فاعلية برنامج تربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة بفهم وإدارة المشاعر والانفعالات لديه

إعداد

د/ مها أحمد الرزاز

مدرس علم نفس الطفل

كلية التربية . جامعة طنطا

المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال- جامعة المنصورة

المجلد الرابع - العدد الثانى

اكتوبر ٢٠١٧

فاعلية برنامج تربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة بفهم وإدارة المشاعر والإنفعالات لديه

د/ مها أحمد الرزاز *

ملخص البحث:

هدف البحث إلى التحقق من فعالية برنامج تربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة بفهم وإدارة المشاعر والإنفعالات لديه بإعتباره واحدة من مكونات الذكاء الانفعالي الذي يمثل القدرة على الإدراك والتعبير عن الإنفعالات والمشاعر بشكل دقيق، وتحقيق توافق الطفل وبالتالي سيطرته على ذاته وعلى الآخرين، وفهم أنماط الإنفعالات الوجدانية التي تواجه الطفل في مرحلة الروضة، والاعتماد على الأنشطة التربوية فهي بمثابة بيئة عملية تطبيقية لإنفعالات ومواهب وإبداع الأطفال وتزويدهم بفرص واضحة لتحسين هذه المواهب بإستخدام أنشطة تمثل المهارات الحياتية التي يحتاجها الطفل خلال حياتهم اليومية من أطفال الروضة الملحقة بمدرسة (ملحق المعلمين الحكومية) ومدرسة (الشروق الإسلامي الخاصة) وقسمت (٣٠) ضابطه، و (٣٠) تجريبه، وتضمنت أدوات البحث تصميم البرنامج التربوي متعدد الأنشطة ،ولإدارة الإنفعالات والمشاعر من إعداد الباحثة، وتوصلت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة على أبعاد مقياس أدارة الإنفعالات و المشاعر "لعبارات الإنفعالات وكذلك عبارات المشاعر والمقياس ككل" على

* مدرس علم نفس الطفل - كلية التربية . جامعة طنطا

مستوي القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، وتوصلت الى أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على "لعبارات الإنفعالات وكذلك عبارات المشاعر والمقياس ككل"على مستوي القياسين البعدي و التتبعي بعد ثلاث شهور من انتهاء البرنامج.

الكلمات المفتاحية: برنامج – الأنشطة المتعددة – المشاعر والإنفعالات – أطفال الروضة.

Abstract:

The goal of the research is to verify the effectiveness of a multi-activity educational program to Aware the feelings and emotions of the kindergarten child as one of the emotional intelligence that represents the ability to recognize and express the emotions and feelings accurately, and to achieve the child's consensus and thus control over himself and others and to understand the emotional patterns of emotions facing the child In kindergarten, And rely on educational activities is a practical environment to discover the talents and creativity of children and provide them with clear opportunities to improve these talents by using activities that represent the life skills that the child needs during their daily lives of kindergarten children affiliated with the school (the extension of government

teachers) Officer, and (30) experimentation, The research tools included the design of the multi-activity educational program, and to manage the emotions and feelings of the researcher's numbers. The results found that there were statistically significant differences in the 0.05 level between the average scores of the children of the experimental group and control over the dimensions of the measure of emotions and feelings. "On the level of tribal and remote measurements for the benefit of telemetry, and not found the existence of a difference of statistical significance at the level of 0,05 between the average scores of children of the experimental group on" "for expressions of emotion as well as expressions of feelings and the scale as a whole "At the level of post-measurement and follow-up a month after the end of the program

فاعلية برنامج تربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة بفهم وإدارة المشاعر والإنفعالات لديه

د/ مها أحمد الرزاز *

مقدمة:

ترتبط المشاعر والانفعالات المرتبة الأولى من الذكاء الانفعالي هي الاعتراف بالمشاعر والانفعالات، وترتبط مباشرة بحياة الطفل، وتكون في حالة طبيعية ومتوازنة، وتساعد على إثارة وتحفيز الطفل على العمل والاستمرار، وإعطاء قوة السلوك والزخم، وتساعده على تنظيم خبراته ومساعدته على زيادة خصوبة خياله وتحفيز تفكيره، وتشكيل الوعي الذاتي، وتحديد السلوك المباشر الذي يسهم في استمرارية الإنسان في الحياة.

لذا فإن الذكاء الانفعالي يتمثل في الإدراك والتعبير عن الانفعالات بشكل دقيق، وفهم المشاعر والوصول إلى إنتاج المشاعر التي تسهل الأنشطة المعرفية، ويتضمن كذلك أدارة الانفعالات والمشاعر لدى الفرد والآخرين. **(Mayer, Salovey and Caruso,2002:98)**

وقد ثبت أن الانفعال له دور فعال في تفسير الشخصية منذ الستينات على يد باندورا **(Bandura 1963)** الذي أكد أن للاتزان الانفعالي دورا في إزالة غبار الخوف والتردد من عدم قدرة الأفراد على أداء مهام معينة، فالإفراد بإمكانهم قراءة أنفسهم من خلال إدراكهم لأفكارهم وحالتهم الانفعالية التي خلقوها لأنفسهم، وكذلك أكدت أبحاث (**Peter, Salovey & Mayeres**

* مدرس علم نفس الطفل - كلية التربية . جامعة طنطا

1990). عن أن سيطرة الفرد على انفعالاته وتقييمها والتعبير عنها بدقة يسهل عملية التفكير والنمو المعرفي.

فمعرفة الحالة الانفعالية للطفل، والتي تؤثر في أدائه من خلال معرفة انفعالات الطفل، ومعرفة جوانب القوة والضعف لدى الطفل والإحساس وإستشعار قيمة الذات وقدراتها، و إدراك الطفل لإنفعالاته، والأسباب التي أدت إليها، يوثر في قدرة الطفل على مواجهة المشكلات والقدرة على حلها، بما يتمتع به من ضبط انفعالي ينعكس في قدرته على اتخاذ القرار المتعلق بحل هذه المشكلات ولهذا فالمشكلات والصعوبات التي يواجهها الطفل تتطلب أن يتمتع الطفل بصفات شخصية قائمة على الانفتاح على الأخر وقبول رأي الأخر وعدم الانغلاق أو رفض أفكار الآخرين والتمسك بالرأي الواحد والضبط والاتزان الانفعالي القائم على فهم الطفل لانفعالاته وإدراكه لهذه الانفعالات **(مصعب علوان، ٢٠٠٩ : ٣٧)**

لذلك تمثل المهارات الانفعالية التي يتمتع بها الطفل، قدرة الطفل علي التفاعل مع مواقف مختلفة منها معرفة مشاعرنا ومشاعر الآخرين، واللازمة للنجاح في الحياة، وعلى تحقيق ذات وإدارة انفعالاتنا وعلاقتنا مع الآخرين بشكل فاعل.**(Goleman, 1995:67)**

كما تساعد إدارة المشاعر ة على فهم العلاقات بين المشاعر وبعضها البعض وبين تغيرات في المشاعر الي أخر، والشخص الماهر في إدارة المشاعر ستكون لديه القدرة على رؤية الفروق بين المشاعر المتقاربة، مثل تلك الموجودة بين الزهو والبهجة، كما أن إدارة الانفعالات تساعد في قدرة الطفل على تصريف إنفعالاته بطريقة بناءة بحيث لا يؤدي إلى إيذاء الذات أو

الآخـــرين، وضـــبطها والـــسيطرة علـــى الحالـــة المزاجيـــة Mayer & (Selovey,1997,3)

كما أشار الياسي (Elias, M. J,2004) **أن الأطفال الـــذين يـــستطيعون إدارة انفعالاتهم وعواطفهم بشكل جيد، يستطيعون تحديد عواطـــف وانفعـــالات الآخرين تجاههم وكيفية الاستجابة لها كما أن لديهم علاقات اجتماعية ناجحـــة ويتمتعون بصحة نفسية أفضل، ويكونون أكثر تركيزا وانجـــازا فـــي مهـــامهم الدراسية، أما الأطفال ذووا الذكاء الوجداني المنخفض فهم متمركـــزون حـــول ذواتهم، ولا يستطيعون تكوين علاقات إجتماعية ناجحة ، كما أنهم غير قادرين على تنظيم عواطفهم وانفعالاتهم ، ولديهم شعور بالقلق والإحباط نتيجة لضعف قدرتهم على التعامل مع الصراعات والمشكلات التي قد تنـــشأ بيـــنهم وبـــين الآخرين مما يؤدي إلى ظهور مشاعر الغـــضب والعدوانيـــة.** (أحمـــد بـــديوي ،٢٠١١: ١)

كما ذكرت (رشا الديدى ،٢٠٠٥: ٦) **أن قدرة الفرد على التعـــرف علـــى دلالة انفعالاته، وتحديدها، وفهمها جيداً، وتنظيمهـــا، واســـتثمارها فـــى فهـــم مشاعر الآخرين، ومشاركتهم وجدانياً، وتحقيق نجاح فى الاتصال بـــالآخرين، وتنظيم العلاقات الشخصية المتبادلة كمهارة نفسية اجتماعية يتحقق من خلالها الصحة النفسية، والتوافق مع النفس، والآخرين، والعالم المحيط.**

كما الإصرار والمثابرة في طريق تحقيق الأهـــداف رغـــم الـــصعوبات والتحديات مع توافر درجة من المرونة الشخصية تمكن المرء من تغيير المسار والإجراءات ومن هنا تأتي زيادة احتمالات نجـــاح الأشـــخاص ذوي المـــستوي المرتفع من زيادة القدرة على إدارة الانفعالات والمشاعر. **(لمياء زغير،٢٠١١)**

ومن هنا يبرز دور النظام التربية في تنمية القدرة على فهم الطفل للانفعالات المختلفة والتكيف معها، لكي تتناسب مع أهم أهدافه لمواجهة تحديات الحاضر، والمستقبل لتوعية الأطفال بالسيطرة على انفعالاتهم والعمل على إتاحة الفرصة لهم للتعبير عنها من خلال الأنشطة، وتوفير الفرص أمام الطفل لزيادة التي تساعدهم على التعامل مع المواقف الصعبة وذلك من خلال الأنشطة والمواقف المدرسية والانفتاح على بعضهم البعض وهو ما يسعى البحث الحالي لتحقيقه.

مشكلة البحث:

يعُد فهم المشاعر والأحاسيس والانفعالات المختلفة أصبحت أحد أهم تحديات القرن الواحد والعشرين بالعالم، وكذلك خلو البرامج الدراسية في هذه المرحلة من أنشطة التربية من أجل التوافق الانفعالي بما يتناسب والمواقف المختلفة.

وما اكد ذلك ايضاً من خلال عمل الباحثة مع الأطفال أثناء إشرافها على التربية العملية ومن خلال الزيارات المتكررة إلى بعض المؤسسات إتضح لها من خلال المقابلات مع الطالبات المعلمات ، والمعلمات من عدم وجود أنشطة تربوية تمثل التوافق الانفعالي في إدراك الطفل للجوانب المختلفة للمواقف أيضا افتقار مناهج تربية الأطفال على الأنشطة اللازمة لتنمية الإنفعالات والمشاعر على إختلاف المجالات المقدمة للأطفال من خلال الأنشطة المتنوعة المقدمة ، وقد أكد فتحي مبارك(١٩٨٢) ضرورة خلق المنهج المتكامل بالخبرة المتكاملة ذات الأنشطة المتعددة والمنظمة للمعارف والمهارات والانفعالات، التي تساعد الطفل على النمو بطريقة متكاملة، وبناء عليه فإن السعي إلى تنمية الانفعالات والمشاعر لدى أطفال هذه المرحلة يعد أمرا ضروريا ومتطلبا أساسيا ومتكامل

لتوعية طفل الروضة فى إدارة الانفعالات المشاعر وتتحدد مشكلة البحث فى التساؤل الرئيسي الآتي:

ما فعالية برنامج متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة بفهم وإدارة المشاعر والانفعالات لديه؟

ويتفرع من السؤال الرئيسي التساؤلات الفرعية التأليه:

- ما الأنشطة اللازمة للبرنامج التربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة في إدارة المشاعر والانفعالات لدى الأطفال من سن (٤- ٦) سنوات؟
- ما فعالية البرنامج متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة لفهم وإدارة المشاعر والانفعالات؟
- هل تستمر فعالية البرنامج إن وجدت – بعد إنتهاء تطبيقه بفترة زمنية (فترة المتابعة)؟

أهمية البحث :

ترجع أهمية البحث إلى أنه :

١- يلقي الضوء على إدارة الانفعالات والمشاعر الذي يلعب دوراً مهماً وبارزاً في تحقيق توافق الطفل لإستغلال قدرات واستعداداته بطريقة تحقق له إشباع دوافعه.

٢- إلقاء الضوء على أنماط الانفعالات الوجدانية التي تواجه الطفل فى مرحلة الروضة وكيفية تعبيره عنها .

٣- تحديد مظاهر أدارة الانفعالات والمشاعر التي تراها المعلمات في المواقف العملية بعيدا عن الجو الأسري المغلق وبالتالي يمكن العمل على

مواجهة هذه المشكلات والتخفيف من آثارها على الطفل وحياته المستقبلية.

٤- يمكن أن يساهم فى توجيه القائمين على مناهج رياض الأطفال نحو التركيز على وضع برامج لتنمية قدرات الطفل فى ضبط انفعالاته والتكيف مع الانفعالات الخارجية.

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى ما يلي :

- تحديد الأنشطة اللازمة للبرنامج التربوي المتعدد لتوعية طفل الروضة في إدارة المشاعر والانفعالات لدى الأطفال من سن (٤- ٦) سنوات.
- التعرف على فعالية البرنامج التربوي متعدد الأنشطة لتوعية طفل الروضة لتنمية المشاعر والانفعالات.
- التعرف على تأثير البرنامج المقترح في فهم وإدارة أطفال الروضة المشاعر والانفعالات.

حدود البحث:

تتحدد نتائج هذا البحث من خلال متغيراته والأدوات المستخدمة فيه والعينة التجريبية التى تتم التطبيق عليها بخصائصها المحددة، واقتصر البحث الحالي على:

١- أطفال الروضة الملحقة بمدرسة (ملحق المعلمين الحكومية) التابعة لوزارة التربية والتعليم بمدينة طنطا، المستوى الثاني من سن (٤ - ٦) وأطفال الروضة الملحقة بمدرسة (الشروق الاسلامى الخاصة) التابعة للشئون الاجتماعية بمدينة طنطا المستوى الثاني من سن (٤ - ٦).

مصطلحات البحث :

إدارة الانفعالات: Emotions of management

عرفها (عثمان،٢٠٠١) بأنها: " الإدراك الجيد للانفعالات الذاتية وفهمها وتنظيمها، والتحكم فيها، وذلك من خلال مراقبة مشاعر الآخرين، وانفعالاتهم والتعاطف والتواصل معهم" **(فاروق عثمان وآخرون، ٢٠٠١: ١٤٤)** وتقاس من خلال المقياس المستخدم في الدراسة الحالية (إعداد الباحثة)

إدارة المشاعر: Feelings Management

ويعرفها المشاعر (Goleman, 1995) بأنها قدرة الإنسان على الأفصاح عن مشاعره والتعبير عنها بطريقة مقبولة اجتماعياً وعلى التحكم في هذه المشاعر. وسوف تتبنى الباحثة هذا التعريف، وتقاس من خلال المقياس المستخدم في الدراسة الحالية (إعداد الباحثة)

البرنامج متعدد الأنشطة التربوية :Educational activities

وهو عبارة عن مجموعة من الأنشطة العقلية والحركية، القصصية، الفنية، الموسيقية، المخططة، الحرة منها والموجهة غير التقليدية تتيح للطفل إشباع حاجاته للمرح والفكاهة، وتنمي مهاراته الاجتماعية واللغوية من خلال تدريبه على تحمل المسئولية والاستقلال، والفخر بالإنجاز، وتحمل الإحباط، والعواطف والأحاسيس والتأثير في الآخرين. **(انشراح المشرفي، جنات عبد الغني ،٢٠١٢: ٦٣)**

ويقصد ببرنامج الأنشطة التربوية المتعدد فى البحث الحالي **بأنة مجموعة من الأنشطة التربوية التي تقترحها الباحثة والتي قامت بتحديدها فى أطار خطة**

زمنية وفق إجراءات محددة لتنمية أدارة الانفعالات والمشاعر لدي عينة من الأطفال من سن (٤- ٦) سنوات.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

بالنظر إلى التربية الحديثة نجد أنها قد أخذت في اعتبارها في المقام الأول النشاط التربوي واعتبرته جزءا رئيسيا من المنهج الدراسي فى ضوء التربية ،و بما أن التعليم فى مرحلة رياض الأطفال ينطوي على اكتساب الخبرة والمهارات والممارسة والتطبيق العملي للقيم النظرية المدروسة، وبالإضافة إلى ذلك، فإن المهمة الأساسية للمعلمة في ظل المدرسة الحديثة وسيط ناقل للمعرفة ،والتي تنقل تراث الأجيال السابقة لتقديم الأجيال الحالية بحيث يمكن للمتعلمين مواكبة التطور العلمي الحديث، ولا يكونوا في معزل عن مجالات الحياة والمتعلم هو مركز العملية التربوية، فمن خلال المدرسة تنشط العديد من المهارات الحياتية بين الأطفال والمعلمات والمجتمع المحيط من حيث مهارات الاتصال والتواصل والانتماء والقيادة، والعمل التطوعي، والثقة بالنفس وبالآخرين والتفكير الإبداعي والناقد **(فايز أبو حجر، ٢٠٠٣: ١٦)**

تُعد الأنشطة التعليمية من أهم مقومات العملية التربوية التي تسهم في تربية النشء تربية متكاملة، وهي تمثل الجانب التقدمي في التربية المعاصرة؛ نظراً لاهتمامها بالجوانب العملية والحياتية للأطفال في مختلف مراحل نموهم. وتتضح لنا أهمية الأنشطة التعليمية التربوية ودورها في العملية التعليمية التعلمية في الأمور الآتية: ١- أنها تكسب الأطفال خصائص المواطن الصالح والمشاركة في التنمية الشاملة للجميع، ٢- تساعد المقررات الدراسية، من خلال توفير مواقف تعليمية للطفل مماثلة لحالات الحياة،٣- تعمل على نقل التعلم من النظرية إلى الممارسة، و المساهمة في ترسيخ المفاهيم والمصطلحات

العلمية، وتنميتها ، ٤- تكسب الطفل العديد من القيم والفضائل، مثل: التعاون، وتحمل المسؤولية، واحترام الآخر، والاتزان الانفعالي، والقيادة، والقدرة على التخطيط، واتخاذ القرار، وغيرها، ٥- تساعد المتعلم على النجاح والتفوق؛ حيث أثبتت الدراسات التربوية أن النشاط الذي يمارسه المتعلم له تأثيره الإيجابي على تحصيله العلمي للمواد المتصلة بذلك النشاط، ٦- تحقق وظائف تشخيصية، ووقائية، وعلاجية لبعض المشكلات الصفية التي يمكن أن يعاني منها الطفل كسوء التكيف، والخجل، والانطوائية، وعدم القدرة على التركيز، وغيرها، ٧- وفيها يتعود الطفل من خلال ممارسة الأنشطة على الجد، وحسن استثمار الوقت وتنظيمه. **(محمد العصيمي، ١٩٩١: ١٤٠-١٤١)**؛ **و(هند الهاشمية ،٢٠١٠: ٦)**

فالأنشطة التربوية هي المختبر العملي والتطبيقي لاكتشاف مواهب وإبداعات الأطفال وتزويدهم بفرص واضحة لصقل هذه المواهب، وتطويرها وتنميتها وتكسب الأطفال العديد من المهارات الحياتية التي يحتاجها الطفل خلال حياتهم اليومية مثل مهارة التفكير الإبداعي ومهارة حل المشكلات واتخاذ القرار والقدرة على الاتصال والتواصل وتنمية التذوق الفني من خلال الموازنة والتحليل والنقد. **(فايز أبو حجر، ٢٠٠٦: ٤)**

ومن هنا يتضح ان عملية فهم الوظائف التي يمكن أن تؤديها الأنشطة التربوية التعليمية للأطفال تعطى أكبر دلالة على أهميتها ودورها في بناء الشخصية المتكاملة للطفل، فضلا عن دورها في رفع مستوى التحصيل لدي الأطفال؛ وذلك إذا أحسن التخطيط لها، ويمكن إختصار تلك الوظائف فيما يأتي:

١. الوظيفة التعليمية: تساهم الأنشطة في دعم عملية التعلم من خلال ربط الموضوع بالحياة، وما يتم أثناء ممارسة الطفل للنشاط من مناقشات، وطرح الأسئلة، والقراءة، والكتابة، والتلخيص، وما إلى ذلك.
٢. الوظيفة النفسية :يمكن للطفل، من خلال ممارسة الأنشطة، التعرف على نفسه، والتعبير عن اتجاهاته، وتنفيس عواطفه، وتلبية احتياجاته النفسية المختلفة.
٣. الوظيفة الصحية :يكتسب الطفل من خلال النشاط بعض العادات والسلوكيات الصحية المختلفة التي تساعده على الحفاظ على صحته (النفسية والجسدية) الجيدة.
٤. الوظيفة المهنية :من خلال ممارسة الطفل العديد من الأنشطة التي تتطلب مهارات محددة، يمكن أن تساعده على تحديد حياته المهنية والوظيفي.
٥. الوظيفة البيئية: تساعد ممارسة الأنشطة غير الصفية الطفل على فهم البيئة والحفاظ عليها واكتشاف فوائدها.
٦. الوظيفة الاجتماعية: تسهم الأنشطة الجماعية من امتلاك المتعلم لمهارات التعامل الجيد، والتعاون، والقيادة، وغيرها. **(سالم الطويرقي، ٢٠٠١: ٣٥)**

فوضوح العلاقة الوثيقة بين التربية والأنشطة يمكن التأكيد عليها من خلال :

أ- تنمية القدرة على الفهم، والتفكير، والتحليل، والتواصل. واكتساب المعرفة، والتوظيف، والإنتاج، والبحث، والاكتشاف والابتكار.

ب- تعزيز القدرة على المشاركة والعمل في الفريق والتعرف على الآخرين. والتغيير الإيجابي والتنمية في حدود الموارد المتاحة، الحوار والمناقشة الهادفة وقبول آراء الآخرين.

ج- تمكين الطفل من اكتشاف قدراته العقلية والإبداعية لدعم التميز والرعاية، وتوسيع الخيارات والفرص، والاختيار السليم الذي يحقق رفاهيته في مجتمع متماسك. من خلال توظيف الاتصالات والمعلومات وكسر الحواجز الزمنية والفضائية لتحقيق الذات في إطار المجتمع. **(هند الهاشمية ،٢٠١٠: ٨)**

ومن المتوقع أن تلعب الأنشطة التعليمية التربوية دورا فعالا متعدد الأبعاد في إعداد الأطفال للمجتمع، وتمكينهم من تحقيق الكفاءات اللازمة لتحقيق التعايش الفعال، ومن أبرز ملامح هذا الدور وأبعاده التي يتوقع أن تنعكس إيجابيا على الطفل والمجتمع، **يقترح(Carver et al., 1989)** ما يلي:

١. المواجهة النشطة Active Coping وتتضمن خطوات للقضاء على الآثار السلبية أو تقليلها (على سبيل المثال المبادأة بالحدث أو الفعل المباشر) .

٢. التخطيط Planning وهو ينطوي على التفكير في كيفية مواجهة الضغوط لدى الطفل (على سبيل المثال الاقتراب من إستراتيجيات اتخاذ القرار.)

٣. كبح الأنشطة التنافسية. وهو ينطوي على محاولة لتجنب ما يكون مشتت عن طريق القيام بأنشطة أخرى والتركيز على الضغوطات.

٤. المواجهة بالتقييد "ضبط النفس والتكيف": وتتضمن الانتظار حتى الوقت المناسب للأداء.

٥. البحث عن المساندة الاجتماعية لأسباب وسيليه أو أدائية :وتشير إلى البحث عن الدعم الاجتماعي للطفل لأسباب والدور الفعال في البحث عن المعلومات أو النصائح

٦. البحث عن المساندة الاجتماعية لأسباب انفعالية :وتشير إلى البحث عن المساندة الأخلاقية والتعاطف والفهم.

٧. إعادة التفسير الإيجابي والنمو :ويشيران إلى إدارة الانفعالات بدلاً من التعامل مع الضغوط ذاتها.

وتسعى الأنشطة التربوية لتحقيق أهداف متعددة نشير إلى أهمها: (هادي الفراجي ٢٠١٠: ١٩٥)، (هادي الفراجي، وموسى عبد الكريم،٢٠٠٦: ١٢٧)

١- تعميق مفاهيم التربية، وتوفير عادات المتعلم واتجاهاته المرغوب فيها لإيجاد نوع من التكيف الاجتماعي بين المجموعات المدرسية والمجتمع، من خلال إشراك أكبر عدد من المتعلمين وتحملهم المسؤولية في التنظيم والتنفيذ.

٢- توطيد القيم والمعتقدات الدينية والاجتماعية في أذهان المتعلمين من أجل التأكيد على روح الانتماء إلى البلاد وقيادتها

٣- تزويد الأطفال بفرصة للتواصل والتفاعل مع البيئة لتحقيق قدر أكبر من التفاعل والتكامل .من خلال التوجيه ومساعدتهم على اكتشاف قدراتهم واتجاهاتهم والعمل على تحسين وتطوير .العمل من خلال نظام متكامل لتلبية متطلبات المجتمع

٤- إتاحة الفرصة أمام المتعلمين للانتفاع بأوقات الفراغ في النافع والمفيد من خلال التدريب على الأسلوب العلمي، وإكسابهم القدرة على البحث والتجديد والابتكار والاستنتاج.

حيث إن الأنشطة التربوية هي الممارسات التعليمية التي تكمل برامج التعلم التي تقوم بها مؤسسات رياض الأطفال بمهمة إيصالها للأطفال، ولذلك فإن الأنشطة التعليمية التربوية تأخذ أبعادا موسعة في عملية التعليم والتعلم، مما يجعل عملية التعلم مستمرة في حياة الطفل، سواء كان ذلك في إطار المناهج المدرسية أو غيرها من الأنشطة الحياتية التي تستمد من عملية تفعيل المدى الذي يتقن فيه الطفل الأدوار التي أنيطت به خلال عملية التعلم .لذلك فإن المهارات الأساسية التي تنميها الأنشطة التربوية ومنها الاتصال اللغوي، والتفاعل الاجتماعي، ومعالجة المعلومات، النشاط العقلي **(مصطفى فهيم ،٢٠٠٢: ١٧٣)**

كما إن المهارات التي يتدرب عليها الأطفال بإستخدام البرامج التربوية، تجعلهم قادرون على الاعتماد على أنفسهم مع إمكانية قضاء حاجاتهم اليومية، والتي تزيد قدرتهم من الاعتماد على أنفسهم مما يساعدهم على أن يعيشوا حياتهم الاجتماعية بشكل طبيعي وضرورة إعداد البرامج التدريبية التي تتناسب مع خصائص وقدرات وإمكانات هؤلاء الأطفال، في إطار الهدف المراد تحقيقه مما يساعدهم على اكتساب المهارات التي تعينهم على مواجهة المتطلبات الحياتية،كما تساعد على تنشيطهم وتدريبهم على كثير من العادات الاجتماعية الحسنه، وتوجيهه إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تناسب قدراته، مما يكسبه القدرة على التعبير عن الذات والثقة بالنفس.**(فؤاد عيد الجوالده ،٢٠١٣: ٣٤)**

وفي هذا الصدد أكدت دارسة **(Lyness, D'Arcy: 2009)** أن الفكاهة والمرح أداتان تساعدان الأطفال مدى الحياة على: تقدير ذات عالٍ، ورؤية الأشياء من وجهات نظر عديدة أخرى غير واضحة، وفهم الأفكار غير التقليدية أو طرق التفكير، ورؤية ما وراء سطح الأشياء، والتمتع بها والمشاركة في جوانب الحياة، والتعامل مع الشدائد منذ الطفولة، وكذلك معالجة الخلافات، وحب الأقران.

وترى الباحثة أن العلاقة بين الوعي بالانفعال والقدرة على أدارة مشاعر الطفل يمكن تنميتها من خلال توفير الفرص أمام الأطفال لزيادة خبراتهم التي تساعدهم على مواجهة المواقف الصعبة ويتم ذلك من خلال ممارسة الأنشطة والمواقف وانفتاحهم على بعضهم البعض.

وهذا أكدته دراسة **(أسماء العطية، وآخرون ،٢٠٠٩)** حيث أوضحت أن الأنشطة وروح الفكاهة والمرح من العوامل المهمة التي تؤدي دوراً حيوياً في تنمية المهارات الانفعالية، وتساعد فى تطوير شخصية الطفل من خلال تنمية المعرفة، فمضامين القصص والحكايات، وحسن التعبير عن العواطف، والتمييز بين العواطف الحقيقية والمصطنعة، وربط مشاعر معينة بحالات عقلية محددة كالحواس؛ وعليه لابد من تعريف التربويين والقائمين على عملية التربية والإعداد للأطفال في الطفولة المبكرة، وإعدادهم إعداداً جيداً لطرق التعامل مع الطفل وإستراتيجياته، من خلال إستخدام روح الفكاهة والمرح.

ولقد أظهرت سنوات من البحث أن تنظيم الانفعالات عن طريق المعارف أو الأفكار يرتبط بشكل وثيق مع الحياة البشرية ويساعد الطفل للحفاظ على السيطرة على انفعالاتهم أثناء أو بعد تجربة الأحداث الضاغطة أو المهددة **(Garnefski et al., 2002)**، وللمشاعر دور أساسي فى تسيير الحياة

وما يصاحبها من المشاعر المضطربة تودي إلى اتخاذ قرارات غير منطقية، كما أن نقص الوعي بالمشاعر يمكن أن يكون مدمرا، وخاصة عند اتخاذ قرارات مصيرية. وقرارات الحياة متجددة، ولا يكفي فيها التفكير المنطقي فحسب، وإنما يتطلب إلى جانبه المشاعر والحكمة والعاطفة. **(محمد الناغي ،٢٠٠٧، ١٨٩)**، وربما قد نسهب في الحديث عن مشاعرنا من خلال الاجترار الفكري، وربما نحاول قبول هذه الأحداث أو إعادة التقييم الإيجابي للموقف.**(Garnefski, et al., 2007)**

ويتضح مستوى الرعاية الانفعالية والنفسية للسنوات السابقة للطفل ويعبر عن نفسه باستمرار في سلوكهم تجاه الكبار والأطفال على السواء. والتطور الأكثر وضوحا في العديد من الأطفال في عمر الخامسة هو السيطرة على الانفعالات، فيدركون ويشعرون بقوة الانفعالات وإستخدام ها في التأثير على الآخرين، والتلاعب، وإثارة الإعجاب (OHAGAN,2014)

وتوجد قائمة من الانفعالات الأساسية المبنية على تعبيرات الوجه، ولكل انفعال تعبير فريد، وله من الخصائص العصبية التى تطورت عبر التاريخ الإنساني فهي توجه الأطفال لمقابلة احتياجاتهم التكيفية، أما أنموذج واطسن **(Watson, Clark, & Tellegen, 1988)**هي واحدة من أهم النماذج في تفسير الانفعالات وهو مبني على بعدين هما: بعد الانفعالات الإيجابية، ويعد الانفعالات السالبة ويرى واطسن **(Watson, 2000)** أن هناك فروق فردية كبيرة في

تجارب الانفعالات الإيجابية والانفعالات السلبية يمكن تبلور في النقاط التالية:

١. تستمر هذه الانفعالات بمرور الوقت.

٢. تعمم عبر المواقف.

٣. تكون مستقلة بعضها عن بعض.

اما عن فهم الانفعالات: فهي القدرة على فهم أسباب الانفعال، وكيفية تطوره، وماهية مكوناته، والقدرة على التنبؤ به، والتعبير عنه، فهي قدرة تعكس الحصيلة المعرفية للفرد في الجانب الانفعالي. ويمكن ان تشتمل فهم الانفعالات على: (عثمان الخضر ،٢٠٠٦: ٢٩٣)

١- تسمية الانفعالات والتمييز بين التسميات المتشابهة وانفعالاتها.
٢- تفسير المعاني التي تحملها الانفعالات (مثلا الحزن يعنى فقدان شيء).
٣- فهم الانفعالات المركبة (مثلا الغيرة تشمل الغضب والحسد والخوف) والمتناقضة (الجمع بين حب الشخص وكره سلوكياته).
٤- ملاحظة التحول او التغير فى الانفعال سواء كان فى الشدة (مثلا من الكره الى البغض) ام فى النوع (من الحسد الى الغيرة).

القدرة على إدارة الانفعال بصورة تسمح بالتكيف الفعال مع الموقف فى ضوء: **(دلال عوض، ٢٠١٦: ١٢٤)**

١- لديه القدرة على إظهار انفعال لا يشعر به أصلاً إذا اقتضى الموقف.

٢- لديه القدرة على إخفاء انفعالاته عندما يكون إظهارها غير مناسب.

٣- لديه القدرة على استثارة الانفعالات في الآخرين.

٤- لديه القدرة على ضبط انفعاله بحيث لا يؤثر سلباً على تفكيره.

إدارة المشاعر Feelings Management

لقد حدد تايلور وزملاؤه عام ١٩٩٧، خمسة جوانب ذات صلة بمفهوم صعوبة فهم التعرف علي المشاعر، وهي:

١. صعوبة وصف المشاعر.

٢. صعوبة التمييز بين المشاعر والإحساسات الجسدية التي تصاحب حالات الاستثارة الانفعالية.Emotional arousal

٣. نقص في الاستبطان أو التأمل الذاتي.Introspection

٤. نقص المسايرة الاجتماعية.

٥. الافتقار إلى الخيال، ونقص في تذكر الأحلام **(De Rick & Vanheule, 2007:220).**

واعتقد "سيفنيوس" أن القدرة على تحديد المشاعر، شرط ضروري لمشاركة الآخرين مشاعرهم وإظهار عواطفهم **(Bekker, Croon, Balkom, & Vermee, 2008:753)**، وهذا يعني أن الاعتراف بمشاعر الآخرين والحفاظ عليها أمر ضروري لتكوين علاقات شخصية قوية، خاصة إذا كانت هذه العلاقات ذات أهمية للفرد، وإعطاء معنى والتوازن في الحياة، أما الأفراد الذين يعانون عجزاً في التعبير عن مشاعرهم (المصابون بصعوبة تعرف المشاعر)، فهم يعانون صعوبات يمكن أن تؤثر في قدرتهم على التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة، وعلى التواصل الفعال؛ فعدم التعبير عن المشاعر، أو كبتها، أو الصراع حول التعبير عنها، يرتبط بكثير من المشكلات النفسية، وله آثاره المرضية على الصحة النفسية والجسمية، في حين يرتبط شعور الفرد بالصحة النفسية والجسمية، بالتعبير عن الانفعالات **(إيمان البنا، ٢٠٠٣ :٤٥)**

وقد أوضحت منظمة الصحة والمجتمع الأسترالية ان قدرات فهم وإدارة مشاعر الأطفال والاعتراف بها، وفهم وإدارة عواطفهم هي عن طريق طرق الكبار الذين يهتمون بهم والرد على مشاعرهم. عندما يتعلم الأطفال لإدارة

مشاعرهم بل هي أيضا أكثر قدرة على إدارة سلوكهم. ويمكن للآباء والمربيات العاملين في المدرسة بتوفير الدعم المهم والتوجيه للتنمية الانفعالات والمشاعر للأطفال من خلال النقاط التالية:**(Health And Community ,2012)**

١. استمع وتحقق بتجربة الطفل الانفعالية.
٢. عرض الانفعالات كفرصة للاتصال والتعليم.
٣. تشجيع حل المشاكل لإدارة الانفعالات.
٤. ضبط الحدود بطريقة داعمة.

وأشار جوالى (Gawali,2012) **إلى أن إدارة المشاعر يعد السبب فى الوصول إلى الصحة النفسية الإيجابية والسليمة، حيث إن الأفراد ذوى المشاعر والانفعالات المرتفعة يكونون هم الأفضل فى فهم وإدارة انفعالاتهم فى المواقف الضاغطة، كما أنهم يكونون أكثر مرونة، مما يعنى ذلك أنهم يتعايشون بفاعلية عندما تواجههم خسارة، مشقة، محن، وذلك يكون بسبب مهاراتهم فى إدارة انفعالاتهم، وآليات التكيف التى استخدموها.**

وقدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته، وإدارتها، وتوجيهها، والتفهم العطوف للآخرين مما يؤدى به إلى بناء علاقات اجتماعية إيجابية معهم هو ما يسمى الذكاء الانفعالي. (مصطفي مظلوم، ٢٠١١: ١٢).

تنمية القدرة على إدارة المشاعر والانفعالات:

لم تلق المشاعر والانفعالات اهتماماً كبيراً في الفترات السابقة فى دراسات الأطفال، ولكن في العصر الحالي حيث تنتشر المشكلات العاطفية والانفعالية المختلفة، والتي يعود مرددوها إلى التطور التكنولوجي وما صاحبه من تغيرات سريعة تناولت كافة جوانب الحياة، بما فيها القيم والعادات والتقاليد، مما أدى إلى زيادة معدل القلق والتوتر لدى الإنسان بصفة، عامة وفي ظل

الدراسات التي تناولت الجوانب الانفعالية للإنسان، كان لا بد من الاهتمام بالناحية الانفعالية للإنسان، وعلى رأسها تنمية قدرته على إدارة الانفعالات من خلال ما يلي: (**رافت خطاب ،٢٠١١: ١٦٠**)

١. **تنمية الضبط الانفعالي :**Emotional Controlling الضبط الانفعالي هي قدرة الطفل على السيطرة والتنظيم للتعبيرات الانفعالية غير اللفظية وإخفاء انفعالاته ومشاعره تحت قناع معين بما يناسب الموقف الاجتماعي الذي يوج فيه (**فاتن أمين، ٢٠٠٦: ٥١**). وتشير مهارة الضبط والمرونة الانفعالية والاجتماعية تشير إلى قدرة الفرد على التحكم بمرونة، في سلوكه الانفعالي اللفظي وغير اللفظي خاصة في حالات التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وتعديله بما يتناسب مع ما يحدث في تلك المواقف مع مستجدات لتحقيق أهداف الفرد (**عبد الحليم محمود وآخرون، ٢٠٠٤: ٢٧**). ويقصد بالضبط الانفعالي هو إخبار الطفل والتحكم في انفعالاته والتحكم في دوافعه من خلال أنماط سلوكية مقبولة اجتماعياً، والتعبير عن المشاعر السلبية (مثل الضيق والغضب والحزن)، بطريقة إيجابية لا ينتج عنها أذى أو ضرر بالآخرين، وذلك في مواقف التعامل والتفاعل معهم (**فوقيه محمد، ٢٠٠٢: ٣٥**)

٢. **إدارة مشاعر وانفعالات الوالدين:** ويمكن تطوير وتنمية قدرة انفعالاتهم على إدارة انفعالاتهم من خلال إدارة الآباء لانفعالاتهم ولمشاعرهم من خلال زيادة قدرة الآباء على تنظيم انفعالاتهم ومشاعرهم، ولتحديد الدوافع العميقة لسلوكهم وكذلك سلوك أطفالهم، والحاجة إلى تغيير عادات المشاعر السلبية مثل السلوك القسري والغضب والقلق والوسوسة وتحقير الذات، وخلق البيئة المثيرة لحب الاستطلاع لدى الأبناء، ومساعدتهم في

التعبير عن انفعالاتهم وتقديرهم لذواتهم **(إسماعيل بدر، ٢٠٠٢: ١٥، ١٦)**.

٣. **الأنشطة:** تلعب تنمية العلاقات الاجتماعية في الأطفال الذين يعانون من تعبيرات انفعالية سالبة، من خلال أنشطة تلعب دورا هاما في تطوير قدرة الأطفال على إدارة انفعالاتهم، كما أن هناك استراتيجيات أخرى مثل سماع الموسيقى والتفاعل الاجتماعي وإدارة الذات، وهناك إستراتيجيات أخرى أقل فعالية مثل مشاهدة التلفاز أو تجنب الفرد المسبب للضيق **(محمد حسين، ٢٠٠٣: ١٤٤، ١٤٣)**.

٤. **بيئة الطفل:** يجب أن تتضمن بيئة الطفل مشاعر أصلية من الحب والمودة والرحمة والرعاية، للتأكد من أن الطفل لا يتأثر بأي اضطرابات نفسية أو انفعالية أو اجتماعية، ولكن أيضا اضطرابات والأمراض الجسدية، التي تترتب على الشعور بالضعف، وقلة القيمة، والإحباط ورفض تلك الحياة الباردة المؤلمة **(نادية أبو السعود، ٢٠٠٢: ١٩٧)**. والمعالجة البيئية هي إعادة تعليم هؤلاء الأطفال. فوظيفة الانفعال هو أنه يعمل كمحاولة للاعتداء على شخص من أجل المحافظة على العلاقات الاجتماعية مع الآخرين أو إحداث تغيير فيها أو إنهائها، وتتعلق هذه المعالجة البيئية بتأثير الوضع الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، فقد ساعد العلاج البيئي ساعد على حدوث زيادة كبيرة في علاج الأطفال، من خلال تقديم الرعاية الاجتماعية)

٥. **التنظيم الذاتي للانفعالات :**Self- Emotional Regulation تنظيم الانفعالات، مثل القدرة على تهدئة مشاعر الغضب والقلق داخل الطفل وداخل الآخرين. ويمكن تلخيص هذه القدرات الأربع فيما يأتي: **(Berrocal & Extremera, 2006: 8)**

أ- تحديد الإنفعالات لدى الذات ولدى الآخرين.
ب- إستخدام الانفعالات أو الوجدانيات في تيسير التفكير.
ج- فهم العمليات الانفعالية.
د- إدارة الانفعالات والمواقف الشخصية التي تنطوي على تحدي وجداني.

والانفعالات وللمشاعر سطوة كبيرة على النفس الإنسانية، حتى إن كثيرا من تجارب النجاح والفشل في حياة الإنسان تلعب المشاعر فيها الدور الأكبر، وإن إجادة بعض الناس لفن توظيف المشاعر بصورة إيجابية محفزة للهمة ومفجرة للطاقة وداعمة للاستقرار النفسي، وهي من ركائز صناعة النفوس العظيمة، في حين تمثل المشاعر المنفلتة التي تسيطر على صاحبها دون أن يسيطر هو عليها عائقا كبيرا أمام تقدم صاحبها، وتمنعه عن تحقيق أي إنجاز. **(محمد عادل، ٢٠١٠، ٣٤)**

ان التوافق النفسي يدل على قدرة الكائن الحي على التلاؤم مع الظروف البيئية المحيطة به، فعندما تحدث في البيئة تغيرات ضخمة ومفاجئة يكون على الفرد ان يواجهها بتغيرات ذاتية التشكيل او بتغيرات بيئية التشكيل ان كان له ان يستمر فى البقاء، ويعتبر التوافق فى المشاعر مظهراً هاما وخاصية أساسية من خصائص الصحة النفسية وفى ذلك تشير دراسة **(Yemtan,2000)** الى ان الشخص المتمتع بالصحة النفسية يتميز بعدة خصائص أبرزها:

أ- فهم ذاته: من خلال القدرة على معرفة الذات، وحاجاتها وأهدافها.
ب- وحدة الشخصية: وهي الأداء الوظيفي الكامل المتناسق للشخصية جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا والتمتع بالنمو والصحة
ج- التوافق النفسي: ويقصد به رضا الطفل عن نفسه والقدرة على التوافق الاجتماعي.

د- الشعور بالسعادة مع النفس: والذي يتمثل فى الإحساس بجوانب الراحة والطمأنينة والثقة ونمو مفهوم ايجابي للمشاعر وآلات وتقديرها.

ه- الشعور بالسعادة مع الآخرين: والذي يشتمل على حب الآخرين وانتشار الثقة بينهم، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة.

و- القدرة على مواجهة الحياة: والتي تتمثل فى النظرة السليمة الموضوعية للحياة ومطالبها ومشاكلها اليومية، والعيش فى الحاضر والواقع، والسيطرة على الظروف البيئية كلما أمكن إظهاره.

النظريات التي اهتمت بدراسة طبيعة إدارة الانفعالات والمشاعر:

١. **نظرية بار -اون** Bar- on's **لإدارة الانفعالات:** قام بار أون، بتوسيع معنى إدارة الانفعالات من خلال دمجها في الصفات التي لا تتعلق بالقدرة .نموذج بار-أون يبدأ بالإجابة على سؤال، لماذا ينجح بعض الناس في الحياة أكثر من غيرها؟ واستعرض بار-أون التراث النفسي لخصائص معينة، والتي تمكن النجاح في الحياة، وتحديدها في خمس مجالات، هي الوظائف الشخصية، والمهارات الشخصية، والتكيفية، وإدارة الضغوط، والمزاج العام **(المغازي خيري، ٢٠٠٢: ٥٠)**

٢. **نظرية ماير وسالوفي لإدارة الانفعالات** Mayer&salovey**النموذج الرباعي:** وقد بدأ الاهتمام كبير للجوانب غير المعرفية من الذكاء من قبل هؤلاء الباحثين منذ عام(١٩٩٠)، والدافع لتطوير نظريتهم لإدارة الانفعالات، والتي هي واحدة من مكونات الذكاء الوجداني، والتي تختلف عن النظرية (بار-أون) وتحليل مكوناتها وإعداد أدوات قياسها، والتي تختلف عن المقاييس الأخرى، التي تعاملت مع إدارة الانفعالات على أنها سمة من سمات الشخصية، والتعامل معها على أنها قدرة عقلية مثلها مثل أنواع الذكاء الأخرى**(BarOn,1998:p.209)** ، والقدرات الفرعية هي-:

أ- **إدراك الانفعالات: ويقصد بها الإدراك، والتقييم والتعبير عن الانفعال بصورة دقيقة وتشمل:**

- تعرف انفعالات الذات.
- تعرف انفعالات الآخرين والأشياء (اللوحات والأصوات)
- التعبير عن المشاعر والانفعالات بدقة من خلال التعبيرات اللغوية وغير اللغوية.
- التمييز بين التعبيرات الصادقة والمقلدة من الانفعالات **(Mayer,Salovey, Caruso,2003: p439),**

ب- **توظيف الانفعالات**: هو القدرة على إثارة الانفعال وإستخدام ها لترشيد التفكير، وتركيزه على الجوانب المهمة وتشمل:

- استعمال الانفعالات للفت الانتباه إلى المعلومات الهامة في الموقف.
- استعمال الانفعالات لتنشيط التفكير والخيال والإبداع وحل المشكلات.
- توظيف فهم انفعالات الآخرين في التعامل معهم.

ج-**فهم الانفعالات**: وهي القدرة على فهم أسباب الانفعالات وكيفية تطورها وماهية مكوناتها والقدرة على التنبؤ بها والتعبير عنها وتشمل- :

- تسمية الانفعالات والتمييز بين تسميات متشابهة وانفعالاتها
- تفسير المعاني التي تحملها الانفعالات (مثلا الحزن يعنى فقدان شيء).
- فهم الانفعالات المركبة (مثلا الغيرة تشمل الغضب والحسد والخوف) والمتناقضة (الجمع بين حب الشخص وكره سلوكياته).
- ملاحظة التحول أو التغير في الانفعال سواء كان في الشدة (مثلا من الكره إلى البغض) أو من (من الحسد إلى الغيرة).
- التنبؤ بالانفعالات المستقبلية بدقة (**عثمان الخضر،٢٠٠٦: ١٠٢**).

د- **ضبط الانفعـــالات:** وهو القدرة علـــى إدارة الانفعـــالات المتعلقـــة بالـــذات وبالآخرين بصورة تسمح بالتكيف الفعال مع الموقف وتشمل **(Salovey, Mayer, 1990, p.324-329) :**

- القدرة على إظهار انفعال التي لا يشعر بهـــا الفـــرد أصـــلا إذا اقتـــضى الموقف.
- القدرة على إخفاء انفعالات الطفل عندما يكون العرض غير ملائم.
- القدرة على استثارة وضبط الانفعال المناسب لدى الآخرين.
- قدرة الطفل على ضبط انفعاله بحيث لا يؤثر سلبا على تفكيره.

- نظرية التحليل النفسي: لإدارة المشاعر: ترى **داليا الألفي (٢٠١٢: ١٩)** أن عدم الاهتمام بالانفعالات يرجع إلى اعتبارها نوعا" من الضعف، وأن كثيرا" من الأفراد لا يستطيعون أن يحددوا مشاعرهم أو يعبـــروا عنهـــا، فيتم تجاهلها وعدم مواجهتها، أو قمعها واعتبارها كأن لم تكن.
- النظرية الاجتماعية: لإدارة المشاعر: وتشير هذه النظرية إلى أن صعوبة ادارة المشاعر ترتبط بالصحة العضوية للفرد من خلال عوامل اجتماعية مثل المساندة الاجتماعية والوظائف الاجتماعية فالأفراد الذين يعانون من اضطراب في الوظائف الاجتماعية ونقص في الـــسعي نحـــو المـــساندة الاجتماعية خاصة من جانب الأسرة مما يؤثر بشكل غير مباشـــر علـــى المرض العضوي من خلال العوامل السلوكية **(محمـــد شـــعبان ٢٠١١: ٥٣)**

٣. **نظرية الأساس النيوربيولوجي: لإدارة المشاعر:** وتشير هذه النظرية إلـــى أن النصف الأيسر من المخ هو النصف المسؤول عـــن العمليـــات اللفظيـــة

والتحليلية، بينما تتمركز العمليات المرتبطة بالانفعال والحدس والخيال والإدراك والتعبير غير اللفظي عن المشاعر في النصف الأيمن، وعلى هذا فإن أي تلف أو ضرر في النصف الكروي الأيمن من المخ يكون السبب في ظهور أعراض صعوبة تعرف المشاعر. (مسعد الرفاعي، ٢٠١١: ٨٢)

- النظرية التكاملية: لإدارة المشاعر وترى هذه النظرية أن الإنسان عندما يفقد القدرة على إشباع حاجاته الأساسية مثل: الغذاء، الحب، الدفء، الأمان فإن ذلك يترك أثرا "كبيرا" على اتصاله وتواصله مع الآخرين سواء من خلال التعبير اللفظي عما يشعر به اتجاههم أو من خلال فقده لغة الحوار المناسبة لذلك لم يستبعد وجود عامل وراثي قوي في هذه الحالة، ففي أغلب الحالات المرضية المصابة بهذا الاضطراب تعاني من عدم وجود اتصال بين الوصلات العصبية بين نصفي كرة المخ، قد يكون من العوامل المسببة لذلك. **(داليا الألفي ٢٠١٢: ١٥)**

وفيما يلي عرض للدراسات السابقة التي اعتمدت عليها الدراسة الحالية:

أكدت الكثير من الدراسات على تنمية إدارة الانفعالات والمشاعر ومنها:

دراسة **Zeman J, Suveg C (, 2004)** التي تناولت مهارات إدارة الانفعالات بالإضافة إلى دور الانفعالات والكفاءة الذاتية في تنظيم الانفعال لدى ٢٦ طفلا مما يعانون من اضطرابات القلق واستخدمت الدراسة مقياس إدارة الانفعالات للأطفال Emotion Management Scales (CEMS)ومقابلة تنظيم الانفعالات ،و وأبلغت الأمهات عن تنظيم الانفعالات لدى أطفالهن بإستخدام قائمة مراجعة الانفعالات .أشارت النتائج إلى أن الأطفال الذين استوفوا

الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية (الطبعة الرابعة، الجمعية الأمريكية للطب النفسي، ١٩٩٤المعاناة اضطراب القلق وقد وواجهوا صعوبة في إدارة الخوف والحزن والغضب، وربما يرجع ذلك إلى تقريرهم عن الشعور بالمشاعر مع ارتفاع وكثيرا من الثقة في قدرتها على تنظيم هذه الإثارة.

دراسة بيروكال وآخرين (**Berrocal, Alcaide, Extremera& Pizarro, 2006**) التي أشارت إلي أن الذكاء الانفعالي يرتبط ارتباطا سالبا بمستوى القلق وخصوصاً القدرة على التمييز بين المشاعر بوضوح، كما توصلت الدراسة إلى القدرات الانفعالية التي تعد المساهم الهام والفريد للتوافق النفسي.

وتؤكد دراسة (**Carolyn Saarni,2011**) أن منظور النظرية التي اتخذت نحو النمو الانفعالي في مرحلة الطفولة هو مزيج من توظيف النظرية وديناميكية النظم والتي يمكن أن ينظر من خلالها إلى لقاءات الطفل في البيئة والمعاملات الحيوية التي تنطوي على مكونات متعددة الذات ولها صلة بالعاطفة (على سبيل المثال، السلوك التعبيري، النمط الفسيولوجي، والميول واتخاذ إجراءات والأهداف والدوافع والسياقات الاجتماعية والمادية، وتقييم والشعور التجريبي) ويمكن أن تتغير مع مرور الوقت ونضوج الطفل واستجابة لتغير التفاعلات البيئية. كلها تعكس نموهم العاطفي من خلال التجربة الاجتماعية، بما في ذلك السياق الثقافي. علامات وصفية جديرة بالملاحظة التنمية الانفعالية فيما يتعلق التفاعل الاجتماعي.

أما دراسة كازويل، نيكول(**Caswell, Nicole ,2011**) بعنوان تقييم الكتابة: الانفعالات، المشاعر، والمعلمين، فقد هدفت الدراسة إلي تحديد دور

الإنفعالات والمشاعر في تقييم الكتابة والآراء المحيطة بها، من وجهة نظر الأطفال والمعلمين، وكيف يساعد المعلمين على تجديد تقييمهم التربوي، وقد وصفت كتابة التقييم على أنه أكثر من مجرد تصنيف أو الرد على مجموعة من أوراق الطالب في سياق الفصل الدراسي ،وإلى معرفة شكل كتابة التقييم وعرضه بأكثر من مجرد الدرجات أو الاستجابة لمجموعة من أوراق الطالب وقد سعت الدراسة الى مناقشة كيفية إدارة الانفعالات والمشاعر التي تتعلق في شكل كتابة التقييم، والتركيز على إستخدام الانفعالات والمشاعر لمواصلة النظر في كتابة عمل التقييم – من اجل فهم الكيفية التى يتم بها صياغة القرارات للانفعالات. وللوصول الى توفير وسيلة للحصول على الجوانب الخاصة بالانفعالات.

كما كشفت دراسة إدواردز، نيكول ميغان **Edwards, Nicole (Megan,2012)** عن الكيفية التي يتم إستخدام ها لتوفير الدعم لمقدمي مرحلة الطفولة المبكرة مع لمحة موجزة لفهم النمو الانفعالي الناشئة عند الأطفال الصغار ،و على أهمية دور مقدمي الرعاية الأولية، والعلاقة بين تربية الأطفال، والنمو الانفعالي، والسلوكي .وتقدم اقتراحات محددة التي تم تشاركها مع الأمهات، وناقشت الدارسة أهمية الاعتراف بدور المساهمة من المعلمين وأولياء الأمور في النمو الانفعالي الأطفال الصغار .

وقد إستهدفت دراسة **امل الخالد (٢٠١٤)** قياس إدارة الانفعالات لدى المرشدين التربويين، والتعرف على دلالة الفروق في إدارة الانفعالات على وفق متغيري الجنس ومدة الخدمة لدى المرشدين التربويين .يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين من (الذكور – والإناث) العاملين في المدارس التابعة للمديريات العامة للتربية الستَ في محافظة بغداد. طبق المقياس على (٣٠٠) مرشداً ومرشدةً، اختيروا بالأسلوب الطبقي العشوائي. وحللت البيانات باستعمال

الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية spss وأظهرت النتائج مايأتي: - ١- أن المرشدين التربويين يتمتعون بإدارة الانفعالات.٢- لاتوجد فروق في إدارة الانفعالات دالة إحصائيا وفق متغير (الجنس).٣- توجد فروق دالة إحصائيا على وفق متغير (مدة الخدمة) في إدارة الانفعالات.٤- توجد فروق دالة إحصائيا على وفق متغير (النوع ومدة الخدمة) في إدارة الانفعالات.

أما دراسة أميرة خليل (٢٠١٤) **فقد حاولت التعرف على أثر برنامج تدريبي لإدارة الانفعالات فى خفض بعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال المُعَاقين عقلياً القابلين للتعليم، وعلى إدارة انفعالات الغضب والخوف بإستخدام بعض الإستراتيجيات التدريبية من خلال النظرية السلوكية.**

ودراسة **ياسر على (٢٠١٥)** التى هدفت إلى وضع تصور مقترح لتطوير الأنشطة التربوية في مرحلة رياض الأطفال في الوطن العربي. تستخدم الدراسة المنهج الوصفي التحليلي بأدواته المختلفة للوقوف بالوصف والتحليل العميق لبعض أداءات مؤسسات رياض الأطفال مع الاستعانة ببعض المعايير القومية في مرحلة رياض الأطفال والاسترشاد بنموذج شارلوت دانيلسون Charlotte Danielsonوتحليله واستنتاج المجالات والمعايير والمؤشرات ومقاييس للحكم علي أداء مؤسسات رياض الأطفال، كما استعانت بالمنهج التجريبي وتصميماته التجريبية المختلفة، تكونت عينة الدراسة من ٥٤ معلمة من معلمات مرحلة رياض الأطفال في منطقة العين التعليمية بإمارة أبوظبي بدولة الإمارات العربية المتحدة، وتم تقويم تلك المعلمات من وجهة نظر ١١ من مديرات الروضات، التي اختيرت بطريقة عشوائية، أمكن وضع التصور المقترح مراعيا: الوقت، طول الفترة الزمنية، النشاط التربوي، القائمين بالتنفيذ، الأدوات المطلوبة، طرائق تطوير الأنشطة التربوية في مرحلة رياض الأطفال .

وقدمت دراسة مورغان، جيفري **(Morgan, Jeffrey,2015)** الفراغ وتعليم الانفعالات نظرة عامة على نظرية لتعليم الانفعالات. من خلال تحليل الانفعالات كما الأحداث والمشاعر الإدراكية. فتعليم المشاعر والانفعالات ممكن إذا أمكن تقييم الحياة الانفعالية واحد (الشرط المعياري) وأنه من الممكن أن تفي بالحالة المعيارية من خلال التعلم (حالة الطفل التربوية).

وأوضحت دراسة روبرتس، ايمي، وآخرون **Roberts, Amy, etal, (2016)** ان مهارات الطفل الاجتماعية مثل المشاعر فتغير وجه التحديد في السلوكيات المودية الى الاكتئاب وان مكاسب أقل بشكل ملحوظ في المهارات الاجتماعية والمشاعر، وقد أكدت نتائج الدراسة ان هناك آثار على فهم ودعم الصحة العقلية ولابد من تحسين نتائج الطفل الاجتماعية والخاصة بالمشاعر.

وقد بحثت دراسة ديانا موريلن، وآخرون **Diana Morelen,and other,(2016)** عن دور جنس الطفل في الربط بين تنظيم الانفعالات والمشاعر لدى الأطفال وإصابة الأقران .تم النظر في ثلاثة جوانب من مقياس إير وهي (تنظيم التكيف، رادِع / ضَبْط، التقلبات المزاجية) في سياق المشاعر (أي الغضب والحزن والقلق) بإستخدام اثنين من الفاحصين، وقد تكونت العينة من مجموعه من الأطفال (ن = ١١٤؛ ٦٢٪ الفتيات؛ العمر = ٩,٣ سنوات؛ و٥٧٪)، ومقدم رعاية للأمهات .وأكملت الأمهات والأطفال استبيانات بشأن استراتيجيات الأطفال في مجال الإنقاذ والإيذاء من الأقران .وقد أشارت نتائج تحليلات الارتباط والاعتدال إلى أن معدل بالإيذاء المرتبط مع الأنماط يختلف حسب نوع جنس الطفل ونوع الانفعال .وعلى وجه التحديد، كانت الفتيات اللواتي يعانين من صعوبات في تنظيم الغضب أكثر تعرضا للإيذاء مقارنة بالفتيان الذين يعانون من صعوبات في تنظيم الغضب.

بالنظر إلى الدراسات السابقة يمكن للباحثة الوصول الي حقيقة أنه قد توصلت هذه الدراسات إلى نتيجة أنه كلما زادت الأنشطة التربوية في مرحلة رياض الأطفال أدى ذلك إلى توفير الطرق والاستراتيجيات لفهم وتنمية وإدارة الانفعالات والمشاعر الناشئة عند الأطفال. وتعد الأنشطة مجالا ثريا لتدريب وتعليم الطفل اللغات والمفاهيم العقلية والحسه والعلمية ومهارات التواصل وحل المشكلات المتعددة وأيضا امكانية فهم مشاعرهم وانفعالاتهم وادارتها في معظم الأحيان، مما يمكن الطفل في هذه المرحلة من التعبير الجيد عن نفسه وفهمها وادارتها.

فروض البحث:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على البعد الأول "**عبارات إدارة المشاعر**" " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
٢. لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على البعد الأول "**عبارات إدارة المشاعر**" لصالح القياس البعدي.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على البعد الثاني " **عبارات إدارة الانفعالات** " " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.
٤. لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على البعد الثاني "**عبارات إدارة المشاعر**" لصالح القياس البعدي.

٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على " **مقياس الانفعالات والمشاعر ككل** " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

٦. لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على " **مقياس الانفعالات والمشاعر ككل** " لصالح القياس البعدي.

أولا: إجراءات البحث

أولا: منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، حيث تم إستخدام تصميم المجموعتين ذات القياس القبلى والبعدي؛ وذلك بتجميع البيانات والمعلومات التي تزيد في توضيح الظروف المحيطة بمشكلة البحث.

ثانيًا: مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث الحالي من أطفال الروضة الملحقة بمدرسة (ملحق المعلمين الحكومية) "مجموعه تجريبيه " التابعة لوزارة التربية والتعليم بمدينة طنطا، من سن (٤ – ٦) وأطفال الروضة الملحقة بمدرسة (الشروق الإسلامي الخاصة) التابعة للشئون الاجتماعية بمدينة طنطا من سن (٤ – ٦) " المجموعة الضابطة ".

(جدول (١)

يبين الجدول توزيع مجتمع البحث فى ضوء متغيري

نوع الطفل ونوع التعليم

نوع الأطفال	ذكور	إناث	المجموع
العدد	٢٨	٣٢	٦٠
النسبة	%٤٧	%٥٣	%١٠٠
نوع التعليم	تجريبية	ضابطة	المجموع
العدد	٣٠	٣٠	٦٠
النسبة	%٥٠	%٥٠	%١٠٠

ثالثًا: عينة البحث

تمثلت عينة البحث في مجموعتين (٦٠) طفلا وطفلة وقسمت (٣٠) طفلا و (٣٠) طفلة كمجموعتين لقياس تجريبية وضابطه ولقياس أثر النوع.

جدول (٢)

يبين الجدول توزيع عينة البحث وفقًا لنوع الطفل والتعليم المنتمي إليه

تجريبيه		ضابطة		المجموع
ذكور	إناث	ذكور	إناث	٦٠
١٣	١٧	١٥	١٥	

رابعا: تصميم البرنامج التربوي متعدد الأنشطة

١. تطبيق الأدوات الخاصة بالقياس القبلي

٢. **تحديد مستوى الأداء الحالي للطفل:** يقصد بتحديد مستوى الأداء الحالي للطفل عملية جمع البيانات ذات الصلة به بهدف تحديد جوانب القوة

والضعف لديه في جميع الجوانب التي تتطلب تعليما خاصا وقد أعطت الباحثة الطفل خمسة فرص لإكمال المهمة المطلوبة منه وضع في المربعات علامة (√) أو (x) وسجل الدرجة النهائية في المربع الخاص بالدرجة في حالة عدم مقدرة الطفل على إكمال المهمة وعملية التقييم التي تم بها تحديد مستوى الأداء الحالي للطفل هي الركيزة الأساسية للبرنامج التربوي.

٣. **صياغة الأهداف.**

- القدرة على فهم وتحليل الانفعالات والمشاعر.
- القدرة على فهم كيف ينتقل الانفعال من مرحلة لأخرى.
- القدرة على إستخدام الانفعالات والمشاعر لتسهيل عملية التفكير.
- القدرة على الوعي بالانفعالات والتعبير عنها بدقة.
- القدرة على فهم الانفعالات والمشاعر المركبة.
- القدرة على التنبؤ بالانفعالات والمشاعر المستقبلية.

٤. **محتوى البرنامج:**

يحتوي البرنامج على مجموعه من الأنشطة التعليمية المختلفة تهدف الى تدريب الطفل على فهم وإدارة الانفعالات والمشاعر لدى الطفل، وتتمثل فى صورة وحدات أساسية يكون كل منها أطار لمجموعة من المهارات المختلفة فى الأنشطة المستخدمة فى البرنامج، والتي تتسم بالتفاعل بين الأطفال وبعضهم البعض هذا بالإضافة الى ان كل نشاط من الأنشطة المستخدمة يخدم

أكثر من هدف تعليمي بحيث يسمح للطفل بنمو مهاراته للتحكم فـــى الانفعـــالات والمشاعر.

كذلك تم الاعتماد على مجموعة فى الأدوات فى البرنـــامج عبـــارة عـــن صور وبطاقات وأشكال مختلفة لتدعيم الأنشطة والتي اتبعتها الباحثة فى النقـــاط التالية:

- ملاءمة الأنشطة التعليمية لتحقيق أهداف البرنامج.
- ملاءمة الأنشطة للعينة المستخدمة من الأطفال.
- ملاءمة الأدوات والوسائل المستخدمة لتدعيم الأنشطة ولتحقيق أهـــداف البرنامج وملاءمته لخصائص الأطفال.
- ملاءمة الأنشطة لكافة الفنيات المستخدمة.

٥. حدود البرنامج:

استمر تطبيق البرنامج ثلاث أشهر وبواقع ثلاث جلسات أسبوعية، وذلـــك فى الفصول التعليمية الخاصة بعينة البحث والتي سبق الإشارة إليها.

٦. أساليب التعلم المتبعة في البرنامج:

لتحقيق أهداف البرنامج المقترح ونمو قدرة الطفل على إدارة انفعالاته فقد تخيرت الباحثة المزاوجة بين أساليب المناقشة ولعب الأدوار والقصة بالإضـــافة إلى الأنشطة الفنية وذلك عند تطبيق الجانب التطبيقي للبحـــث لتحقيـــق أهـــداف البرنامج واتبعت الباحثة:

١. **الإجراءات الخاصة بتحليل المهمة:** ولقد اتضح للباحثة مـــن الدراســـات الحديثة التي أجريت حول تحليل المهام، وفى عملية تحديد الإجـــراءات

المختلفة الخاصة بتحليل العمل ومهامها. وبالرغم من ذلك فإن مجرد العلم بالوسائل المتاحة لن يعالج حالة الارتباك التي يوجهها القائمون على عملية التطوير من غير ذوي الخبرة والتي تنشأ عن الجهل بإستخدام خطوات التحليل المناسبة فى المواضع المختلفة ولقد قدم (Braune, R., & Foshay, W. R.,1983) بعض التوصيات القيمة الخاصة بالتوقيت المناسب بتجديد النموذج المناسب وتطبيقه إلا أنه لم يقم إلا بدراسة ثلاثة نماذج فقط من ضمن قائمة طويلة ضمت الخطوات الهامة الخاصة بتحليل العمل الذي يحتاجه الطفل. إن ما يحتاجه الطفل هو إرشادهم إلى الوقت والموضع المناسبين لتطبيق إجراءات تحليل العمل المتعددة الأنشطة وتحليل المهام تكون من أربع وظائف مختلفة:

أ. حصر المهام.

ب. وصف المهام.

ج. اختيار المهام.

د. ترتيب المهام وعناصرها ترتيباً متسلسلً.

٧. **تعدد وتنوع الأنشطة:** يجعل كل طفل يجد ما يلائم ميوله واتجاهاته ومواهبه، ولكن حسب إمكانيات المتاحة، فلا يمكن أن توجد الروضة كل ألوان النشاط. والغرض من التعدد والتنوع في الأنشطة، أن يجد كل طفل ما يلائمه، لأن ما يلائم طفل قد لا يلائم طفل آخر، وما يرهق طفل قد لا يرهق آخر، ولا يزعجه، ولا يعوق دراسته وقد تعدد الأنشطة بين: الأنشطة الصحية. المسابقات. المناسبات. التجارب. الرحلات والزيارات.

٨. **توظيف الإستراتيجيات المختلفة في تعديل السلوك:** وقد اعتمدت الباحثة على مجموعه من الاستراتيجيات:

أ. العقد السلوكي: اتفاقية مكتوبة فى شكل خطوات تمثل العلاقة بين المهمة التي سيؤديها الطفل والمكافأة التي سيحصل عليها نتيجة ذلك ويحدد هذا الأسلوب الواجبات المطلوبة من الطفل والنتائج المترتبة على مخالفة ما ورد في هذا التعاقد.

ب. التشكيل: هو أحد أساليب تعديل السلوك التي تستخدم لتكوين عادات سلوكية جديدة أو إضافات سلوكية جديدة إلى خبرة الفرد السلوكية التي يحتاجها لإتمام عملية التكيف ويشتمل على التعزيز الايجابي المنظم للاستجابات التي تقترب شيئا فشيئا من السلوك النهائي بهدف إحداث سلوك جديد.

ج. **السحب التدريجي أو التلاشي:** سلوك يتم حدوثه أثناء موقف ما مع إمكانية حدوثه في أشكال أخرى ومواقف آخري فيتم التغيير بشكل تدريجي للموقف الأول إلى الموقف الثاني ويختلف عملية السحب التدريجي عن التشكيل في انه يتضمن تدرجا في المثير أما في التشكيل فيكون التدرج في الاستجابة وتراجع أو التلاشي :يحدث السلوك في الوضع مع إمكانية أن يحدث في وظيفة أخرى من خلال تغيير تدريجي، وضبط المثير: ويقصد به إعادة ترتيب (تنظيم) البيئة من جانب الفرد لكي يقلل بعضا من سلوكياته.

اختيار المادة العلمية:

راعت الباحثة عند اختيار المادة العلمية ما يلي:

- أن تكون المادة مناسبة لأعمار الأطفال (عينة البحث)
- أن تكون المادة متفقة مع برامج وأنشطة رياض الأطفال وأهدافها التعليمية.
- أن تتفق وسمات المرحلة العمرية.
- أن تكون محددة ومناسبة مع طرق التدريس المتبعة بالبرنامج الحالي.

البرنامج الزمني:

حددت المدة الزمنية لبرنامج الأنشطة التربوية بناء على عدد الجلسات التدريبية التي اشتملها البرنامج والبالغة ستة عشرة جلسة، والتي استندت على افتراضات النظرية المعرفية السلوكية، ومن شأنها تنمية إدارة الانفعالات والمشاعر لدى عينة الدراسة، وقد اشتمل البرنامج على عدد من اللقاءات الهادفة المقدرة بعشر أسابيع بواقع ثلاث لقاءات لكل أسبوع تقريبا مع العلم أن مدة الجلسة الواحدة هي (٦٠) دقيقة مع الأخذ في الاعتبار أن المدة الزمنية تشمل تطبيق المقياس قبلياً وبعدياً بالإضافة إلى بعض التكرارات داخل الأنشطة.

جدول (٣)

جلسات البرنامج

م	العنوان	عدد الجلسات	الزمن	
١.	تعارف وتعريف بالبرنامج	١	٦٠	دقيقة
٢.	فهم مشاعر الآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
٣.	فهم الانفعالات الذاتية بدقة.	٢	١٢٠	دقيقة
٤.	معرفة الصفات الذاتية الإيجابية.	٢	١٢٠	دقيقة
٥.	القدرة على إنجاز ما يطلب من الفرد عمله.	٢	١٢٠	دقيقة
٦.	القدرة على النجاح رغم ما يصيب الفرد من صعوبات أو مشكلات.	٢	١٢٠	دقيقة
٧.	عدم الغضب بسهولة.	٢	١٢٠	دقيقة
٨.	أن يكون الفرد مصدر ثقة للآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
٩.	التأثر بردود فعل الآخرين من خلال التعابير اللفظية وغير اللفظية.	٢	١٢٠	دقيقة
١٠.	الشعور بالسعادة لإقامة صداقات مع الآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
١١.	الرغبة بالتعاون.	٢	١٢٠	دقيقة
١٢.	والقدرة على التأثير بالآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
١٣.	بناء الثقة بالنفس والآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
١٤.	تطويع انفعالات الآخرين	٢	١٢٠	دقيقة
١٥.	التواصل مع الآخرين.	٢	١٢٠	دقيقة
١٦.	الجلسة الختامية.	١	٦٠	دقيقة
	الإجمالي	٣٠	١٨٠٠	

صلاحية البرنامج للتطبيق من خلال عرض البرنامج على المحكمين

تم عرض البرنامج بصورته الأولية الذي يتكون من (١٦) عنو ان ويتفرع منه (١٩) جلسة على محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية ورياض الأطفال، بهدف التحقق من الآتي:

- دقة الصياغة اللفظية والعلمية للبرنامج.
- مدى مناسبة الفنيات والأنشطة المستخدمة لتنفيذ الجلسات.
- مدى مناسبة الأنشطة لتحقيق كل هدف.
- مدى مناسبة زمن كل جلسة.

قامت الباحثة بحصر آراء السادة المحكمين والتي تتمثل في المحاور السابقة، وتم إجراء التعديلات في ضوء المتطلبات السابقة وأصبحت جلسات البرنامج ١٦ جلسة.

خامسا: أدوات البحث: مقياس إدارة الانفعالات والمشاعر (إعداد الباحثة)

اولا: إعداد الصورة الأولية للمقياس: إدارة الانفعالات والمشاعر

لإعداد الصورة الأولية للمقياس، اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

- قامت الباحثة بمراجعة الإطار النظري والدراسات السابقة، كذلك عمدت الباحثة إلى الإفادة من بعض المقاييس السابقة التى دارت حول فهم وإدارة الانفعالات المشاعر من قبيل ماير Mayer (Salovey,1997) (٢٠٠٠)، وكتاب كيلر بانر (٢٠٠٤) مقياس ماير والوفي ومقياس بار-أون (٢٠٠٠)، ومقياس الذكاء العاطفي استنادا إلى نظريو جولمان وتم إستخدام مقياس ألعبيدي (١٩٩٩) ودراسة كوستيك و جورجي Kostiuk and Gregory2002 و Angold, A., Costello, E. J., Messer, S. C., & Pickles, A., Winder, F., & Silver, D. (1995) إلى أهمية فهم

العواطف (الأحاسيس- المشاعر) وعلى دوره الكبير في تنظيم الانفعال خصوصا لدى الأطفال.

- قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية على (٢٣) طفل وطفلة من نفس الفئة العمرية المستخدمة فى المعالجة التجريبية وقد سعت الباحثة إلى التحقق من الأهداف التالية: التعرف على مدى تقبل المبحوثين للأدوات المستخدمة لجمع بيانات البحث، والتحقق من وضوح عبارات المقياس ٠

- قد قامت الباحثة اعتمادا على الإطار النظري والدراسات السابقة إلى صياغة عبارة تقيس فهم وإدارة الانفعالات والمشاعر، وقد راعت الباحثة فى ذلك دقة وسهولة ووضوح العبارات، وعدم وجود عبارات مركبة تحمل أكثر من معنى٠

- قامت الباحثة بإعداد المقياس للتحكيم، ثم قامت بعرضه على خمسة محكمين من أساتذة الصحة النفسية والطفولة، وبناء على نتائج التحكيم تم استبعاد العبارات التي حصلت على نسبة موافقة أقل من ٧٥%، وعددها (٤) عبارات، كذلك تم تعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لآراء المحكمين. وبهذا استقر المقياس فى صورته الأولية على (٧٠) وكانت طريقة الإجابة على عبارات المقياس هي (تنطبق دائما، تنطبق احياناً، لا تنطبق). وقد قامت الباحثة بتقسيم المقياس وبعد استبعاد العبارات أصبح المقياس ١٩ عبارة للانفعالات ١٧ عبارة للمشاعر وكانت أبعاده على النحو التالي:

جدول (٤)

يوضح أبعاد مقياس أدارة الانفعالات والمشاعر لدى الطفل

م	الأبعاد	العبارات التي تقيسها
١	القدرة على فهم وتحليل الانفعالات.	١ ،٣ ،٥ ،٧ ،٩ ،١١ ،١٣ ،١٥ ،١٧ ،١٩ ،٢١ ،٢٣، ٢٥، ٢٧، ٢٩، ٣١، ٣٣، ٣٥، ٣٦
٢	القدرة على فهم وتحليل والمشاعر.	٢،٤، ٦ ،٨ ،١٠ ،١٢ ،١٤ ، ١٦ ،١٨ ،٢٠، ٢٢، ٢٤، ٢٦، ٢٨ ،٣٠، ٣٢ ،٣٤

ب-الخصائص السيكو مترية للمقياس:

- **صدق المقياس:** قامت الباحثة بحساب صدق وثبات المقياس كما يلى:

١- **صدق المحكمين:** تم تقدير صدق المحكمين، وقد سبق الإشارة إلى ذلك فى إعداد الصورة الأولية للمقياس.

٢-**الصدق الظاهرى:** قام الباحثة بتطبيق الصورة الأولية للمقياس على عينة استطلاعية (عينة التقنين) مكونة من (٢٣) طفل وطفلة من نفس الفئة العمرية المستخدمة فى المعالجة التجريبية وقد تم استبعادها من عينة التجريب، بهدف التعرف على مدى تفهم أفراد العينة الاستطلاعية لعبارات وتعليمات المقياس، وقد اتضح منها أن العبارات والتعليمات تتميز بالوضوح والفهم لجميع أفراد العينة.

٣- **صدق مفردات المقياس بطريقة الاتساق الداخلى:** وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس، ويوضح الجدول التالي نتائج هذا الإجراء:

جدول رقم (٥)

معامل الثبات بإستخدام ألفا كرو نباخ على عبارات مقياس إدارة الانفعالات والمشاعر

الأبعاد	الفاكرونباخ
القدرة على فهم وتحليل الانفعالات.	٠,٨٣**
القدرة على فهم وتحليل والمشاعر.	٠,٧٩**
المقياس ككل	٠,٨٩**

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بين أبعاد المقياس، والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على ثبات أبعاد المقياس٠

جـ-الصورة النهائية للمقياس:

وحيث إن عبارات المقياس جميعها تتصف بالصدق والثبات، فإنه لم يتم استبعاده حيث احتواء المقياس على (٣٦) عبارة منها ١٩ عبارة لقياس الانفعالات و١٧ عبارة للمشاعر وبذلك تصبح أجمالي عدد العبارات ٣٦ عبارة، ولكل عبارة ثلاث استجابات هي (تنطبق دائما= ٣، تنطبق أحيانا=٢، لا تنطبق=١).، وعلى هذا تكون الدرجة العظمى للمقياس (١٠٨) درجة، وتكون الدرجة الصغرى (٣٦). وتدل الدرجة العالية على ارتفاع أدارة الانفعالات والمشاعر، أما الدرجات المنخفضة فتدل على انخفاضه.

سادسا: الأساليب الإحصائية المستخدمة:

للتحقق من صحة فرض الدراسة، تم إستخدام بعض الأساليب الإحصائية التالية:

** مستوى الدلالة ٠,٠١

١. اختبار(ت) تم إستخدام: اختبار(ت) T. Test بين أفراد عينة البحث الحالي.

٢. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

٣. تم الاعتماد على حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية الإصدار (SPSS,v,21).

سابعا: نتائج الدراسة:

١- **نتائج الفرض الأول:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على البعد الأول "**عبارات إدارة المشاعر**" " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (٦) نتائج اختبار Independent Samples Test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي "لعبارات المشاعر"

علماً بان (ن= ٦٠)

التطبيق	المجموعات	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	قيمة الدلالة
المشاعر في القبلي	ضابط	٣٠	٢٠,٢٣	٢,١٩	٥٨	٠,٧٧	٠,٤٤	غير دال
	تجريبي	٣٠	١٩,٨٣	١,٨٠				
المشاعر في البعدي	ضابط	٣٠	٢٦,٠٣	٢,٦٥	٥٨	٤٠,٢٣	٠,٠٥	دال للتجريبية
	تجريبي	٣٠	٤٦,٩٣	١,٠٥				

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة على أبعاد مقياس أدارة الانفعالات والمشاعر "**لعبارات المشاعر**" على مستوي القياسين القبلي والبعدي

لصالح القياس البعدي. مما يعني اكتساب المهارات الخاصة بأبعاد إدارة المشاعر للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج عليهم، وبذلك يتم قبول الفرض الذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على البعد الأول "**عبارات إدارة المشاعر**" " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وبذلك يتحقق بهذه النتائج صحة الفر ض الأول.

٢- **نتائج الفرض الثاني:** لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على البعد الأول "عبارات إدارة المشاعر" لصالح القياس البعدي.

جدول (٧) نتائج اختبار (ت) paired samples t test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية بين القياسين البعدي والتبعي لبعد عبارات إدارة المشاعر. علماً بان (ن= ٣٠)

المجموعات	التطبيق	متوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
التجريبية	بعدي	٤٦,٩٣	١,٠٥	٢٩	١,٧٩	غير دالة
	تتبعي	٤٧,٠٣	١,٠٠			

يتضح من الجدول السابق انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس إدارة المشاعر في القياسين البعدي والتبعي. مما يعني ثبات تحقيق البرنامج على إدارة المشاعر للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج بثلاث أشهر، وبذلك يتم قبول الفرض الثاني من فروض الدراسة الفرض الذي ينص على انه لا توجد فروق ذات

دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على عبارات إدارة المشاعر فى القياسين البعدي والتبعي وبذلك تحقق هذه النتائج صحة الفرض الثاني.

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الأول والثاني

يتضح مما سبق أن هناك فرقاً دالاً إحصائياً فى أدارة المشاعر لدى أطفال المرحلة للمجموعتين فى التطبيق القبلي والبعدي للمقياس ككل، وذلك لصالح المجموعة التجريبية وكذلك فى القياس ألتتبعي في القدرة على إدراك المشاعر بدقة وقد قامت الباحثة بتنويع الأنشطة المستخدمة فى إدراك المشاعر، وقد اشتملت على مجموعة من القدرات المكثفة للتعرف على المشاعر في الوجوه أثناء تطبيق وتنفيذ الأنشطة، وإستخدام الأصوات التي تساعد الأطفال على أداراك المشاعر، وتنويع الصور المستخدمة أثناء تنفيذ النشاط، وقد استخدمت الباحثة أيضا أشكال مختلفة من الموسيقى ويتفق ذلك مع الدراسة التي أجراها سيث بولاك (Pollak,2000) ان إدراك المشاعر يتفاوت بين الأفراد. والانتهاك الجسدي قد يعوق قدرة الأطفال على إدراك التعبيرات المختلفة.

ومع ما قدمت الأنشطة من القدرة على مساعدة الأطفال على فهم أن هذه المشاعر الكبيرة)، هي جزء مهم من خطة الأنشطة المقدمة للأطفال من خلال إستخدام كلماتي أن أقول كيف أشعر وما أود أن يحدث.، وغالبا ما يحتاج الأطفال إلى الدعم وهم يتعلمون حل المشاكل ويجدون الحلول في المواقف الاجتماعية. وقد قدمت الباحثة ذلك من خلال مجموعة من الاستراتيجيات التي أمكن للأطفال إستخدام ها للمساعدة في العمل في وصف المشاعر العالقة، ودون تشتيت أنفسهم عن الوضع الأساسي، ومنحهم مساحة إذا كانوا يريدون ذلك وقد قامت الباحثة بالاعتماد على:

- منح الطفل القدرة على إستخدام المشاعر فى تسهيل التفكير والتعليل وقد قامت الباحثة بتوظيف الإستراتيجيات المختلفة في تعديل السلوك لإستخدام المشاعر.
- تنويع الأنشطة فى توظيف المعلومات التي تثير عاطفة الطفل أثناء النشاط وإستخدام الأنشطة المعرفية.
- دقة تنفيذ الأنشطة التي تمكن الطفل من التخطيط للنشاط قبل تنفيذه وأثناء التنفيذ بإستخدام الاستراتجيات لتعديل السلوك وذلك بتركيز الانتباه إلى عناصر المهام.
- تجنب المشتتات والتركيز على الكلمات والمعلومات المحددة فى النشاط الذي مكن الحالات المزاجية المختلفة من خلق المواقف العقلية بإستخدام التعليل الأكثر ملائمة لبعض أنواع المهام.
- القدرة على فهم المشاعر، وخصوصاً لغة المشاعر، والقدرة على تدبير أدارة المشاعر. وهذا يرجع إلى تنويع الأنشطة المستخدمة وأيضا المهام التي تم توزيعها على الأطفال أفراد العينة للمجموعة التجريبية والاستناد إلى الدراسات الحديثة التي أجريت حول تحليل المهام، وفى عملية تحديد الإجراءات المختلفة الخاصة بتحليل العمل ومهامها. والاعتماد عملية التطوير المستمرة، وجاءت نتيجة الدراسة الحالية متفقة مع نتائج دراسة كلٍ من(Roberts,Amy,etal,2016) دراسة (فاطمه عمر ،٢٠١٦) ودراسة (prinz,2006) ودراسة (Edwards, Nicole Megan,2012) ودراسة (Carolyn Saarni,2011) .

٣- **نتائج الفرض الثالث:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في

القياس البعدي على البعد الثاني " **عبارات إدارة الانفعـــالات** " " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (٨) نتائج اختبار Independent Samples Test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على البعد الثاني " عبارات إدارة الانفعالات "

علماً بان (ن= ٦٠)

التطبيق	المجموعات	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	قيمة الدلالة
القبلي	ضابط	٣٠	١٩,٨٣	١,٥٦	٥٨	٠,٥٤	٠,٥٩	غير دال
	تجريبي	٣٠	٢٠,٠٣	١,٣٣				
البعدي	ضابط	٣٠	٢٥,٦٧	٢,٥٤	٥٨	٥١,٤٨	٠,٠٥	دال للتجريبية
	تجريبي	٣٠	٥٤,١٠	١,٦٥				

يتضح من الجدول السابق وجـــود فـــروق ذات دلالـــة إحـــصائية بـــين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية علـــى مقيـــاس أدارة الانفعـــالات والمشاعر "عبارات أدارة الانفعالات "فى القياســـين القبلـــي والبعـــدي الـــصالح القياسين البعدي، مما يعني اكتساب المهارات الخاصة بأبعـــاد إدارة الانفعـــالات للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج عليهم، وبذلك يتم قبول الفرض الـــذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالـــة إحـــصائية عنـــد مـــستوي ٠،٠٥بـــين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على البعد الثاني " **عبارات إدارة الانفعالات** " " في القياس البعدي لصالح المجموعـــة التجريبية وبذلك يتحقق بهذه النتائج صحة الفر ض الثالث.

٤- **نتائج الفرض الرابع:** لا توجد فروق ذات دلالة إحـــصائية عنـــد مـــستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على عبارات إدارة

الانفعالات على مستوي القياسين البعدي والتبعي بعد شهر من إنتهاء إستخدام البرنامج.

جدول (٩) نتائج اختبار (ت) paired samples t test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية بين القياسين البعدي والتبعي على عبارات إدارة الانفعالات.

علماً بان (ن= ٣٠)

المجموعات	التطبيق	متوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
التجريبية	بعدي	٥٤,١٠	١,٦٥	٢٩	١,٦٨	غير دالة
	تتبعي	٥٣,٩٧	١,٦٣			

يتضح من الجدول السابق انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على عبارات إدارة الانفعالات فى القياسين البعدي والتبعي. مما يعني ثبات تحقيق البرنامج على عبارات الانفعالات للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج بشهر، وبذلك يتم قبول الفرض الرابع الذي ينص على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على عبارات إدارة الانفعالات فى القياسين البعدي والتتبعي وبذلك تحقق هذه النتائج صحة الفر ض الرابع وهذه النتائج تتفق مع دراسة Zeman J , **(2004)**،و دراسة بيروكال وآخرون (Berrocal, Alcaide, Extremera&) ، Pizarro, 2006

وترجع الباحثة النتائج السابقة الخاصة بإدارة الانفعالات:

- إدارة الانفعالات تلعب دوراً أساسياً فى الدوافع والاحتياجات المختلفة ومدى علاقتها بالأنشطة المتعددة التي يمارسها الطفل، بالإضافة إلى الآثار السلبية والإيجابية على العقل والحالة الجسدية والجوانب الاجتماعية لشخصية الطفل.
- تعدد الأنشطة المستخدمة كان لها دوراً هاماً بالغ الأثر في تنفيذ أنشطة الطفل لأنها كانت ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها.
- تعدد تقديم الأنشطة للأطفال وبإستخدام الفنيات المتنوعة قد ساعدت الطفل على إمتلاك المهارات الخاصة بإدارة انفعالاته.
- من خلال التنوع فى الأنشطة والنماذج المستخدمة (بعد كل شيء يتعلم الأطفال منا .عندما نصيح، يتعلمون الصراخ) ، وعندما نتكلم باحترام، يتعلمون الكلام باحترام .في كل مرة يتم تقديم نموذج أمام الطفل، وكيفية التحكم وقف نفسك عن العمل عندما كنت غاضبا، فكان ذلك يساعد الطفل على التنظيم الخاص بالانفعالات.
- ضرورة فهم شخصية الطفل فهي تساعد على أدارة انفعالاته مما يجعلهم يشعرون بالفة أفضل، من خلال التعاون فى تنفيذ النشاط
- ليس من الضروري أن يصرخ ليسمع، طريقة الدعم التي تقدم للطفل من خلال توجيه السلوك ومقاومة الرغبة في المعاقبة .
- إتضح أن الضرب دلاله على العجز، ولا تعطي الأطفال على المساعدة التي يحتاجونها مع مشاعرهم وانفعالاتهم، فتجنب الاستجابات غير

المناسبة لمثيرات الغضب وذلك لأن الفرد يستطيع أن يراقب الفكرة قبل أن تتحول إلى شعور وسلوك وبالتالي يحقق سيطرة أفضل على ذاته وعلى انفعالاته.

- قدرة الطفل ومساعدته على اكتساب وعي بما يشعر به من خلال التعرف على الوجوه، فهى طريقة فنية لممارسة هذه المهارة.

- تحديد الانفعالات وتعلم ما يشعرون به هو الخطوة الأولى قبل معرفة كيفية التصرف.

٥- **نتائج الفرض الخامس:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي والبعدي على " **مقياس الانفعالات والمشاعر ككل** " " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (١٠) نتائج اختبار Independent Samples Test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الانفعالات والمشاعر ككل.

علماً بان (ن= ٦٠)

التطبيق	المجموعات	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	قيمة الدلالة
القبلي	ضابط	٣٠	٤٠,٠٧	٣,١٦	٥٨	٠,٢٦	٠,٧٩	غير دال
	تجريبي	٣٠	٣٩,٨٧	٢,٧٠				
البعدي	ضابط	٣٠	٥١,٧٠	٤,٠٠	٥٨	٦٣,٠١	٠,٠٥	دال للتجريبية
	تجريبي	٣٠	١٠١,٠٣	١,٥٤				

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس الانفعالات والمشاعر ككل فى القياسين القبلي والبعدي لصالح القياسين البعدي مما يعني اكتساب المهارات الخاصة بالبرنامج إدارة الانفعالات والمشاعر للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج عليهم، وبذلك يتم قبول الفرض الذي ينص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية والضابطة في القياسين القبلي و البعدي على " **مقياس الانفعالات والمشاعر ككل** " " في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، وبذلك يتحقق بهذه النتائج صحة الفر ض الخامس.

٦- نتائج الفرض السادس: لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠،٠٥بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على " **مقياس الانفعالات والمشاعر ككل** " لصالح القياس البعدي.

جدول (١١) نتائج اختبار (ت) paired samples t test للفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية بين القياسين البعدي والتبعي على عبارات إدارة الانفعالات ككل. علماً بان (ن= ٣٠)

المجموعات	التطبيق	متوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
التجريبية	بعدي	١٠١,٠٣	١,٥٤	٢٩	٢,٩٢	غير دالة
	تتبعي	١٠١,٥٣	١,٦٣			

يتضح من الجدول السابق انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس إدارة الانفعالات والمشاعر ككل فى القياسين البعدي والتبعي. مما يعني ثبات تحقيق البرنامج للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج بثلاث أشهر، وبذلك يتم قبول الفرض السادس من فروض الدراسة الذي ينص على انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس إدارة الانفعالات والمشاعر فى القياسين البعدي والتتبعي وبذلك تحقق هذه النتائج صحة الفر ض السادس.

من العرض السابق للفرض الخامس والسادس وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (**الأحمدي محمد ،٢٠١٠**)، ودراسة Edwards, Nicole Megan,2012)) وترى من النتائج السابقة الباحثة ضرورة إنشاء مراكز لتحليل مشاعر وانفعالات الأطفال، تقديم الأدوات والأنشطة المتعددة للأطفال وسيلة لإطلاق سراح الطاقة السلبية مثل الضغط على الأشياء أو اللعب وتشكيل الصلصال، مع ضرورة إنشاء أداة للطفل لإستخدام ها عندما يشعرون بالقلق، وضع قائمة بأنشطة تخفيف التوتر التي يمكن أن يقوم بها طفلك عندما يشعر بالضيق أو الحزن أو الغضب .مثل قراءة الكتب على السرير، والاستماع إلى قصص بالصوت، ومن المهم وضع مبادئ توجيهية واضحة بشأن ما هو مقبول وما هو غير مقبول. في البيت، لا يسمح لنا أن تؤذي أو تكون مدمرة للآخرين أو ممتلكاتهم. وهذا يشمل إيذاء الآخرين بكلماتنا.

عاشرا: التوصيات

بناء على نتائج الدراسة الحالية، توصى الباحثة بما يلي:

- تنصح معلمات رياض الأطفال إستخدام الأساليب العلمية لتوعية طفل الروضة لفهم وإدارة المشاعر والانفعالات وذلك من خلال صياغة الأنشطة التربوية الصحيحة.
- تدريب العاملين بمرحلة رياض الأطفال إستخدام تصميم الأنشطة التربوية اللازمة لتوعية طفل الروضة لفهم وإدارة الانفعالات والمشاعر.
- تدريب العاملين بمرحلة رياض الأطفال إستخدام على آليات صياغة وتطبيق الأنشطة التربوية اللازمة لتوعية طفل الروضة لفهم وإدارة الانفعالات والمشاعر الفردية والجامعية.
- التواصل مع المجتمع من خلال إشراك أولياء أمور الأطفال في البرامج التأهيلية المقدمة لتوعية طفل الروضة لفهم وإدارة الانفعالات والمشاعر، وذلك من أجل استكمال تطبيق هذه البرامج داخل المنزل.
- ضرورة إنشاء مراكز لتحليل مشاعر وانفعالات الأطفال، تقديم الأدوات والأنشطة المتعددة للأطفال وسيلة لإطلاق سراح الطاقة السلبية مثل الضغط على الأشياء أو اللعب وتشكيل الصلصال، مع ضرورة إطلاق طاقات الطفل علي التواصل اللفظي وتخليصه من الخجل الذي يعوقه أحيانا من ممارسة الأنشطة.
- إستخدام برامج الأنشطة المتعددة لتنمية مهارات التذوق الموسيقي والفني عند الأطفال.
- الاستعانة بممارسة أنشطة الفنون والحركة والتعبير الحركي في فهم المشاعر والانفعالات.

- عمل جلسات حرة بين الأطفال والمعلمات أسبوعيا لإتاحة الفرصة للطفل على الكلام والتواصل والتعبير اللفظي الشفهي والتعبير غير اللفظي أيضا لما يمر به الطفل من مشاعر وانفعالات سارة أو غير ذلك على مدار اليوم وعلي مدار الأسبوع ووضع الحلول المناسبة لذلك مع اشتراكهم في اقتراح الحل (تدريب وورش عمل).

البحوث المقترحة:

- منهج أنشطة متعددة مقترح لفهم الانفعالات والمشاعر للأطفال ذوى صعوبات التعلم بالمستوي الثاني لرياض الأطفال .
- تأثيرات المعاملات الو الدية على التنمية العاطفية للأطفال.
- إستخدام برنامج لتنفيذ معايير التعليم المبكر وأثرها على الممارسات الصفية اللازمة للنمو الاجتماعي والتعلم العاطفي للطفل.
- تأثير برنامج قائم على استراتيجيات الإدارة الصفية وتعديل السلوك لتطوير وتعديل السلوكيات الانفعالية والعاطفية لدي أطفال الروضة.
- عمل دراسات لبحث أثر تعزيز العلاقات بين الوالدين والطفل لدعم الصحة النفسية والعاطفية للطفل.
- فعالية برامج قائمة علي التدريب الفني التشكيلي لفهم الأطفال مشاعرهم السارة وغير السارة .

المراجع

أولاً: المراجع العربية

١. أحمد علي بديوي (٢٠١١). أثر برنامج إثراء في تنمية مهارات الذكاء الوجداني لدى عينة من المتفوقين دراسيا في المرحلة العمرية (١٢:١٥) في ضوء نموذج دانيال جولمان .Danial Goleman**دراسات تربوية واجتماعية**، مصر،١٧(٢) ، ٤٣٣-٤٨٢.

٢. الأحمدي محمد بن عليثة (٢٠١٠). الذكاء الوجداني وعلاقته بالذكاء المعرفي والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطلاب، **اطروحة دكتوراه**، جامعة طيبة، المدينة المنورة.

٣. أسماء العطية، بتول خليفة، عماد حسن (٢٠٠٩) تشجيع المرح لأطفال ما قبل المدرسة مع وبدون عوائق اللغة في الأجواء الصفية، "نحو دعم أفضل لتنمية مهارات معرفة القراءة والكتابة لدى الأطفال الصغار"، الدوحة، **مؤتمر الطفولة الثاني**، كلية التربية، ١٧ – ١٨ يناير.

٤. إسماعيل إبراهيم محمد بدر (٢٠٠٤). والوالدية الحنونة كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لديهم. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع ١٥، ص ص١-٥٠.

٥. امل الخالد (٢٠١٤). إدارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المرشدين التربويين، **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، العراق، ع٤٣، ص١٤٩-١٧٣.

٦. اميرة خليل (٢٠١٤). أثر برنامج تدريبي لإدارة الانفعالات في خفض بعض المشكلات السلوكية لدى الأطفال المُعَاقين عقلياً القابلين للتعليم، **رسالة ماجستير**، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

٧. انشراح المشرفي، جنات عبد الغني (٢٠١٢). فاعلية برنامج أنشطة تربوية قائم على إستخدام إستراتيجية الحس الفكاهي في تحسين مفهوم الطفل اليتيم لذاته، **مجلة الطفولة والتنمية، مصر**، مج 5، ع ١٩، ص ٥٩- ١٠٠.

٨. إيمان عبد الله البنا (٢٠٠٣). الألكسيثيميا (صعوبة تحديد المشاعر) وأنماط التعامل مع الضغوط لدى عينة من طلبة الجامعة، **حوليات آداب عين شمس**، جامعة عين شمس، ١٧: ٣١- ٥٥.

٩. داليا محمد الألفي (٢٠١٢). الالكسيثيميا لدى عينة من المراهقين المصابين بتشتت الانتباه وفرط النشاط. **رسالة ماجستير**، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١٠. دلال عوض (٢٠١٦). **الثبات الانفعالي وإدارة الغضب**، دار من المحيط الى الخليج للنشر والتوزيع، عمان.

١١. **رأفت خطاب (٢٠١١)** فاعلية **برنامج تدريبي لإدارة الانفعالات في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال المعاقين عقلياً**، مجلة كلية التربية **(جامعة بنها)، مصر، مج ,22ع ٨٥، ص١٤٩-٢١٩.**

١٢. رشا عبد الفتاح الديدى (٢٠٠٥) **استبيان الذكاء الانفعالي**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية

١٣. سالم بن عبد الله الطويرقي (٢٠٠١)، النشاط المدرسي ماهيته ومجالاته ووظائفه، **اللقاء السنوي التاسع للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية**، جامعة الملك سعود، الرياض.

١٤. عبد الحليم محمود السيد وطريف شوقي فرج وعبد المنعم شحاتة محمود (2004) **علم النفس الاجتماعي المعاصر**، (ط٢)، القاهرة: ايتراك للنشر والتوزيع.

١٥. عثمان الخضر (٢٠٠٦). تصميم مقياس عربى للذكاء الوجدانى والتحقق من خصائصه السيكومترية وارتباطاته، **دراسات نفسية**، ١٦(٢)، ص. ص. ٢٥٩-٢٨٩

١٦. فاتن محمد أمين (٢٠٠٦). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء من الجنسين وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية في المرحلة العمرية من ١٣- ١٧ عاماً، **رسالة دكتوراه**، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

١٧. فاروق السيد عثمان، محمد عبد السميع رزق (٢٠٠١): الذكاء الانفعالي مفهومة وقياسيه، **مجلة علم النفس**، العدد ٥٨، السنة ١٥، القاهرة.

١٨. فايز أبو حجر (٢٠٠٣). أثر برنامج تعليمي على فاعلية تدريس العلوم في ضوء المهارات الحياتية علي معلمي العلوم والصحة: **رسالة ماجستير غير منشورة**. جامعة عين شمس القاهرة.

١٩. فايز أبو حجر (٢٠٠٦). برنامج مقترح في النشاط المدرسي لتنمية المهارات الحياتية في العلوم للمرحلة الأساسية في فلسطين: **رسالة دكتوراه غير منشورة**. جامعة عين شمس القاهرة.

٢٠. فتحي يوسف مبارك (١٩٨٢). دراسة تجريبية في المنهج المتكامل، عمل وحدة دراسية متكاملة وتقويم أثرها في تحديد أهداف المواد، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

٢١. فؤاد عيد الجوالده (٢٠١٣). فاعلية برنامج قائم على نظرية العقل في تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الإعاقات التطورية والفكرية، **دراسات العلوم التربوية**، المجلد٤٠ ملحق ١.

٢٢. فوقية محمد محمد راضي (٢٠٠٢). أثر سوء معاملة وإهمال الوالدين على الذكاء (المعرفي والانفعالي والاجتماعي) للأطفال. **المجلة المصرية**

للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، م ١، ع ٣٦، يوليو، ص ص ٢٧ – ٨٨.

٢٣. كيلر بانر (٢٠٠٤). **السيطرة على الاحاسيس والمشاعر وادارتها**، ط١، الدار العربية للعلوم، بيروت لبنان.

٢٤. لمياء زغير (٢٠١١). الوعي بالانفعال وعلاقته بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة الجامعة، **مجلة جامعة بابل للعلوم الصرفة**، المجلد ٢١، العدد٣.

٢٥. محمد اليماني الناغي (٢٠٠٧) فعالية الأنشطة الموسيقية في تنمية الذكاء الوجداني لدى طفل الروضة، **دراسات فى المناهج وطرق التدريس**، ع ١٢٠، مصر، ص ١٨٩-٢٢٧.

٢٦. محمد حبشي حسين (٢٠٠٣). البناء العاملي لمكونات الذكاء الانفعالي لدى عينة من المتفوقين وغير المتفوقين من طلاب التعليم الثانوي العام بإستخدام التحليل العاملي التحقيقي، **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، كلية التربية، جامعة المنوفية، ع ٢، السنة ١٨، ص ص ١٣٥- ١٩٥.

٢٧. محمد سعد العصيمي (١٩٩١م)، رؤية مستقبلية نحو تعزيز دور النشاط المدرسي في تطوير العملية التربوية، **مجلة التربية**، العدد ١٤، الإمارات العربية المتحدة، ص ص ١٢٧-١٣٥.

٢٨. محمد شعبان (٢٠١١). الالكسيثيميا وعلاقتها بسلوك المشاغبة لدى عينة من مراحل تعليمية مختلفة. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الفيوم.

٢٩. محمد عادل (٢٠١٠). أهمية المشاعر في العمل التربوي ،البيان، لندن، ص ٣٤-٣٦.

٣٠. محمد يونس (٢٠١٦). الحالات الانفعالية المميزة للتلاميذ المتنمرين مقارنة بالتلاميذ غير المتنمرين، **مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس:** مج. ١٤، ع. ١، ص ص. ١١١-١٤٠.

٣١. مسعد نجاح الرفاعي (٢٠١١). تنمية أساليب المواجهة لخفض الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للالكسيثيميا لدى عينة من الأطفال ذوي الأعراض الذاتية. **رسالة دكتوراه،** كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

٣٢. مصطفى على مظلوم (٢٠١١). الذكاء الانفعالى لدى المشاغبين وأقرانهم، ضحايا المشاغبة فى البيئة المدرسية، **المؤتمر الدولي حول العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة،** كليه التربية، جامعة بنها.

٣٣. مصطفى فهيم (٢٠٠٢م). **مهارات التفكير في مراحل التعليم العام،** دار الفكر العربي.

٣٤. مصعب محمد علوان (٢٠٠٩). تجهيز المعلومات وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية، **رسالة ماجستير غير منشورة،** كلية التربية، الجامعة الاسلامية: غزة.

٣٥. المغازي عجاج خيري (٢٠٠٢). **الذكاء الوجداني الأسس النظرية والتطبيقات،** مكتبة زهراء للنشر، القاهرة.

٣٦. نادية إبراهيم عبد القادر أبو السعود (٢٠٠٢). فعالية إستخدام برنامج علاجي معرفي سلوكي في تنمية الانفعالات والعواطف لدى الأطفال المصابين بالتوحدية وآبائهم، **رسالة دكتوراه،** معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

٣٧. هادي أحمد الفراجي (٢٠١٠) الأنشطة التربوية ودورها في تنمية مهارات الطلبة، **مجلة رسالة التربية** ، سلطنة عمان، ع ٣٠، ص ١٩١- ١٩٨.

٣٨. هادي أحمد الفراجي، وموسى عبد الكريم (٢٠٠٦) **الأنشطة والمهارات التعليمية**، دار كنوز المعرفة.

٣٩. هند الهاشمية (٢٠١٠) الأنشطة التعليمية أهميتها ودورها في العملية التعليمية التعلمية، **مجلة رسالة التربية**، سلطنة عمان، ع ٢٧، ص ١٠-١٥.

٤٠. ياسر على (٢٠١٥) تطوير الأنشطة التربوية في مرحلة رياض الأطفال في الوطن العربي، **المجلة التربوية** -الكويت، مج٢٩، ع١١٤، ص ١٠١-١٥٧.

ثانيا: المراجع الاجنبية.

41. Bekker, M. H. J., Croon, M.A., Van Balkom, E. G. V., & Vermee, J.B.G. (2008). Predicting individual differences in autonomy- Connectedness: The role of body awareness, alexithymia and assertiveness. **Journal of Clinical Psychology**, 64, 747- 765.

42. Berrocal, P., & Extremera, N. (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. **Journal of Psicothema**, 18, 7-12.

43. Braune, R., & Foshay, W. R. (1983). Towards a practical model of cognitive/information processing task analysis and schema acquisition for complex problem-solving situations. **Instructional Science**, 12(2), 121-145.

44. Carolyn Saarni(2011) Emotional Development in Childhood**, PhD**, Sonoma State University, USA.

45. Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. **Journal of Personality and Social Psychology**, 56, (2). 267-283.

46. Caswell, Nicole (2011) Writing Assessment: Emotions, Feelings, and Teachers ،CEA **Forum**, v40 n1 p57-70 Win-Spr.

47. Lyness, D'Arcy (2009) Encouraging Your Child's Sense of Humor, February 2009, kidshealth.org/parent/growth/learning/child_humor.html,

48. De Rick, A., & Vanheule, S. (2007). Alexithymia and DSM- IV personality disorder traits in alcoholic inpatients: A study of the relation between both constructs**. Personality and Individual Differences,** 43, 119- 129.

49. Diana Morelen,Michael Southam-Gerow,Janice Zeman(2016) Child Emotion Regulation and Peer Victimization: The Moderating Role of Child Sex, **Journal of Child and Family Studies**, June, Volume 25, Issue 6, pp 1941–1953

50. Edwards, Nicole Megan (2012) **Understanding Emotional Development: Helping Early Childhood Providers Better Support Familism**s *Dialog*, v15 n4 p355-370.

51. Elias, M. J. (2004). Strategies to Infuse Social and Emotional Learning into Academics. In J. E. Zins, R. P. Weissberg, M. C. Wang, & H. J. Walberg (Eds.), **Building academic success on social and emotional learning: What does the research say***?* (pp. 113-134). New York, NY, US: Teachers College Press.

52. Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire:Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults **. European Journal of Psychological Assessment** ,23(3),141- 149.

53. Garnefski, N; Kraaij, V., & Spinhoven,P.(2002). **Negative life events**, cognitive emotion regulation and depression Personality and Inividual Differences ,30,1311- 1327.

54. Gawali, K.(2012).Role of emotional intelligence in coping whith trauma .**Indian Streams Research Journal**,1(12),pp1-4.

55. Goleman., D. (1995) **Emotional intelligence:** why I can matter more the IQ Newyork Abantam books.

56. Health And Community (2012) **Emotional development: Understanding and managing feelings, Commonwealth of Australia, This work is copyright**. You may use this

work in accordance with the terms of licence avai at www.kidsmatter.edu.au

57. Kieran O'Hagan (2014)Identifying **Emotional And Psychological Abuse: A Guide For Childcare Professionals**, by Amazon.com. Gift-wrap available.

58. Mayer, D, J, salovey, p, Caruso,D and sitarenios, G.(2003): **measuing Emotional intelligence with the MSCEITV 2.0**,Emotion, 3.

59. Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P.Salovey & D. Sluyter (Eds.), **Emotional development and emotional intelligence: Educational implications** (pp. 3–31). New York: BasicBooks

60. Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2000). **Models of emotional intelligence. In R. J. Sternberg (Ed.), Handbook of intelligence** (pp. 396–420). Cambridge, England: Cambridge University Press

61. Morgan, Jeffrey (2015). Emptiness and the Education of the Emotions**,Educational Philosophy and Theory**, v47 n3 p291-304 2015

62.. Roberts ,Amy M, Jennifer Locasale,Crouch, , Jamie DeCoster (2016) .Exploring Teachers' Depressive Symptoms, Interaction Quality, and Children's

Social-Emotional Development in Head Start,**Early Education and Development,** v27 n5 p642-654 .

63. Rouhiainen, Leena; Hamalainen, Soili(2013).Emotions and Feelings in a Collaborative Dance-Making Process**, International Journal of Education & the Arts**, v14 n6 May .

64. Salovey, P. & Mayer, J. (1990): Emotional Intelligence, Imagination. Cognition and Personality. Y.S.A.

65. Suveg C, Zeman J.**(2004) Emotion regulation in children with anxiety disorders,** Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology 33(4):750-9

66. Yetman, Michelle M..(2000). Peer Relations & Self-esteem Among Deaf Children in a Mainstream School Environment, Thesis **(Ph. D.),** Gallaudet University, 2000. Includes bibliographical references (leaves 97-108).