

فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره على الأمن النفسي لأطفالهن

إعداد:

أ.م.د/نجلاء فتحي أحمد عبد الحليم^١

مستخلص البحث:

هدف البحث إلى (التحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية (البعد الاجتماعي- البعد النفسي - البعد الجسمي - البعد الروحي) لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية). التحقق من أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على الأمن النفسي (البعد الذاتي-البعد الأسري-البعد المدرسي-البعد الاجتماعي) لأطفالهن. التحقق من استمرارية فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه، التحقق من استمرارية أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على الأمن النفسي لأطفالهن بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه.

وتكونت عينة البحث الأساسية من (٢٠ أم) مقسمين الي (١٠) أمهات كمجموعة تجريبية و(١٠) أمهات كمجموعة ضابطة وأطفالهن، تراوحت أعمار الأمهات ما بين(٢٥-٤٠) سنة وتراوحت الأعمار الزمنية لأطفالهن ما بين(٦-٨) سنوات وأعمارهن العقلية من(٣-٤) سنوات. واستخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، ذو المجموعتين التجريبية والضابطة.

وتكونت أدوات البحث من (مقياس الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة)، مقياس الأمن النفسي المصور لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة)، مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية إعداد (حسن، ٢٠١٨)، برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره على الأمن النفسي لأطفالهن (إعداد الباحثة).

وأوضحت نتائج البحث: (فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي في تحسين الصحة النفسية (البعد الاجتماعي- البعد النفسي- البعد الجسمي- البعد الروحي) لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية واستمرار الفعالية بعد مرور فترة زمنية من تطبيقه (شهر)، وأثر ذلك في تحسين مستوى الأمن النفسي (البعد الذاتي- البعد الأسري- البعد المدرسي- البعد

^١ أستاذ علم نفس الطفل (تربية خاصة) المساعد بقسم دراسات الطفولة - كلية الدراسات العليا للتربية - جامعة القاهرة

الاجتماعي) لدي أطفالهن واستمرار التأثير بعد مرور فترة زمنية من تطبيقه (شهر) علي أمهاتهم، نسبة تحسن الصحة النفسية لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة مما يشير الي تأثرهن بالبرنامج تأثرا كبيرا مما يمكن تعميم استخدام البرنامج ونتائجه على نفس خصائص المرحلة العمرية للعينة المستخدمة في البحث، نسبة تحسن الأمن النفسي لدي أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة مما يشير الي تأثر أمهاتهم بالبرنامج تأثرا كبيرا مما يمكن تعميم استخدام البرنامج ونتائجه على نفس خصائص المرحلة العمرية للعينة المستخدمة في البحث).

الكلمات الدالة:

برنامج إرشادي جماعي- التدفق النفسي- الصحة النفسية - الأمن النفسي- أطفال مرحلة التهيئة - أمهات أطفال مرحلة التهيئة - مدارس التربية الفكرية.

The effectiveness of a group counseling program based on psychological flow to improve psychological health of mothers of children in the preparation stage in schools of intellectual education and its impact on the psychological security of their children

By:

Dr. Naglaa Fathy Ahmed Abd El-Halim²

Summary of the research:

The aim of the research is to (Verifying the effectiveness of a group counseling program based on psychological flow to improve psychological health (social dimension - psychological dimension - physical dimension - spiritual dimension) for mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education. Verifying the impact of improving the psychological health of mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education on the psychological security (self-dimension - family dimension - school dimension - social dimension) for their children. Verifying the continuity of the effectiveness of a group counseling program based on psychological flow to improve the psychological health of mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education after a period of time (one month) has passed., from its application. Verifying the continuity of the effect of improving the psychological health of mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education on the psychological security of their children after a period of time (a month) has passed from its application)

The basic research sample consisted of (20 mothers) divided into (10) mothers as an experimental group and (10) mothers as a control group and their children. The ages of the mothers ranged between (25-40) years and the chronological ages of their children ranged between (6-8) years and

² Assistant Professor of Child Psychology (Special Education) in the Department of Childhood Studies - Faculty of Graduate Studies of Education - Cairo University

their ages Mental age (3-4) years. The researcher used the semi-experimental approach, with two experimental and control groups..

The research tools consisted of (Measure of psychological health for mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education (prepared by the researcher), measure of psychological security illustrated for children of the stage of preparation in schools of intellectual education (prepared by the researcher), measure of estimating the socio-economic and cultural level of the Egyptian family prepared by (Hassan, 2018).A group counseling program based on psychological flow to improve the psychological health of mothers of children of the preparation stage in schools of intellectual education and its impact on the psychological security of their children (prepared by the researcher).

The results of the research showed: (The effectiveness of a group counseling program based on psychological flow in improving psychological health (social dimension - psychological dimension - physical dimension - spiritual dimension) for mothers of children in the preparation stage in schools of intellectual education and the continuation of the effectiveness after a period of time has passed from its application (a month)., and its impact on Improving the level of psychological security (the self-dimension - the family dimension - the school dimension - the social dimension) for their children and the continuity of the effect after a period of time (one month) has passed on their mothers. The percentage of psychological health improvement among mothers of children in the preparation stage in schools of intellectual education is large, which indicates They are greatly affected by the program, which can generalize the use of the program and its results on the same characteristics of the age group of the sample used in the research. The percentage of psychological security improvement among children of the preparation stage in schools of intellectual education is large, which indicates that their mothers have been greatly affected by the program, which can generalize the use of the program and its results on the same characteristics The age group of the sample used in the research).

Keywords:

A group Counseling Program - Psychological Flow - Psychological Health - Psychological Security - Children of The Preparation Stage - Mothers of Children of The Preparation Stage - Schools of Intellectual Education

مقدمة:

يعد ولادة طفل معوق عقليا بداية لسلسلة من الضغوط النفسية لدى الوالدين عامة، والأمهات خاصة؛ باعتبار أن الأم هي الأقرب من طفلها وتقضي معه ساعات طويلة وقد يصدر عنه سلوك غير مرغوب فيه كأن يسبب الأذى لنفسه أو للآخرين مما يحمل الأم أعباءً زائدة، بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من شعور بالذنب والضيق والخجل والاكنتاب والغضب والقلق والحزن والأسى ولوم الذات أو إلقاء اللوم على الآخرين والخوف على مستقبل الطفل فضلاً عن استبعاد الوالدين إمكانية بعض النجاحات التي كانا يتمنيان رؤيتها في طفلها. وهكذا تخفي كثير من الآمال والأحلام والتوقعات المرتبطة بالطفل عند اكتشاف إعاقته، ولا شك أن تعرض الوالدين للضغوط الشديدة قد يؤدي بهم إلى العديد من الآثار السلبية على المستوى الفسيولوجي والنفسي؛ فقد أشارت دراسة الوكيل (٢٠١٥) عن الضغوط والحاجات النفسية والاجتماعية لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعوقين عقليا إلى اعتقاد الآباء والأمهات أنه من المستحيل أن يقبلوا إعاقة طفلهم، وذلك ينعكس سلبا على الصحة النفسية للوالدين ومنهما إلى الأمن النفسي لطفلهم. وأشارت دراسة Aniruddh (Prakash Behere.et.al,2017) التي هدفت إلى تحديد تأثير البناء الأسري على الصحة النفسية للأبناء المعوقين إلى أن ولادة طفل معوق عقليا يمثل صدمة في الأسرة كذلك أشارت دراسة أرزقي (٢٠٢١) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاحتراق النفسي و الأعراض النفس جسدية لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا. ولذا فالأسرة بوجه عام والأمهات بوجه خاص في حاجة إلى الإرشاد والتوجيه وخاصة أمهات أطفال مرحلة التهيئة نظرا لصغر عمر الأطفال في هذه المرحلة سواء عمرهم الزمني أو عمرهم العقلي و لا يستطيعوا التعبير عن احتياجاتهم مما يصعب المهمة علي أمهاتهم، و تعد أساليب الإرشاد، ومن بينها الإرشاد الجماعي عنصرا هاما وجوهريا في عملية التربية؛ حيث يساعدن على فهم أنفسهن ومعرفة قدراتهن وإمكانياتهن وتطويرها، وتحديد مشكلاتهن وحاجاتهن، ومعرفة الفرص المتاحة لهن حتى يصلن إلى الشعور بالتوافق اجتماعيا ونفسيا وجسميا وروحيا، كما يساعدن في تجاوز الضغوط التي يعانين منها ليتمكن من مواصلة الحياة وأداء أدوارهن المتعددة بكفاءة. وهذا ما أشارت إليه (حسين، ٢٠١٣) في دراستها عن وعي المرأة بأساليب مواجهة الضغوط وعلاقته بالاستقرار الأسري، وأيضا دراسة (Tulyamuleba, R.) (2023)، التي أشارت إلى أن وجود طفل معوق عقليا بالأسرة مسؤولية كبيرة فهو بحاجة إلى رعاية وحماية خاصة من الوالدين وخاصة الأم لذا فهي تمر بجملة من الضغوط النفسية والانفعالية تؤثر علي صحتها النفسية لذا فهي بحاجة إلى الإرشاد والمساندة لمواجهة إعاقة طفلها والعمل علي الحد من تأثيراتها النفسية لما له من دور مهم في تحسين صحتها النفسية.

ويعد هذا جزءا لا يتجزأ من برامج رعاية الأطفال المعوقين عقليا وخط الدفاع الأول للوقاية من الاضطرابات النفسية لديهم، وانطلاقاً من كون الأسرة مصدراً رئيساً لما قد يعانیه الطفل المعوق عقليا من اضطرابات فإن تقديم برامج لأسر هؤلاء الأطفال قد تسهم في الحد من تلك الاضطرابات والتي قد تعوق أمنهم النفسي، وعلي هذا ومن منطلق دور الأمهات الرئيس في حياة أطفالهن

وتأثيرهن البالغ علي سلوك أطفالهن جاء هذا البحث لإعداد برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية لكونه قد يعود بالتأثير الإيجابي علي الأمن النفسي لأطفالهن فيتم تعديل وتغيير ما هو سلبي وتعزيز وتدعيم ما هو إيجابي، فالتدفق النفسي من المفاهيم النفسية ذات المضامين الإيجابية التي تحتاجها مهات الأطفال المعوقين عقليا، فهو من القوى الإيجابية التي تصل بهن إلى أعلى درجة توظيف للطاقة النفسية لديهن، وبصاحبها حالة رضا وسعادة مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية، فكلما كانت الأم أكثر توافقا مع نفسها كلما كانت أكثر صحة نفسية وأكثر تقبلا لطفلها المعوق عقليا وبالتالي يصبح الطفل أكثر أمنا نفسيا. وهذا ما أشار اليه (Park, S. K., & Lee, S. M., 2023) ؛ (كاهنة والحسين، ٢٠٢١) في دراستهم عن أهمية أساليب المعاملة الوالدية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للطفل.

أولا: مشكلة البحث وخطة دراستها:

الإحساس بمشكلة البحث:

نبع الإحساس بمشكلة البحث من خلال مجموعة مصادر أهمها ما يلي:

١- ملاحظات الباحثة ومقابقتها لمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

أثناء إجراء الباحثة عدد من البحوث التي تطلبت مقابلة مهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، لاحظت رد فعل مهات أطفال مرحلة التهيئة تجاه أطفالهن يشبه -الي حد ما-رد فعل إنسان فاقد الأمل والطموح، فقامت بإجراء مناقشات مع بعضهم فأبدوا مجموعة من الأسباب تكمن وراء هذه الملاحظة والتي ترجع الي صدمتهن القاسية وتحطيم أحلامهن حول طفلهن الذي كن ينتظرانه فقد كن يتطلعن بميلاد طفل سوي ويحملن بشكله ويفكرن في تعليمه ومستقبله بالإضافة الي الكثير من المشاكل العاطفية والسلوكية والاجتماعية والاقتصادية التي تؤثر على مجري حياتهن بسبب ميلاد طفلهن المعوق لذلك يسود الحزن الشديد والقلق بين أفراد الأسرة إضافة الي التوتر النفسي والخوف من المستقبل وعدم الاستقرار وأصبحت النظرة سوداوية الي الحياة وممزوجة بالكآبة والغم والمرارة وفقدان الأمل. وقد أشارت لهذه الملاحظة نتائج دراسة (توفيق، ٢٠١٨) عن تفاعل الشفقة بالذات والرضا عن الحياة على قلق المستقبل لدي مهات الأطفال المعاقين عقليا.

فوجود طفل معوق عقليا في الأسرة يتطلب إعادة تنظيم شامل للأسرة وروتينها اليومي وأوقات أنشطتها الاجتماعية مما يؤثر على كل عضو فيها وخاصة الأم فيكون عبئا ثقيلا عليها فهي التي من واجباتها الاعتناء به وتلبية احتياجاته التي لا يستطيع القيام بها مما يؤثر على رعايتها لباقي أفراد الأسرة وهذا الأمر بالتعبية يشعر الأم بعدم التوافق النفسي بسبب ثقل المسؤولية عليها وهذا يجعلها في حيرة بين متطلبات طفلها المعوق عقليا وبقية أفراد الأسرة.

لذا فحالة الأم تحتاج الي التدخل السريع من خلال الإرشاد للحد من ردود فعلها السلبية تجاه طفلها المعوق عقليا لتحقيق استقرار الأسرة وحمايتها من التفكك وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية وتقبل الإعاقة لديها والذي قد ينعكس بالتعبية علي الأمن النفسي لطفلها المعوق عقليا.

٢- ما توصلت إليه نتائج دراسات سابقة:

- وقد دعم ملاحظات الباحثة ما توصلت اليه نتائج دراسات سابقة منها:
- نتائج دراسة بوساحة (٢٠١٨) التي توصلت الي وجود فروق في مستوي الصحة النفسية لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا بحسب (جنس المربي)، وعدم وجود فروق في مستوي الصحة النفسية لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا بحسب (الحالة الاجتماعية، المستوي التعليمي، الخبرة المهنية) لديه. وأوصت بتحسين الصحة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين عقليا.
 - نتائج دراسة (Karimi, Z. et.al., (2019) التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي في تحسين الرضا عن الحياة لدي مقدمي الرعاية للأطفال المعوقين. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية مع مقدمي الخدمة للأطفال المعوقين.
 - نتائج دراسة أبو وردة (٢٠٢٠) التي توصلت الي فعالية جلسات إرشادية قائمة على أساليب المواجهة في خفض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعوقين عقليا. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية في خفض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعوقين عقليا
 - نتائج دراسة العرعير (٢٠٢١) التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي في خفض مستوي الوصمة المدركة لدي الأمهات وأثره على أطفالهن ذوي متلازمة داون. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية مع أمهات الأطفال المعوقين عقليا وأطفالهن.
 - نتائج دراسة (Alavi, S. S. et.al., (2021) التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي جماعي في تحسين جودة الحياة والصحة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية الجماعية في تحسين جودة الحياة والصحة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين.
 - نتائج دراسة (Keleynikov, M. et.al,(2023) التي أشارت الي الضغوط النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها أسرة الطفل المعوق عقليا والتي تؤدي بها الي الانهيار النفسي ولذا وجب علي أفرادها أن يغيروا من سلوكياتهم وتنظيم عواطفهم باستخدام استراتيجيات تنظيم العواطف التكيفية ليواجهوا المواقف بشكل إيجابي ليكونوا أكثر فاعلية لحياة ناجحة وتوافق نفسي وبالتالي التخلص من الصراعات النفسية والتمتع بالصحة النفسية. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية مع أسر الأطفال المعوقين عقليا وأطفالهن.
 - نتائج دراسة (Zabidi, A. S. et.al,(2023) التي توصلت الي وجود فروق بين جودة حياة أسر الأطفال المعوقين عقليا وجودة حياة أسر الأطفال غير المعوقين لصالح أسر الأطفال غير المعوقين. وأوصت باستخدام البرامج الإرشادية مع أسر الأطفال المعوقين عقليا لتحسين جودة حياتهم.
- إضافة إلى قيام الباحثة بالبحث والاطلاع على عدد بحوث ودراسات سابقة حيث وجدت أن هناك ندرة في الأبحاث والدراسات التي تناولت تقديم برامج إرشادية لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وتقيس أثر ذلك علي الأمن النفسي لأطفالهن، كما أنه في حدود علم الباحثة لا يوجد بحث واحد عربي أو أجنبي تناول تحسين الصحة النفسية لأمهات

أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثرها على الأمن النفسي لأطفالهن عن طريق استخدام برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي.

مشكلة البحث:

ان تحقيق الصحة النفسية يساعد الإنسان علي مواجهة صعوبات الحياة للوصول الي الحياة الهانئة الهادئة المليئة بالسعادة، كما ترتبط الصحة النفسية بقدرة الإنسان علي التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وتتأثر درجة الصحة النفسية لدي الإنسان إيجابا أو سلبا نتيجة للمؤثرات التي تؤثر علي العقل والجسم حيث تتعطف هذه المؤثرات بالإنسان وصحته النفسية نحو السواء أو اللاسواء، وهو ما يرسم ملامح وطبيعة حياته ومستقبله (رضوان، ٢٠٢١)، ولعل من العوامل التي تؤثر علي الصحة النفسية لدي الإنسان بشكل كبير هي التأثير السيئ الذي يحدثه وجود فرد معوق، فوجود طفل من ذوي الإعاقة في الأسرة يؤثر سلبا علي الطفل المعوق نفسه وعلي جميع أفراد الأسرة حيث تعتبر رعاية وتربية الأطفال من ذوي الإعاقة أمرا صعبا وضاعطا علي الأسرة ككل، وخاصة الأطفال المعوقين عقليا فهم بحاجة الي رعاية وحماية خاصة من الوالدين ولهذا فهما يمران بجملة من الضغوط النفسية والانفعالية ويشعرون بالحزن لأنه تغيرت الصورة التي كانا يحملانها لطفلها، فقد أوضحت نتائج دراسات عديدة أن والدي الأطفال المعوقين عقليا يتعرضن لمستويات عالية من الضغوط النفسية وأنهم بحاجة إلى برامج إرشادية للوصول بهم إلى أعلى مستويات الصحة النفسية لما قد يكون له من أثار إيجابية على الأمن النفسي لدى أطفالهن. ومنها دراسة (عبد الفتاح، ٢٠١٨) والتي أشارت الي فعالية برنامج إرشادي أسري في تخفيف الضغوط الحياتية لأسر الأطفال المعوقين عقليا ؛ دراسة (جابر، ٢٠١٩) والتي أشارت الي وجود علاقة بين الذكاء الروحي واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدي عينة من أسر الأطفال المعوقين عقليا؛ دراسة (قليل، ٢٠٢١) والتي أشارت الي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا ؛ دراسة (غرزولي و توفيق، ٢٠٢٢) والتي أشارت الي مستوي الاحتراق النفسي القوي لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا ؛ دراسة (صافه، ٢٠٢٢) والتي أشارت الي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات و الاحتراق النفسي لدي مربى الأطفال المعوقين عقليا. كما أوضحت نتائج بعض الدراسات أن أمهات الأطفال المعوقين عقليا يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة بالمقارنة بالأباء ومنها دراسة(مريم العنزي، ٢٠١٩) والتي أشارت الي معاناة أمهات الأطفال المعوقين عقليا من الاضطرابات النفسية وأنهن في حاجة الي الإرشاد لزيادة مهارات التعايش بواقعية لديهن مع أطفالهن ؛ دراسة(عدانكة، ٢٠١٩) والتي أشارت الي معاناة أمهات الأطفال المعوقين عقليا من الضغوط النفسية وهن في حاجة الي التدريب علي استراتيجيات إيجابية لمواجهة الضغوط النفسية التي يعانون منها، دراسة(حسنين، ٢٠٢٢) والتي أشارت الي معاناة أمهات الأطفال المعوقين عقليا من الاحتراق النفسي وهن في حاجة الي الإرشاد لتخفيف الاحتراق النفسي لديهن مما يؤثر إيجابيا علي جودة حياتهن، ويمكن تبرير ما تعانيه الأم من ضغوط نفسية مرتفعة إلى كونها الأقرب لطفلها المعوق عقليا ودورها المهم في حياته، فهي أكثر أفراد الأسرة قلقاً

عليه واهتماماً به وحرصاً على إشباع حاجاته اليومية، وتؤثر الصحة النفسية التي يتسم لها الوالدان وبخاصة الأم على توافق طفلها المعوق عقلياً وأمنه النفسي، فقد أشارت نتائج دراسات عديدة على أن المشكلات السلوكية وسوء التوافق لدى الطفل المعوق عقلياً ترجع إلى الضغوط النفسية التي يتعرض لها الوالدين. ومنها دراسة (Awat Feizi, 2014, et.al,) التي أشارت الي التأثير السلبي للضغوط الوالدية علي التوافق النفسي للوالدين، (الطيب وآخرون، ٢٠١٥) والتي أشارت الي علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالانسحاب الاجتماعي لدي الأطفال المعوقين عقلياً، دراسة (حميدة و محمد، ٢٠١٨) والتي أشارت الي اتجاهات الوالدين نحو أطفالهم المعوقين عقلياً وعلاقتها بسلوكهم التكيفي وبعض المتغيرات الديموغرافية لذا فإن إرشاد الوالدين - وخاصة الأم - ومساندتهما لمواجهة تلك الضغوط والعمل على الحد من تأثيراتها النفسية وتحسين صحتها النفسية يمكن أن يلعب دوراً مهماً في تحسين توافق طفلها المعوق عقلياً ويؤثر في تمتعه بالأمن النفسي وقد أشارت دراسات عديدة الي فعالية برامج الإرشاد في التخلص من الضغوط النفسية وتخفيف الاحتراق النفسي وتحسين جودة الحياة لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً ومنها دراسة (Sebahat Gozum, 2009, Sonay Bilgin,)، والتي أشارت الي فعالية برنامج إرشادي في الحد من الإرهاق لدي أمهات الأطفال المعوقين عقلياً؛ (Muhammad Waqar Azeem, 2013, et.al.) والتي أشارت الي فعالية برنامج إرشادي في تخفيف أعراض القلق والاكتئاب لدي أمهات الأطفال المعوقين عقلياً؛ (حميد الدين، ٢٠١٨) التي أشارت الي فعالية برنامج إرشادي في تحسين القدرة علي مواجهة الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعوقين عقلياً؛ دراسة (شاهين، ٢٠٢٠) والتي أشارت الي دور الإرشاد النفسي في تحسين جودة الحياة لأمهات الأطفال المعوقين؛ دراسة (حسنين، ٢٠٢٢) والتي أشارت الي فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الاحتراق النفسي لدي أمهات الأطفال المعوقين عقلياً (القابليين للتعلم) وتحسين درجة الشعور بجودة الحياة الأسرية لديهن؛ دراسة (WangqianFu, et.al, 2023) والتي أشارت الي دور الدعم الاجتماعي في مواجهة ضغوط الوالدية لدي والدي الأطفال المعوقين عقلياً.

فهذا جميعه دفع الباحثة إلى القيام بتصميم برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي يهدف الي تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وقياس أثره علي الأمن النفسي لأطفالهن المعوقين عقلياً
و دراسة هذه المشكلة يتطلب الإجابة عن التساؤلات الرئيسة التالية: -

أسئلة البحث:

- ما فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية؟
- ما أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي الأمن النفسي لأطفالهن؟

ينبثق من التساؤلات الرئيسية عدة أسئلة فرعية على النحو التالي:

- ١- ما فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين (البعد الاجتماعي، البعد النفسي، البعد الجسمي، البعد الروحي) للصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية؟
- ٢- ما أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالأمن النفسي (الذاتي، الأسري، المدرسي، الاجتماعي) لأطفالهن؟
- ٣- ما فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه؟
- ٤- ما أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي الأمن النفسي لأطفالهن بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه؟

أهداف البحث:

هدف البحث الي:

التحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية (البعد الاجتماعي- البعد النفسي -البعد الجسمي -البعد الروحي) لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

- ١- التحقق من أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي الأمن النفسي (البعد الذاتي-البعد الأسري-البعد المدرسي-البعد الاجتماعي) لأطفالهن.
- ٢- التحقق من استمرارية فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه.
- ٣- التحقق من استمرارية أثر تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي الأمن النفسي لأطفالهن بعد مرور فترة زمنية (شهر) من تطبيقه.

أهمية البحث:

يعد الاهتمام بالصحة النفسية للفرد من القضايا الرئيسة الملحة التي تفرض نفسها علي المجتمع الإنساني ككل، وتكمن أهمية الصحة النفسية بأنها جزء لا يتجزأ من الصحة العامة وتسعي الصحة النفسية جاهدة للوصول بالفرد الي الرضا والانسجام الاجتماعي والنفسي والجسمي والروحي لتحقيق مستويات عالية من العلم والمعرفة والمرأة الحاضنة الأولى لكل فئات المجتمع والاهتمام بها من أولويات المجتمعات المتقدمة، وأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة عليهن ضغوط نفسية واجتماعية شديدة نتيجة وجود طفل معوق خاصة في المراحل الأولى لاكتشاف الإعاقة وما يترتب عليها من ضغوط نفسية عادية مثل أي أسرة بالإضافة الي الضغوط الناتجة عن إعاقة هذا الطفل مما يؤثر علي صحتهم النفسية، فوجود طفل معوق بالأسرة من الأسباب التي تعكر صفو الحياة وتحتاج الأسرة وخاصة الأم-الي نوع من الإرشاد النفسي ويعد التدفق النفسي أحد استراتيجيات الإرشاد

النفسي الإيجابي التي تمثل نموذجا للصحة النفسية الإيجابية التي تساهم في تحسين جودة الحياة، لذا فإن إرشاد الأم في ضوء برنامج قائم على التدفق النفسي ومساندتها لمواجهة تلك الضغوط والعمل على الحد من تأثيراتها النفسية يمكن أن يلعب دوراً مهماً في تحسين صحتها النفسية وتقبلها لطفلها ومن ثم تحسين الأمن النفسي لطفلها المعوق.

الأهمية النظرية:

- ترجع أهمية البحث من تناوله لفئة مهمة من فئات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وهم أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأمهاتهم
- تقديم إطار نظري لمفاهيم حديثة وهي التدفق النفسي، الصحة النفسية، الأمن النفسي، الإرشاد الجماعي، أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأمهاتهم يثري المكتبة العربية والسيكولوجية.

- تسليط الضوء على أهمية الإرشاد الجماعي والتدفق النفسي في تحسين الصحة النفسية لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

الأهمية التطبيقية:

- المساهمة في تسهيل مهمة أسر أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية والقائمين على برامجهم من خلال إرشادهم الي الطرق الصحيحة للتواصل مع أطفالهم وتدريبهم عليها من خلال برنامج البحث.

- توفير مجموعة من المقاييس المناسبة لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية لقياس الصحة النفسية لديهم والأمن النفسي لأطفالهن.

- قد تقيد نتائج البحث مدارس التربية الفكرية والجمعيات والهيئات والمؤسسات المهتمة بأطفال مرحلة التهيئة، حيث ان برنامج البحث يعد برنامجاً أسرياً يساعد أسر هؤلاء الأطفال في تعاملهم معهم وتقبلهم لهم وتكيفهم مع واقعهم المحيط بهم.

محددات البحث:

- المحددات البشرية: يتكون المجتمع الأصلي للبحث من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية. وبلغ العدد الكلي لعينة البحث الأساسية (٢٠ أم) مقسمين الي (١٠) أمهات كمجموعة تجريبية و(١٠) أمهات كمجموعة ضابطة وأطفالهن.

- المحددات المكانية: تم تطبيق البحث بمدرسة التربية الفكرية بمركز أجا بمحافظة الدقهلية.

- المحددات الزمنية: تم تطبيق أدوات البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢

- المحددات الموضوعية: اقتصرت على الصحة النفسية (الجانب الاجتماعي، الجانب النفسي، الجانب الجسمي، الجانب الروحي)، الأمن النفسي (الجانب الذاتي، الجانب الأسري، الجانب المدرسي، الجانب الاجتماعي).

مصطلحات البحث الإجرائية:

برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي:

A group counseling program based on psychological flow

تعرفه الباحثة إجرائيا بأنه: مجموعة من الإجراءات المخططة والمنظمة في ضوء أسس علمية ووفقا لجدول زمني معين وبناء على فلسفة وأهداف محددة وواضحة يتضمن تقديم خدمات إرشادية مباشرة وغير مباشرة تستند على نظرية التدفق النفسي وفتيات ومبادئ الإرشاد النفسي الجماعي وموجهه لأطفال مرحلة التهيئة بمدرسة التربية الفكرية بهدف تحسين الصحة النفسية لديهن مما يؤثر علي تحسين الأمن النفسي لأطفالهن.

الصحة النفسية: Psychological health

تعرفها الباحثة إجرائيا بأنها: قدرة أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على التغلب على الضغوط النفسية الناتجة عن إنجابهن طفل معوق بأسرتهن واستخدام إمكاناتهن للتكيف معه وتمتعهن بالفاعلية الاجتماعية والعافية النفسية والجسمية وشعورهن بالرضا والتقبل تجاهه ويتم تحديدها إجرائيا بالدرجة الكلية التي تحصل عليها الأم على مقياس الصحة النفسية المستخدم بالبحث الحالي

أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

Mothers of preparatory children in schools of intellectual education

تعرفهن الباحثة إجرائيا بأنهن: أمهات مجموعة من الأطفال المعوقين عقليا الملتحقين بمرحلة التهيئة بمدرسة التربية الفكرية بأجا التابعة لمحافظة الدقهلية القابلين للتعليم وفقا للاختبارات المطبقة عليهم من قبل وزارة التربية والتعليم وتعاني الأمهات من تدني في مستوي الصحة النفسية مما يؤثر على تقبلهن لأطفالهن لذا يحتجن الي خدمات إرشادية لمساعدتهن في تقبل أطفالهن وتحسين جودة حياتهن مما يؤثر علي الأمن النفسي لأطفالهن ويتراوح العمر الزمني لهم من (٢٥ - ٤٠) سنة ويتم تحديدهن إجرائيا: بتدني الدرجة الكلية التي تحصل عليها الأم علي مقياس الصحة النفسية المستخدم بالبحث الحالي.

الأمن النفس: Psychological security

تعرفه الباحثة إجرائيا بأنه: شعور طفل مرحلة التهيئة بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، وله مكانته الاجتماعية، وقادر على الاعتماد على نفسه في إدارة شؤونه، ويدرك بأن بيئته صديقة ويشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق وأن الآخرين ذوي الأهمية النفسية في حياته خاصة الأم مستجيبة لحاجاته ومتواجدة معه بنفيا ونفسيا لرعايته ومساندته ودعمه عند الأزمات. ويتم تحديده إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الطفل على مقياس الأمن النفسي المستخدم بالبحث الحالي.

Children of the preparation stage in schools of intellectual education

تعرفهم الباحثة إجرانيا بأنهم مجموعة من الأطفال المعوقين عقليا القابلين للتعليم وفقا للاختبارات المطبقة عليهم من قبل وزارة التربية والتعليم وملتحقين بمرحلة التهيئة بمدرسة التربية الفكرية بأجا التابعة لمحافظة الدقهلية، يتراوح العمر الزمني لهم من (٦ - ٨ سنوات)، العمر العقلي لهم من (٣-٤ سنوات) يعانون من تدني بالأمن النفسي بسبب عدم تقبل أمهاتهم لهم وصعوبة طريقة معاملتهم لهم ويتم تحديدهم إجرانيا بتدني الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطفل علي مقياس الأمن النفسي المستخدم بالبحث الحالي بالإضافة الي تدني الدرجة الكلية تحصل عليها أمه على مقياس الصحة النفسية المستخدم بالبحث الحالي.

ثانيا: إطار نظري ودراسات سابقة:

يتم تناول إطار نظري ودراسات سابقة للبحث الحالي من خلال المحاور التالية:

أولا: الإرشاد الجماعي لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

ثانيا: التدفق النفسي لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

ثالثا: الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

رابعا: أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

خامسا: الأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

وسوف نتناول الباحثة كل محور من هذه المحاور بالتفصيل كما يلي:

أولا: الإرشاد الجماعي لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

ينطلق الإرشاد الجماعي من مسلمة مؤداها أن الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات اجتماعية ونفسية لا بد من إشباعها في إطار اجتماعي، وأن العزلة الاجتماعية قد تكون سببا من أسباب الاضطرابات النفسية فقد أشار العديد من علماء النفس ومن بينهم ألفرد أدلر Alfred Adler أن الإنسان كائن اجتماعي لا يستطيع العيش وحده، كما أن نموه وشخصيته تتأثر بشكل كبير بالمجموعات المحيطة به وما يمتلكونه من أفكار ومعتقدات وسلوك.

(Adler, A. 2020) ؛ (Anayet Hossain, Korban Ali,2014) وتمثل الجماعة الإرشادية الإطار الاجتماعي الذي يساعد الفرد على حل مشكلاته والتعبير عن مشاعره وأفكاره ليشعر بالأمن ؛ فمن خلال تفاعل الجماعة الإرشادية معه، وتفاعله معها يتعلم كيف يتقبل مشكلاته ويسعى لحلها، وكيف يدرك ذاته، والآخرين، كما أنه يتلقى التغذية الراجعة الإيجابية للحلول المطروحة لحل مشكلاته مما يساعده على اتخاذ القرار وتحقيق التوافق (أبو أسعد وعربيات، ٢٠٢٠) ؛ (أبو عيطة و سعد، ٢٠١٥)؛ (سعفان، ٢٠١٩) فالفرد بحاجة إلى من يساعده على اكتشاف ذاته. و يهدف الإرشاد النفسي لأسر الأطفال المعوقين عقليا لتحقيق ما يلي (تقبل طفلهم المعوق عقليا بالأسرة، التوجيه نحو تعليمه المهارات الأساسية وفهم قدراته الخاصة وعلاج مشاعر الاكتئاب والقلق التي يعانون منها) وتتضمن برامج الإرشاد الجماعي تحقيق أفضل نمو لقدرات الفرد، ومساعدته على حل مشكلاته،

ومساعدته على تعلم إدراك ما يؤثر فيه إيجاباً وسلباً من مواقف الحياة المتعددة، وذلك من خلال مجموعة من الإجراءات التي يتم تخطيطها على أسس علمية (Corey, G., 2015)، فلقد أشار (Steen, S., Vannatta, R., & Ieva, K, 2022). الي ان الإرشاد الجماعي يوفر مساحة عاطفية آمنة للأفراد للتفاعل والمعالجة والتعلم ووفقا للنظرية التبادلية لثيبوت وكيلي (Thibaut & Kelley) وجود الجماعة يبني على مشاركة أفراد الجماعة وإرضائهم، فينبغي أن يكون تحليل عمليات الجماعة في ضوء أنواع التوافق التي يقوم بها الأفراد في محاولاتهم حل مشكلات الاعتماد المتبادل فيما بينهم. (ملحم، ٢٠١٥)؛ (أبو أسعد، ٢٠٢٠) ففي الإرشاد الجماعي يتم تشكيل علاقات تبادلية يساعد أفراد الجماعة الإرشادية كل منهم الأخر، ويتم تزويد الأمهات بأنواع الخبرات الجماعية التي تساعدهم على تحقيق التوافق الاجتماعي والشعور بالأمن والارتياح والتعبير الحر الأدق عن المشكلات ومناقشتها بهدف الوصول الي حلها.

- تعريف الإرشادي الجماعي:

تتنوع تعريفات الإرشاد الجماعي، وتشارك جميعها في وضع الأهداف الإرشادية والأنشطة، ولكن ينشأ التباين بينها في طبيعة النظرية التي يستند إليها البرنامج الإرشادي، والمنهج المتبع سواء أكان وقائياً أم علاجياً أم نمائياً

فعرفه أبو حماد (٢٠١٨) بأنه مناقشة المشكلة المشتركة بين المجموعة الإرشادية بطريقة تعاونية ويتم اكتشاف أفكارهم واتجاهاتهم حول المشكلة من أجل تغيير سلوكياتهم نحوها والعمل على تعديلها. وقد اتفق كل من (Robak, R. W., Doshi, P. V., & Tursi, M. M., 2022) و محمد (٢٠٢١) في تعريفهم للإرشاد الجماعي بأنه عملية تفاعل بين مجموعة من المسترشدين يعانون من مشكلة مشتركة متشابهة؛ حيث يتم جمعهم وفق قواعد و مبادئ محددة بغرض مساعدتهم في الوصول إلى الحلول المناسبة لتحقيق التوافق.

وعرفه (مفيد حواشين وزيدان حواشين، ٢٠٢٣) بأنه خدمة مخططة تهدف الي مساعدة الفرد مساعدة متكاملة في تنمية إمكاناته، وقدراته حتى يستطيع حل المشكلات الشخصية، التربوية، المهنية، الأخلاقية، الصحية التي يقابلها في حياته أو التوافق معها فيحقق ذاته ويكتشف نفسه وقدراته واستعداداته مما يؤدي الي توافقه وسعادته وصحته النفسية.

يتضح مما سبق أن الإرشاد الجماعي هو إرشاد عدد من الأفراد في مجموعة صغيرة يجتمعون في أحد الأماكن المخصصة لعملية الإرشاد تتشابه مشكلاتهم، واضطراباتهم معا بحيث تتم عملية الإرشاد مع المجموعة كوحدة واحدة من خلال استخدام أسس وأساليب الإرشاد الجماعي، حيث يتم الاستفادة من أثر الجماعة في سلوك الأفراد، أي ما يقوم بين أفراد الجماعة من تأثير وتفاعل متبادل بين بعضهم البعض، وبينهم وبين المرشد لمساعدتهم على فهم أنفسهم وزيادة تعلمهم بأساليب أكثر فعالية لتحقيق مفهوم ذات إيجابي.

أهمية الإرشاد الجماعي في إرشاد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

اتفق كل من (Berg, R. C., Landreth, (Bailey, C. L., & O'Keefe, A. L, 2013) و (G. L., & Fall, K. A., 2017) برزان (٢٠١٦)، بطرس (٢٠٢١)، كجور (٢٠١٨) و محمد (٢٠٢١) على أن الإرشاد الجماعي يعطى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية فرصة لتعلم كثير من جوانب السلوك وممارستها من خلال استجاباتهن لمتطلبات الجماعة في مواقف الإرشاد الجماعي؛ فعادة ما تتكون داخل الجماعة معايير محددة يفرضها التفاعل الدائم بين أفرادها، وهذا يساعد الجماعة على وضع قيود وضوابط على بعض الأنواع غير المرغوبة من السلوك التي قد تصدر عن الفرد. كما يساعد الإرشاد الجماعي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على استبصارهن بمشكلاتهن عندما يجد كل فرد من أفراد الجماعة أن أفراد غيره لهم نفس المشكلة. وقد أشار (Robak, R. W., Doshi, P. V. & Tursi, M. M., 2022) إلى أن الإرشاد الجماعي يساعد على تماسك الجماعة الإرشادية من خلال تعزيز المرشد لمهارات التواصل والتفاعل والدعم والانتماء والتفاعل والمشاركة بين أفراد الجماعة الإرشادية، وتوفير أجواء من المتعة والمسئولية المتبادلة.

كما لاحظت الباحثة أن استخدام الإرشاد الجماعي مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية ساعد على تشجيعهن على المشاركة، والتبادل التفاعلي، وإعطائهن الفرصة للتفكير الانفعالي والتعبير عن مشاعرهن واتجاهاتهن، ودعم العمل الجماعي، والبحث عن مصادر المعرفة لتطوير الذات. كما ساعد الإرشاد الجماعي على التقليل من حدة تركز الأم حول ذاتها، وتوفير الفرصة لديها لتحقيق ذاتها، وتحقيق الأمن النفسي والصحة النفسية؛ لشعورها بأنها ليست الوحيدة التي تعاني من مشكلات، كذلك ساعد الإرشاد الجماعي في الحصول على مدى واسع من الاستجابات خلال جلسات البرنامج التي ساعدت في تحسين الصحة النفسية لديهن. فلقد أشار (Van den Hout, J. J., Davis, O. C., & Weggeman, M. C., 2018) إلى أن التدفق النفسي في مجموعات العمل يكون أفضل من التدفق النفسي الفردي.

- النظرية التي تبنتها الباحثة في البرنامج الإرشادي الجماعي:

تبنت الباحثة نظرية التدفق النفسي لميخالي كسيسنتميخالي (Mihaly Csikszentmihalyi) حيث يعد ميخالي كسيسنتميخالي (Mihaly Csikszentmihalyi) رائد نظريات التدفق النفسي، فقد ربط بين التدفق النفسي، وما أطلق عليه الخبرة المثلى Optimal Experience، ويرى ميخالي أن التدفق النفسي هو شعور الفرد بالسيطرة على المهمة وبأنه متحكم بمصيره، يصاحب لك إحساس وشعور عميق بالنشوة والاستمتاع.

فالتدفق النفسي خبرة مثالية ممتعة، يتميز فيها الفرد بقدر كبير من التركيز يصل إلى مستوى الاستغراق التام في المهمة، تحدث لديه من فترة لأخرى، مع فقدان الوعي بالذات، وشعوره بالسيطرة، وبلوغه الخبرة المثلى (optimal experience) أو ذروة الأداء، بالإضافة إلى تجاهل

تام لأي نشاطات أو مهام أخرى وتشوه إدراك الزمن مع تحقيق حالة من الاستمتاع الشخصي.

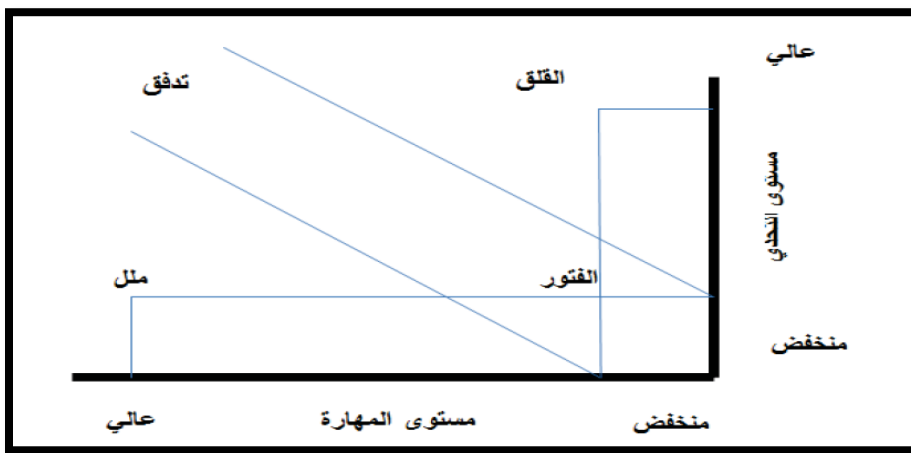
(Csikszentmihalyi, M., 1990)، (Csikszentmihalyi, M., 2013)

ويتضح من خلال ذلك أن التدفق النفسي هو حالة يكون الفرد منغمسا في مهمة ما دون الوعي بالعالم الخارجي مع شعوره بالاستمتاع أثناء تأديته لهذه المهمة. فعندما يكون المرء في حالة تدفق يشعر بالقوة والإيجابية وليس القلق بشأن ذاته أو الفشل

ويتكون التدفق عند ميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) من تسع أبعاد أشار إليها كل من (Csikszentmihalyi, M. (1990)، (Khoshnoud, S., Igarzábal, F. (2020)، (Van Ittersum, Simlesa, M., & et al (2018)، (A., & Wittmann, M. (2020)، (K. W. (2013)، (حمزة (٢٠١٧)، (خاطر (٢٠٢٠)، (خزام وآخرون (٢٠١٦)، (ذكي وآخرون (٢٠٢١)، (عبده وخلف (٢٠١٨)، (غريب (٢٠١٥) و مرزوق العنزي (٢٠٢٠) وهي كما يلي:-

- **وضوح الأهداف:** وتعرف بأنها قدرة الفرد على وضع أهداف واضحة وقابلة للتحقيق في ضوء قدراته ومهاراته الشخصية؛ فالشعور بالتدفق النفسي يتحقق عندما يتمكن الفرد من تحديد مجموعة من الأهداف الواضحة، والقابلة للتنفيذ والتي تثير لديه التحدي والإثارة. وترى الباحثة أن الأهداف الواضحة تعني معرفة الأم بشكل جيد بما هو مطلوب فعله واتباعها خطة محددة وهذا يمنح الأم شعوراً قويا بأهمية المهمة التي تقوم بها.
- **التوازن بين القدرة والتحدي:** وتعرف بأنها إحساس الفرد بأن قدراته ومهاراته تتسق مع متطلبات المهمة المطلوبة منه.

وقد وضع ميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) نموذج (The four channel flow model) يضم أربع قنوات "القلق، والملل، الفتور، والتدفق" شكل (١)



شكل (١): نموذج التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) (Csikszentmihalyi, M., 1990)، (Csikszentmihalyi, M., 2013).

يتضح من شكل (١) أن الأنشطة المثالية في قناة التدفق هي التي تتحرك خارج إطار التحديات مع سيطرة الفرد عليها، وإذا كان مستوى التحديات أعلى من مستوى المهارات فإن الفرد يمكن أن يصاب بحالة القلق، وإذا كان مستوى التحديات والمهارات منخفض تماماً فإن الفرد يصاب بحالة الفتور، وإذا كان مستوى المهارات أعلى من مستوى التحديات فإن الفرد يمكن أن يصاب بحالة الملل. وترى الباحثة أن خبرة التوازن تتحقق كلما زادت كفاءة الأم وثقتها في قدرتها على مواجهة التحديات المختلفة فمعرفة المستوي يعد عاملاً مهماً في إثارة الدافع للوصول للهدف المناسب وارتفاعه أو انخفاضه يعد معوقاً يحول دون الوصول الي الهدف المنشود.

- **التغذية الراجعة الفورية:** وتعرف بأنها تمكن الفرد من تقييم أدائه مباشرة لمعرفة مدى تقدمه نحو تحقيق الهدف. وترى الباحثة أن التغذية الراجعة الفورية تساعد الأم في التغلب على الصعوبات التي تواجهها أثناء أداء المهمة، مما يدعم تحقيق الجودة في الأداء فالتدفق النفسي يتطلب توافر قدراً من التحديات في المهمة وقد يحدث أحياناً فشل في الأداء ولهذا يحتاج الفرد المتدفق الي أن يعرف نتائج ومستوي أدائه في المهمة

- **الإحساس بالدافعية الداخلية:** ويعرف بأنه شعور الفرد بأن الهدف من الأداء هو خبرات الإثابة الداخلية كالشعور بالسعادة والفرح والمتعة التي تتبع عن المهمة ذاتها دون انتظار إثابة من الخارج.

- **الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة:** وتعرف بأنها إحساس الفرد بالقدرة على ضبط النشاط أو الموقف. وترى الباحثة أن الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة يتطلب شعور الأم بالذات الإيجابية؛ فتشعر بأن قدراتها ومهاراتها كافية للتحكم في أفعالها، والتحكم في البيئة المحيطة بها لتحقيق المهمة دون بذل مجهود وهذا الشعور يرفقه دائماً الإحساس بالراحة والأمن والاسترخاء والطاقة والرفاهية

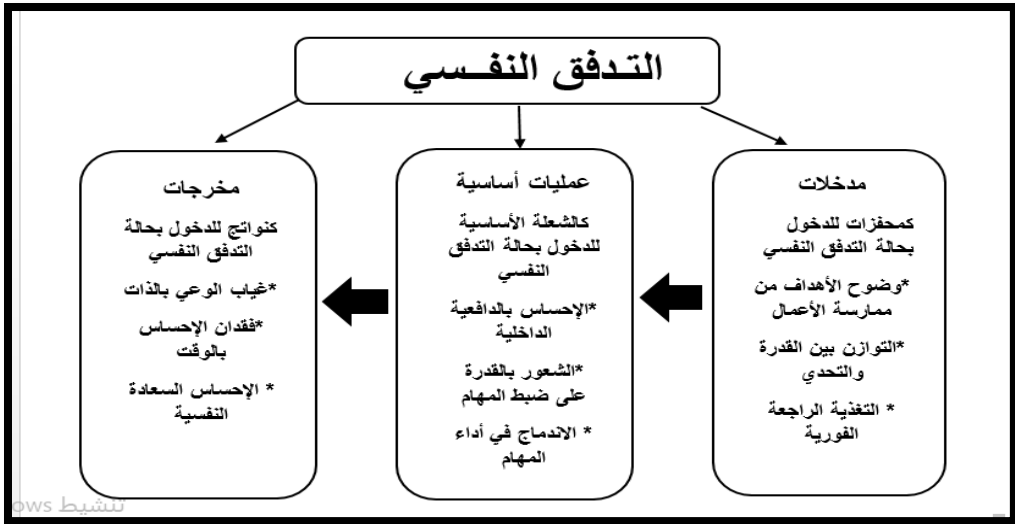
- **الاندماج في أداء المهام:** ويعرف بأنه انغماس الفرد في المهمة وتركيزه الشديد فيها. وترى الباحثة أن الأم في التدفق النفسي تكون على وعي وتركيز تام بالمهمة التي تقوم بها، ولكنها في نفس الوقت تفقد وعيها وتركيزها بالأشياء المحيطة بها فالتدفق النفسي يجعل المهمة وكأنها تحدث بشكل آلي تلقائي وقد يشعر الفرد بأن ذاته أصبحت جزءاً من المهمة.

- **غياب الوعي بالذات:** ويعرف بأنه عدم اهتمام الفرد بأي مثيرات ليس لها صلة بالمهمة التي يقوم بها، وتحدث حالة فقدان الوعي بالذات عندما يتوحد الفرد ويستغرق في المهمة التي يقوم بها، ولا يعنى ذلك أن الذات تكون خارج السيطرة، ولكن يهمل الفرد الاعتبارات الأخرى ويصبح أكثر وعياً بالعمليات الداخلية. وترى الباحثة أن الأم تفقد إحساسها بذاتها، ولا تهتم بصورتها أمام الآخرين، أو بما يفكرون تجاهها نتيجة تركيزها الشديد على المهمة.

- **فقدان الإحساس بالوقت:** ويعرف بأنه تغير الإحساس الداخلي للفرد بالوقت إما بسرعة أو ببطء مروره. وترى الباحثة أن إدراك الأم للوقت أثناء التدفق يختلف عن إدراكها له أثناء الأداء العادي، فالأم في حالة التدفق تشعر بأن الوقت يتقلص أحياناً ويمتد أحياناً أخرى حيث يبدو لها الوقت وكأنه يمر على خلاف المعتاد وكأن نظام الزمن قد تغير كلياً.

- **الإحساس بالسعادة النفسية:** ويعرف بأنه إحساس إيجابي يمتلك الفرد عند قيامه بنشاط محبب له.

ومن خلال عرض أبعاد التدفق النفسي فقد استخلصت الباحثة تصنيف أبعاد التدفق النفسي وتقسيمها إلى ثلاث عمليات متكاملة من خلال نموذج محرك التدفق النفسي استخلصته الباحثة من قراءتها في التراث السيكولوجي عن التدفق النفسي العربي والأجنبي، كما يوضحه (شكل ٢)



شكل (٢): يوضح محرك التدفق النفسي من وجهة نظر الباحثة

يتضح من شكل (٢) تقسيم الباحثة لأبعاد التدفق النفسي إلى ثلاثة عمليات وهي:

- مدخلات: وهي أبعاد تعتبر شروطا لحدوث حالة التدفق النفسي والتي تعد بمثابة وقود ومحفز لمحرك التدفق النفسي، وتشتمل على " وضوح الأهداف من ممارسة الأعمال، التوازن بين القدرة والتحدي، والتغذية الراجعة الفورية.
- عمليات أساسية: والتي تعد بمثابة الشعلة الأساسية لمحرك التدفق النفسي، وتشتمل على " الإحساس بالدافعية الداخلية، الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة، والاندماج في أداء المهام"
- مخرجات: والتي تعد بمثابة نواتج محرك التدفق النفسي، وتشتمل على " غياب الوعي بالذات، فقدان الإحساس بالوقت، والإحساس بالسعادة النفسية"

يتضح مما سبق أن أبعاد التدفق النفسي التي ذكرها ميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) جعلت منه نظاما متكاملًا، وبالرغم من تعددها إلا أنها جميعاً متكاملة تتفق على أن التدفق النفسي خبرة انفعالية جوهرها السعادة والمتعة، تحدث عندما يكون الفرد مستغرقًا في أداء مهمة تكون فيها مهاراته الشخصية متوازنة مع متطلباتها مدفوعًا بدافع ذاتي لإتمامها. ومن أهم مبررات الباحثة في اختيار خبرة التدفق النفسي لبناء البرنامج الإرشادي هو أن التدفق النفسي يوصف بأنه خبرة تحويلية تحدث في حوالي (٨٥%) من الأفراد وتكمن أهميته في أنه يوفر للفرد حياة كاملة تستحق العيش ويجعله يستفيد من العواقب التي تواجهه اجتماعيًا ويحسن الرفاهية الذاتية لديه وكلمًا قضي الفرد المزيد من وقته في حالة التدفق النفسي كانت جودة الحياة لديه أفضل

لذا فالندفق النفسي يعد من انساب الخبرات التي يمكن الاعتماد عليها لتحسين الصحة النفسية للأفراد فهو الحالة النفسية المثلى التي تحدث عندما تكون التحديات والمهارات متوازنة. وهذا ما أشار إليه (Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S. (Eds.). ,1992).

ثانيا: التدفق النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

يعد التدفق النفسي من المتغيرات النفسية المهمة في علم النفس الإيجابي فهو من العوامل التي يمكن أن تسهم في تطوير وتحسين جودة الحياة فعلم النفس الإيجابي يهدف إلى تمكين الأفراد من توظيف وتفعيل طاقاتهم وإمكاناتهم ليعيشوا حياة هادئة وسعيدة ومنتجة، وقد أشارت شريفي (٢٠١٦) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية للأفراد، وقد ظهر مصطلح التدفق النفسي عام ١٩٧٥ على يد العالم (ميهايلي كسيسنتميهايلي Mihaly Csikszentmihalyi) عند دراسته لمفهوم الإبداع لدى الفنانين والرياضيين، لمحاولة اكتشاف دوافع هؤلاء المحترفين لهذا العمل الذي يتطلب تضحيات كبيرة جسديا، ونفسيا، تبين له أن جميع هؤلاء الأفراد قد وصفوا مرارا وتكرارا ما أسموه Flow State أي حالة التدفق والتي تثير المتعة عندما يكون تحدي المهمة مطابقا لقدراتهم أو أعلى قليلا من المهارات التي يعتقدون أنهم يملكونها. Engeser, S., Schiepe- (Tiska, A., & Peifer, C., 2021)

خصائص الشخصية التي تتمتع بالتدفق النفسي:

أشار كل من (Koehn, S., & Díaz-Compton, W. C., & Hoffman, E. (2019) (Liu, T., & (Isham, A., & Jackson, T., (2022) (Ocejo, J. (2022) (Van den Hout, J. J., Davis, O. C., & Csikszentmihalyi, M. 2020) (Weggeman, M. C. (2018) الي أن الفرد الذي يتمتع بالتدفق النفسي يتسم بالتحدي؛ فيبحث باستمرار عن التحديات الجديدة، فلقد أشارت (غريب، ٢٠١٥) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي وتحمل الغموض، والمخاطرة. كما يتسم بالتركيز التام؛ فيركز تماما على المهام التي يقوم بها، ويتسم بالوضوح والاستيعاب التام للمهام؛ فيضع أهدافا واضحة ومتطورة ويعرف تماما ماذا يريد ولديه هدف واضح يسعى لتحقيقه من خلال خطة محددة، فلقد أشار (Hammoud, K. H. (2022) إلى وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي و اليقظة العقلية. كذلك يتسم بالشعور بالثقة والسيطرة، والرغبة في الإتقان ويتسم بتمكنه من تحقيق الموازنة بين التحديات التي يواجهها، ومستوى المهارات التي يمتلكها، ولديه القدرة على التعامل مع الأخطاء، والتحكم في القلق، والمثابرة، والاعتماد على النفس. وأشار محمد وحسن (٢٠٢١) إلى وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة "اتخاذ القرار الاجتماعي، والتنظيم العاطفي، والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، والتفكير الذاتي".

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يتمتع بالتدفق النفسي يتسم بالكفاءة الشخصية، الذات والمشارع الإيجابية، واليقظة العقلية، والشعور التلقائي بالمتعة والسعادة.

أهمية التدفق النفسي لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

أشارت العديد من الدراسات بأن التدفق النفسي يرتبط إيجابيا بالعديد من المتغيرات المعرفية وغير المعرفية فهو خبرة تشعر الفرد بالبهجة والسعادة من خلال انغماسه في أداء المهمة لدرجة نسيان الذات، فلقد أشار السطوحي وآخرون (٢٠١٤) إلى فعالية استراتيجيات علم النفس الإيجابي (غرس الأمل والقوة الشخصية والكفاءة الذاتية والتفاؤل) في خلق بيئة إيجابية ولذا يعتبر التدفق من المفاهيم الإيجابية الحديثة التي تصل بالفرد الي أعلى درجة لتوظيف طاقاته ويصاحبها حالة سعادة ورضا مع تأجيل لرغباته واحتياجاته الشخصية، فقد أشار (Ullen, F. et al, 2012) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التدفق والعصابية لدى الأفراد، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والميل لتبني استراتيجيات فعالة عند مواجهة الضغوط اليومية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والضمير فحالة التدفق النفسي تساعد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في تكوين الهدف والمعنى من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها، ومن ثم تمنحهن فرصة للسيطرة على شعورهن ووعيهن مما يعزز التحكم في انفعالاتهن السلبية من عدم تقبل أطفالهن المعوقين عقليا والشعور بالضغوط النفسية، كما أن الشعور بالاستغراق في المهام يولد لديهن إحساساً قوياً بالرضا والرفاهية مما يساعد في زيادة الدوافع الذاتية، واحترام الذات لديهن وتعزيز الإحساس بالسعادة، وتحسين جودة الحياة النفسية لديهن مما يحسن من مستوي صحتهن النفسية من خلال تمكنهن من مواجهة التحديات والصعاب فيعكس هذا الشعور علي تقبلهن لأطفالهن ويسهم في تحسين الأمن النفسي لديهن.

وقد لاحظت الباحثة أثناء إجراء البحث الحالي أن حالة التدفق النفسي، قد ساعدت في شعور أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (عينة البحث التجريبية) بالطاقة الإيجابية، تحسين مهاراتهم في تحديد الأهداف، والتخطيط، وإدارة الوقت، كما ساعدتهن على تحسين أساليب التفكير الإيجابي وتنمية مهارة مراقبة الذات، والتنفيس الانفعالي وتحسين مستوى التفاؤل مما ساهم في تحسن صحتهن النفسية

ثالثاً: الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

تعد الصحة النفسية عملية معقدة متشابكة ونتاج لتأزر كثير من العمليات والتي تتأثر بكل من الخصائص الوراثية ومختلف الظروف البيئية التي يواجهها الفرد وهي تجعل الفرد متحكماً في انفعالاته وعواطفه فيسلك السلوك السوي ويتجنب السلوك الخاطئ (Cortes-Denia, D. et.al, 2023) وهي لا تقل أهمية عن الصحة الجسمية العامة، بل قد تبقى الصحة الجسمية عاجزة عن إضفاء السعادة على الفرد ما لم تتوافر له أسباب وعناصر الصحة النفسية (Jung, F. U. et,al. 2023)

ومن هذا المنطلق فإن الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية تعد إحدى الحاجات المهمة لشخصيتهن الإنسانية وتقبلهن لأطفالهن المعوقين عقليا.

وقد اختلف الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية في تحديد مفهوم للصحة النفسية فكل منهم عرفها وفقا لتخصصه العلمي وخلفياته ومذهبه الفكري وهو ما جعل تعريف الصحة النفسية تعريفا مانعا جامعا أمرا صعبا

فيعرفها التميمي (٢٠١٣) بأنها حالة يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا ويشعر بالراحة النفسية والكفاية والسعادة مع قدرته على تحقيق ذاته واستثمار قدراته ومواجهة مطالب الحياة وإدارة الأزمات النفسية مع التمتع بشخصية سوية متكاملة ويكون سلوكه عاديا.

وعرفها قباني (٢٠١٧) بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا مع نفسه وبينته ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته الي أقصى حد ممكن بالإضافة الي قدرته على مواجهة متطلبات الحياة.

وعرفها عبد الله (٢٠٢٣) بأنها التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات العادية المحيطة بالإنسان والإحساس الإيجابي بالنشاط والسعادة والرضا.

يتضح مما سبق ان مفهوم الصحة النفسية يعبر عن التوافق أو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة، مع قدرة الفرد على مواجهة الأزمات النفسية مع إحساسه الإيجابي بالسعادة والكفاية، فهي حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة الجسم والعقل وليست مجرد الخلو من أعراض المرض النفسي أهمية تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

الصحة النفسية تجعل الفرد متوافقا مع ذاته متكيفا مع مجتمعه فهي تنشأ أفرادا أسوياء ومستقرين، فلقد أشارت (Sara Beth Wolickiet.al(2021) الي أن الصحة النفسية للأطفال ترتبط بالصحة النفسية والبدنية لوادهم، كذلك أشار Chartier, S., & Blavier, A. (2023) الي أنه كلما كان الأهل يتمتعون بالقدر المناسب من الصحة النفسية كلما كانت إمكانية تنشئتهم لأطفال أسوياء نفسيا أكبر، فالأسرة المستقرة نفسيا تتمتع بالتأزر والتماسك والقوة الداخلية والخارجية

ولقد لاحظت الباحثة أثناء تطبيق برنامج البحث أن تحسن الصحة النفسية لدي الأمهات جعلتهن أكثر قابلية للتعامل الإيجابي مع المشكلات المختلفة، وتوازن انفعالاتهن عند التعرض للضغوط الحياتية المختلفة والتغلب عليها وتحملهن للمسؤوليات دون الشكوى أو الانسحاب منها فتولد لديهن الاستقرار الذاتي الذي انعكس على حياتهن فأصبحت خالية من المخاوف والقلق والتوتر وبدأن الشعور نسبيا بالأمان الذاتي والهدوء والسكينة.

خصائص الشخصية التي تتمتع بالصحة النفسية:

تظهر ثمرات التمتع بالصحة النفسية على الفرد في جميع جوانبه النفسية والجسمية والاجتماعية والروحية، ولقد أشار كل من أبو أسعد (٢٠٢٢)، العناني (٢٠١٧)، كفاي (٢٠١٢) الي خصائص الشخصية التي تتمتع بالصحة النفسية، فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية يتسم بالنضج الانفعالي والتوازن حيث يكون قادرا على مواجهة الضغوط والتغلب عليها، مترنا في استجاباته الانفعالية تجاه المثيرات المختلفة ولديه قدرة على التعبير بطريقة واضحة وناضجة غير مبالغ فيها عن انفعالاته،

كما يتسم أيضا بالتوافق النفسي فلديه تقبل لذاته وقدراتها وإمكاناتها مع قدرته علي الحصول علي الدرجة اللازمة من إشباع لحاجاته في البيئة مع مراعاته للمتغيرات المحيطة، ويتسم أيضا بالدافعية والشعور بالسعادة والرضا والحيوية فلقد توصل (Fernet, C., 2013) الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدافعية والصحة النفسية للفرد فالدافعية هي المحفز الداخلي الذي يدفع به الي السعي الدائم لتوجيه قدراته وإمكاناته لتحقيق أهدافه وإنجازاته المختلفة ويتسم كذلك بالسعادة والرضا والحيوية فلقد توصل (Blustein, D. L., 2008) الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة والصحة النفسية فالسعادة من أبرز مظاهر الصحة النفسية نظرا للاستقرار النفسي والطمأنينة الداخلية والشعور بالأمان.

يتضح مما سبق أن الصحة النفسية للفرد تبدو في استمتاع الفرد بحياته، عمله، أسرته، أصدقائه، وشعوره بالطمأنينة والسعادة والرضا وراحة البال وقدرته على التكيف

رابعاً: أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

- مرحلة التهيئة:

هي المرحلة الأولى من التعليم الأساسي بمدارس التربية الفكرية ومدة الدراسة بها سنتان دراسيتان، وهي ضرورية لتهيئة الطفل المعوق عقليا لتعلم المهارات الأساسية من (قراءة وكتابة وحساب) وللقيام بالتدريبات التربوية العلاجية السلوكية (جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم، قطاع التعليم العام، الإدارة المركزية للتعليم الأساسي، الإدارة العامة للتربية الخاصة، إدارة التربية الفكرية، مناهج التربية الفكرية لعام ٢٠٢٢/٢٠٢٣) لتساعده على اكتساب مهارات التعامل والمشاركة الاجتماعية مع الغير وتقوية التأزر الحسي الحركي واكتساب مهارات التمييز بين الأشياء والاعتماد على الذات والثقة بالنفس وتدريبات الأخذ والعطاء والرعاية الذاتية.(جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم: التوجيهات الفنية والتعليمات الإدارية لمدارس وفصول التربية الفكرية، ٢٠٢٣)

وتتمثل الأهداف العامة لهذه المرحلة فيما يلي:-

- ١- تنمية المهارات الاجتماعية وتعريف الأطفال بكيفية التواصل مع الآخرين من الأقران والكبار ويكون ذلك من خلال الوسائل التعليمية التي يجب أن يتوافر فيها ما يلي:-
 - أن تعمل على الربط بين اللفظ والنظر المحسوس مما يساعد على سرعة التعليم.
 - أن تكون متنوعة من صور وأشكال وأحجام ومساحات متنوعة وبألوان مختلفة.
 - أن تكون مناسبة لمستوى النضج العقلي للطفل المعوق عقليا حتى لا تسبب له الملل والضيق بسبب غموض الوسيلة أو تعقيدها.
 - ونظرا لإدخال أجهزة تكنولوجيا التعليم (الكمبيوتر) يراعى استخدام أقراص C.D واعتبار النشاط ضمن المواد الدراسية.

- (جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم: التوجيهات الفنية والتعليمات الإدارية لمدارس وفصول التربية الفكرية، ٢٠٢٣)
- ٢- التعرف على المفاهيم المختلفة.
- ٣- غرس السلوكيات السليمة مثل (الصدق، الأمانة، النظافة، النظام، حب العمل، التعاون، احترام الكبير، الرفق بالحيوان).
- ٤- تنمية القدرات اللغوية، ومساعدة الأطفال المعوقين عقليا على الاستخدام الصحيح للغة فهما ونطقا.
- ٥- إعداد الأطفال للتعليم الأكاديمي من خلال التنمية اللغوية والإعداد للكتابة. مثل (الألوان، الأعداد، الأحجام، الأطوال، علاقات الأشياء، التسلسل وعمليات الفرز والتصنيف).
- ٦- التعرف على البيئة المحيطة ومسميات الأشياء وبعض خواصها واستخداماتها.
- ٧- تعويد الأطفال على الانضمام داخل المجموعة والعمل الجماعي.
- ٨- تنمية الحواس المختلفة وتدريب الأطفال على مهارات التمييز السمعي والبصري، والتمييز بين الأشياء من خلال حاسة اللمس والشم والتذوق.
- ٩- مساعدة الأطفال على الحفاظ على أمنهم وسلامتهم بالتعرف على مواطن الضرر وتجنبها، وكذلك تعلم كيفية التصرف السليم عند الخطر.
- ١٠- مساعدة الأطفال على اكتساب المهارات الحركية والسيطرة على الجسم سواء بالنسبة للحركات الكبيرة مثل (المشي، الجري، التوازن، القفز، الرمي والانتقاط) أو الحركات الدقيقة مثل (التوافق بين اليد والعين، تناول الدقيق للأشياء، تنمية حركة اليدين والأصابع).
- ١١- تنمية مهارات الاعتماد على النفس من خلال تعلم مهارات الأكل والشرب واللبس والإخراج والنظافة.
- ١٢- تنمية الشعور بالثقة بالنفس من خلال التكليف بأداء مهام بسيطة كل حسب قدرته.
- ١٣- وأخيرا فإن كل طفل /طفلة يعتبر جزءا من كيان أكبر وهو الأسرة، ولذلك يهدف العمل مع هؤلاء الأطفال إلى إشراك الأسرة مع المدرسة منذ اللحظة الأولى لالتحاق الأطفال بالمدرسة وذلك للعمل معا كفريق يهدف إلى صالح الأطفال. (جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم، قطاع الكتب: دليل المعلمة لمرحلة التهيئة بصفيها الأول والثاني بمدارس التربية الفكرية، ٢٠٢٣)
- ولكي يحقق المعلم هذه الأهداف وغيرها عليه أن :-**
- ١- يقف على مستوى الطفل ومن ثم فعليه أن يجمع كل المعلومات الممكنة والمتاحة قبل أن يتعامل معه.
- ٢- يعتبر معلم الفصل هو المسئول عن تنفيذ برامج التهيئة بكل ما يتضمنها من خبرات وتدريبات، ويشاركة في ذلك مدرسو المواد العملية وبخاصة (التربية الموسيقية والتربية الرياضية والفنية).

- ٣- يعد المعلم الوسائل الإيضاحية المعينة اللازمة لتنفيذ التدريبات المطلوبة من صور وأشكال وأحجام ومساحات متنوعة بألوان مختلفة (عرائس - أدوات النظافة - نماذج - قصص مصورة - لعب تعليمية - ألعاب مسلية وغيرها).
 - ٤- تتم التدريبات والخبرات المراد تعليمها عن طريق اللعب والتربية عن طريق النشاط وتشجيع الطفل في كل ما يؤديه من أعمال.
 - ٥- لا ينتقل المعلم من خبرة إلى خبرة أخرى إلا إذا تأكد أن الطفل قد استوعبها.
 - ٦- ينظر إلى الطفل المعوق عقليا على أنه طفل قبل كل شيء وأن له نفس الحاجات الأساسية والنفسية التي لدى الأسوياء.
 - ٧- يسجل ما يطرأ على الطفل من تغيير سواء كان هذا التغيير إلى الأحسن أو إلى الأسوأ (جميع جوانب شخصية الطفل الجسمية والعقلية والصحية والتصيلية وتكيفه الاجتماعي الشخصي وتشخيص ذلك).
 - ٨- لا يقارن بين طفل وآخر بل يقارن الطفل بنفسه من يوم لآخر.
 - ٩- يعد للدروس عن طريق الموضوعات المترابطة أسبوعيا.
 - ١٠- يقسم الأطفال في فصول التهيئة تقسيما يراعى فيه التجانس من حيث العمر الزمني والعمر العقلي ومستوى النضج الجسمي والانفعالي.
- (جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم: التوجيهات الفنية والتعليمات الإدارية لمدارس وفصول التربية الفكرية، ٢٠٢٣)
- خامسا: الأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:**
- الأمن النفسي من أهم الحاجات النفسية التي يحتاج إليها الفرد ومن أهم دوافع السلوك طوال الحياة وهو من الحاجات الأساسية اللازمة للنمو النفسي السوي والتوافق النفسي والصحة النفسية للفرد ولقد عرف العديد من المتخصصين في علم النفس الأمن النفسي بتعريفات متعددة تعكس تخصصاتهم واهتماماتهم العلمية منها.
- عرفه Seligman, Martin E.P.(2011) بأنه شعور الفرد بالكفاءة في إدارة بيئته و بالإيجابية تجاه حياته وتقبلها وتحقيق أهدافه الشخصية وفقا لقدراته والهدف من حياته.
- وعرفته العناني(٢٠١٧) بأنه شعور الفرد بالتححرر من الخوف والقلق والاستقرار لتحقيق متطلباته ومساعدته على إدراك قدراته وجعله أكثر تكيفا.
- وعرفه Olga Yu. Zotova, Larisa V. Karapetyan (2018) بأنه قدرة الفرد على ثقته بنفسه ومواجهة المشكلات التي تواجهه واتخاذ قراراته بمفرده وإقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين وشعوره بالحب والقبول والانتماء إلى جماعة.
- وعرفه Sharaf, H. K. (2022) بأنه توفر الطمأنينة النفسية لدي الفرد وزيادة مستوي تقبل الذات والتقبل الاجتماعي والطموح لديه وارتفاع مستوي الإيمان بقدراته مع شعوره بالاستقلالية.

وعرفه (Al-Harthy, A., et.al (2023) بأنه شعور الطفل بالصفاء والسلام والذي يتحقق من خلال العيش بيئة إيجابية خالية من التعقيدات النفسية.

يتضح مما سبق ان الشعور بالأمن النفسي حالة نفسية داخلية يشعر الفرد من خلالها بالطمأنينة والثقة في الذات والآخرين وأن يكون الفرد بعيدا عن مصادر التهديد والخطر، وتقبل الآخرين للفرد وتعاملهم معه بمودة ودفء، وتوافق الفرد نفسيا واجتماعيا مع نفسه أولا ثم مع الآخرين.

أهمية الأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية:

الطفل المعوق عقليا له بناء نفسي خاص، نتيجة الإعاقة وإحساسه بالاختلاف عن غيره من الأطفال الآخرين. فالإعاقة تؤدي بالطفل إلى اضطراب صورته عن ذاته وهي حجر الزاوية في البناء النفسي (النوايسة، ٢٠١٣) فالأمن النفسي من أهم مقومات الحياة التي يتطلع اليها الإنسان في كل زمان ومكان فهو يولد مزودا بمجموعة من الدوافع الفطرية التي وظيفتها الحفاظ على حياته وحمايته من الأخطار فالحاجة للأمن أحد أهم الحاجات النفسية التي ينبغي إشباعها منذ الطفولة اللازمة للنمو السوي والصحة النفسية للطفل والا فإن الطفل سينشأ فاقدا للأمن النفسي وبالتالي سيصبح عرضه للاضطرابات والمشكلات النفسية. (Hart, J., 2019) والأمن النفسي أمر لا غنى عنه للإنسان في مراحل حياته المختلفة، وخاصة في مرحلة الطفولة المبكرة.

فهو يساهم في القضاء على الاضطرابات النفسية التي قد يعاني منها الطفل. كما أنه مرتبط بالعاطفة و المشاكل الناتجة عن المشاعر المضطربة التي من شأنها أن تجعل الطفل يعاني من فرط الحركة والحزن والإحباط لذا من الضروري أن يربي الطفل في بيئة آمنة حتي يكبر ويكون بصحة جيدة خالية من أي اضطرابات نفسية (Al-Harthy, A., et.al 2023).

فالأفراد الأمنيين نفسيا يمتلكون كفاءة اجتماعية وسلوكية أفضل من الأفراد غير الأمنيين نفسيا بالإضافة الي كونهم أكثر قبولا ولديهم صداقات متبادلة وهم أكثر تفاعلا مع الآخرين وأقل وحدة (Al-Nawasreh, I., 2016).

فلقد اتفقت جميع مدارس علم النفس على أن الهدف الرئيسي للإرشاد النفسي هو بث الشعور بالأمن النفسي في نفس الإنسان والتخلص من القلق (Overchuk, V., et.al 2022) ؛ (أبو أسعد و الغرير، ٢٠١٧) حيث ان الشعور بالأمن النفسي يتمثل في شعور الطفل بالحب والقبول من قبل الآخرين وخصوصا والديه بالإضافة الي شعوره بالانتماء وندرة شعوره بالخطر أو عدم التقبل أو القلق. فلقد أشار (Csikszentmihalyi, M., Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M., 2014) الي أن الحياة الجيدة هي التي تتميز بالاستيعاب الكامل لما يفعله المرء وانعدام الأمن النفسي لدى الفرد يؤدي إلى آثار عكسية والتي بدورها تؤثر بصورة سلبية على المجتمع بشكل عام وعليه بشكل خاص، كما أشار (الفهمي، ٢٠١٩) الي أن وجود الأمن النفسي يعني وجود الصحة النفسية وفقدانه يؤدي للعديد من المشكلات النفسية والاضطرابات.

مظاهر الأمن النفسي:

يري ماسلو (Maslow, A. H., et.al (1970) أن المظاهر الإيجابية للأمن النفسي تتمثل في أربعة عشر مظهرا يمكن إيجازها على النحو التالي (ان يشعر الفرد بالطمأنينة وانخفاض مستوى القلق والخطر والتهديد وبأنه محبوب ومقبول وأن الناس تنظر اليه بدفء، يشعر أن الحياة سعيدة مليئة بالود والحب والخير، يشعر بالهدوء والسكينة والاسترخاء، يشعر بالانتماء والألفة مع محيطه الاجتماعي وأن له مكانه فيه، يدرك ان الآخرين طيبون ودودون يحبون الخير، يتفاعل ويتوقع الخير أكثر من التشاؤم وتوقع الشر، يثق بالآخرين ويتعاطف معهم ويسامحهم و لا يعاديهم، يتركز حول العالم بدلا من التمرکز حول ذاته والنزوع نحو الاجتماعية، يتقبل ذاته ويحترمها ويشعر بالقوة في مواجهة مشكلاته أكثر من مجرد الرغبة والسيطرة، يميل نحو السعادة والقبول والرضا والقناعة، يكون ثابتا انفعاليا وقليل الصراع والتردد، يستطيع التكيف مع الواقع، توجد لديه اهتمامات إنسانية كالتعاون والاهتمام بالآخرين).

يتضح مما سبق أن الحاجة للأمن النفسي تمثل أهمية كبيرة في تحقيق النمو السليم للفرد حيث يري ماسلو أن توافق الفرد خلال مراحل نموه يتوقف على مدى شعوره بالأمن في طفولته، ذلك لان شعوره الأمن يجعله ينتمي لبيئته ويكون مفهوم ذات إيجابي ويتقبل ذاته وعلى العكس من ذلك فإن فقدانه يؤدي الي سوء توافقه. ولقد أشار الي ذلك (Al-Harthy, A., et.al ,2023) ؛ (Vishnevskaya, O., Kozachenko, L., & Velychko, O., 2022)

دور الأم في تحسين الأمن النفسي لطفلها المعوق عقليا:

لقد أشار كل من (Al Qudah, M. F., et.al (2020) ، Conboy, I., (2021) ، Jansen-van Vuuren, et.al (2023) ، Leahy, C. P., (2023) و رضوان (٢٠٢١) الي معاناة أمهات الأطفال المعوقين عقليا من ضغوط أكبر مقارنة بأمهات الأطفال الذين يتطورون بشكل طبيعي و يؤثر ذلك على قدرتهن على تلبية احتياجات أطفالهن و على الرغم من ذلك، هناك مجموعة من الأمهات يظنون مرنين في مواجهة الضغوط الكبيرة في حياتهم، فالأم هي الأساس الأول الذي يمد الطفل المعوق عقليا بالشعور بالأمن طوال فترة طفولته وتستمر معه لمرحلة عمرية تالية نظرا لأنه في احتياج دائم و مستمر لدعم الأم، فأسلوبها المرن و الحكيم في معاملته وتشجيعها لمهاراته الاجتماعية وتعلمه وإدراكها لنجاحة يغرس في نفسه الثقة بها وبالعالم من حوله، وأشار الي ذلك (King, G., Willoughby, C., Specht, J. A., & Brown, E., 2006) فإن استطاعت الأم الاهتمام بإشباع احتياجاته في تلك السنوات الأولى والرعاية والدعم المستمر له منها ومن إخوته وأخواته، غرس ذلك الشعور في نفس طفلها المعوق و مكنته من الاعتماد على نفسه في تلبية احتياجاته اليومية. فإنها بذلك تكون قد كونت بنية نفسية سليمة له ومتعته بالأمن النفسي، أما إذا أخفقت في ذلك فإنها تسيء تقديمه للمجتمع الذي يعيش فيه.

وينضح مما سبق أن دور الأم في بناء وتحسين الأمن النفسي لطفلها المعوق دور أساسي لا يمكن التخلي عنه فمن خلال حبها له وتلبية احتياجاته والاهتمام به وإبتباع أساليب معاملة سوية في تعاملها معه تستطيع أن تبني بنية نفسية قوية.

فالمعاملة الوالدية الإيجابية تسهم في خلق الإحساس بالأمن والطمأنينة لدى الطفل بينما تؤدي أساليب المعاملة الوالدية السيئة إلى فقدان الأمن النفسي وإعاقة نموه وخلق مشكلات نفسية عديدة. وهذا ما أشار (Al-Massarweh, S. S. ؛ (Aston, M., Breau, L., & MacLeod, E. , 2014) et.al,2022)

ولاحظت الباحثة لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية الرغبة القوية والاستعداد للمشاركة في البرنامج الإرشادي القائم على التدفق النفسي والاندماج والتفاعل بجلساته لتعلم السلوكيات السوية والأساليب الإيجابية التي تنتج عنها تعديل أفكارهن وتعلم السلوكيات السوية الإيجابية في التفاعل مع أطفالهن. ففي بداية البرنامج قالت إحدى الأمهات "أنا متحمسة للبدء وكل ما تقوليهِ لنا سأنفذه مع ابني" مما أتاح للباحثة فرصة تطبيق الجلسات بشكل إيجابي ومرن.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وأمهات المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح المجموعة التجريبية.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وبعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح القياس البعدي.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم وأطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح المجموعة التجريبية.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح القياس البعدي.
- ٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات.

٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال.

ثالثا: إجراءات البحث والدراسة الميدانية ونتائجها:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج شبه التجريبي، ذو المجموعتين التجريبية والضابطة.

المجتمع الأصلي للبحث:

يتكون المجتمع الأصلي للبحث من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأطفالهن.

عينة البحث:

انقسمت عينة البحث الي

١- عينة إعداد أدوات البحث:

تكونت من (٢٠٠) أم وطفلها من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بمحافظة الدقهلية طبق علي الأمهات مقياس الصحة النفسية، ومقياس الأمن النفسي طبق على أطفالهن للتحقق من الخصائص السيكومترية، و (١٥) أم وطفلها من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بمحافظة الدقهلية طبق علي الأمهات مقياس الصحة النفسية ومعظم جلسات البرنامج الإرشادي القائم علي التدفق النفسي ومقياس الأمن النفسي طبق علي أطفالهن للتحقق من وضوح تعليمات و فقرات المقاييس، والتعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء تطبيق البرنامج.

٢- عينة البحث الأساسية:

بلغ العدد الكلي لعينة البحث الأساسية (٢٠) أم) مقسمين الي (١٠) أمهات كمجموعة تجريبية و(١٠) أمهات كمجموعة ضابطة وأطفالهن، تراوحت أعمار الأمهات ما بين(٢٥-٤٠) سنة وتراوحت الأعمار الزمنية لأطفالهن ما بين(٦-٨) سنة وأعمارهم العقلية من(٣-٤) سنوات.

كيفية اختيار عينة البحث من المجتمع الأصلي:

- هناك بعض الشروط التي حرصت الباحثة على توافرها في عينة البحث ومن أهمها ما يلي:
- أن تتراوح أعمار أمهات أطفال مرحلة التهيئة من (٢٥-٤٠) سنة ولم يخضعن لأي تدريب مسبق على متغيرات البحث من قبل، ولا يعاني أي منهن من أمراض مزمنة.
 - أن يكون أطفالهن ملتحقين بمرحلة التهيئة بمدرسة التربية الفكرية، ليس لديهم أي إعاقات أخرى مصاحبة للإعاقة العقلية.
 - أن يكون للطفل أخوات غيره وليس هو الطفل الأكبر أو الطفل الوحيد.
 - أن يكون الأب علي قد الحياة وألا يكون الوالدين منفصلين
 - أخذ موافقة الأمهات على المشاركة ببرنامج البحث وحضور جميع جلساته.
- وبناء على ذلك تم اختيار عينة البحث بطريقة عمدية مقصودة.

حيث تم اختيار مدرسة التربية الفكرية بمركز أجا بمحافظة الدقهلية لأنها مدرسة مركزية تضم عدد كبير من القرى المجاورة، بها عدد كبير من الأطفال المعوقين عقليا، المدرسة تابعة لوزارة التربية والتعليم، بما يحقق انتظام وتواجد الأطفال المعوقين عقليا مما يساعد في تطبيق أدوات البحث، توافر الظروف الفيزيائية للتطبيق من وجود مكان واسع، فضلا عن الهدوء وعدم الزحام داخل فصول المدرسة، وجود معلمات ومعلمين معظمهم متخصصين في مجال الإعاقة وذوي خبرة ومؤهلات عليا ولديهم وعي بأهمية برنامج البحث للأمهات وأطفالهن مما يساعد في التطبيق، المدرسة بها أخصائي نفسي بشكل دائم مع أخصائي نفسي آخر متابع لعدد من الأيام كل أسبوع وكذلك المدرسة بها أخصائي اجتماعي دائم بالمدرسة وهذا نادرا ما يتواجد في أي مدرسة تربية فكرية أخرى علي مستوي جميع مدارس التربية الفكرية بمحافظة الدقهلية وقد اتضح ذلك للباحثة أثناء تطبيق رسالة الماجستير والدكتوراه الخاصة بها.

وتكونت عينة البحث في صورتها الأولية من (٢٥) أما وأطفالهن عند الموافقة للمشاركة برنامج البحث وحضور جميع الجلسات اعتذرت أمان فأصبحت العينة (٢٣) أما وأطفالهن. ثم تم تطبيق مقياس الصحة النفسية عليهن فتم استبعاد عدد (٢) من الأمهات حيث حصلن على درجات مرتفعة فأصبحت العينة (٢١) أما وأطفالهن ثم تم تطبيق استمارة المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد (حسن، ٢٠١٨) عليهن فتم استبعاد عدد (١) أم لانخفاض مستواها الاجتماعي الاقتصادي. وبذلك أصبح العدد الكلي لعينة البحث (٢٠) أما وأطفالهن تم توزيعهم عن طريق القرعة عشوائيا الي مجموعتين مجموعة تجريبية عددها (١٠) أمهات يخضعن لتطبيق برنامج البحث عليهن، ومجموعة ضابطة عددها (١٠) أمهات لأطفال مرحلة التهيئة بمدرسة التربية الفكرية بمركز أجا بمحافظة الدقهلية.

تجانس عينة البحث:

قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين أفراد العينة من حيث (العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ومستوي الصحة النفسية والأمن النفسي)

تجانس العينة من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي:

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي باستخدام اختبار كا ٢ كما يتضح في جدول (١)

جدول (١): دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية

الفكرية من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ن = ١٠

الانحراف المعياري	المتوسط	حدود الدلالة		درجة حرية	مستوى الدلالة	كا ٢	المتغيرات
		٠.٠٥	٠.٠١				
٠.٧٨٨	٢٩.٢	٦	٩.٢	٢	غير دالة	٠.٨	العمر الزمني
٢.٧٥	٤٢.٤	١٢.٦	١٦.٨	٦	غير دالة	١.٢	المستوى الاجتماعي الاقتصادي

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي مما يشير الى تجانس العينة.

التكافؤ بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي:

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي كما يتضح في جدول (٢)

جدول (٢): دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي ن = ٢٠

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة
العمر الزمني	التجريبية	١٠	١٠.٣	١٠٣	٠.١٦١	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٧	١٠٧		
	إجمالي	٢٠				
المستوى الاجتماعي الاقتصادي	التجريبية	١٠	١٠.٨٥	١٠٨.٥	٠.٢٦٨	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.١٥	١٠١.٥		
	إجمالي	٢٠				

$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي من حيث العمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي مما يشير الى تكافؤ المجموعتين.

تجانس أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث مستوى الصحة النفسية:

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث مستوى الصحة النفسية باستخدام اختبار كا كما يتضح في جدول (٣)

جدول (٣): دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث مستوى الصحة النفسية ن = ١٠

المتغيرات	كا	مستوى الدلالة	درجة حرية	حدود الدلالة		المتوسط	الانحراف المعياري
				٠.٠٥	٠.٠١		
البعد الاجتماعي	٦	غير دالة	٤	١٣.٣	٩.٥	٢١.٨	٢.٠٩
البعد النفسي	٢	غير دالة	٥	١٥.١	١١.١	٢٢.١	٢.٦٤
البعد الجسمي	٢	غير دالة	٣	١١.٣	٧.٨	١٥.٧	١.٤٩
البعد الروحي	٢	غير دالة	٣	١١.٣	٧.٨	٢٠.٣	١.٧٦
الدرجة الكلية	-	غير دالة	٩	٢١.٧	١٦.٩	٧٩.٩	٤.٠٩

يتضح من جدول (٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث مستوى الصحة النفسية مما يشير الى تجانس العينة.

التكافؤ بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث مستوى الصحة النفسية
قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية و الضابطة من حيث مستوى الصحة النفسية في القياس القبلي كما يتضح في جدول (٤)

جدول (٤): دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية و الضابطة من حيث مستوى الصحة النفسية في القياس القبلي
ن = ٢٠

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة
البعد الاجتماعي	التجريبية	١٠	١٠.١٥	١٠١.٥	٠.٢٨	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٨٥	١٠٨.٥		
	إجمالي	٢٠				
البعد النفسي	التجريبية	١٠	١٠.٢٥	١٠٢.٥	٠.١٩٤	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٧٥	١٠٧.٥		
	إجمالي	٢٠				
البعد الجسمي	التجريبية	١٠	١٠.٣٥	١٠٣.٥	٠.١١٩	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٦٥	١٠٦.٥		
	إجمالي	٢٠				
البعد الروحي	التجريبية	١٠	١٠.٣٥	١٠٣.٥	٠.١١٩	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٦٥	١٠٦.٥		
	إجمالي	٢٠				
الدرجة الكلية	التجريبية	١٠	١٠.٢	١٠٢	٠.٢٢٨	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٨	١٠٨		
	إجمالي	٢٠				

Z = ٢.٥٨ عند مستوى ٠.٠١

Z = ١.٩٦ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية و الضابطة من حيث مستوى الصحة النفسية في القياس القبلي مما يشير الى تكافؤ المجموعتين.

تجانس أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث الأمن النفسي:

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث الأمن النفسي باستخدام اختبار كا ٢ كما يتضح في جدول (٥)

جدول (٥): دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث الأمن النفسي $n = 10$

المتغيرات	كا	مستوى الدلالة	درجة حرية	حدود الدلالة		المتوسط	الانحراف المعياري
				٠.٠٥	٠.٠١		
الأمن النفسي الذاتي	١	غير دالة	٤	١٣.٣	٩.٥	١٣.٨	١.٣١
الأمن النفسي الأسري	٢	غير دالة	٣	١١.٣	٧.٨	١٣.٧	٠.٩٤
الأمن النفسي المدرسي	٠.٢	غير دالة	٢	١٣.٣	٩.٥	١٣	٠.٨١
الأمن النفسي الاجتماعي	٣	غير دالة	٤	١٣.٣	٩.٥	١٣	١.١٥
الدرجة الكلية	٠.٨	غير دالة	٨	٢٢	١٧.٥	٥٣.٦	٢.٩٥

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من حيث الأمن النفسي مما يشير الى تجانس هؤلاء الأطفال. التكافؤ بين أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة من حيث الأمن النفسي:

قامت الباحثة بإيجاد دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة من حيث الأمن النفسي كما يتضح في جدول (٦) **جدول (٦):** دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة من حيث الأمن النفسي $n = 20$

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة
الأمن النفسي الذاتي	التجريبية	١٠	١٠.٣	١٠٣	٠.١٥٥	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٧	١٠٧		
	إجمالي	٢٠				
الأمن النفسي الأسري	التجريبية	١٠	١٠.٢	١٠٢	٠.٢٣٧	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٨	١٠٨		
	إجمالي	٢٠				
الأمن النفسي المدرسي	التجريبية	١٠	١٠.١٥	١٠١.٥	٠.٢٨١	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٨٥	١٠٨.٥		
	إجمالي	٢٠				
الأمن النفسي الاجتماعي	التجريبية	١٠	١٠.٣٥	١٠٣.٥	٠.١١٩	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٦٥	١٠٦.٥		
	إجمالي	٢٠				
الدرجة الكلية	التجريبية	١٠	١٠.٦	١٠٦	٠.٠٧٦	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٠.٤	١٠٤		
	إجمالي	٢٠				

$Z = 1.96$ عند مستوى ٠.٠٥

$Z = 2.58$ عند مستوى ٠.٠١

ينضح من جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعتين التجريبية والضابطة من حيث الأمن النفسي مما يشير الى تكافؤ المجموعتين.

أدوات البحث:

- ١- مقياس الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة)
 - ٢- مقياس الأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة)
 - ٣- مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية إعداد (حسن، ٢٠١٨)
 - ٤- برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره على الأمن النفسي لأطفالهن (إعداد الباحثة)
- أولاً: مقياس الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة)
- ١- الهدف من المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى قياس الصحة النفسية (البعد الاجتماعي-البعد النفسي-البعد الجسمي - البعد الروحي) لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية

- ٢- تصميم المقياس:

تم تصميم المقياس في ضوء ما جاء بالإطار النظري للبحث والاطلاع على دراسات سابقة، وبعض الاختبارات الخاصة بالصحة النفسية ومن أهم ما تم الاطلاع عليه

- مقياس الصحة النفسية إعداد (الركيبي و العديلي، ٢٠١٩)
- مقياس الصحة النفسية إعداد (دفع الله، ٢٠٢١)
- مقياس الصحة النفسية إعداد (العقون و سلطانية، ٢٠٢١)
- مقياس الصحة النفسية إعداد (أسماء وآخرون، ٢٠٢٢)

وقد تم تصميم المقياس بصورة إلكترونية باستخدام نماذج Google على جوجل درايف. Google Drive

وقد روعي في تصميم المقياس ما يلي: -

- صياغة فقرات المقياس بطريقة إجرائية لتمكننا من أن نقيس الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بدقة.
- وضوح الفقرات حتى لا تسبب أي لبس أو خلط لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.
- تكرار بعض الفقرات بأسلوب آخر للتأكد من مصداقية الإجابات.

٣- وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٦٣) عبارة تم تقسيمهم كالاتي:

(١٨) عبارة للبعد الاجتماعي- (١٨) عبارة للبعد النفسي- (١٣) عبارة للبعد الجسمي - (١٤) عبارة للبعد الروحي ويتم التحقق من درجة الصحة النفسية من خلال ثلاثة بدائل (دائماً، أحياناً، أبداً).

٤- الدراسة الاستطلاعية للمقياس:

أجرت الباحثة دراسة استطلاعية على عدد (٥) من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بخلاف عينة البحث الأساسية بهدف:
-التحقق من مناسبة تعليمات المقياس لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية
-التحقق من إمكانية تطبيق المقياس بصورة الكترونية.
- التحقق من ملائمة فقرات المقياس لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وعدم غموض العبارات.
-الكشف عن الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية أثناء تطبيق المقياس.
وقد توصلت الباحثة بعد الدراسة الاستطلاعية إلى أنه يمكن تطبيق المقياس بصورة الكترونية عن طريق مشاركة رابط جوجل درايف مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، ولا توجد تعليمات أو فقرات غامضة بالمقياس.

٥_ زمن تطبيق المقياس

لم تحدد الباحثة زمن معين لتطبيق المقياس لكي تتيح فرصة لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية للإجابة على جميع مفردات المقياس دون التقيد بزمن محدد.

٦-تعليمات تطبيق المقياس

- تقوم بالإجابة عليه أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.
- تضع الأم علامة واحدة أمام الخيار الذي يمثل أقرب وصف لما تشعر به.

٧-مفتاح تصحيح مقياس الصحة النفسية للأمهات

يصحح المقياس على أساس تدرج الإجابة على كل بعد تبع لثلاثة بدائل هي (دائما – أحيانا – أبدا) وعلى ذلك يكون اتجاه تقدير الدرجات على بنود المقياس كما يلي (٣- ٢- ١) للعبارات الإيجابية، (١-٢-٣) للعبارات السلبية يتكون المقياس من (٦٣) عبارة، تجمع درجات فقرات كل المقياس، مستوى السقف للمقياس (١٨٩) والمستوى القاعدي للمقياس (٦٣). وكلما ارتفعت درجة الأم على مقياس الصحة النفسية دل ذلك على ارتفاع مستوي الصحة النفسية لديها، وكلما قلت دل ذلك على انخفاض مستوي الصحة النفسية لديها.

٨-الخصائص السيكومترية لمقياس الصحة النفسية للأمهات:

معاملات الصدق:

١-صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس على (٥) من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية، و النفسية و قد اتفق الخبراء على صلاحية العبارات و بدائل الإجابة للغرض المطلوب، و تراوحت معاملات الصدق للمحكمين بين ٠.٨٠ & ١.٠٠ مما يشير الى صدق العبارات و ذلك باستخدام معادلة "لوش" Lawshe. (عبد الرحمن، ٢٠٠٨)

وقد راعت الباحثة التعديلات التي اقترحتها السادة المحكمون ومنها:

العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
أشعر بعدم الرغبة في تناول الطعام بعد إيجابي لطفلي المعاق	حذف هذه العبارة
ألم نفسي لأبسط الأمور بسبب طفلي المعاق	حذف هذه العبارة
تخجلني سلوكيات طفلي المعاق أمام الناس	أحذف من سلوكيات طفلي المعاق أمام الناس
استشعر لظانف الثواب العظيم بالصبر على الابتلاء	استشعر ثواب الله العظيم بالصبر على الابتلاء

وبعد إجراء التعديلات المطلوبة، تم وضع مقياس الصحة النفسية في صورته النهائية

٢- الصدق العاملي:

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هوتلنج على عينة قوامها ٢٠٠ أم، ثم تدوير المحاور بطريقة فاريماكس Varimax فأسفرت نتائج التحليل العاملي عن وجود أربعة أبعاد الجذر الكامن لها أكبر من الواحد الصحيح على محك كايزر فهي دالة إحصائياً، كما وجد أن قيمة اختبار كايزر - ماير - اوليكن (KMO) لكفاية و ملائمة العينة (٠.٩١٤) أكبر من ٠.٥٠، و هي تدل على مناسبة حجم العينة للتحليل العاملي ويوضح جدول (٧) الأبعاد الأربعة و البنود التي تشبعت بكل بعد من أبعاد المقياس.

جدول (٧): قيم معاملات تشبع المفردات على الأبعاد الأربعة المستخرجة لمقياس الصحة النفسية للأمهات

البعد الرابع: البعد الروحي		البعد الثالث: البعد الجسمي		البعد الثاني: البعد النفسي		البعد الأول: البعد الاجتماعي	
معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة
٠.٨٥	٥٠	٠.٧٩	٣٧	٠.٨٧	١٩	٠.٧٩	١
٠.٨٥	٥١	٠.٧٩	٣٨	٠.٧٨	٢٠	٠.٧٥	٢
٠.٧٧	٥٢	٠.٧٧	٣٩	٠.٧٥	٢١	٠.٧٢	٣
٠.٧٣	٥٣	٠.٧٧	٤٠	٠.٧٥	٢٢	٠.٧٢	٤
٠.٧٣	٥٤	٠.٧٥	٤١	٠.٦٧	٢٣	٠.٧١	٥
٠.٧٠	٥٥	٠.٧٥	٤٢	٠.٦١	٢٤	٠.٧٠	٦
٠.٦٨	٥٦	٠.٦١	٤٣	٠.٦١	٢٥	٠.٦٩	٧
٠.٥٣	٥٧	٠.٥٢	٤٤	٠.٥٩	٢٦	٠.٦٧	٨
٠.٥١	٥٨	٠.٤١	٤٥	٠.٥٨	٢٧	٠.٦٤	٩
٠.٤٥	٥٩	٠.٤٠	٤٦	٠.٥٨	٢٨	٠.٦٣	١٠
٠.٤٤	٦٠	٠.٣٩	٤٧	٠.٥٤	٢٩	٠.٦٣	١١
٠.٤٣	٦١	٠.٣٧	٤٨	٠.٥٤	٣٠	٠.٦٠	١٢
٠.٤٠	٦٢	٠.٣٧	٤٩	٠.٥٣	٣١	٠.٦٠	١٣
٠.٤٠	٦٣			٠.٥٣	٣٢	٠.٦٠	١٤
				٠.٥٠	٣٣	٠.٦٠	١٥

البعد الرابع: البعد الروحي		البعد الثالث: البعد الجسمي		البعد الثاني: البعد النفسي		البعد الأول: البعد الاجتماعي	
معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة
				٠.٤٩	٣٤	٠.٥٨	١٦
				٠.٤٩	٣٥	٠.٥٤	١٧
				٠.٤٥	٣٦	٠.٤٥	١٨
٤.٣	الجذر الكامن	٥.٤	الجذر الكامن	٥.٧	الجذر الكامن	١٧.٩	الجذر الكامن
%٦.٩	نسبة التباين	%٨.٦	نسبة التباين	%٩.٠٥	نسبة التباين	%٢٨.٥	نسبة التباين
KMO = 0.914							

يتضح من جدول (٧) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

معاملات الثبات

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ وإعادة التطبيق على عينة قوامها ٢٠٠ أم، كما يتضح فيما يلي:

١- معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ على عينة قوامها ٢٠٠ أم كما يتضح في جدول (٨)

جدول (٨): معاملات الثبات لمقياس الصحة النفسية للأمهات بطريقة الفا كرونباخ

الأبعاد	معاملات الثبات
البعد الاجتماعي	٠.٨٣
البعد النفسي	٠.٨٧
البعد الجسمي	٠.٧٠
البعد الروحي	٠.٧٨
الدرجة الكلية	٠.٩٤

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

٢- معاملات الثبات بطريقة اعادة التطبيق:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة اعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعان بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني على عينة قوامها ٢٠٠ أم كما يتضح في جدول (٩)

جدول (٩): معاملات الثبات للصحة النفسية للأمهات بطريقة اعادة التطبيق

الأبعاد	معاملات الثبات
البعد الاجتماعي	٠.٩٣

٠.٩١	البعد النفسي
٠.٩٤	البعد الجسمي
٠.٩٢	البعد الروحي
٠.٩٣	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٩) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

ثانياً: مقياس الأمن النفسي المصور لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (إعداد الباحثة):

١- الهدف من المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى قياس الأمن النفسي (البعد الذاتي- البعد الأسري- البعد المدرسي- البعد الاجتماعي) لدي أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

٢- تصميم المقياس:

تم تصميم المقياس في ضوء ما جاء بالإطار النظري للبحث والاطلاع على دراسات سابقة، وبعض الاختبارات الخاصة بالأمن النفسي.

ومن أهم ما تم الاطلاع عليه

- مقياس الأمن النفسي إعداد (أبو طالب، ٢٠١١)

- مقياس الأمن النفسي إعداد (جاد، ٢٠٢٠)

- مقياس الأمن النفسي إعداد (الحسيني والخالدي، ٢٠٢٢)

وقد روعي في تصميم المقياس ما يلي: -

- صياغة بعض البدائل الممكن حدوثها في هذه المواقف في عبارات مناسبة لخبرات ومستويات وخصائص نمو أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية مع مراعاة أن تكون هذه البدائل مألوفة في البيئة التي يعيش فيها الأطفال وأن تكون وفقاً للمواصفات الآتية: -

• أن تكون البدائل مصورة وذات فكرة واحدة حتى لا يربك طفل مرحلة التهيئة بوجود التفاصيل، ومكبرة إلى حد ما وتركز على موضوع الموقف ذاته.

• أن تكون هذه البدائل ملونة وواضحة ومحددة المعنى ولا تحتاج لتفسير لاحتوائها على فكرة واحدة تتصل بالموقف التابع له هذا البديل حتى لا يشتت انتباه طفل مرحلة التهيئة.

• ألا نقل البدائل عن ثلاثة متدرجة المعنى من الإيجابية إلى السلبية.

• أن توضع البدائل الأكثر إيجابية في توزيع عشوائي حتى لا يكتشف الطفل أي ترتيب منظم لها.

• صياغة العبارات بلغة بسيطة وسهلة مناسبة لطفل مرحلة التهيئة ومستمدة من قاموسه اللغوي.

• مراعاة مقترحات المعلمات والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين وأولياء الأمور بالإضافة إلى ملاحظات الباحثة نفسها لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، وذلك في عبارات واضحة

ومحددة ومختصرة.

٣- وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٤٠) موقف تم تقسيمهم كالآتي

(١٠) مواقف لبعده الأمن الذاتي - (١٠) مواقف لبعده الأمن الأسري - (١٠) مواقف لبعده الأمن المدرسي - (١٠) مواقف لبعده الأمن النفسي الاجتماعي.

٤- الدراسة الاستطلاعية للمقياس:

أجريت الدراسة الاستطلاعية على (٥) أطفال بمرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بخلاف عينة البحث الأساسية بهدف:

- الكشف عن الصعوبات التي قد تواجه الباحثة أثناء تطبيق المقياس.
 - التحقق من ملائمة مواقف المقياس مع أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية. وعدم غموض المواقف وبدائلها.
 - التحقق من ملائمة طريقة عرض بنود المقياس مع خصائص أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.
 - تحديد الزمن اللازم لتطبيق المقياس.
 - التدريب على تطبيق المقياس من قبل الباحثة.
- وقد توصلت الباحثة بعد الدراسة الاستطلاعية إلى أن المقياس طويل؛ حيث اشتمل كل بعد على (١٧ موقف)، فقامت الباحثة بتقليل عدد المواقف، ليصبح كل بعد يشتمل على (١٠ مواقف فقط) ولا توجد تعليمات أو مواقف غامضة بالمقياس.

٥- زمن تطبيق المقياس:

لم تحدد الباحثة زمن معين لتطبيق المقياس لكي تتيح فرصة لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية للإجابة على جميع مفردات المقياس دون التقيد بزمن محدد.

٦- تعليمات تطبيق المقياس:

- وضع مقياس الأمن النفسي المصور كي يستخدم بطريقة فردية لضمان إمكان إيجاد علاقة طيبة بالطفل، وضمان تعاونه وكسب ثقته وإثارة اهتمامه وتجنب تقليد الأطفال لبعضهم في الاستجابة وإمكان الحصول على استجابات قد لا تذكر في الموقف الجماعي.

- يشرح للطفل المطلوب من كل سؤال بأسلوب لغوي بسيط وواضح.
- يعرض الموقف على الطفل بقراءة واضحة، ثم قراءة البدائل التابعة له بصوت مرتفع وقراءة واضحة بدون تمييز أو إحياء.

- تسجل إجابة الطفل في استمارة تسجيل الاستجابات الخاصة به بوضع علامة (√) تحت رقم الصورة التي اختارها الطفل، وإمام رقم السؤال مع مراعاة عدم الإحياء للطفل بان إجابته هي المقبولة أم لا؟.

- إعادة قراءة الموقف والبديل التابع له إذا لم يجيب الطفل لسبب ما مرة أخرى فليس للمقياس زمن محدد لوجود فروق فردية بين الأطفال ولإتاحة الفرصة للإجابة على جميع مواقف المقياس.

- يختار الطفل إجابة واحدة لكل موقف حيث يتكون كل سؤال من مقدمة (موقف) يليها ثلاثة بدائل مصورة يشار إليها بالأرقام (١-٢-٣) يختار الطفل احداها.

- يمكن إجراء تعديلات لفظية علي صياغة الموقف أو البدائل بشرط عدم الخروج عن هدف المقياس.

- أن تحاول الباحثة تشجيع الطفل.

- تنتظر الباحثة مدة ١٥ دقيقة بين كل بعد وآخر لتجنب عامل التشتت والتعب.

- تراعي الباحثة انتباه الطفل بصورة كلية فنقوم بإزالة كل الألعاب والأدوات المشتتة.

٧- مفتاح تصحيح مقياس الأمن النفسي المصور:

يتكون هذا المقياس من (٤٠) موقفاً، ويحتوي كل موقف على ثلاثة بدائل مصورة وبالتالي فإن مجموع البدائل يساوي (١٢٠) بديلاً، وعلي الطفل اختيار بديل واحد لكل موقف تسجله الباحثة في ورقة الإجابة المنفصلة الخاصة بكل طفل ويتم التصحيح بناء على المفتاح المعد لذلك بحيث يأخذ البديل الأكثر إيجابية ثلاث درجات، والبديل الأقل إيجابية درجتين، والبديل السلبي درجة واحدة. وبذلك فإن ارتفاع الدرجة الكلية على مقياس الأمن النفسي يشير إلى ارتفاع درجة الأمن النفسي لدى الطفل، وأعلى درجة يحصل عليها الطفل في هذا المقياس هي (١٢٠) درجة وأقل درجة يحصل عليها الطفل هي (٤٠) درجة.

٨- الخصائص السيكومترية لمقياس الأمن النفسي المصور:

أولاً: معاملات الصدق:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس على (٥) من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية وقد اتفق الخبراء على صلاحية المواقف وبدائل الإجابة للغرض المطلوب وتراوحت معاملات الصدق للمحكمين بين ٠.٨٠ & ١.٠٠. مما يشير إلى صدق العبارات وذلك باستخدام معادلة "لوش" Lawshe. (عبد الرحمن، ٢٠٠٨)

وقد راعت الباحثة التعديلات التي اقترحتها السادة المحكمون ومنها:

الموقف قبل التعديل		
لو بابا طلب منك تشتري له حاجة		
بتكون متضايق ومبترحش تجبهاله	بتكون متضايق وبتروح تجبهاله	بتكون فرحان وبتروح تجبهاله
		
الموقف بعد التعديل		
حذف الموقف لعدم مناسبته مع خصائص أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية		
تم إضافة موقف آخر		
لما تنسي شنطتك بالفصل وصاحبك يجيها لك		
تأخذ الشنطة وتضرب صاحبك	تأخذ الشنطة وتمشي	تأخذ الشنطة وتقول له شكرا
		

وبعد إجراء التعديلات المطلوبة، تم وضع مقياس الأمن النفسي المصور في صورته النهائية

٢- الصدق العاملي:

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي الإستكشافي للمقياس بتحليل المكونات الأساسية بطريقة هوتلنج على عينة قوامها ٢٠٠ طفلا، ثم تدوير المحاور بطريقة فاريمكس Varimax فأسفرت نتائج التحليل العاملي عن وجود أربعة أبعاد الجذر الكامن لها أكبر من الواحد الصحيح على محك كايزر فهي دالة إحصائيا، كما وجد أن قيمة اختبار كايزر - ماير - اوليكن (KMO) لكفاية و ملائمة العينة (٠.٨٦٣) أكبر من ٠.٥٠، و هي تدل على مناسبة حجم العينة للتحليل العاملي ويوضح جد ول (١٠) الأبعاد الأربعة و البنود التي تشبعت بكل بعد من أبعاد المقياس.

جدول (١٠): قيم معاملات تشبع المفردات على الأبعاد الأربعة المستخرجة لمقياس الأمن النفسي المصور للأطفال

البعد الرابع: الأمن النفسي الاجتماعي		البعد الثالث: الأمن النفسي المدرسي		البعد الثاني: الأمن النفسي الأسري		البعد الأول: الأمن النفسي الذاتي	
معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة	معامل التشبع	المفردة
٠.٨٦	٣١	٠.٨٥	٢١	٠.٨٦	١١	٠.٧٨	١
٠.٨٢	٣٢	٠.٨١	٢٢	٠.٨٢	١٢	٠.٧٤	٢
٠.٧٤	٣٣	٠.٧٧	٢٣	٠.٧٢	١٣	٠.٧٣	٣
٠.٧٢	٣٤	٠.٦٩	٢٤	٠.٦٧	١٤	٠.٧٢	٤
٠.٦٣	٣٥	٠.٦٥	٢٥	٠.٦٦	١٥	٠.٦٩	٥
٠.٦٠	٣٦	٠.٦٤	٢٦	٠.٦٥	١٦	٠.٦٦	٦
٠.٥٥	٣٧	٠.٥٨	٢٧	٠.٦١	١٧	٠.٦٤	٧
٠.٤٩	٣٨	٠.٥٠	٢٨	٠.٥٥	١٨	٠.٦٣	٨
٠.٤٨	٣٩	٠.٤٦	٢٩	٠.٥٣	١٩	٠.٥٩	٩
٠.٤٥	٤٠	٠.٤٥	٣٠	٠.٥٢	٢٠	٠.٥٦	١٠
٣.٢٧	الجذر الكامن	٣.٨٧	الجذر الكامن	٤.٢٨	الجذر الكامن	١٣.٥	الجذر الكامن
٨.١٧%	نسبة التباين	٩.٦٩%	نسبة التباين	١٠.٧%	نسبة التباين	٣٣.٧%	نسبة التباين

$$KMO = 0.863$$

يتضح من جدول (١٠) أن جميع التشبعات دالة إحصائياً حيث ان قيمة كل منها أكبر من ٠.٣٠ على محك جيلفورد.

معاملات الثبات:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقتي الفا كرونباخ وإعادة التطبيق بفواصل زمني قدره أسبوعان بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني على عينة قوامها ٢٠٠ طفلاً كما يتضح فيما يلي:

١- معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ على عينة قوامها ٢٠٠ طفلاً كما يتضح في جدول (١١).

جدول (١١): معاملات الثبات لمقياس الأمن النفسي المصور للأطفال بطريقة الفا كرونباخ

معاملات الثبات	الأبعاد
٠.٧٧	الأمن النفسي الذاتي
٠.٧٨	الأمن النفسي الأسري
٠.٨٠	الأمن النفسي المدرسي
٠.٧٩	الأمن النفسي الاجتماعي
٠.٩٤	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (١١) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

٢- معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق:

قامت الباحثة بإيجاد معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره أسبوعان بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني على عينة قوامها ٢٠٠ طفلا كما يتضح في جدول (١٢)

جدول (١٢): معاملات الثبات لمقياس الأمن النفسي المصور للأطفال بطريقة إعادة التطبيق

الأبعاد	معاملات الثبات
الأمن النفسي الذاتي	٠.٩١
الأمن النفسي الأسري	٠.٩٤
الأمن النفسي المدرسي	٠.٩٣
الأمن النفسي الاجتماعي	٠.٩٢
الدرجة الكلية	٠.٩٦

يتضح من جدول (١٢) أن قيم معاملات الثبات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

ثالثا: مقياس تقدير المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية: إعداد حسن (٢٠١٨)

يعتمد هذا المقياس على قياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة من خلال أربعة أبعاد شاملة المستوى الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة، هي (المؤهلات التعليمية، والأوضاع المهنية، والدخل المعيشي لكلا الوالدين، وأسلوبهم في ممارسة الحياة اليومية)، وقد قام معد المقياس بحساب الخصائص السيكومترية بحساب معامل الارتباط، ودلالة معامل الانحدار، وتبين أن جميع المعاملات دالة عند مستوى ٠.٠١.

رابعا: برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره على الأمن النفسي لأطفالهن (إعداد الباحثة) وصف البرنامج:

يعد هذا البرنامج من الأدوات الأساسية التي تم إعدادها لتحقيق أهداف البحث الحالي، وهو برنامج إرشادي جماعي موجه إلى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، تم إعداده وفقا (لنظرية التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi, M., 2013) وقد قامت الباحثة بتحديد الأبعاد التي تناولها البحث الحالي وفقا لنظرية التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) وهي: (وضوح الأهداف من ممارسة الأعمال، التوازن بين القدرة والتحدى،، التغذية الراجعة الفورية، الإحساس بالدافعية الداخلية، الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة، الاندماج في أداء المهام،، غياب الوعي بالذات، فقدان الإحساس بالوقت،، والإحساس بالسعادة النفسية).

مصادر إعداد البرنامج:

تم الاطلاع على مراجع ودراسات سابقة عربية وأجنبية وبرامج إرشادية مرتبطة ببرامج الإرشاد الجماعي، والتدفق النفسي، وتحسين الصحة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين عقليا والأمن

النفسية منها: (صافى، ٢٠٢٢)، (Alavi, S. S., et.al., 2021)، (Csikszentmihalyi, M., 2013)، (الوكيل، ٢٠١٥)، (حسنين، ٢٠٢٢)، (الحسيني والخالدي، ٢٠٢٢)، (Wangqian Fu, et.al, 2023)، (Park, S. K., & Lee, S. M., 2023) و (أبو وردة، ٢٠٢٠).

الأسس والمبادئ التي يقوم عليها البرنامج:

الأسس العامة: أخذت الباحثة في اعتبارها عند إعداد البرنامج الخصائص الاجتماعية، النفسية، الجسمية، الروحية والمرحلة العمرية لعينة البحث من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، ومدى استعدادهم للتفاعل في جلسات البرنامج، وقابلية السلوك للتعديل، وحق كل فرد في التقبل دون قيد أو شرط.

الأسس الفلسفية: استمد البرنامج أصوله الفلسفية من أن الصحة النفسية تعتبر عنصرا هاما في حياة الفرد بصفة عامة وتحقيقها يساعده في مواجهة مشاق الحياة وصعوباتها للوصول الي الحياة الهانئة السعيدة وتحقيق أهداف حياته وغاياتها كما أن الإنسان تكمن بداخله العديد من القوى الإيجابية كالتدفق النفسي، والتي يمكن من خلالها تحسين الصحة النفسية فتكون بمثابة حائط صدٍ ضدّ المشكلات و الضغوط التي تواجهه، فيشعر بالسعادة والرضا؛ وتقبل الذات والآخرين مما ينعكس على سلوكه العام، كما يستمد البرنامج فلسفته من الالتزام بأخلاقيات الإرشاد النفسي والمحافظة على سرية المعلومات وإقامة علاقة مهنية تقوم على الألفة والتعاون.

الأسس النفسية والتربوية: حرصت الباحثة على مراعاة أن الإرشاد النفسي يعد الشق العملي لعلم الصحة النفسية حيث يمكن من خلاله مساعدة أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي تجاوز الضغوط النفسية والتي تقف عائقا أمام تحقيق صحتهم النفسية وخاصة المتعلقة بأطفالهن المعوقين عقليا. فعن طريق الإرشاد النفسي الجماعي يمكن تبصيرهن بقدراتهن وإمكاناتهن الكامنة والتي من خلالها تجنبهن الوقوع فريسة لبعض الأمراض النفسية، فيعمل على معالجة الاضطرابات وتحسين مستوى التفاعل عن طريق الاستفادة من قدراتهن واستعدادهن للتدريب على تلافي أسباب عدم التوافق وتحسين صحتهم النفسية في جو من المودة والمرح وتقبل الآخرين.

الأسس الاجتماعية: استخدمت الباحثة أسلوب الإرشاد الجماعي والذي يقوم على أن الإنسان كائن اجتماعي لديه حاجات اجتماعية ونفسية ينبغي إشباعها في إطار اجتماعي؛ فبالرغم من وجود فروق فردية بين الأفراد إلا أن كل فرد يشترك سلوكيا مع غيره في كثير من خصائص السلوك وأنماطه؛ فمن خلال جلسات البرنامج يتمكن أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من التنفيس الانفعالي وتحسين التوافق الاجتماعي من خلال الأنشطة المختلفة، واختفاء التوتر والقلق والمخاوف وزيادة الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية وتقبل الذات والآخر.

الأسس الإدارية: حرصت الباحثة على توفير المناخ المناسب لتطبيق البرنامج الإرشادي الجماعي القائم على التدفق النفسي من حيث المكان والزمان، وإعداد الأدوات، والوسائل اللازمة لتطبيق وتقييم جلسات البرنامج.

الخدمات التي يقدمها البرنامج:

تتمثل الخدمات المباشرة في مساعدة أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في تحسين الصحة النفسية لديهن، واكتساب أساليب و استراتيجيات تساعدن في خفض الشعور بالخوف والقلق وتقوية الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية والدافعية للإنجاز، أما الخدمات غير المباشرة فتتضمن خدمات اجتماعية تتمثل في تدعيم العلاقات بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية أثناء الجلسات الإرشادية، مما ساعدن على دعم العمل الجماعي والتعاوني بينهن وإحساسهن بالدعم الاجتماعي وإشباع الاحتياجات المعرفية الخاصة بأطفالهن، وخدمات إنسانية تتمثل في الاهتمام بأمهات أطفال مرحلة التهيئة التي في حاجة ملحة الي الدعم والمساندة بإكسابهن طاقة إيجابية ومشاركتهن مشاعرهن في الأنشطة الخاصة بالتفريغ الانفعالي مما يقوي ثقتهن بأنفسهن وتحملهن المسؤولية في حل مشاكلهن بأنفسهن وتقبل أطفالهن المعوقين عقليا لما له من أثر إيجابي على تحسين الأمن النفسي لأطفالهن المعوقين عقليا.

التخطيط العام للبرنامج:

اشتملت عملية التخطيط العام للبرنامج على تحديد الأهداف العامة والإجرائية، وفلسفة البرنامج، والأساليب والعمليات المستخدمة في تنفيذه، ومحتوى الجلسات، وتقييم الجلسات، مراحل تنفيذ البرنامج، الحدود الإجرائية للبرنامج.

وفيما يلي خطوات بناء البرنامج:

أ- **تحديد أهداف البرنامج:** قامت الباحثة بتحديد الأهداف العامة للبرنامج والتي تضمنت:

- هدف علاجي: تحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وذلك من خلال استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي القائم على التدفق النفسي.
 - هدف وقائي: يكتسب أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعض الفنيات والأساليب الإرشادية التي تساعدنهم في تحسين الصحة النفسية وخفض الضغوط والمشكلات التي تواجههن.
 - هدف نمائي: تحسين الأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي مع أمهاتهن.
- ثم قامت الباحثة بصياغة الأهداف الإجرائية لجلسات البرنامج.

ب- **فلسفة البرنامج:** اشتقت فلسفة البرنامج من:

نظرية التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) حيث ذكر Csikszentmihalyi, M (1990) أن التدفق النفسي له أهمية كبيرة نوجزها فيما يلي (يتيح للأفراد الفرصة للنمو ولضبط وتنظيم ذواتهم وبناء المصادر النفسية والوصول الي ما يسمى بالخبرة المثلي، التدفق النفسي يعد أحد وسائل تحسين جودة الحياة ومساعدة الفرد علي مواجهة الاضطرابات والتحديات والمصاعب لتحقيق الصحة النفسية، كما يترتب علي الدخول بحالة التدفق النفسي آثار

إيجابية منها تقوية الثقة بالنفس والاستقلالية والقدرة علي مواجهة الصعوبات وتحمل المسؤولية وخفض الشعور بالخوف واللامبالاة والملل.

ج- الأساليب والفنيات المستخدمة في تنفيذ البرنامج:

استخدمت الباحثة الأبعاد التي تناولها البحث الحالي وفقا لنظرية التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi وهي: (التوازن بين القدرة والتحدى، ووضوح الأهداف من ممارسة الأعمال، والتغذية الراجعة الفورية، والإندماج في أداء المهام، والشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة، والإحساس بالدافعية الداخلية، وفقدان الإحساس بالوقت، وغياب الوعي بالذات، والإحساس بالسعادة النفسية).

د- محتوى الجلسات:

جدول (١٣): نماذج لمحتوى جلسات البرنامج

رقم الجلسة	عنوان الجلسة	أهداف الجلسة
الثالثة	خصائص نمو أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية	أن تتعرف الأم على خصائص نمو طفلها. أن تدرك الأم دورها في تلبية احتياجات طفلها.
الحادية عشر	صندوق المشاعر	أن تتعرف الأم على المشكلة التي تعاني منها (التبصير بالمشكلة). أن تمارس الأم التفرغ الانفعالي. أن تشعر الأم بالقدرة على التحكم والسيطرة.
الثالثة عشر	السعادة تتطلب أهدافاً	أن تتعرف الأم على معنى وضوح الأهداف من ممارسة الأعمال. أن تشعر الأم بأهمية وضوح الأهداف من ممارسة الأعمال للوصول للتدفق النفسي. أن تمارس الأم مهارة تحديد الأهداف.
الخامسة والعشرين	تقييم البرنامج الإرشادي	أن تتحدث الأم عن أهم الأهداف التي حققها البرنامج

ه- تقويم الجلسات:

تم الاعتماد على:

التقويم البنائي: Formation Evaluation

قامت الباحثة بعمل دراسة استطلاعية هدفت إلى: معرفة نواحي القصور في البرنامج والمعوقات التي قد تواجهها أثناء التطبيق، والتدريب على تطبيق البرنامج، تحديد الأوقات المناسبة لتطبيق البرنامج.

واشتملت الدراسة الاستطلاعية على (٥) من أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية - بخلاف عينة البحث الأساسية -وقامت الباحثة بتطبيق معظم جلسات البرنامج عليهم. ولقد أوضحت الدراسة الاستطلاعية عدة نقاط وضعتها الباحثة في الاعتبار ومنها (التعرف على المدي

الزمني المناسب للجلسة بالنسبة لظروف الأمهات والتي تمثلت في حدود (ساعة ونصف الي ساعتين) تقريبا وقامت الباحثة بإعداد البرنامج في صورته النهائية وفقا لنتائج الدراسة الاستطلاعية. كما تم عرض البرنامج على (٥) من الخبراء المتخصصين في مجال التربية الخاصة وعلم النفس؛ بهدف الوقوف على نواحي القصور في البرنامج لتعديلها. وفي ضوء تطبيق الدراسة الاستطلاعية، وكذلك آراء السادة المحكمين، أخذت الباحثة بهذه الملاحظات، وتم تعديل البرنامج حتى أصبح جاهزا للتطبيق في صورته النهائية. كما قامت الباحثة بالتقويم المستمر لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (عينة البحث) خلال جلسات البرنامج للوقوف على مدى تحقق أهداف البرنامج.

التقويم النهائي: Summative Evaluation

استخدمت الباحثة مقياس الصحة النفسية للتحقق من فعالية البرنامج، وذلك بعد الإنتهاء من جلسات البرنامج. كما قامت بالقياس التتبعي؛ بتطبيق مقياس الصحة النفسية بعد شهر من انتهاء البرنامج من القياس البعدي، للتحقق من استمرار فعالية البرنامج الإرشادي الجماعي القائم على التدفق النفسي بعد مرور فترة من تطبيقه.

و- مراحل تنفيذ البرنامج:

تم تطبيق البرنامج في ضوء ثلاث مراحل:

- المرحلة الأولى: مرحلة التهيئة وهدفت إلى التعارف بين الباحثة وأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (عينة البحث).
- المرحلة الثانية: مرحلة التدريب وقد هدفت إلى القيام بالتدريب الفعلي على المهارات التدريبية المتضمنة بالبرنامج الإرشادي القائم على التدفق النفسي.
- المرحلة الثالثة: إعادة التدريب وهدفت إلى إعادة تدريب أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية (عينة البحث)، على جلسات البرنامج لمنع حدوث انتكاسه بعد انتهاء البرنامج، والعمل على استمرار فاعليته.
- ى - الحدود الإجرائية للبرنامج:
- الحدود الزمانية: تم تطبيق البرنامج على مدى شهر، بواقع أربع جلسات أسبوعياً، ومدة الجلسة من (٦٠-٩٠) دقيقة وفي بعض الجلسات وصلت الي (١٢٠) دقيقة
- الحدود المكانية: تم تطبيق البرنامج بمدرسة التربية الفكرية بمركز (أجا) التابعة لمحافظة الدقهلية.
- الحدود البشرية: تم تنفيذ البرنامج على (١٠) من أمهات أطفال مرحلة التهيئة (عينة البحث التجريبية)؛ الذين يعانون من انخفاض مستوى الصحة النفسية لديهم وانخفاض مستوى الأمن النفسي لدي أطفالهن.

رابعاً: نتائج البحث وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ودراسات سابقة:

نتائج البحث:

الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على انه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وأمهات المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح المجموعة التجريبية. و للتحقق من صحة الفرض الأول، قامت الباحثة باستخدام اختبار مان ويتى لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و أمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات كما يتضح في جدول (١٤)

جدول (١٤): الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وأمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات ن=٢٠

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة	معامل التأثير d	حجم الأثر
البعد الاجتماعي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨٢٦	دالة عند مستوى ٠.٠١	إصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير
البعد النفسي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٧٩٨	دالة عند مستوى ٠.٠١	إصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٤	كبير
البعد الجسمي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨١٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	إصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير
البعد الروحي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨١٠	دالة عند مستوى ٠.٠١	إصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير
الدرجة الكلية	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٧٨٠	دالة عند مستوى ٠.٠١	إصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٤	كبير

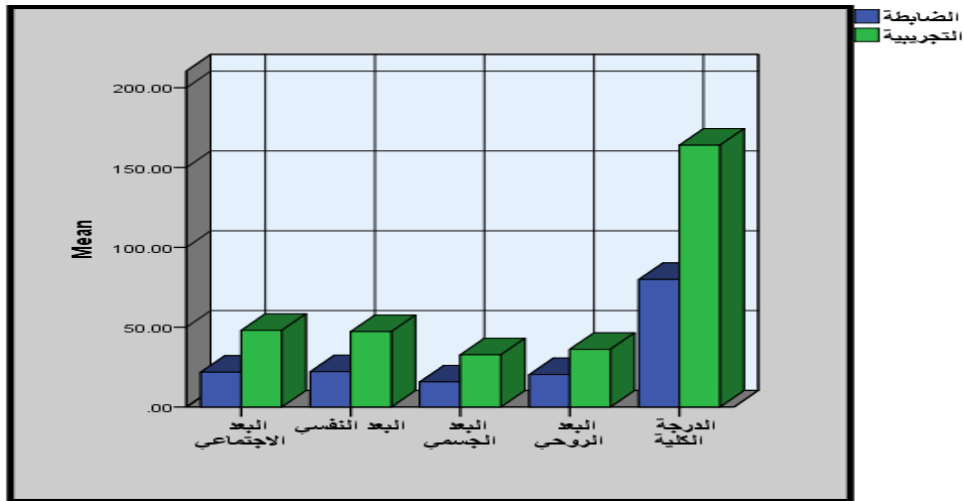
$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و أمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح المجموعة التجريبية.

كما يتضح من جدول (١٤) ان حجم الأثر أكبر من ٠.٥٠ ، على محك كوهين و هي قيم ذات تأثير قوى مما يدل على وجود أثر فعال للبرنامج فى تحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

و يوضح شكل (٣) الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و أمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات.



شكل (٣): الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و أمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات

وللتحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، قامت الباحثة باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة (Blake Gain Ratio) كما يتضح فى جدول (١٥)

جدول (١٥): فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة

المتغيرات	المجموعة	المتوسط	النهاية العظمى	نسبة الكسب	الفعالية
البعد الاجتماعي	التجريبية	٤٨	٥٤	١.٢٩	كبيرة
	الضابطة	٢١.٨			
البعد النفسي	التجريبية	٤٧.٢	٥٤	١.٢٥	كبيرة
	الضابطة	٢٢.١			
البعد الجسدي	التجريبية	٣٢.٧	٣٩	١.٢٢	كبيرة
	الضابطة	١٥.٧			
البعد الروحي	التجريبية	٣٦.١	٤٢	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	٢٠.٣			
الدرجة الكلية	التجريبية	١٦٤	١٨٩	١.٢٤	كبيرة
	الضابطة	٧٩.٩			

يتضح من جدول (١٥) ان نسبة الكسب لفعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة، حيث ان قيمة كل منها أكثر من ١.٢، وهذا يدل على فعالية البرنامج في تحسين مستوى الصحة النفسية لدى الأمهات.

الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على انه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وبعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح القياس البعدي.

و للتحقق من صحة الفرض الثاني، قامت الباحثة باستخدام اختبار ولكوكسن Wilcoxon لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و بعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات كما يتضح في جدول (١٦)

جدول (١٦): الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وبعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات $n=10$

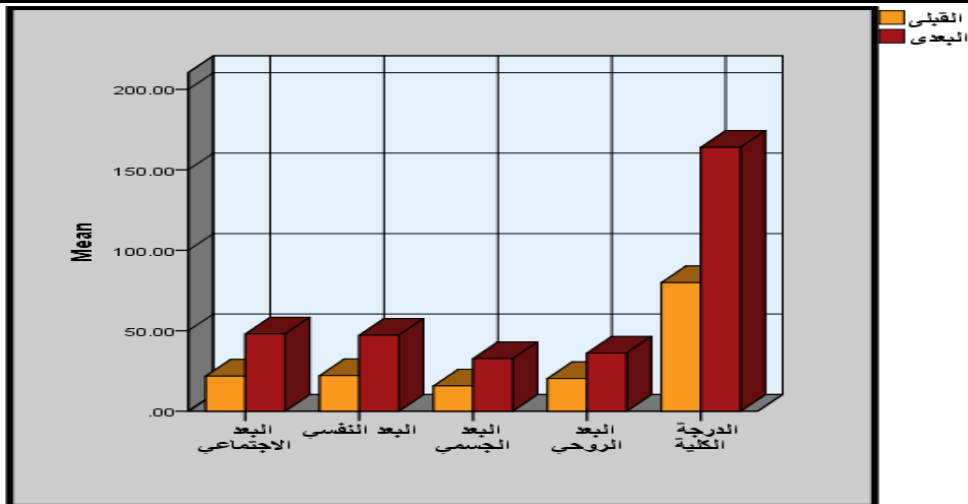
المتغيرات	القياس القبلي- البعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة	معامل التأثير d	حجم الأثر
البعد الاجتماعي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥	- ٥٥	٢.٨٠٩	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٨	كبير
البعد النفسي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥	- ٥٥	٢.٨٠٥	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٨	كبير
البعد الجسمي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥	- ٥٥	٢.٨١٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
البعد الروحي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥	- ٥٥	٢.٨٢٣	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
الدرجة الكلية	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥	- ٥٥	٢.٨٠٥	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٨	كبير

$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و بعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات لصالح القياس البعدي. كما يتضح من جدول (١٦) ان حجم الأثر أكبر من ٠.٥٠، على محك كوهين و هي قيم ذات تأثير قوى مما يدل على وجود أثر فعال للبرنامج في تحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

و يوضح شكل (٤) الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و بعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات.



شكل (٤): الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي وبعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات

وللتحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، قامت الباحثة باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة (Blake Gain Ratio) كما يتضح في جدول (١٧)

جدول (١٧): فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة

المتغيرات	القياس	المتوسط	النهائية العظمى	نسبة الكسب	الفعالية
البعدي الاجتماعي	البعدي	٤٨	٥٤	١.٣٠	كبيرة
	القبلي	٢١.٨			
البعدي النفسي	البعدي	٤٧.٢	٥٤	١.٢٥	كبيرة
	القبلي	٢٢.١			
البعدي الجسدي	البعدي	٣٢.٧	٣٩	١.٢٣	كبيرة
	القبلي	١٥.٧			
البعدي الروحي	البعدي	٣٦.١	٤٢	١.٢١	كبيرة
	القبلي	٢٠.٣			
الدرجة الكلية	البعدي	١٦٤	١٨٩	١.٢٥	كبيرة
	القبلي	٧٩.٩			

يتضح من جدول (١٧) ان نسبة الكسب لفعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية

كبيرة، حيث ان قيمة كل منها أكثر من ١.٢ وهذا يدل على فعالية البرنامج في تحسين مستوى الصحة النفسية لدى الأمهات.

كما قامت الباحثة بإيجاد نسبة التحسن بين القياسين القبلي و البعدي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كما يتضح في جدول (١٨)

جدول (١٨): نسبة التحسن بين القياسين القبلي و البعدي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية

المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن
البعد الاجتماعي	٢١.٨	٤٨	٥٤.٥%
البعد النفسي	٢٢.١	٤٧.٢	٥٣.١%
البعد الجسمي	١٥.٧	٣٢.٧	٥١.٩%
البعد الروحي	٢٠.٣	٣٦.١	٤٣.٧%
الدرجة الكلية	٧٩.٩	١٦٤	٥١.٢%

تفسير نتائج الفرضين (الأول، والثاني):

يتضح من جدول (١٤) تحقق الفرض الأول حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و أمهات أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الصحة النفسية للأمهات بأبعاده (البعد الاجتماعي، البعد النفسي، البعد الجسمي، البعد الروحي) لصالح المجموعة التجريبية، كما يتضح من جدول (١٦) تحقق الفرض الثاني والإجابة علي السؤال الأول من أسئلة البحث حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي و بعد التطبيق على مقياس الصحة النفسية للأمهات بأبعاده (البعد الاجتماعي، البعد النفسي، البعد الجسمي، البعد الروحي) لصالح القياس البعدي. ويتضح من ذلك أن برنامج الإرشاد الجماعي القائم على التدفق النفسي أثبت فعاليته في تحسين الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

وتتفق نتائج البحث مع:

- نتائج دراسة شريف (٢٠١٦) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين علم النفس الإيجابي والصحة النفسية للأفراد
- و نتائج دراسة (Karimi, Z., et.al., (2019) التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي في تحسين الرضا عن الحياة لدي مقدمي الرعاية للأطفال المعوقين.
- ونتائج دراسة شاهين (٢٠٢٠) التي توصلت الي دور الإرشاد النفسي الإيجابي في تحسين جودة الحياة للأمهات الأطفال المعوقين عقليا

- و نتائج دراسة (Alavi, S. S., et.al., (2021) التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي جماعي في تحسين جودة الحياة والصحة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين ويمكن أن تكون النتائج راجعة إلى:

◀ خبرة التدفق النفسي التي تعرضت لها أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية حيث تمثلت بوجود مستوى عال من التحديات وفي المقابل ارتفاع في مستوى المهارات مع هذه التحديات الأمر الذي ساعد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالدخول في حالة التدفق النفسي. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار اليه (Seger, J., & Potts, R., 2012), من أن التدفق حالة ممتعة وغمرة يتم تجربتها عند الانخراط في مهمة صعبة يتمتع فيها الفرد بالمهارات المطلوبة. وما أشار اليه (Engeser, S., Schiepe-Tiska, A., & Peifer, C., 2021) من أن حالة التدفق تثير المتعة عندما يكون تحدي المهمة مطابقا لقدرات الأفراد أو أعلى قليلا من المهارات التي يعتقدون أنهم يملكونها.

◀ برنامج الإرشاد الجماعي الذي تعرضت لها أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية عنصرا هاما وجوهريا في عملية التربية؛ حيث يساعدهن على فهم أنفسهن ومعرفة قدراتهن وإمكانياتهن وتطويرها، وتحديد مشكلاتهن وحاجاتهن، ومعرفة الفرص المتاحة لهن حتى يصلن إلى الشعور بالتوافق اجتماعيا ونفسيا وجسميا وروحيا، كما يساعدهن في تجاوز الضغوط التي يعانين منها ليتمكن من مواصلة الحياة وأداء أدوارهن المتعددة بكفاءة. ويتفق هذا مع ما أشارت اليه (حسين، ٢٠١٣) في دراستها عن وعي المرأة بأساليب مواجهة الضغوط وعلاقته بالاستقرار الأسري، وأيضا دراسة (Tulyamuleba, R., 2023) التي أشارت الي أن وجود طفل معوق عقليا بالأسرة مسؤولية كبيرة فهو بحاجة الي رعاية وحماية خاصة من الوالدين وخاصة الأم لذا فهي تمر بجملة من الضغوط النفسية والانفعالية تؤثر علي صحتها النفسية لذا فهي بحاجة الي الإرشاد والمساندة لمواجهة إعاقة طفلها والعمل علي الحد من تأثيراتها النفسية لما له من دور مهم في تحسين صحتها النفسية.

◀ مراعاة الباحثة عوامل نجاح الجلسات الإرشادية الجماعية، ومنها مراعاة التكافؤ بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في (العمر الزمني، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، مستوى الصحة النفسية)؛ مما ساعد على تكوين عوامل مشتركة بينهم، وتماسك الجماعة، وتعزيز التواصل والمشاركة والاهتمام والتعاطف بينهم. وتتفق الباحثة في ذلك من نتائج دراسة (Coleman, M. L., 2022) والتي أشارت إلى أن من عوامل نجاح جلسات الإرشاد الجماعي مراعاة المرشد التواصل التعاطفي مع المسترشدين، والتكافؤ بينهم في الهويات والمشكلات، ونتائج دراسة (Xie, L., 2022) والتي أشارت إلى أن حالة التدفق النفسي تعزز بالتنظيم العاطفي واليقظة الجماعية لأعضاء جماعة الإرشاد.

◀ وضوح الأهداف والمعايير الخاصة بالتحديات وتقديم التغذية الراجعة المستمرة منذ بداية تطبيق البرنامج الإرشادي والتحقق دائما من مستوى المهارة مع التحدي المفروض على الأمهات لكي لا يحدث أي إحباط أو ملل لديهن. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (Ilies, R., et.al, 2017) من أن حالة التدفق تؤدي إلى الرفاهية لدى الأفراد من خلال تأثيرها على إشباع الاحتياجات النفسية الأساسية للكفاءة والاستقلالية

◀ التحقق دائما من التركيز على أداء المهمة والإحساس بالتحكم والسيطرة وعدم الإحساس بمرور الوقت وغياب الوعي الذات كل ذلك ساعد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالدخول في حالة التدفق النفسي وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (Norsworthy, C., Jackson, B., & Dimmock, J. A., 2021). من أنه إذا وصل الإنسان الي حالة التدفق النفسي يستغرق تماما في المهمة التي يقوم بها الي الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تماما وصولا الي الشعور بالسعادة وانخفاض الوعي بالوقت أثناء الأداء ونسيان احتياجات الذات والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف ودقة الأداء.

◀ كما لاحظت الباحثة أن استخدام الإرشاد الجماعي مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية ساعد على تشجيعهن على المشاركة، والتبادل التفاعلي، وإعطائهم الفرصة للتفكير الانفعالي والتعبير عن مشاعرهن واتجاهاتهن، ودعم العمل الجماعي، والبحث عن مصادر المعرفة لتطوير الذات. كما ساعد الإرشاد الجماعي على التقليل من حدة تمرکز الأم حول ذاتها، وتوفير الفرصة لديها لتحقيق ذاتها، وتحقيق الأمن النفسي والصحة النفسية؛ لشعورها بأنها ليست الوحيدة التي تعاني من مشكلات، كذلك ساعد الإرشاد الجماعي في الحصول على مدى واسع من الاستجابات خلال جلسات البرنامج التي ساعدت في تحسين الصحة النفسية لديهن. فلقد أشار (van den Hout, J. J., Davis, O. C., & Weggeman, M. C., 2018) إلى أن التدفق النفسي في مجموعات العمل يكون أفضل من التدفق النفسي الفردي.

◀ مراعاة الباحثة بناء علاقة قائمة على الثقة مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية مما ساعد على توفير بيئة إرشادية مريحة وأمنة ساعدت على زيادة استعداد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية للمشاركة، وشعورهن بالراحة والانفتاح والانتماء، وقبول المسؤوليات، وإشباع الحاجات النفسية لديهن. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (Yusop, Y., M., & et al, 2020) إلى أن بناء الثقة في بداية الجلسة الإرشادية حتى نهايتها يجعل المسترشدين أكثر استعداداً للمشاركة، ويسهم في خفض القلق و الغضب والتوتر ويساعد في زيادة مهارات التواصل، والصحة النفسية، والإيجابية لديهم. كذلك مع ما توصلت اليه نتائج دراسة (Shim, S., S. & et al, 2022) والذي أشار إلى أن إشباع الحاجات النفسية (الانتماء، المهارات الاستقلالية، والكفاءة) يساعد في الشعور بالتدفق النفسي.

استخدام الباحثة لاستراتيجيات متعددة خلال جلسات البرنامج ساعدت على سهولة ممارسة أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية لحالة التدفق النفسي وأثبتت فعاليتها في إرشادهن ومنها (أسلوب التدريب على الإسترخاء والتدريب على حل المشكلات، والعصف الذهني، والنمذجة، والحديث الإيجابي مع الذات، والتخيل الموجه، والواجب المنزلي، والصور الذهنية، والتعلم الذاتي، والتعزيز، وقبعات التفكير، والتعلم التعاوني، والتغذية الراجعة)، فقد أشار. Ullen, (2012) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والميل لتبني استراتيجيات فعالة عند مواجهة الضغوط اليومية، كما ساعد استخدام استراتيجية الواجب المنزلي على ممارسة ما تعلمته الأمهات أثناء الجلسات في الواقع الحقيقي، مما ساعد على نقل أثر التدريب إلى واقعهن الحقيقي. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (Mausbach, B. T. & et al, 2010) أن استخدام استراتيجية الواجب المنزلي يزيد من فعالية البرنامج الإرشادي.

وضعت الباحثة هدفا لها خلال جلسات برنامج الإرشاد الجماعي القائم على التدفق النفسي هو أن يمارس أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية محرك التدفق النفسي -الذي استنتجته الباحثة - مدخلات التدفق النفسي "وضوح الأهداف من ممارسة الأعمال، التوازن بين القدرة والتحدي، والتغذية الراجعة الفورية"، عمليات التدفق النفسي "الإحساس بالدافعية الداخلية، الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة، والاندماج في أداء المهام"، ليصلن الي مخرجات التدفق النفسي " غياب الوعي بالذات، فقدان الإحساس بالوقت، والإحساس بالسعادة النفسية" مما ساعد على الاستفادة منه بمرونة في ممارسة خبرة التدفق النفسي، فالوصول لحالة التدفق النفسي يتطلب أن تتمكن أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من " تحديد الأهداف والموازنة بين القدرة والتحدي، والتغذية الراجعة، والإحساس بالدافعية الداخلية والقدرة على التحكم والسيطرة والاندماج في أداء المهام، وفقدان الإحساس بالوقت والذات والإحساس بالسعادة"، وهذه جميعها كفايات تساعد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على إدراك الضغوط النفسية، والعمل على إدارتها وصولا إلى خفضها. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (Kawalya, C. & et al, 2018) إلى أن التدفق النفسي يعزز الدافعية الداخلية للفرد، ويحقق السعادة في مكان العمل.

التدفق النفسي هو أحد القوى الإنسانية الإيجابية، وبالتالي فإن الاعتماد عليه لتحسين الصحة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية له أثر بالغ الأهمية؛ حيث يسهم في تعزيز الجوانب المضيئة والإيجابية في سلوكهن، ويساعدهن في تحقيق الإنجازات المختلفة، واستثمار قدراتهن وطاقاتهن للوصول إلى قمة السعادة، ومن ثم العيش بإيجابية، وتحقيق التوازن والبعد عن السلبية، مما يؤثر إيجابيا على خفض الضغوط المهنية لديهن ومنها الي تحسين صحتهن النفسية. وتتفق الباحثة في ذلك مع نتائج دراسة (Fan, H. L., Hou, S. T., & Lin, Y. H.) (2019)، والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين التدفق والسعادة النفسية لدى الأفراد.

الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على انه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم وأطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح المجموعة التجريبية.

و للتحقق من صحة الفرض الثالث، قامت الباحثة باستخدام اختبار مان ويتى لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم و أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال كما يتضح فى جدول (١٩)

جدول (١٩): الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم وأطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال ن=٢٠

المتغيرات	المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة	معامل التأثير d	حجم الأثر
الأمن النفسي الذاتي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨٢٢	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٦	كبير
الأمن النفسي الأسري	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨٢٣	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٦	كبير
الأمن النفسي المدرسي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨١٩	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير
الأمن النفسي الاجتماعي	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٨١٩	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير
الدرجة الكلية	الضابطة التجريبية إجمالي	١٠ ١٠ ٢٠	١٥.٥ ٥.٥	١٥٥ ٥٥	٣.٧٨٠	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح المجموعة التجريبية	٠.٨٥	كبير

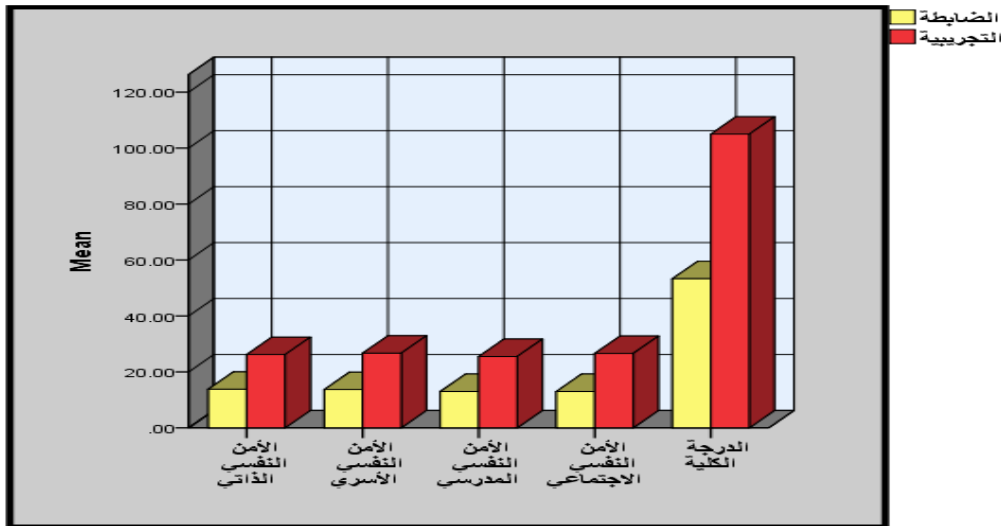
$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (١٩) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم و أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح المجموعة التجريبية.

كما يتضح من جدول (١٩) ان حجم الأثر أكبر من ٠.٥٠ ، على محك كوهين و هي قيم ذات تأثير قوى مما يدل على وجود أثر فعال للبرنامج فى تحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

ويوضح شكل (٥) الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم و أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال.



شكل (٥): الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم و أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال

وللتحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، قامت الباحثة باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة (Blake Gain Ratio) كما يتضح فى جدول (٢٠)

جدول (٢٠): فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة

المتغيرات	المجموعة	المتوسط	النهاية العظمى	نسبة الكسب	الفعالية
الأمن النفسي الذاتي	التجريبية	٢٦.٢	٣٠	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	١٣.٨			
الأمن النفسي الأسري	التجريبية	٢٦.٧	٣٠	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	١٣.٧			
الأمن النفسي المدرسي	التجريبية	٢٥.٥	٣٠	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	١٣			
الأمن النفسي الاجتماعي	التجريبية	٢٦.٦	٣٠	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	١٣			
الدرجة الكلية	التجريبية	١٠.٥	١٢٠	١.٢١	كبيرة
	الضابطة	٥٣.٥			

يتضح من جدول (٢٠) ان نسبة الكسب لفعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة، حيث ان قيمة كل منها أكثر من ١.٢، وهذا يدل على فعالية البرنامج في تحسين مستوى الأمن النفسي لدى هؤلاء الأطفال.

الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على انه:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح القياس البعدي.

و للتحقق من صحة الفرض الرابع، قامت الباحثة باستخدام اختبار ولوكسون Wilcoxon لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال كما يتضح في جدول (٢١)

جدول (٢١): الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال $n=20$

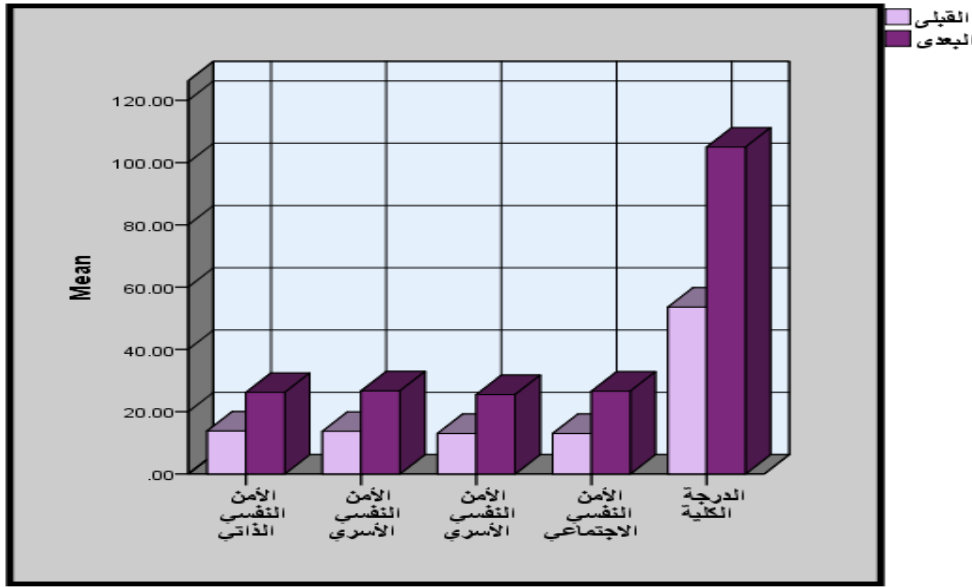
المتغيرات	القياس القبلي- البعدي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة	معامل التأثير d	حجم الأثر
الأمن النفسي الذاتي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥ -	- ٥٥ -	٢.٨١٢	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
الأمن النفسي الأسري	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥ -	- ٥٥ -	٢.٨٢٠	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
الأمن النفسي المدرسي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥ -	- ٥٥ -	٢.٨١٨	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
الأمن النفسي الاجتماعي	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥ -	- ٥٥ -	٢.٨١٤	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير
الدرجة الكلية	الرتب السالبة الرتب الموجبة الرتب المتساوية إجمالي	- ١٠ - ١٠	- ٥.٥ -	- ٥٥ -	٢.٨٠٥	دالة عند مستوى ٠.٠١	لصالح القياس البعدي	٠.٨٩	كبير

$$Z = 2.58 \text{ عند مستوى } 0.01$$

$$Z = 1.96 \text{ عند مستوى } 0.05$$

يتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح القياس البعدي. كما يتضح من جدول (٢١) ان حجم الأثر أكبر من ٠.٥٠، على محك كوهين و هي قيم ذات تأثير قوى مما يدل على وجود أثر فعال للبرنامج في تحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية.

و يوضح شكل (٦) الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي للأطفال.



شكل (٦): الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال

وللتحقق من فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، قامت الباحثة باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة (Blake Gain Ratio) كما يتضح في جدول (٢٢)

جدول (٢٢): فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية باستخدام معادلة "بلاك" لحساب نسبة الكسب المعدلة

المتغيرات	القياس	المتوسط	النهاية العظمى	نسبة الكسب	الفعالية
الأمن النفسي الذاتي	البعدي	٢٦.٢	٣٠	١.٢١	كبيرة
	القبلي	١٣.٨			
الأمن النفسي الأسري	البعدي	٢٦.٧	٣٠	١.٢١	كبيرة
	القبلي	١٣.٧			
الأمن النفسي المدرسي	البعدي	٢٥.٥	٣٠	١.٢١	كبيرة
	القبلي	١٣			

المتغيرات	القياس	المتوسط	النهاية العظمى	نسبة الكسب	الفعالية
الأمن النفسي الاجتماعي	البعدي	٢٦.٦	٣٠	١.٢١	كبيرة
	القبلي	١٣			
الدرجة الكلية	البعدي	١٠.٥	١٢٠	١.٢١	كبيرة
	القبلي	٥٣.٦			

يتضح من جدول (٢٢) ان نسبة الكسب لفعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة، حيث ان قيمة كل منها أكثر من ١.٢، وهذا يدل على فعالية البرنامج في تحسين مستوى الأمن النفسي للأطفال.

كما قامت الباحثة بإيجاد نسبة التحسن بين القياسين القبلي و البعدي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كما يتضح في جدول (٢٣)

جدول (٢٣): نسبة التحسن بين القياسين القبلي والبعدي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين مستوى الأمن النفسي لدى أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية

المتغيرات	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	نسبة التحسن
الأمن النفسي الذاتي	١٣.٨	٢٦.٢	٤٧.٣%
الأمن النفسي الأسري	١٣.٧	٢٦.٧	٤٨.٦%
الأمن النفسي المدرسي	١٣	٢٥.٥	٤٩.٠١%
الأمن النفسي الاجتماعي	١٣	٢٦.٦	٥١.١%
,	٥٣.٦	١٠.٥	٤٨.٩%

تفسير نتائج الفرضين (الثالث، والرابع):

يتضح من جدول (١٩) تحقق الفرض الثالث حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالمجموعة التجريبية بعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم و أطفال المجموعة الضابطة على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح المجموعة التجريبية. كما يتضح من جدول (٢١) تحقق الفرض الرابع والإجابة علي السؤال الثاني من أسئلة البحث حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية قبل وبعد تطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال لصالح القياس البعدي.

وتتفق نتائج البحث مع:

- نتائج دراسة Csikszentmihalyi, M., Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M., (2014) والتي أشارت الي أن الحياة الجيدة هي التي تتميز بالاستيعاب الكامل لما يفعله المرء

- وانعدام الأمن النفسي لدى الفرد يؤدي إلى آثار عكسية والتي بدورها تؤثر بصورة سلبية على المجتمع بشكل عام وعليه بشكل خاص
- ونتائج دراسة **حميدة ومحمد (٢٠١٨)** التي توصلت الي تأثير الصحة النفسية التي يتسم لها الوالدان وبخاصة الأم على توافق طفلهما المعوق عقليا وأمنه النفسي، فالمشكلات السلوكية وسوء التوافق لدى الطفل المعوق عقليا ترجع إلى الضغوط النفسية التي يتعرض لها.
- ونتائج دراسة **الفهمي (٢٠١٩)** فلقد أشار الي أن وجود الأمن النفسي يعني وجود الصحة النفسية وفقدانه يؤدي للعديد من المشكلات النفسية والاضطرابات.
- ونتائج دراسة **Sara Beth Wolicki et.al, (2021)** التي أشارت الي أن الصحة النفسية للأطفال ترتبط بالصحة النفسية والبدنية لوالديهم.
- نتائج دراسة **العرعير (٢٠٢١)** التي توصلت الي فعالية برنامج إرشادي في خفض مستوي الوصمة المدركة لدي الأمهات وأثر على أطفالهن المعوقين عقليا.
- ونتائج دراسة **Al-Harthy, A.,et.al, (2023)** التي توصلت الي وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين سلامة الأطفال النفسية والجسدية والاجتماعية وشعورهم بالأمن والاستقرار.
- ونتائج دراسة **Chartier, S., & Blavier, A., (2023)** التي أشارت الي أنه كلما كان الأهل يتمتعون بالقدر المناسب من الصحة النفسية كلما كانت إمكانية تنشئتهم لأطفال أسوياء نفسيا أكبر، فالأسرة المستقرة نفسيا تتمتع بالتآزر والتماسك والقوة الداخلية والخارجية
- ونتائج دراسة **Keleynikov, M.,et.al, (2023)** التي أشارت الي أن الضغوط النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها أسرة الطفل المعوق عقليا والتي تؤدي بها الي الانهيار النفسي ولذا وجب علي أفرادها أن يغيروا من سلوكياتهم وتنظيم عواطفهم باستخدام استراتيجيات تنظيم العواطف التكيفية ليواجهوا المواقف بشكل إيجابي ليكونوا أكثر فاعلية لحياة ناجحة وتوافق نفسي وبالتالي التخلص من الصراعات النفسية والتمتع بالصحة النفسية.
- ونتائج دراسة **McCrossin,J.,et.al,(2023)** التي توصلت الي أهمية دور الوالدين في نمو الصحة النفسية والسلوكية وتعزيز مهارات أطفالهم
- ويمكن أن تكون النتائج راجعة الي :-

◀ خبرة التدفق النفسي التي تعرضت لها أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية تعد من المفاهيم النفسية ذات المضامين الإيجابية التي تحتاجها أمهات الأطفال المعوقين عقليا، فهي من القوى الإيجابية التي تصل بهن إلى أعلى درجة توظيف للطاقة النفسية لديهن، ويصاحبها حالة رضا وسعادة مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية، فكلما كانت الأم أكثر توافقا مع نفسها كلما كانت أكثر صحة نفسية وأكثر تقبلا لطفلها المعوق عقليا وبالتالي يصبح الطفل أكثر أمنا نفسيا. ويتفق ها مع ما أشار اليه (Park, S. K., & Lee, S. M., 2023) ؛ (كاهنة و الحسين، ٢٠٢١).

◀ استخدام الإرشاد الجماعي مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية حيث تتميز برامج الإرشاد الجماعي بتحقيق أفضل نمو لقدرات الفرد، ومساعدته على حل مشكلاته، ومساعدته

على تعلم و إدراك ما يؤثر فيه إيجاباً وسلباً من مواقف الحياة المتعددة، وذلك من خلال مجموعة من الإجراءات التي يتم تخطيطها على أسس علمية (Corey, G., 2015)، فلقد أشار Steen, S., (Vannatta, R., & Ieva, K, 2022). الي ان الإرشاد الجماعي يوفر مساحة عاطفية آمنة للأفراد للتفاعل والمعالجة والتعلم.

◀ كما لاحظت الباحثة أن استخدام أسلوب الإرشاد الجماعي ساعد على نقل الأفكار والسلوكيات الإيجابية بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من خلال نمذجة الأقران. وتتفق الباحثة في ذلك مع كل من (Anayet Hossain, Korban Ali, 2014) ؛ (Adler, A. 2020) فالإنسان اجتماعي بطبعه لا يستطيع العيش بمفرده، كما أن نموه وشخصيته تتأثر بشكل كبير بالمجموعات المحيطة به وما يمتلكونه من أفكار ومعتقدات وسلوك.

◀ استخدام برنامج الإرشاد الجماعي القائم على التدفق النفسي الذي ساعد على خلق روح التعاون والدعم بين أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، والتي تعد من عوامل خفض الضغوط الأسرية لديهن.، وتتفق الباحثة في ذلك مع نتائج دراسة (Blustein, D. L., 2008) الذي توصل الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة والصحة النفسية فالسعادة من أبرز مظاهر الصحة النفسية نظرا للاستقرار النفسي والطمأنينة الداخلية والشعور بالأمان، ومع ما توصل اليه (Fernet, C., 2013) من وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدافعية والصحة النفسية للفرد فالدافعية هي المحفز الداخلي الذي يدفع الفرد الي السعي الدائم لتوجيه قدراته وإمكاناته لتحقيق أهدافه وإنجازاته المختلفة ويتسم كذلك بالسعادة والرضا والحيوية.

◀ اعتماد الباحثة في جلسات البرنامج على الجانب الوقائي في الصحة النفسية الذي يعتمد على التوجه الوقائي في علم النفس الإيجابي، والذي يركز على مداخل القوة والتمكين لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، فقد استخدمت الباحثة قوة التدفق النفسي كقوة إيجابية تساعد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية على مواجهة الضغوط والمشكلات. فوفقا لنظرية التدفق النفسي لميهالي كسيسنتميهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) يمكن جعل الوظائف أكثر متعة من خلال التدفق النفسي، وذلك إذا كانت الوظيفة أشبه بلعبة بها توازن بين المهارات والتحديات، وأهداف واضحة وردود فعل فورية. (Csikszentmihalyi, M ,1990) وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشارت اليه (غريب، ٢٠١٥) من وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي وتحمل الغموض، والمخاطرة. ومع ما أشار اليه (محمد وحسن، ٢٠٢١) من وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة "اتخاذ القرار الاجتماعي، والتنظيم العاطفي، والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، والتفكير الذاتي".

الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على انه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات.

و للتحقق من صحة الفرض الخامس، قامت الباحثة باستخدام اختبار ولكوكسن Wilcoxon لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات كما يتضح في جدول (٢٤)

جدول (٢٤): الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات ن=٢٠

المتغيرات	القياس البعدي - التتبعي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة
البعد الاجتماعي	الرتب السالبة	٤	٣.٥	١٤	-	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٣	٤.٦٧	١٤			
	الرتب المتساوية	٣					
	إجمالي	١٠					
البعد النفسي	الرتب السالبة	٤	٥.٦٣	٢٢.٥	-	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٥	٤.٥	٢٢.٥			
	الرتب المتساوية	١					
	إجمالي	١٠					
البعد الجسمي	الرتب السالبة	٥	٤.٥	٢٢.٥	-	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٤	٥.٦٣	٢٢.٥			
	الرتب المتساوية	١					
	إجمالي	١٠					
البعد الروحي	الرتب السالبة	٣	٣.٥	١٠.٥	-	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٣	٣.٥	١٠.٥			
	الرتب المتساوية	٤					
	إجمالي	١٠					
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٤	٦.٢٥	٢٥	٠.٢٥٥	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٦	٥	٣٠			
	الرتب المتساوية	-					
	إجمالي	١٠					

$Z = ٢.٥٨$ عند مستوى ٠.٠١

$Z = ١.٩٦$ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٤) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات.

تفسير نتائج الفرض الخامس:

يتضح من جدول (٢٤) تحقق الفرض الخامس والإجابة علي السؤال الثالث من أسئلة البحث حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي على مقياس الصحة النفسية للأمهات غير دالة إحصائيا.

وتتفق نتائج البحث مع:-

- نتائج دراسة **عثمان (٢٠٠٩)** والتي توصلت الي استمرار فعالية برنامج إرشادي جماعي في خفض الضغوط النفسية لأمهات الأطفال المعوقين عقليا بعد مرور فترة من تطبيقه.

- ونتائج دراسة **أبو وردة (٢٠٢٠)** التي توصلت الي استمرار فعالية جلسات إرشادية قائمة على أساليب المواجهة في خفض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا. بعد مرور فترة من تطبيقها.

- ونتائج دراسة **دسوقي وآخرون (٢٠٢٢)** التي توصلت الي استمرار فعالية برنامج إرشادي في تحسين المناعة النفسية لأمهات الأطفال المعوقين عقليا القابلين للتعلم بعد مرور فترة من تطبيقه.

ويمكن أن تكون النتائج راجعة الي:

◀ تدريب أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية خلال جلسات البرنامج على خلق بيئة عمل تساعد على حدوث خبرة التدفق النفسي أثناء التفاعل مع أطفالهن المعوقين عقليا، مما ساعدهن على خلق بيئة تدفق نفسي بمنزلهن بعد انتهاء البرنامج، فأصبح التدفق النفسي أسلوب حياة يمارس تلقائيا أثناء تفاعلهم مع أطفالهن، مما ساعد على استمرار فعالية البرنامج. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار اليه (السطوحي وآخرون، ٢٠١٤) من فعالية استراتيجيات علم النفس الإيجابي (غرس الأمل والقوة الشخصية والكفاءة الذاتية والتفاؤل) في خلق بيئة إيجابية ولذا يعتبر التدفق من المفاهيم الإيجابية الحديثة التي تصل بالفرد الي أعلي درجة لتوظيف طاقاته ويصاحبها حالة سعادة ورضا مع تأجيل لرغباته واحتياجاته الشخصية

◀ تم إعادة تطبيق بعض جلسات البرنامج الإرشادي وفقا لاحتياجات أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية، وبالتالي ساعد على استمرار أثر البرنامج في تحسين الصحة النفسية لديهن. فقد تم إعادة جلسة (رتب أولوياتك) مرة أخرى لعدم تمكن عدد(٢) من الأمهات منها، حيث تبين للباحثة عدم تمكنهن من ترتيب الأولويات.

◀ استخدام التقييم المستمر أثناء جلسات البرنامج مما ساعد على تزويد أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بالتغذية الراجعة عن نواحي القوة والضعف لديهن، كما ساعد الباحثة في تحديد المستوى الذي حققه أمهات أطفال مرحلة التهيئة مدارس الفكرية خلال جلسات البرامج،

وبالتالي ساعد الباحثة على مراعاة الفروق الفردية بينهم، ومراعاة خصائص كل أم مما وساعد على تحقيق أقصى استفادة من البرنامج واستمرار فعالية البرنامج في تحسين الصحة النفسية لديهم.

◀ قيام الباحثة والأمهات خلال جلسات البرنامج بابتكار لافتات تمثل وجهات نظر إيجابية تحت على المثابرة والسعادة والتفائل والإيجابية، وطلبت الباحثة من الأمهات تعليقها في غرف أطفالهن بالمنزل مما ساعد على وضعها نصب أعينهن، وبالتالي استمرار فعالية البرنامج في تحسين الصحة النفسية لديهم. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار إليه (نصيف، ٢٠١٥) حيث أشار الي وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي ومتغيري التفائل المتعلم، والإبداع الانفعالي. ونتائج دراسة (خشبة، ٢٠١٧) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والسعادة. وأيضا نتائج دراسة (Fan, H. L., Hou, S. T., & Lin, Y. H., 2019) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين التدفق والسعادة النفسية لدى الأفراد.

◀ المهارات والكفايات التي تدرّب عليها أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية خلال جلسات البرنامج، أصبحت بمثابة أسلوب حياة، مما ساعد على استمرار فعالية البرنامج في تحسين التدفق النفسي؛ فقد لاحظت الباحثة مع قرب انتهاء تطبيق جلسات البرنامج في جلسة " بعنوان "تحمل مسؤولية حياة طفلك" طلبت من الأمهات تحديد مدى سيطرتهم على أداء المهام، فوجدت الباحثة أن أول ما فعلته الأمهات هو تحويل المطلوب منهن الي أهداف وقمن بوضع خطة لتنفيذ المهمة علي أكمل وجه. وتتفق الباحثة في هذا مع ما أشار إليه (محمد وحسن، ٢٠٢١) من وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة "اتخاذ القرار الاجتماعي، والتنظيم العاطفي، والسلوكيات الاجتماعية الإيجابية، والتفكير الذاتي".

◀ حالة التدفق النفسي ساعدت أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في تكوين الهدف والمعنى من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها، ومن ثم تمنحن فرصة للسيطرة على شعورهن ووعيهن مما عزز التحكم في انفعالاتهن السلبية من عدم تقبل أطفالهن المعوقين عقليا والشعور بالضغوط النفسية مما ساعد علي استمرار فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين صحتهم النفسية، وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار اليه (Ullen, F., & et al, 2012) من وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التدفق والعصابية لدى الأفراد، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والميل لتبني استراتيجيات فعالة عند مواجهة الضغوط اليومية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والضمير.

◀ تطبيق الباحثة لبرنامج الإرشاد الجماعي في ثلاث مراحل هي: "مرحلة التهيئة، ومرحلة التدريب، ومرحلة إعادة التدريب" لمنع حدوث انتكاسه بعد انتهاء البرنامج، والعمل على استمرار فعالية البرنامج في تحسين الصحة النفسية لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بعد مرور فترة من تطبيقه.

الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على انه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي علي أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال.

و للتحقق من صحة الفرض السادس، قامت الباحثة باستخدام اختبار ولوكسون Wilcoxon لإيجاد الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي علي أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال كما يتضح في جدول (٢٥)

جدول (٢٥): الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي علي أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال ن=٢٠

المتغيرات	القياس البعدي - التتبعي	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	اتجاه الدلالة
الأمن النفسي الذاتي	الرتب السالبة	٣	٤.٥	١٣.٥	٠.٠٨٥	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٤	٣.٦٣	١٤.٥			
	الرتب المتساوية	٣					
	إجمالي	١٠					
الأمن النفسي الأسري	الرتب السالبة	٤	٤.٥	١٨	-	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٤	٤.٥	١٨			
	الرتب المتساوية	٢					
	إجمالي	١٠					
الأمن النفسي المدرسي	الرتب السالبة	٥	٤.٦	٢٣	٠.٠٦٠	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٤	٥.٥	٢٢			
	الرتب المتساوية	١					
	إجمالي	١٠					
الأمن النفسي الاجتماعي	الرتب السالبة	٤	٤.٢٥	١٧	٠.١٤٤	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٤	٤.٧٥	١٩			
	الرتب المتساوية	٢					
	إجمالي	١٠					
الدرجة الكلية	الرتب السالبة	٤	٦.٧٥	٢٧	٠.٠٥١	غير دالة	-
	الرتب الموجبة	٦	٤.٦٧	٢٨			
	الرتب المتساوية	-					
	إجمالي	١٠					

$Z = ٢.٥٨$ عند مستوى ٠.٠١

$Z = ١.٩٦$ عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي علي أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال.

تفسير نتائج الفرض السادس:

يتضح من جدول (٢٥) تحقق الفرض السادس والإجابة علي السؤال الرابع من أسئلة البحث حيث كانت قيمة (Z) لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في القياسين البعدي و التتبعي لتطبيق برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي علي أمهاتهم على مقياس الأمن النفسي المصور للأطفال غير دالة إحصائيا.

وتتفق نتائج البحث مع:

- نتائج دراسة علي (٢٠١٥) والتي توصلت الي استمرار فعالية برنامج إرشادي أسري للحد من ضغوط الوالدية وتخفيف العزلة الاجتماعية لدي أطفالهم المعوقين عقليا بعد مرور فترة من تطبيقه.
- ونتائج دراسة إبراهيم وآخرون (٢٠١٦) والتي توصلت الي استمرار فعالية برنامج إرشادي قائم على المساندة الوالدية لتحسين نوعية الحياة للأطفال المعوقين عقليا بعد مرور فترة من تطبيقه.
- ونتائج دراسة كفاقي وآخرون (٢٠١٨) والتي توصلت الي استمرار فعالية برنامج إرشادي لأمهات الأطفال المعوقين عقليا القابلين للتعليم في خفض السلوك العدوانى لدي أطفالهن بعد مرور فترة من تطبيقه.

ويمكن ان تكون النتائج راجعة الي:

◀ خبرة التدفق النفسي التي تعرضت لها أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية فالشعور بالاستغراق في المهام ولد لديهن إحساساً قوياً بالرضا والرفاهية مما ساعد في زيادة الدوافع الذاتية، واحترام الذات لديهن وتعزيز الإحساس بالسعادة، وتحسين جودة الحياة النفسية لديهن مما حسن من مستوي صحتهن النفسية من خلال تمكنهن من مواجهة التحديات والصعاب وانعكس هذا الشعور علي تقبلهن لأطفالهن وساهم في تحسين الأمن النفسي لديهن وقد ساعد ذلك على استمرار فعالية البرنامج الإرشادي في تحسين الأمن النفسي لأطفالهن. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار (Ullen, F., & et al, 2012) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والميل لتبني استراتيجيات فعالة عند مواجهة الضغوط اليومية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والضمير.

◀ استخدام الإرشاد الجماعي مع أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية حيث تتميز برامج الإرشاد الجماعي من تمكين المرشد من إدراك قيم ودوافع الأمهات واتجاهاتهن نحو طفلهن حتى استطاعت الباحثة تحديد حاجاتهن الإرشادية والأسلوب المناسب في تبصيرهن وتقديم المشورة والمعلومات إليهن للقيام بمسؤولياتهن تجاه طفلهن إرشاديا ووقائيا وعلاجيا وتعديل اتجاهاتهن نحو طفلهن ونحو إعاقته. وقد أشار (Robak, R. W., Doshi, P. V., & Tursi, M. M., 2022) إلى أن الإرشاد الجماعي يساعد على تماسك الجماعة الإرشادية من خلال تعزيز المرشد لمهارات التواصل والتفاعل والدعم والانتماء والتفاعل والمشاركة بين أفراد الجماعة الإرشادية، وتوفير أجواء من المتعة والمسئولية المتبادلة.

◀ محاولة الباحثة أثناء تطبيق جلسات البرنامج الإرشادي القائم على التدفق النفسي التركيز على بعض الأمور التي تجعل من حالة التدفق النفسي أسلوب حياة لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية مما أثر في استمرار فعالية البرنامج الإرشادي بعد فتره من تطبيقه وهي كما يلي:-

- حاولت الباحثة من خلال البرنامج الإرشادي تبصير أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بضرورة الانتباه الي الحوار الذاتي السلبي من خلال استراتيجيه المراقبة الذاتية. كإحدى آليات التعلم الذاتي، مما ساعد على تطوير أنفسهم ذاتياً دون المراقبة عليهن، وبالتالي استمرار تقبلهن لأطفالهن والتي ساهمت في استمرار شعور أطفالهن بالأمن النفسي بعد مرور فترة من تطبيق البرنامج. وتتفق الباحثة في ذلك مع نتائج دراسة (Hammoud, K. H., 2022) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والتدفق النفسي.

- حاولت الباحثة من خلال البرنامج الإرشادي تعديل بعض الأفكار والمعلومات الخاطئة لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية من خلال استخدام بعض الاستراتيجيات الإيجابية (كإعادة البناء المعرفي، والتخلص من الأفكار السلبية) من خلال المناقشة والحوار الإيجابي

- حاولت الباحثة من خلال البرنامج الإرشادي استخدام بعض الأساليب السلوكية الفعالة كتدريب الأمهات على ممارسة الاسترخاء بشكل مستمر كل جلسة والتأكيد على أهميته في مواجهة الضغوط والتوتر. فالشعور بالأمن النفسي يتشكل بفعل عوامل التنشئة الاجتماعية والخبرات وأساليب المعاملة والمواقف والظروف البيئية التي تحيط بالفرد. وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار اليه (Al-Harthy, A. et.al,2023) من أن الأمن النفسي يزداد مع نمو الأطفال فإحساس الشخص بالأمان النفسي يزداد مع تقدمه في السن.

- حاولت الباحثة من خلال البرنامج الإرشادي استخدام (التدعيمات الإيجابية) والتي تعمل علي تشجيع الأمهات للإقبال علي ممارسة المهارات الإيجابية من خلال البرنامج وتجاهل السلوكيات السلبية التي يمكن التسامح فيها مع مراعاة مشكلة الإعاقة ولاحظت الباحثة أن استخدام التغذية الراجعة الفورية للأمهات بالمعلومات المبهمة لديهن والتدريب علي الفنيات الإيجابية المختلفة أدت الي اكتسابهن المهارات الإيجابية، فالمعاملة الوالدية الإيجابية تساهم في خلق الإحساس بالأمن والطمأنينة لدى الطفل بينما تؤدي أساليب المعاملة الوالدية السيئة إلى فقدان الأمن النفسي لدى الطفل المعوق وإعاقة نموه النفسي وخلق مشكلات نفسية عديدة. وتتفق الباحثة في ها مع ما أشار اليه (Aston, M., Breau, L., & MacLeod, E. , 2014)؛ (Al-Massarweh, S.) (S.,et.al,2022)

- حاولت الباحثة من خلال البرنامج الإرشادي تنمية الجانب المهاري لدى أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية بتدريبهن على كيفية التفكير بشكل إيجابي الذي ساعدهن على مواجهة المشكلات والضغوط المرتبطة بإعاقة أطفالهن مثل (مهارة حل المشكلات ومهارة التعريف الإيجابي ومهارة استخدام البدائل الإيجابية)، كل هذه المهارات ساعدت الأمهات في تنمية بعض الجوانب

الإيجابية لديهم مثل (الشعور بالرضا، والمثابرة، والمرونة، والأمل) هذا ما يكون له المردود الإيجابي على الأمهات بتحسين صحتهم النفسية وعلي أطفالهم المعوقين عقليا بتحسين أمنهم النفسي فلقد أشار السطوحي وآخرون (٢٠١٤) إلى فعالية استراتيجيات علم النفس الإيجابي (غرس الأمل والقوة الشخصية والكفاءة الذاتية والتفاؤل) في خلق بيئة إيجابية ولذا يعتبر التدفق من المفاهيم الإيجابية الحديثة التي تصل بالفرد الي أعلي درجة لتوظيف طاقاته ويصاحبها حالة سعادة ورضا مع تأجيل لرغباته واحتياجاته الشخصية

كما لاحظت الباحثة أثناء تطبيق برنامج البحث أن تحسن الصحة النفسية لدي الأمهات جعلتهن أكثر قابلية للتعامل الإيجابي مع المشكلات المختلفة، وتوازن انفعالاتهن عند التعرض للضغوط الحياتية المختلفة والتغلب عليها وتحملهن للمسؤوليات دون الشكوى أو الانسحاب منها فتولد لديهن الاستقرار الذاتي الذي انعكس على حياتهن فأصبحت خالية من المخاوف والقلق والتوتر وبدأن الشعور نسبيا بالأمان الذاتي والهدوء والسكينة مما انعكس علي استمرار شعور أطفالهن بالأمان النفسي بعد مرور فترة من تطبيق البرنامج وتتفق الباحثة في ذلك مع ما أشار اليه (محمد، ٢٠٢١) ؛ (Robak, R. W., Doshi, P. V., & Tursi, M. M., 2022) أن الإرشاد الجماعي عملية تتفاعل بين مجموعة من المسترشدين يعانون من مشكلة مشتركة متشابهة ؛ حيث يتم جمعهم وفق قواعد و مبادئ محددة بغرض مساعدتهم في الوصول إلى الحلول المناسبة لتحقيق التوافق.

تدريب أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية خلال جلسات البرنامج على كيفية صنع السعادة في جميع المهام التي يقمن بها من خلال معادلة السعادة، فالشعور الدائم بالسعادة ساعدهن على أن يجعلن من خبرة التدفق النفسي أسلوب حياة. وتتفق الباحثة في ذلك مع نتائج دراسة (Blustein, D. L., 2008) التي توصلت الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالسعادة والصحة النفسية والأمن النفسي فالسعادة من أبرز مظاهر الصحة النفسية نظرا للاستقرار النفسي والطمأنينة الداخلية والشعور بالأمان.

خلاصة النتائج:

توصلت الباحثة من خلال البحث إلي:

- فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي في تحسين الصحة النفسية (البعد الاجتماعي- البعد النفسي- البعد الجسمي- البعد الروحي) لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية. استمرار الفعالية بعد مرور فترة زمنية من تطبيقه (شهر). وأثر ذلك في تحسين مستوى الأمن النفسي (البعد الذاتي- البعد الأسري- البعد المدرسي- البعد الاجتماعي) لدي أطفالهن. واستمرار التأثير بعد مرور فترة زمنية من تطبيقه (شهر) على أمهاتهم.
- نسبة تحسن الصحة النفسية لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة مما يشير الي تأثيره بالبرنامج تأثيرا كبيرا مما يمكن تعميم استخدام البرنامج ونتائجه على نفس خصائص المرحلة العمرية للعينة المستخدمة في البحث. نسبة تحسن الأمن النفسي لدي أطفال مرحلة

التهيئة بمدارس التربية الفكرية كبيرة مما يشير الي تأثر أمهاتهم بالبرنامج تأثرا كبيرا مما يمكن تعميم استخدام البرنامج ونتائجه على نفس خصائص المرحلة العمرية للعينة المستخدمة في البحث).

خامسا: توصيات البحث ومقترحاته:

توصيات البحث:

- الحفاظ على الأمن النفسي داخل الأسرة لأنه حجر الزاوية في حياة الطفل
- من الضروري أن تسعى الأسرة جاهدة لتعزيز قبول الطفل لذاته واحترامها لأن هذا يساعد في الحفاظ علي أمنه النفسي ومنه الي صحته النفسية.
- ترسيخ مبدأ تعزيز مبادئ علم النفس الإيجابي كمدخل لإرشاد وتوجيه أسر الأطفال المعوقين عقليا.
- إعداد المزيد من الدراسات عن التدفق النفسي والصحة النفسية والأمن النفسي وأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية حيث ان هناك ندرة في تلك الدراسات.
- الاستفادة من برنامج البحث الحالي وتضمين التدفق النفسي في خطط تدريب أسر الأطفال المعوقين عقليا.
- تعميم برنامج البحث الحالي على كافة الإدارات التعليمية؛ لإرشاد أسر الأطفال المعوقين عقليا بحملات توعية على نطاق واسع لمساعدتهم على كيفية التعامل مع هذه الفئة لتحسين الصحة النفسية لديهم وتنمية مستوي الأمن النفسي لدي أطفالهم.
- الاهتمام بتقديم الدعم المادي والمعنوي المستمر لأسر الأطفال المعوقين عقليا من قبل القائمين على تعليم الأطفال المعوقين عقليا لما له من أثر إيجابي في الدعم النفسي والاجتماعي والروحي وتحسين الصحة النفسية لديهم.
- تنظيم ورش عمل ودورات وندوات منتظمة لأمهات الأطفال المعوقين عقليا عن كيفية تحسين القوى الإنسانية الإيجابية لأطفالهن (الأمن النفسي، والأمل، والسعادة، والتفاؤل، والمثابرة) وتعزيز التفكير الإيجابي لديهم؛ لتصبح أدواتهن في التصدي للمشكلات والضغوط التي تواجههن في التفاعل مع أطفالهن الي أن تصبح أسلوب حياة لديهن.
- إشراك أسر الأطفال المعوقين عقليا في إعداد خطط تدريبهم، لتتبع من واقع احتياجاتهم.

مقترحات البحث:

- بحث: فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين المناعة النفسية لأمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره علي تحسين السعادة النفسية لأطفالهن.
- بحث: "فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التفكير الإيجابي لتنمية جودة الحياة لأسر الأطفال المعوقين عقليا وأثره علي تحسين الصحة النفسية لأطفالهم.
- بحث: "أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالأمن النفسي لأطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية
- بحث: "الصحة النفسية لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية".
- بحث: "أثر التدفق النفسي لدي أمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية علي خفض بعض السلوكيات السلبية لأطفالهن"
- بحث: "المناخ الأسري للأطفال المعوقين عقليا وعلاقته بالأمن النفسي لأطفالهم في ضوء بعض المتغيرات.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم، ريم عبد الفتاح، والجيد، إيمان لطفي إبراهيم محمد، وإبراهيم، فيوليت فؤاد. (٢٠١٦).
فاعلية برنامج إرشادي قائم على المساندة الوالدية لتحسين نوعية الحياة للأطفال المعاقين
عقلياً القابلين للتعلم. *مجلة الإرشاد النفسي*، (٤٧)، ٣٣٩-٣٨٠.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (٢٠٢٠). *علم النفس الإرشادي (ط ٣)*. دار المسيرة للنشر والتوزيع
والطباعة.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (٢٠٢٢). *الصحة النفسية منظور جديد (ط ٢)*. دار المسيرة للنشر
والتوزيع والطباعة.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، الغرير، أحمد نايل. (٢٠١٧). *التقييم والتشخيص في الإرشاد*. دار
المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، عربيات، أحمد عبد الحليم. (٢٠٢٠). *نظريات الإرشاد النفسي
والتربوي (ط ٣)*. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم. (٢٠١٨). *علم النفس الإرشادي (أسس التوجيه والإرشاد النفسي)*.
مكتبة دار المنتبى للنشر.
- أبو طالب، علي منصور باري. (٢٠١١). *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدي عينة من
الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان [رسالة ماجستير،
جامعة أم القري]*. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.
- أبو عيطة، سهام درويش، سعد، مراد علي. (٢٠١٥). *الإرشاد الجمعي التدخل والفنيات*. دار الفكر.
أبو وردة، سها عبد الوهاب بكر. (٢٠٢٠). *فاعلية جلسات إرشادية قائمة على أساليب المواجهة في
خفض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقلياً. المجلة العلمية لكلية رياض
الأطفال جامعة بورسعيد*، (١٦)، ٣٤٠-٣٧٧.
- أرزقي، أرعون. (٢٠٢١). *علاقة الاحتراق النفسي بظهور الأعراض النفس جسدية دراسة ميدانية
على عينة من مربين ذوي الاحتياجات الخاصة بمراكز النفسية البيدغوجية بورقلة، رسالة
ماجستير، جامعة قاصدي مرباح* [قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي].
- أسماء، العروم، و رميصاء، جحيدر، و أحمد، فرحات. (٢٠٢٢). *التدفق النفسي وعلاقته بالصحة
النفسية لدي معلمي التربية الخاصة دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بوية الوادي.
رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي*. [قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي].
- برزان، جابر أحمد. (٢٠١٦). *الإرشاد والتوجيه النفسي*. الجنادرية للنشر والتوزيع.
- بطرس، حافظ بطرس. (٢٠٢١). *إرشاد الأطفال العاديين (ط ٧)*. دار المسيرة للنشر والتوزيع.

بوساحة، نوال (٢٠١٨). الصحة النفسية لدي مربى الأطفال المعاقين ذهنيا بالمراكز البيداغوجية دراسة وصفية استكشافية بالمراكز النفسية البيداغوجية لولاية الوادي [رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمه لخضر]. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

التميمي، محمود كاظم. (٢٠١٣). الصحة النفسية، مفاهيم نظرية وأسس تطبيقية. دار فاء للنشر. توفيق، فدوي أنور وجدي. (٢٠١٨). دراسة استكشافية لتفاعل الشفقة بالذات والرضا عن الحياة على قلق المستقبل لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا، مجلة الإرشاد النفسي المنيا، ٤ (٥)، ٦٠-٩٠.

جابر، شريف عادل. (٢٠١٩). الذكاء الروحي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط لدي عينة من أسر الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة. المجلة التربوية، (٦٤)، ١٠١-١٩٥. جاد، أميرة صبري محمد. (٢٠٢٠). برنامج إرشادي للحد من إساءة معاملة الأمهات لأطفالهن المعاقين عقليا وأثره علي أمنهم النفسي. المجلة العربية لعلم الإعاقة والموهبة، ٤ (١٤)، ص ٢٦١-٣٠٥.

جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم (٢٠٢٣). التوجيهات الفنية والتعليمات الإدارية لمدارس وفصول التربية الفكرية.

جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم، قطاع التعليم العام، الإدارة المركزية للتعليم الأساسي، الإدارة العامة للتربية الخاصة، إدارة التربية الفكرية (٢٠٢٣). مناهج التربية الفكرية.

جمهورية مصر العربية، وزارة التربية والتعليم، قطاع الكتب (٢٠٢٣). دليل المعلمة لمرحلة التهيئة بصفيها الأول والثاني بمدارس التربية الفكرية.

حسن، أيمن سالم عبد الله. (٢٠١٨). مقياس تقدير المستوي الاجتماعي الاقتصادي الثقافي للأسرة المصرية. مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٢٩ (١١٦)، ٢٤٥-٢٥٣.

حسنين، إسراء عبد المقصود عبد الوهاب. (٢٠٢٢). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لتخفيف الاحتراق النفسي لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا (القابلين للتعلم) وأثره على درجة الشعور بجودة الحياة الأسرية لديهن. مجلة كلية الآداب بقنا، ١ (٥٤)، ٩٢٥-٩٧١.

حسين، نجلاء سيد. (٢٠١٣). وعي المرأة بأساليب مواجهة الضغوط وعقته استقرار الأسري. مجلة بحوث التربية النوعية، (٣٠)، ٤٥٣-٥٠٥.

الحسيني، حسين محمد سعد الدين، والخالدي، بدر سعود عناد مهنا خلف. (٢٠٢٢). الأمن النفسي للأطفال. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، ١ (٤)، ١-٢٣.

حمزة، مني إمام محمود. (٢٠١٧). تدريج مقياس التدفق النفسي باستخدام نظرية الاستجابة للمفردة. مجلة البحث العلمي في التربية، ٤ (١٨)، ١٩٣-٢١٦.

حميد الدين، رضية محمد المحسن. (٢٠١٨). الضغوط النفسية التي تواجه الآباء والأمهات ذو الأبناء المعوقين عقليا القابلين للتعلم في مرحلة المراهقة. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)، ٩٣، (٩٣)، ١١٣-١٦٠.

حميدة، أماني عبد المنعم، ومحمد، أسماء عبد المتعال أحمد. (٢٠١٨). اتجاهات الوالدين نحو أطفالهم المعاقين عقليا وعلاقتها بسلوكهم التكيفي وبعض المتغيرات الديموغرافية رسالة دكتوراه، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.
حواشين، مفيد نجيب، حواشين، زيدان نجيب. (٢٠٢٣). إرشاد الطفل وتوجيهه (ط١١). دار الفكر للنشر والتوزيع.

خاطر، شيماء شكري العزب. (٢٠٢٠). إسهام عوامل التّعقل وتنظيم الذات في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى عينة من الموهوبين. مجلة بحوث ودراسات نفسية، ١٦، (٣)، ٤٧٠-٥٤٤.
خزام، نجيب ألفونس، و غنيم، زهراء محمد فريد حسن، و إبراهيم، تامر شوقي. (٢٠١٦). تقدير الخصائص السيكو مترية لاختبار التدفق على طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي، (٤٨)، ٣٤٠ - ٣٠٩.

خشبة، فاطمة السيد حسن. (٢٠١٧). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٧، (٩٦)، ٢٢٢-٣١٦.

دسوقي، شرين محمد أحمد، وجريس، مريانا نادي عبد المسيح، وموسى، مروة موسى السيد. (٢٠٢٢). تحسين المناعة النفسية لأمهات أطفال الروضة المعاقين عقليا القابلين للتعلم. المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ببورسعيد، (٢٣)، ٤١٣-٣٦٠.

دفع الله، أسماء محمد مصطفى. (٢٠٢١). الصحة النفسية وعلاقتها السمات الشخصية لدى طلاب وطالبات الجامعات الحكومية بولاية الخرطوم(السودان). المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، ٢١، (١)، ٥٩-٨٢.

ذكي، نجوى احمد، وعبد الحميد، سهام على، وجلال، نور محمد. (٢٠٢١). الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ٩، (٢٧)، ٢٧٩-٣٠٣.

رضوان، سامر جميل. (٢٠٢١). الصحة النفسية(ط٤). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة الركيبي، محمد فهيد، و العديلي، عبد السلام موسى (٢٠١٩). درجة توافر أبعاد الصحة النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في دولة الكويت[رسالة ماجستير، جامعة آل البيت]. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

السطوحي، هاني عبد الحفيظ عبد العظيم، و عثمان، محمد سعد حامد، و عزب، حسام الدين محمود (٢٠١٤). استراتيجيات علم النفس الإيجابي ودورها في خلق بيئة مدرسية إيجابية لدى معلمي مدارس التربية الفكرية. مجلة القراءة والمعرفة، (١٥٨)، ١٦٩ - ٢٠٤.

سيفان، محمد أحمد. (٢٠١٩). الإرشاد النفسي الجماعي بين النظرية والتطبيق (ط٢). دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

شاهين، هالة عطية محمود. (٢٠٢٠). دور الإرشاد النفسي في تحسين جودة الحياة لأمهات الأطفال المعاقين عقليا. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ٤ (١٨)، ٤٩٧-٥٧٠.
شريفى، هناء. (٢٠١٦). الصحة النفسية من منظور علم النفس الإيجابي. *مجلة دراسات نفسية*، (١٣)، ١٠٩-١٣٠.

صافا، أبو طالب. (٢٠٢٢). تقدير الذات وعلاقته بالاحترق النفسي لدي مربى ذوي الاحتياجات الخاصة الاملين بالمراكز النفسية البيداغوجية دراسة ميدانية بالمراكز النفسية البيداغوجية لولاية مستغانم [رسالة ماجستير، جامعة عبد الحميد بن باديس] قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

الطيب، سامية صلاح أحمد، وأحمد، سلمى أحمد على، وعبد القادر سلمى أحمد، وزين، بخيتة محمد. (٢٠١٥). الانسحاب الاجتماعي لدي الأطفال المتخلفين عقليا وعلاقته بالمعاملة الوالدية رسالة دكتوراه، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا]. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

عبد الرحمن، سعد. (٢٠٠٨). القياس النفسي النظرية والتطبيق (ط٥). هبة النيل للنشر والتوزيع.
عبد الفتاح، شرين محمد أحمد. (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي أسري في تخفيف الضغوط الحياتية لأسر الأطفال المعاقين ذهنيا. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، ٣ (٩)، ٢١٧-٢٤٠.

عبد الله، محمد قاسم. (٢٠٢٣). مدخل الي الصحة النفسية (ط١٠). دار الفكر للنشر والتوزيع.
عبد، إبراهيم محمد سعد، خلف، محمد محجوب أحمد. (٢٠١٨). التدفق النفسي وعلاقته بالعوامل الكبرى للشخصية. *مجلة العلوم التربوية*، ٣ (٢٦)، ٢٦٢-٣٠٩.
عثمان، سلوى عثمان عبد الله (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي جمعي في خفض الضغوط النفسية لأمهات الأطفال المعاقين عقليا بوية النيل الأبيض [رسالة دكتوراه، جامعة الخرطوم]. قاعدة معلومات دار المنظومة.

عداكة، فطيمة. (٢٠١٩). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا دراسة عيادية بالمركز النفسي البيداغوجي بالشط-الوادي [رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي]. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

العرعير، محمد مصباح حسين. (٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي نفسي إسلامي في خفض مستوي الوصمة المدركة لدي الأمهات وأثره على أطفالهن ذوي متلازمة داون، *مجلة الشرق الأوسط للعلوم التربوية و النفسية*، ٢ (١)، ٢٦-٥٠.

العقون، لحسن، و سلاطينية، نسرين. (٢٠٢١). مستويات الصحة النفسية العامة لدى الشباب في المجتمع الجزائري من خل الشدة النفسية كمؤشر للصحة النفسية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، ٦(١)، ١٣٥-١٧٠.

علي، طلعت أحمد حسن. (٢٠١٥). فعالية برنامج إرشادي أسري للحد من ضغوط الوالدية وتخفيف العزلة الاجتماعية لدى أطفالهم المعاقين عقليا، مجلة كلية التربية أسيوط، ٣١ (١)، ١٠٨-١٤٥.

العناني، حنان عبد الحميد. (٢٠١٧). الصحة النفسية (٧). دار الفكر للنشر والتوزيع.
العززي، مرزوق العبد الهادي. (٢٠٢٠). الخصائص السيكومترية لمقياس التدقق النفسي على عينة من الرياضيين بدولة الكويت. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٤ (١٨)، ٥٥٥-٥٧٧.

العززي، مريم نزال سليمان. (٢٠١٩). فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي لزيادة مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا في منطقة الجوف السعودية، مجلة كلية التربية، ٣٥ (٣)، ٢٣٤-٢٧٠.

غرزولي، هدي و توفيق، سامعي. (٢٠٢٢). مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي الأطفال من ذوي الإعاقة الذهنية (الخفيفة والمتوسطة). مجلة دراسات نفسية وتربوية، ١٥ (١)، ٤٥٠-٤٥٩.
غريب، إيناس محمود. (٢٠١٥). التدفق النفسي وعلاقته بتحمل الغموض والمخاطرة لدى طالبات جامعة القصيم. مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، ٣ (٣٤)، ٢٩٣-٣٥٥.
الفهمي، فهد حاسن حسن. (٢٠١٩). الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة. مجلة كلية التربية، ١٠٨ (٥)، ١٤٤٧-١٦٠٠.

قباي، حسان محي الدين. (٢٠١٧). الصحة مدخل الي النفسية. دار الكتاب الجامعي للنشر.
قليل، محمد رضا. (٢٠٢١). الاحتراق النفسي واستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى مربي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة دراسة ميدانية بالمركز الطبي البيداغوجي للأطفال المتخلفين ذهنيا -تلمسان-. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، ٥ (١)، ٢٢٢-٢٦٠.

كاهنة، حاج علي، والحسين، حماش. (٢٠٢١). أهمية أساليب المعاملة الوالدية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق. مجلة الحقوق والعلوم الإنسانية، ١٤ (٤)، ١٦٢-١٣٦.
كجور، آدم بشير آدم. (٢٠١٨). التوجيه والإرشاد النفسي. مكتبة دار المتبني للنشر.
كفافي، علاء الدين أحمد، وأبو طالب، نجوى أحمد عبد العزيز، ومحمد، علا عبد الرحمن علي. (٢٠١٨، فبراير). برنامج إرشادي لأمهات الأطفال المعوقين عقليا القابلين للتعليم لخفض السلوك العدواني لأطفالهن [بحوث المؤتمرات]. المؤتمر الأول ببناء طفل لمجتمع أفضل في ظل المتغيرات المعاصرة، القاهرة، مصر.

كفافي، علاء الدين. (٢٠١٢). الصحة النفسية والإرشاد النفسي. دار الفكر للنشر والتوزيع.

محمد، فؤاد أحمد. (٢٠٢١). البرنامج الإرشادي "كيف تكتب برنامجا إرشاديا". دار المعتز للنشر والطباعة.

محمد، مصطفى طه، وحسن، حسين فرج. (٢٠٢١). الإسهام النسبي للتفكير التأملي والتدفق النفسي والضبط الانفعالي في التنبؤ بالحكمة لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، ٣٢ (١٢٨)، ٩٦٩-٩٢٩.

ملحم، سامي محمد. (٢٠١٥). الإرشاد النفسي عبر مراحل العمر. دار الإعمار العلمي للنشر والتوزيع.

نصيف، عماد عبد الأمير. (٢٠١٥). التفاوض المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتها بالتدفق النفسي [رسالة دكتوراه، جامعة بغداد]. قاعدة معلومات جوجل الباحث العلمي.

النوايسة، فاطمة عبد الرحيم. (٢٠١٣). نوو الاحتياجات الخاصة التعريف بهم وإرشادهم. دار المناهج للنشر والتوزيع

الوكيل، سيد أحمد محمد. (٢٠١٥). الضغوط والحاجات النفسية والاجتماعية لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين ذهنياً (دراسة فارقة عبر حضارية). مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (٣٥)، ١٢٧-١٥٣.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Adler, A. (2020). **Understanding human nature: The psychology of personality**. General Press.
- Al Qudah, M. F., Al-Barashdi, H. S., Hassan, E. M. A. H., Albursan, I. S., Heilat, M. Q., Bakhiet, S. F. A., & Al-Khadher, M. A. (2020). Psychological security, psychological loneliness, and age as the predictors of cyber-bullying among university students. **Community mental health journal**, 56, 393-403.
- Alavi, S. S., Ghanizadeh, M., Mohammadi, M. R., Jannatifard, F., Esmaili Alamuti, S., & Farahani, M. (2021). The effects of cognitive-behavioral group therapy for reducing symptoms of internet addiction disorder and promoting quality of life and mental health. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, 43, 47-56.
- Al-Harthy, A., Ahmed, E., Al-Rashidi, K., Al-Metrik, L., Al-buainain, A., Al-Dbey, M., & Al-qithami, M. (2023). **Psychological Security and Its Relationship to Empathy Among a Sample of Early Childhood in Jubail Industrial City**.

- Al-Harthy, A., Ahmed, E., Al-Rashidi, K., Al-Metrik, L., Al-buainain, A., Al-Dbey, M., & Al-qithami, M. (2023). **Psychological Security and Its Relationship to Empathy Among a Sample of Early Childhood in Jubail Industrial City.**
- Al-Massarweh, S. S., AL-Dlalah, M. D. M., Alyamani, A. H., & Jabali, S. M. (2022). The Degree of Contribution of Patterns of Mothers' Treatment to the Emotional Balance of Kindergarten Children. **Journal of Education and Learning**, 11(2), 76-94.
- Al-Nawasreh, I. (2016). The Relationship between the Feeling of Psychological Security among Talented Adolescents at Gifted and Talented Schools in Ajloun Governorate in Jordan and Academic Achievement Level. **International Journal of Psychological Studies**, 8(1), 147-161.
- Anayet Hossain, Korban Ali(2014). Relation between Individual and Society, **Open Journal of Social Sciences**, Vol.02 No.08(2014), Article ID:49227,7pages, [10.4236/jss.2014.28019](https://doi.org/10.4236/jss.2014.28019)
- Aniruddh Prakash Behere, Pravesh Basnet, and Pamela Campbell(2017). Effects of Family Structure on Mental Health of Children: A Preliminary Study, **Indian J Psychol Med.** 2017 Jul-Aug; 39(4): 457-463.
- Aston, M., Breau, L., & MacLeod, E. (2014). Understanding the importance of relationships: Perspective of children with intellectual disabilities, their parents, and nurses in Canada. **Journal of Intellectual Disabilities**, 18(3), 221-237.
- Awat Feizi, Badroddin Najmi, Aseih Salesi, Maryam Chorami, & Rezvan Hoveidafar(2014). **Parenting stress among mothers of children with different physical, mental, and psychological problems**, *J Res Med Sci.* , Feb; 19(2), 145-152.
- Bailey, C. L., & O'Keefe, A. L. (2013). **Group counseling curriculum: A developmental humanistic approach.** American Counseling Association.

- Beard, K. S., & Hoy, W. K. (2010). The nature, meaning, and measure of teacher flow in elementary schools: A test of rival hypotheses. **Educational Administration Quarterly**, 46(3), 426-458.
- Berg, R. C., Landreth, G. L., & Fall, K. A. (2017). **Group counseling: Concepts and procedures**. Routledge.
- Blustein, D. L. (2008). The role of work in psychological health and well-being: a conceptual, historical, and public policy perspective. **American psychologist**, 63(4), 228.
- Chartier, S., & Blavier, A. (2023). Are children in foster care in better psychological health than children in institutions? What factors influence the outcome?. **Child & Family Social Work**, 28(1), 25-36.
- Coleman, M. L. (2022). The use of counseling skills within evaluative contexts. **Counseling Outcome Research and Evaluation**, 13(1), 22-29.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2019). **Positive psychology: The science of happiness and flourishing**. Sage Publications.
- Conboy, I. (2021). 'I would say nine times out of 10 they come to the LSA rather than the teacher'. The role of teaching assistants in supporting children's mental health. **Support for Learning**, 36(3), 380-399.
- Corey, G. (2015). **Theory and practice of group counseling**. Cengage Learning.
- Cortes-Denia, D., Lopez-Zafra, E., & Pulido-Martos, M. (2023). Physical and psychological health relations to engagement and vigor at work: A PRISMA-compliant systematic review. **Current Psychology**, 42(1), 765-780.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). **Flow: The Psychology of Optimal Performance**. New York: Harper & Row
- Csikszentmihalyi, M. (2013). **Flow: The psychology of happiness**. Random House.

- Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S. (Eds.). (1992). **Optimal experience: Psychological studies of flow in consciousness**. Cambridge university press.
- Csikszentmihalyi, M., Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow. **Flow and the foundations of positive psychology: The collected works of Mihaly Csikszentmihalyi**, 239-263.
- Engeser, S., Schiepe-Tiska, A., & Peifer, C. (2021). Historical lines and an overview of current research on flow. **Advances in flow research**, 1-29.
- Fan, H. L., Hou, S. T., & Lin, Y. H. (2019). Flow as a mediator between psychological ownership and employees' subjective happiness. **Journal of Managerial Psychology**, 7(34), 445-458.
- Fernet, C. (2013). The role of work motivation in psychological health. **Canadian Psychology/Psychologie Canadienne**, 54(1), 72.
- Guoyao, T & Wenjie, Z. (2020). **The Study on Self-consciousness in Flow**. **David Publishing**, 10(10), 615-621.
- Hammoud, K. H. (2022). Mindfulness and its Relationship to Psychological Flow among Students of the College of Education for Pure Sciences. **Journal of Iraqi Association for Education and psychological Sciences**, 147(1).
- Hart, J. (2019). **The influence of psychological security maintenance on political decision making**. In **Oxford Research Encyclopedia of Politics**.
- Ilies, R., Wagner, D., Wilson, K., Ceja, L., Johnson, M., DeRue, S., & Ilgen, D. (2017). Flow at work and basic psychological needs: Effects on well-being. **Applied Psychology**, 66(1), 3-24.
- Isham, A., & Jackson, T. (2022). Finding flow: exploring the potential for sustainable fulfilment. **The Lancet Planetary Health**, 6(1), 66-74.
- Jansen-van Vuuren, J., Dawud, S., Lysaght, R., Batorowicz, B., & Aldersey, H. M. (2023). Family quality of life and children with disability in Ethiopia: The role of support providers. **African Journal of Disability**, 12, 1124.

- Jung, F. U., Riedel-Heller, S. G., & Luck-Sikorski, C. (2023). The relationship between weight history and psychological health—Differences related to gender and weight loss patterns. **Plos one**, **18**(2), e0281776.
- Karimi, Z., Rezaee, N., Shakiba, M., & Navidian, A. (2019). The effect of group counseling based on quality of life therapy on stress and life satisfaction in family caregivers of individuals with substance use problem: a randomized controlled trial. **Issues in mental health nursing**, **40**(12), 1012-1018.
- Kawalya, C., Munene, J. C., Ntay, J., Kagaari, J., Mafabi, S., & Kasekende, F. (2018). Self-driven Personality and Happiness at the workplace: The mediation role of Flow Experience. **Journal of Organizational Psychology**, **18**(4), 57-65.
- Keleynikov, M., Benatov, J., & Cohen, N. (2023). Emotion Regulation among Parents Raising a Child with Disability: A Systematic Review and Conceptual Model. **Journal of Child and Family Studies**, 1-18.
- Khoshnoud, S., Igarzábal, F. A., & Wittmann, M. (2020). Peripheral-physiological and neural correlates of the flow experience while playing video games: a comprehensive review. **PeerJ**, **(8)**, 1- 40
- King, G., Willoughby, C., Specht, J. A., & Brown, E. (2006). Social support processes and the adaptation of individuals with chronic disabilities. **Qualitative health research**, **16**(7), 902-925.
- Koehn, S., & Díaz-Ocejo, J. (2022). Imagery intervention to increase flow state: A single-case study with middle-distance runners in the state of Qatar. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, **20**(3), 729-742.
- Leahy, C. P. (2023). Mother love: Mothers and their children. **In Becoming a mother** (pp. 116-146). Manchester University Press.
- Maslow, A. H., Frager, R., Fadiman, J., McReynolds, C., & Cox, R. (1970). Motivation and Personality, Harper & Row, New York. **McClelland, DC, & Burnham, DH (1976). Power is the great motivator. Harvard Business Review**, **25**, 159-166

- Mausbach, B. T., Moore, R., Roesch, S., Cardenas, V., & Patterson, T. L. (2010). The relationship between homework compliance and therapy outcomes: An updated meta-analysis. **Cognitive therapy and research**, 34(5), 429-438.
- McCrossin, J., Lach, L., & McGrath, P. (2023). Content analysis of parent training programs for children with neurodisabilities and mental health or behavioral problems: a scoping review. **Disability and Rehabilitation**, 45(1), 154-169.
- Muhammad Waqar Azeem, Imtiaz Ahmad Dogar, Snehal Shah, Mohsin Ali Cheema, Alia Asmat, Madeeha Akbar, Sumira Kousar, & Imran Ijaz Haider (2013). **Anxiety and Depression among Parents of Children with Intellectual Disability in Pakistan**, J Can Acad Child Adolesc Psychiatry. Nov; 22(4): 290–295.
- Norsworthy, C., Jackson, B., & Dimmock, J. A. (2021). Advancing our understanding of psychological flow: A scoping review of conceptualizations, measurements, and applications. **Psychological bulletin**, 147(8), 806.
- Olga Yu. Zotova, Larisa V. Karapetyan(2018).**Psychological security as the foundation of personal psychological wellbeing (analytical review)** Psychology in Russia: State of the Art, Volume 11, Issue 2
- Overchuk, V., Liashch, O., Yatsiuk, M., Ihnatovych, O., & Maliar, O. (2022). **Provision of the individual's psychological security: The possibility of formation and correction.**
- Park, S. K., & Lee, S. M. (2023). What factors are associated with posttraumatic growth among mothers of children with developmental disabilities in South Korea?. **Research in Developmental Disabilities**, 134, 104414.
- Robak, R. W., Doshi, P. V., & Tursi, M. M. (2022). Exploring Key Group Counseling Processes: Implications for Group Counselor Training. **Journal of Counselor Preparation and Supervision**, 15(2), 36- 48.

- Sara Beth Wolicki, Rebecca H Bitsko, Robyn A Cree, Melissa L Danielson, Jean Y Ko, Lee Warner, Lara R Robinson (2021). **Mental Health of Parents and Primary Caregivers by Sex and Associated Child Health Indicators**, *Advers Resil Sci*, Jun;2(2):125-139
- Seger, J., & Potts, R. (2012). Personality correlates of psychological flow states in videogame play. **Current Psychology**, *31*, 103-121.
- Seligman, Martin E.P.(2011). Doing the Right Thing: Measuring Well Being for Public Policy. **International Journal of Wellbeing** Vol. 1, No. 1.
- Sharaf, H. K. (2022). The Effect Of A Program On Developing Psychological Security For Children With Special Needs. **journal of Basic Sciences**, *6*(10).
- Shim, S. S., Finch, W. H., Cho, Y., & Knapke, M. (2022). Understanding teachers' job satisfaction and flow: the dual process of psychological needs. **Educational Psychology**, *42*(3), 316-333.
- Simlesa, M., Guegan, J., Blanchard, E., Tarpin-Bernard, F., & Buisine, S. (2018). The flow engine framework: A cognitive model of optimal human experience. **Europe's journal of psychology**, *14*(1), 232.-253.
- Sonay Bilgin, Sebahat Gozum(2009). Reducing burnout in mothers with an intellectually disabled child: an education programme, Dec;65(12):2552-61. doi: 10.1111/j.1365-2648.2009.05163.x.
- Steen, S., Vannatta, R., & Ieva, K. (2022). **Introduction to Group Counseling: A Culturally Sustaining and Inclusive Framework**. Springer Publishing Company.
- Tulyamuleba, R. (2023). **Mental health concerns among students with disability at Makerere university** (Doctoral dissertation, Makerere University).
- Ullen, F., de Manzano, O., Almeida, R., Magnusson, P. K., Pedersen, N. L., Nakamura, J., & Madison, G. (2012). Proneness for psychological flow in everyday life: Associations with personality and

- intelligence. **Personality and Individual Differences**, 52(2), 167-172.
- Van den Hout, J. J., Davis, O. C., & Weggeman, M. C. (2018). The conceptualization of team flow. **The Journal of psychology**, 152(6), 388-423.
- Van Ittersum, K. W. (2013). **Flow as a positive state: antecedents and outcomes of flow states**. PhD, Kansas State University.
- Vishnevskaya, O., Kozachenko, L., & Velychko, O. (2022). **Priorities and Features of Guaranteeing Psychological Security in Conditions of Sustainable Society Development**.
- Wangqian Fu, Rui Li , Yaqian Zhang, & Ke Huang(2023). Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support, **Int. J. Environ. Res. Public Health** , 20(3), 2133; <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>
- Xie, L. (2022). Flow in work teams: the role of emotional regulation, voice, and team mindfulness. **Current Psychology**, 41(11), 7867-7877
- Yusop, Y. M., Zainudin, Z. N., Ahmad, N. A., Othman, W. N. W., Surat, S., & Fung, W. S. (2020). The effectiveness of group counselling: A systematic review. **Journal of Critical Reviews**, 7(13).513- 518.
- Zabidi, A. S., Hastings, R. P., & Totsika, V. (2023). Spending leisure time together: Parent child relationship in families of children with an intellectual disability. **Research in Developmental Disabilities**, 133, 104398.