ٢٠٢١)** مدى فاعلية تدخل بالفن الجماعي، باستخدام المنهج التجريبي، وبلغ عدد المشاركات في البرنامج (٤٠) أما من مناطق متعددة من أنحاء كوريا الجنوبية، واستخدمت أربعة مقاييس: "مقياس الإجهاد الوالدي"، "الإجهاد المتصور"، "مقياس الاكتئاب"، "مقياس الدعم الاجتماعي المتصور". أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية

عند المجموعة التجريبية؛ و ظهر انخفاض في إجهاد الوالدية والإجهاد المتصور والاكتئاب مقارنة مع المجموعة الضابطة.

وأظهرت دراسة أجراها **مصطفى وآخرون (٢٠٢١)** تحليل تأثير مزيج من العلاج برائحة اللافندر والإرشاد بالفن في تقليل التعب وتحسين جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي الخاضعات للعلاج الكيميائي. واستخدم المنهج شبه التجريبي، واستخدام العينة القصدية؛ وشملت (٣٣) مشاركة في المجموعة التجريبية، و (٣٣) مشاركة في المجموعة الضابطة، واستخدم "مقياس التعب"، "ومقياس جودة الحياة". أظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية على مقياس التعب وجودة الحياة، كما أظهرت النتائج أن مزيجاً من العلاج برائحة اللافندر والعلاج بالفن لمدة سبعة أيام له تأثير إيجابي على تقليل التعب وتحسين جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي الخاضعات للعلاج الكيميائي في المجموعة التجريبية؛ ولوحظ فرق كبير بين القيم قبل وبعد التدخل في مجموعة التجريبية على متغيرات التعب وجودة الحياة في المقابل، لم يكن هناك تأثير ملحوظ في المجموعة الضابطة.

يظهر من خلال مراجعة الدراسات السابقة التي عرضت متغيرات الدراسة سواءً بشكل منفرد أم مزدوج، وجود تأثير ملحوظ وإيجابي ودال إحصائياً أو كفيماً لهذه المتغيرات، مثل الذكاء العاطفي أو الوالدية الإيجابية أو الفنون التعبيرية، ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة لم تجتمع المتغيرات السابقة للدراسة معاً، وستكون الدراسة الحالية بمنزلة إضافة لبيان فاعلية استخدام الفنون التعبيرية في تنمية مهارات الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة، التي بدورها تطور وتمكن الأمهات ذاتياً ومجتمعياً وتعزز أمومتها إيجابياً.

ويتضح من خلال استعراض الدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات سابقة للدراسة، أنه يمكن استخلاص التعقيب على هذه الدراسات كالاتي: إن الدراسات التي تناولت البرامج

الإرشادية التي استندت إلى الذكاء العاطفي كانت فاعليتها واضحة بازدياد مهارات الذكاء العاطفي للفئات التي طبق عليها البرامج؛ وظهرت تغيرات إيجابية في الذكاء العاطفي للأمهات وزيادة الممارسات الوالدية الإيجابية، كما وضحت دراسة لي وكيم (Lee & Kim, ٢٠٢٣)، وجرى تطوير الذكاء العاطفي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية ، كما ظهر في دراسة عرنكي (٢٠٢٤)، وكشفت النتائج عن ارتفاع مستوى المهارات الاجتماعية لدى الأطفال والتعاطف لدى الأمهات في دراسة لوهرابسي وآخرون (Lohrasbi et al., ٢٠٢٢)، وأشارت دراسة ميرت (Mert, ٢٠٢٣) إلى زيادة الذكاء العاطفي للطلبة، الذي حسن من مهاراتهم في اتخاذ القرار وحل المشكلات.

استندت الدراسات التي تناولت البرامج الإرشادية الخاصة بالوالدية الإيجابية لنظريات متعددة مثل دراسة شان وآخرون (Chan et al., ٢٠٢٤)، التي بينت فاعلية برنامج تدريب الوالدين القائم على العيادة المجتمعية والذي دمج التدريب العاطفي في التدريب السلوكي (BFC) في تقليل ظهور أعراض نقص الانتباه ، وفرط الحركة، وزيادة الأساليب الإيجابية للوالدين في التعامل مع أطفالهم ذوي السلوكيات التخريبية. وأظهرت دراسة أتك وريان (Atack & Rayhan, ٢٠٢٣) فاعلية البرنامج المستند للنظرية الجشطالتيية في دعم الوالدية الإيجابية، ووضحت دراسة إبراهيم وآخرون (٢٠٢١) فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الوالدية الإيجابية لدى الأمهات لتعزيز التعلق الأمن لدى الأبناء في مرحلة الطفولة الوسطى ، وظهرت قدرات أفضل في حل المشكلة، المشاركة الوجدانية، الأهداف الأسرية. وبينت دراسة أبو شعبان (٢٠٢٠) فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية "أدلر" الذي عمل على تعزيز الوالدية الإيجابية لدى مجموعة أمهات طلاب من مدرسة السلام الخاصة من قطاع غزة.

أما الدراسات التي استندت إلى الفنون التعبيرية، فقد ظهرت فيها فاعلية تدخل الإرشاد بالفن في خفض مستوى التوتر الوالدي والمشاعر السلبية وزيادة الإيجابية لدى الأمهات كما في دراسة

فاريشا وآخرون (Farisah et al., ٢٠٢٤)، وبينت دراسة لي (Lee, ٢٠٢١) فاعلية التدخل بالفن الجماعي، الذي عمل على تخفيض من إجهاد الوالدية والإجهاد المتصور والاكنتاب للأمهات. وكان لدراسة مصطفى وآخرون (٢٠٢١) تأثير مزيج من العلاج برائحة اللافندر والإرشاد بالفن في تقليل التعب ، وتحسين جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي الخاضعات للعلاج الكيميائي. وأشارت دراسة جوهان وآخرون (Johan et al., ٢٠٢٢) إلى فاعلية استخدام الفنون التعبيرية في إرشاد مجموعة من المراهقين الجانحين.

أما الفئات المستهدفة من الدراسات السابقة، فقد تنوعت بين أمهات لأطفال في مراحل عمرية متنوعة مثل مرحلة ما قبل المدرسة والمرحلة الوسطى في الطفولة المبكرة وطلبة كلية الهندسة، وهو مؤشر لإمكانية العمل مع فئات المجتمع كافة ضمن متغيرات الذكاء العاطفي والفنون التعبيرية. أما الوالدية الإيجابية، فقد ركزت منطقياً على فئة الوالدين لخصوصية الموضوع لهذه الفئة، لكن ذلك لا يمنع تهيئة المقبلين على الزواج ببرامج وقائية تتعلق بالوالدية الإيجابية واستراتيجياتها.

في الختام، تعطي نتائج الدراسات السابقة متسعاً من التدخلات الإرشادية الوقائية والإرشادية لفئات متنوعة، وقدمت الدراسات السابقة مرجعية للإطار النظري للدراسة الحالية من حيث تحديد المشكلة والمتغيرات والأهمية.

وبناءً على ذلك، فإن الدراسات السابقة التي جرى عرضها، لا تتصل بموضوع الدراسة الحالية مباشرة، ما دفع إلى ضرورة إجراء الدراسة الحالية بهدف التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة؛ من خلال برنامج تدريبي؛ ولم تجتمع متغيرات الدراسة الحالية مع متغيرات الدراسات السابقة، وهذا يعطي الدراسة الجدة والأصالة، وستستخدم المنهجية المختلطة الكمية والكيفية

لبيان فاعلية البرنامج بشكل تكاملي، والتركيز على العينة التي تمثل أمهات مرحلة ما قبل المدرسة في المجتمع الفلسطيني الذي يندر فيه تطبيق هذه البرامج مع هذه الفئة المستهدفة ، من حيث كيفية تنميتها لمهارات الذكاء العاطفي للأمهات، الذي بدوره يطور من وعيهن وقدراتهن بذواتهن ومشاعرهن، وعلاقاتهن وتعاطفهن مع الآخرين، ما يتيح لهن المجال لممارسات والدية إيجابية بالاستناد إلى الفنون التعبيرية لتحقيق أهداف الدراسة الحالية.

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

١.٣ منهجية الدراسة

٢.٣ مجتمع الدراسة وعينتها ( المشاركون )

٣.٣ أدوات الدراسة

١,٣,٣ الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

٤.٣ تصميم الدراسة ومتغيراتها

١,٤,٣ متغيرات الدراسة

٥.٣ إجراءات تنفيذ الدراسة

٦.٣ المعالجات الإحصائية

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في تطوير وبناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

### ١,٣ منهجية الدراسة

انطلاقاً من طبيعة الدراسة الحالية والمعلومات المراد الحصول عليها، ولتحقيق أهدافها بالشكل الذي يتضمن الدقة والموضوعية، اتبعت هذه الدراسة المنهج المختلط، فهي تجمع ما بين المنهج التجريبي والمنهج الكيفي؛ واستخدام تصميم شبه التجريبي (Quasi-experimental Design) من أجل تقصي فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية للأمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، نظراً لكون هذا التصميم الأنسب لهذه الدراسة، ويسهم في تحقيق أهدافها، ويضمن الوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية. أما الجانب الكيفي، فيكشف عن فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال مقابلات مع الأمهات في المجموعة التجريبية كمجموعة بؤرية، اللواتي طبق عليهن البرنامج، لدعم نتائج الأدوات الكمية.

### ٢,٣ عينة الدراسة (المشاركون)

وزعت أداة الدراسة على عينة ميدانية مكونة من (١٠٠) من أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، وذلك بهدف اختيار أفراد عينة الدراسة التجريبية والضابطة المكونة من (٢٠) أماً من اللواتي حصل أطفالهن على أدنى الدرجات على مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية، قسمن بالمزوجة حسب درجاتهن على مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية مناصفة إلى مجموعتين، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، بواقع (١٠) أمهات لكل مجموعة. وقد تطوعت المشاركات في المجموعة التجريبية (١٠) أمهات، كمجموعة بؤرية لتقييم فاعلية البرنامج الإرشادي، من خلال الأسئلة التي طرحت عليهن.

### ٣,٣ أدوات الدراسة

من أجل إنجاز مهام الدراسة وتحقيقاً لأهدافها، طُورت أدوات الدراسة، وذلك بعد الرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة في هذا المجال، وهي:

#### أولاً- مقياس الذكاء العاطفي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة، وعلى مقاييس الذكاء العاطفي المستخدمة في بعض الدراسات، ومنها: دراسة (Jalali & Behzadpoor, ٢٠٢٤)، ودراسة (الحربي وآخرون، ٢٠٢٤)، ودراسة (Abouhasera et al., ٢٠٢٣)، ودراسة (Esmaelzadeh Azad et al., ٢٠٢٢)، ودراسة (العدرة، ٢٠٢١)، جرى تطوير الصورة الأولية لمقياس الذكاء العاطفي.

### (١) صدق المقياس

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

#### أولاً: الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الذكاء العاطفي، عُرض المقياس في صورته الأولية على (١٤) محكماً من ذوي الخبرة والاختصاص الذين يحملون درجة الدكتوراه في مجال علم النفس الإرشادي والعلوم التربوية، كما هو موضح في ملحق (ب)؛ إذ اعتمد معيار الاتفاق (٨٠٪) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أُجريت التعديلات المقترحة، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات.

#### ثانياً: صدق البناء (Construct Validity)

للتحقق من الصدق للمقياس، استخدمت أيضاً صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (٤٤) من أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول (١,٣) يوضح ذلك:

جدول (١,٣)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الذكاء العاطفي بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع

الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن = ٤٤)

الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية
	إدارة الانفعالات			تنظيم الانفعالات			المعرفة الانفعالية	
١	.٦٠**	.٥٥**	٦	.٨٤**	.٧٨**	١١	.٧٥**	.٦٣**
٢	.٧٩**	.٥٩**	٧	.٨٥**	.٧٣**	١٢	.٨٧**	.٧٢**
٣	.٦١**	.٤٩**	٨	.٨٠**	.٦٥**	١٣	.٨٤**	.٧٦**
٤	.٨٧**	.٧٦**	٩	.٨٣**	.٧٣**	١٤	.٧٦**	.٦٨**
٥	.٨٢**	.٧٣**	١٠	.٧٩**	.٧٩**	١٥	.٨٤**	.٧٢**
	درجة كلية للبعد .٨٥**			درجة كلية للبعد .٨٩**			درجة كلية للبعد .٨٧**	
الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية
	التعاطف			التواصل الاجتماعي			-----	
١٦	.٧٣**	.٥٢**	٢١	.٨٠**	.٥٠**	-	-	-
١٧	.٨٢**	.٥**	٢٢	.٨**	.٦٥**	-	-	-
١٨	.٧٨**	.٧٣**	٢٣	.٨٠**	.٦٧**	-	-	-
١٩	.٧١**	.٤٨**	٢٤	.٧٠**	.٥٨**	-	-	-
٢٠	.٧٨**	.٦٨**	٢٥	.٦١**	.٦٤**	-	-	-
	درجة كلية للبعد .٧٩**			درجة كلية للبعد .٨١**			-----	

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .٠٥) \*\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .٠١)

يلاحظ من الجدول (١,٣) أن قيم معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (.٤٨ - .٨٧)، كما أن

قيم معاملات الارتباط جميعها كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا

(Garcia, ٢٠١١) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.٣٠) تعد ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن

المدى (.٣٠ - أقل أو يساوي .٧٠) تعد متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.٧٠) تعد قوية، لذلك لم

تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

### ثبات مقياس الذكاء العاطفي:

للتأكد من ثبات مقياس الذكاء العاطفي وأبعاده، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة

من (٤٤) من أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة،

وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، وأبعاده، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، ومعادلة ماكدونالدز أوميغا (McDonald's Omega)، وذلك على بيانات العينة الاستطلاعية بعد استخراج الصدق (٢٥) فقرة، والجدول (٢،٣) يوضح ذلك:

جدول (٢،٣)

قيم معامل ثبات مقياس الذكاء العاطفي ومجالاته بطريقتي كرونباخ ألفا وماكدونالدز أوميغا

المجال	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا	ماكدونالدز أوميغا
المعرفة الانفعالية	٥	.٨٠	.٨١
تنظيم الانفعالات	٥	.٨٨	.٨٨
إدارة الانفعالات	٥	.٨٦	.٨٦
التعاطف	٥	.٨٢	.٨٠
التواصل الاجتماعي	٥	.٨٠	.٨١
الدرجة الكلية	٢٥	.٩٤	.٩٤

يتضح من الجدول (٢،٣) أن قيم الثبات لمجالات مقياس الذكاء العاطفي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا تراوحت ما بين (٨٠ - ٨٨)، وللدرجة الكلية بلغت (٩٤). أما باستخدام معادلة ماكدونالدز أوميغا، فقد تراوحت المجالات ما بين (٨٠-٨٨)، وللدرجة الكلية بلغت (٩٤)، وتعد هذه القيم مناسبة بما يفي بصلاحية المقياس للتطبيق على العينة الأساسية.

### ثانياً- مقياس الوالدية الإيجابية

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة، وعلى مقاييس الذكاء العاطفي المستخدمة في بعض الدراسات، ومنها: دراسة (Yılmaz & Yıldız, ٢٠٢٣)، ودراسة (إسراء وآخرون، ٢٠٢٢)، ودراسة (Prime et al., ٢٠٢٢)، ودراسة (Nandhini & Palanivel, ٢٠٢١)، جرى تطوير النسخة الأولية لمقياس الوالدية الإيجابية استناداً إلى تلك الدراسات.

## ٢,٣,٣ الخصائص السيكومترية لمقياس الوالدية الإيجابية

### (١) صدق المقياس

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

#### أولاً: الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الذكاء العاطفي، عُرض المقياس في صورته الأولية على (١٤) محكماً من ذوي الخبرة والاختصاص الذين يحملون درجة الدكتوراه في مجال علم النفس الإرشادي والعلوم التربوية بشكل عام، كما هو موضح في ملحق (ب)؛ إذ اعتمد معيار الاتفاق (٨٠٪) حدًا أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات. من هذه الفقرات وعُدلت فقرة واحدة.

#### ثانياً: صدق البناء (Construct Validity)

للتحقق من الصدق للمقياس، استخدم أيضاً صدق البناء، على بيانات العينة الاستطلاعية، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٣,٣) يوضح ذلك:

جدول (٣,٣)

قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الوالدية الإيجابية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=٤٤)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال
المشاركة		سياق الأبوة والأمومة		تحديد القوة وتعزيزها		رعاية القيم					
.٦٠**	.٥٥**	١٨	.٤٧**	.٧٣**	١٥	.٦١**	.٦٣**	١٠	.٥٩**	.٦٨**	١
.٥٣**	.٧٢**	١٩	.٤٤**	.٧٢**	١٦	.٤٥**	.٦٨**	١١	.٦٤**	.٨٠**	٢
.٤١**	.٨٠**	٢٠	.٦٤**	.٧٧**	١٧	.٤٨**	.٧٢**	١٢	.٢٣	.٢٨	٣
-	-	-	-	-	-	.٥٤**	.٧٢**	١٣	.٥٢**	.٦٠**	٤
-	-	-	-	-	-	.٥٨**	.٦٠**	١٤	.٨٠**	.٨٦**	٥

-	-	-	-	-	-	-	-	-	.٥٩**	.٦٢**	٦
-	-	-	-	-	-	-	-	-	.٥٣**	.٥٩**	٧
-	-	-	-	-	-	-	-	-	.٧٥**	.٨٣**	٨
-	-	-	-	-	-	-	-	-	.٧٦**	.٨٠**	٩
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
درجة كلية للبعد * * ٥٦ .			درجة كلية للبعد * * ٦٩ .			درجة كلية للبعد * * ٧٩ .			درجة كلية للبعد * * ٩٠ .		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ ) \*\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠١$ )

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (٣,٣) أن قيم معامل ارتباط الفقرة: (٣) كانت ذات درجة غير مقبولة وغير دالة إحصائياً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (٤١ - .٨٦)، كما أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, ٢٠١١) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (٣٠) تعد ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (٣٠- أقل أو يساوي ٧٠) تعد متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (٧٠) تعد قوية، لذلك حذفت الفقرة: (٣)، وأصبح عدد فقرات المقياس للتطبيق على العينة الميدانية (١٩) فقرة.

#### ثبات مقياس الوالدية الإيجابية:

للتأكد من ثبات مقياس الوالدية الإيجابية وأبعاده، وزع المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، واستخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، ومعادلة ماكdonالدز أوميغا (McDonald's Omega)، وذلك على بيانات العينة الاستطلاعية بعد استخراج الصدق (١٩) فقرة، والجدول (٤,٣) يوضح ذلك:

#### جدول (٤,٣)

قيم معامل ثبات مقياس الوالدية الإيجابية ومجالاته بطريقتي كرونباخ ألفا و ماكdonالدز أوميغا

المجال	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا	ماكdonالدز أوميغا
رعاية القيم	٨	.٨٥	.٨٦
تحديد القوة وتعزيزها	٥	.٦٩	.٦٨
سياق الأبوة والأمومة	٣	.٦٥	.٦٩
المشاركة	٣	.٦٠	.٦٢

يتضح من الجدول (٤,٣) أن قيم الثبات لمجالات مقياس الذكاء العاطفي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا تراوحت ما بين (٠.٦٠ - ٠.٨٥)، وللدرجة الكلية بلغت (٠.٨٦). أما باستخدام معادلة ماكدونالدز أوميغا، فقد تراوحت المجالات ما بين (٠.٦٢-٠.٨٦)، وللدرجة الكلية بلغت (٠.٨٦)، وتعد هذه القيم مناسبة بما يفي بصلاحية المقياس للتطبيق على العينة الأساسية.

### تصحيح مقياسي الدراسة:

أولاً- مقياس الذكاء العاطفي: تكون مقياس الذكاء العاطفي في صورته النهائية بعد استخراج الفقرات جميعها بالاتجاه الإيجابي للذكاء العاطفي.

ثانياً- مقياس الوالدية الإيجابية: تكون مقياس الوالدية الإيجابية في صورته النهائية بعد استخراج الصدق من (١٩) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت الفقرات الاتجاه الإيجابي للوالدية الإيجابية.

وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: دائماً (٥) درجات، غالباً (٤) درجات، أحياناً (٣) درجات، نادراً (٢) درجات، أبداً (١)، درجة واحدة.

### ثالثاً- المقابلة (المجموعة البؤرية):

استخدمت أداة المقابلة المقننة، وشبه المقننة لجمع البيانات والمعلومات حول موضوع الدراسة؛ للتأكد من مدى فهم، واستجابة المشاركين للأسئلة، والحصول على المعلومة بدقة ، وأجريت المقابلة "للمجموعة البؤرية" مباشرة مع الأمهات من المشاركات في المجموعة التجريبية؛

و طرحت أسئلة المقابلة، وحُكِّمت من قبل متخصصين في المجال، وسجلت الإجابات من قبل الباحثة، وأعيد قراءتها على المشاركات للتأكيد صحة المعلومات التي جرى تسجيلها، وكان الاعتماد على المقابلة المفتوحة، وهنا طرح السؤال دون تحديد خيارات للمشاركات، ليكون أمام المشاركة الحرية في التعبير، والإجابة.

### مراحل المجموعات البؤرية:

المرحلة الأولى- المرحلة التحضيرية لجمع البيانات: حدد المكان الذي جرى فيه مقابلة الأمهات في المجموعات البؤرية خلال شهر ٢٠٢٥/٥ الساعة (١٠) صباحاً بتاريخ ٢٠٢٥/٥/٥، كما حدد زمان اللقاء، خلال مدة (٢- ٣ ساعات)، وطرحت عليهن أسئلة المقابلة، وبعد التحقق من مدى مصداقيتها وموضوعاتها .

المرحلة الثانية- مرحلة جمع البيانات الأولية: استعانت الباحثة بزميلة لها، ممن لديهن خبرة في البرامج الإرشادية لمساعدتها في تسجيل البيانات، وأخذ الملاحظات، وتحديد أبعاد ومفاصل الحوار والنقاش في المجموعة البؤرية وتنظيمها.

المرحلة الثالثة- مرحلة جمع المعلومات: جرى توجيه المناقشة فيها بالأسئلة المحددة، والتي سلطت الضوء على مضامين المتغيرين التابعين، وأجريت المقابلات مع المجموعات البؤرية بطرح الأسئلة المفتوحة ملحق (ث).

### الصدق والثبات لأداة المقابلة:

أ. صدق الأداة: عرضت أسئلة المقابلة على المحكمين بهدف التأكد من مناسبة الأسئلة للهدف الذي أعدت من أجله، وإبداء ملاحظاتهم، لأخذها بالاعتبار في تطوير الأسئلة، وقد أجمعوا على مناسبة الأسئلة للمجموعة البؤرية لتحقيق هدفها.

ب. ثبات الأداة: حُللت البيانات التي تجمع من خلال المقابلات، وذلك من خلال المنهجية الاستقرائية التي وضحتها كرسويل (Creswell, 2012)، وبعد الاستعانة بمحلل آخر لديه خبرة في تحليل المقابلات للقيام بتحليل المقابلات، ومن ثم مقارنة التحليلين والتعديل حسب ما يضمن التوافق بينهما.

### ثالثاً: البرنامج الإرشادي المستند إلى الفنون التعبيرية

بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة التي استخدمت برامج إرشادية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية واستخدام الفنون التعبيرية لأمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، مثل دراسات ( Bakar et al., 2019; Lee, 2021; Lohrasbi et al., 2022; Lee & Kim, ) (2023; Atack & Rayhan, 2023; Chan et al., 2024; Farisah et al., 2024) ودراسة (عبده والفاضل، ٢٠٢٣)، أعدت الباحثة البرنامج الإرشادي من أجل تحقيق الأهداف المرجوة من هذه الدراسة.

تكون البرنامج الإرشادي من (١٣) جلسة بواقع جلستين أسبوعياً، مدة كل جلسة (٩٠) دقيقة، وتتضمن كل جلسة مجموعة من الأهداف الرئيسية والفرعية، والأنشطة والواجبات البيتية المرتكزة على استراتيجيات وفتيات فاعلة قائمة على الفنون التعبيرية. وبعد إعداد البرنامج بصورته الأولية، عُرض على عدد من الخبراء والمتخصصين في مجال الإرشاد التربوي والنفسي للتأكد من صدق البرنامج واستراتيجياته وفتياته وإجراءاته، وتقنيته للبيئة الفلسطينية ومجتمع الدراسة قبل تطبيقه على المشاركين من أجل التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

ملاحظة: كان هناك فترة لم يتم الالتقاء بالأمهات بسبب عطلة عيد الفطر السعيد، وعطلة الربيع في رياض القدس، وكذلك اللقاء مع أفراد المجموعة البؤرية لتقييم فاعلية البرنامج في شهر أيار كما ذكر سابقاً، ومن ثم قياس تتبعي بعد (٨) أسابيع من انتهاء البرنامج في آخر شهر حزيران، وكان تحديد الأيام يجري مع الأمهات.

جرت دعوة الأمهات إلى البرنامج الإرشادي بعد تعبئة مقاييس الدراسة، وجرى التواصل مع كل مشاركة للتأكد من حضورها، وإنشاء مجموعة واتس أب للمجموعة لإرسال وقت اللقاء الأول بين المرشدة والمجموعة. ويوضح الجدول (٥,٣) ملخصاً مختصراً لمحتويات الجلسات الإرشادية:

#### جدول (٥,٣)

#### محتويات البرنامج الإرشادي

تاريخ الجلسة	الأهداف	الموضوع	الجلسة
٢٠٢٥-٢-١٧	التعارف، بناء الثقة، الاحترام، الاتفاق على حدود وموعد الجلسات. توقيع اتفاقية المشاركة بالبرنامج	التعارف وبناء الثقة	الجلسة الأولى
٢٠٢٥-٢-٢٥	التعرف إلى مفهوم الذكاء العاطفي وعناصره التركيز على الوعي بالذات للمشاركات (بطاقات وصور للتعبير عنها)	الذكاء العاطفي أبعاده الوعي الذاتي	الجلسة الثانية
٢٠٢٥-٢-٢٧	التطرق لكيفية إدارة الذات والانفعالات من خلال أنشطة فنية	إدارة الانفعالات	الجلسة الثالثة
٢٠٢٥-٣-٣	دور الموسيقى والحركة في التعبير عن الذات (الكتابة وأدوات الموسيقى والحركة)	التعبير عن الذات بالكتابة والموسيقى والحركة	الجلسة الرابعة
٢٠٢٥-٣-٧	تدريب الأمهات على اكتشاف نقاط القوة لديهن وتعزيزها (رسم بالجواش)	التحفيز والدافعية	الجلسة الخامسة

٢٠٢٥-٣-١١	توظيف القصة للتعرف إلى بعد التعاطف مع الآخرين	التعاطف	الجلسة السادسة
٢٠٢٥-٣-١٧	التطرق لمهارات التواصل الفعال مع الذات والآخر (بالدراما)	المهارات الاجتماعية	الجلسة السابعة
٢٠٢٥-٤-١٠	التعرف على مفهوم الوالدية الإيجابية واستراتيجياتها (الدعم والتعزيز)	الوالدية الإيجابية	الجلسة الثامنة
٢٠٢٥-٤-١٥	تسليط الضوء على أهمية التقبل والحوار مع الأطفال (قصة وتشكيل)	الحوار والتقبل	الجلسة التاسعة
٢٠٢٥-٤-١٧	كيفية مواجهة التحديات والصعوبات مع الأطفال ومشاركتهم	حل المشكلات / المشاركة	الجلسة العاشرة
٢٠٢٥-٤-٢٢	التطرق لمفهوم الوقت النوعي للذات ومع المحيطين	الوقت النوعي	الجلسة الحادية عشرة
٢٠٢٥-٤-٢٨	تطبيق أنشطة متنوعة لقضاء وقت نوعي مع الأطفال التحقق من مدى تحقيق الأهداف الإرشادية.	الوقت النوعي الختامية	الجلسة الثانية عشر
٢٠٢٥-٥-٣	التحقق من مدى تحقيق الأهداف الإرشادية.	الختامية	الجلسة الثالثة عشر

### ٤,٣ تصميم الدراسة ومتغيراتها

استخدمت الدراسة المنهج التجريبي، من خلال تصميم شبه تجريبي الذي يعتمد على المجموعتين التجريبية والضابطة، قياس قبلي وبعدي ومتابعة، وأجريت القياسات الآتية لمجموعتي الدراسة:

المجموعة التجريبية: قياس قبلي - تطبيق البرنامج الإرشادي - قياس بعدي - قياس تتبعي  
بعد (٨) أسابيع.

المجموعة الضابطة: قياس قبلي - لا معالجة - قياس بعدي.  
ويمكن التعبير عن تصميم الدراسة بالجدول (٦,٣)

جدول (٦,٣)

تصميم الدراسة

المعالجة				المجموعة G
القياس القبلي	البرنامج الإرشادي	القياس البعدي	القياس التتبعي	
O	X	O	O	E
-	-	O	-	C

تعني (E) المجموعة التجريبية، (C) المجموعة الضابطة، (O) قياس (قبلي، بعدي، تتبعي)،  
(X) المعالجة، (-) عدم وجود معالجة.

١,٤,٣ متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

أولاً- المتغير المستقل (المعالجة): البرنامج الإرشادي.

ثانياً- المتغيران التابعان (النتائج):

(١) درجات أفراد الدراسة على مقياس الذكاء العاطفي.

(٢) درجات أفراد الدراسة على مقياس الوالدية الإيجابية.

## ٥,٣ إجراءات تنفيذ الدراسة

جرت خطوات تنفيذ الدراسة حسب الآتي:

١. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
٢. تحديد مجتمع الدراسة ومن ثم تحديد عينتها واختيارها.
٣. تطوير أدوات الدراسة بالاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة والمتعلقة بموضوع هذه الدراسة.
٤. تطبيق مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية على العينة الاستطلاعية للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس.
٥. تطبيق مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية على عينة ميدانية بهدف اختيار أفراد المجموعة التجريبية والضابطة من الذين حصلوا على أدنى الدرجات على مقياسي الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية.
٦. تقسيم عينة الدراسة بطريقة المكافئة (المزوجة) إلى مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة لتحقيق هدف الدراسة.
٧. تطبيق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية.
٨. تطبيق مقياسي الذكاء العاطفي، والوالدية الإيجابية على القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة.
٩. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب ومعالجتها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (SPSS, ٢٨).

## ٦,٣ المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, ٢٨)،

وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

١. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
٢. معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة أو الارتباط بين الفقرة والمجال الذي تنتمي إليه كذلك مع الدرجة الكلية للمقياس.
٣. معادلة "كرونباخ ألفا" (Cronbach's Alpha)، ومعادلة ماكدونالدز أوميغا (McDonald's Omega)، لفحص الثبات لمقياسي الدراسة.
٤. اختبار التوزيع الطبيعي شبيرو وليك (Shapiro-Wilk)، وكذلك اختبارا الالتواء والتقلطح، لمعرفة اتباع البيانات التوزيع المعتدل الطبيعي.
٥. اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) للمجموعات المستقلة.
٦. اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) واختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Samples t-test).

## الفصل الرابع

### عرض نتائج الدراسة

١,٤ النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

١,٤ نتائج الفرضية الأولى

٢,٤ نتائج الفرضية الثانية

٣,٤ نتائج الفرضية الثالثة

٤,٤ نتائج الفرضية الرابعة

٥,٤ نتائج الفرضية الخامسة

٦,٤ نتائج الفرضية السادسة

## الفصل الرابع

### عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء فرضيتها التي طُرحت وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض؛ وعرضت في ضوء فرضيتها، ويتمثل ذلك في عرض نص الفرضية، يلي ذلك مباشرة الإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثم جدولة البيانات، ووضعها بعناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكل فرضية على حدة.

#### اختبار التوزيع الطبيعي (Normal Distribution)

للتأكد من إتباع البيانات للتوزيع الطبيعي (Normal Distribution)، استخدم اختبار شبيرو وليك (Shapiro-Wilk)، للتوزيع الطبيعي، وهو اختبار ضروري بهدف تحديد الطرق الإحصائية التي ستستخدم لاختبار فرضيات الدراسة، هل اختبارات معلميه (Parametric Test)، أم اختبارات لا معلميه؟ (Non Parametric Test)؛ إذ إن معظم الاختبارات المعلمية تشترط أن يكون توزيع البيانات طبيعياً، فقد أكد ياب وسيم (Yap & Sim, ٢٠١١) أنه يفضل استخدام اختبار شبيرو وليك (Shapiro-Wilk)، في حال حجم عينات (أقل أو يساوي ٥٠). كما استخدم اختبائي الالتواء والتقلطح، والجدول (١،٤) يبين اختبار التوزيع الطبيعي للمتغيرات واختبائي الالتواء والتقلطح:

جدول (١,٤)

نتائج اختبار شبيرو وليك (Shapiro-Wilk) واختباري الالتواء والتفطح

المتغير	المجموعة	العدد	Shapiro-Wilk	قيمة الدلالة	الالتواء	التفطح
الوالدية الإيجابية بعدي	تجريبية	١٠	.٩٠٨	.٢٦٥	-١,٢٣٢	١,٤١٥
الوالدية الإيجابية بعدي	ضابطة	١٠	.٨٤١	.٠٤٦	٠,٥٢٥	-١,٧٢٠
الذكاء العاطفي بعدي	تجريبية	١٠	.٨٣٧	.٠٤١	-٠,٧٠٣	-١,٣٥٠
الذكاء العاطفي بعدي	ضابطة	١٠	.٧٥١	.٠٠٤	٠,٥٧٤	-١,٩١٦

يلاحظ من نتائج الجدول (١,٤) أن قيم اختبار شابيرو-ويلك (Shapiro-Wilk) كشفت أن توزيع البيانات لكل من الوالدية الإيجابية في القياس البعدي في المجموعتين: التجريبية بلغت ( $W = .٩٠٨, p = .٢٦٥$ )، والضابطة بلغت ( $W = .٨٤١, p = .٠٤٦$ )، أما متغير الذكاء العاطفي في القياس بعدي في المجموعتين: التجريبية فبلغت ( $W = .٨٣٧, p = .٠٤١$ )، والضابطة بلغت ( $W = .٧٥١, p = .٠٠٤$ )، وباستثناء المجموعة التجريبية لمتغير الوالدية الإيجابية فإن كل المستويات جاءت أقل من مستوى الدلالة ( $\alpha = .٠٥$ )، ما يشير إلى أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي. وعلى الرغم من أن قيمة ( $p$ ) لمتغير الوالدية الإيجابية في المجموعة التجريبية أعلى من حد ( $.٠٥$ )، إلا أن البيانات تشير إلى انتهاك لفرض التوزيع الطبيعي، بما يبرر قابلية البيانات للمعالجة بالإحصاءات غير المعلمية.

من جهة أخرى، وعلى الرغم من أن قيم الالتواء تراوحت بين (-١,٢٣٢ و ٠,٥٧٤)، والتفطح تراوحت بين (-١,٩١٦ و ١,٤١٥)، فقد ظلت جميعها ضمن المدى المقبول وفقاً لمعايير فيني وديستيفانو (Finney & DiStefano, ٢٠٠٦) ( $\pm ٢$  للالتواء،  $\pm ٧$  للتفطح). إلا أن تجاوز ثلاثة توزيعات حد الدلالة الإحصائية ( $\alpha = .٠٥$ ) يشير إلى انتهاك جوهرى لافتراض الطبيعية، ما يُبرر

اللجوء إلى الإحصاءات غير المعلمية (Non-parametric) في التحليل اللاحق، وبخاصة مع صغر حجم العينة ( $n = 10$  لكل مجموعة)، الذي يزيد حساسية الاختبارات اللامعلمية.

### تكافؤ المجموعات لمقياس الذكاء العاطفي:

للتحقق من تكافؤ المجموعات، أجريت مقارنة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة، لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس القبلي، تبعاً إلى متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدم اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) للكشف عن الفروق بين درجات مجموعتين مستقلتين، والجدول (٢،٤) يوضح ذلك:

#### جدول (٢،٤)

نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس القبلي

المتغير	المجموعة	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
المعرفة الانفعالية	تجريبية	١٠	٩,٨٥	٩٨,٥٠	٤٣,٥٠٠	-٠,٥٠٠	.٦٣١	.١١٢
	ضابطة	١٠	١١,١٥	١١١,٥٠				
تنظيم الانفعالات	تجريبية	١٠	١١,٤٠	١١٤,٠٠	٤١,٠٠٠	-٠,٦٨٥	.٥٢٩	.١٥٣
	ضابطة	١٠	٩,٦٠	٩٦,٠٠				
إدارة الانفعالات	تجريبية	١٠	١١,٣٥	١١٣,٥٠	٤١,٥٠٠	-٠,٦٥١	.٥٢٩	.١٤٦
	ضابطة	١٠	٩,٦٥	٩٦,٥٠				
التعاطف	تجريبية	١٠	١١,٨٠	١١٨,٠٠	٣٧,٠٠٠	-٠,٩٩١	.٣٥٣	.٢٢٢
	ضابطة	١٠	٩,٢٠	٩٢,٠٠				
التواصل الاجتماعي	تجريبية	١٠	١١,٥٠	١١٥,٠٠	٤٠,٠٠٠	-٠,٧٦٦	.٤٨١	.١٧١
	ضابطة	١٠	٩,٥٠	٩٥,٠٠				
الذكاء العاطفي ككل	تجريبية	١٠	١١,٩٥	١١٩,٥٠	٣٥,٥٠٠	-	.٢٨٠	.٢٤٥
	ضابطة	١٠	٩,٠٥	٩٠,٥٠				

ملاحظة قيم الدلالة المستخدمة في الجدول [Exact Sig. (1-tailed Sig.)] نظراً لصغر حجم العينة ووجود حالات تعادل (ties) ١٠ حالات في كل مجموعة. القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .05$  هي  $\pm 1.96$ .

يتبين من الجدول (٢,٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ )، بين متوسطات رتب المجموعتين في القياس القبلي لمقياس الذكاء العاطفي وأبعاده تبعاً إلى متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)؛ وبلغت قيم (U) و (Z) والدلالة الإحصائية للدرجة الكلية على التوالي: ( $U = 35,50$ ;  $Z = -1,10$ ,  $p = .280$ )، وجاءت متوسطات الرتب للمجموعة التجريبية ( $M_{rank} = 11,95$ )، بينما جاءت متوسطات الرتب للمجموعة الضابطة ( $M_{rank} = 9,05$ )، وهذه النتيجة تشير إلى تكافؤ المجموعات.

#### ١,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية الأولى، أجريت مقارنة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة، لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس البعدي، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدم اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) للكشف عن الفروق بين درجات مجموعتين مستقلتين، والجدول (٣,٤) يوضح ذلك:

جدول (٣,٤)

نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الذكاء العاطفي في القياس البعدي

المتغير	المجموعة	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
المعرفة الانفعالية	تجريبية	١٠	١٤,٨٥	١٤٨,٥٠	٦,٥٠٠	٣,٣١٨	.٠٠٠*	.٧٤٢
	ضابطة	١٠	٦,١٥	٦١,٥٠				
تنظيم الانفعالات	تجريبية	١٠	١٤,٨٠	١٤٨,٠٠	٧,٠٠٠	٣,٢٦٥	.٠٠٠*	.٧٣٠
	ضابطة	١٠	٦,٢٠	٦٢,٠٠				
إدارة الانفعالات	تجريبية	١٠	١٤,٨٥	١٤٨,٥٠	٦,٥٠٠	٣,٣١٨	.٠٠٠*	.٧٤٢
	ضابطة	١٠	٦,١٥	٦١,٥٠				
التعاطف	تجريبية	١٠	١٤,٣٥	١٤٣,٥٠	١١,٥٠٠	٢,٩٢٦	.٠٠٢*	.٦٥٤
	ضابطة	١٠	٦,٦٥	٦٦,٥٠				
التواصل الاجتماعي	تجريبية	١٠	١٤,٦٥	١٤٦,٥٠	٨,٥٠٠	٣,١٥٣	.٠٠١*	.٧٠٥
	ضابطة	١٠	٦,٣٥	٦٣,٥٠				
الذكاء العاطفي ككل	تجريبية	١٠	١٤,٩٠	١٤٩,٠٠	٦,٠٠٠	٣,٣٢٧	.٠٠٠*	.٧٤٤
	ضابطة	١٠	٦,١٠	٦١,٠٠				

ملاحظة قيم الدلالة المستخدمة في الجدول [Exact Sig. (1-tailed Sig.) \*] نظراً لصغر حجم العينة ووجود حالات تعادل (ties) ١٠ حالات في كل مجموعة. القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $\pm ١.٩٦$

تُحسب  $Z = U - \mu_U / \sigma_U$  للمجموعة ١ التجريبية (مرجع) "مجموعة مرجعية"، وعندما ترتفع رتبها يقل  $U$  تحت  $\mu_U$  فيصبح  $Z < 0$ ، مما يدل على تفوق المجموعة التجريبية دالاً إحصائياً على الضابطة.

يتبين من الجدول (٣,٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، بين

متوسطات رتب المجموعتين (تجريبية، ضابطة)، في القياس البعدي لمقياس الذكاء العاطفي

وأبعاده تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)؛ وبلغت قيم (U) و (Z) والدلالة الإحصائية

لدرجة الكلية على التوالي: ( $U = ٦,٠٠٠$ ;  $Z = -٣,٣٢٧$ ,  $p = .٠٠٠$ )، كما جاءت متوسطات الرتب

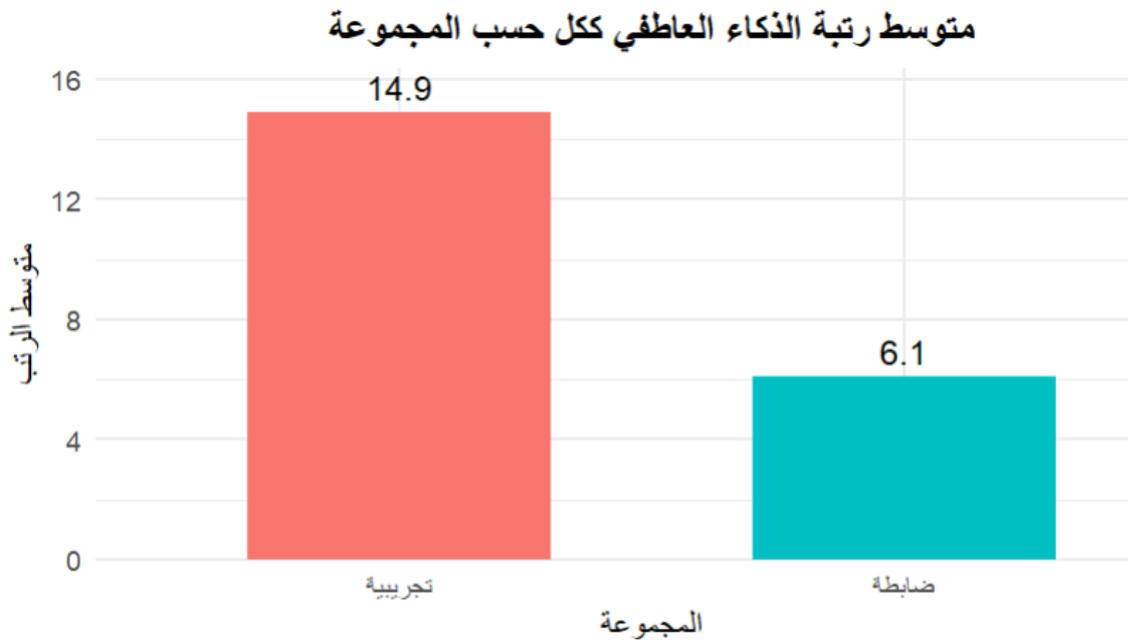
للمجموعة التجريبية ( $M_{rank} = ١٤,٩٠$ ) أعلى بدلالة إحصائية من متوسطات الرتب للمجموعة

الضابطة ( $M_{rank} = 6,10$ ). وهذه النتيجة تشير إلى أن الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية؛ بمعنى أن البرنامج الإرشادي المطبق كان له فاعلية في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة. وقد حُسبت قيمة حجم الأثر كما في المعادلة الآتية:

$$r = \frac{Z}{\sqrt{N}}$$

وجاءت قيمة حجم الأثر ( $r = .744$ )، ما يعكس أثر مرتفع حسب معيار كوهين (Cohen, 1988) لتصنيف حجم الأثر هو ( $r = .10$ ) (تأثير منخفض)، و ( $r = .30$ ) (تأثير متوسط)، و ( $r = .50$ ) وما فوق (تأثير مرتفع).

أ يوضح شكل (1) الرسم البياني للفرق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي:



شكل (1)

الرسم البياني للفرق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمقياس الذكاء العاطفي

يلاحظ من الشكل (١) أنّ متوسط رتب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي المطبق في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة كان الأكبر؛ إذ بلغ ( $M_{rank}=14,90$ )، في حين بلغ لدى المجموعة الضابطة ( $M_{rank}=6,10$ )، وهذا يشير وفقاً لأهداف الدراسة إلى أنّ الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية؛ بمعنى أنّ البرنامج الإرشادي المطبق كان له فاعلية في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

#### ٢,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية الثانية، حُسبت متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي والبعدي، واستخدم اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للمجموعات المترابطة وهو اختبار لا معلمي مقابل لاختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Sample t-test)، وذلك للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء العاطفي تعزى إلى البرنامج المطبق لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، والجدول (٤,٤) يبين ذلك:

جدول (٤,٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين

القبلي والبعدى على مقياس الذكاء العاطفي

المتغير	فئة الرتب	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
المعرفة الانفعالية (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	١	٧,٠٠	٧,٠٠	-٢,٠٩٨	.٠٣٦*	.٦٦٣
	رتبة موجبة	٩	٥,٣٣	٤٨,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					
تنظيم الانفعالات (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	٣	٣,٦٧	١١,٠٠	-١,٦٨٥	.٠٩٢	.٥٣٣
	رتبة موجبة	٧	٦,٢٩	٤٤,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					
إدارة الانفعالات (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	٣	٣,٥٠	١٠,٥٠	-١,٧٣٦	.٠٨٣	.٥٤٩
	رتبة موجبة	٧	٦,٣٦	٤٤,٥٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					
التعاطف (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	٢	٥,٧٥	١١,٥٠	-١,٦٣٦	.١٠٢	.٥١٧
	رتبة موجبة	٨	٥,٤٤	٤٣,٥٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					
التواصل الاجتماعي (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	٢	١,٧٥	٣,٥٠	-٢,٢٥٧	.٠٢٤*	.٧٥٢
	رتبة موجبة	٧	٥,٩٣	٤١,٥٠			
	رتب متساوية	١					
	المجموع	١٠					
الذكاء العاطفي ككل (قبلي، بعدى)	رتب سالبة	٢	٤,٠٠	٨,٠٠	-١,٩٨٩	.٠٤٧*	.٦٢٩
	رتبة موجبة	٨	٥,٨٨	٤٧,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ ) القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $\pm ١,٩٦$

يتضح من الجدول (٤,٤) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الذكاء العاطفي وبُعدي: (المعرفة الانفعالية، التواصل الاجتماعي) كانت أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، ويلاحظ أن قيمة (Z) المسحوبة جاءت دالة إحصائياً على الدرجة الكلية؛ إذ بلغت ( $Z = -١,٩٨٩$ ,  $p = .٠٤٧$ )، كما يظهر أن حالتين سجلت رتبا سالبة مقابل ثمان حالات

سجلت رتبا موجبة، ما يعني أن متوسط الرتب الموجبة أكبر من متوسط الرتب السالبة، مما يعكس تحسناً واضحاً في درجات الذكاء العاطفي لصالح القياس البعدي، وبالتالي وجود فاعلية للبرنامج المطبق في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

#### ٣,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية الثالثة، حُسبت متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي والمتابعة، واستخدم اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للمجموعات المترابطة وهو اختبار لا معلمي مقابل لاختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Sample t-test)، وذلك للكشف عن استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، والجدول (٥,٤) يبين ذلك:

#### جدول (٥,٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين

البعدي والمتابعة على مقياس الذكاء العاطفي

المتغير	فئة الرتب	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
المعرفة الانفعالية (بعدي، متابعة)	رتب سالبة	٧	٥,٦٤	٣٩,٥٠	-٢,٠٢٦	.٠٤٣*	.٦٧٥
	رتبة موجبة	٢	٢,٧٥	٥,٥٠			
	رتب متساوية	١					
	المجموع	١٠					
تنظيم الانفعالات (بعدي، متابعة)	رتب سالبة	٧	٥,٢٩	٣٧,٠٠	-٠,٩٧٢	.٣٣١	.٣٠٧
	رتبة موجبة	٣	٦,٠٠	١٨,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
	المجموع	١٠					
إدارة الانفعالات	رتب سالبة	٧	٥,٣٦	٣٧,٥٠	-١,٠٢٥	.٣٠٥	.٣٢٤

			١٧,٥٠	٥,٨٣	٣	رتبة موجبة	(بعدي، متابعة)
					٠	رتب متساوية	
					١٠	المجموع	
			١٦,٥٠	٣,٣٠	٥	رتب سالبة	
			٤,٥٠	٤,٥٠	١	رتبة موجبة	التعاطف (بعدي،
					٤	رتب متساوية	متابعة)
					١٠	المجموع	
			٢٩,٠٠	٤,٨٣	٦	رتب سالبة	
			١٦,٠٠	٥,٣٣	٣	رتبة موجبة	التواصل الاجتماعي
					١	رتب متساوية	(بعدي، متابعة)
					١٠	المجموع	
			٣٣,٠٠	٤,٧١	٧	رتب سالبة	
			١٢,٠٠	٦,٠٠	٢	رتبة موجبة	الذكاء العاطفي ككل
					١	رتب متساوية	(بعدي، متابعة)
					١٠	المجموع	

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ ) القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $1,96 \pm$

يتضح من الجدول (٥,٤) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الذكاء العاطفي وأبعاده باستثناء بُعد: (المعرفة الانفعالية) كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ( $\alpha = .٠٥$ ). ويلاحظ أن قيمة (Z) المحسوبة جاءت غير دالة إحصائياً على الدرجة الكلية؛ إذ بلغت (Z)  $(p = .٢١٤, = -١,٢٤٤)$ ، كما يظهر أن سبع حالات سجلت رتبا سالبة مقابل حالتين سجلت رتبا موجبة، فيما سجلت حالة رتبة متساوية، ما يعكس استقراراً واضحاً في درجات الذكاء العاطفي بين القياسين البعدي والمتابعة، وهذه النتيجة تُشير إلى استمرارية أثر البرنامج الإرشادي في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة؛ أي أن التحسن الذي تلقاه أفراد المجموعة التجريبية استمر بعد المتابعة البالغة ثمانية أسابيع.

## تكافؤ المجموعات لمقياس الوالدية الإيجابية:

للتحقق من تكافؤ المجموعات، أجريت مقارنة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة، لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس القبلي، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدم اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) للكشف عن الفروق بين درجات مجموعتين مستقلتين، والجدول (٦،٤) يوضح ذلك:

جدول (٦،٤)

نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس القبلي

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
رعاية القيم	تجريبية	١٠	٨,٨٥	٨٨,٥٠	٣٣,٥٠٠	-١,٢٥٧	.٢١٨	.٢٨١
	ضابطة	١٠	١٢,١٥	١٢١,٥٠				
تحديد القوة وتعزيزها	تجريبية	١٠	٩,٩٥	٩٩,٥٠	٤٤,٥٠٠	-٠,٤٢٢	.٦٨٤	.٠٩٤
	ضابطة	١٠	١١,٠٥	١١٠,٥٠				
سياق الأبوة والأمومة	تجريبية	١٠	١٠,٦٥	١٠٦,٥٠	٤٨,٥٠٠	-٠,١١٥	.٩١٢	.٠٢٦
	ضابطة	١٠	١٠,٣٥	١٠٣,٥٠				
المشاركة	تجريبية	١٠	٩,٦٥	٩٦,٥٠	٤١,٥٠٠	-٠,٦٥٠	.٥٢٩	.١٤٥
	ضابطة	١٠	١١,٣٥	١١٣,٥٠				
الوالدية الإيجابية ككل	تجريبية	١٠	٩,٢٠	٩٢,٠٠	٣٧,٠٠٠	-٠,٩٨٥	.٣٥٣	.٢٢٠
	ضابطة	١٠	١١,٨٠	١١٨,٠٠				

ملاحظة قيم الدلالة المستخدمة في الجدول [٢\*(1-tailed Sig.) Exact Sig.] نظراً لصغر حجم العينة ووجود حالات تعادل (ties) ١٠ حالات في كل مجموعة. القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $\pm ١,٩٦$ .

يتبين من الجدول (٦،٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، بين متوسطات رتب المجموعتين في القياس القبلي لمقياس الوالدية الإيجابية وأبعاده تبعاً إلى

متغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)؛ و بلغت قيم (U) و (Z) والدلالة الإحصائية للدرجة الكلية على التوالي: ( $U = 37,000; Z = -0,985, p = .353$ )، وجاءت متوسطات الرتب للمجموعة التجريبية ( $M_{rank} = 9,20$ ) ، في المقابل جاءت متوسطات الرتب للمجموعة الضابطة ( $11,80 = M_{rank}$ )، وهذه النتيجة تشير إلى تكافؤ المجموعات.

#### ٤,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية الرابعة، أجريت مقارنة بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة، لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس البعدي، تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية استخدم اختبار مان وتني (Mann-Whitney Test) للكشف عن الفروق بين درجات مجموعتين مستقلتين، والجدول (٧,٤) يوضح ذلك:

#### جدول (٧,٤)

نتائج اختبار مان وتني لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب

درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس البعدي

المتغير	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
رعاية القيم	تجريبية	١٠	١٤,٥٥	١٤٥,٥٠	٩,٥٠٠	-	.٠٠١*	.٦٨٨
						٣,٠٧٨		

				٦٤,٥٠	٦,٤٥	١٠	ضابطة	
.٤٧٤	.٠٣٥*	-	٢٢,٥٠٠	١٣٢,٥٠	١٣,٢٥	١٠	تجريبية	تحديد القوة
		٢,١١٩		٧٧,٥٠	٧,٧٥	١٠	ضابطة	وتعزيزها
.٥٨٤	.٠٠٩*	-	١٦,٠٠٠	١٣٩,٠٠	١٣,٩٠	١٠	تجريبية	سياق الأبوة
		٢,٦١٠		٧١,٠٠	٧,١٠	١٠	ضابطة	والأمومة
.٧٠٣	.٠٠١*	-	٩,٥٠٠	١٤٥,٥٠	١٤,٥٥	١٠	تجريبية	المشاركة
		٣,١٤٢		٦٤,٥٠	٦,٤٥	١٠	ضابطة	
.٦٢٣	.٠٠٤*	-	١٣,٥٠٠	١٤١,٥٠	١٤,١٥	١٠	تجريبية	الوالدية
		٢,٧٨٧		٦٨,٥٠	٦,٨٥	١٠	ضابطة	الإيجابية ككل

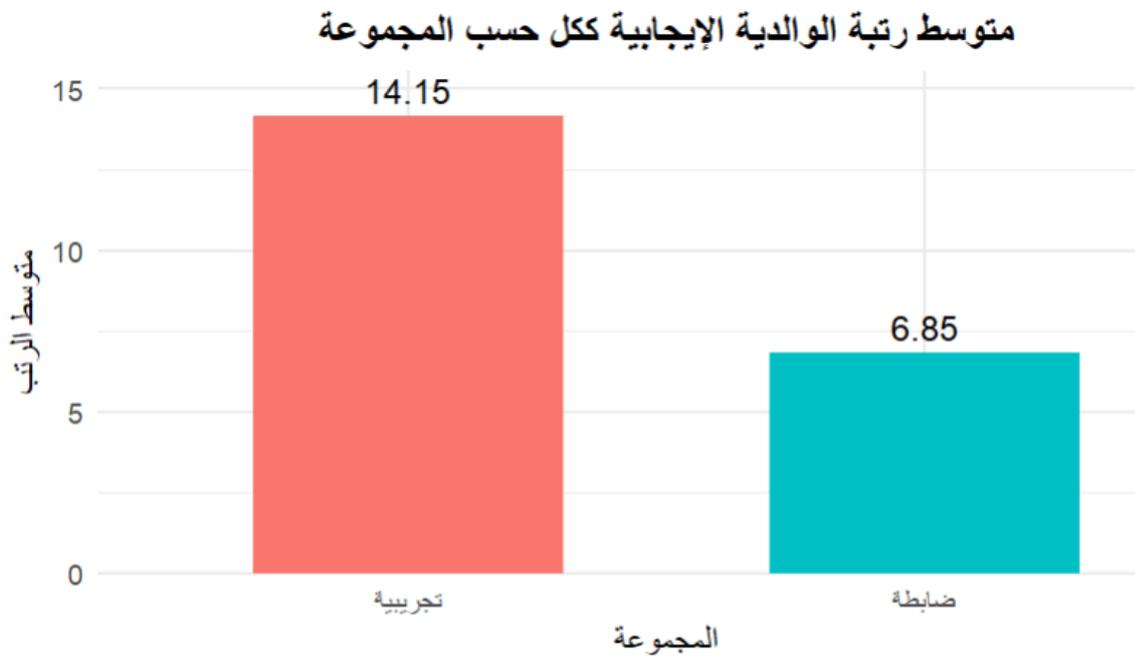
ملاحظة قيم الدلالة المستخدمة في الجدول [٢\*(1-tailed Sig.) Exact Sig. نظراً لصغر حجم العينة ووجود حالات تعادل (ties) ١٠ حالات في كل مجموعة. القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $\pm ١.٩٦$ .

يتبين من الجدول (٧,٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، بين متوسطات رتب المجموعتين في القياس البعدي لمقياس الوالدية الإيجابية وأبعاده تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)؛ وبلغت قيم (U) و (Z) والدلالة الإحصائية للدرجة الكلية على التوالي: ( $U = ١٣,٥٠٠$ ;  $Z = -٢,٧٨٧$ ,  $p = .٠٠٤$ )، كما جاءت متوسطات الرتب للمجموعة التجريبية ( $M_{rank} = ١٤,١٥$ ) أعلى بدلالة إحصائية من متوسطات الرتب للمجموعة الضابطة ( $M_{rank} = ٦,٨٥$ ). وهذه النتيجة تشير إلى أنّ الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية؛ بمعنى أنّ البرنامج الإرشادي المطبق كان له فاعلية في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة. وقد حسبت قيمة حجم الأثر كما في المعادلة الآتية:

$$r = \frac{Z}{\sqrt{N}}$$

وجاءت قيمة حجم الأثر ( $r = .623$ )، ما يعكس أثراً مرتفعاً حسب معيار كوهين (Cohen, 1988) لتصنيف حجم الأثر هو: ( $r = .10$ ) (تأثير منخفض)، و ( $r = .30$ ) (تأثير متوسط)، و ( $r = .50$ ) وما فوق (تأثير مرتفع).

كما يوضح شكل (٢) الرسم البياني للفروق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي:



شكل (٢)

الرسم البياني للفروق بين متوسطات رتب المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمقياس الوالدية الإيجابية

يلاحظ من الشكل (٢) أنّ متوسط رتب المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي المطبق في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة كان الأكبر؛ إذ بلغ ( $M_{rank} = 14.15$ )، في حين بلغ لدى المجموعة الضابطة ( $M_{rank} = 6.85$ )، وهذا يشير وفقاً لأهداف الدراسة إلى أنّ الفرق كان لصالح المجموعة التجريبية؛ بمعنى أنّ البرنامج الإرشادي المطبق كان له فاعلية في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

#### ٥,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى للبرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية الخامسة، حُسبت متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على القياس القبلي والبعدي، واستخدم اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للمجموعات المترابطة وهو اختبار لا معلمي مقابل لاختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Sample t-test)، وذلك للكشف عن الفروق بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى إلى البرنامج المطبق لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، والجدول (٨,٤) يبين ذلك:

جدول (٨,٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية

المتغير	فئة الرتب	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
رعاية القيم (قبلي، بعدي)	رتب سالبة	١	٨,٠٠	٨,٠٠	- ١,٩٨٩	*٠٠٤٧	٠٠٦٢٩
	رتبة موجبة	٩	٥,٢٢	٤٧,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
المجموع		١٠					
تحديد القوة وتعزيزها (قبلي، بعدي)	رتب سالبة	١	٩,٠٠	٩,٠٠	- ١,٨٨٨	٠٠٥٩	٠٠٥٩٧
	رتبة موجبة	٩	٥,١١	٤٦,٠٠			
	رتب متساوية	٠					
المجموع		١٠					
سياق الأبوة والأمومة (قبلي، بعدي)	رتب سالبة	٢	٢,٥٠	٥,٠٠	- ١,٥٢٩	٠٠١٢٦	٠٠٥٧٨
	رتبة موجبة	٥	٤,٦٠	٢٣,٠٠			
	رتب متساوية	٣					

المجموع	١٠					
رتب سالبة	٢	٢,٥٠	٥,٠٠	-	٠,٦٧	٠,٦٤٨
رتبة موجبة	٦	٥,١٧	٣١,٠٠	١,٨٣٤		
رتب متساوية	٢					
المجموع	١٠					
رتب سالبة	٢	٤,٥٠	٩,٠٠	-	٠,٥٩	٠,٥٩٧
رتبة موجبة	٨	٥,٧٥	٤٦,٠٠	١,٨٨٧		
رتب متساوية	٠					
المجموع	١٠					

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ ) القيمة الحرجة للاختبار Z عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي  $1,96 \pm$

يتضح من الجدول (٨,٤) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الوالدية الإيجابية وأبعاده باستثناء بُعد: (رعاية القيم) كانت؛ أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، ويلاحظ أن قيمة (Z) المسحوبة جاءت غير دالة إحصائياً على الدرجة الكلية؛ إذ بلغت ( $Z = -1,887, p = .٠٥٩$ )، كما يظهر أن حالتين سجلت رتبا سالبة مقابل ثمان حالات سجلت رتبا موجبة، ما يعني أن متوسط الرتب الموجبة أكبر من متوسط الرتب السالبة، ويعكس تحسناً واضحاً في درجات الوالدية الإيجابية لصالح القياس البعدي، غير أن هذا التحسن لم يكن دالاً إحصائياً؛ إذ إن قيمة ( $Z = -1,887$ ) المسحوبة جاءت أقل من القيمة المحكية الجدولية ( $Z_{crit} = 1,96$ )، وبالتالي عدم وجود فروق بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

على الرغم من أن نتائج اختبار ويلكوكسون بين القياس القبلي والبعدي أظهرت قيم  $p$  أكبر من مستوى الدلالة ( $\alpha = .٠٥$ )، فإن هذا لا يعني بالضرورة عدم فاعلية البرنامج تطبيقياً؛ إذ إن حجم العينة الصغير ( $N=10$ ) يحد كثيراً من القدرة الإحصائية (Statistical Power) لاكتشاف الفروق الحقيقية، ما يزيد احتمال وقوع الخطأ من النوع الثاني (Type II error)، فبحسب (Faul et

al., ٢٠٠٧) تتطلب القدرة الإحصائية (G\Power) المقبولة عادةً أعدادًا أكثر من المشاركين عند البحث عن أثر متوسط. كما يمكن أن يكون حجم الأثر (Effect Size) متوسطًا أو كبيرًا رغم عدم بلوغه الدلالة كما في الحالة الحالية ( $r = .٥٩٧$ ) أثر مرتفع؛ ويُعد مؤشر معامل الارتباط ( $r$ ) طريقةً أفضل لتحديد الأهمية العملية للنتائج؛ إذ يمكن للقيم ( $r = .٣٠ - .٥٠$ ) أن تشير إلى أثر ملموس أو فاعلية للتطبيق بالرغم من عدم دلالتها إحصائيًا (Field, ٢٠١٣). إضافة إلى ذلك، فإن الانحرافات الطفيفة عن التوزيع الطبيعي أو تباين القياسات (Heteroscedasticity) تؤثر أيضًا على حساسية الاختبارات اللامعلمية (Tabachnick & Fidell, ٢٠١٩).

لمعالجة عدم التوزيع الطبيعي للقيم، يمكن تطبيق تحويل (Box-Cox) أو التحويل اللوغاريتمي (logarithmic transformation) على كل بيانات القياسي (القبلي - والبعدى) بهدف تقريبها للتوزيع الطبيعي، يُمكن تقدير معامل ( $\lambda$ ) الأمثل لإجراء تحويل (Box-Cox) عبر أسلوب الاحتمالية القصوى (Osborne, ٢٠١٠)، ثم إعادة اختبار البيانات المحوَّلة باستخدام (Shapiro-Wilk) للتأكد من تحقيق طبيعِيَّة الفروق ( $p > .٠٥$ ). وقد جرى ذلك، فبلغت القيم للقياس القبلي ( $W = .٩٢٠, p = .٣٥٦$ )، بينما بلغت للقياس البعدى ( $W = .٨٦٣, p = .٠٨٢$ )، ما يبرر استخدام اختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Sample t-test)؛ إذ إنه يتمتع بقوة أكبر من الاختبارات اللامعلمية بعد استيفاء شروطه (Tabachnick & Fidell, ٢٠١٩)، والجدول (٩،٤) يبين ذلك:

جدول (٩،٤)

نتائج اختبار (ت) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس الوالدية الإيجابية

لدى أفراد المجموعة التجريبية

المتغيرات	المقياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	قيمة الدلالة
رعاية القيم	قبلي	١٠	١,٣٢	.١٥٣	٩	-٢,٥٠٣	.٠٣٤*
	بعدي	١٠	١,٥١	.١٤٨			
تحديد القوة وتعزيزها	قبلي	١٠	١,٢٩	.٢٠٥	٩	-١,٨٦١	.٠٩٦
	بعدي	١٠	١,٤٧	.١٧٨			
سياق الأبوة والأمومة	قبلي	١٠	١,٤١	.١٦٩	٩	-١,٥١٧	.١٦٤
	بعدي	١٠	١,٥١	.١٠٨			
المشاركة	قبلي	١٠	١,٣٧	.١٨٦	٩	-٢,٠٤٧	.٠٧١
	بعدي	١٠	١,٥١	.١٧٨			
الوالدية الإيجابية ككل	قبلي	١٠	١,٣٤	.١٥٣	٩	-٢,٥٨٧	.٠٢٩*
	بعدي	١٠	١,٥٠	.١١١			

ملاحظة: تم تطبيق التحويل اللوغاريتمي (logarithmic transformation) على البيانات؛ المتوسطات والانحرافات المعيارية المعروضة للقيم المحولة قد اختلفت عن تلك المحسوبة على القيم الأصلية بسبب عملية تحويل البيانات. \*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ )

يتضح من الجدول (٩،٤) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الوالدية الإيجابية ومجال: (رعاية القيم) كانت؛ أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، وبالتالي وجود فروق في الوالدية الإيجابية لدى أفراد الدراسة بين القياسين القبلي والبعدي؛ إذ يلاحظ أن متوسط أداء أفراد المجموعة التجريبية على الدرجة الكلية في القياس القبلي (١,٣٤)، وعلى القياس البعدي (١,٥٠)، وقد اختلفت المتوسطات والمدى بين البيانات الأصلية، وعليه توجد فاعلية للبرنامج المطبق في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة.

#### ٦,٤ النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى للبرنامج الإرشادي.

لاختبار الفرضية السادسة، حُسبت متوسطات رتب أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي والمتابعة، واستخدم اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للمجموعات المترابطة وهو اختبار لا معلمي مقابل لاختبار (ت) للمجموعات المترابطة (Paired Sample t-test)، للكشف عن استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، والجدول (١٠,٤) يبين ذلك:

#### جدول (١٠,٤)

نتائج اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Rank) للعينات المترابطة لفحص الفروق بين التطبيقين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية

المتغير	فئة الرتب	عدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم الأثر r
رعاية القيم (بعدي، متابعة)	رتب سالبة	٧	٤,٠٠	٢٨,٠٠	-٠,٦٥٣	٠,٥١٤	٠,٢١٨
	رتبة موجبة	٢	٨,٥٠	١٧,٠٠			
	رتب متساوية	١					
المجموع		١٠					
تحديد القوة وتعزيزها (بعدي، متابعة)	رتب سالبة	٦	٣,٧٥	٢٢,٥٠	٠,٠٠٠	١,٠٠٠	٠,٠٠٠
	رتبة موجبة	٣	٧,٥٠	٢٢,٥٠			
	رتب متساوية	١					
المجموع		١٠					
سياق الأبوة والأمومة (بعدي، متابعة)	رتب سالبة	٤	٦,٥٠	٢٦,٠٠	-٠,٤٢٢	٠,٦٧٣	٠,١٤١
	رتبة موجبة	٥	٣,٨٠	١٩,٠٠			
	رتب متساوية	١					
المجموع		١٠					
المشاركة (بعدي)	رتب سالبة	٥	٤,٣٠	٢١,٥٠	-٠,٤٩٩	٠,٦١٨	٠,١٧٧
	رتبة موجبة	٣	٤,٨٣	١٤,٥٠			

					٢	رتب متساوية	(متابعة)
					١٠	المجموع	
.١١٣	.٧٢١	-.٣٥٧	٣١,٠٠	٥,١٧	٦	رتب سالبة	
			٢٤,٠٠	٦,٠٠	٤	رتبة موجبة	الوالدية الإيجابية
					٠	رتب متساوية	ككل (بعدي، متابعة)
					١٠	المجموع	

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .٠٥$ ) القيمة الحرجة للاختبار  $Z$  عند مستوى الدلالة ثنائي الاتجاه  $\alpha = .٠٥$  هي

$\pm ١,٩٦$

يتضح من الجدول (١٠,٤) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الوالدية الإيجابية وأبعاده كانت؛ أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ( $\alpha \leq .٠٥$ )، ويلاحظ أن قيمة ( $Z$ ) المسحوبة جاءت غير دالة إحصائياً على الدرجة الكلية؛ إذ بلغت ( $Z = -.٣٥٧, p = .٧٢١$ )، كما يظهر أن ست حالات سجلت رتبا سالبة مقابل أربع حالات سجلت رتبا موجبة، ما يعكس استقراراً واضحاً في درجات الوالدية الإيجابية بين القياسين البعدي والمتابعة، وهذه النتيجة تُشير إلى استمرارية أثر البرنامج الإرشادي في تنمية الوالدية الإيجابية لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة؛ أي أن التحسن الذي تلقاه أفراد المجموعة التجريبية استمر بعد المتابعة البالغة ثماني أسابيع.

## النتائج المتعلقة بالمجموعة البؤرية

طرحت الأسئلة الخاصة بالجانب الكيفي من تقييم فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأطفال مرحلة ما قبل المدرسة للوقوف على ردود أفعالهم، واستجاباتهم حول فاعلية البرنامج، وكانت الاستجابات كالآتي:

السؤال	التقرير السردي
كيف ساعدك البرنامج المستند للتعبيرية لتنمية الوعي الذاتي لديك؟	<p>أشارت المشاركات إلى مدى الإفادة من البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية بعد الوعي الذاتي لديهن كأحد أبعاد الذكاء العاطفي؛ و أشارت (أ - ق): "أنا أول مرة بطلعلي احكي عن شو انا بدي واعبر بالطريقة اللي بتريحني، ولما كتبت عن مشاعري واحاسيسي في القصيدة على الورق، كان كتير شعور حلو، لأنني ما بحكي كتير".</p> <p>وأضافت (م ، ج): "صرت بعد كل لقاء أقعد مع حالي وأشوف وين أنا صح وين أنا غلط، وشو في عندي أشياء بتقويني وشو اللي بخليني ما استخدمها، ومين اللي بدعمني ومين اللي بحبطني وبرجعني، واستمد القوة من شو الأشياء اللي حكيتها بالجلسات عن حالي وشو حكلي المجموعة".</p> <p>وذكرت المشاركة (ر، ي): "من ناحيتي أنا كمان كان نشاط البوكس اللي عملناه لكل وحدة بمواد فنية بسيطة فكرة رائعة تعلمت فيها كيف أتعرف على مشاعري وأحاسيسي، وكيف أتحكم فيها، وكيف إنوا لازم اهتم بذاتي".</p>

<p>بالنسبة للبعد الثاني من أبعاد الذكاء العاطفي المتمثل في إدارة الذات والانفعالات فقد عبرت عنه المشاركات بما يلي في المجموعة البؤرية: المشاركة (م ، ج) قالت: "بحس إنني مرتاحه باللقاءات وما بشعر بالوقت وبحكي براحة وبستنى موعد اللقاءات، وصرت أفهم شو سبب توتري وانفعالاتي وشو البديل وانو اهم شي أعرف حالي، والرسم كتيير ساعدني أعرف عن حالي وكمان الصور لما حكيت شو بتعني لي وليفش، وكمان لانو الكل بسمعي من غير انتقادات، وبدعمني فأعطني القوة، لأنني أول اللقاءات كنت متوترة ببعدين صرت أحس أنوا كل وحدة بالمجموعة فادتني بإشي، وصرت مرتاحة أكثر عشان هيك كملت".</p> <p>ونوهت (ب، ج): "كتيير مرات كنت أكون متوتره ولما أجي عاللقاءات أرجع مبسوطه عكس كيف جيت، لاني بقدر احكي شو بدني، وكيف كنا نتفاعل ونشكل ونلصق كان مريح ومش ضاغط، فكنت أفرغ غضبي وتوتري بشو كنا نعمل" وأرجع أكثر رواق عالبيت حتى ولادي يحسوا غني مبسوطه، ويحكولي ماما إنت صرتي منيحة وحلوة".</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية لتنمية إدارة الذات والانفعالات لديك؟</p>
<p>وقد ساعدت اللقاءات الأولية في تعريف المشاركات على البعد الثالث من أبعاد الذكاء العاطفي المتمثلة في التحفيز والدافعية، وكيفية تنميته لديهن من خلال ما عبرت (ب، ر): "كان من احلى اللقاءات لما كل المشاركات كتبولي صفاتي الإيجابية على البالون لما وصلني كان شعور حلو كتيير عزز الأشياء اللي بعرفها عن حالي وضافلي شغلات ما كنت شايفتها بحالي وخالني أطلع</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية التحفيز والدافعية</p>

لديك؟

على الإشي الحلو اللي في مش بس السلبي". وهو ما عزز وحفز الأمهات بشكل عام معرفة نقاط قوتهم أو الإيجابيات الموجودة لديهم، وهي تصب في معرفة الذات والقدرات أيضاً.

فيما أضافت المشاركة (م ، ج): "صرت بعد كل لقاء أقعد مع حالي وأشوف وين أنا صح وين أنا غلط، وشو في عندي أشياء بتقويني وشو اللي بخليني ما استخدمها، ومين اللي بدعمني ومين اللي بحبطني وبرجعني، واستمد القوة من شو الأشياء اللي حكيتها بالجلسات عن حالي وشو حكلي المجموعة".

وأكدت المشاركة (أ، ق): "كمان بدي أضيف قديش سمعنا بعض وشعرنا ببعض ودعنا بعض وتعلمنا من بعض كيف نواجه مواقف كتيرة بحياتنا. وساعدتني اللقاءات في أننا أحس بذاتي وقوتي وإني بقدر أقدمها أكثر، وأخلي لنفسي أهداف، لاني بحس انوا حياتي عشوائية مع ذاتي، واني مزاجية، بدي أحاول أضبط نفسي وألتزم لذاتي. لأنني بعطي للحولي كل شي. وباجي عند حالي ويكون مشوشة، وأنا قليل ما ألتزم بالأشياء الخاصة في بس صرت أحس إنوا لازم آجي ويكون مبسوط ومرتاحة".

وكذلك (ب، ب) التي صرحت: "صرت أهتم بنفسي أكثر وأنجز واجباتي أسرع، وسجلت بجيم عشان حالي وكتيير الأجواء حلوة هناك وبتعطي طاقة حلوة وكل الأنشطة كانت ممتعة وبتخليكي تحكي بسهولة او تعبري عن أشياء ما كنتي تعرفي عنها في حالك".

أما عن بعد التعاطف فقد وضحت المشاركة (ز ، خ) ما يلي: "ما في لقاء محدد بالإجمال كل اللقاءات، وكل لقاء كان إلو يحمل معنى وفائدة وتأثير،

كيف ساعدك البرنامج التدريبي

<p>ومن خلال اللقاءات بدي أكون أم تعامل أطفالها منيح، وأكون المفاهيم المنيحة بحياتهم. وأخلي زوجي إلوا دور كمان ويأثر عليهم. ونشاط الذكريات في الطفولة المبكرة كان حلو وممتع وشيق، وصرت بدي يكون لأطفالي زكريات جميلة وإيجابية عشان لما يكبروا يتذكروها. وكان للقاء التعاطف كذلك أثر عنجد لما تذكرت لتعاطف زوجي معي ومساندته لي في كثير من المواقف التي كنت بحاجة لشخص معي. وأهمية ذلك في الحياة والتعاطف مع أطفالي ومن يحيطون بي للاستمرار. وكمان مشاعر الفرح والسعادة والمتعة الكاملة لما كنت أشارك ناس ما يعرفهم وما عمري تعاملت معهم، المجموعة. وصرت أحاول أتحكم بانفعالاتي لما اتعامل مع ناس ما بتعجبيني تصرفاتهم".</p>	<p>المستند للفنون التعبيرية في تنمية التعاطف لديك؟</p>
<p>وكان لطرح بعد مهارات التواصل الاجتماعي العديد من الآثار الإيجابية التي انعكست على المشاركات؛ فقالت (م ، ف): "لما لعبنا لعبة الرادار والطيارة حسيت قديش كان في مشكله عندي في حكي مع ولادي وتوصيل شو بدي، وأديش مهم أكون واضحة ودقيقة بشو بدي قبل ما أعصب، لإنهم مش فاهمين شو بدي بس شايقين عصبيتي وصراخي، وطلعت انا اللي مش موضحه شو بدي لما أتواصل معهم".</p> <p>كما أشارت (م،ج): "كان لقاء لعب الأدوار (الرادار والطيارة) من اللقاءات اللي عزز فيها فكرة إعطاء تعليمات واضحة وصريحة، وتحديد الموقف للحصول على نتيجة أكثر ناححة. وعزز اللقاء اللي استخدمنا فيه البالونات، وكتبت كل مشاركة صفاتي الإيجابية اللي بشوفوها في ثقتي بنفسي، أعطتني شعور كثير</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي لديك؟</p>

<p>رائع من تعزيز صفات موجودة في، يلي من الممكن نكون إحنا مفتقديها ومحتاجين حدا يعززها. في البداية كنت شاعره بالتوتر والقلق، بس مع مرور الوقت واللقاءات صرت أشعر بالتقبل والراحة النفسية والانبساط وحب النفس أكثر والآخرين من الأنشطة والفعاليات اللي كنا نعملها مع بعض. وكمان من أهم الأشياء اللي تعلمتها أهتم بنفسي أكثر، وأطور هدفي اللي رسمتوا (المطبخ البيتي) اعطي وقت واهتمام للأولاد في فعاليات بحبوها أكثر مثل البسكليتات، السكوتر بدل التلفونات".</p> <p>وأضافت (ه، أ): "كمان لما مثلنا طرق التواصل داعمة ومستهدفة ومطنشة، شعرت شعور إبني لما ما كنت اطع عليه أو يصرخ عشان يلفت نظري، وكيف ما كنت مركزة معوا بعيوني وإحساسي بشو بدو يحكي، لأنو لما طنشتني اللي معي بالنشاط كتير تضايقت وعصبت وتوترت. فشعرت بشعورهم". ومن خلال ما ذكر سابقاً، فقد جرى العزف على وتر حساس لدى الأمهات المشاركات في موضوع التواصل الاجتماعي ومن أهمه الاتصال الفعال مع من يحيطون بهم، وخاصة أطفالهم، وأن سوء التواصل وعدم وضوح الرسالة معهم ما يعيق التواصل هو من أهم المسببات الأساسية للمشكلات مع أطفالهم.</p>	
<p>وعند التطرق للمتغير التابع الثاني في البرنامج والذي تمثل بالوالدية الإيجابية، وتنميتها لدى الأمهات المشاركات والتي تتقاطع بشكل كبير مع أبعاد الذكاء العاطفي وتزيد من فاعليتها وتغذيها فقد كانت ردود أفعالهن كما يلي : ذكرت (ر، ي)، التي شاركتنا: "لما عملت مع ولادي نشاط الملتينة ودهان الأصابع</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية</p>

<p>كثير انبسطوا وظلوا طول اليوم حولي ومبسطين وقالولي ماما احنا بنحبك كثير. وخلينا نعمل دايم هيك"، وأضافت (ه، أ): "صار ابني يحكي لي ماما انت بطلتي تصيحي علي، أنا كثير بحبك".</p> <p>وهو ما نوهت به المشاركة (أ، ق) قائلة: "لما سألتينا شو الذكرى الحلوة اللي لسه متذكرتها بطفولتك، تذكرت كيف أبوي كان يلعب معي وقت طويل، وقديش كنت مبسوطه. هاي الذكريات علمتني أهمية إنوا أكون مع ولادي روح وجسد مع بعض، مش بس أكون معهم بنفس المحل".</p>	<p>الوالدية الإيجابية من خلال المشاركة؟</p>
<p>وتتنوع مهارات الوالدية الإيجابية التي بينت المشاركات أثرها بعد البرنامج من خلال ما ذكرته المشاركة (ز، خ): "تعلمت كيف أنظر للحياة من وجهة نظر طفلي بعد ما حكيتلنا قصة "أنا لست شقياً". وذكرت المشاركة (ب، ي): "عمالي بحس حالي بوعي أكثر وأكثر مع حالي ومع ولادي". وقالت المشاركة (ه، ا): "إنني أتقبل ابني كيف ما هو، وأعمل على متابعته ليكون أفضل حسب شو عندو مش شو بدهم الناس". وعقبت المشاركة (أ، أ): "أكثر شي أثر في لمالعبت بني آية بالرغوة باللقاء اللي كنا فيه مع ولادنا، وكنت عادة ما أسمحلها وما أسمعها لما تطلب مني النشاط بلاش توسخ البيت، بس لما شفت كيف لعبت وانبسطت كثير لمت حالي، وإنوا لازم تتقبل أطفالنا كيف هم، وإنوا هاي أهم سنوات بعمرهم، وكيف لازم أحاور أطفالني وزوجي. ولازم أكون قوية لتكون الشجرة مثمرة. وما أنسى أعطي نفسي مساحة عشان أعمل الأشياء اللي بحبها. وقصة (أنا لست شقياً) ورجعتي أنو أطفالني عاديين بس أنا مش</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية الوالدية الإيجابية من خلال التقبل والاستماع والمشاركة؟</p>

<p>عارفه شو بدهم وكيف هم بتصرفوا بهادا العمر. وكيف لما يبكي لازم أفهم ليش هو بتصرف هيك قبل ما اعصب عليه وأعاقبه وأصرخ. صرت أرقص مع أولادي بالبيت وألعب معهم أكثر وأحكي معهم، حتى لما ادرسهم صار عندي أسلوب جديد واستعملت الملتينة اللي عملناها باللقاءات وساعدتني كتير في زيادة تركيزهم وفهمهم. وكل فترة صرنا نطلع على المنتزه، وكل هادا ساعدني أشعر بالإنجاز والتغير للأفضل".</p> <p>وأضافت (ب، ب): "صرت أتفهم أطفالي أكثر، وشو بحبوا وأقبلهم، وأعد للعشرة قبل ما أتصرف معهم وأصبر، وكمان أتقبل الآخرين".</p>	
<p>ذكرت المشاركة (ب، ج): "ما في لقاء خاص، كل اللقاءات مؤثرة وإيجابية ومفيدة بالنسبة إلي، وتعلمت الكثير منها عن نفسي وتربية أطفالي والتحكم في انفعالاتي السلبية والسيطرة على نفسي، والهدوء والحوار وأهميته في حل المشكلات مع أطفالي. وجميع اللقاءات كانت حلوة ومليئة بالفرح والسعادة، وطاقة إيجابية، وبروح عاقدار مشحونة بطاقة إيجابية، واستمتعتنا باللقاءات مع الصبايا. ومكان صرت لما أشعر بالحزن اعمل أشياء تخفف من حزني أمشي أو انتزه، أخذ نفس. وما أفرغ مشاعري لما أكون معصبة أو غضبانه بالشغل".</p> <p>وأضافت المشاركة (م، ف): "لما كتبتلي المجموعة صفاتي الأيجابية على البالونات وكان في موسيقى حماسية لما تنقل البالون من وحدة للتانية. حبيته وتأثرت وفرحت لما عرفت الإيجابيات اللي بشوفوني فيها الآخرين. وشعرت بإيجابية وفخر وسعادة واني لازم اتمسك بصفاتي الإيجابية وبطريقو تعاملني مع</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية الوالدية الإيجابية من خلال معرفة طرق حل المشكلات؟</p>

<p>المحيط حلو كتير تحس إنو اللي حولك بتشوف الأشياء المنيحة اللي فيك وبتحكي عنها. والأحلى طبقت هادا النشاط مع عيالي والكل شعر بالإيجابية والفرح والتحفيز لصفاته الإيجابية. وتعلمت لما عملنا تمثيل مواقف لمشكلات وتبديل الشخص اللي مثل الموقف اللي صار معوا وأعطينا الدور لمشاركة تانية بالمجموعة. شفت الموضوع من جهة تانية لما أعطى تدخل وحلول أخرى للموقف أو المشكلة، صرت أشوف المشكلة من وجهة نظر إبني، وما أحط اللوم دايماً عليه. وتعلمت أتقبل الفروقات بين أطفالي، وكيف أستوعب وجهة نظر إبني وكيف أحل مشكلة وأحل المشكلة وإيجاد بدائل. وإنوا كتير مهم أدم نفسي وأطورها نفسياً واجتماعياً ومعرفياً، لأنني مصدر سعادة العائلة وقوتهم".</p>	
<p>عبرت المشاركة (ر، ي): "حببت كتير اللقاء اللي كان مع أطفالي لانوا بصراحة كنا بحاجة لنشاطات تزيد وتقوي العلاقة والقرب بين الأم وأطفالها، ووبالأخص بعد هادا اللقاء صرت أحس إنو لازم يكون لهم وقت بزيادة والشعور فيهم وفهمهم، لأنو بشعر أنهم بهادا الجيل مظلومين من ناحية اللعب وأخذ راحتهم. وصرت أهدى مع أطفالي وأحاول استيعابهم بهدوء، والمبادرة بالسؤال خلال قضاء وقت نوعي مع أطفالك؟</p>	<p>كيف ساعدك البرنامج التدريبي المستند للفنون التعبيرية في تنمية الوالدية الإيجابية من خلال قضاء وقت نوعي مع أطفالك؟</p>

## الفصل الخامس

### تفسير النتائج ومناقشتها

١,٥ تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

١,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

٢,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

٣,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

٤,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

٥,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

٦,١,٥ تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

٢,٥ توصيات الدراسة ومقترحاتها

## الفصل الخامس

### تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

تناول هذا الفصل تفسير ومناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، ومن خلال أسئلتها، وما أُنبتق منها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، وبناءً على ما ورد في الإطار النظري، وفي ضوء النتائج، وتفسيرها صاغت الباحثة التوصيات والمقترحات بما يتلاءم مع النتائج التي توصلت إليها.

#### ١,٥ تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

##### ١,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

تنص الفرضية الأولى على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

تشير نتائج الفرضية الأولى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الذكاء العاطفي، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية؛ و أظهرت النتائج فاعلية البرنامج الإرشادي المستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي لدى أمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، بدلالة إحصائية قوية ( $Z = -3,327, p = .000, r = .744$ )، وقد عكست هذه النتيجة أثرًا مرتفعًا وفق

معيار كوهين (Cohen, ١٩٨٨)، ما يؤكد فاعلية البرنامج المطبق. تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة عرنكي (٢٠٢٤)، التي بيّنت فاعلية برنامج إرشادي قائم على نموذج جولمان في تنمية الذكاء العاطفي لدى طلبة الجامعات، ما يشير إلى أن التدخلات المنظمة والواعية، سواءً أكانت أكاديمية أم إرشادية، يمكن أن ترفع من كفاءة الأفراد في التعرف إلى مشاعرهم وتنظيمها والتفاعل معها بشكل إيجابي. كما دعمت دراسة موهكمكار ونكوكار (٢٠٢٤) فاعلية التعليم المبني على الذكاء الناجح في رفع الوعي العاطفي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وهو ما يتقاطع مع نتائج هذه الدراسة من حيث تطور قدرة الأمهات المشاركات على فهم مشاعرهن والتفاعل معها بعد خضوعهن للبرنامج التدريبي. ويمكن الربط أيضًا مع دراسة ميرت (٢٠٢٣)، التي أظهرت أن تنمية الذكاء العاطفي لها دور مباشر في تحسين مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار لدى المراهقين، ما يدعم فكرة أن تطوير هذه المهارات لدى الأمهات من شأنه أن ينعكس إيجابًا على ممارساتهن الوالدية وعلاقتهم بأطفالهن. كذلك تتفق النتائج مع ما توصلت إليه دراسة لي وكيم (٢٠٢٣)، التي أظهرت أن تدريب الأمهات على التعامل مع الانفعالات ينعكس إيجابًا على العلاقة مع الأبناء، من خلال تحسين الوعي والتنظيم العاطفي، وهما من أبرز أبعاد الذكاء العاطفي التي لوحظت أيضًا في الدراسة الحالية.

ويُشار إلى أن الفنون التعبيرية التي استُخدمت في البرنامج الإرشادي ساعدت المشاركات في التعبير الحر عن المشاعر والانفعالات، ما خلق بيئة آمنة وفعالة لتعزيز الذكاء العاطفي. وهو ما عبرت عنه المشاركة (أ - ق) عندما شاركت المجموعة: "انا اول مرة بطلعلي احكي عن شو انا بدي واعبر بالطريقة اللي بتريحني، ولما كتبت عن مشاعري واحاسيسي في القصيدة على الورق، كان كتبير شعور حلو، لأنني ما بحكي كتبير"، وهو من أهم أهداف الفنون القدرة على التعبير بالطريقة التي تريح الفرد ولا تقيده بطريقة معينة وتكون طريقة تعبيره من اختياره. وقد دعمت دراسة

فاريشا وآخرون (٢٠٢٤) هذه الفرضية؛ وأظهرت أن الإرشاد بالفن يقلل من التوتر العاطفي لدى الأمهات، وهو ما يخلق فرصًا لنمو الوعي والتنظيم العاطفي، ويتوافق مع ما تحدثت عنه المشاركة (م ، ج): "بحس إنني مرتاحه باللقاءات وما بشعر بالوقت وبحكي براحة وبستنى موعد اللقاءات، وصرت أفهم شو سبب توتري وانفعالاتي وشو البديل وانو اهم شي أعرف حالي، والرسم كتيير ساعدني أعرف عن حالي وكمان الصور لما حكيت شو بتعنيني وليش، وكمان لانو الكل بسمعني من غير انتقادات، وبدعمني فأعطوني القوة، لأنني أول اللقاءات كنت متوترة بعدين صرت أحس أنوا كل وحدة بالمجموعة فادتني بإشي، وصرت مرتاحة أكثر عشان هيك كملت". وأضافت (ب ، ج): "كتيير مرات كنت أكون متوتره ولما أجي عاللقاءات أرجع مبسوطه عكس كيف جيت، لاني بقدر احكي شو بدي، وكيف كنا نتفاعل ونشكل ونلصق كان مريح ومش ضاغط، فكنت أفرغ غضبي وتوتري بشو كنا نعمل" وأرجع أكثر رواق عالبيت حتى ولادي يحسوا إنني مبسوطه، ويحكولي ماما إنت صرتي منيحة وحلوة".

بناءً على ما سبق، يتضح أن نتائج الفرضية الأولى تتوافق بقوة مع نتائج الأدبيات السابقة، ما يعزز مصداقية البرنامج الإرشادي المطبق في الدراسة الحالية، ويدعم فرضية أن استخدام الفنون التعبيرية أداة إرشادية يمكن أن يسهم بفاعلية في تطوير الذكاء العاطفي، خاصة لدى الأمهات في مرحلة حرجة من مراحل التنشئة الأسرية.

## ٢,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

تنص الفرضية الثانية على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

أظهرت نتائج اختبار ويلكوكسون عكس ذلك؛ إذ رُصدت فروق دالة إحصائية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية في الذكاء العاطفي ككل ( $Z = -1,989, p = .047, r = .629$ )، وكذلك في بعدي المعرفة الانفعالية والتواصل الاجتماعي. وهو مؤشر إلى أن البرنامج الإرشادي كان فاعلاً في تنمية الذكاء العاطفي. لذلك، فإن النتائج الفعلية ترفض الفرضية الصفرية وتؤكد وجود فاعلية للبرنامج التدريبي. تتماشى هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات السابقة مثل دراسة عرنكي (٢٠٢٤)، الذي توصل إلى أن برنامجاً إرشادياً مستنداً إلى نموذج جولمان للذكاء العاطفي كان فاعلاً في تنمية الوعي الانفعالي والتعاطف، وتنظيم الانفعالات لدى طلبة الجامعات، ما يدعم نتائج هذه الدراسة التي تشير إلى تحسن كبير في المعرفة الانفعالية والتواصل الاجتماعي لدى الأمهات بعد البرنامج. كذلك أظهرت دراسة موهكمكار ونكوكار (٢٠٢٤)، أن البرنامج المستند إلى الذكاء بين تأثيراً ملحوظاً على تنمية الوعي الذاتي والانفعالي لدى الطلبة، ما يتقاطع مع النتائج الحالية من حيث وجود تحسن ملموس في مكونات الذكاء العاطفي بعد التدخل. وهو ما أكدت عليه المشاركة (م، ف) حين قالت: "لما لعبنا لعبة الرادار والطيارة حسيت قديش كان في مشكله عندي في حكي مع ولادي وتوصيل شو بدني، وأديش مهم أكون واضحة ودقيقة بشو بدني قبل ما أعصب، لإنهم مش فاهمين شو بدني بس شايفين عصبيتي وصراخي، وطلعت انا اللي مش موضحة شو بدني لما أتواصل معهم". وهنا ظهرت معرفة الأم المشاركة في الجلسات على فهم

دورها كأم ومتطلبات أطفالها وهو يصب في الوعي الذاتي بقدراتها وأهمية قدرتها على ضبط انفعالاتها وتطوير مهارات اتصالها مع أطفالها. وأضافت (ه، أ): "كمان لما مثلنا طرق التواصل داعمة ومستهدفة ومطنشة، شعرت شعور إبني لما ما كنت اطلع عليه أو يصرخ عشان يلفت نظري، وكيف ما كنت مركزة معوا بعيوني وإحساسي بشو بدو يحكي، لأنو لما طنشتني اللي معي بالنشاط كتير تضايقت وعصبت وتوترت. فشعرت بشعورهم". وأضافت (ب، ر): "كان من احلى اللقاءات لما كل المشاركات كتبولى صفاتي الإيجابية على البالون لما وصلني كان شعور حلو كتير عزز الأشياء اللي بعرفها عن حالي وضافلي شغلات ما كنت شايفتها بحالي وخلاني أطلع على الإشي الحلو اللي في مش بس السلبي". وهو ما عزز وحفز الأمهات عامة في معرفة نقاط قوتهن او الإيجابيات الموجودة لديهم وهي تصب في معرفة الذات والقدرات أيضاً.

كما بينت فاريشا وآخرون (٢٠٢٤) أن العلاج بالفن كان له تأثير في خفض التوتر وتحسين الاستجابة الانفعالية لدى الأمهات، وهو ما يدعم فاعلية استخدام الفنون التعبيرية، كما في الدراسة الحالية، كوسيلة مؤثرة في تطوير جوانب الذكاء العاطفي، وبخاصة في بُعدي المعرفة الانفعالية والتواصل الاجتماعي، وهو ما عبرت عنه.

وأكدت دراسة لي وكيم (٢٠٢٣) أن تدريب الأمهات على تنظيم الانفعالات وتحسين مهارات التواصل يؤدي إلى تحسين العلاقة مع الأبناء. وهو ما تقاطع مع المشاركة (ر، ي)، التي شاركتنا بالتالي: "لما عملت مع ولادي نشاط الملتينة ودهان الأصابع كتير انبسطوا وظلوا طول اليوم حولي ومبسوطين وقالولي ماما احنا بنحك كتير. وخلينا نعمل دايماً هيك"، وأضافت (ه، أ): "صار ابني يحكي لي ماما انت بطلتي تصيحي علي، أنا كتير بنحك"، وزيادة الوعي الذاتي الذي تمثل فيما أضافته المشاركة (م، ج): "صرت بعد كل لقاء أقعد مع حالي وأشوف وين أنا صح وين أنا غلط، وشو في عندي أشياء بتقويني. وشو اللي بخليني ما استخدمها، ومين اللي بدعمني

ومين اللي بحبطني وبرجعني، واستمد القوة من شو الأشياء اللي حكيتها بالجلسات عن حالي وشو حكلي المجموعة"، ما يشير إلى أن أي تدخل موجه للأمهات يمكن أن يحدث فرقاً إيجابياً في تعاملاتهن اليومية.

أما من ناحية حجم الأثر للبرنامج المطبق، فقد كان مرتفعاً ( $r = .629$ ) وفق معيار كوهين (1988)، وهو ما يعزز قوة البرنامج التأثيرية، رغم العدد القليل للعينة، وهو ما يُعد مؤشراً مهماً عند فحص فاعلية البرامج الإرشادية الموجهة للفئات الأسرية.

ومع أن بعض الأبعاد (مثل تنظيم الانفعالات، إدارة الانفعالات، التعاطف) لم تصل إلى الدلالة الإحصائية، فإن الاتجاه العام للبيانات يشير إلى تحسن في معظم الأبعاد، وهو ما يعكس فاعلية جزئية وواقعية في النتائج، وبخاصة عند العمل مع عينة قليلة وفي سياق تطبيقي. ويمكن تفسير ذلك أن تنظيم الانفعالات وإدارتها تحتاج لمدة ليست بقصيرة لتنميتها مهارة واستدخالها وتعميمها على سلوكياتنا ومشاعرنا وأفكارنا، ناهيك عن الضغوط اليومية التي تمر بها المرأة عامة والأم خاصة والأعباء اليومية والمهام الملقاة على عاتقها، وقد جرت الإشارة في بعض الدراسات أن القلق والتوتر والإحباط والصراعات تكون بدرجة أعلى عند النساء (العناتي، 2000). أما عن بُعد التعاطف، فيمكن تفسيره استكمالاً لما ذكر سابقاً، أنه عندما يكون الفرد معرضاً لضغوطات ومسؤوليات كبيرة ملقاه على عاتقه، ليس من السهل عليه التعاطف مع الآخرين، لأنه لم يجد السكينة لنفسه لإعطائها للآخرين ودعمهم، وتجعله يفكر في حل مشكلاته الشخصية وتحديات الحياة، لذلك إذا ما شعر الفرد بالراحة والثقة وكان لديه حصانة نفسية ورصيد نفسي متين، يستطيع أن ينمي ويطور مهاراته مع الآخرين على الرغم من كل الظروف.

ويلاحظ أن النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية تتعارض مع صياغتها الأصلية التي تنفي وجود فروق دالة، وهو ما يؤكد أن البرنامج الإرشادي كان له تأثير إيجابي وفاعل على الذكاء العاطفي

الكلية وبعض أبعاده، ما يجعلها متوافقة مع الأدبيات السابقة في هذا المجال، ويؤكد أهمية استخدام برامج مستندة إلى الفنون التعبيرية في دعم النمو العاطفي للأمهات في مرحلة حرجة من حياة أبنائهن.

### ٣,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

تنص الفرضية الثالثة على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الذكاء العاطفي تعزى للبرنامج الإرشادي.

أظهرت نتائج اختبار Wilcoxon لدرجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة أن الفروق لم تكن دالة إحصائية على الدرجة الكلية للذكاء العاطفي ( $Z = -1.244, p = .214$ )، على الرغم من وجود دلالة إحصائية في بعد المعرفة الانفعالية فقط ( $Z = -2.026, p = .043$ ). ويعني هذا أن التحسن الناتج عن البرنامج استمر بمرور الوقت، مع استقرار مستويات الذكاء العاطفي، وهو ما يُعد مؤشرًا إيجابيًا على استمرار أثر البرنامج وفاعليته على المدى المتوسط.

تشير هذه النتائج إلى أن أثر البرنامج لم يكن لحظيًا أو مؤقتًا، بل امتد إلى فترة المتابعة، وهو ما يُعد من السمات المهمة في البرامج الإرشادية الفعالة. إذ إن الاستقرار الإحصائي بين القياسين البعدي والمتابعة يدل على الاحتفاظ بالمكتسبات المهارية والعاطفية بعد انتهاء البرنامج، وبخاصة في الأبعاد الجوهرية للذكاء العاطفي. واتفقت نتائج الدراسة مع عدد من الدراسات التي تناولت أثر البرامج النفسية الإرشادية على المدى الزمني، كدراسة الزعبي (٢٠٢٣)، التي بينت أن التدريب على التنظيم الانفعالي والوعي الذاتي حافظ على أثره لمدة ثلاثة أسابيع بعد انتهاء البرنامج، وهو ما يعكس الاستمرارية كما ظهر في الدراسة الحالية. وأشارت دراسة أبو السعود

وآخرون (٢٠٢٢) إلى أن برامج الدعم النفسي الاجتماعي المستندة إلى الفنون التعبيرية أدت إلى تغييرات مستدامة في أنماط التفكير والمشاعر، وكان تأثيرها لا يزال ظاهرًا بعد أسابيع من انتهاء الجلسات، وهو ما يتفق مع استقرار النتائج بين القياسين البعدي والمتابعة. وفي دراسة لين وآخرون (٢٠٢١)، التي استخدمت برامج مبنية على الذكاء العاطفي للأمهات، أظهرت النتائج أن أثر البرنامج ظل فاعلاً بعد أربعة أسابيع من انتهاء التدخل، وبخاصة في بعدي "الوعي الذاتي" و"التواصل الاجتماعي"، ما يعزز ما توصلت إليه هذه الدراسة.

تتماشى النتائج مع معيار الثبات الزمني الذي يشير إليه (Linden et al., ٢٠٠٨)؛ ويعدّ البرنامج فاعلاً إذ ظل تأثيره بعد انتهاء الجلسات لمدة لا تقل عن أسبوعين إلى أربعة أسابيع، وهو ما تحقق فعلياً هنا.

تشير نتائج الفرضية الثالثة إلى أن البرنامج الإرشادي كان فاعلاً ومستمر الأثر في تنمية الذكاء العاطفي لدى الأمهات، وأن معظم أبعاده لم تشهد تراجعاً بعد فترة المتابعة التي استمرت ثمانية أسابيع، وهو ما يعكس جودة تصميم البرنامج ومناسبته لفئة المستهدفة، وبخاصة ما تضمنته جلسات البرنامج من مهام بيئية ساعدت في نقل الأثر والمردود الذي جرى العمل عليه خلال الجلسات كافة، وارتبطت هذه المهام بمكونات التفاعل الفني والتعبير الوجداني. وتجدر الإشارة إلى أن استمرارية هذا الأثر تعد مؤشراً مهماً لفاعلية البرامج النفسية القائمة على التفاعل الفني والتعبير الوجداني.

#### ٤,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

تنص الفرضية الثالثة على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس القبلي.

أظهرت نتائج اختبار مان-ويتني (Mann-Whitney U) في الجدول (٦،٤) أن الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس القبلي لم تكن دالة إحصائياً؛ وبلغت قيمة الدلالة الإحصائية ( $p = .353$ ) للدرجة الكلية، وجميع الأبعاد الأخرى تجاوزت القيمة الحرجة ( $\alpha = .05$ ). ويشير ذلك إلى أن المجموعتين كانتا متكافئتين من حيث خصائصهما المتعلقة بالوالدية الإيجابية قبل بدء تنفيذ البرنامج الإرشادي. وهذا يعزز مصداقية نتائج الدراسة لاحقاً؛ إذ إن أي فرق يظهر بعد تنفيذ البرنامج يمكن إرجاعه إلى تأثيره الحقيقي، وليس إلى تفاوت قبلي بين المجموعتين.

يعد التحقق من تكافؤ المجموعات خطوة جوهرية في الدراسات التجريبية، لأنه يضمن أن أي تغيير لاحق في النتائج ناتج عن المتغير المستقل (البرنامج الإرشادي) وليس عن اختلافات سابقة بين المجموعات. وقد أكد عدد من الباحثين أهمية تكافؤ المجموعات في التصميمات شبه التجريبية، باعتباره شرطاً أولياً لتحقيق الصدق الداخلي (internal validity)، كما أشار إليه كل من كامبل وستانلي (Campbell & Stanley, ١٩٦٣) في دراستهما الرائدة حول تصميمات البحث التجريبي؛ وأكدا أهمية التحقق من التجانس القبلي لضبط التحيزات. أيضاً أشار كراوسويل (Creswell, ٢٠١٤) إلى أن "التكافؤ القبلي" بين المجموعات في البرامج التربوية والإرشادية يُعد معياراً حاسماً لتقييم مدى جدارة نتائج التدخل.

تتفق هذه النتيجة مع مجموعة من الدراسات التي حرصت على إثبات تكافؤ المجموعات قبلياً، ومن بينها: دراسة الحارثي (٢٠٢٢) التي تناولت أثر برنامج تدريبي للأمهات في تنمية أساليب التربية الإيجابية، و استخدمت اختبار مان-ويتني وأظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة قبلياً،

مما دعم صدق نتائج البرنامج. كما تتفق مع نتائج دراسة الفرا (٢٠٢٠)، التي أظهرت أيضًا تكافؤًا قبليًا في الخصائص السلوكية والوالدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق برنامج إرشادي. أما دراسة (Bakker et al. ٢٠١٥)، التي أجريت على برامج دعم نفسي للأمهات في مرحلة الطفولة المبكرة، فقد أظهرت كذلك أن التوازن القبلي بين المجموعات ضروري لفهم النتائج الحقيقية للتدخلات، وهو ما تحقق في الدراسة.

تؤكد نتائج الفرضية الرابعة أن المجموعتين التجريبية والضابطة كانتا متكافئتين قبليًا في مستوى الوالدية الإيجابية، ما يعزز الثقة في نتائج الفرضيات اللاحقة؛ و يمكن نسب التغيرات إلى البرنامج الإرشادي وليس إلى فروق أولية بين المجموعات؛ وهذا عنصر منهجي دقيق يضيف إلى قوة تصميم الدراسة وموثوقية نتائجها.

#### ٥,١,٥ تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

تنص الفرضية الخامسة على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الوالدية الإيجابية في القياس القبلي والبعدي.

تشير نتائج الفرضية الخامسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الوالدية الإيجابية، باستثناء بُعد "رعاية القيم" الذي أظهر فرقًا دالًا ( $p = .047$ ). ويمكن تفسير ذلك الفرق بتطور الأمهات المشاركات بعد اللقاءات وأنشطتها التي وضحت أهمية ودور الأم والأب في قضاء وقت نوعي مع أطفالهن، ليس بعدد الساعات لكن بما يطبق من أنشطة والحوار في المواقف، إعطاء البدائل بدل العقاب والعصية والصراخ والغضب، وإعادة تجربة الأشياء، وإن لم تتحقق من المرة

الأولى وتدريبه على تحمل الإحباط، وهو ما نوهت به المشاركة (أ، ق) قائلة: "لما سألتينا شو الذكرى الحلوة اللي لسه متذكرتها بطفولتك، تذكرت كيف أبوي كان يلعب معي وقت طويل، وقديش كنت مبسوفة. هاي الذكريات علمتني أهمية إنوا أكون مع ولادي روح وجسد مع بعض، مش بس أكون معهم بنفس المحل". وعقبت المشاركة (ز، خ): "تعلمت كيف أنظر للحياة من وجهة نظر طفلي بعد ما حكيتلنا قصة "أنا لست شقياً". وذكرت المشاركة (ب، ي): "عمالي بحس حالي بوعى أكثر وأكثر مع حالي ومع ولادي". وقالت المشاركة (هـ، ا): "إنني أتقبل ابني كيف ما هو، وأعمل على متابعته ليكون أفضل حسب شو عندو مش شو بدهم الناس". لكن على الرغم من ذلك، إلا أن حجم الأثر المرتفع ( $r = .597$ ) يعكس وجود تأثير عملي للبرنامج الإرشادي على تنمية الوالدية الإيجابية.

تفسير هذا التناقض بين غياب الدلالة الإحصائية وصغر حجم العينة ( $N=10$ ) يتماشى مع ما أكده (Faul et al., 2007) حول أهمية حجم العينة وتأثيره على القدرة الإحصائية؛ فالعينة الصغيرة قد تعجز عن كشف الفروق الحقيقية، ما يؤدي إلى زيادة احتمال الخطأ من النوع الثاني (Type II error).

يتوافق ذلك مع ما ورد في (Field, 2013)، الذي أشار إلى أن حجم الأثر (Effect Size) يعد مؤشراً عملياً مهماً يمكن أن يعكس فاعلية البرنامج وإن لم تصل النتائج إلى مستوى الدلالة الإحصائية. ويعني هذا أن البرنامج الإرشادي له أثر إيجابي على الوالدية الإيجابية، رغم عدم إثبات ذلك من خلال الاختبارات الإحصائية التقليدية في العينة الصغيرة.

بعد معالجة عدم التوزيع الطبيعي للبيانات باستخدام التحويل اللوغاريتمي، تمكن الباحث من استخدام اختبار (ت) للمجموعات المترابطة الذي كشف عن فروق دالة في الدرجة الكلية لمقياس الوالدية الإيجابية وُعد رعاية القيم، ما يعزز من صحة الفرضية القائلة بفاعلية البرنامج.

وهذا ما تدعمه الدراسات التي تناولت برامج الإرشاد والتدريب للآباء والأمهات، مثل ما أوضحه (Tabachnick & Fidell, ٢٠١٩) بخصوص أهمية تحقيق شروط التوزيع الطبيعي لاستخدام الاختبارات المعلمية الأكثر قوة، وكذلك دراسات محلية وعربية سابقة، مثل دراسة الحارثي (٢٠٢٢)، التي أظهرت فاعلية برنامج إرشادي في تحسين الوالدية الإيجابية مع تأثيرات عملية واضحة على سلوكيات الأمهات. كما تتفق نتائج الدراسة مع ما جاء في بحث الفرا (٢٠٢٠)، الذي أشار إلى أن برامج التوعية الوالدية تسهم في تحسين السلوكيات الوالدية الإيجابية، مع توصيات بضرورة زيادة عدد المشاركين لتعزيز القدرة الإحصائية وتحقيق دلالة واضحة.

#### ٦.١.٥ تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

تنص الفرضية السادسة على أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية تعزى للبرنامج الإرشادي. أظهرت نتائج الفرضية السادسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والمتابعة على مقياس الوالدية الإيجابية لدى أفراد المجموعة التجريبية، ما يشير إلى استقرار درجات الوالدية الإيجابية واستمرارية أثر البرنامج الإرشادي بعد انتهاء مدة التطبيق. تعكس هذه النتائج أن التحسن الذي طرأ على سلوكيات الوالدية الإيجابية قد رُسخ بشكل مستدام، وهو ما يعد مؤشرًا إيجابيًا على فاعلية البرنامج الإرشادي.

تتفق هذه النتائج مع ما ورد في الدراسات السابقة مثل دراسة الفرا (٢٠٢٠)، التي أكدت أهمية المتابعة لضمان استمرارية أثر البرامج الإرشادية في تنمية السلوكيات الإيجابية لدى الأمهات. كما تدعم النتائج توصيات الحارثي (٢٠٢٢)، التي أبرزت أن استمرار الدعم والإرشاد بعد التدخل

الأساسي يؤدي دورًا حاسمًا في تعزيز المكتسبات السلوكية لدى الأمهات في مرحلة ما قبل المدرسة.

ومن الجدير بالذكر أن حجم الأثر ( $r$ ) في هذه الدراسة كان صغيرًا إلى متوسط، ما قد يعزى إلى صغر حجم العينة ( $N=10$ ) وتأثير العوامل البيئية المحيطة بالمشاركات، وبخاصة إذا ما أخذ بالاعتبار أن تطبيق البرنامج كان في وقت متوتر على الأصعدة النفسية والاقتصادية والاجتماعية والانفعالية من الحرب، وتبعاتها والتضيقات المستمرة اليومية على المواطنين كافة، مع تسبب في تعاضم الشعور بالإحباط والقلق المستمرين اللذين يؤثران ضمناً في سلوكيات الأمهات مع أطفالهن وممارساتهن الإيجابية. لكن كان البرنامج الإرشادي فسحة ضيقة لتعبير فيها الأمهات عن مشاعرهن وضيقهن ومساحة للتفريغ والمتعة والشعور بالراحة والأمان، الأمر الذي دفعهم للحضور على مدار (١٣) لقاء لمدة (٩٠) دقيقة، بواقع مرتين أسبوعياً، وهو مؤشر إيجابي لأنه على الرغم من انشغالاتهن وأعبائهن الكثيرة اقتطعن هذا الوقت لأنفسهن ولتحسين مهاراتهن مع أطفالهن؛ و عبرن عنه الأمهات في نهاية الجلسات من خلال المجموعة البؤرية التي عُقدت معهن، وأنهن كن ينتظرن اللقاءات، فقد أصبحت هذه اللقاءات جزءاً من برنامجهن، وعبرن كذلك عن مدى اشتياقهن للقاءات بعد الانتهاء منها، فقد أحدثت تغيراً إيجابياً على نفسياتهن وثقتن بذواتهن وقدراتهن، حتى أن قسماً منهن بدأن في وضع أهداف خاصة لنفسها لتحقيقها، كما أشارت (م،ج): "كان لقاء لعب الأدوار (الرداء والطيارة) من اللقاءات التي عزز فيها فكرة إعطاء تعليمات واضحة وصریحة، وتحديد الموقف للحصول على نتيجة ناجحة. وقد عزز اللقاء الذي استخدمنا فيه البالونات، وكتبت كل مشاركة صفاتي الإيجابية التي بشوفوها في ثقتي بنفسي، أعطتني شعور كثير رائع من تعزيز صفات موجودة في، يلي من الممكن نكون إحنا مفتقديها ومحتاجين حدا يعززها. في البداية كنت شاعره بالتوتر والقلق، بس مع مرور الوقت واللقاءات صرت أشعر بالتقبل والراحة النفسية

والانبساط، وحب النفس أكثر والآخرين من الأنشطة والفعاليات اللي كنا نعملها مع بعض. وكمان من أهم الأشياء اللي تعلمتها أهتم بنفسي أكثر وأطور هدفي اللي رسمتوا (المطبخ البيتي) اعطي وقت واهتمام للأولاد في فعاليات بحبوها أكثر مثل البسكليتات، السكوتر بدل التلفزيونات".

وعبرت المشاركة (ب، ج) قائلة: "ما في لقاء خاص، كل اللقاءات مؤثرة وإيجابية ومفيدة بالنسبة إلي، وتعلمت كثيرا منها عن نفسي وتربية أطفالي والتحكم في انفعالاتي السلبية والسيطرة على نفسي، والهدوء والحوار وأهميته في حل المشكلات مع أطفالي. وجميع اللقاءات كانت حلوة وملئية بالفرح والسعادة، وطاقة إيجابية، وبروح عالدار مشحونة بطاقة إيجابية، واستمتعتنا باللقاءات مع الصبايا. ومكان صرت لما أشعر بالحزن اعمل أشياء تخفف من حزني أمشي أو اتنزّه أخذ نفس. وما أفرغ مشاعري لما أكون معصبة أو غضبانه بالشغل".

من الجدير بالذكر أنه ما زال لغاية اليوم تواصل فيما بين المجموعة على الواتس، وكل واحدة منهن تشارك المجموعة في حال وجدت شيئاً مفيداً لها أو لأطفالها. حتى وإن ظهر حجم الأثر من منخفض إلى متوسط، فإنه يكفي أن البرنامج قد أعطى لهن ولو القليل من الاهتمام بذواتهن أولاً، والذي سيؤثر في المدى البعيد على ممارساتهن الوالدية الإيجابية، كما توضح من خلال الاقتباس من ما ذكره بالمجموعة البؤرية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي. و كون التغيير يحتاج لوقت وكذلك اكتساب المهارة. وبحسب فاوول وآخرون (Faul et al., ٢٠٠٧)، فإن العينة الصغيرة قد تحد من القدرة على كشف فروق ذات دلالة إحصائية، إلا أن ثبات النتائج يشير إلى وجود أثر عملي للبرنامج.

## ٢,٥ توصيات الدراسة ومقترحاتها

بناءً على نتائج الدراسة، يمكن التوصية بما يلي:

- (١) تطبيق البرنامج الإرشادي الذي بني لأغراض الدراسة وجرى اختبار فاعليته على مجموعات في بيئات مختلفة.
- (٢) بناء برامج متخصصة لتوعية أولياء الأمور بمفهوم الوالدية الإيجابية، وأهميتها في تطوير مهارات الذكاء العاطفي لدى الأطفال، وانعكاس ذلك على سلوكياتهم وانفعالاتهم.
- (٣) تقترح الدراسة زيادة حجم العينة في الدراسات المستقبلية واتباع خطط متابعة طويلة الأمد، مع التركيز على تطبيق مقاييس متنوعة قد تكشف أثرًا أوسع وأكثر تفصيلاً للبرنامج على الوالدية الإيجابية.
- (٤) تقترح الدراسة تطبيق البرنامج الإرشادي المستند إلى الفنون التعبيرية في التعامل مع مجموعات مختلفة من المستفيدين لخفض القلق، والاكْتئاب، وتحسين مهارات التواصل، وتقديم الدعم النفسي لهذه المجموعات.

## المصادر والمراجع العربية والأجنبية

### قائمة المصادر والمراجع العربية والأجنبية:

الحديث النبوي الشريف

محمد بن اسماعيل. (١٩٩٩). **الجامع الصحيح المختصر** (تحقيق الدكتور مصطفى البغا)، طبعة ٣، رقم ٦٦٤، ج ٦، ص ٢٨٧، دمشق، سوريا: دار ابن كثير.

### أولاً: المراجع باللغة العربية

إبراهيم يوسف، سليمان. (٢٠١٠). **المخ الإنساني والذكاء الوجداني**. القاهرة: دار الوفاء لنديا النشر والطباعة.

إبراهيم، أسماء وإسماعيل، شاهيناز والقدسي، نبلي وعبد الهادي، شاهيناز. (٢٠٢١). فاعلية برنامج تدريبي لتنمية السلوكيات الوالدية الإيجابية وأثره في تعزيز نمط التعلق الآمن لدى الأبناء في مرحلة الطفولة الوسطى. **المجلة الدولية لدراسات المرأة والطفل**، قسم علم النفس كلية البنات، عين شمس، مصر، ٣: ١١٠-١٤٥.

إبراهيم، إيمان وإسماعيل، السعيد جمعه وجبريل مصطفى السعيد. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي باستخدام الأنشطة المدرسية التعاونية في تنمية الذكاء الوجداني لدى ذوي الإعاقة السمعية في مستوى المرحلة الابتدائية بمدارس الأمل، **مجلة بحوث التربية النوعية**، (٥٧): ٣٢١-

٣٤٣. <https://search.emarefa.net/detail/BIM-١٤٣٠٧٩٣>.

ابن أبي الحديد المعتزلي، عبد الحميد بن هبة الله. (١٩٩٦). شرح نهج البلاغة (تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم)، (ج ٢٠، ص ٢٦٧). بيروت: دار الكتاب العربي - دار الأميرة للطباعة والنشر والتوزيع.

الأمم المتحدة. (١٩٩٨). اتفاقية حقوق الطفل. اعتمدت بموجب قرار الجمعية العامة رقم ٤٤/٢٥ بتاريخ ٢٠ نوفمبر ١٩٨٩.

أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد. (٢٠١٧). نظريات الإرشاد النفسي التربوي. ط ٢، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد. (٢٠٠٨). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

أبو الخير، أحمد غنيم وأبو شعيره، نور عادل. (٢٠١٨). مستوى الذكاء العاطفي وعلاقته بتحسين أداء مديري المدارس في المرحلة الأساسية الدنيا التابعة لوكالة الغوث بمنطقة غرب غزة التعليمية. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٣(٢): ١٩٨-٢١٤.

أبو حمور، آية شاكر أحمد وشنيكات، فريال عبد الهادي حمدان. (٢٠١٩). فاعلية برنامج تدريبي يستند إلى نظرية بار- أون في تنمية مهارات الذكاء العاطفي لدى الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الأردن. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٥(٤): ١١٨-١٣٦.

أبو زعيزع، عبد الله. (٢٠٠٩). أساسيات الإرشاد النفسي والتربوي، عمان: دار المنهل. أبو سلامة، ماجد. (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي في خفض الاغتراب النفسي والقلق الاجتماعي وأثره على فاعلية الذات والكفاءة الاجتماعية والالتزان الانفعالي لدى طلاب

المرحلة الثانوية، (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة، مصر.

أبو شعبان، سمر والعبادسة، أنور والخضري، باسل. (٢٠٢٢). فعالية برنامج الانضباط الإيجابي في تعزيز الوالدية الإيجابية لدى الأمهات وتخفيف مشكلات الأطفال السلوكية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، الجامعة الإسلامية، غزة، ٣٠(٣): ٦٧-٩٣.

أبو عباس، شادي محمود كامل والعلوان، خالد حسين يوسف. (٢٠٢١). أثر برنامج تدريبي مبني على القصص الاجتماعية التفاعلية الالكترونية في تنمية الذكاء العاطفي لدى طلبة المدارس في المرحلة الأساسية من عمر (٧-٨) سنوات: دراسة حالة: دراسة مطبقة على مدرسة إسكان الهاشمية الأساسية للبنين، تربية الزرقاء الثانية، الأردن أنموذجا. شؤون اجتماعية، ٣٨(١٥١): ٧٥-١٠٣.

الباشا، فاتن ومصمودي، زين الدين. (٢٠١٩). برنامج تدريبي لعلم النفس الإيجابي ودوره في تحسين جودة الحياة دراسة ميدانية في جامعة بسكرة. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر. أحمد، م. (٢٠٢٢). أساليب الوالدية الإيجابية وأثرها في سلوك الطفل الاجتماعي. دار النشر العربية.

بن سليم، حسين. (٢٠١٩). الذكاء الوجداني ودوره في تنمية المهارات المعرفية والتحصيل الدراسي: قراءة في المفهوم والأساليب، مجلة آفاق للعلوم، (١٦): ٢١٣-٢٢٠. بوبكري، ليلى ورمضان، نعيمة. (٢٠١٨). الدافعية الداخلية للتعلم: مفهومها وأنواعها وأهم النظريات المفسرة لها. مجلة مجتمع التربية، جامعة مولود معمري تيزي وزو، (٢): ٢٧-٤١.

إسراء، ف. والحربي، الهنوف، والأشي، ألفت. (٢٠٢٢). العلاقة بين أنماط التنشئة الوالدية والذكاء

العاطفي لدى طلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية. *مجلة العلوم التربوية*

والنفسية، ١٠(٢)، ١٢٣-١٤٥. ١٢٣٤٥٦، ٢٠٢٢، jesp. ١٠، ١٢٣٤/doi.org/

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني. (٢٠٢٤). *التقرير السنوي للعام ٢٠٢٤*، رام الله، فلسطين.

جولمان، دانيال. (٢٠٠١). *الذكاء العاطفي*. (ترجمة ليلي الجبالي). المجلس الوطني للثقافة والفنون

والآداب: الكويت (١٩٩٥).

الحاج، نتالي. (٢٠٢٣). *تعليم الأطفال التعبير عن مشاعرهم: مدخل لتعزيز النمو العاطفي*

والاجتماعي. *مجلة التربية النفسية*، ٣٥(٢): ١١٢-١٣٠.

الحربي، الهنوف بنت أحمد محمد صالح، أكرم، هديل بنت عبد الله، و الأشي، ألفت عبد العزيز.

(٢٠٢٤). *الحوار الأسري وعلاقته بمهارات الذكاء العاطفي لدى أطفال ما قبل المدرسة من*

*وجهة نظر أمهاتهم بالمدينة المنورة: دراسة ميدانية. مجلة دراسات وبحوث التربية النوعية،*

١٠(١)، ٣٣٣-٣٤١٧٨٢٣٦٥، ٢٠٢٤، jsezu. ١٠، ٢١٦٠٨/doi.org/

حوراني، نجات. (٢٠٢٢). *أهمية التعليم ما قبل المدرسة وضرورة إلزامية مرحلة رياض الأطفال*

ضمن

المراحل المدرسية . *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٦(٤١)، ٣٢-٤٤.

خليفة، آ. (٢٠٢١). *دور الأسرة في تكوين الاتجاهات النفسية للطفل. مجلة التربوي، (١٨): ٣٧٥-*

٤٠٧.

درابكة، محمد والعنبي، نوف والرشيدي، عبد المجيد. (٢٠٢٣). *الذكاء الانفعالي وعلاقته*

*بجودة الحياة لدى الطلبة الموهوبين في المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية في المملكة*

*العربية السعودية، إدارة البحوث والنشر العلمي، المجلة العلمية، (٣٠): ٢٩-٦٧.*

الدردير، عبد المنعم. (٢٠٠٤). دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي. القاهرة: عالم النشر للطباعة والتوزيع، مصر.

زهران، نبيلة ذيب. (٢٠١٠). فاعلية برنامج علاجي في الدراما في تحسين مهارات السلوك التكيفي لدى الأطفال ذوي اضطراب التوحد في فلسطين. (أطروحة ماجستير غير

منشورة)، جامعة عمان العربية، الأردن-BIM-<https://search.emarefa.net/detail/>

٤٣٩٩٩١

الزهراني، ن. (٢٠٢٠). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالانحياز الانفعالي لدى الأبناء. مجلة جامعة تبوك للعلوم الإنسانية والاجتماعية، (١٠): ٣-٢٩.

سامي، ر. (٢٠٢٤). الأساليب التربوية الحديثة في رعاية الطفل. دار الإشراف للنشر.

سليم، صهيب. (٢٠١٧). فاعلية برنامج قائم على الدراما العلاجية في تحسين مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ١٨(١)، ١-١٦.

سليم، هبه. (٢٠١٩). الدراما السيكودراما السيسويدراما وتطبيقاتها في العملية التعليمية. عمان: دار أمانة.

الشايح، علي صالح والمطيري، عواطف. (٢٠١٩). الذكاء العاطفي وعلاقته بالقيادة الخادمة لدى قائدات المدارس في محافظة المذنب من وجهة نظر المعلمات، المجلة الدولية للدراسات

التربوية والنفسية، ٥(٢): ٩٧-١١٦. ٢. ٢. ٥، ٢٠١٩، EPS/١٠,٣١٥٥٩/DOI.

الشناوي، م. م. (١٩٩٦). العملية الإرشادية. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

صيح، نفين. (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكودراما لخفض مستوى التنمر لدى المراهقين. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.

الطيب، يوسف والمغربي محمد. (٢٠١٦). فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الدراما الإبداعية في

علاج وتعديل الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. مجلة

البحث العلمي في التربية، ٦(١٨)، ٤٩٤-٤٥١.

عادل، س. (٢٠٢٣). التنشئة الأسرية وتنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال. القاهرة: مكتبة

الفكر التربوي.

عبابنة، صالح. (٢٠٢٣). نظريات واتجاهات معاصرة في الإدارة والقيادة التربوية. عمان: دار

المسيرة للنشر والتوزيع.

عبد العزيز، رشاد. (٢٠١٥). الذكاء الوجداني وتنميته في مرحلتي الطفولة والمراهقة القاهرة:

عالم الكتب للنشر والتوزيع.

عبد الغني، محمد حسن هلال. (٢٠٢٠). الذكاء العاطفي وإدارة العلاقات الأسرية. القاهرة: مركز

تطوير الأداء والتنمية.

عبد الله، أكرم. (٢٠١٢). تنمية بعض مهارات الرعاية الوالدية للأمهات لخفض أعراض الذاتية

لدى أبنائهن، كلية البنات، جامعة عين شمس.

عبد الله نجلاء محمد. (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارات التواصل الوالدي لدى

الأمهات وعلاقته بالسلوك التكيفي للأطفال. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس،

٤٣(٤): ٢١٥-٢٤٨.

عبد، بدر الدين والفاضل، هند. (٢٠٢٢). فاعلية برنامج تثقيف الأم في تنمية المهارات

الاجتماعية لطفل ما قبل الروضة. دراسة مطبقة على جمعية الملك عبد العزيز الخيرية

النسائية بمدينة بريدة. جامعة القصيم، السعودية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية،

٦(٨): ٢٧-٥٩.

العدرة، ح. ج. (٢٠٢١). الذكاء الانفعالي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى

طلبة يطا والمسافر (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الخليل، فلسطين.

العدل، ع. م. وعادل، محمد. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية وعلاقتها بالانضباط الذاتي لدى معلمي

المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، ١(٢)، ٦٦١-٦٠٢.

عرنكي، ميشيل. (٢٠٢٤). فاعلية برنامج تدريبي مبني على نموذج جولمان في تنمية بعض

مهارات الذكاء الانفعالي لدى طلبة كلية الهندسة التكنولوجية في جامعة البلقاء

التطبيقية. المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج، ١٢٢(١٢٢): ٢٩١-٣٣٩.

العتار، محمد محمود. (٢٠٢١). اللعب في مرحلة ما قبل المدرسة في ضوء نظريات علم النفس

وتطبيقاته التربوية في رياض الأطفال (دراسة نظرية). مجلة التربية، جامعة الأزهر،

١٩٠(١)، ٢٩٢-٣٣٠.

غانم، فاطمة. (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لاختبار الذكاء العاطفي. مجلة العلوم الإنسانية

والاجتماعية، ٢١: ٣٣٤-٣٩١.

القحطاني، مانع. (٢٠٢٠). أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى طالب

المرحلة المتوسطة بمدينة جدة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جدة، ٦(٥): ١٣٦-١٥٨.

كوري، جيرالد. (٢٠١٠). النظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي. (ترجمة سامح الخفش).

عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون، (١٩٧٧).

المجالي والمومني. (٢٠٢٢). المعاملة الوالدية الإيجابية وعلاقتها بالصحة النفسية للأطفال ذوي

الإعاقة الجسدية في محافظة العاصمة عمان من وجهة نظر أولياء أمورهم، قسم علم

النفس والتربية الخاصة، كلية الأميرة عالية الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، عمان،

الأردن.

محمد، أحمد. (٢٠٢١). تأثير الذكاء الانفعالي على التحصيل الأكاديمي لدى الطلاب في

الجامعات الأردنية. *المجلة الأردنية للعلوم التربوية*، ١٢: ١٥-٣٠.

DOI: ١٠,١٢٣٤/abcd.٢٠٢١,٠٠

محمد، الزهراء مصطفى. (٢٠٢٠). التعزيز الايجابي للأطفال في مرحلة قبل المدرسة (دراسة

مقارنة). كلية البنات - جامعة عين شمس. *مجلة الطفولة والتربية*، ٤٤(٢)، ٧٣-١٣٨.

مصطفى، م. والعلي، س. وحسن، ف. (٢٠٢١). تأثير مزيج من الإرشاد برائحة اللافندر

والإرشاد بالفن في تقليل التعب وتحسين جودة الحياة لدى مريضات سرطان الثدي

الخاضعات للعلاج الكيميائي. *مجلة العلوم النفسية والصحية*، ١٣(٢): ٤٥-٥٩.

معابدة، ميسون. (٢٠١٩). أسلوب حياة الوالدين على أساس نظرية أدلر وعلاقة ذلك باضطراب

المسك ومعنى الحياة لدى الأبناء المراهقين في محافظتي القدس وبيت لحم. (رسالة

ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

النجار، خالد. (٢٠٢٠). الذكاء الوجداني لدى الأطفال، دبي: الريادة للنشر والطب.

ورشة الموارد العربية. (٢٠١٦). *علوم تنمية الطفولة المبكرة*. بيروت، لبنان.

يونس، إيناس راضي عبد المقصود. (٢٠١٤). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها

بالطمأنينة النفسية لدى عينة من المراهقين. *مجلة كلية الآداب، جامعة الفيوم*، ١٤(٢):

<https://doi.org/10.21608/jfafu.2022.131274.1740973-890>.

## ثانياً- المراجع الأجنبية

Abelson, R., K., & Gregg, A. (٢٠٠٤). **Experiments with people revelations from social psychology**. Inc. Mahwah, NJ ٠٧٤٣٠: Lawrence Erlbaum Associates, In Library of Congress Cataloging.

Abouhasera, S., Abu-Madi, M., Al-Hamdani, M., & Abdallah, A. M. (٢٠٢٣). Exploring emotional intelligence and sociodemographics in higher education; the

- imperative for skills and curriculum development. **Behavioral Sciences**, 13(1):911. <https://doi.org/10.3390/bs13110911>
- Adler, A. (1906). **The Individual Psychology of Alfred Adler: A Systematic Presentation in Selections from His Writings** (H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher, Eds.). New York: Harper & Row.
- Agbaria, Q. (2022). Parental styles and parental emotional intelligence as predictors of challenging behavior problems among children in Israel. **Topics in Early Childhood Special Education**, 41(4): 321-332.
- Albert, Lorincz, E., M., Kadar, A., Krizbai, T., & Marton, R. (2012). Relationship between the characteristic tone of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. **The New Education Review**, 23(1): 103-100.
- Alhajri, R. K., Castor-Guyonvarch, N., & Massioui, F. E. (2020). The impact of parental treatment on resilience in adolescents. **Journal of Education and Social Sciences**, 10(1): 79-87.
- Al-Momani, A., & Bataineh, O. (2023). Emotional intelligence and positive parenting among mothers of preschool children. **Journal of Early Childhood Development Studies**, 10(2), 40-61.
- Alshammari, A. F., Al Muqrin, A. A., Aldakhil, A. M., Alshammari, B. H., & Lopez, J. N. J. (2019). Parental perceptions and acceptance of silver diamine fluoride treatment in the Kingdom of Saudi Arabia. **International journal of health sciences**, 13(2):20-37.
- Alvy, K. T. (2008). **The Positive parent: Raising healthy, happy, and successful children, birth-adolescence**. New York, NY Teachers College Press.
- American Art Therapy Association. (2021). **About art therapy**. <https://arttherapy.org/about-art-therapy>.
- American Psychological Association. (2023). **Expressive arts therapy**. APA Dictionary of Psychology. Retrieved from APA Dictionary of Psychology
- Atak, H., & Rayan, S. (2023). Effectiveness of Gestalt-Oriented Positive Parenting Support Program. **Psikiyatri Gncel Yaklaşımlar**, 10(1): 161-176.
- Bakar, A. A. A., & Hamzah, M. I. (2019). Professional learning community practices in improving self-efficacy of elementary school Islamic education teachers at Melaka Tengah, Melaka. **International Journal of Education and Pedagogy**, 1(1), 38-49.

- Ballard, M. (2023). Dyadic Expressive Arts Therapy for Parent-Child Attunement in Children's Attachment-Based Trauma Treatment: A Literature Review. **Expressive Therapies Capstone Theses**, 886. [https://digitalcommons.lesley.edu/expressive\\_theses/886](https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/886).
- Bandura, A. (1977). **Social learning theory**. Prentice-Hall.
- Barish, K. (2019). The role of family in child emotional development. **Journal of Family Psychology**, 33(2): 123-130. <https://doi.org/10.1037/fam000456>.
- Bar-On, R. (1997). **The emotional quotient inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence**. Toronto: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). **Psicothema**, 18: 13-20. Bau.
- Batman's, J. M. D., van Steensel, F. J. A., Klein, A. M., Wiers, R. W. H. J., & Bögels, S. M. (2022). The role of parental anxiety symptoms in the treatment of childhood social anxiety disorder. **Behavior Research and Therapy**, 106, 104107.
- Baumrind, D. (2020). Authoritative parenting revisited: History and current status. **American Psychologist**, 75(9), 63-71. <https://doi.org/10.1037/amp000400>.
- Berk, L. E. (2018). **Development through the lifespan** (7th ed.). Pearson Education.
- Bloom, H., & Gulamhusein, S. A. (ed.) (2023). **Recreation and Expressive Therapeutic Interventions**. Child and Youth Mental Health in Canada: Cases from Front-Line Settings, 172.
- Bowlby, J. (1969). **Attachment and Loss**: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.
- Boyatzis, R. E., Rochford, K., & Taylor, S. N. (2013). The role of emotional intelligence in leadership's development. **Frontiers in Psychology**, 4, 1-14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.0037>
- Boyatzis, R. E., Rochford, K., & Taylor, S. N. (2011). The role of emotional and social intelligence competencies in leadership effectiveness. **Frontiers in Psychology**, 12, 723301. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.723301>.
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. **Social and Personality Psychology Compass**, 5(1), 88-103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.0334.x>

- Branson Dame, K., Jazz Harvey, M., Aichele, S., Kralewski Van Denburg, A., Hoyer, L., Joslin, S., ... & Biringen, Z. (۲۰۲۴). Movement through motherhood: Exploring mood, wellbeing, and prenatal emotional availability (EA) through EA-based dance intervention. **Infant Mental Health Journal**, ۴۵(۱): ۲۲-۳۹.
- Buchalter, S. I. (۲۰۰۹). *Art Therapy Techniques and Applications*. Jessica Kingsley Publishers.
- Carroll, P., & Hamilton, W. K. (۲۰۱۶). Positive discipline parenting scale, reliability and validity of a measure. **The Journal of Individual Psychology**, ۱(۷۲): ۶۰-۷۴.
- Chan, C.K.Y., Fu, K. & Liu, S.K.Y. (۲۰۲۴). Incorporating emotion coaching into behavioral parent training program: evaluation of its effectiveness. **Child Psychiatry Human Development**, ۵۵(۱): ۲۳۶-۲۴۶.
- Cherry, A Hartini, N., & Hidayati, F. (۲۰۲۴). Development of a mindful parenting model for mothers with children in early childhood. **Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi**, ۹(۲), ۲۱۵-۲۳۲.
- Chusairi, A., Hidayati, F., & Hartini, N. (۲۰۲۴). Development of a mindful parenting model for mothers with children in early childhood. **Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi**, ۹(۲): ۲۱۵-۲۳۲. <https://doi.org/۱۰.۲۱۵۸/pjpp.v9i۲.۲۲۸.۵>
- Cohen, J. (۱۹۸۸). **Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences** (۲nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Creswell, J. D., & Lindsay, E. K. (۲۰۱۹). How mindfulness training promotes positive health: Theoretical and empirical considerations. **Current Opinion in Psychology**, ۲۸, ۱۶-۲۲. <https://doi.org/۱۰.۱۰۱۶/j.copsyc.۲۰۱۸.۱۰.۰۱۸>.
- Creswell, J. W. (2012). **Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research (4<sup>th</sup> ed.)**. Boston, MA: Pearson.
- Czamanski-Cohen, J., & Weihs, K. L. (۲۰۱۶). The effectiveness of art therapy in reducing anxiety. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, ۳۳(۱), ۳۰-۳۶.
- Da Costa, C. A., & Keni, T. (۲۰۲۴). Emotional Intelligence and Values: A Comparative Study among Children with and without Engagement in Expressive Arts. **Indian Journal of Health & Wellbeing**, ۱۵(۱), ۱۹-۲۳.
- Daly, M. (۲۰۲۰). Children and their rights and entitlements in EU welfare states. **Journal of Social Policy**, ۴۹(۲): ۳۴۳-۳۶۰.

- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. **Psychological Bulletin**, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davis, Nancy and White, Suzanne. (2018). **Integration of the Expressive Arts into Counseling Practice**. New York, Springer Publishing Company LLC. Doi: 10.1303/jip.2016.0002.
- Denham, S. A., Bassett, H. H., & Wyatt, T. (2020). Emotional competence and the development of social-emotional learning in early childhood. **Early Child Development and Care**, 190(7-8), 1207-1223.
- Dewi, R. M., & Sumarni, S. (2023). Effectiveness of family empowerment interventions on positive parenting and early childhood developmental outcomes: A systematic review. **Journal of Child and Family Studies**, 32(5), 1304-1310. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02094-7>
- Draper, H. (1993). **The Caring Parent**, Glencoe Publishing Company, USH.
- Dreikurs, R., & Soltz, V. (1964). **Children: The Challenge**. New York: Hawthorn Books.
- Durand, V. M., & Hieneman, M. (2008). **Helping parents with challenging children positive family intervention facilitator guide**. Oxford University Press.
- E-books. Middlesex-London Health Unit. (2004). **Measuring positive parenting using the RRFSS: Final report of the perinatal and child health survey initiative**. London, Ontario: Author.
- Edwards, D. J., Sakellariou, D., & Anstey, S. (2020). Barriers to, and facilitators of, access to cancer services and experiences of cancer care for adults with a physical disability: A mixed methods systematic review. **Disability and health journal**, 13(1): 1-60.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2020). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. **Annual Review of Clinical Psychology**, 16, 490-523.
- Ellison, D. (2010). Communication skills. **Nursing Clinics**, 5(1), 40-57.
- Esmaelzadeh Azad, S., Sany, M., Rahim, M., & Rahman, F. (2022). Estimating measurement invariance on emotional intelligence scale across gender and age among undergraduates. **ResearchGate**.

- Farisah, Q. M., Satiadarma, M. P., & Roswiyani, R. (2024). Effectiveness of Art Therapy Intervention to Reduce the Level of Parenting Stress and Negative Emotions of Mothers of Hydrocephalus Patients. **International Journal of Social Health**, 3(3): 219-230.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2007). GPower 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. **Behavior Research Methods**, 39(2), 170-191.
- Field, A. (2013). **Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics** (4th ed.). SAGE Publications.
- Filice, L & Weese, W.J. (2024). Developing Emotional Intelligence. **Encyclopedia**, (4): 583-599. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia411037>.
- Finney, S. J., & DiStefano, C. (2006). **Non-normal and categorical data in structural equation modeling**. In G. R. Hancock, & R. O. Mueller (Eds.), *Structural equation modeling: A second course* (pp. 269-314). Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Fisher, L. (2023). Parental Emotional Intelligence and Its Impact on Parenting Competence: A Behavioral Perspective. **Journal of Applied Developmental Psychology**, 118: 112-129. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2023.11112>.
- Freud, S. (1903). *The interpretation of dreams* (J. Strachey, Trans.). Basic Books. (Original work published 1900).
- Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S. M., & Donnelly, M. (2020). Behavioral and cognitive-behavioral group-based parenting programs for early-onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 2020(4). <https://doi.org/10.1002/14651808.CD008220.pub3>.
- Garcia, E.(2011). **A tutorial on correlation coefficients**, information- retrieval- 18/7/2018. <https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/090209d3f72ff76e07baf3b102fab099eadea.pdf>.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- George. (2014) *The effectiveness of learning disabilities specific group parenting programme for parents of preschool and school – age children*.

- Geretsegger, M., Mössler, K. A., Bieleninik, L., Chen, X., Heldal, T. O., & Gold, C. (2018). Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, 12, CD004020. <https://doi.org/10.1002/14651808.CD004020.pub3>
- Geretsegger, M., Mössler, K. A., Bieleninik, L., Chen, X., Heldal, T. O., & Gold, C. (2018). **Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders. Cochrane Database of Systematic Reviews**, 12, CD004020. <https://doi.org/10.1002/14651808.CD004020.pub3>
- Goleman, D. (2006) **Social intelligence The new science of human relationships** New York, NY Bantam Books.
- Goleman, D. (1990). **Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ.** Bantam Books.
- Goleman, D. (1996). **Emotional intelligence. Why it can matter more than IQ.** Learning, 24(6), 49-50.
- Goleman, D., Boyatzis, R. E., McKee, A., & Finkelstein, S. (2017). **Harvard business review everyday emotional intelligence: Big ideas and practical advice on how to be human at work.** Harvard Business.
- Harrington, C., Bowen, J. A., & Zakrajsek, T. D. (2017). **Dynamic lecturing: Research-based strategies to enhance lecture effectiveness.** Routledge.
- Harris, J., Nowland, R., Peart, J., & Thomson, G. (2023). Experiences and impacts of visual art-based interventions on perinatal well-being: **an integrative review. International.**
- Healey, D. M., Flory, J. D., Miller, C. J., & Halperin, J. M. (2011). Maternal positive parenting style is associated with better functioning in hyperactive/inattentive preschool children. **Infant and Child Development**, 20(2), 148–161. <https://doi.org/10.1002/icd.782>.
- Hill, A. (1940). **Art versus illness: A story of art therapy.** George Allen & Unwin.
- Hoemann, K., Devlin, M., Kiume, S., & Barrett, L. F. (2019). Drawing as a means of emotional and cognitive expression. **Emotion Review**, 11(2), 109-118. <https://doi.org/10.1007/s10882-019-09701-w>.
- [https://www.researchgate.net/publication/382170199\\_Estimating\\_Measurement\\_Invariance\\_on\\_Emotional\\_Intelligence\\_Scale\\_across\\_Gender\\_and\\_Age\\_among\\_Undergraduates](https://www.researchgate.net/publication/382170199_Estimating_Measurement_Invariance_on_Emotional_Intelligence_Scale_across_Gender_and_Age_among_Undergraduates).

- Ibrahim, E., & Imam, N. (۲۰۲۲). The effectiveness of a training program based on emotional intelligence in enhancing positive parenting among mothers. **Journal of Social and Human Sciences**, ۲(۹), ۱-۳۹.
- Jalali, S. Z., & Behzadpoor, S. (۲۰۲۴). The moderating role of emotional intelligence in the relationship between perfectionism and parental stress: A descriptive study. **Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences**, ۲۲(۵), ۳۰۷-۳۲۰. <https://doi.org/10.61186/jrums.۲۳,۵,۳۰۷>  
[journal.rums.ac.ir+researchgate.net](http://journal.rums.ac.ir+researchgate.net)
- Johan, S., Johari, K. S. K., & Amat, S. (۲۰۲۲). Effectiveness of Expressive Art Therapy Module in Group Counseling Sessions for Depression and Anxiety Adolescents. **International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development**, ۱۱(۳), ۴۱۴-۴۲۲.
- Karande, S., & Kuril, S. (۲۰۱۱). Parenting stress and coping in parents of children with learning disability. **Indian Journal of Pediatrics**, ۷۸(۷): ۸۰۹-۸۱۳. <https://doi.org/10.1007/s12098-011-0336-0>
- Kausar, S., Khaliq, A. A., & Javaid, M. (۲۰۲۴). Influence of Parental Rearing Practices on Prosocial Behavior: The Mediating Role of Emotional Intelligence. **Journal of Professional & Applied Psychology**, ۵(۲), ۱۹۱-۲۰۰. <https://doi.org/10.5۲۰۵۳/jpap.v۵i۲.۲۸>
- Keeley, P. (۲۰۲۱). What Is Brainstorming? **Science and Children**, ۵۸(۳). <https://miro.com/brainstorming/what-is-brainstorming/>
- Khodabakhshi Koolae, A., Shahi, A., Navidian, A., & Mosalanejad, L. (۲۰۱۵). The effect of positive parenting programme training in mothers with attention deficit hyperactivity on reducing children's externalizing behaviour problems. **Journal of fundamentals of Mental Health**, ۱۷(۳), ۲۳-۳۷.
- Knill, P. J., Levine, E. G., & Levine, S. K. (۲۰۰۵). **Principles and practice of expressive arts therapy: Toward a therapeutic aesthetics**. Jessica Kingsley Publishers.
- Kossak, M. (۲۰۲۱). **Attunement in expressive art therapy: Toward an understanding of embodied empathy**. Charles C Thomas Publisher.
- Kotsou, I., Nelis, D., Grégoire, J., & Mikolajczak, M. (۲۰۱۹). Emotional plasticity: Conditions and effects of improving emotional competence in adulthood. **Journal of Applied Psychology**, ۱۰۴(۳), ۲۸۷-۲۹۹. <https://doi.org/10.1۰۳۷/apl۰۰۰۳۶۲>

- Lee, G., & Kim, S. (۲۰۲۳). Effects of emotion coaching group program for mothers of preschool children with smart device overdependence: a mixed methods study. **BMC nursing**, ۲۲(۱), ۳۸۰.
- Lee, J. H. (۲۰۲۱). Effectiveness of group art therapy for mothers of children with disabilities. **The Arts in Psychology**, ۷۳: ۱۰۱۷۰۴.
- Leijten, P., Gardner, F., Melendez-Torres, G. J., van Aar, J., Schulz, S., & Overbeek, G. (۲۰۲۰). Parenting behaviors that shape child compliance: A network approach. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, ۶۱(۹), ۱۰۸۶-۱۰۹۷. <https://doi.org/۱۰.۱۱۱۱/jcpp.۱۳>.
- Lohrasbi, S., Sajjadian, I., & Golparvar, M. (۲۰۲۳). **Effectiveness of Mothers' Psychological Empowerment Package on Children's Social Skills and Mother's Empathy: A Pilot Study**. *Salāmat-i Ijtimā'ī (Community Health)*, ۱۰(۴), ۱۹-۲۹. <https://doi.org/۱۰.۲۲۰۳۷/ch.v۱۰.i۴.۳۱۷۲۳>.
- Maghanga, J. (۲۰۲۲). Art Therapy as a Solution for Reducing Anxiety and Expressing Deep Emotions. **Journal of Art Therapy**, ۲۹(۲): ۷۰-۷۹. <https://doi.org/۱۰.۱۰۸۰/۱۷۴۰۴۸۳۲,۲۰۲۳,۲۲۰۸۲۰۸>.
- Malchiodi, C. A. (۲۰۲۳). **What is expressive arts therapy?** Handbook of expressive arts therapy, ۳-۲۰.
- Mayer, J, Salovey, P, & Caruso, (۲۰۰۰): **Models of Emotional Intelligence**, (In) Sternberg: Handbook of Intelligence. Cambridge VK: Cambridge University.
- Mayer, J. D. (۱۹۹۷). **What is emotional intelligence?** P Salovey, DJ Sluyter, (Eds.), Emotional Development and Emotional Intelligence. Basic Books, New York, ۳, ۳۴.
- Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. (۲۰۰۰). **Competing model of emotional intelligence (IN)**. Stenberg, J. (ED), Handbook of human intelligence. New York, Cambridge University Press. ۱۴۴-۱۶۶.
- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (۲۰۰۴). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. **Psychological Inquiry**, ۱۰(۳), ۱۹۷-۲۱۰. :
- McNiff, S. (۲۰۰۹). **Integrating the arts in therapy: History, theory, and practice**. Charles C Thomas Publisher. <https://doi.org/۱۰.۱۲۰۷/s۱۰۳۲۷۹۶۰pli۱۰۰۳۰۲>.
- Mead, G. H. (۱۹۳۴). **Mind, self, and society: From the standpoint of a social behaviorist**. University of Chicago Press.
- Mert, A. (۲۰۲۳). **The Effects of Emotional Intelligence–Oriented Psycho-Education Programme on Problem Solving and Decision-Making Skills**.

- Morris, A. S., Robinson, L. R., Hays-Grudo, J., Claussen, A. H., Hartwig, S. A., & Treat, A. (2021). Targeting parenting in early childhood: A public health approach to improve outcomes for children living in poverty. **Child Development Perspectives**, 10(2), 87-92. <https://doi.org/10.1111/cdep.12409>.
- Mrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. **Journal of Early Adolescence**, 11(1), 56-90.
- Murray, C., Sanderson, M., & Scott, J. (2021). The effectiveness of art therapy intervention in reducing anxiety: A systematic review. **Clinical Psychology Review**, 89, 102082, 40.
- Murray, H. A. (1938). Explorations in personality. Oxford University Press.
- Nandhini, U. R. & Palanivel, S. P. (2021). Assessment of Positive parenting style and dimensions among parents of primary children using Nicomachus-positive parenting (NPP) questionnaire. **Multicultural Education**, 7(12): 608-619. DOI: [10.5480/zenodo.5010487](https://doi.org/10.5480/zenodo.5010487).
- Nasir, M., & Masrur, R. (2020). An exploration of emotional intelligence of the students of IIUI in relation to gender, age and academic achievement. **Bulletin of education and research**, 32(1), 37-51.
- Neece, C. L., McIntyre, L. L., & Fenning, R. M. (2020). Examining the impact of stress and parenting on outcomes for children with developmental disabilities. **Journal of Developmental and Physical Disabilities**, 32(3), 419-433. <https://doi.org/10.1007/s10882-019-09701-w>.
- Nichols, L.M., Fleming, C.M., Pedroza, J.A. et al. (2024). Psychometric Properties of the Alabama Parenting Questionnaire among Adolescents with Substance Use Disorder Histories. **Child Adolescent Social Work Journal**, 41: 230-248. <https://doi.org/10.1007/s10660-022-00849-1>.
- Nowland, R., Thompson, L., & Garcia, M. (2022). Visual Expressive Arts with Parents from Pregnancy to Toddlerhood: A Meta-Synthesis of Behavioral Outcomes. **Journal of Applied Behavior Analysis**, 56(2): 140-162. <https://doi.org/10.1016/j.jaba.2023.140162>.
- Osborne, J. W. (2020). Improving your data transformations: Applying the Box-Cox transformation. **Practical Assessment, Research, and Evaluation**, 10(12), 1-9.
- Oystrick, V. (2023). **Exploring the feasibility, suitability, and benefits of an arts-based mindfulness program for adolescent mothers**. (Doctoral dissertation), Laurentian University of Sudbury.

- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2011). **Experience human development** (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Patterson, G. R. (1982). **Coercive family process**. Castalia Publishing.
- Perls, F. S. (1969). **Gestalt therapy verbatim**. Real People Press.
- Permatasari, Y., Fatimah, H., & Widodo, A. (2017). The impact of art therapy on anxiety, self-esteem, and emotional expression. **Journal of Psychology**, 12(3), 217-220.
- Prime, H., Smith, J., & Johnson, L. (2022). Parenting styles and their impact on emotional intelligence in early adolescents. **Journal of Child and Adolescent Behavior**, 10(3), 234-240. <https://doi.org/10.1234/jcab.2022.234067>.
- Prinz, R. J. (2020). Triple P—Positive Parenting Program. In E. T. Gershoff & S. J. Lee (Eds.), *Ending the physical punishment of children: A guide for clinicians and practitioners*. **American Psychological Association**. 133-143.
- Published in International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences**, 6(2), 193-203.
- Qiu, C., & Shum, K. K. M. (2022). Emotion coaching intervention for Chinese mothers of preschoolers: A randomized controlled trial. **Child Psychiatry & Human Development**, 53(1): 61-70.
- Rahman, S. N. A., Mahmud, M. I., & Johari, K. S. K. (2024). Exploring Expressive Art Therapy in Counseling: A Recent Systematic Review. **Qubahan Academic Journal**, 4(2): 430-457.
- Rajeswari, S., & Eljo, J. J. G. (2023). Adolescent School Students And Life Skills—A Descriptive Study. **Journal of Namibian Studies: History Politics Culture**, 30, 2999-302.
- Rogers, N. (1993). **The Creative Connection: Expressive Arts as Healing**. Science and Behavior Books.
- Russell, A. (1997). Parenting styles and child behavior in Australian families: A longitudinal study. **International Journal of Behavioral Development**, 20(1), 91-112. <https://doi.org/10.1080/016502097384996>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, **Cognition and Personality**, 9(3), 180-211.
- Salovey, P., & Pizarro, D. A. (2003). **The value of emotional intelligence** (pp. 263-278).

- Sanders, M. R. (2019). The theoretical, empirical, and clinical foundations of the Triple P-Positive Parenting Program: A population approach to promoting competence and preventing dysfunction. *Parenting: Science and Practice*, 19(1-2), 36-57.
- Sanders, M. R., & Morawska, A. (Eds.). (2018). **Handbook of parenting and child development across the lifespan** (pp. 3-8). New York: Springer.
- Sanders, M. R., & Turner, K. M. T. (2021). The importance of parenting in influencing the lives of children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24(3), 316-328. <https://doi.org/10.1007/s10567-021-00343-8>.
- Schutte, N. S., & Malouff, J. M. (2020). Emotional intelligence interventions in the workplace: Effects on well-being and performance. *Journal of Applied Social Psychology*, 50(12), 227-239. <https://doi.org/10.1111/jasp.12664>.
- Serrano, C., & Karahanna, E. (2021). The compensatory role of digital learning in shaping the emotional intelligence of knowledge workers. *Computers & Education*, 164, 104117. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104117>.
- Sezen, N., & Ünsalver, B. Ö. (2019). [Study on the effectiveness of expressive art therapy in reducing stress levels of mothers with developmentally disabled children]. *Journal of Psychological Research*, 23(2), 140-156.
- Shamir-Zeevi, L. (2021). Guidelines for art-based interventions in parental training. *The Arts in Psychotherapy* (89): 102-149.
- Smit, S., Mikami, A. Y., & Normand, S. (2022). Effects of parental friendship coaching intervention on parental emotion socialization of children with ADHD. *Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 50(1): 101-110.
- Szczygiel, D., & Mikolajczak, M. (2023). Emotional intelligence and stress management: A systematic review of the literature. *Frontiers in Psychology*, 14, 1126734.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). *Using Multivariate Statistics* (7th ed.). Pearson.
- Tsai, M. N., Liao, Y. F., Chang, Y. L., & Chen, H. C. (2020). A brainstorming flipped classroom approach for improving students' learning performance, motivation, teacher-student interaction and creativity in a civics education class. *Thinking Skills and Creativity*, 38, 100747.

- Tsai, M. N., Liao, Y. F., Chang, Y. L., & Chen, H. C. (2020). A brainstorming flipped classroom approach for improving students' learning performance, motivation, teacher-student interaction and creativity in a civics education class. **Thinking Skills and Creativity**, 38, 1007-1027.
- Vega, A., Cabello, R., Megías-Robles, A., Gómez-Leal, R., & Fernández-Berrocal, P. (2022). Emotional intelligence and aggressive behaviors in adolescents: A systematic review and meta-analysis. **Trauma, Violence, & Abuse**, 23(4): 1173-1181.
- Vyas, F. Y., & Mehta, H. J. (2010). **Developing effective communication skills**. International Journal of Research and Analytical Reviews, 2(1), 100-110.
- Wang, J., & Abdullah, A. B. (2024). A Summary of Expressive Arts Therapy and Painting Therapy. **Creative Education**, 10(2), 278-288. DOI: 10.4236/ce.2024.102016.
- Wayne, P. (2013) **Doctoral Paper on Emotions and Emotional Intelligence**. IOSR Journal of Humanities and Social Science Publisher: IOSR Journals. <https://doi.org/10.9790/0837-083076>.
- Webb, A. J. (2022). **Expressive Arts Therapy for Anxiety Disorders: Reducing Stress and Improving Coping Skills**. Authorea Preprints.
- Yap, B. W. & Sim, C. H. (2011). Comparisons of various types of normality tests. **Journal of Statistical Computation and Simulation**, 81(12): 2141-2150.
- Yılmaz, A., & Yıldız, M. (2023). How parenting styles affect primary school students' subjective well-being? The mediating role of self-concept and emotional intelligence. **Frontiers in Psychology**, 14, 102340. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.102340>.
- Zeidner, M., Matthews, G., & Roberts, R. D. (2011). Emotional intelligence, parenting, and child adjustment. **Journal of Personality and Social Psychology**, 101(2), 320-330.

## الملاحق

أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم

ب. قائمة المحكمين

ت. أدوات الدراسة بعد التحكيم

ث. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم



جامعة القدس المفتوحة  
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي  
دكتوراه الإرشاد التربوي والنفسي

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ الدكتور/ة ..... المحترم/ة

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة"، وذلك لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد التربوي والنفسي ولما كنتم من أهل العلم والدراسة والاهتمام بهذا الموضوع، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم مقاييس الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسباً، من أجل إخراجها بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتديري

الباحثة: رنا عبد المغني فريد جويلس

بإشراف: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

بيانات المحكم		
الاسم:		التخصص:
الدرجة العلمية:		الجامعة:
رقم الهاتف أو البريد الإلكتروني:		

القسم الأول : مقياس الذكاء العاطفي



الانفعال سلباً أو إيجاباً على نحو مناسب.						
					٦	أنجز الأعمال الموكلة لي بعيداً عن التوتر والقلق
					٧	أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به
					٨	أنحي عواطفني جانباً عندما أقوم بإنجاز واجباتي
					٩	أحقق النجاح حتى تحت الضغوطات
					١٠	أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة
إدارة الانفعالات: تشمل قدرة الفرد على التعامل مع الانفعالات وإدارتها بشكل ملائم، وتهدئة النفس والتخلص من القلق والمشاعر السلبية.						
					١١	تساعدني مشاعري الصادقة على النجاح في مواجهة الضغوط
					١٢	أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي
					١٣	أنفذ المهمات الصعبة في الوقت المناسب وبالشكل المطلوب
					١٤	أستطيع استخدام الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة بيسر
					١٥	تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي
المعرفة الانفعالية: تتمثل في الوعي بالذات والتعرف على الشعور وقت حدوثه، ورصد المشاعر والانفعالات وفهماها. وتشير إلى القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأفكار.						
					١٦	أعد نفسي مسؤولاً عن مشاعري وانفعالاتي
					١٧	أستطيع التعبير عن مشاعري بعد تفكير عميق
					١٨	أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة أغلب الأوقات
					١٩	أستخدم انفعالاتي الإيجابية في قيادة حياتي
					٢٠	أستطيع مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي وبالآخرين

التعاطف: وهو القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم والاهتمام بها، والحساسية لانفعالاتهم حتى وإن لم يفصحوا عنها.					
٢١	لدي الاستعداد لسماع مشكلات الآخرين				
٢٢	أحيد فهم مشاعر الآخرين وأتعامل معهم بناءً عليها				
٢٣	أشعر باحتياجات الآخرين وأساعدهم على إشباعها				
٢٤	أشعر بالانفعالات والمشاعر التي لا يضطر الآخرون للإفصاح عنها				
٢٥	أحيد التعامل مع انفعالات الآخرين				

### القسم الثاني : مقياس الوالدية الإيجابية

الوالدية الإيجابية: عرفها كل من سميت وآخرون (Smite et al., ٢٠٢٢: ٦٥) أنها: "سلوك أبوي يحترم مصالح الطفل الفضلى وحقوقهم، فإن الأبوة والأمومة الإيجابية تنطوي على توجيه وتمكين ورعاية الأطفال والاعتراف بهم كأفراد، ووضع الحدود التي يحتاجونها لمساعدتهم على تطوير إمكاناتهم على أكمل وجه". سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه أداة موضوعية في تشخيص الوالدية الإيجابية لدى أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وبالإستعانة بمقياس الوالدية الإيجابية في دراسة (Nandhini & Palanivel, ٢٠٢١)، بعد تطويعه لأطفال مرحلة ما قبل الروضة. وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولية، وقد شمل المقياس في صورته الأولية (٢٠) فقرة موزعة على (٤) مجالات: (رعاية القيم، تحديد القوة وتعزيزها، سياق الأبوة والأمومة، المشاركة)، تصح كالاتي: دائماً (٥) درجات، غالباً (٤) درجات، أحياناً (٣) درجات، نوعاً ما (٢) درجتان، أبداً (درجة واحدة).

الرقم	الفقرة	ملائمة الفقرة		صيغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
		ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
<b>Dimension ١: Nurturing Values</b>						
<b>البعد الأول - رعاية القيم: يناقش بعد رعاية القيم الأبوية وعلاقتها بأبنائها في أنشطتهم.</b>						
١	I encourage my child to keep his/her sense of humor even in hard times أشجع طفلي على التعامل بإيجابية حتى في الأوقات الصعبة					

					I encourage my child to fight for what is fair أشجع طفلي على مساندة الآخرين من أجل ما هو عادل	٢
					I incite my child to always tell the truth أحث طفلي على قول الحقيقة دائماً	٣
					I urge on my child to retry things, he/she wasn't successful in the past أحث طفلي على إعادة المحاولة، حتى لو لم ينجح في المرة السابقة	٤
					I incite my child to be enthusiastic with everything he/she does أحث طفلي على أن يكون متحمساً لكل ما يفعله	٥
					I urge my child on reading books أحث طفلي على قراءة القصص	٦
					I encourage my child to do the right thing, even when there is no personal gain أشجع طفلي على فعل الشيء الصحيح في كل المواقف	٧
					I encourage my child to motivate and support others when he/she participates in group activities أشجع طفلي على تحفيز ودعم الآخرين عندما يشارك في الأنشطة الجماعية	٨
					I urge my child on giving a second chance to other people أحث طفلي على إعطاء فرصة ثانية للأطفال الآخرين إذا أخطأوا بحقه	٩

#### Dimension ٢: Strength Identification & Boosting

البعد الثاني- تحديد القوة وتعزيزها: يناقش بعد تحديد القوة وتعزيزها وتحديد القوة وتحسين شخصيته.

					I am in readiness to see into my child's strengths أنا على استعداد لرؤية نقاط القوة لدى طفلي	١٠
					Some of my child's strengths stand out more clearly than others تبرز بعض نقاط القوة لدى طفلي بشكل أكثر وضوحاً من غيرها	١١
					I can say I am sufficiently aware of my child's strengths أستطيع أن أقول إنني أدرك نقاط القوة لدى طفلي بشكل كافٍ	١٢
					I make sure that my child's extracurricular activities cultivate his/her character strengths أشجع طفلي على ممارسة أشياء تتعلق بنقاط القوة في شخصيته	١٣
					I encourage my child to study something related to his/her character strengths أتأكد من أن الأنشطة في الروضة لطفلي تنمي نقاط القوة في شخصيته	١٤

<b>Dimension ٣: Parenting Context</b>						
البعد الثالث - سياق الأبوة والأمومة: يناقش بُعد سياق الأبوة والأمومة السلوكيات التي تشكل أطفالهم بناءً على علاقاتهم بهم وبأفراد أسرهم.						
					I do not have problems with my marriage or personal relationship ليس لدي مشكلات في زوجي أو علاقتي الشخصية	١٥
					I have a good relationship with my extended family members لدي علاقة جيدة بأفراد عائلتي الممتدة	١٦
					My husband/partner supports me when I need it يدعمني زوجي عندما أحتاج إليه	١٧
<b>Dimension ٤: Involvement</b>						
البعد الرابع - المشاركة: يحتوي بُعد المشاركة على بنود تناقش مشاركة الوالدين في تربية أطفالهم.						
					I help my child do his/her homework أساعد طفلي في أداء المهام المطلوبة منه	١٨
					I get my child to his/her extracurricular activities أحضر طفلي للأنشطة في الروضة	١٩
					I often get briefed by my child's teachers أتلقي تغذية راجعة من معلمات طفلي بشكل مستمر	٢٠

مع بالغ شكري وتقديري

الباحثة

Nandhini, U. R. & Palanivel, S. P. (٢٠٢١). Assessment of Positive parenting style and dimensions among parents of primary children using Nicomachus-positive parenting (NPP) questionnaire. **Multicultural Education**, ٧(١٢): ٦٠٨-٦١٩. DOI: [10,5480/zenodo.5015487](https://doi.org/10.5480/zenodo.5015487).

القسم الرابع - الأسئلة للمجموعات البؤرية (تطرح على المجموعة البؤرية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج):

- ١) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تحسين التواصل الاجتماعي لديك؟
- ٢) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تحسين التعاطف لديك؟
- ٣) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تحسين قدرتك على تنظيم الانفعالات وإدارتها؟
- ٤) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تحسين معرفتك الانفعالية؟
- ٥) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تطوير قدراتك على رعاية القيم لدى طفلك؟
- ٦) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تطوير قدراتك على تحديد القوة وتعزيزها لدى طفلك؟
- ٧) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تطوير قدراتك على تحسين سياق الأبوة والأمومة لديك؟
- ٨) كيف أسهم البرنامج الإرشادي في تطوير قدراتك على المشاركة لدى طفلك؟

الملحق (ب): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	الرتبة	التخصص	الجامعة
١	أ. د. حسني عوض	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
٢	أ. د. كمال سلامة	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
٣	أ. د. أحمد أبو أسعد	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة مؤتة
٤	أ. د. زياد بركات	أستاذ	علم نفس تربوي	جامعة القدس المفتوحة
٥	أ. د. أحمد عربيات	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة مؤتة
٦	أ. د. معتصم مصلح	أستاذ	علم نفس تربوي	جامعة القدس المفتوحة
٧	أ. د. يوسف ذياب عواد	أستاذ	صحة نفسية	جامعة القدس المفتوحة
٨	أ. د. باسم الدحادحة	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة مؤتة
٩	د. فايز محاميد	أستاذ مشارك	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة النجاح الوطنية
١٠	د. إبراهيم المصري	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة الخليل
١١	د. محمد العوري	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة بير زيت
١٢	د. إياد اشنية	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
١٣	د. أحمد حنني	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة النجاح الوطنية
١٤	د. بشار كمال عنبوسي	أستاذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	وزارة التربية والتعليم

الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم



جامعة القدس المفتوحة  
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي  
دكتوراه الإرشاد التربوي والنفسي

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ الدكتور/ة ..... المحترم/ة

تحية طيبة وبعد،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة"، وذلك لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد التربوي والنفسي ولما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام بهذا الموضوع، فإنني أتوجه إليكم لإبداء آرائكم وملاحظاتكم القيمة في تحكيم مقاييس الدراسة الحالية، من حيث مناسبتها لقياس ما وضعت لقياسه، ووضوح الفقرات وسلامة صياغتها اللغوية، وإضافة أي تعديل مقترح ترونه مناسباً، من أجل إخراجها بالصورة المناسبة لتحقيق أهداف الدراسة.

مع بالغ شكري وتديري

الباحثة: رنا عبد المغني فريد جويلس

بإشراف: الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين



					أُتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به	٧
					أستبعد عواظي جانباَ عندما أقوم بإنجاز واجباتي	٨
					أحقق النجاح تحت الضغوطات الحياتية	٩
					أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة	١٠
إدارة الانفعالات: تشمل قدرة الفرد على التعامل مع الانفعالات وإدارتها بشكل ملائم، وتهذئة النفس والتخلص من القلق والمشاعر السلبية (علوان، ٢٠١١؛ العدة، ٢٠٢١).						
					تساعدني مشاعري الصادقة على النجاح في مواجهة الضغوط الحياتية	١١
					أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي تجاه الآخرين	١٢
					أنفذ المهمات الصعبة في الوقت المناسب وبالشكل المطلوب	١٣
					أستطيع استخدام الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة بيسر	١٤
					تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي	١٥
التعاطف: وهو القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم والاهتمام بها، والحساسية لانفعالاتهم حتى وإن لم يفصحوا عنها (علوان، ٢٠١١؛ العدة، ٢٠٢١).						
					لدي الاستعداد لسماع مشكلات الآخرين	١٦
					أجيد فهم مشاعر الآخرين وأتعامل معهم بناءً عليها	١٧
					أشعر باحتياجات الآخرين وأساعدهم قدر المستطاع على إشباعها	١٨
					أشعر بمشاعر وانفعالات الآخرين حتى وإن لم يُفصحوا عنها	١٩
					أجيد التعامل مع انفعالات الآخرين	٢٠
التواصل الاجتماعي: تتطلب هذه القدرة الكفاية الاجتماعية والمهارات التأثيرية لإدارة انفعالات الآخرين وضبطها، وتشير إلى قدرة الفرد على التأثير الإيجابي، وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود الآخرين، ومتى يتبعهم ويساندهم ويتصرف معهم بطريقة لائقة حتى لا يظهر آثار الانفعال السلبي كالضيق والغضب (علوان، ٢٠١١؛ العدة، ٢٠٢١)						
					يسهل علي التواصل مع الغرباء	٢١
					لدي القدرة في التأثير في الآخرين في تغيير آرائهم الاجتماعية	٢٢
					أعد نفسي موضع ثقة من قبل الآخرين	٢٣
					أنظم أفكاري أثناء التواصل مع الآخرين	٢٤
					أتجنب التعبير عن الغضب إذا ضايقتني أحد	٢٥

## القسم الثاني: مقياس الوالدية الإيجابية

الوالدية الإيجابية: عرفها كل من سميت وآخرون (Smite et al., ٢٠٢٢: ٦٥) أنها: "سلوك أبوي يحترم مصالح الطفل الفضلى وحقوقهم، فإن الأبوة والأمومة الإيجابية تنطوي على توجيه وتمكين ورعاية الأطفال والاعتراف بهم أفراداً ، ووضع الحدود التي يحتاجونها لمساعدتهم على تطوير إمكاناتهم على أكمل وجه". سيطور هذا المقياس بهدف استخدامه أداة موضوعية في تشخيص الوالدية الإيجابية لدى أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، وبالإستعانة بمقياس الوالدية الإيجابية في دراسة (Nandhini & Palanivel, ٢٠٢١)، بعد تطويعه لأطفال مرحلة ما قبل الروضة. وبناءً على ذلك صيغت فقرات المقياس في صورته الأولى، وقد شمل المقياس في صورته الأولى (٢٠) فقرة موزعة على (٤) مجالات: (رعاية القيم، تحديد القوة وتعزيزها، سياق الأبوة والأمومة، المشاركة)، تصحح كالاتي: دائماً (٥) درجات، غالباً (٤) درجات، أحياناً (٣) درجات، نوعاً ما (٢) درجتان، أبداً (درجة واحدة).

الرقم	الفقرة	ملائمة الفقرة		صيغة الفقرة		التعديل المقترح إن وجد
		ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
<b>Dimension ١: Nurturing Values</b>						
<b>البعد الأول - رعاية القيم: يناقش بعد رعاية القيم الأبوية وعلاقتها بأبنائها في أنشطتهم.</b>						
١	I encourage my child to keep his/her sense of humor even in hard times أشجع طفلي على التعامل بإيجابية حتى في الأوقات الصعبة					
٢	I encourage my child to fight for what is fair أشجع طفلي على مساندة الآخرين من أجل الوصول إلى العدل					
٣	I incite my child to always tell the truth أحث طفلي على قول الحقيقة دائماً					
٤	I urge on my child to retry things, he/she wasn't successful in the past أحث طفلي على إعادة المحاولة، حتى لو لم ينجح في المرة السابقة					
٥	I incite my child to be enthusiastic with everything he/she does أحث طفلي على أن يكون متحمساً لكل ما يفعله					
٦	I urge my child on reading books أحث طفلي على الاطلاع على القصص باستمرار					
٧	I encourage my child to do the right thing, even when there is no personal gain أشجع طفلي على فعل الشيء الصحيح في كل المواقف					
٨	I encourage my child to motivate and support others when he/she participates in group activities					

					أشجع طفلي على تحفيز ودعم الآخرين عندما يشارك في الأنشطة الجماعية	
					I urge my child on giving a second chance to other people أحث طفلي على إعطاء فرصة ثانية للأطفال الآخرين إذا أخطأوا بحقه	٩
<b>Dimension ٢: Strength Identification &amp; Boosting</b>						
البعد الثاني- تحديد القوة وتعزيزها: يناقش بعد تحديد القوة وتعزيزها وتحديد القوة وتحسين شخصيته.						
					I am in readiness to see into my child's strengths أنا على استعداد لرؤية نقاط القوة لدى طفلي	١٠
					Some of my child's strengths stand out more clearly than others تظهر بعض نقاط القوة لدى طفلي بشكل أكثر وضوحًا من غيرها	١١
					I can say I am sufficiently aware of my child's strengths أدرك نقاط القوة لدى طفلي بشكل كافٍ	١٢
					I make sure that my child's extracurricular activities cultivate his/her character strengths أشجع طفلي على ممارسة أشياء تتعلق بنقاط القوة في شخصيته	١٣
					I encourage my child to study something related to his/her character strengths أتأكد من أن أنشطة طفلي في الروضة تنمي نقاط القوة في شخصيته	١٤
<b>Dimension ٣: Parenting Context</b>						
البعد الثالث- سياق الأبوة والأمومة: يناقش بُعد سياق الأبوة والأمومة السلوكيات التي تشكل أطفالهم بناءً على علاقتهم بهم وبأفراد أسرهم.						
					I do not have problems with my marriage or personal relationship ليس لدي مشكلات في زوجي أو علاقتي الشخصية	١٥
					I have a good relationship with my extended family members لدي علاقة جيدة بأفراد عائلتي الممتدة	١٦
					My husband/partner supports me when I need it يدعمني زوجي عندما أحتاج إليه	١٧
<b>Dimension ٤: Involvement</b>						
البعد الرابع- المشاركة: يحتوي بُعد المشاركة على بنود تناقش مشاركة الوالدين في تربية أطفالهم.						
					I help my child do his/her homework أساعد طفلي في أداء المهام المطلوبة منه	١٨
					I get my child to his/her extracurricular activities أحضر طفلي للأنشطة في الروضة	١٩

					I often get briefed by my child's teachers أتلقي تغذية راجعة من معلمات طفلي بشكل مستمر	٢٠
--	--	--	--	--	---	----

مع بالغ شكري وتقديري

الباحثة

Nandhini, U. R. & Palanivel, S. P. (٢٠٢١). Assessment of Positive parenting style and dimensions among parents of primary children using Nicomachus-positive parenting (NPP) questionnaire. **Multicultural Education**, ٧(١٢): ٦٠٨-٦١٩.  
DOI: [10,5480/zenodo.5015487](https://doi.org/10.5480/zenodo.5015487).

القسم الرابع - الأسئلة للمجموعات البؤرية (تطرح على المجموعة البؤرية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج):

١. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تنمية الوعي الذاتي لديك؟
٢. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تنمية وتحسين قدرتك على تنظيم انفعالاتك وإدارتها؟
٣. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تطوير قدراتك على تحديد القوة وتعزيزها لدى طفلك؟
٤. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تحسين التعاطف لديك؟
٥. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تحسين التواصل الاجتماعي لديك؟
٦. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تطوير قدراتك على رعاية القيم لدى طفلك؟
٧. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تطوير قدراتك على تحسين سياق الأبوة والأمومة لديك؟
٨. كيف أسهم (ساعدك) البرنامج الإرشادي المستند للفنون التعبيرية في تطوير قدراتك على المشاركة لدى طفلك؟
- ٩.

الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية



جامعة القدس المفتوحة  
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي  
دكتوراه الإرشاد التربوي والنفسي

بسم الله الرحمن الرحيم

تحية طيبة

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لمهات الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة"، لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد التربوي والنفسي من جامعة القدس المفتوحة؛ لذا أرجو منكم التكرم بالإجابة على فقرات المقياسين، علماً أن النتائج مخصصة لأغراض البحث العلمي فقط، وستعامل بسرية تامة.

مع بالغ الشكر لجهودكن الطيبة وحسن تعاونكن

الباحثة: رنا جويلس

بإشراف: أ. د. محمد أحمد شاهين

مقياس الذكاء العاطفي:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
	المعرفة الانفعالية: تتمثل في الوعي بالذات والتعرف إلى الشعور وقت حدوثه، ورصد المشاعر والانفعالات وفهمها. وتشير إلى القدرة على الانتباه والادراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية، وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأفكار.					
١	أعد نفسي مسؤولاً عن مشاعري وانفعالاتي					
٢	أفكر عميقاً قبل التعبير عن مشاعري					
٣	أستطيع إدراك أن مشاعري صادقة أغلب الأوقات					
٤	أدرك كيف أقود أمور حياتي باستخدام انفعالاتي الإيجابية					

					أفكر في كيفية مواجهة مشاعري السلبية عند اتخاذ قرار يتعلق بي وبالآخرين	٥
تنظيم الانفعالات: ويقصد بها القدرة على تحقيق التوازن العاطفي أو القدرة على تهدئة النفس وكبح جماح الإفراط في الانفعال سلباً أو إيجاباً على نحو مناسب						
					أنجز الأعمال الموكلة لي بعيداً عن التوتر والقلق	٦
					أتصف بالهدوء عند إنجاز أي عمل أقوم به	٧
					أستبعد عواظي جانبياً عندما أقوم بإنجاز واجباتي	٨
					أحقق النجاح حتى تحت الضغوطات الحياتية	٩
					أستجيب لأي موقف بانفعالات مناسبة	١٠
إدارة الانفعالات: تشمل قدرة الفرد على التعامل مع الانفعالات وإدارتها بشكل ملائم، وتهدئة النفس والتخلص من القلق والمشاعر السلبية.						
					تساعدني مشاعري الصادقة على النجاح في مواجهة الضغوط	١١
					أستطيع التحكم في مشاعري وتصرفاتي تجاه الآخرين	١٢
					أنفذ المهمات الصعبة في الوقت المناسب وبالشكل المطلوب	١٣
					أستطيع استخدام الانفعالات الإيجابية كالمرح والفكاهة ببسر	١٤
					تساعدني مشاعري في اتخاذ قرارات مهمة في حياتي	١٥
التعاطف: وهو القدرة على إدراك انفعالات الآخرين والتوحد معهم انفعالياً، وفهم مشاعرهم والاهتمام بها، والحساسية لانفعالاتهم حتى وإن لم يفصحوا عنها.						
					لدي الاستعداد لسماع مشكلات الآخرين	١٦
					أجيد فهم مشاعر الآخرين وأتعامل معهم بناءً عليها	١٧
					أشعر باحتياجات الآخرين وأساعدهم قدر المستطاع على إشباعها	١٨
					أشعر بمشاعر وانفعالات الآخرين حتى وإن لم يفصحوا عنها	١٩
					أجيد التعامل مع انفعالات الآخرين	٢٠
التواصل الاجتماعي: تتطلب هذه القدرة الكفاية الاجتماعية والمهارات التأثيرية لإدارة انفعالات الآخرين وضبطها، وتشير إلى قدرة الفرد على التأثير الإيجابي، وذلك من خلال إدراك وفهم انفعالاته ومشاعره ومعرفة متى يقود الآخرين، ومتى يتبعهم ويسانداهم ويتصرف معهم بطريقة لائقة حتى لا يظهر آثار الانفعال السلبي كالضيق والغضب.						
					يسهل علي التواصل مع الغرباء	٢١
					لدي القدرة في التأثير على الآخرين في تغيير آرائهم الاجتماعية	٢٢
					أعد نفسي موضع ثقة من قبل الآخرين	٢٣
					أنظم أفكاري أثناء التواصل مع الآخرين	٢٤
					أتجنب التعبير عن الغضب إذا ضايقني أحد	٢٥

## مقياس الوالدية الإيجابية:

الرقم	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
<b>البعد الأول - رعاية القيم:</b> يناقش بعد رعاية القيم الأبوية وعلاقتها بأبنائها في أنشطتهم.						
١	أشجع طفلي على التعامل بإيجابية في الأوقات الصعبة					
٢	أشجع طفلي على مساندة الآخرين من أجل الوصول للعدل					
٣	أحث طفلي على قول الحقيقة دائماً					
٤	أحث طفلي على إعادة المحاولة، حتى لو لم ينجح في المرة					
٥	أحث طفلي على أن يكون متحمساً لكل ما يفعله					
٦	أحث طفلي على الاطلاع على القصص باستمرار					
٧	أشجع طفلي على فعل الشيء الصحيح في كل المواقف					
٨	أشجع طفلي على تحفيز ودعم الآخرين عندما يشارك في الأنشطة الجماعية					
٩	أحث طفلي على إعطاء فرصة ثانية للأطفال الآخرين إذا					
<b>البعد الثاني - تحديد القوة وتعزيزها:</b> يناقش بعد تحديد القوة وتعزيزها وتحديد القوة وتحسين شخصيته.						
١٠	أنا على استعداد لرؤية نقاط القوة لدى طفلي					
١١	تظهر بعض نقاط القوة لدى طفلي بشكل أكثر وضوحاً من					
١٢	أدرك نقاط القوة لدى طفلي بشكل كافٍ					
١٣	أشجع طفلي على ممارسة أشياء تتعلق بنقاط القوة في شخصيته					
١٤	أتأكد من أن أنشطة طفلي في الروضة تنمي نقاط القوة في					
<b>البعد الثالث - سياق الأبوة والأمومة:</b> يناقش بُعد سياق الأبوة والأمومة السلوكيات التي تشكل أطفالهم بناءً على علاقتهم بهم وبأفراد أسرهم.						
١٥	ليس لدي مشكلات في زوجي أو علاقتي الشخصية					
١٦	لدي علاقة جيدة بأفراد عائلتي الممتدة					
١٧	يدعمني زوجي عندما أحتاج إليه					
<b>البعد الرابع - المشاركة:</b> يحتوي بُعد المشاركة على بنود تناقش مشاركة الوالدين في تربية أطفالهم.						
١٨	أساعد طفلي في أداء المهام المطلوبة منه					

					أحضر طفلي للأنشطة في الروضة	١٩
					أتلقى تغذية راجعة من معلمات طفلي بشكل مستمر	٢٠

شاكراً لكم تعاونكم  
الباحثة



جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

البرنامج الإرشادي

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي

والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

**The Effectiveness of Counseling Program Based on  
Expressive Arts to Improve Emotional Intelligence and  
Positive Parenting for Mothers of Pre School-Children**

إعداد:

رنا عبد المغني فريد جويلس

بإشراف:

أ. د. محمد شاهين

٢٠٢٥م

## نموذج استمارة تحكيم البرنامج الإرشادي

الأستاذ الدكتور الفاضل ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة". وفيما يلي أرفق لكم البرنامج الإرشادي بصيغته الأولية، لما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام بهذا الموضوع، فإنني أتوجه إليكم بإبداء آرائكم، والحكم على مدى صلاحية محتوى البرنامج من حيث:

١. مدى مناسبة الجلسات في تحسين الكفاءة الذاتية المدركة ورفع مستوى الطموح.

٢. أهداف البرنامج.

٣. وضوح الجلسات.

٤. عدد الجلسات.

٥. الاقتراحات التي ترونها مناسبة.

شاكراً ومقدراً لكم حسن تعاونكم،

الباحثة/ رنا جويلس

إشراف/ أ. د. محمد شاهين

## استمارة تحكيم البرنامج الإرشادي

الملاحظات	التحكيم		الموضوع	الرقم
	غير مناسب	مناسب		
			العنوان	١
			أهداف البرنامج	٢
			الفترة الزمنية	٣
			عدد الجلسات	٤
			ترتيب الجلسات	٥
			محتوى الجلسات	٦

الاقتراحات التي ترونها مناسبة:

.....

.....

.....

.....



جامعة القدس المفتوحة

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية  
لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

المقدمة:

ينطلق البرنامج الإرشادي الحالي من الفنون التعبيرية للخروج عن النمط التقليدي في الإرشاد من حيث الاستراتيجيات المستخدمة في التدخل الإرشادي، والتي تتميز بتنوع مساراتها وطرقها التي تساعد الأفراد والجماعات إلى الانطلاق من الفرد وميوله وتفضيلاته في التعبير عما يجول في خاطره من مشاعر أو أفكار أو سلوكيات، بتشغيل حواسه جميعها من خلال تفعيل نوع أو أكثر من تلك الفنون (الرسم - التشكيل - الحركة - الكتابة - القصة - الموسيقى - التمثيل)، التي تهدف إلى الطبيعة التكاملية والتفاعل الهادفة بين مختلف الفنون التي تعمل على تعويض الفرد العاطفي والصحة والرفاه وتعزيز التفاعل بالفنون لاكتشاف الذات والوعي بها واحترامها، وهو البعد الأول من أبعاد الذكاء العاطفي الذي يسعى البرنامج الإرشادي والدراسة لتنمية عند الفرد ( Knill et al., ١٩٩٥, McNiff, ٢٠٠٩, Johan et al., ٢٠٢٢ Malchiodi, ٢٠٢٣, Wang & Abdullah, ٢٠٢٤).

بالإضافة إلى تحسين الوظائف المعرفية والحسية، وتنمية المرونة العاطفية، وتعزيز البصيرة، وتعزيز المهارات الاجتماعية، وهي من أبعاد الذكاء العاطفي المراد تطويرها في البرنامج، والحد من الصراعات والضيق وحلها، وتعزيز التغيير المجتمعي والبيئي الذي يمثل الوالدية الإيجابية المتغير الثاني في البرنامج، كما تعمل الفنون على إشراك العقل والروح والجسد، بطرق متنوعة وليس فقط عن طريق النطق اللفظي وحده، وتفتح الفرص الحركية والحسية والإدراكية والرمزية الباب لأنماط جديدة من التواصل الاستقبالي والتعبيري، والتي تتجاوز اللغة المنطوقة وتتحايل

عليها. بالإضافة إلى التعبيرات الرمزية والمرئية التي تُعطي صوتاً للتجربة، وتُمكن من التحول الفردي والمجمعي بالكامل من خلال عقد جلسات إرشادية متنوعة وقائية أو علاجية (الجمعية الأمريكية للعلاج بالفن، ٢٠٢١).

ولهذا جاء البرنامج الإرشادي في هذه الدراسة ليكون الممارسة الإرشادية المنظمة، والمتناسقة تخطيطاً وتنفيذاً وتقيماً، والمستمدة من استخدام بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية باستخدام بعضاً من استراتيجياته؛ وسيجري العمل على تنسيق العمل ضمن مراحل، وتطبيق أنشطة الفنون التعبيرية وفقاً لجدول زمني مخطط لتحقيق الهدف من البرنامج من خلال عقد جلسات تدريبية إرشادية جماعية، في جو وعلاقة إرشادية مهنية، تتيح للأهالي المشاركة الفعالة التي تفضي إلى تحقق تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لديهم.

يتكون البرنامج من (١٣) جلسة إرشادية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأهالي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة من خلال بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية لعينة من أهالي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، مدة كل جلسة من (٨٥-٩٠) دقيقة بواقع جلستين أسبوعياً، ستطبق خلال (٦) أسابيع متواصلة، باستخدام بعضاً من الفنيات الإرشادية والاستراتيجيات المستمدة من الفنون التعبيرية: المحاضرة، والقصة، والمناقشة الجماعية، الرسم، التشكيل، التمثيل الأنشطة، العصف الذهني، ولعب الدور، والمهام البيتية، والأنشطة الترفيهية.

### أهداف البرنامج الإرشادي:

#### أولاً: الهدف العام للبرنامج

تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى أهالي أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية باستخدام برنامج إرشادي يستند إلى بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية،

وتقضي فاعلية هذا البرنامج في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى الأمهات المشاركات بالبرنامج.

### ثانياً: الأهداف الفرعية للبرنامج

تتمثل الأهداف الفرعية للبرنامج الإرشادي في:

١- تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في "روضة رياض المجد" واللواتي حصلن على درجات منخفضة على مقياس الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية.

٢- بناء علاقة إرشادية مبنية على الثقة والتقبل والتعاون والاحترام بين المجموعة الإرشادية المشاركة في البرنامج والباحثة منفذة البرنامج.

٣- تزويد المشاركات في البرنامج بالمعلومات اللازمة حول الفنون التعبيرية المستند إليه البرنامج.

٤- تزويد المجموعة المشاركة بمعلومات حول مفهوم الذكاء العاطفي وأبعاده وأهميته وكيفية تطويره.

٥- تزود المجموعة المشاركة بمعلومات حول الوالدية الإيجابية وأهميتها وكيفية تطويرها.

٦- استخدام الأساليب والفنيات المعززة للذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى المشاركات، وتدريبهن عليها في أثناء الجلسات.

٧- تنمية العمل الجماعي والتعاوني عند أفراد المجموعة التجريبية.

٨- تنمية وتحسين الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لدى أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية - القدس بما ينعكس على تطوير ذواتهن وقدراتهن ووالديتهن الإيجابية.

الفئة المستهدفة من البرنامج:

أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية/ القدس، اللواتي يحصلن على درجات منخفضة على مقياس الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية.

### الاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي المستندة للفنون التعبيرية:

عملاً على تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي، فإن البرنامج سيوظف الاستراتيجيات والفنيات الآتية: الفنون بأنواعها (الرسم - التشكيل - الموسيقى - الحركة): تتعدد فننيات وطرق التدخل المستخدمة مع مختلف الأعمار؛ وتعد الفنيات الآتية الأكثر استخداماً من قبل المرشدين كما أشار (Buchalter, ٢٠١١).

الرسم: الذي يعد أداة من أدوات الفن ويقدم فرصة للأفراد للاتصال بأفكارهم ومشاعرهم واهتماماتهم وآمالهم ويكون بطريقة آمنة لهم، وغير مهددة لهم، فهو يزودهم بفرصة التعبير بحرية عن عالمهم الداخلي والخارجي بالطريقة التي يفضلونها. وتتميز هذه الطريقة بعدم وجود أحكام.

الموسيقى والحركة: عرفتھا الجمعية الأمريكية للعلاج بالموسيقى والرقص، بأنها طريقة علاجية تستخدم الحركة والتي تعزز التكامل الجسدي والمعرفي والانفعالي والاجتماعي للفرد، كما تعزز الحركة الدافعية الحسية والقدرة على التعبير عن الأفكار، بالإضافة إلى تحسين الناحية الاجتماعية لدى الفرد والاتصال مع الآخرين.

التعبير الإبداعي: ويقصد به الكتابة اليومية بأسلوب إبداعي، ويتضمن كتابة القصائد أو الشعر؛ و يعمل التعبير الإبداعي على إعطاء أفراد المجموعة الفرصة لمشاركة مشاعرهم وخبراتهم بطريقة شخصية وفنية، كما يهيئ لهم الفرصة للسيطرة على أنفسهم، وذلك عندما يقومون برسم أفكارهم وأحلامهم على الورق.

**الكولاج:** تعطي هذه الطريقة الفرصة للأفراد للتعبير عن أنفسهم بحرية، باستخدام مصادر متنوعة، مثل: أدوات النسيج، أوراق، صور، أشكال من المعجون، قطع خشب وغيرها من الأدوات. يمكن من خلال هذه الأدوات عمل شكل معين يكون خاصا بالفرد، كما يزوده بطرق غير محددة للتعبير عن أنفسهم وأفكارهم ومشاعرهم. لأن هذه الطريقة تعطي الأفراد الحرية لاستخدام الرموز بشكل مريح وطوعي دون مقاومة من قبل الأفراد الذين يستخدمون ميكانيزمات دفاعية أثناء الرسم والكتابة، فإنهم يقبلون على المشاركة والتفاعل أكثر بهذا التكنيك.

**الجداريات:** يعمل على تعزيز العمل الجماعي والاجتماعي والمشاركة بين الأفراد؛ و يمكن هذا التكنيك المناقشة مع الآخرين، والقدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات. وتكون أقل تهديداً للأفراد؛ لأن كل من الأفراد المشاركين يشارك بالعمل بالتساوي. مع إمكانية تعليقها وعرضها على الحائط.

**السيكودراما:** يهدف هذا التكنيك إلى مساعدة الأفراد إلى استكشاف أوضاعهم الحالية التي يعيشونها بالوقت الحالي، وفي الماضي وفي المستقبل؛ و تقوم فكرة السيكو دراما على تمثيل هذه الأدوار التي تشتمل على أحداث محددة في حياة الفرد، أو علاقات في الوقت الحالي أو المستقبل، لمساعدة الأفراد لفهم أنفسهم (صبح، ٢٠١٩).

**السرد القصصي (Narrative):** استخدام سرد القصة الخيالية التي تساعد الفرد لإسقاط المشاعر والأفكار والسلوكيات المكبوتة أو غير المعلن عنها، باعتبارها مصدر المشكلات التي تواجهه المسترشد، وإعادة رؤيتها من منظور آخر يلغي أن يكون الفرد فيها هو سبب المشكلات، وأن المشكلة يمكن حلها، أو إدراك بدائل للتعامل مع وجودها في حياته (الفارس، ٢٠٢١).

**العصف الذهني (Brainstorming approach):** هو أسلوب نقاش يهدف إلى الإلهام والإبداع والتفكير؛ ويتميز باستخدام طرق متنوعة للتفكير، وكسر الأفكار القديمة، وربط المفاهيم المختلفة

وتوسيع حدود الأفكار والبحث عن حل المشكلات، وعادة يتضمن أسلوب العصف الذهني مجموعة، ويكون لأعضاء المجموعة الحرية في اقتراح أفكار ذات صلة بالموضوع، ويعمل على تحسين الأداء للطلبة والتحفيز والتفاعل بين طرفين، وزيادة مهارات التفكير والإبداع. ويهدف إلى فهم معايير العمل الجماعي الجيد في أثناء عملية توليد الأفكار للحلول الممكنة ( Tsai et al., Keeley, ٢٠٢١, ٢٠٢٠).

**تقنية المحاضرة: (Lecture)** وهي أسلوب من أساليب الإرشاد الجمعي التعليمي، وتهدف إلى تعليم المسترشدين المهارات المطلوبة، يتخللها ويليها مناقشات (الباشا ومصمودي، ٢٠١٩، Ellison, ٢٠١٧, Harrington, et al., ٢٠١٥). وهو فن الخطابة أمام العامة عن موضوع معين بطريق اللسان بهدف التأثير والإقناع والتثقيف وتغيير الآراء وإعطاء التفسيرات وتوفير المعلومات (Kusyana, ٢٠١٧).

**تقنية المناقشة الجماعية (Discussion):** وتظهر أهمية المناقشات الجماعية في أنها بمنزلة موقف مناسب للتدريب على ممارسة المسؤولية الاجتماعية الواعية، وفرصة ممارسة الحوار الجماعي، وشعور الفرد بأهميته في الجماعة (الباشا ومصمودي، ٢٠١٩، ٢٠١٥، Vyas, & Mehta). **المهام البيتية (Home Work):** إعطاء المسترشد واجبات خارج نطاق الجلسة مما يساعد من تأكيد التحسينات التي كان قد تناولها خلال الجلسة الإرشادية مع المرشد، ويجب أن تكون الواجبات المنزلية مرتبطة ارتباطاً دقيقاً بالهدف الإرشادي الذي يعمل عليه المرشد؛ من أجل تحقيق الفائدة المرجوة (الشناوي، ١٩٩٨).

**الأنشطة الترفيهية (Activities):** الألعاب لكسر حالة الملل والروتين وتحفيز المشاركات على اكتساب المهارات المطلوبة (الباشا ومصمودي، ٢٠١٩).

**لعب الدور:** تمثيل أدوار ونماذج معينة من خلال وجود قدوة ملائمة، ومع مرور الوقت يتحول الدور الذي يقوم به إلى واقع يعيشه، ويستطيع بوساطته تعلم مهارات اجتماعية (أبو أسعد وعربيات، ٢٠٠٨).

### الأسس الإجرائية للبرنامج الإرشادي:

يعتمد البرنامج المراد استخدامه على الأسس الإجرائية الآتية:

المناقشة المفتوحة: تُعدُّ هذه المناقشة ضرورية خاصةً حينما يتطلب الأمر تقوية العلاقة الإرشادية بين الباحثة والمشاركين؛ وذلك لتحديد طبيعة المشكلة، وتقييمها ووضع الأهداف الإرشادية الأولية. مراجعة الجلسة السابقة: وذلك باستدعاء المكونات الأساسية التي تضمنتها الجلسة السابقة بمشاركة المسترشدين المشاركين، ومراجعة الواجبات المنزلية، والتأكد من إتمامها، وهذا يُعدُّ بمنزلة التّغذية الراجعة للجلسة السابقة وربطها بالجلسة الآتية.

تعليم الفنية الجديدة: وذلك من خلال شرح الأسس النظرية للفنية الجديدة، وإعطاء أمثلة توضيحية عليها، والتدريب على الفنية الجديدة، والتدرج في مدى صعوبتها، وذلك بمشاركة المشاركين أو باستخدام أدوات عرض أخرى فعالة.

التقويم الذاتي للجلسة (تغذية راجعة): ويجري عن طريق سؤال الباحثة للمشاركين عن توقعاتهم من الجلسة، وما مدى الاستفادة منها، والمتوقع في الجلسة القادمة.

الواجبات المنزلية: تحديد واجب منزلي في كل جلسة (عدا الجلسة الأخيرة)، ويُطلب من المشاركين تطبيق ما جرى اكتسابه من مهارات.

مراجعة محتوى الجلسة: تقدم الباحثة للمشاركين ملخصًا وافيًا سريعًا لما جرى تناوله في الجلسة.

إجراء التقييم الختامي للبرنامج لمعرفة مدى فاعليته.

تطبيق الاختبار البعدي للبرنامج بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج.

تطبيق الاختبار التتبعي بعد مضي ستة أسابيع من تطبيق البرنامج.

### تصميم البرنامج:

إن البرنامج يتكون من (١٣) جلسة، تُقدم كل جلسة في صف من صفوف الروضة بواقع جلستين أسبوعياً، ويستغرق تطبيقه فترة زمنية مقدارها (٦) أسابيع، والفترة الزمنية التي تستغرقها الجلسة الواحدة (٨٥-٩٠) دقيقة.

### الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

الأسس العامة: مراعاة الأسس العامة التي يقوم عليها الإرشاد النفسي ومنها حق الفرد في تلقي الخدمات الإرشادية في مختلف مراحل العمر، وحق المسترشد في تقرير المصير، وتقبله كما هو دون قيود أو شروط تتمثل بحقوق الأمهات المشاركات في معرفة طبيعة البرنامج، أوقاته، حقوقهم وواجباتهم، مسؤوليتهم بالالتزام وتنفيذ متطلبات البرنامج من خلال العقد (اتفاقية المشاركة) المتفق والموقع عليه من قبل الطرفين. وإذن التصوير للجلسات واستخدامها في التوثيق للدراسة.

الأسس النفسية: يستند البرنامج على الفنون التعبيرية ودورها في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية، والتي على تركيز على تمكين الأمهات في فهمهم لذواتهن ومشاعرهن وتنظيمها، وامتلاكهم لمهارات الذكاء العاطفي ، تكون أساس لوالدية إيجابية فاعلة. ودور التنشئة الأسرية في تكوين شخصية الطفل، ودورها في تطوير مهارات الأهل الاجتماعية والعاطفية والشخصية للتعامل مع أطفالهم حسب قدراتهم وإمكاناتهم. والانطلاق من مواطن القوة لديهم. وتطوير بدائل للسلوكات والممارسات السلبية. وتحديد أهداف جديدة لحياتهم وأطفالهم. وإطلاعهم على مبدأ الاختيار وأسلوب

الحياة، ومعرفة مواجهة الصعوبات والصراعات التي يواجهونها في التعامل مع أنفسهم وأطفالهن، كما أن محتويات البرنامج المتوقعة جاءت منسجمة مع احتياجات الأمهات المشاركات في البرنامج، مع الأخذ بالحسبان الفروق الفردية بين المشاركات في الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية.

الأسس الفلسفية: تعتمد مرجعية البرنامج المقترح على استراتيجيات الفنون التعبيرية وأساليبه التدريبية، والتي بدورها تنمي أبعاد الذكاء العاطفي ومهارات الوالدية الإيجابية من خلال البدء بالوعي الذاتي للأمهات وإدارتها وضبطها وتحفيزها، والتعاطف مع الآخرين، وتطوير المهارات الاجتماعية، من خلال التجارب الشخصية والمواقف اليومية لكل منهن (Johan et al., ٢٠٢٢).

الأسس الفسيولوجية: من منطلق وجود علاقة قوية بين العوامل الفسيولوجية، والبيولوجية، والنفسية، فقد أخذ بعين الاعتبار وجود تمارين الاسترخاء النفسي والحركة والتفريغ.

الأسس الأخلاقية: ركزت الباحثة على أهمية الالتزام بأخلاقيات العمل الإرشادي من خلال الاهتمام بما يلي:

- النظر إلى المواقف المراد التعامل معه من الزوايا جميعها.
- التأكيد على سرية المعلومات المتداولة في أثناء الجلسة الإرشادية.
- تأكيد العلاقة الإرشادية المهنية القائمة على الثقة والاحترام المتبادلين.
- مراعاة خصوصية كل مشاركة من المشاركات.

الأسس الاجتماعية: الإنسان كائن اجتماعي؛ و تسهم الأسرة، والمدرسة، وجماعة الرفاق، في تنميته اجتماعياً ويتم ذلك من خلال جلسات الإرشاد الجمعي (شعبان وتيم، ١٩٩٩) على هذا الأساس الذي رُوعي في إعداد البرنامج الإرشادي، فالسلوك الاجتماعي يؤثر في الفرد، مع

التأكيد على بروز اتجاه يرى أهمية الإرشاد الجمعي، وريادته من بين طرق الإرشاد النفسي مستقبلاً.

الأسس التربوية والتعليمية: من الأهمية تتاغم أهداف البرنامج المقترح مع الأهداف التربوية، التي تؤكد أهمية البناء النفسي السوي للفرد، وتبين طبيعة التعاطي مع بعض العوائق، التي تقف أمام تعلمه للمواقف، والأدوار، والمسؤوليات المناطة به كفرد في المؤسسة التربوية.

### الأدوات المستخدمة:

سوف تستخدم الباحثة عددًا من الأدوات، هي:

رسومات أو بطاقات، وجهاز عرض البيانات (LCD)، ولوح قلاب، وجهاز لا بتوب، وأقلام حبر، وأقلام سبورة، وأوراق بيضاء، وسبورة، ومقص ولصق، وعروض تقديمية، وفيديوهات، مواد فنية - جواش - كرتون ملون - موسيقى - أدوات موسيقية - سماعة ريش للدهان - عيون - ريش - صحون - أفلام قصيرة - لبلد - قصص - إبر - خيطان - حطين - ماء - زيت - صبغة - أوعية بلاستيكية - أكواب وصحون - خيطان صوف - نماذج ورقية، مقياس الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية، - وضيافة (مشروب، مأكولات خفيفة) - هدايا رمزية.

### خطوات بناء وتطبيق البرنامج الإرشادي:

سنقوم الباحثة بالعديد من الخطوات لإعداد وبناء وتطبيق البرنامج الإرشادي، تتلخص فيما يلي:

يلي:

### أولاً: خطوات بناء البرنامج

- اعتمدت الباحثة في إعداد وبناء البرنامج الإرشادي على الإطار النظري للدراسة الذي تناول المفاهيم والنظريات المختلفة المتعلقة بمتغيراتها.

الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة التي استخدمت برامج إرشادية تستند إلى بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية، لتنمية الذكاء العاطفي وأبعاده (الوعي الذاتي- وإدارة الذات وتحفيزها والتعاطف والمهارات الاجتماعية) لدى المشاركات فيها عامة حتى تتمكن الباحثة من تفعيل بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية التي استخدمت في برامج متنوعة، للاستفادة منها لبناء البرنامج الحالي. معرفة أهم الفنيات والأساليب التي استخدمتها تلك البرامج، و الاستفادة منها في بناء البرنامج الحالي ومنها على سبيل المثال - لا الحصر برنامج (جوهان وآخرون، ٢٠١٨؛ سليم، ٢٠١٩؛ صهيب، ٢٠١٧؛ الطيب والمغربي، ٢٠١٦؛ القاضي وعبد السميع، ٢٠٢١). كذلك قامت الباحثة بالاطلاع على دراسات تبحث في دور الوالدية الايجابية في مرحلة ما قبل المدرسة منها دراسة (معابدة، ٢٠١٩)، ودراسة (حوراني، ٢٠٢٢)، ودراسة (محمد، ٢٠٢٠)، لتزويد الأمهات بمهارات الوالدية الإيجابية اللازمة في تنشئة أطفالهم بشكل سليم.

وسيعد برنامج يستند إلى استراتيجيات الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية - القدس.

-تحديد الهدف العام للبرنامج المراد تطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية.

- تحديد أهم الاحتياجات، واللوازم التي يتطلبها تطبيق البرنامج وتسهم بشكل فعلي في تحقيق أهداف البرنامج.

- عرض البرنامج على مجموعة من الخبراء وأصحاب الاختصاص في ميدان الإرشاد النفسي لإبداء آرائهم، وأخذ التغذية الراجعة منهم، والتعديل على البرنامج لتطويره، وتجويد مكوناته.

ثانياً: خطوات تطبيق البرنامج:

١. الاتفاق بين الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية المتمثلة بالأمهات المشاركات على أهمية الالتزام بجلسات البرنامج، وتحمل المسؤولية الفردية تجاه الانتظام والتفاعل، بعد قيام الباحثة بإيضاح الأهداف وخطة التنفيذ.
٢. يُقدم لأفراد المجموعة الضابطة تدخلات مغايرة لتلك المقدمة للمجموعة التجريبية.
٣. سيطبق البرنامج في خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥)م.
٤. ستنفذ لجلسات الإرشادية حسب الخطة وعددها (١٣) جلسة بواقع جلتين أسبوعياً، والمدة الزمنية لكل جلسة (٨٥-٩٠) دقيقة.
٥. ستنفذ الجلسات الإرشادية جماعياً.

### تقويم البرنامج:

#### سيقيم البرنامج بالطرق الآتية:

١. التقويم الأولي: سيعرض البرنامج على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والتربوي، وكذلك تطبيق مقاييس الدراسة لتسجيل القياس القبلي.
٢. التقويم البنائي: سيجري التقويم المصاحب لعملية بناء البرنامج الإرشادي، الذي يعقب انتهاء كل جلسة من خلال استبانة خاصة لتقويم الجلسات تناسب الفئة المستهدفة من إعداد الباحثة.
٣. التقويم النهائي: سيطبق في نهاية البرنامج الإرشادي ؛ للتعرف إلى فاعليته في تحقيق أهدافه، وذلك بتطبيق مقاييس الدراسة على المجموعات التجريبية؛ لتسجيل القياس البعدي.
٤. التقويم التتبعي: من خلال إعادة تطبيق مقاييس الدراسة على أمهات المجموعة التجريبية بعد ثمانية أسابيع من انتهاء جلسات البرنامج (فترة المتابعة) للكشف عن بقاء أثر البرنامج.

٥. رأي المشاركات (أفراد المجموعة التجريبية): وينفذ هذا التقييم عقب كل جلسة من خلال توجيه الأسئلة المتعلقة بتقييمهم للبرنامج المطبق من جهة، وأداء المرشد من جهة أخرى، بهدف الحصول على تغذية راجعة فورية تحقق للباحثة التقييم المرحلي للبرنامج خلال تطبيقه، وللتأكد من أن البرنامج الإرشادي يحقق أهدافه.

٦. رأي الباحثة في البرنامج من خلال التساؤل حول:

- هل تحققت أهداف البرنامج الإرشادي في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات الأطفال ما قبل المدرسة؟
- هل كان عدد جلسات البرنامج الإرشادي مناسباً لأفراد المجموعة التجريبية؟

#### حدود البرنامج:

حدود مكانية: ينحصر تنفيذ البرنامج مع أمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية/ القدس.

حدود زمانية: سيطبق البرنامج في الفصل الثاني خلال ستة أسابيع من الفصل الثاني للعام الدراسي (٢٠٢٥)م.

الحدود الموضوعية: البرنامج المستند إلى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة.

الحدود البشرية: أمهات أطفال روضة رياض المجد الأهلية اللواتي حصلن على درجات متدنية في مقاييس الدراسة التي طبقت عليهن (الذكاء العاطفي/ الوالدية الإيجابية).

#### مراحل تطبيق البرنامج

١. مرحلة البدء.

٢. مرحلة الانتقال.

٣. مرحلة العمل والبناء.

٤. مرحلة الإنهاء.

آلية تنفيذ البرنامج:

قامت الباحثة بإعداد ملخص يوضح مضمون البرنامج الإرشادي من حيث عنوان الجلسة، وأهدافها والأساليب والفنيات المستخدمة فيها، ومدتها الزمنية، وإجراءاتها، وفيما يلي توضيح لجلسات البرنامج من حيث: عنوان الجلسة، وأهدافها، ومدتها الزمنية، والأدوات المستخدمة، والفنيات المطبقة وإجراءات تنفيذها.

ملخص للبرنامج:

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	الهدف من الجلسة	زمن الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة
١	تعارف وبناء الثقة	١. التعارف بين الباحثة والأمهات المشاركات وبناء العلاقة ٢. كسر الحاجز النفسي بين الباحثة والأمهات المشاركات من جهة وبين الأمهات المشاركات ببعضهن البعض. ٣. توضيح متغيرات البرنامج وأهدافه ومناقشتها. ٤. مناقشة التوقعات من البرنامج. ٥. وضع قوانين للمجموعة. ٦. تزويد المشاركات بعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بذلك من خلال المواظبة على الحضور في الموعد المحدد والمكان المخصص للجلسات.	٨٥-٩٠ دقيقة	المناقشة المفتوحة، الأنشطة الترفيهية الجماعية، التعزيز الإيجابي، التشكيل والكتابة، الرسم
٢	الذكاء العاطفي الوعي بالذات	أن تتعرف الأمهات المشاركات إلى مفهوم الذكاء العاطفي وأبعاده في حياتنا. أن تستنتج الأمهات المشاركات أبعاد الذكاء العاطفي. التعمق في إدراك الوعي الذاتي	٩٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، الرسم، التشكيل، أنشطة المهمة البيتية
٣	إدارة الذات والانفعالات	أن تتعرف الأمهات المشاركات على كيفية إدارة الذات والانفعالات أن تطبق أنشطة تنمي إدارة الذات والانفعالات	٩٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، الفنون رسم، مناقشة، حوار، مهمة بيتية، أنشطة ترفيهية، المهمة البيتية
٤	الموسيقى والحركة ودورها في التعبير عن الذات	التطرق لكيفية استخدام الموسيقى والحركة في التعبير عن الذات	٩٠ دقيقة	الموسيقى، الحركة، المهمة البيتية
٥	التحفيز والدافعية	تدريب الأمهات المشاركات على اكتشاف نقاط القوة في ذواتهن وتطويرها تحفيز دافعيتهم الداخلية	٨٥ دقيقة	دراما، صور، مناقشة حوار، التعبير المهمة البيتية
٦	التعاطف	أن تتعرف الأمهات على بعد التعاطف مع الآخرين. تطبيقات على كيفية التعاطف	٨٥-٨٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، قصة " التعزيز الإيجابي، التشكيل بالملتينة، الرسم بالجواش، المهمة البيتية
٧	المهارات الاجتماعية	١- التطرق إلى المهارات الاجتماعية ٢- التواصل الفعال	٧٥-٨٠ دقيقة	دراما، حركة، عصف ذهني، المهمة البيتية

٨	الوالدية الإيجابية	التعرف على مفهوم الوالدية الإيجابية	٨٥- ٩٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، لعب الأدوار، عصف ذهني، مناقشة، أنشطة، المهمة البيتية.
	الدعم والتعزيز	٢. تطبيقات عملية للممارسات الوالدية الإيجابية		
٩	الحوار والتقبل	تسليط الضوء على أهمية التقبل والحوار لأطفال من قبل الأهل	٤٠ دقيقة	قصة، تشكيل بالخرز، التعبير، موسيقى، المهمة البيتية،
١٠	في حل المشاركة	التعرف على طرق مواجهة التحديات والصعوبات والمشكلات. أهمية المشاركة في حياة الأفراد	٤٥ دقيقة	سيكودراما، تشكيل، تعبير، مناقشة أنشطة، مهمة بيتية
١١	الوقت النوعي	التعرف على مفهوم الوقت النوعي تطبيقات عملية لقضاء وقت نوعي مع الأطفال	٩٠ دقيقة	تشكيل بالملتينة، تخيل، تعبير، حوار
١٢	قضاء الوقت النوعي	تطبيقات عملية للوقت النوعي	٨٠ دقيقة	حركة، دراما، موسيقى
١٣	الجلسة الختامية	التحقق من مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي. تقييم للبرنامج من قبل أعضاء المجموعة عن طريق استخدام شكل من أشكال الفنون التي استخدمت بالبرنامج ( سيجري الإعداد لجلسات تقييم من خلال مجموعات بؤرية). الاستماع إلى أي ملاحظات والإجابة عن الأسئلة. تشجيع المشاركات على تطبيق الاستراتيجيات والفنيات التي جرى تعلمها والتدريب عليها خلال الجلسات. إجراء التطبيق البعدي للدراسة.	٩٠ دقيقة	اللوح، أوراق التقييم البعدي، والمقاييس البعدية للذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية والاختبار البعدي، أقلام حبر، هدايا رمزية للأهميات المشاركات.

## جلسات البرنامج

### الجلسة الأولى عنوان الجلسة: (تعارف وبناء العلاقة الإرشادية)



مدة الجلسة: (٨٥-٩٠) دقيقة

أهداف الجلسة:

١. التعارف بين المرشدة والأمهات المشاركات وبناء العلاقة الإرشادية.
  ٢. كسر الحاجز النفسي بين المرشدة والأمهات من جهة وبين الأمهات .
  ٣. مناقشة التوقعات من البرنامج.
  ٤. توضيح متغيرات البرنامج وأهدافه ومناقشتها.
  ٥. بناء قوانين للمجموعة مع المشاركات.
  ٦. تزويد المشاركات بعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بذلك من خلال المواظبة على الحضور في الموعد المحدد والمكان المخصص للجلسات. توقيع اتفاقية المشاركة بالبرنامج .
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة المفتوحة، الأنشطة الترفيهية الجماعية.
- الأدوات المطلوبة: أوراق A٤، صور، ورقة نشاط بينجو لكل مشاركة، كرتون ملون A٤، أقلام فلوماستر ملونة، مقصات، لاصق، لوح، عرض بوربوينت، برنامج مطبوع لعناوين الجلسات الإرشادية والتواريخ، نموذج التقييم، نموذج اتفاقية الالتزام بتطبيق البرنامج.

المدة الزمنية (٨٥) دقيقة.

(٣٠) دقائق: نشاط بينجو للإحماء وللتعارف.

(٢٠) دقيقة: مناقشة توقعات المشاركات وتعزيز التوقعات الإيجابية.

(١٥) دقائق: التعريف بالبرنامج، ومواعيد وأماكن جلساته.

(١٠) دقائق: وضع قوانين للمجموعة من قبل المشاركات أنفسهن.

(٥) دقائق ( دقائق: تلخيص / وتوقيع اتفاقية المشاركة بالبرنامج . وإنهاء الجلسة.

(٥) دقائق : تقييم الجلسة تذكير بموعد الجلسة القادمة وتاريخها مع المشاركات .

#### إجراءات الجلسة

قسمت الأهداف إلى إجراءات كما يلي:

النشاط الافتتاحي: التعارف وكسر الجليد

المدة الزمنية: ٣٠ دقيقة

المواد اللازمة: بطاقة البينجو مطبوعة لكل مشاركة.

#### إجراءات النشاط

ترحب الباحثة بالأمهات، وتشكرهن على الحضور، وعلى قبولهن المشاركة في البرنامج، ثم

تعرفهن بنفسها وسعادتها لقائهم في المجموعة، وتبدأ اللقاء بنشاط تعارف (نشاط البينجو)

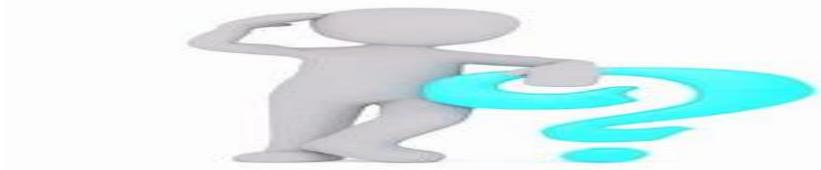
#### نشاط بينجو

BINGO			
يحب البحر	يربي حيوان أليف	يحب الموسيقى	المواليد/ نفس الشهر الميلادي

يملك سيارة	تحب السباحة	يحب الطبخ	التجول في الطبيعة
يسكن مع بيت العيلة	يحب القراءة	يذهب الى النادي الرياضي	يحب أكلة المنسف
يعمل في الأرض	أكبر شخص في العائلة	أصغر شخص في العائلة	يحب السفر

تشكيل الباحثة دائرة وسط القاعة، توزع الباحثة أوراقا مكتوبا عليها الصفات السابقة لكل مشاركة، وتطلب من الأمهات قراءة الصفات والهويات الموجودة داخل النموذج وتحاول البحث في القاعة عن يحملن الصفات المشابهة) تتحرك المشاركات داخل القاعة بحثاً عن مشاركات يتميزن بالهويات نفسها لتكملة شكل أفقي أو عمودي، عند النجاح بجمع صف أفقي أو عمودي عليهما الصراخ بنغو/ تسأل الباحثة ما هو شعوركم عند تطبيق هذا النشاط؟

نشاط التوقعات من البرنامج



مدة النشاط: ٢٠ دقيقة

المواد المطلوبة: كرتون ملون A٤، أقلام فلوماستر ملونة، مقصات، لاصق، لوح.

الإجراءات:

ترسم المرشدة شجرة على اللوح، وتكتب على ساق الشجرة توقعات الأمهات المشاركات من البرنامج من المجموعة - من الباحثة - من أنفسهن - من البرنامج. تطلب من كل ام مشاركة اختيار كرتونة بلون من ألوان أوراق الشجر ، وأن ترسم عليها شكل ورقة شجر كما ترغب، لأنها ستكتب في داخلها توقعاتها من اللقاءات الإرشادية التي ستلتزم بحضورها وتشارك فيها. ومن ثم

تطلب من كل مشاركة قص ورقة الشجر الخاصة بكل أم وإصاقها على الشجرة التي رسمتها المرشدة على اللوح. تذكر من ترغب من المشاركات توقعاتها من البرنامج. وتحفظ بما جرى عمله لمقارنته ومقارنته مع النشاط اللاحق المتمثل في عرض البرنامج ومحتوياته.

نشاط للتعريف بالبرنامج

مدة النشاط: ٢٠ دقيقة

المواد المطلوبة: عرض بوربوينت، برنامج مطبوع لعناوين الجلسات الإرشادية والتاريخ.

إجراءات النشاط:

تُعرف المرشدة الأمهات المشاركات بالبرنامج ومتغيراته، والهدف الرئيس منه تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في روضة رياض المجد الأهلية بالقدس، وذلك بتطبيق بعض استراتيجيات الفنون التعبيرية. عرض لتعريف الفنون التعبيرية وأنواعها ويجري إعلام المشاركات عن تواريخ الجلسات الإرشادية معهن، وأيامها ووقت كل جلسة ومكان انعقادها. وأنها ستعقد بداية مرتين بالأسبوع ثم في نهاية الجلسات الإرشادية سيتم عقد لقاء كل أسبوع. ووجود تقييمات قبلية وأثناء وبعد البرنامج الإرشادي عليهن الالتزام بتعبئتها. ثم يُوزع البرنامج لكل ام مشاركة مع التواريخ لكل جلسة وساعة انعقادها وتوزع كذلك اتفاقية مشاركة بالبرنامج للامهات المشاركات .

نشاط قواعد المجموعة

مدة النشاط (١٠) دقائق

المواد المطلوبة: لوح، أقلام فلوماستر عريضة

الفنية المستخدمة: العصف الذهني

## الإجراءات

تسأل المرشدة المشاركات ( أثناء ١٣ جلسة ). ما القوانين التي يجب على الجميع الالتزام بها ؟  
خلال الجلسات لتحقيق أكبر فرص للإفادة والتعلم. ثم تكتب على اللوح كلمة قواعد المجموعة وتضعها في دائرة. تكتب الباحثة ما يصدر عن الأمهات المشاركات على اللوح، وتمثل كل منها قاعدة معينة، وتستمع لآرائهن حول كل قاعدة على أن يجري إقرار كل قاعدة والموافقة عليها بالإجماع، وتبقى هذه القواعد معلقة في القاعة طيلة مدة تنفيذ البرنامج.

نشاط إنهاء الجلسة وتقييمها

المدة الزمنية: (٥) دقائق

المواد المطلوبة: نموذج التقييم

## الإجراءات

تلخص المرشدة ما دار في الجلسة، وتشكر المشاركات على التزامهن ومشاركتهن الفعالة، وتعطي ورقة ملاحظات لاصقة لترسم عليها شعورها اليوم أو توزع النموذج الآتي.

تقييم الجلسة:

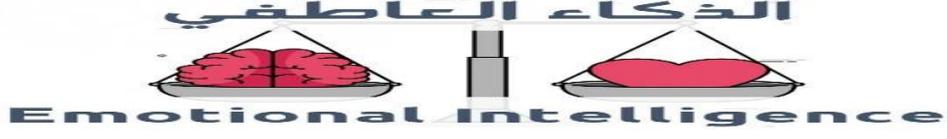
نموذج تقييم الجلسة: ضعي إشارة (✓) تحت صورة الملصق الذي يناسبك:

لا	نوعًا ما	نعم	العبارة
			هل استمتعت خلال الجلسة؟
			هل أفدت من الجلسة؟
			هل أنت متحمسة لحضور الجلسات القادمة؟

إنهاء الجلسة: تشكر المشاركات على التزامهن ومشاركتهن الفعالة، وتؤكد موعد الجلسة القادمة،  
وضرورة القيام بعمل الواجب البيتي.

## الجلسة الثانية

### عنوان الجلسة: (الذكاء العاطفي)



مدة الجلسة: (٩٠ دقيقة)

أهداف الجلسة:

١. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الذكاء العاطفي وأهميته في حياتنا.
٢. أن تتعرف المشاركات على أبعاد الذكاء العاطفي.
٣. أن تطبق المشاركات أنشطة الذات والوعي الذاتي.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: الرسم، المناقشة الجماعية، الواجب البيتي.

المواد المطلوبة: كرة، خيط صوف كبير - جهاز اللوح، أوراق A٤، أقلام ملونة، شريط لاصق، بطاقات ملونة، موسيقى هادئة، اللوح، أوراق A٤ بيضاء، ورقة تحمل قصيدة "جسم"، أوراق فارغة للكتابة، ألوان، مغلفات وعلب كرتون، موسيقى مقصات. فيديو - أقلام واوراق - جهاز عرض LCD - لاب توب - فلاشه (مرفق رابط الفيديو)، نموذج الشجرة، نموذج جسم الإنسان.

المدة الزمنية: (٩٠ دقيقة).

(٥) دقائق: ترحيب بالمشاركات وشكرهن على الحضور والالتزام بالوقت ونشاط افتتاحي.

(١٥) دقيقة: التعرف إلى مفهوم الذكاء العاطفي

(٤٠) دقيقة: نشاط الذات الداخلية والخارجية.

(٥) دقائق: توضيح الواجب البيتي.

(٥) دقائق: تقييم الجلسة.

إجراءات الجلسة:

نشاط افتتاحي: صفتي بكرتي

المدة الزمنية: (٥) دقائق

المواد المطلوبة: كرة

الإجراء: ترحيب بالمشاركات وشكرهن على الحضور والالتزام بالوقت تطلب المرشدة من المشاركة

التي تصلها الكرة أن تقوم بذكر صفة ايجابية تتلوى بها.

نشاط (٢) الذكاء العاطفي

المدة الزمنية: (٢٠) دقيقة

المواد المطلوبة: فيديو - أقلام واوراق - جهاز عرض LCD - لاب توب - فلاشه

تبدأ المرشدة بمقدمة سريعة عن أنواع الذكاءات المتعددة، والتي تفيد الفرد في حياته اليومية،

وتساعده على الإنجاز والتفوق، وأنها لا تقتصر فقط على الذكاء المعرفي؛ لأنه يوجد العديد من

الأذكاء لكن ينقصهم الذكاء اللغوي أو الاجتماعي أو الانفعالي. ومن ثم تخبر المشاركات أنه

سيعرض فيديو عن مفهوم الذكاء العاطفي ومكوناته. بعد مشاهدة الفيديو، تطلب منهم ذكر

أكثر ما لفت نظرهم به، هل ظهر شيء بالفيديو تشعر انه لديها أو غير موجود لديها؟ ماذا يسبب

عدم وجود هذه الأمور في سلوكياتها وطريقة تعاملها مع نفسها والآخرين؟ (مرفق رابط الفيديو).

تلخص المرشدة معنى الذكاء العاطفي على بوربوينت محضر مسبقاً الذي عرفه جبريل

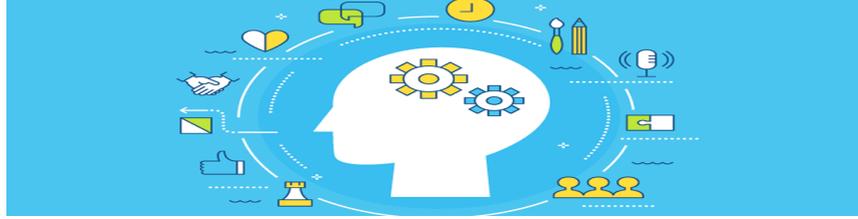
(٢٠٢٠) أنه مجموعة من المهارات الوجدانية التي تؤثر في قدرة الفرد على فهم نفسه ، وفهم

مشاعر الآخرين والتميز بينها وتنظيمها، واستعمالها في توجيه السلوك من خلال أبعاد معينة مثل

الوعي بالانفعالات - إدارة وضبط الانفعالات، التعاطف ممارسة الانفعالات. ثم تقوم بعرض

نموذج دانيل جولمان للذكاء العاطفي على البوربوينت، والذي يشمل (الوعي بالذات - التحكم بالذات - التحفيز الذاتي - التعاطف - المهارة الاجتماعية).

نشاط الذات والوعي بالذات: التعرف إلى الذات الداخلية والخارجية



المدة الزمنية: (٦٠ دقيقة)

المواد اللازمة: اللوح، أوراق A٤ بيضاء، ورقة قصيدة "جسم"، أوراق فارغة للكتابة، ألوان، مغلفات وعلب كرتون، موسيقى، مقصات.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، التشكيل بمواد فنية، الواجب البيتي، الرسم، التعبير، الحوار.

الإجراء: تقرأ الباحثة القصيدة بتمعن أو تطلب من إحدى المشاركات أن تقرأ القصيدة الآتية بتمعن:



٢. تفتتح الجلسة بمقدمة

قصيدة الجسد "  
الناس ليسوا شفافين  
في البيت الذي يدعونه جسماً هم يسكنون  
الوجه هو لوحة... اللسان هو المفتاح..... القم هو الباب  
فتحات الأنف - المدخنة... العيون - الشبابيك  
والابتسامة على الوجه هي صورة للتزيين  
ومن الصعب معرفة ما يحدث في الداخل إن لم نحكي عن البيت  
الذي نسكنه

موضوعها أن لكل إنسان عالمه الداخلي الخاص به، ماذا يشمل؟ أو ماذا يوجد فينا لئُمكننا من معرفة أنفسنا؟

٣. من أجل تجسيد فكرة الداخل والخارج، نوصي بالتوجّه إلى عالم المشاركة الإبداعي وإضفاء اللون والشكل على الفكرة. للقيام بهذه الفعالية تستعمل المشاركات علبة كرتون، مغلفات، وأوراق وألوان.

يُطلب من كل مشاركة تصميم من العلبة التي أحضرتها، أو التي أعطيت لها بيتاً يرمز إلى الجسم. الجوانب الخارجية للعلبة ترمز إلى الخارج. ترسم المشاركات على هذه الجوانب، حسب رغبتهم، ملامح وتعابير مختلفة، أعمالاً مختلفة، هوايات، تصرفات مختلفة وغيرها.

الأشياء الموجودة في "داخل البيت" ولا تُرى من الخارج مثل المشاعر، الأفكار، الأحاسيس والأحلام يُضعونها في داخل العلبة رمزياً، ونقترح عليهم استعمال المغلفات للتمثيل لهذه الأشياء. يُخصّص كلّ مغلفٍ لشيء واحد "موجود في جسمنا". على سبيل المثال:

مغلف للمشاعر، مغلف للأفكار، مغلف للأسرار، مغلف للذكريات وما شابه. يصمم كل غلاف بشكل مختلف ولون مختلف. والتي ترغب من المشاركات تستطيع أن تُدخل إلى المغلفات بطاقات مختلفة يكتب عليها كلمات، جملاً وقصصاً مختلفة تتعلق بالمواضيع التي تمثلها المغلفات. محادثة ونقاش:

لماذا من المجدي أن أتحدّث عن نفسي؟

ما الأمر الذي أستعد (مستعدة) أن أتحدّث به عن نفسي؟

ما هي الأشياء التي أوافق أن يعرفها عني الجميع؟

ما هي الأشياء التي من المهم أن أتعلّمها عن نفسي، ولماذا؟

مع من المفضل أن أتحدّث؟

من الشخص أو الأشخاص الذين ينبغي لي ألا أتحدث معهم ؟

ماذا نتعلم مما يحدثنا به شخص قريب عن نفسه؟ نقاش مع المجموعة

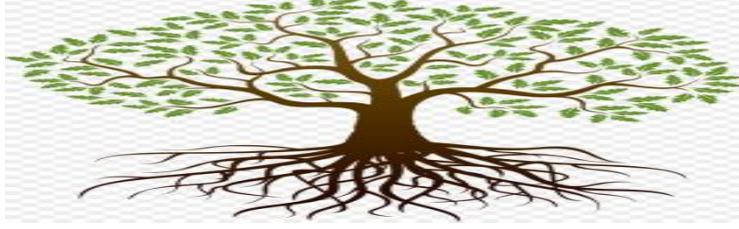
إنهاء النشاط: تقوم الباحثة بعرض مفهوم الوعي بالذات على جهاز LCD

الوعي بالذات (Self-Awareness): يقصد به قدرة الفرد ومرونته في معرفة وفهم انفعالاته التي توجه سلوكياته إيجابيا والتعرف إلى المشاعر، مع إدراك اختلاف استجابته للمواقف المتنوعة، وأن لكل موقف استجابة سلوكية أو غير سلوكية، لفظية أو غير لفظية. وكلما زادت قدرة الفرد على تطوير وعيه بذاته، يمنحه ذلك المقدرة على إدارة انفعالاته وما يتبعها من سلوكيات وردود الأفعال. ومعرفة ما يشعرون به وكيف يتصرفون. ناهيك عن أهمية إدراك الفرد مدى تأثير أفعاله وحالاته المزاجية وعواطفه على الآخرين. ويتوجب على الشخص لبلوغ مرحلة وعيه بذاته التميز بصفات كالصبر والإصغاء الجيد وفهم المواقف المتعددة التي تحيط به. من خلال وعي الفرد بذاته فإنه يتعرف إلى مكامن القوة والضعف في شخصيته، ويكون مساره في الحياة الانفتاح على كل ما هو جديد من تجارب جديدة وأهمية التعلم والتفاعل مع الآخرين. ويشير جولمان أن الشخص الواعي بنفسه يمتلك حس الدعابة وثقة بأنفسهم وقدراتهم، مع إدراكهم كيف ينظر الآخرون له (Boyatzis et al., ٢٠٠٠).

تقييم اليوم:

المدة الزمنية: (٥) دقائق.

المواد اللازمة: نموذج صورة شجرة



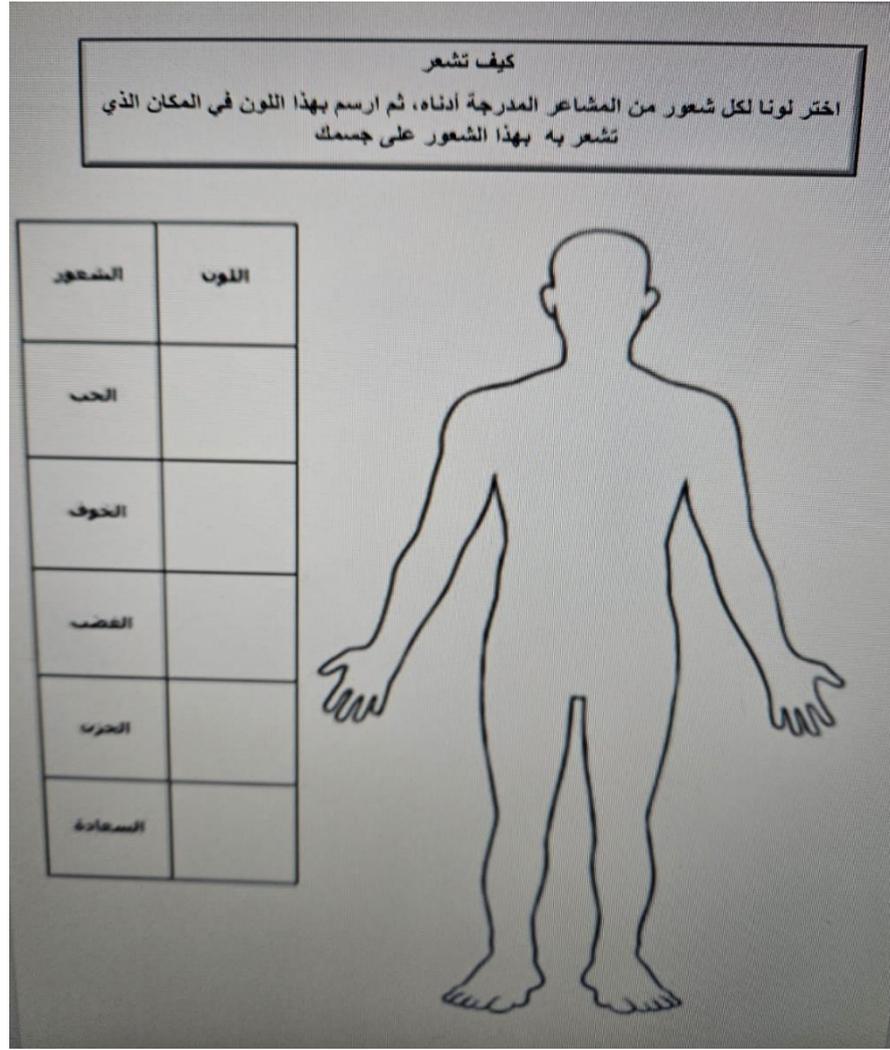
توزع المرشدة صورة شجرة. تطلب الباحثة من المشاركات أن يكتبن في الجذور ما أساس جلسة اليوم؟ الساق: اذكري ما الذي سيساعدك في فهم ذاتك الداخلية والخارجية؟ الأغصان: من الذي سيدعمك لفهم ذاتك؟ الأوراق والثمار: علام ستحصلين بعد معرفة ذاتك الداخلية والخارجية؟

المهمة البيتية: كيف أرى نفسي؟ كيف يراني الآخرون؟

يطلب من كل مشاركة أن تصنع ملفا لنفسها بالطريقة التي ترغب بها وبالمواد التي تريد، ويطلب منها استخدام صور من مجلات أو كتب ، ولصقها أو رسم على الملف من الخارج كيف يراها الآخرون، ثم إصاق كيف أرى نفسي؟ وألصق صوراً تعبر عن ذلك داخل الملف.

أو توزيع صورة الجسم، يطلب من المشاركات أن يخترن لون لكل شعور من المشاعر المدرجة، وأن ترسم بهذا اللون المكان الذي تشعر فيه بهذا الشعور على جسمها؟ ما الأمور التي استدعت تلك المشاعر؟ هل الشعور مناسب لما حدث؟ الأسبوع سجلي ما قمت بتغييره من سلوك وما

النتيجة ؟



تقييم الجلسة:

تطلب المرشدة من المشاركات أن يعبرن عن اليوم بكلمة أو جملة

---



---

تسجل المرشدة ما يصدر عن المشاركات من تقييم.

إنهاء الجلسة: تشكر المرشدة المشاركات على التزامهن ومشاركتهن الفعالة، وتؤكد موعد الجلسة القادمة، وضرورة القيام بعمل الواجب البيتي.

## الجلسة الثالثة

### عنوان الجلسة: "التغيير يبدأ من ذاتي" إدارة الذات والانفعالات



مدة الجلسة: (٨٥-٩٠) دقيقة

#### أهداف الجلسة

١. التعمق في التعرف إلى الذات بجوانبها كلها (العقلية /الانفعالية/ الاجتماعية /الجسمية والسلوكية) عند تعرضها لمواقف متنوعة.
٢. التعرف إلى المواقف السلبية التي يواجهها الأفراد في حياتهم اليومية.
٣. التعرف إلى كيفية إدارة الذات.
٤. استنتاج الآثار السلبية النفسية والجسدية والمعرفية والاجتماعية على المشاركات الناتجة عن سلوكياتهم العشوائية.
٥. التطرق لبعض البدائل الإيجابية للتعامل مع المواقف.

الغنيات المستخدمة: الفنون (رسم بالجواش) - المناقشة - الحوار - المهمة البيتية.

المواد المطلوبة: رول ورق أبيض حجم كبير، أقلام فلوماستر عريض ملون - ريش دهان - جواش ألوان متنوعة، كاسات، ماء، لاصق شفاف، لاصق ورقي، مقصات.

المدة الزمنية: (٨٥-٩٠)

(١٠) دقائق الترحيب والواجب البيتي.

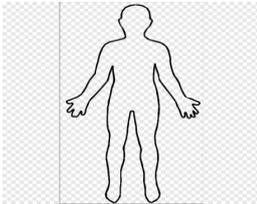
(٦٥) دقيقة التعرف على كيفية تأثير المواقف السلبية في الفرد.

(٥) الواجب البيتي.

(٥) التقييم للجلسة.

إجراءات الجلسة

النشاط الوعي بالذات



نشاط خارطة الجسد

الإجراء: تشرح المرشدة للمشاركات أن النشاط الذي سيطبق سيكون على ٣ مراحل:

بداية تسأل المرشدة المجموعة الكلية ما الأمور التي تشعرك بالغضب أو التوتر أو الاستياء؟

تسجل المرشدة ما تذكره المشاركات على اللوح؟ تضع الباحثة خلفية موسيقية مناسبة عند بدأ

تفاعل المشاركات بالنشاط، تطلب من كل مشاركيتين أن تتناوبا في رسم كل واحدة منهن حدود

جسد زميلتها بقلم فلوماستر عريض، عن طريق وقوفها على ورقة مثبتة على الحائط، وبذلك كل

واحدة ترسم شكل جسم الأخرى على الرول. في حال رغبة المشاركة برسمها وهي مستلقية على

الرول الموجود على الأرض يمكن ذلك أيضاً. تقص كل مشاركة حدود جسدها، ثم تلتصقها على الحائط وتكتب اسمها على المجسم في الأعلى.

تشرح المرشدة للمشاركات أن الإنسان مكون من عقل ومشاعر وأفعال، وكل موقف في هذه الحياة مهما كان نوعه يؤثر في هذه المكونات التي لا يمكن أن نفصلها عن بعضها بعضاً. والدماغ يمثل الأفكار والمعرفة، و القلب يمثل المشاعر والانفعالات التي نشعر بها، والحواس نستطيع من خلالها التعبير عن سلوكياتنا من خلال تعابير الوجه والجسد، واستجابة الجسم الطبيعية للمواقف المتنوعة سواء الداخلية أو الخارجية. تخبر الباحثة المشاركات أن هذا النشاط ينقسم الى ٣ مراحل:

المرحلة الأولى: كل مشاركة تحمل كأساً فيه لون أزرق وريشة، وتعبّر بالرسم أو الرموز أو الكتابة ما يحدث لعقلها عندما تتعرض لموقف تشعر فيها مثلاً بالغضب أو التوتر. يجري الحديث عمّ يحدث لأفكارنا عند الغضب (أمثلة: تشويش - نسيان - تشتت - قلة تركيز - عدم قدرة على التفكير).

المرحلة الثانية استخدام كأس فيه جواش لون أحمر، ورسم رمز أو التعبير بالكتابة عما يحدث معك عند مواجهة موقف غاضب عما يحدث لمشاعرك (جهة القلب). ويجري مناقشة المجموعة حسب رغبة المشاركات.

المرحلة الثالثة: اليدان الرجلان والحواس الأعضاء الداخلية يمثلون الحركة أي السلوكيات التي نقوم بها أو ما يحدث لأعضائنا أو تأثيرات الموقف عليها. يطلب استخدام كأس فيه جواش اخضر ورسم رمز أو الكتابة على اليدين والرجلين أو أعضاء الوجه أو الجسد أو داخلياً. ماذا يحدث لحواسنا وسلوكياتنا وأعضائنا؟ وتساءل الباحثة ماذا يحدث لحواسك نظر - شم - لمس - أصابع يدين - فم - أرجل؟ ثم يعبرون أمام المجموعة عن سلوكياتهم الخارجية وتغيرات جسدهم.

تُلخص الآثار السلبية على الفكر والمشاعر والسلوك عند التعرض لمواقف مغضبة أو مقلقة أو محزنة عموماً. وكيفية التقليل من ردود أفعالنا المبالغ فيها أحياناً؛ لأن كل ذلك يعود علينا بالضرر الجسدي والعقلي والنفسي والانفعالي والسلوكي وتكون عاقبته سلبية. وكما ورد عن الرسول صلى الله عليه وسلم أن كل عضو في جسد الفرد يؤثر في العضو الآخر ويتأثر به. بعد النقاش يطلب من المشاركات اختيار لون آخر لم تستخدمه من قبل ، والسؤال كيف تخلصت من مشاعر الغضب؟ هل الموقف يحتاج لنوبة الغضب التي صدرت مني؟ ماذا فعلت بعد أن هدأت؟

تطلب الباحثة من كل مشاركة أن تذكر موقفاً يشعرها بالفرح والسعادة وكيف ينعكس على جسديك وسلوكك وأفكارك.

عرض تعريف بعد التنظيم الذاتي (Self-Regulation): يؤكد رسولنا صلوات الله وسلامه عليه المعلم الأول أهمية تنظيم وإدارة الفرد لذاته وانفعالاته وعدّها مقياساً لقوة الشخصية كما جاء في حديث نبوي شريف عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد من يملك نفسه عند الغضب" (البخاري، ١٩٨٧). أي جاهد نفسك واقهرها حينما يشتد بك الغضب، لأن ذلك يدل على قوة وتمكن الفرد من نفسه وسيطرته على تصرفاته ، وتغلبه على الانفعال السلبي، وما يليه من عواقب نفسية أو جسدية على الفرد أو المحيطين به. وبكلمات بسيطة ليس المقصود إخفاء مشاعر الفرد، بل يتمثل في إدارة وتنظيم الذات الذي يتمحور حول اختيار الوقت والمكان والزمان المناسب للتعبير عن هذه الانفعالات والمشاعر بأسلوب مناسب (Filice & Wesse, ٢٠٢٤). كما يتسلح الفرد عند إدارته لذاته وتنظيمها بالمرونة والتكيف مع التغيرات المحيطة به، وغالباً ما يدير الصراعات وينزع فتيل المواقف الصعبة أو المتوترة. ويتحمل مسؤولية أفعاله ويفكر دائماً بكيفية تأثيره في الآخرين إيجابياً (Cherry, ٢٠٢٣).

إنهاء الجلسة: تطلب المرشدة من كل مشاركة اقتراح عمل أو سلوك يمكن أن تقوم به للتقليل من

السلوكيات الغاضبة: من خلال السؤال التالي لكل مشاركة:

أنا أستطيع أن أقل من غضبي من خلال ..... . وبعدها تسجل

المرشدة هذه الأمور على اللوح.

(أمثلة: العد للعشرة - التنفس بشكل منتظم - الاستغفار - استيضاح وحوار مع الطرف الآخر -

تجنب الوجود في مكان أو مع أشخاص أشعر معهم بالغضب أو التوتر).

الواجب البيتي:

سجلي المواقف التي تستدعي غضبك. حللي الموقف الذي ترغبين به (ملحق رقم ٥).

#### نموذج المهمة البيئية

اسم المشاركة:..... رقم المهمة ..... تاريخ التطبيق

.....

عزيزتي المشاركة الرجاء تسجيل المواقف التي تشعرك بالغضب - التوتر - العصبية - والانفعال.

ومن ثم اختيار موقف والإجابة عن الأسئلة الآتية:

الموقف

.....  
.....  
.....  
.....

الموقف المراد تحليله:

- هل سبب غضبي منطقي؟ .....

- ما الذي سبب غضبي؟ .....

- ماذا أستطيع أن أفعل بدل الغضب لحل الموقف؟:.....

- من يساعدني في التقليل من غضبي.؟.....

- إلى من أتوجه عندما أشعر بالغضب؟.....

شكراً لتعاونك

تقييم الجلسة:

نموذج تقييم الجلسة: تطلب المرشدة من كل مشاركة أن تضع دائرة حول الوجه التعبيري الذي يمثلها كتقييم للجلسة من القائمة التالية:



تشكر الباحثة الأمهات المشاركات على تفاعلهن وتذكرهن بموعد الجلسة اللاحقة.

## الجلسة الرابعة



عنوان الجلسة: الموسيقى والحركة ودورها في التعبير عن الذات والانفعالات والمشاعر

المدة الزمنية (٩٠) دقيقة

أهداف الجلسة:

١. التعرف إلى دور الحركة والموسيقى في التعبير عن الذات والانفعالات.

٢. تطبيق أنشطة حركية إيقاعية/ كتابية للتعبير عن الذات والانفعالات.

الفنيات المستخدمة: الحركة - الموسيقى

المواد المستخدمة: أدوات موسيقى متنوعة دف - طبله - أدوات إيقاع - خراخيش - شبر - بلالين - سماعة - جهاز LCD - أدوات موسيقية- براشوت- الأم - أوراق- لوح.

مدة الجلسة (٩٠) دقيقة

(١٠) دقائق: الترحيب ومراجعة الواجب البيتي

(٥) دقائق: عصف ذهني عن الحركة والموسيقى والكتابة كاستراتيجيات للفنون التعبيرية

(٣٠) دقيقة: تطبيق أنشطة حركة إيقاعية

(٣٥) دقيقة: تأليف أغنية واستخدام إيقاع الجسد أو الأدوات الموسيقية في التعبير عن المشاعر

(٥): التلخيص الواجب البيتي

(٥) دقائق : التقييم للجلسة

## الإجراء الأول

النشاط (١) الترحيب والسؤال عن المجموعة وأحوالها. مناقشة الواجب البيتي (٥) دقائق

النشاط (٢) عصف ذهني عن الحركة والموسيقى كإستراتيجية من استراتيجيات الفنون التعبيرية

المدة الزمنية: (٥) دقائق

الإجراء: تقدم المرشدة معلومات عن الحركة والموسيقى كاستراتيجيات تستخدم في الفنون التعبيرية. وأنها وسيلة للتعبير عن الذات والانفعالات، وأن الفرد عند سماعه لنوع من الموسيقى فإنه يتأثر عقلياً وعاطفياً وجسدياً بالموسيقى. وأنها تساعد على ضبط الفرد لحركاته وفقا لإيقاع الموسيقى ونوعها. فهي طريقة ضمنية تدرب فيها الذات على الانضباط مع الإيقاع والتعبير عن المشاعر والانفعالات من خلالها.

النشاط (٣) تطبيق أنشطة حركة إيقاعية موسيقية في التعبير عن الذات والانضباط مع الإيقاع والتعبير عن الانفعالات عبر تطبيق عدد من الأنشطة.

المدة الزمنية: (٣٠) دقيقة



المواد: موسيقى متنوعة - شبر - بالالين

## الإجراء

نشاط ١: تطلب المرشدة من المشاركات الجلوس دائريا على الكراسي. يطلب من كل مشاركة

استخدام جسدها لإنتاج صوت.

نشاط ٢: تُعلم المرشدة المجموعة أنه ستشغل موسيقى، مطلوب منهم المشي في الغرفة والتعبير عن الموسيقى المسموعة بالحركة التي يرغبون بها، و نوع الموسيقى التي يسمعونها إلى أن تتوقف الموسيقى.

روابط الموسيقى الهادئة (ملحق ١٧) مرفق روابط لموسيقى هادئة وصاخبة.

ملاحظة: جرى ادراج أكثر من رابط في حال لم يفتح الرابط. تفاديا لتعطيل الفعالية، وللتحضير المسبق للبديل المناسب لتحقيق الهدف والالتزام بالوقت.

نشاط ٣: تطلب المرشدة من المجموعة الوقوف حلقة مغلقة (دائرة) كبيرة. من ثم تشغيل الموسيقى وعلى كل مشاركة عمل حركة حسب ما تريد، حسب الموسيقى المسموعة، وأن تعيد حركتها بالإيقاع نفسه . ثم تطلب من كل مشاركة التعبير عن نفسها بجسدها مع وجود خلفية موسيقية.

تسأل المرشدة المجموعة عن شعورهن في أثناء التفاعل مع الموسيقى المسموعة وكيف أثرت فيهن. هل أثرت طبيعة الموسيقى في كيفية التفاعل؟ كيف يمكن أن نربط التفاعل مع إيقاع الموسيقى بما نعيشه في الحياة؟ إذا ما خرجنا عن الإيقاع الموسيقي ماذا يحدث؟

النشاط (٤): تأليف أغنية تعبير عن حاجات المجموعة

المدة الزمنية: ( ٣٠ ) دقيقة

المواد المطلوبة: ورقة - أقلام ، أدوات موسيقية

الإجراء: تقسم المرشدة المجموعة الكلية ل ٣ مجموعات. تطلب من مجموعة (١) أن تؤلف أغنية يعبرن فيها ذواتهن. مجموعة (٢) تؤلف أغنية بما يردن من المدرسة والأهل والمجتمع. مجموعة (٣) تؤلف أغنية تعبر فيها المجموعة عن رغبة الأهل والمجتمع منهم. ممكن أن يستخدم بعض الأدوات الموسيقية لترافق عرض الأغنية بعد تأليفها على أن لا يكون صوت الأداة أعلى من

الأغنية. يجب أن يكون دور لكل واحدة بالمجموعة يمكن استخدام الأصوات التي تصدر من الجسم. تعرض كل مجموعة عملها. شعور العمل مع المجموعة، استخدام الموسيقى في التعبير. تلخص المرشدة دور الحركة والموسيقى والكتابة في التعبير عن الذات والانفعالات وكيف تنمي الضبط لدى الأفراد وتخفف من الضغوطات وتعبّر عن الانفعالات والمشاعر المكبوتة بطريقة إيجابية لا تؤذي الذات أو الآخرين.

الواجب البيتي:

تطلب المرشدة من كل مشاركة تأليف أغنية أو كتابة عن أي موضوع لم تستطع التحدث عنه ، وتريد مشاركته للمجموعة عن ذاتها أو مشاعرها أو احتياجاتها.

تقييم الجلسة

تطلب المرشدة من كل مشاركة أن تقييم الجلسة بجملة مع استخدام الايقاع من خلال جسدها مع صوت.

تشكر المرشدة المشاركات على حضورهم وتفاعلهم وتذكرهم بموعد اللقاء القادم والواجب البيتي.

## الجلسة الخامسة

### عنوان الجلسة: الدافعية و تحفيز الذات (Motivation)



مدة الجلسة: (٨٥) دقيقة.

أهداف الجلسة:

١. التطرق لمفهوم التحفيز والدافعية للفرد.

٢. التعرف إلى أهمية التخطيط في حياة الفرد.

الفنيات المستخدمة: الحركة، التعبير، التخيل، المناقشة، المحاضرة، العصف الذهني، مهمة بيتية

المواد المطلوبة: أقلام - لوح - بطاقات - صور - أوراق A٤، عرض بوربوينت

المدة الزمنية: (٨٥) دقيقة

(١٠) دقائق ترحيب ومناقشة الواجب البيتي

(٣٠) دقيقة التطرق لمفهوم الدافعية والتحفيز الذاتي

(٣٠) دقيقة التخطيط وأهميته في حياة الأفراد وتحقيق اهدافهم

(٥) دقائق التلخيص

(٥) دقائق المهمة البيتية

(٥) دقائق التقييم

بعد الترحيب بالمشاركات ومناقشة الواجب البيتي،

الإجراء الأول: " نشاط القفز "

المدة الزمنية: (٣٠) دقيقة

المواد: لوح، أقلام ملونة، ساعة

الإجراء: تكتب المرشدة أسماء المشاركات في المجموعة على اللوح، وتقسّم اللوح إلى ٣ أقسام وتخبرهم أن هذا النشاط سينفذ على ٣ مراحل وستُعطى تعليمات كل مرحلة.

- تطلب المرشدة من كل مشاركة أن تتوقع عدد القفزات التي من الممكن أن تقفزها خلال ٣٠ ثانية.

- تسجل المرشدة التوقعات لكل مشاركة بجانب اسمها في العمود الأول.

- تطلب المرشدة من كل مشاركة أن تقفز لمدة ٣٠ ثانية، وتسجل في العمود الثاني عدد قفزاتها.

المرحلة الثالثة تطلب المرشدة من كل مشاركة قفزاتها المتوقعة خلال ٣٠ ثانية إذا ما كررت التجربة ، وتسجل المرشدة المتوقع في العمود الثالث.

عدد المرات	اسم المشاركة	المرحلة الأولى عدد القفزات المتوقع خلال ٣٠ ثانية قبل التجربة	المرحلة الثانية القفز الفعلي للطالبة لمدة ٣٠ ثانية	المرحلة الثالثة المتوقع للقفز لمدة ٣٠ ثانية بعد القفز الفعلي بالمستقبل إذا ما أعيدت التجربة
١				
٢				
٣				

يجري نقاش المشاركات بعدها من خلال طرح الأسئلة الآتية:

- ما الفرق بين المتوقع قبل التجربة والتجربة الفعلية، والتوقع المستقبلي لنفس التجربة؟
- ما الذي تغير؟ ما الذي أثر في توقعاتك القبلية والعمل الفعلي والتوقع المستقبلي؟

• كيف أثرت المجموعة في توقعاتك وتواصلك مع ذاتك والآخرين؟

• ما الذي خفف أو زاد من توقعاتك؟

• كيف اختلف أداؤك بعد التجربة؟ وتواصل الآخرين مع توقعك في المرحلة الثانية؟

يُفتح باب النقاش مع المجموعة عن دور الآخرين في كيفية تواصلنا أو توقعاتنا من نفسي أو معهم بالإيماءات الصادرة عنهم، أو نبرة الصوت، أو تعابير وجوههم، تسجل مداخلاتهم على اللوح القلاب، وكيفية تنمية دافعتي لتحقيق أهدافي. من ثم تعرض الباحثة تعريف الدافعية والتحفيز.

تضع المرشدة مجموعة من الصور على الطاولة ويطلب من كل مشاركة اختيار صورة أو أكثر.



بعد ذلك تسأل المشاركات من ترغب بالمشاركة فيما اختارت؟ لماذا اختارت هذه الصور؟ ما

الدافع أو المحفز الذي دفعها لاختيار الصورة أو الصور؟

سؤال للمجموعة الكلية ما الذي يحفزكم أو يزيد من دافعتكم لتحقيق أمر معين؟ من الذي

يساندكم؟ عبارات تحفيزية للذات

الدافعية والتحفيز (Motivation): يحتاج الفرد في تحقيق غايته إلى محفزات تدفعه إلى الإنجاز،

ويميز الفرد الذي يمتلك الذكاء العاطفي بتجاوزه المحفزات الخارجية المادية أو الشهرة أو كلمات

المدح، ليسمو ويكون شغفه تحقيق أهدافه واحتياجاته الداخلية من خلال التحفيز والمكافآت الداخلية

التي تحدث التناغم التام والتدفق مع النشاط ومتابعة التجارب التي يخوضها بصمود. ومن يتمتع

بكفاءة التحفيز الداخلي تكون لديه أهداف واضحة، ويبحث عن أفضل الطرق لتحقيقها من منطلق حاجاته الكبيرة للإنجاز، ويكون على درجة عالية من الالتزام وأخذ زمام المبادرة في حياته. ولا يكتفي فقط بفهم ذاته ومشاعره وتحفيز نفسه، بل يكون على وعي بأهمية تعاطفه مع الآخرين ومع مشاعرهم، وتتمثل القدرة على تحفيز الذات والتفكير الإيجابي في وجود دافع الإنجاز، الالتزام، المبادرة والتعاون (الشايح والمطيري، ٢٠١٩).

### الإجراء الثاني التخطيط



المواد اللازمة: أوراق، وأقلام، صور

تطلب المرشدة من المشاركات أن يتخيلوا أنهم في جزيرة وأن لديهم فقط ٥ خيارات يستطيعون الحصول عليها، وتطلب منهم اختيار أكثر ٣ أشياء ستحتاجها في الجزيرة للبقاء.

تضع بعدها المرشدة بطاقات من الصعب علي أن ..... على الأرض وتطلب من المشاركات اختيار أحد البطاقات التي تعبر عن الصعوبة في حياتها؟ كيف يمكن أن تتجاوز هذه الصعوبة أو التحدي في حياتها؟ كيف تؤثر هذه الصعوبة على حياتي؟ ماذا لو لم تكن هذه الصعوبة موجودة بحياتي؟ أين أنا اليوم؟ هل أستطيع تجاوز هذه الصعوبة؟ وكيف؟

بعد نقاش المجموعة تلخص الباحثة أهمية التخطيط في حياة الفرد الذي يقلل كثيرا من المشكلات للشخص ومع الآخرين.

المهمة البيتية: ضعي خطة عمل توضح تحقيق هدف معين، والمدة المتوقعة وماذا تحتاجين من

مواد أو مساعدة ؟ وكيفية تقسيم العمل لتحقيق الهدف المرجو؟ هل يوجد أحد يساعدك؟ هل يوجد

تقسيم للأدوار ؟

الهدف	
الفترة الزمنية	
المواد المطلوبة	
من يمكن أن يساعدك ؟	
ما التحديات التي ممكن أن تواجهيها ؟	
بدائل	



<p>-١</p> <p>-٢</p> <p>-٣</p>	<p>اكتبى ٣ عبارات تحفز نفسك ودافعيتك ورديها دائماً</p>
	<p>ماذا تفعلين لتحفيز نفسك ؟</p>

تقييم الجلسة: تطلب الباحثة من المشاركات تقييم الجلسة بحرية برمي كرة الإجابة والتعبير ب

اليوم تعلمت.....

تشكر الباحثة المشاركات على حضورهم وتفاعلهم وتذكرهم بموعد اللقاء القادم والواجب البيتي.



عنوان الجلسة: التعاطف (Empathy) فهم وتفهم الفرد لعواطف ومشاعر الآخرين

مدة الجلسة: (٨٥) دقيقة

أهداف الجلسة

١. التعرف إلى مفهوم التعاطف (Empathy).

٢. تدريبات على تعلم مهارة التعاطف مع الآخرين.

المواد اللازمة: قصة حلم على رجل واحدة - ملتيه ألوان وبكميات مناسبة للتشكيل، ريش للرسم، ألوان جواش كل الألوان، كاسات بلاستيك، ماء، صحن بلاستيك، أوراق فليب شارت أو رول ورق عريض. موسيقى، جهاز عرض LCD، لوح، أقلام، ألوان فلوماستر عريضة، أوراق، موسيقى هادئة.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: القصة، تشكيل بالملتيه، رسم بالريشة جدارية، مناقشة، حوار، المهمة البيتية.

(١٠) دقائق التعرف على مفهوم التعاطف شمس التدايعات

(٥) دقائق نشاط سرد قصة

( ٢٠ ) دقيقة نشاط تشكيل بالملتيه

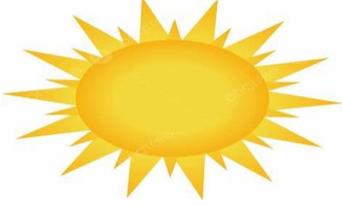
(٢٠) دقيقة نشاط رسم ثنائي الجواش

(٥) دقيقة تقييم الجلسة

(٥) دقيقة المهمة البيئية

إجراءات الجلسة

النشاط الأول (ترحيب ونقاش المهمة البيئية)



انشاط الثاني: التعرف إلى مفهوم التعاطف ( شمس التداعيات )

المدة الزمنية: (١٠) دقائق

المواد المطلوبة: كرتون - أقلام فلوماستر عريضة ملونة - لاصق - لوح - جهاز عرض

الإجراء: تكتب المرشدة كلمة التعاطف على كرتونة دائريا لونها أصفر ومكتوب عليها كلمة التعاطف. ثم توزع على كل مشاركة كرتونة مستطيلة رفيعة ، وتطلب من كل مشاركة إما أن ترسم أن تكتب تفسيرها لكلمة التعاطف، ثم بعد الانتهاء تلصق كل مشاركة كرتونتها على الدائرة التي وضعتها الباحثة على اللوح. ومن ترغب بالحديث عما رسمته أو كتبه أمام المجموعة.

ومن ثم تعرض مفهوم التعاطف على جهاز LCD.

النشاط الثاني قصة (التعاطف والمشاركة)

الفترة الزمنية (٤٥) دقيقة

المواد: قصة حلم على رجل واحدة - ملتينه ألوان وبكميات مناسبة للتشكيل، ريش للرسم، ألوان جواش كل الألوان، كاسات بلاستيك، ماء، صحنون بلاستيك، أوراق فليب شارت أو رول ورق عريض. موسيقى، جهاز عرض LCD، لوح، أقلام، ألوان فلوماستر عريضة، أوراق، موسيقى هادئة.

تقوم المرشدة بسرد القصة على المشاركات قصة (حلم على رجل واحدة)، وبعد سماعها تطلب إخبارها عن أكثر شعور سيطر على مشاعرهم عند سماع القصة وتشكيل شعورهم بالملتينه. ويطلب من المشاركات لمن ترغب التعبير عما شكلته ، أو ما أهم شعور شعرت به بعد سماع القصة؟ لمن كان ؟ لماذا؟ عبري عن هذه المشاعر بالملتينه. ثم نطلب منهم إعطاء نهاية للقصة من وجهة نظرهم. كيف كان دور الأم في نجاح طفلها؟

النشاط الثالث: تنمية روح المشاركة بين الأفراد بالاتفاق على فكرة معينة

المواد المطلوبة: جواش ألوان - فراشي دهان

المدة الزمنية: ٢٠ دقيقة

تُقسم المشاركات لثنائيات يطلب من كل ثنائي الاتفاق على موقف أو حدث في القصة المسرودة والتعبير عنه بوساطة الرسم بالريشة.

بعد الرسم لكل الثنائيات، تُعلق الرسومات على الحائط، وتُسأل الباحثتين بالتناوب الأسئلة الآتية:

ما شعور كل شخص منكم عندما طلب منه العمل مع الآخر؟

كيف كان العمل المشترك؟

هل واجهتم صعوبة بالعمل معا ؟

هل سيطر أحد على الآخر، وفرض رأيه، أم جرى الاتفاق سريعاً؟ أم احتجتم لوقت طويل

للاتفاق؟

ما الحدث أو الصورة، الموقف الذي اتفقتم أنه الأهم بالقصة؟ ولماذا؟

بعد عرض الأعمال الثنائية كلها ونقاش الأسئلة نفسها . تُسأل المجموعة الكلية عن الهدف

من عمل هذا النشاط، من ثم تلخيص أهم النقاط المتعلقة بموضوع التعاطف من خلال تعريف

(Salovey & Pizarro, ٢٠٠٣).

التعاطف (Empathy): يُعد التعاطف، أو القدرة على فهم مشاعر الآخرين ورؤية الأشياء من وجهة نظرهم مهارة أخرى مهمة للذكاء العاطفي تتطوي على القدرة على التعرف إلى الحالات العاطفية لشخص آخر، وفهم سبب تعرضهم لها. ويتيح تعاطف الفرد مع الآخرين في فهم ديناميكيات القوة التي يمكن أن تؤثر في العلاقات الاجتماعية، مثل الموجودة بين الثقافات والمجتمعات المختلفة. وهذا مهم لتوجيه تفاعلاته مع الأشخاص المختلفين الذين يقابلهم كل يوم. وما يميز الشخص الذي لديه فراسة التعاطف العالي أنه يشعر بمن يملك القوة في العلاقة، ويفهم أيضًا كيف يؤثر في مشاعر كل شخص وسلوكياته. ولهذا السبب، يمكن أن يفسر المواقف التي تعتمد على ديناميكيات القوة بشكل أفضل، سالوفي وبيزار (Salovey & Pizarro, ٢٠٠٣).

الواجب البيتي: سجلي خلال الاسبوع إذا ما قدم لك شخص تعاطفا بموضوع معين. ما الموضوع؟ كيف قدم لك التعاطف؟

سجلي موقفا قدمت أنت فيه موقف تعاطف مع شخص ، ما الموقف؟ وماذا قدمت؟  
تقييم الجلسة: تطلب الباحثة من المشاركات تقييم الجلسة بحرية م باستخدام الملتينه بتشكيل أي شيء يعبر عن تقييمها للجلسة.

تشكر المرشدة المشاركات على حضورهم وتفاعلهم وتذكرهم بموعد اللقاء القادم والواجب البيتي.



### عنوان الجلسة: المهارات الاجتماعية "الاتصال الفعال"

مدة الجلسة: (٧٥) دقيقة

أهداف الجلسة الإرشادية:

١. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الاتصال الفعال وعناصره.
  ٢. أن تطبق المشاركات نشاط دراما يوضح معوقات الاتصال الفعال.
  ٣. أن تستنتج المشاركات أهمية الاتصال الفعال.
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، الدراما ( تأدية دور)، نشاط حركي، عصف ذهني
- المهمة البيتية.

الأدوات المستخدمة: اللوح، أوراق A٤ بيضاء، وجهاز عرض LCD، شال، STOP WATCH ساعة

المدة الزمنية: (٧٥-٨٠) دقيقة.

(١٠) دقائق: ترحيب، ومناقشة الواجب البيتي

(٣٠) دقيقة دراما الرادار والطائرة (لعب أدوار)

(١٠) مناقشة مفهوم الاتصال وعناصره

(١٠) مناقشة معوقات الاتصال الفعال

(٥) تلخيص الجلسة

(٥) الواجب البيتي

(٥) تقييم الجلسة

إجراءات الجلسة:

ترحيب ومناقشة الواجب البيتي (١٠ دقائق).

ترحب الباحثة بالمشاركات وتشكرهم على حسن التزامهم، ومن ثم تناقش الواجب البيتي مع مشاركتين أو تجمع الواجب البيتي لتحويله إلى يوميات الجلسات.

النشاط (١): "دراما الرادار والطائرة"



المدة الزمنية: (٣٠ دقيقة)

المواد المطلوبة: شال - كرسي.

الإجراء: توضح المرشدة للمشاركات طريقة تنفيذ النشاط وهي أن تتطوع مجموعة من المشاركات، لتأدية أدوار، تكون فيه إحداهن الطائرة وأخرى الرادار ومن ٤ - ٥ مشاركات، يشكلن من أجسادهن مطبات بشرية. نشاط الرادار والطائرة والمطبات. تسأل الباحثة عن معنى الرادار، وتأخذ الإجابة من المشاركات. ويُشرح معنى الرادار ، وأين يكون ؟ وما وظيفته ؟ والمطبات الهوائية - الطائرة. ومناقشة المجموعة.

توضح المرشدة أن مشاركة من المشاركات ستغلق عينيها بمنديل، وتمثل دور الطائرة وتقف على الأرض. ومشاركة أخرى ستمثل الرادار وستقف على مكان مرتفع (على طاولة أو كرسي

آمن ويكشف المكان) لتوجيه الطائرة (المشاركة التي تمثل دور الطائرة ستكون مغمضة العينين بشالته). ومجموعة من المشاركات يمثلن دور المطبات الهوائية على شكل مطبات بشرية في المكان من خلال إغلاق الطريق بأجسادهن عن طريق مد أيديهن أو انحناء أجسادهن لإعاقة الطائرة من الوصول إلى مكان الرادار بأمان. والمطبات البشرية (مشاركات متطوعات)، لا يجب عليهم التحرك أو الكلام بعد أخذ مواقعهم.

على الرادار إعطاء معلومات تتعلق بالاتجاه يمين -يسار - فوق - تحت - فقط ، وعلى الطائرة أن تسير وفق تعليمات الرادار. وإذا ما لمست الطائرة أي من المطبات تتوقف اللعبة وتبدل الأدوار ، الرادار يصبح طائرة والطائرة تصبح رادار.

بعد النشاط يناقش ما يلي:

مَن الرادار في حياتنا؟ من الطائرة؟ ما الذي ساعد الطائرة للوصول أو عدم الوصول؟ ما الذي ساعد الرادار لإيصال الطائرة؟ ما الذي أعاق وصول الطائرة للرادار؟ ما دور الرادار ؟ ما دور الطائرة لإنجاح المهمة؟ من ثم ربط النشاط بالحياة ، إذ إننا نصل إلى المشاكل أو عدم تحقيق الأهداف عند سوء الاتصال والتواصل. وتلخيص المعينات من المرسل والمستقبل والرسالة.

النشاط (٣): "عناصر الاتصال"

المدة الزمنية: (١٠ دقائق)

المواد المطلوبة: لوح - أقلام لوح

الإجراء: تكتب المرشدة كلمة الاتصال على اللوح وتساءل المشاركات كيف تحدث عملية الاتصال؟ وتكتب المداخلات على اللوح، ثم تلخص مفهوم الاتصال وعناصره الذي يمثل التعبير عن

فكرة قد تكون لفظية أو مرئية (غير لفظية) أو صوتية يقرأها شخص آخر يدركها ويسمعها، ولها مكونات ٣ المرسل، الرسالة المستقبل. وكل منها يؤثر في الآخر ويتأثر به (Ellison, ٢٠١٥).

المرسل- الرسالة - المستقبل وتساءل الباحثة عن تطبيق هذه السلسلة في موقف حصل مع المشاركة، من المرسل؟ وما الرسالة؟ ومن استقبل الرسالة؟ وكيف أوصل الرسالة؟

النشاط الرابع "نشاط دراما" المقابلة والارتجال

المدة الزمنية: (١٥ دقيقة).

المواد المطلوبة: لا يوجد مواد

تطلب المرشدة من المشاركات المشي في الغرفة، وتطلب منهن التفاعل بأجسادهن، أو بكلمات للتعبير عن المواقف التالية التي تذكر عن طريق الاتصال اللفظي بالكلمات أو نبرات الصوت، وغير اللفظي مثل تعابير الوجه - لغة الجسد.

رؤية شخص لم تراه منذ مدة، وهو غير مرغوب بمشاهدته، أو مصادفته. ر عبرن عن الموقف بتعابير الوجه أولاً، ثم الموقف نفسه بكلمات وتعابير جسد ونبرات صوت.

رؤية صديقة لم ترينها منذ زمن، ومشتاقة للقائها

رؤية شخص، لكن تتعامل معه برسمية وحذر.

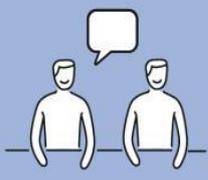
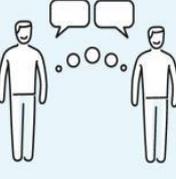
ثم يناقش ما اكتمل عمله بالنشاط وتوضيح أن الاتصال يكون لفظياً بالكلمات ونبرات الصوت، واختلافها وإن كانت الكلمة نفسها، وغير لفظي بتعابير الوجه ولغة الجسد.

إنهاء الجلسة:

تلخيص الجلسة

المهارات الاجتماعية (Social Skills): يتضمن الذكاء العاطفي إضافة إلى الوعي والمعرفة بالمعلومات وبالمشاعر للذات والآخرين، وامتلاك مهارات متنوعة مثل مهارات الاستماع النشط،

والاتصال اللفظي وغير اللفظي، والقدرة على الإقناع التي تفتح الآفاق لبناء علاقات اجتماعية هادفة مع الآخرين، ومن خلال هذه التفاعلات يتطور فهم الفرد لنفسه وللآخرين. وهذه المهارات اللازمة للفرد في مجالات حياته اليومية كافة (Goleman , ١٩٩٥; Boyatzis et al., ٢٠٠٠). يعد اقتناء الفرد مهارات الذكاء العاطفي من أهم الركائز للتنمية البشرية المستدامة التي تعود بالفائدة على الجميع، وهو مؤشر لتقدم المجتمعات التي تستثمر في الفرد أولاً لتحقيق مكاسب أخرى لاحقاً. تعرض المرشدة على ال LCD تعريف الاتصال وعناصره ومعوقات الاتصال الفعال من خلال صور ملحق (٧) جلسة

	فكر ملياً قبل أن تتحدث	ركز على لغة جسدك	كن ودوداً مع الآخرين	
لا تثرثر بأي شيء		كن واضحاً في كلامك		أحسن الإنصات
<b>طرق لتعزيز مهارات التواصل</b>				
<p>مكة مكة المكرمة</p> <p>مهارات الاتصال الفعال مع الآخرين هي التي ستصنع منك فرداً ناجحاً ومتميزاً بينهم، فكلما كانت مهارات التواصل لديك أفضل ازدادت فرصك في النجاح بشكل أكبر. موقع Little Things Master يقدم لك سلماً من الخطوات التي يستحسن أن تتبناها حتى تقوي من مهارات التواصل لديك</p>				
	تحدث بثوقية عالية ودون تكلف		أظهر تواصلك	
	لا تتصنع وكن على طبيعتك			

الواجب البيتي (٥ دقائق)

يطلب من كل مشاركة كتابة ما الأمور التي تعيق عملية اتصالها مع الآخرين، يمكن الحديث مع المحيطين ومعرفة ما الذي يزعجهم في طريقة تواصلك، أو من خلال ملاحظات يجري توجيهها لك منهم سابقاً.

هل تستطيعين تغيير الأساليب والطرق التي كانت المسبب في سوء الاتصال من جهتك؟ أو يمكن أن تناقشي الشخص المستقبل ما الأمر الذي يزعجك منه عند تواصله معك ؟

التقييم (٥ دقائق)

ما تقييمك لليوم بوضع إشارة حول التعبير المناسب الذي تريه مناسب:

لا	نعم	العبارة
		لقد استفدت من الجلسة
		لقد استمتعت في الجلسة
		مشاعري إيجابية خلال الجلسة

## الجلسة الثامنة



### عنوان الجلسة : الوالدية الإيجابية

مدة الجلسة: (٨٥-٩٠) دقيقة

أهداف الجلسة الإرشادية:

١. أن تتعرف المشاركات إلى مفهوم الوالدية الإيجابية.
  ٢. أن تتعرف المشاركات إلى الممارسات الوالدية الإيجابية.
  ٣. أن تطبق أنشطة تدعم أبعاد الوالدية الإيجابية.
- الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: عصف ذهني، المناقشة الجماعية، لعب أدوار، أنشطة. المهمة البيتية.

الأدوات المستخدمة: قصة - خيطان صوف اللوح، أوراق A٤ بيضاء، وجهاز عرض LCD، شال، المدة الزمنية: (٨٠) دقيقة.

(١٠) دقائق: ترحيب، ومناقشة الواجب البيتي.

(٢٠) دقيقة: شبكة العنكبوت "مفهوم الوالدية الإيجابية"

(٥) دقائق عصف ذهني الممارسات الوالدية الإيجابية

(٣٠) دقيقة: الدعم والتعزيز

(٥) تلخيص الجلسة

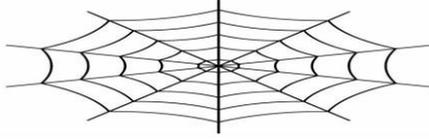
(٥) الواجب البيتي

(٥) تقييم الجلسة

إجراءات الجلسة:

ترحيب ومناقشة الواجب البيتي (١٠ دقائق).

ترحب المرشدة بالمشاركات وتشكرهن على حسن التزامهم، ومن ثم تناقش الواجب البيتي مع مشاركتين ، أو تجمع الواجب البيتي لتحويله إلى يوميات الجلسات.



الإجراء الأول: "نشاط شبكة العنكبوت"

المدة الزمنية (٢٠) دقيقة

المواد المطلوبة: خيط، أقلام لوح ملونة، LCD.

تطلب المرشدة من المجموعة أن يقفن دائريا يكون معها طبة صوف، وتقول مصطلح الوالدية الإيجابية، وتلف الخيط على إصبعها وترمي الطبة لمشاركة لتعطي تعريفاً أو كلمة عن المفهوم باستخدام طبة صوف ، وتتحدث عن أي معلومة تريد مشاركة المجموعة بها، وأثناء الحديث تلف الخيط على إصبعها، ومن ثم تمرر طبة الصوف لمشاركة لتبدأ بإعطاء تعريف آخر، إلى أن ينتهي الجميع من إدلاء ما يرغب بالحديث عن المصطلح.

تكتب الباحثة ما يصدر عن المشاركات على اللوح.

تلخص تعريف الوالدية الإيجابية كما عرفها: السامري وآخرون (٢٠١٩، Alshammari et al.) أنها نهج يراعي الاحتياجات الفردية للأطفال، ويعمل على التصدي للتحديات التي تنشأ في مرحلة الطفولة المبكرة، عن طريق التعاطف معهم وتربيتهم بالطريقة الصحيحة، من خلال تقديم الدعم

النفسي والجسدي بكافة أشكاله لتنمية شخصيته وتقويته ، بطريقة صحيحة ضمن بيئة أسرية محاطة بالأمان.

عصف ذهني (٥) دقائق على اللوح ما الممارسات الوالدية الإيجابية التي يجب على الأهالي معرفتها وتطبيقها مع أطفالهم؟  
المبادئ الأساسية للوالدية الإيجابية:

تلخص المرشدة المبادئ الأساسية للوالدية الإيجابية، وتتمثل في : ضمان بيئة آمنة وجذابة وصحية للأطفال؛ وجود بيئة تعليمية إيجابية؛ استخدام الانضباط الحازم والمتسق وغير العنيف؛ وجود توقعات معقولة من الأطفال من الوالدين؛ الاعتناء بالنفس (Prinz, ٢٠٢٠).

النشاط الثالث: ممارسات الوالدية الإيجابية (الدعم والتعزيز)

نشاط مجموعة داعمة - المستهزة - المطنشة

المدة الزمنية: (٢٠ دقيقة)

المواد المطلوبة: لوح - أقلام لوح

الإجراء: تطلب المرشدة من ٣ مشاركات التطوع للخروج من القاعة، عند خروجهم تطلب منهم أن يفكرن بأي موضوع، ويجب عليهن إقناع المجموعة التي سيجلسن معها بكل الطرق بعد رجوعهم للقاعة. ثم تقسم المرشدة المجموعة الموجودة بالقاعة ل ٣ مجموعات، وتطلب من مجموعة (١) ان تستهزأ بكل ما سيقال لها من المشاركة التي ستتضم لهم بعد قليل، ومجموعة (٢) تطلب منها إهمال ما تقوله المشاركة الثانية التي ستتضم لهم، ومجموعة (٣) يطلب منها دعم وتشجيع وتعزيز المشاركة الثالثة. وتطلب ألا يذكروا للمشاركة ما طلب منهم. بعد دخول المتطوعات الى داخل القاعة توزعهم على المجموعات الثلاث وتعطيهم (٥) دقائق لتنفيذ ما طلب معهم في الخارج بإقناع المجموعة بفكرتهم.

بعد انتهاء المدة المحددة توقف المجموعات الثلاثة. وتعلمهم بما يلي: كان لدينا ٣ مجموعات تسأل المشاركة التي كانت في المجموعة (١) أولاً ، ثم المشاركة بمجموعة (٢)، ثم المشاركة بمجموعة (٣) الأسئلة التالية وتكتب إجاباتهم على اللوح حسب الجدول المرفق على اللوح:

الأسئلة	متطوعة مع مجموعة (١)	متطوعة مع مجموعة (٢)	متطوعة مع مجموعة (٣)
كيف تعاملت معك المجموعة؟			
ما شعورك؟			
ما وصف تصرفهم معك؟			
ماذا فعلت تعبيراً عن سلوكهم معك؟			
كيف أثرت طريقتهم معك فيك؟			

بعد تعبئة النموذج السابق يُفتح النقاش مع المشاركات حول طرق تواصلنا مع الآخرين فأحياناً نستهزأ أو ندعم ، وما أثر كل ذلك على المحيطين بنا؟ وربط ذلك بأمثلة في كيفية تصرفنا مع أطفالنا في كثير من المواقف، ما يدعوهم للانسحاب أو عدم مشاركتنا أفكارهم وأعمالهم واحتياجاتهم بناء على ردة افعالنا اتجاه أقوالهم أو أفعالهم؟ وتأثير ذلك في تطورهم في جميع المجالات النمائية، وأهمية الدعم والتعزيز للفرد وبخاصة الأطفال، والتعزيز اللفظي والتعزيز غير اللفظي وتعابير الجسد.

تقييم الجلسة

تطلب المرشدة من المشاركات تقييم الجلسة بالتشكيل بالخرز عن تقييمها لليوم.

تشكر الباحثة المشاركات على تفاعلهن ومشاركتهن ، وتذكرهن بموعد اللقاء اللاحق.

## الجلسة التاسعة

### عنوان الجلسة: الحوار والتقبل



### أهداف الجلسة

١. تعرف المشاركات بأهمية التقبل للطفل وتفهم احتياجاته وخصائصه.
٢. تعرف المشاركات بأهمية ودور الحوار في تنمية أطفالهن.

المدة الزمنية (٨٠) دقيقة

الاستراتيجيات والفنيات: القصة - المناقشة - التشكيل

المواد المطلوبة: قصة أنا لست شقيماً، خرز ملون بلالين، أقلام فلوماستر عريضة، موسيقى.

مدة الجلسة (٩٠) دقيقة

(١٠) دقائق ترحيب ومناقشة المهمة البيتية

(١٠) دقائق نشاط افتتاحي (١٠)

(١٥) دقائق نشاط سرد قصة أنا لست شقيماً

(٤٠) دقيقة تشكيل بالخرز

(٥) إنهاء الجلسة

(٥) المهمة البيتية

(٥) التقييم للجلسة

نشاط افتتاحي: تعطي المرشدة بالون لكل مشاركة تختار فيه اللون الذي تريده، وتكتب اسمها على البالون، تطلب الباحثة من كل مشاركة عندما يصلها البالون قراءة الاسم الموجود على البالون، وكتابة صفة إيجابية عن الشخص إلى أن يرجع البالون لصاحبه. نقاش مع المجموعة الكلية عن أهمية الحوار مع الأطفال، وذكر إيجابياتهم وعدم التركيز فقط على السلبيات.



النشاط الثاني (قصة أنا لست شقياً)

المدة الزمنية: (١٥) دقيقة

المواد المطلوبة: قصة أنا لست شقياً، الخرز

الإجراء: تقوم المرشدة بسرد قصة أنا لست شقياً على مسمع المشاركات. مستخدمة لغة الجسد ونبرات الصوت (الخائفة والمتعبة والحزينة والفرحة كما وردت في القصة. وبعدها تسأل الأمهات أي من المواقف التي ذكرت بالقصة أثرت فيها؟ ولماذا؟ لمن ترغب بالحديث من المشاركات. تسمع الباحثة مداخلات من المشاركات اللواتي يرغبن بالمشاركة وتشكرهن على التفاعل (الحضور والمشاركة، والاستماع والمشاركة، والتعبير والمشاركة).



الإجراء الثالث التشكيل بالخرز

المدة الزمنية (٤٠)

المواد: خرز ملون

تسأل المرشدة المجموعة إذا رجعت ساعة الزمن للوراء ما الذي تتذكرينه في طفولتك ولا زال مؤثراً فيك لغاية الآن؟ عن طريق التشكيل بالخرز لرمز في مرحلة الطفولة. أصوات في الحياة لا نستطيع نسيانها. وأصوات نتمنى أن تبقى معنا.

بعد تشكيل المجموعة لما طُلب يطلب ممن ترغب بالحديث عما شكلته.  
وتلخص المرشدة تأثير التقبل والحوار والتعزيز والدعم الذي يعد من ممارسات الوالدية الإيجابية الذي نحظى به منذ الطفولة. ولإغلاق النشاط تطلب التعبير عن داعميها ، وتقبلها وحوارها وهي طفلة. وكيف أثر فيها لغاية الآن.

#### المهمة البيتية

تطبيق نشاط مع طفلك كان يطلبه منك دائماً، وانت ترفضين عمله. أو حاورى طفلك بموضوع يحبه أو عمل نشاط معه حسب قدراته.

نموذج المهمة البيتية (اللقاء التاسع) التقبل والحوار

اسم الأم ..... اسم الطفل ..... التاريخ .....

المطلوب: تطبيق نشاط مع طفلك / طفلتك كانوا يطلبونه منك دائماً وأنت ترفضين؟ أو حوار مع طفلك أو عمل نشاط مع طفلك حسب قدراته. ثم كتابة النشاط.

ما شعور طفلك / طفلتك بعد تطبيق النشاط؟ وما شعورك أنت؟

---

---

---

تقييم الجلسة: بكلمة ما تقييمك لليوم ؟

تشكر المرشدة المشاركات على تفاعلهن ومشاركتهن بالأنشطة، وتذكرهن بموعد الجلسة اللاحقة

مع تذكير بموعد اقتراب انتهاء اللقاءات. وأنه تبقت ثلاثة لقاءات لانتهاء البرنامج .

## الجلسة العاشرة



### عنوان الجلسة: في حل/ المشاركة

مدة الجلسة: (٨٥) دقيقة

أهداف الجلسة الإرشادية:

١. أن تتعرف المشاركات إلى مسببات المشكلات لديهن.
٢. أن تتعرف المشاركات إلى طرق وبدائل لحل المشكلات التي تواجههن بطرق إيجابية.
٣. أن ترى المشاركات ردود فعلهن وسلوكياتهن عند حدوث مشكلة، وتعديلها بإعادة تمثيل تجسيد المشكلة.

٤. أن تتعرض المشاركات لموضوع المشاركة وأثره في ذواتهن ومن حولهن.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: المناقشة الجماعية، سيكو دراما، أنشطة، عصف ذهني

الأدوات المستخدمة: عيدان مصاص - لاصق - أسلاك وبرية - أوراق - أقلام

(١٠) دقائق: ترحيب، ومناقشة المهمة البيتية.

(٣٠) دقيقة: حل المشكلات

(٢٥) المشاركة

(٥) تلخيص الجلسة

(٥) المهمة البيتية

(٥) تقييم الجلسة

إجراءات الجلسة:

ترحيب ومناقشة الواجب البيتي (١٠ دقائق).

ترحب المرشدة بالمشاركات وتشكرهن على حسن التزامهم، ومن ثم تناقش الواجب البيتي مع مشاركتين ، أو تجمع الواجب البيتي لتحويله إلى يوميات الجلسات.

النشاط الأول: (حل المشكلات)

المدة الزمنية: (٣٠) دقيقة

الإجراء: تقسم المرشدة المجموعة الكلية ل ٣ مجموعات عن طريق العد ١-٢-٣ كل عدد واحد في مجموعة، وكل عدد ٢ بمجموعة ، وكل عدد ٣ بمجموعة. وتطلب من كل مجموعة التفكير بمشكلة، هذه المشكلة أو الموقف حصلت مع احدهن مع طفلها. وتخبرهم بالتفاصيل وذكر من كان معها في الموقف، ثم تقسم أحداث الموقف ل ٦ مراحل ، وتعبئة كل حدث في مرحلة، ثم توزع الأدوار على المجموعة المشاركة، وتأخذ دور الأم مشاركة أخرى، وباقي المجموعة تأخذ أدوار المشاركين بالموقف. أو تأخذ مكان الطفل والمشاركة ، ومشاركة تأخذ دورها. ثم تطلب الباحثة من كل فرد بالمجموعة أن يشارك إيجابيا بإعادة إنتاج التعامل مع الموقف إيجابيا .

(المشاركات في المجموعة تسمى الأدوات المساعدة) ما معناه، ، الأشخاص الداعمون إيجابياً في إعادة إنتاج الموقف لترى الأم الأمر وجهة نظر أخرى ، كيف تعاملت مع الموقف نفسه ما يعمل على إكسابها مهارات جديدة؟، وتحسن من قيمة الوالدية الإيجابية لديها، ما يقود إلى نقل التجربة الإيجابية في مواقف مشابهة بالمستقبل؟ ٥ دقائق لكل مجموعة للعرض والتقديم، تقترح كل مجموعة من خلال الدور الذي سيقمن به: كيف جرى التعامل مع المشكلة وحلها ؟

تقوم المجموعات ال ٣ بعرض ما جرى الاتفاق عليه .توجه المجموعة المشاهدة ملاحظاتهم على الأسلوب الذي اتبع في حل المشكلة. تقترح المجموعة بدائل أخرى يمكن اتباعها لحل المشكلة.

تحاول الباحثة تلخيص ملاحظات المجموعة مع التركيز على وجود بدائل لحل المشكلات

وأنه علينا التفكير دائماً بهذه الحلول حتى نستطيع حل المشكلة بأفضل الطرق وأنسبها من خلال

عرض توضيحي بخطوات حل المشكلة من خلال كلمة (حتمر)



ح = وصف الحالة أو الموقف - ت = تحليل الموقف / م = المشاعر التي تولدت بناء على  
الموقف / ر = ردة الفعل السلوك.



نشاط المشاركة

المدة الزمنية: (٣٠ دقيقة)

المواد اللازمة: عيدان مصاصات - لاصق - أسلاك وبرية - مقصات - لوح - أقلام لوح.

الإجراء: تقسم المرشدة المجموعة الكلية لمجموعتين، توزع عليهم عيدان مصاص عدد محدد

٢٠ قطعة - لاصق أسلاك وبرية وتطلب منهم تشكيل بيت من المواد. ومن شروط تشكيلة أن

يكون بأبعاد ثلاثية وليس على سطح الطاولة. تحدد لهم وقت ١٠ دقائق لتشكيل البيت.

بعد انتهاء الوقت تسأل الباحثة كل مجموعة الأسئلة الآتية:

كيف كان العمل ضمن مجموعة؟ ما الخطوات التي اعتمدت في إنجاز المهمة؟ هل كان من

السهل مشاركة الآخرين بإنجاز المطلوب؟ ما المعوقات أو التحديات التي واجهتكم في أثناء

إتمام المهمة؟

تركز المرشدة على عملية المشاركة وما تحققه على الصعيد الشخصي، أو على صعيد اعتمادها من الممارسات الإيجابية مع أطفالهم. واستخراج أهمية المشاركة من المشاركات وتدوينها على اللوح.

المهمة البيتية: طبقي مع طفلك أو أفراد أسرتك نشاطا تستطيعين عمله (قصة- زراعة - عمل كعكة - نزهة - لعبة حركية ) ما شعورك ؟ ما ردة فعل أطفالك ؟

تقييم الجلسة

ما تقييمك لليوم من خلال وضع إشارة حول التعبير المناسب الذي تريه مناسب ؟

العبرة		
أفدت من الجلسة		
استمتعت بالجلسة		
مشاعري إيجابية خلال الجلسة		

تشكر المرشدة المشاركات على تفاعلهن ، وتذكرهن أنه تبقى ثلاث جلسات وسيينتهي البرنامج .  
وموعد اللقاء القادم .

## الجلسة الحادية عشرة

### عنوان الجلسة: قضاء وقت نوعي



#### أهداف الجلسة:

1. تعرف المشاركات إلى مفهوم الوقت النوعي.
2. تبصير المشاركات بضرورة توزيع مهامها اليومية بشكل نوعي.
3. تحفيز الطاقة الخلاقة لدى المشاركات بإنتاج ألعاب تربية ومواد من موجودات البيت والبيئة (الملتينه- دهان الأصابع- الدمى- القصص) أهميتها. كيفية قضاء وقت نوعي مع الأطفال.

4. تطبيق أنشطة نوعية بمشاركة الأطفال.

المدة الزمنية: ٩٠ دقيقة

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: التشكيل بالملتينه- الانتاج - التعبير الحر

المواد اللازمة: لوح - أقلام لوح - طحين - زيت - ملح - صبغة - ماء - موسيقى - اوراق - الوان - ريش - برق - لاصق.

(١٠) دقائق: ترحيب ومناقشة المهمة البيتية

(٢٠) دقيقة: مفهوم الوقت النوعي

(٣٠) دقيقة: عمل ملتينه بمشاركة كل طفل مع والدته مع التشكيل الحر

(٢٠): عمل دفتر المشاعر الطفل ووالدته

(٥) المهمة البيتية

(٥) تقييم الجلسة

إجراءات الجلسة

ترحيب ومناقشة الواجب البيتي ١٠ دقيقة

النشاط (١): التعرف إلى مفهوم الوقت النوعي

المدة الزمنية: (٢٠) دقيقة

المواد المطلوبة: لوح - أقلام - نموذج لساعة

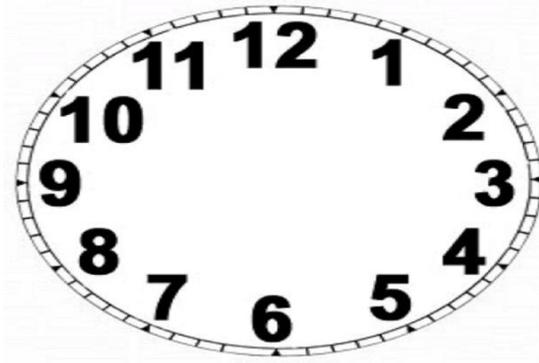
الإجراء: تكتب المرشدة الوقت النوعي على اللوح، نقاش جماعي ماذا نعني بالوقت النوعي؟ تكتب الباحثة ما عُرض من المشاركات على اللوح.

تسأل المجموعة ما الأمور التي تقومين بها منذ بداية اليوم حتى نهايته؟ وتوزيعها على جدول بناء على مشاركتهن. من ثم يطلب من كل مشاركة تقدير وقت كل مهمة بشكل تقديري من ١٦ ساعة يومية باستثناء وقت النوم ٦ ساعات. ويُسأل ما الأنشطة التي أشارك أطفالي بها؟ وتكتب على اللوح (سرد قصة - نزهة - مشاركة بعمل كعكة - حلويات - اللعب - تركيب بازل بشكل مشترك - رسم مشترك أو تلوين - حوار. ويتم نقاش سريع لأنشطة ذاتية تقوم بها المشاركة لذاتها (قراءة - سباحة - تطريز - دورات - موسيقى - حمام ساخن - الجلوس بهدوء - حديث مع شخص - رسم - كتابة .. الخ) حسب ما تراه مريحا لها. ثم بعد تعبئة الجدول نأخذ مشاركتين لتعبئة الجدول، ونرى من منهما تقضي أكبر وقت وتعبئه داخل الساعة.

التركيز على توزيع وقتي خلال اليوم على أعمال أو مهام تشمل راحتي أولاً، لأنها ستعكس على مشاعري وسلوكاتي لمن حولي. وأن الوقت النوعي ليس بكثرة عدد الساعات لأي مهمة وإنما

بنوعية ما نقوم به لمساعدة أنفسنا ومن حولنا في الاحتياجات الأساسية. وليس التركيز على مهمة واحدة تأخذ معظم ساعات يومنا في الأعمال المنزلية مثلاً وإهمال الجوانب الأخرى.

النشاط	أعمال منزلية	تدريس	علاقات اجتماعية	عمل مأجور	أنشطة مع أطفال	زوجي	أنشطة لذاتي أحب القيام بها
المدة الزمنية خلال اليوم							



النشاط الثاني: تطبيق أنشطة نوعية بمشاركة الأطفال

المدة الزمنية: (٣٠) دقيقة

المواد المطلوبة: طحين - زيت - ملح - صبغة - ماء - جاط - اقلام - لوح

الإجراء: تقوم الباحثة بكتابة مقادير الملتين على اللوح

٣ أكواب طحين - ١ كوب ماء - نصف كوب ملح - ربع كوب زيت قلي - ٢ ملعقة صغيرة

صبغة

يُستدعى كل طفل ليشارك مع والدته عمل الملتينه، والتركيز على الحوار مع الطفل وزنه للمواد والتذوق واللمس . والموازنة - التشابه والاختلاف - بين المواد من حيث اللون والطعم واللمس وتشغيل حواس الطفل. ناهيك عن شعور الطفل بالسعادة بوجود والدته معه. والتشكيل لما يرغبون بعد عمل الملتينه. في النهاية يشارك الأطفال ألوان الملتينه مع بعضهم ليحصلوا على كل الألوان واللعب بها في المنزل. تأخذ الباحثة ردة فعل الأطفال والأمهات من النشاط. وتكتبها على اللوح.

نشاط عمل دفتر المشاعر



المدة الزمنية (٢٠) دقيقة

المواد المطلوبة: ألوان فلوماستر، أوراق، كرتون ملون، ريش، برق، لاصق، صور،  
الإجراء: تطلب الباحثة من كل أم وطفلها أن تنتج دفتر المشاعر هي وطفلها، واختيار طريقة  
تشكيله ومعرفة محتواه .

بعد عمل الدفتر نسأل المشاركات عن شعورهن عند تطبيق هذا النشاط. وشعور أطفالهن ، وماذا  
يعني النشاط لأطفالهن ولهن؟ .و نشاط عمل كتيب الطفل والأم، ماذا يحب من ألعاب؟ ما لونه

المفضل؟ كيف يرسم لعبته المفضلة؟ وكيف يُلصق الحيوان الذي يحبه؟ أو تزين الكتيب بمواد فنية يقوم بها الطفل والأم والحديث عنه لمن يرغب.

تقييم اليوم

تطلب المرشدة من المشاركات تقييم الجلسة بإكمال الجملة الآتية:

اليوم كان

.....

المهمة البيتية: عمل جدول مع أطفال لتوزيع وقتهم ووقت الأم والأب نوعيا وبالاتفاق والحوار.

مع ملصقات أو رسم للمهمة أو النشاط.

النشاط ووقته اليوم	الرحلات والخروج مع الأسرة	المهمة العائلية	نشاط ذاتي	نشاط مع العائلة	نشاط مع المجتمع	الدروس	الأصدقاء	التلفاز	وقت استخدام الهاتف
السبت									
الأحد									
الاثنين									
الثلاثاء									
الأربعاء									
الخميس									
الجمعة									

تشكر الباحثة المشاركات على تفاعلهن ومشاركتهن بالجلسة، وتذكرهن باقتراب انتهاء الجلسات، وأنه تبقى جلمستان .

## الجلسة الثانية عشرة

عنوان الجلسة: استكمال تطبيق الأنشطة النوعية/ الأنشطة الحركية والتفريغية

أهداف الجلسة:

تحفيز الطاقة الخلاقة لدى المشاركات بإنتاج ألعاب تربية ومواد من موجودات البيت والبيئة (الملتيه- دهان الأصابع- الدمى- القصص) وبيان أهميتها. وكيفية قضاء وقت نوعي مع الأطفال.

تطبيق أنشطة نوعية بمشاركة الأطفال.

مدة الجلسة: ٨٥ دقيقة

تطبيق أنشطة حركية متنوعة بين الأم وطفلها في الروضة

- اسم النشاط: (الكراسي التشاركية).

هدف النشاط: أن تتعلم الأمهات المشاركات التعاون.

المدة الزمنية: (١٠) دقائق

المواد المطلوبة: كراسي أو أطواق - دف أو صفارة



إجراءات النشاط:

المطلوب تقسيم المجموعة الكلية لمجموعتين إذا كان العدد كبيرا ، وفي حال وجود ٦ مشاركات

تشارك المجموعة كلها.

وضع كراسي بعدد المشاركات (٦ مشاركات)، لتحصل كل مشاركة على كرسي وحدها من أول دورها.

يطلب تحرك المجموعة باتجاه واحد وعند سماع الصفارة أو الدف عليهن الجلوس بالمكان الخالي. تزال كرسي أو طوق، وعند ايقاف صوت الصفارة، على المشاركات التجمع على في الأطواق أو الكراسي. إلى أن ينتهي الجميع بالوقوف داخل الطوق أو على الكرسي الواحد معا.

النشاط: نشاط الفواكه (نشاط حركي)

المدة الزمنية: (٥ - ١٠) دقائق

-المواد المطلوبة : كراسي

-الإجراء: تطلب المرشدة من المشاركات الجلوس على كراسي بعدد المشاركات. وتعطى لكل مشاركة اسم فاكهه (سيتم تحديد واختيار ٣ أنواع فواكه من قبل المشاركات، مثال تفاح - برتقال - موز) كل مشاركة تعطى اسم فاكهه بالترتيب تفاح - برتقال - موز. تقوم الباحثة بإعطاء تعليمات للمجموعة على سبيل المثال عندما تقول تفاحا، على جميع من أعطوا اسم تفاح، القيام من اماكنهم والتحرك للبحث والجلوس على أي كرسي فارغ قامت عنه المشاركة التي تحمل اسم الفاكهة الذي أعطي لها. وتعلمهم أنها ستشارك معهم في الجولة الأولى، وبذلك يبقى شخص ليس لديه كرسي للجلوس عليه، ويقوم هو بدوره باختيار تسمية نوع فاكهة أخرى ، ويتوجب عليه التنقل وإيجاد مكان ليجلس به، وهكذا. يمكن مناداة نوعين من الفواكه مثل تفاح وموز ، هنا يتوجب على النوعين التحرك وتبديل الأماكن. ويمكن المناداة بسلطة فواكه، وعندها على الجميع القيام وإيجاد مكان آخر.

٣- اسم النشاط (المرأة والمغناطيس)

الهدف: أن تتعلم الأمهات المشاركات فكرة القائد والتابع.

المدة الزمنية: ١٠ دقائق

الإجراءات:

تقسم المرشدة المجموعة الكلية لثنائيات، الشخص الأول يكون مغناطيسا، والشخص الثاني التابع. يقوم الشخص الأول (المغناطيس) بإعطاء تعليمات للشخص الثاني (التابع) فيتحرك بناء على حركة يد الشخص الأول، فمثلا يُحرك المغناطيس يده للأعلى أو للأسفل، يمينا أو يسارا، دائريا، وهكذا يلي التابع حركات المغناطيس.

تُبدل الأدوار بين المشاركات. يناقش الشعور مع الشخص المغناطيس ، أو التابع وشعوره عندما حركة المغناطيس، ونحاول ربط ذلك بعلاقتهم مع أبنائهم. متى يكونون مغناطيس لأبنائهم أو تابعين لأبنائهم.

تلخص المرشدة ردود فعل المشاركات حول الأنشطة التي طُبقت.

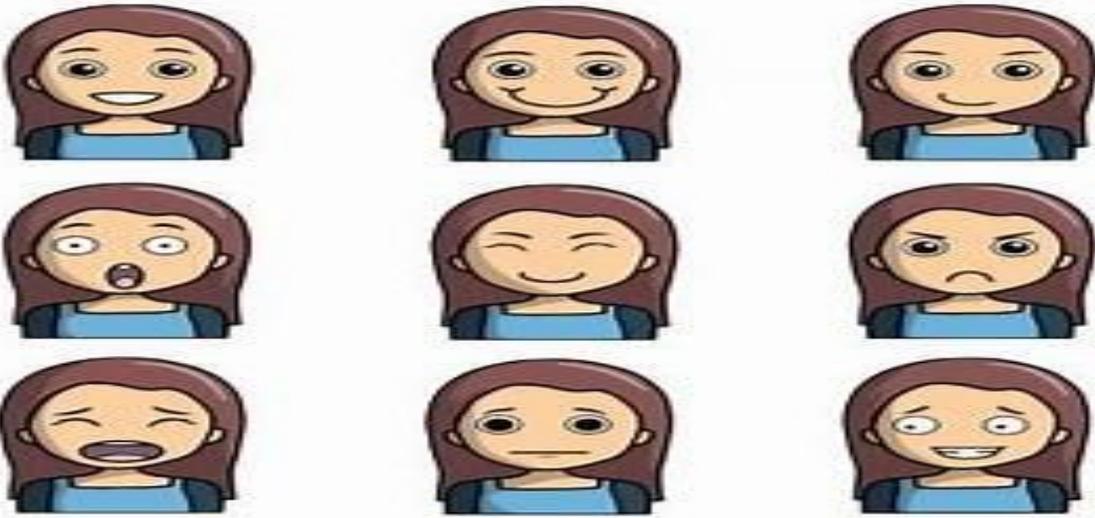
المهمة البينة: في ظل الضغوطات اليومية التي نعيشها، اختاري نشاطا يريده طفلك أن تشاركه به؟ ماذا فعلتم؟ ما شعوره؟ وما شعورك ؟

يطلب من كل مشاركة أن تطبق هذا النشاط مع أطفالها في البيت، و أن يختار طفلها كرتونة أو ورقة، وثنيتها ورسم نفسه على الجزء الأمامي من الكرتونة أو الورقة. أما داخل الورقة فأرسم أو ألصق ما أرغب به من الأمور التالية الكرتونة: لعبتي المفضلة/ حيواني المفضل/ أكلتي المفضلة/ الفاكهة التي أحبها/ الحلوى التي أحبها/ الشخص الذي أحبه.

## تقييم اليوم

اسم المشاركة ..... اللقاء الثاني عشر التاريخ .....

تقييم اليوم ضع دائرة حول تقييمك للجلسة اليوم:



ما سبب اختيارك لهذا التعبير؟

-----  
-----  
-----

تشكر الباحثة المشاركات على تفاعلهن ومشاركتهن بالجلسة، وتذكرهن بان الجلسة القادمة ستكون

الجلسة الأخيرة.

## الجلسة الثالثة عشر



### عنوان الجلسة: (الجلسة الختامية)

مدة الجلسة: ٩٠ دقيقة

أهداف الجلسة الإرشادية:

١. التحقق من مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي.
٢. تقييم للجلسات بالطريقة التي تحدده المشاركة باستخدام (مواد - حركة - كتابة - أدوات) ، وبطريقة كتابية للبرنامج من قبل المشاركات في المجموعة.
٣. الإعداد لجلسات تقييم من خلال مجموعات بؤرية.
٤. الاستماع إلى أي ملاحظات والإجابة عن الأسئلة.
٥. تشجيع المشاركات على تطبيق الاستراتيجيات والفنيات التي جرى تعلمها والتدرب عليها خلال الجلسات.

إجراء التقييم البعدي للبرنامج.

الأدوات المستخدمة: اللوح، أوراق التقييم والمقاييس البعدية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية، أقلام حبر.

الاستراتيجيات والفنيات المستخدمة: التلخيص، التغذية الراجعة، التعزيز الإيجابي، الإنهاء.

مدة الجلسة: (٦٠) دقيقة.

(١٠) دقائق: ترحيب بالمشاركات ومراجعة الواجب البيتي.

(١٠) دقائق: مراجعة الفنيات والاستراتيجيات المستخدمة وتطبيقها.

(٢٠) دقيقة: تقييم الجلسات

(١٠) دقائق: تطبيق المقياس البعدي على المشاركات وتحديد جلسة القياس التتبعي.

(٥) دقائق: إنهاء الجلسة وختامها.

قسمت الأهداف إلى إجراءات كما يلي:

- ترحب المرشدة بالمشاركات وتشكرهن على التزامهن بجلسات البرنامج كلها ، ويجري تلخيص لحيثيات الجلسة السابقة بنشاط ممتع من إبداع المشاركات، ومناقشة الواجب البيتي ، وتعزيز المشاركات اللواتي التزم بمناقشة الواجب البيتي.

- تلخص الباحثة أهم النقاط في البرنامج والفنيات والاستراتيجيات التي استخدمت، والصعوبات التي واجهت تطبيق البرنامج، وكيف تغلبت المشاركات عليها، وتشكرهن على اشتراكهن، والتزامهن، ومشاركتهن الفاعلة في البرنامج، وتتمنى لهن التوفيق والنجاح، وأن يطبقن ما تعلمنه من مهارات في حياتهن العملية، وتتمنى أن يكون البرنامج قد أفاد المشاركات في التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة التي يمكن أن تواجههن مستقبلاً.

- تطلب المرشدة من المشاركات تقييم الجلسات بالطريقة التي تراها مناسبة كتابة أو رسم أو حركة أو موسيقى، وتستمع إلى آراء وانطباعات المشاركات حول البرنامج، وتعطي الفرصة لكل مشاركة في التحدث عن ذلك.

الإجراءات

- تطبق المرشدة التقييم البعدي على المشاركات، وتحدد موعد الجلسة القادمة للقياس التتبعي، الذي سوف يكون بعد ستة أسابيع من إنهاء البرنامج.

- تشكر المرشدة المشاركات مرة أخرى على مشاركتهن في البرنامج الإرشادي، وتطلب منهن ممارسة الفنيات والاستراتيجيات المتعلمة في مواقف حياتهن المختلفة، وتقديم لهن الهدايا التذكارية، وتؤكد المرشدة على استعدادها للتواصل معهن إذا احتجن لذلك مع ذكر بيانات الاتصال ذات الصلة، كما تؤكد الباحثة ضرورة حضورهن لتنفيذ القياس التتبعي بالزمان، والمكان المحددين.
- يجري التواصل مع المجموعة من خلال مجموعة الواتس أب التي أنشئت منذ بداية الجلسات. لتبادل الأفكار والأنشطة فيما بينهم.

## ملخص الجلسات الإرشادية

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	الهدف من الجلسة	زمن الجلسة	الأساليب والفنيات المستخدمة
١	تعارف وبناء الثقة	<p>١. التعارف بين الباحثة والأمهات المشاركات وبناء العلاقة الإرشادية.</p> <p>٢. كسر الحاجز النفسي بين الباحثة والأمهات المشاركات من جهة وبين الأمهات المشاركات بعضهن بعضا .</p> <p>٣. توضيح متغيرات البرنامج وأهدافه ومناقشتها.</p> <p>٤. مناقشة التوقعات من البرنامج.</p> <p>٥. وضع قوانين للمجموعة.</p> <p>٦. تزويد المشاركات بعدد الجلسات ومواعيدها والالتزام بذلك من خلال المواظبة على الحضور في الموعد المحدد والمكان المخصص للجلسات.</p>	٨٥-٩٠ دقيقة	المناقشة المفتوحة، الأنشطة الترفيهية الجماعية، التعزيز الإيجابي، التشكيل والكتابة، الرسم.
٢	الذكاء العاطفي الوعي بالذات	<p>أن تتعرف الأمهات المشاركات إلى مفهوم الذكاء العاطفي وأبعاده في حياتنا.</p> <p>أن تستنتج الأمهات المشاركات أبعاد الذكاء العاطفي.</p> <p>التعمق في إدراك الوعي الذاتي</p>	٩٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، الرسم، التشكيل، أنشطة المهمة البيتية.
٣	إدارة الذات	<p>أن تتعرف الأمهات المشاركات على كيفية</p>	٩٠	المناقشة الجماعية، الفنون

والانفعالات	إدارة الذات والانفعالات	دقيقة	رسم، مناقشة، حوار، مهمة بيئية أنشطة ترفيهية. المهمة البيئية
٤	الموسيقى والحركة ودورها في التعبير عن الذات	٩٠ دقيقة	الموسيقى، الحركة، المهمة البيئية
٥	التحفيز الذاتي والدافعية	٨٥ دقيقة	دراما، صور، مناقشة حوار، التعبير المهمة البيئية
٦	التعاطف	٨٥-٨٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، قصة " التعزيز الإيجابي، التشكيل بالملتين، الرسم بالجواش، المهمة البيئية
٧	المهارات الاجتماعية	٧٥-٨٠ دقيقة	دراما، حركة، عصف ذهني، المهمة البيئية
٨	الوالدية الإيجابية الدعم والتعزيز	٨٥- ٩٠ دقيقة	المناقشة الجماعية، لعب الأدوار عصف ذهني، مناقشة، أنشطة، المهمة البيئية.

٩	الحوار والتقبل	تسليط الضوء على اهمية التقبل والحوار لأطفال من قبل الاهل	٤٠ دقيقة	قصة، تشكيل بالخرز التعبير، موسيقى، المهمة البيئية،
١٠	في حل المشاركة	التعرف على طرق مواجهة التحديات والصعوبات والمشكلات. أهمية المشاركة في حياة الأفراد	٤٥ دقيقة	سيكودراما، تشكيل، تعبير، مناقشة أنشطة، مهمة بيتية
١١	الوقت النوعي	التعرف على مفهوم الوقت النوعي تطبيقات عملية لقضاء وقت نوعي مع الأطفال	٩٠ دقيقة	تشكيل بالملتينه، تخيل، تعبير، حوار
١٢	قضاء الوقت النوعي	تطبيقات عملية للوقت النوعي	٨٠ دقيقة	حركة، دراما، موسيقى
١٣	الجلسة الختامية	التحقق من مدى تحقيق أهداف البرنامج الإرشادي. تقييم للبرنامج من قبل أعضاء المجموعة عن طريق استخدام شكل من أشكال الفنون التي استخدمت بالبرنامج) ( سيجري الإعداد لجلسات تقييم من خلال مجموعات بؤرية). الاستماع إلى أي ملاحظات والإجابة عن الأسئلة.	٩٠ دقيقة	اللوحة، أوراق التقييم البعدي، والمقاييس البعدية للذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية والاختبار البعدي، أقلام حبر، هدايا رمزية للأمهات المشاركات.

---

تشجيع المشاركات على تطبيق  
الاستراتيجيات والفنيات التي تعلمنها  
والتدرب عليها خلال الجلسات.  
إجراء التطبيق البعدي للدراسة.

---

ملحق (١) الجلسة الأولى

نشاط بينجو/ BINGO

BINGO			
يحب البحر	يربي حيوانا أليفاً	يحب الموسيقى	المواليد / الشهر الميلادي نفسه
التجول في الطبيعة	يحب الطبخ	تحب السباحة	يملك سيارة
يحب أكلة المنسف	يذهب الى النادي الرياضي	يحب القراءة	يسكن مع بيت العيلة
يحب السفر	أصغر شخص في العائلة	أكبر شخص في العائلة	يعمل في الأرض

اتفاقية مشاركة

تُوقع اتفاقية مشاركة لتنفيذ لقاءات إرشادية جماعية بتاريخ : في مقر روضة رياض  
المجد الأهلية ممثلة بالفريقين.

الفريق الأول: المرشدة رنا جويلس

الفريق الثاني: السيدة .....، ولي أمر الطفل: .....،  
في الصف: .....

أنا الموقعة أدناه، أتعهد وخلال البرنامج التدريبي والإرشادي المنفذ من قبل الطرف الأول، وتحت  
عنوان: "فاعلية برنامج يستند غالى الفنون التعبيرية في تنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية  
لأمهات أطفال مرحلة ما قبل المدرسة". وذلك في مقر روضة رياض المجد الأهلية بواقع (١٣)  
لقاءً، مدة كل لقاء (٩٠) دقيقة، بواقع مرتين بالأسبوع حددت من المشاركات عند بدء اللقاءات، ثم  
آخر الجلسات كل أسبوع جلسة، ابتداءً من ----- إلى -----، على أن تحدد الجلسة  
التتبعية لاحقاً مع المشاركات. وبعد النقاش مع المشاركات جرى الاتفاق بالالتزام بالآتي:

● الالتزام بالحضور بالوقت المحدد ، والمشاركة في اللقاءات والمواضيع المطروحة

● احترام قوانين المجموعة الموضوعية من قبل الباحثة والمجموعة

● نقل خبرات الورشة التدريبية والعمل عليها مع ذاتي ومن حولي وأطفالي

● تعبئة استمارة قبلية وبعديّة وتتبعية للبرنامج التدريبي

● الالتزام بتقييم اللقاءات والمشاركة في التوصيات المطروحة لاحقاً

● يسمح الأكل والشرب في اللقاءات

● وضع الهواتف صامتة

● سرية في المعلومات الخاصة التي تعبر عنها الأمهات اللقاءات

ستحصل كل مشاركة في البرنامج على:

- شهادة مشاركة بالبرنامج من المؤسسة بعد الانتهاء من البرنامج

- توفير مواد لإنتاج الدمى - تصوير لألعاب تربية تنتجها بالبيت لأطفالها

الطرف الأول: الاسم الرباعي  
التاريخ:  
التوقيع

الطرف الثاني: الاسم الرباعي  
التاريخ:  
التوقيع

ملحق (٣) الجلسة الاولى

اسم المشاركة: ----- التاريخ ----- الجلسة رقم -----

نموذج تقييم الجلسة: ضعي إشارة (✓) تحت صورة الملصق الذي يناسبك:

لا	نوعاً ما	نعم	العبارة
			
			هل استمتعت خلال الجلسة؟
			هل أفدت من الجلسة؟
			هل أنت متحمسة لحضور الجلسات القادمة؟

ملاحظات عامة

.....  
.....

شكراً لتعاونك

## ملحق (١) الجلسة الثانية مكونات الذكاء العاطفي

### نموذج الذكاء العاطفي لـ دانيال جولمان

 المهارة الاجتماعية Social skill	 التعاطف Empathy	 التحفيز الذاتي Motivation	 التحكم بالذات Self-regulation	 الوعي بالذات Self-awareness
التعامل مع والتأثير على الآخرين وإدارة العلاقات	فهمك وتفهمك لمشاعر وعواطفك وانفعالات الآخرين	تحفيز نفسك بنفسك وضبط رغباتك النفسية	التحكم بنفسك وإدارة عواطفك وانفعالاتك	معرفة مشاعرك وعواطفك وانفعالاتك

### الذكاء العاطفي (الجزء الأول) | بودكاست استكان

<https://youtu.be/mmAX0GmrCeM?si=h30Bjt2Gz89B^jUx>

[https://youtu.be/zRUKWyaoALI?si=olh2tmG\\_vdwD6eUi](https://youtu.be/zRUKWyaoALI?si=olh2tmG_vdwD6eUi)

ملحق (٢) الجلسة الثانية

"قصيدة عن الجسم"

"قصيدة الجسم"

الناس ليسوا شفافين

في البيت الذي يدعونه جسما هم يسكنون

الوجه هو لوحة....اللسان هو المفتاح.....الفم هو الباب

فتحات الأنف- المدخنة....العيون- الشبابيك

والابتسامة على الوجه هي صورة للتزيين

ومن الصعب معرفة ما يحدث في الداخل إن لم نحكي عن البيت الذي نسكنه

### ملحق (٣) الجلسة الثانية

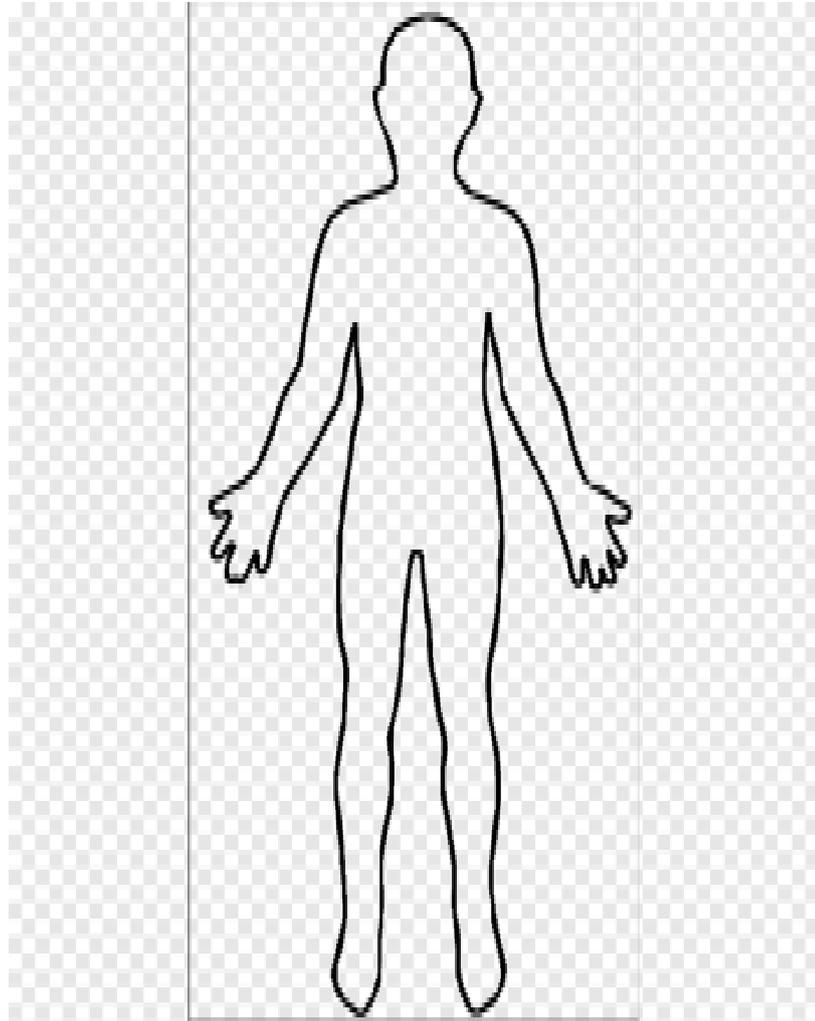
نموذج تقييم جلسة - اكتبني بالجذور ما أساس جلسة اليوم؟ الساق: أذكرني ما الذي سيساعدك في فهم ذاتك الداخلية والخارجية؟ الأغصان: من الذي سيدعمك لفهم ذاتك؟ الأوراق والثمار: على ماذا ستحصلين بعد معرفة ذاتك الداخلية والخارجية؟



ملحق (١) الجلسة الثالثة

ملحق (١) الجلسة الثالثة صورة الجسم

توزيع صورة الجسم، يطلب من المشاركات الإجابة عما يلي : ما الأشياء التي تريد تغييرها في ذاتك الداخلية أو الخارجية؟ ولماذا؟ خلال الأسبوع هل غيرتي ش شيئاً؟ وما نتيجة صورة الجسم؟



ملحق (٢) الجلسة الثالثة نموذج المهمة البيتية

نموذج المهمة البيتية

اسم المشاركة:..... رقم المهمة ..... تاريخ التطبيق

.....

- عزيزتي المشاركة الرجاء تسجيل المواقف التي تشعرك بالغضب - التوتر - العصبية - والانفعال. ومن ثم اختيار موقف والإجابة على الأسئلة الآتية:

المواقف

.....  
.....  
.....

الموقف المراد تحليله:

- هل سبب غضبي منطقي؟ .....
- ما الذي سبب غضبي؟ .....
- ماذا أستطيع أن أفعل بدل الغضب لحل الموقف؟ :.....
- من يساعدني في التقليل من غضبي؟ :.....
- إلى من أتوجه عندما أشعر بالغضب؟.....

الباحثة رنا جويلس

## ملحق الجلسة الخامسة

ملحق تلخيص اللقاء عرض بوربوينت نسخ الرابط الجلسة الخامسة

رابط صور و PowerPoint للجلسات الفنون التعبيرية - التنظيم الذاتي - الاتصال والتواصل -

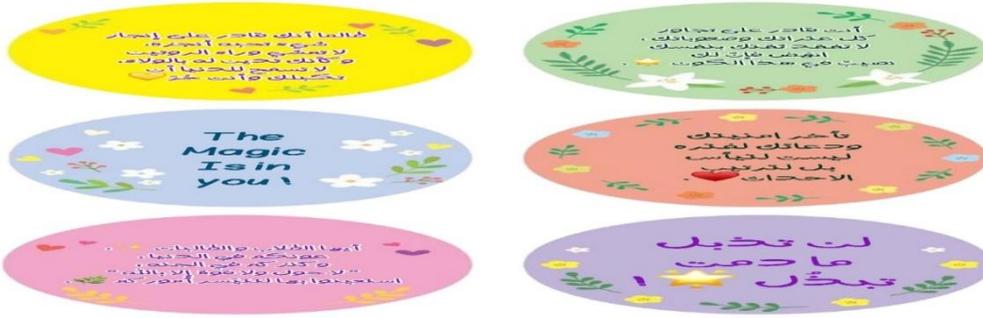
<https://docs.google.com/presentation/d/1rZyUobzWko-p^wZfzHDHuyxJKfpw9rds/edit?usp=sharing&ouid=108706326902097119931&rtpof=true&sd=true>

ملحق الجلسة الخامسة

اسم الأم ..... المهمة البيتية ..... التاريخ .....

المهمة البيتية: ضعي خطة عمل توضح كيفية تحقيق هدف معين، والمدة المتوقعة وماذا تحتاجين من مواد أو مساعدة ؟ وكيفية تقسيم العمل لتحقيق الهدف المرجو؟ هل يوجد أحد يساعدك؟ هل يوجد تقسيم للأدوار ؟

	الهدف
	الفترة الزمنية
	المواد المطلوبة
	من يمكن أن يساعدك ؟
	ما التحديات التي يمكن أن تواجهيها ؟
	بدائل



	١- اكتبي ٣ عبارات تحفز نفسك ودافعيك ورددتها دائماً
	٢-
	٣-
	ماذا تفعلين لتحفيز نفسك ؟

ملحق الجلسة السادسة

نموذج تقييم جلسة

الجلسة ( )

الاسم:

التاريخ:

اليوم تعرفت على

.....

على سبيل المثال

.....

أكثر موضوع أعجبنى

.....

-----لأنه

تغير تفكيري عن

.....

أستطيع أن أطبق مع أطفالى

.....

شكراً لتعاونكم

ملحق الجلسة السابعة

نموذج المهمة البيتية

اسم المشاركة: .....	المهمة البيتية رقم ( )	التاريخ .....
ما هي الأمور التي تعيق عملية اتصالك مع الآخرين؟		
-----		
-----		
-----		
كيف تستطيعين تغيير الأساليب والطرق التي كانت المسبب في سوء الاتصال من جهتك؟		
-----		
-----		
-----		
هل حاولت تغيير طريقة واصلك مع الآخرين؟		
-----		
-----		
-----		
ماذا كانت النتيجة لكليكما؟		
-----		
-----		
-----		
شكراً لتعاونك	المرشدة رنا جويلس	

ملحق الجلسة الثالثة عشر

نموذج تقييم الجلسات

فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات  
أطفال مرحلة ما قبل المدرسة

الاسم ..... التاريخ .....

عزيزتي المشاركة: الرجاء وضع إشارة (x) في الخانة التي تعبر عن تقييمك للعبارات التالية  
(غالباً - أحياناً - نادراً)

العبارة	نعم	إلى حد ما	لا
١ عدد الجلسات مناسب			
٢ وقت الجلسات كان مناسب			
٣ مضمون اللقاءات مناسب			
٤ مكان الجلسات مناسب			
٥ استفدت من الجلسات			
٦ طبقت العديد من المهارات التي تعلمتها بالجلسات في المواقف اليومية			
٧ أسلوب المدرب كان شائقاً			
٨ الأنشطة والفعاليات متنوعة			
٩ نقلت بعض مما تعلمته لصديقاتي أو المحيطين بي			
١٠ المعلومات التي قدمت لي كانت مفيدة وواقعية			
١١ أفدت من الواجبات البيتية التي طبقتها في البرنامج			
١٢ أرغب في عقد المزيد من الجلسات الإرشادية			

مقترحات مستقبلية

-----  
-----

شكراً لتعاونكم ومشاركتكم

ملحق نموذج تقييم الجلسة الدوري الخاص بالمشاركات

فاعلية برنامج يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات مرحلة ما قبل المدرسة

عزيزتي المشاركة أرجو منك إبداء رأيك فيما دار اليوم في الجلسة الإرشادية بتعبئة هذا النموذج بصراحة لأن رأيك يهمني، حتى أتمكن من تعديل البرنامج بما يتناسب مع ملاحظتك، وهذه المعلومات ستبقى سرية.

التاريخ ----- الجلسة -----

الرقم	الفقرة	مناسبة لي	نوعا ما	غير مناسبة لي
١	العبارات والمعاني التي تقولها المرشدة واضحة بالنسبة لي			
٢	الموضوعات التي طرحت بالجلسة مفيدة بالنسبة لي			
٣	كنت منسجمة مع باقي المشاركات خلال الجلسة			
٤	كنت متحمسة للتفاعل مع باقي المشاركات أثناء الجلسة			
٥	شعرت بالملل في أثناء الجلسة			
٦	شاركت بصراحة في رأيي خلال الجلسة			
٧	الوقت المخصص كاف للمناقشة			
٨	كانت المرشدة توزع اهتمامها على المشاركات جميعهن			
٩	شعرت بالراحة اليوم في أثناء الجلسة			
١٠	كان هدف الجلسة واضحا تماما بالنسبة لي			
١١	ما أقوم به في الجلسة سيكون مفيدا في علاقتي مع أطفالي			
١٢	أقترح لتحسين العمل في الجلسات القادمة:			

شكراً لحسن تعاون

ملحق الجلسة التاسعة

نموذج المهمة البيتية (اللقاء التاسع) التقبل والحوار

اسم الأم ..... اسم الطفل ..... التاريخ .....

المطلوب: تطبيق نشاط مع طفلك / طفلتك كانوا يطلبوه منك دائماً وانت ترفضين؟ أو حوار مع طفلك أو عمل نشاط مع طفلك حسب قدراته. ثم كتابة النشاط:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ما شعور طفلك / طفلتك بعد تطبيق النشاط؟ وما شعورك أنت؟

## ملحق الجلسة الحادية عشر

صور لقضاء وقت نوعي مع الأطفال





نموذج تقييم الخاص بالمشاركات (١٢) ملحق

اسم المشاركة:----- اللقاء الثاني عشر التاريخ:-----

فاعلية برنامج يستند إلى الفنون التعبيرية لتنمية الذكاء العاطفي والوالدية الإيجابية لأمهات مرحلة ما قبل المدرسة

عزيزتي المشاركة أرجو منك إبداء رأيك فيما دار اليوم في الجلسة الإرشادية من خلال تعبئة هذا النموذج بصراحة لأن رأيك يهمني، حتى أتمكن من تعديل البرنامج بما يتناسب مع ملاحظتك.

الرقم	الفقرة	مناسبة لي	نوعا ما	غير مناسبة لي
١	العبارات والمعاني التي تقولها المرشدة واضحة بالنسبة لي			
٢	الموضوعات التي طرحت بالجلسة مفيدة بالنسبة لي			
٣	كنت منسجمة مع باقي المشاركات خلال الجلسة			
٤	كنت متحمسة للتفاعل مع باقي المشاركات أثناء الجلسة			
٥	شعرت بالملل في أثناء الجلسة			
٦	شاركت بصراحة في رأيي خلال الجلسة			
٧	الوقت المخصص كاف للمناقشة			
٨	كانت المرشدة توزع اهتمامها على المشاركات جميعهن			
٩	شعرت بالراحة اليوم في أثناء الجلسة			
١٠	كان هدف الجلسة واضحا تماما بالنسبة لي			
١١	ما أقوم به بالجلسة سيكون مفيدا في علاقتي مع أطفالي			
١٢	أقترح لتحسين العمل في الجلسات القادمة أو توصيات أو مقترحات:			

## ملحق (٢) الجلسة الثانية عشرة

المهمة البيتية عمل دفتر أنا ويومياتي مع طفلي

الخطوات:

إحضار أوراق أو كرتون وتخصيص كل ورقة أو كرتونة لموضوع معين:

الصفحة الأولى صفحة الغلاف رسم صورة الشخص وتزيينه بما تريد من مواد فنية (صوف - قطن - لميع - ريش)

الصفحات الأخرى اختيار مواضيع، مثل:

رسم مشاعري

رسم أسرتي

الصاق حيواناتي المفضلة

عمل دولاب المشاعر

تلوين داخل إطار

تمزيق - قص - لف - بناء - تخريم وتلصيق -

أي موضوع تشاركون مع طفلك / طفلتك في إضافته ليوميات الطفل

ملاحظة: كل يوم عمل صفحة من اليوميات، والتركيز على موضوع والحديث عنه حسب الصفحة.

الاحتفاظ بالدفتر لحين لقاء شهر ٦ التتبعي وإحضاره معك

عمل دفتر لك وإحضاره معك واختيار الطريقة التي تترحين في التعبير عنها - رسم - كتابة - رموز - صور.

## المراجع باللغة العربية والأجنبية

### أولاً: المراجع العربية

أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد. (٢٠٠٨). نظريات الإرشاد النفسي والتربوي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

الباشا، فاتن ومصمودي، زين الدين. (٢٠١٩). برنامج تدريبي لعلم النفس الإيجابي ودوره في تحسين جودة الحياة دراسة ميدانية في جامعة بسكرة. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.

الفارس، آلاء. (٢٠٢١). طريقة السرد القصصي (on-line). متاح: <https://mawadoo3.com>

حوراني، نجاه. (٢٠٢٢). أهمية التعليم ما قبل المدرسة وضرورة إلزامية مرحلة رياض الأطفال ضمن المراحل المدرسية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٦(٤١)، ٣٢-٤٤.

زهران، نبيلة ذيب. (٢٠١٠). فاعلية برنامج علاجي في الدراما في تحسين مهارات السلوك التكيفي لدى الأطفال ذوي اضطراب التوحد في فلسطين. (أطروحة ماجستير غير منشورة)، جامعة عمان العربية، الأردن -٤٣٩٩٩١-BIM-<https://search.emarefa.net/detail/>

سليم، صهيب. (٢٠١٧). فاعلية برنامج قائم على الدراما العلاجية في تحسين مفهوم الذات لدى الأطفال المعاقين بصرياً. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٥(١٨): ١-١٦.

سليم، هبه. (٢٠١٩). الدراما السيكيودراما السيكيودراما وتطبيقاتها في العملية التعليمية. عمان: دار أمانة.

صبح، نفين. (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكيودراما لخفض مستوى التتمرد لدى المراهقين. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.

الطيب، يوسف والمغربي محمد. (٢٠١٦). فاعلية برنامج تدريبي باستخدام الدراما الإبداعية في علاج وتعديل الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم. مجلة البحث العلمي في التربية، ٦(١٨): ٤٩٤-٤٥١.

- العدل، ع. م. وعادل، محمد. (٢٠٢٣). اليقظة العقلية وعلاقتها بالانضباط الذاتي لدى معلمي المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، ١(٢): ٦٦١-٦٠٢.
- العتار، محمد محمود. (٢٠٢١). اللعب في مرحلة ما قبل المدرسة في ضوء نظريات علم النفس وتطبيقاته التربوية في رياض الأطفال (دراسة نظرية). مجلة التربية، جامعة الأزهر، ١٩٠(١)، ٢٩٢-٣٣٠.
- غانم، فاطمة. (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لاختبار الذكاء العاطفي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٢١: ٣٣٤-٣٩١.
- محمد، الزهراء مصطفى. (٢٠٢٠). التعزيز الايجابي للأطفال في مرحلة قبل المدرسة (دراسة مقارنة). كلية البنات - جامعة عين شمس. مجلة الطفولة والتربية، ٤٤(٢)، ٧٣-١٣٨.
- معابدة، ميسون. (٢٠١٩). أسلوب حياة الوالدين على أساس نظرية أدلر وعلاقة ذلك باضطراب المسلك ومعنى الحياة لدى الأبناء المراهقين في محافظتي القدس وبيت لحم. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

### المراجع الأجنبية:

- American Art Therapy Association. (n.d.). What is art therapy? Retrieved June ٣, ٢٠٢٥, from <https://arttherapy.org>
- Bakar, A. A. A., & Hamzah, M. I. (٢٠١٩). Professional learning community practices in improving self-efficacy of elementary school Islamic education teachers at Melaka Tengah, Melaka. *International Journal of Education and Pedagogy*, ١(١): ٣٨-٤٩.
- Ellison, D. (٢٠١٥). Communication skills. *Nursing Clinics*, ٥٠(١): ٤٥-٥٧.
- Harrington, C., Bowen, J. A., & Zakrajsek, T. D. (٢٠١٧). *Dynamic lecturing: Research-based strategies to enhance lecture effectiveness*. Routledge .
- Hogan, S. (٢٠٠١). *Healing arts: The history of art therapy*. London: Jessica Kingsley. p. ١٣٥
- Johan, S., Johari, K. S. K., & Amat, S. (٢٠٢٢). Effectiveness of Expressive Art Therapy Module in Group Counseling Sessions for Depression and Anxiety Adolescents. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, ١١(٣): ٤١٤-٤٢٢.
- Keeley, P. (٢٠٢١). What Is Brainstorming? *Science and Children*, ٥٨(٣).
- Knill, P. J., Levine, E. G., & Levine, S. K. (٢٠٠٥). *Principles and practice of expressive arts therapy: Toward a therapeutic aesthetics*. Jessica Kingsley Publishers
- Malchiodi, C. A. (٢٠٢٣). What is expressive arts therapy? *Handbook of expressive arts therapy*, ٣-٢٠.

- Nasir, M., & Masrur, R. (۲۰۱۰). An exploration of emotional intelligence of the students of IIUI in relation to gender, age and academic achievement. *Bulletin of education and research*, ۳۲(۱).
- Rajeqwaril, S., & Eljo, J. J. G. (۲۰۲۳). Adolescent School Students And Life Skills—A Descriptive Study. *Journal of Namibian Studies: History Politics Culture*, ۳۰: ۲۹۹۹-۳۰۲
- Tsai, M. N., Liao, Y. F., Chang, Y. L., & Chen, H. C. (۲۰۲۰). A brainstorming flipped classroom approach for improving students' learning performance, motivation, teacher-student interaction and creativity in a civics education class. *Thinking Skills and Creativity*, ۳۸: ۱۰۰۷۴۷.
- Vyas, F. Y., & Mehta, H. J. (۲۰۱۰). Developing effective communication skills. *International Journal of Research and Analytical Reviews*, ۲(۱): ۱۰۰-۸.
- Wang, J., & Abdullah, A. B. (۲۰۲۴). A Summary of Expressive Arts Therapy and Painting Therapy. *Creative Education*, ۱۰(۲), ۲۷۸-۲۸۸. DOI: ۱۰,۴۲۳۶/ce.۲۰۲۴,۱۰۲۰۱۶.