



جامعة النجاح الوطنية  
كلية الدراسات العليا

فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى  
أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي

إعداد

أمل وفيق فارس ترابي

إشراف

د. إبراهيم مصري

د. سحر أبو شخيدم

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي، من كلية

الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية، نابلس - فلسطين

2024

فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى  
أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي

إعداد

أمل وفاق فارس ترابي

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ 2024/01/29، وأجيزت:

  
التوقيع

  
التوقيع

  
التوقيع

  
التوقيع

د. إبراهيم مصري

المشرف الرئيسي

د. سحر أبو شخيدم

المشرف الثاني

د. عامر شحادة

الممتحن الخارجي

د. أحمد حنفي

الممتحن الداخلي

## الاهداء

إلى من كان لي عوناً وسنداً في هذه الحياة بعد الله أبي الحبيب

إلى التي لم تبخل علي بالدعاء في كل صلاة أمني حفظها الله

إلى من شاركوني بأجمل ذكريات طفولتي رفقاء دربي بالحياة أختوتي وأخواتي

إلى صاحبة الفضل علي بعد الله عز وجل في استكمال دراستي "مؤسسة شباب الغد"

إلى صديقتي ورفيقتي وأختي "حياة"

إلى جميع الأهل والأقارب والأصدقاء الأعزاء

إلى أساتذتي الأفاضل الذين كان لهم الفضل في وصولي إلى هذه الدرجة العلمية

إلى زملائي في العلم والعمل

إلى شهداء فلسطين الذين ضحوا بأرواحهم لأجل أقداننا

إلى الأسرى المعتقلين في سجون الاحتلال

إلى جرحى فلسطين الحبيبة

إلى كل شخص علمني حرفاً لأصل اليوم وأقدم رسالتي المتواضعة إليكم سائلة المولى عز وجل أن يوفقني

لما يحب ويرضى ويجعله علماً نافعاً

الباحثة

## الشكر والتقدير

الشكر والثناء لله عز وجل أولاً على نعمة الصبر والمثابرة والتوفيق على إنجاز هذا العمل، فله الحمد على هذه النعم نعمه حمداً كثيراً، وأصلي وأسلم على أشرف الخلق والمرسلين سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد انطلاقة من قوله تعالى: ﴿وَمَنْ شَكَرَ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ﴾ [النمل:40]، ومن قوله صلى الله عليه وسلم: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله عز وجل".

فإنني أتقدم بالشكر والامتنان العظيم لكل من الأستاذ الدكتور إبراهيم مصري، والدكتورة سحر أبو شخيدم حفظهما الله لإشرافهما ومنحهما لي من وقت وجهد ودعم وتوجيه وإرشاد لإتمام هذا العمل على ما هو عليه، فلهم أسمى عبارات الشكر والتقدير والشكر موصول للسادة الأفاضل أعضاء لجنة المناقشة الموقرين على ما بذلوه من جهد في قراءة رسالتي المتواضعة، الدكتور (إبراهيم مصري) كمشرف رئيسي، والدكتورة (سحر أبو شخيدم) كمشرف ثانوي، والدكتور (أحمد حنني) كمتحن داخلي، والدكتور (عامر شحادة) كمتحن خارجي، على تفضلهم وقبولهم بمناقشة رسالة الماجستير هذه، وأتوجه بالشكر إلى جميع الأساتذة الكرام الذين لم يبخلوا علينا بعلمهم، ولم يألوا جهداً في سبيل المعرفة والعلم وأخص بالذكر الدكتور فاخر الخليلي والدكتور فايز محاميد والدكتورة فلسطين نزال.

أخيراً أتقدم بالشكر الجزيل والعرفان بالجميل لكل من مد لي يد العون والمساعدة من قريب وبعيد ولو بكلمة أو دعوة صالحة، ونسأل الله أن يوفقنا لما فيه الخير لنا ولأمتنا والحمد لله رب العالمين

الباحثة

## الإقرار

أنا الموقعة أدناه مقدمة الرسالة التي تحمل عنوان:

# فاعلية برنامج ارشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أية درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

اسم الطالب: أمل وفيق فارس ترابي

التوقيع: أمل ترابي

التاريخ: 2024/1/29

## فهرس المحتويات

ج	الاهداء	.....
د	الشكر والتقدير	.....
هـ	الإقرار	.....
و	فهرس المحتويات	.....
ح	قائمة الجداول	.....
ي	قائمة الملاحق	.....
ك	الملخص	.....
1	الفصل الأول: مقدمة الدراسة وخلفيتها النظرية	.....
1	1.1 المقدمة	.....
5	1.2 الخلفية النظرية:	.....
5	1.2.1 الخجل الاجتماعي SOCIAL SHYNESS:	.....
11	1.2.2 مهارات التواصل COMMUNICATION SKILLS:	.....
18	1.2.3 العلاج التعبيري EXPRESSIVE THERAPY:	.....
25	1.3 الدراسات السابقة:	.....
30	1.4 مشكلة الدراسة:	.....
31	1.5 فرضيات الدراسة:	.....
31	1.6 أهمية الدراسة:	.....
32	1.7 أهداف الدراسة:	.....
32	1.8 حدود أو محددات الدراسة:	.....
33	1.9 مصطلحات الدراسة:	.....
35	الفصل الثاني: منهجية الدراسة وإجراءاتها	.....
35	2.1 تمهيد	.....
35	2.2 منهجية الدراسة	.....
36	2.3 مجتمع الدراسة	.....
36	2.4 عينة الدراسة	.....
38	2.5 أدوات الدراسة	.....
39	2.5.1 مقياس الخجل الاجتماعي	.....
40	5.2.2 بطاقة الملاحظة لطفل الروضة (مهارات التواصل الاجتماعي)	.....
43	2.6 البرنامج الإرشادي التعبيري	.....

43	2.6.1 الهدف العام للبرنامج:
43	2.6.2 أهمية البرنامج الإرشادي:
44	2.6.3 الفنيات المستخدمة في البرنامج:
44	2.6.4 الوسائل المستخدمة في البرنامج:
45	2.6.5 تنفيذ برنامج التدخل:
45	2.6.6 مكان تنفيذ جلسات البرنامج:
45	2.6.7 محتويات برنامج التدخل العلاجي:
48	2.7 متغيرات الدراسة:
48	2.8 إجراءات تطبيق البرنامج:
48	2.8.1 الأساليب المستخدمة في تقييم البرنامج:
49	2.8.2 إجراءات تنفيذ الدراسة الأساسية:
50	2.9 الأساليب الإحصائية المستخدمة:
51	2.10 تكافؤ مجموعتي الدراسة:
53	الفصل الثالث: نتائج الدراسة
53	تمهيد
53	3.1 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
54	3.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
55	3.3 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث
57	الفصل الرابع: مناقشة النتائج
57	4.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الأول
58	4.2 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثاني
60	4.3 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثالث
61	4.4 التوصيات والمقترحات:
63	خاتمة
64	قائمة الاختصارات والرموز
65	قائمة المصادر المراجع العلمية
70	الملاحق
B	ABSTRACT

## قائمة الجداول

- جدول (1): التصميم الشبه التجريبي ..... 36
- جدول (4): توزيع عينة الدراسة..... 37
- جدول (5): توزيع عينة الدراسة تبعاً لنوع المجموعة..... 38
- جدول (6): نتائج معامل الارتباط بيرسون (PEARSON CORRELATION) لمصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لمقياس الخجل الاجتماعي ..... 40
- جدول (7): نتائج معامل الارتباط بيرسون (PEARSON CORRELATION) لمصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة (مهارات التواصل) لدى أطفال الروضة ..... 41
- جدول (8): معايير الحكم على متوسط استجابات العينة نحو مفردات الاستبانة أبعادها ..... 42
- جدول (9): فحص اعتدالية التوزيع للاستجابات في الخجل والتواصل الاجتماعي للمجموعتين الضابطة والتجريبية للقياس القبلي لأطفال الروضة..... 51
- جدول (10): نتائج اختبار (INDEPENDENT SAMPLES T-TEST) للقياس القبلي للمجموعتين؛ التجريبية والضابطة للخجل ومهارات التواصل ..... 52
- جدول (11): نتائج اختبار الفرق بين متوسطين حسابيين مترابطين (PAIRED SAMPLES T-TEST) للقياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لمهارات التواصل لدى أطفال الروضة . 53
- جدول (12): (INDEPENDENT SAMPLES T-TEST) للقياس البعدي للمجموعتين؛ التجريبية والضابطة لمهارات التواصل..... 54
- جدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ (الخجل لدى أطفال الروضة)..... 98
- جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ (مهارات التواصل الاجتماعي)..... 99

جدول (13): نتائج اختبار الفرق بين متوسطين حسابيين مترابطين (PAIRED SAMPLES T-TEST)

للقياسين البعدي وقياس الاحتفاظ للمجموعة التجريبية لاختبار مهارات التواصل لدى أطفال

الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.....99

## قائمة الملاحق

- ملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم ..... 70
- ملحق (ب): أدوات الدراسة بالصورة النهائية ..... 72
- ملحق (ج): الفقرات المعدلة بعد التحكيم ..... 74
- ملحق (د): البرنامج الإرشادي المطبق في الدراسة ..... 75
- ملحق (هـ): الجداول ..... 98
- ملحق (و): قائمة أسماء المحكمين للأدوات والبرنامج ..... 100
- ملحق (ز): ورقة تسهيل مهمة ..... 101

# فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي

إعداد

أمل وفيق فارس ترابي

إشراف

د. إبراهيم سليمان مصري

د. سحر أبو شخيدم

## الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي، في محافظة نابلس، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الخجل الاجتماعي، ومقياس مهارات التواصل، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي، وتكون مجتمع الدراسة من جميع أطفال روضة صرة الحديثة، وقد بلغ عدد أطفال الروضة (120) طفلاً وطفلة وذلك بحسب شهادة ترخيص الروضة في العام 2023/2024، فيما وتكونت العينة من (16) طفلاً وطفلة، تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة، وتم تقسيمهم لمجموعتين تجريبية (8) أطفال وضابطة (8) أطفال، كما تم استخدام مقياس مهارات التواصل والخجل الاجتماعي، والتي أشارت نتائج التحقق من صدقها وثباتها إلى صلاحيتها ومناسبتها لتحقيق أهداف الدراسة.

وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء المجموعة التجريبية على الاختبار القبلي والاختبار البعدي لمهارات التواصل لدى أطفال الروضة، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم وقدرته على التأثير بأفراد المجموعة، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارات التواصل لدى أطفال الروضة، لصالح المجموعة التجريبية، كما وأشارت نتائج المقارنات عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في المقياسين، البعدي والتتبعي لمهارات التواصل بعد شهر من انتهاء البرنامج.

في ضوء النتائج أوصت الباحثة بالعمل على مهارات التواصل من خلال تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الأنشطة التعبيرية على أفراد المجموعة الضابطة لثبات فاعليته في تحسين مهارة التواصل وخفض الخجل الاجتماعي، واعتماد برامج إرشادية جمعية تهتم بالأطفال وإقرارها من قبل وزارة التربية والتعليم رسمياً، على أن تكون الأنشطة التعبيرية أداة علاجية إرشادية أساسية لخفض الخجل الاجتماعي وتحسين مهارة التواصل لدى أطفال الرياض في فلسطين، وتطوير مناهج وبرامج رياض الأطفال الحالي، وذلك بإضافة بعض الأنشطة التي تتناول مهارات التواصل الاجتماعي.

**الكلمات المفتاحية:** مهارات التواصل، الخجل الاجتماعي، برنامج إرشادي جمعي تعبيرى.

## الفصل الأول

### مقدمة الدراسة وخلفيتها النظرية

#### 1.1 المقدمة

تعتبر مرحلة الطفولة المبكرة من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان في حياته وهي الأساس التي تقوم عليه حياته النفسية والاجتماعية والمستقبلية؛ حيث تبدأ فيها شخصية الطفل بالتشكل والبناء والقدرة على تعلم الكثير من الأمور التي ستراقره طوال حياته، ولابد من تركيز العناية والاهتمام بالأطفال ورعايتهم على أتم وجه ممكن، قبل أن يكبر ويشب الطفل فيصعب تغييره لاحقاً إذا ما تم إهماله.

ويقدم رياض الأطفال دوراً مهماً في إعداد الطفل لما يمتلك من قدرة هائلة للنمو والتطور الفكري والاجتماعي والنفسي والجسمي، حيث تزوده بالمعارف والمهارات وبعض العادات والتقاليد والأعراف التي تعد ضرورية لحياة الإنسان، إضافة لتأكيد الطفل لذاته واستقلاليته في الوقت الذي يختلط فيه الطفل بالآخرين ويعتمد على نفسه (جرادات، 2011).

كما تعد الطفولة مرحلة دقيقة وحساسة لا تكاد تخلو من الكثير من المشكلات السلوكية والنفسية والاجتماعية والانفعالية وبعض العادات غير المرغوبة والتي تستدعي الرعاية والعناية وتقديم الحماية وإيجاد طرق لتخطيها، حتى يتمتع هؤلاء الأطفال بالصحة النفسية السوية (ابو اسعد والصررايرة، 2010).

وأشارت Lao et al (2013) إلى معاناة بعض الأطفال من الخجل الذي يلعب دوراً هاماً فيما يتعلق بالتعلم والتنشئة الاجتماعية ويمكن أن يكون له تأثيرات عميقة على أفكار الأفراد ومشاعرهم وسلوكياتهم الحالية واعتقاداتهم ومستقبلهم، والتي يمكن أن تستمر وتنتقل معهم إلى مرحلة البلوغ وتؤثر على سنواتهم الدراسية الابتدائية، كما وأشار داغستاني (2011) إلى أن الخجل أكثر المشكلات النفسية شيوعاً بنسبة (12.8%)، بين الأطفال والمراهقين والكبار، إلا أن نسبة انتشاره بين الأطفال والمراهقين أعلى.

حيث تجدهم دائماً في خوف وعدم ثقة، مترددين يتجنبون المواقف الاجتماعية ويتهربون منها، يخافون من التقييم السالب عندهم وغالباً ما يكون مصحوباً بالسلوك الاجتماعي غير المتكيف (موسى، 2016). فالأطفال الخجولين في كثير من الأحيان يشعرون بعدم الارتياح في مواقف اجتماعية معينة، خاصة عندما تتطوي على التفاعل مع الآخرين أو مقابلة أشخاص جدد (Anthony & Swinson, 2008).

ويعد الخجل استجابة إنسانية غريزية لمجموعة متنوعة من المواقف الاجتماعية فهو عملية ديناميكية يمر بها كل إنسان، والخجل في مرحلة الطفولة معقد وشائع بدرجة كبيرة، ويمكن التحكم به بنجاح إذا تم فهمه على حقيقته، والخجل لا يزال يشكل عائقاً أمام العديد من الكبار ويحول بينهم وبين تحقيق الأهداف والنجاح إذا لم يواجه بالوقت والشكل المناسب، فالمهارات التي يكتسبها الطفل للتغلب على الخجل ستساعده على مواجهة المواقف الصعبة في الحياة لاحقاً (كاردوتشي، 2005).

وتتوقف قدرة الطفل ومهاراته في تكوين علاقات اجتماعية جديدة مع غيره وبخاصة الأطفال في مثل عمره، لما يمتلكه من إحساس بالأمن والطمأنينة والاستقرار النفسي والعاطفي ومستوى الإدراك والثبات الانفعالي والنمو العقلي، ومفهوم إيجابي عن الذات يمكنه من أن يخطو نحو الآخرين دون أن يشعر بتهديد لكيانه، ويحتاج الطفل إلى المساعدة والتعزيز وبعض الوقت لتأكيد ذاته وتنمية ثقته بنفسه وبقدراته والشعور بأهميته ومكانته في الروضة لدى المعلمة والأقران (شريف، 2014).

وترى حمدي (2014) أن تنمية وتعزيز مهارات التواصل الاجتماعي للطفل أحد الأغراض الأساسية التي يبنى عليها تعليمه في المستقبل من أجل الاختلاط في المجتمع، ومن خلاله يستطيع الطفل التعرف إلى الأمور ومسمياتها واكتساب معلومات جديدة عن طريق تواصله مع الآخرين، ويؤيده في ذلك دراسة George (2013) بأن عملية التواصل التربوي القوية تتصف بتكامل، ومرونة علمية وعملية متداخلة فعالة جدا في التعلم داخل الغرفة الصفية العملية الوسيطة بين المعلم والطلبة كما تمثل الرسائل بمحتوى المنهاج والمهارات والخبرات التي يرغب المعلم بإيصالها للطلبة.

تري Kristeen (2021) "أن اضطراب التواصل يعبر عن قصور جوهري في مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي المستخدمة في السياقات والمواقف الاجتماعية". وقد تقترن صعوبات التواصل الاجتماعي بعدد من اضطرابات التواصل الأخرى، ومع ذلك عدّ اضطراب التواصل الاجتماعي التوظيفي أو العملي فئة تشخيصية قائمة بذاتها في الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار الخامس (DSM-5)، ويعد اضطراب التواصل الاجتماعي في نفس الوقت اضطراباً منفصلاً عن بعض الاضطرابات النمائية العصبية التي كان يعتقد أنه جزءٌ منها مثل اضطراب طيف التوحد Autism Spectrum Disorder (ASD).

ويرى كل من Ellis & Crawford (2000) أن التواصل عملية تفاعلية بين شخصية أو أكثر وهي ذات مضمون معين يتم في سياق محدود، وتتضمن نقل حقائق وأخذها، وفهم مشاعر وأحاسيس واتجاهات وأفكار ووجهات نظر، وخبرات وتأثير من خلال وسائط معينة كاللغة والإشارات والإيماءات، وغيرها من طرق التواصل اللفظي، وغير اللفظي يُريد منها المرسل التأثير على الغير للاستماع له، والتجاوب أو التفاهم معه، ونيل ما يريده منهم. ويؤكد Riggio (1990) "بأن اللغة التعبيرية تتكون لدى الفرد من خلال قدرة الفرد على التعبير الانفعالي والاجتماعي واستقبال انفعالات الآخرين وتفسيرها ووعيه بالقواعد المستترة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي ومهاراته في ضبط وتنظيم تعبيراته غير اللفظية وقدرته على لعب الأدوار وتحضير الذات اجتماعياً وبما يزيد من مكانته الاجتماعية بين أقرانه، فضلاً عن تلقيه تعزيزات اجتماعية إيجابية من الآخرين".

ويؤكد شريف (2014) أنه لا بد من تهيئة بيئة تعلم محفزة للأطفال تحتوي على مجموعة من الأنشطة المناسبة لقدراتهم واهتماماتهم وميولهم تراعي الفروق الفردية بين الأطفال وتساعدهم على التكيف مع المواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة ويسر لتنمية مهاراتهم، ويستطيع الطفل من خلال أنشطة الفنون التعبيرية أن يعبر عن نفسه في الروضة بطرق وأساليب متعددة، تتميز بالإبداع والابتكار.

ويشير افرنجي (2012) أن الأنشطة التعبيرية مهمة لتشجيع الأطفال للتفاعل أكثر فهي أداة مهمة في التواصل الإنساني، إذ تساعدهم على الابتعاد قدر الامكان عن الخجل والانسحاب من العمل أو من يجدون صعوبة في التكيف في رياض الأطفال أو البيئة الصفية التعليمية، كما ويساعدهم على إبداء رأيهم وسماعهم للرأي الآخر، والتعبير عن النفس من دون خوف أو خجل، ومن أشكال التعبير الفني التعبيري التي يمكن لطفل الروضة أن يعتمدها الخيال والرسم والتشكيل والموسيقى والدراما والتعبير والرقص والحركة والغناء والشعر.

ويجدر الإشارة إلى أنه لا يوجد ما يمكن تسميته "الشفاء" أو الوصفة العلاجية الشافية تمامًا من اضطراب التواصل الاجتماعي، وكل ما هو متاح تقديم صيغ علاجية فعالة لتعليم الأطفال ذوي اضطراب التواصل الاجتماعي مهارات التغلب على مشكلاتهم ومع ذلك قد تستمر معاناة البعض منهم من متاعب في مواقف اجتماعية معينة، الأمر الذي يستلزم ممارستهم واستخدامهم المهارات والأدوات التي يتعلمونها في العلاج (Samantha, 2022).

كما وترى Cherry (2021) أن عملية اكتشاف الذات التي تعتمد على التعبير الفني عن الذات كوسيلة لتحقيق التحرر العاطفي يتميز بتركيزه على العملية الإبداعية نفسها باستخدام مجموعة واسعة من المواد واستكشاف عدد من التقنيات المختلفة كجزء من التدخل مع الطفل. ويمكن أن يعمل اختصاصيو أمراض الكلام واللغة والتخاطب في المدارس لتعديل بيئة التفاعل الصفية ليتمكن الطفل من التفاعل الدراسي، وتشمل علاجات اضطرابات اللغة التدريب الفردي على القراءة والكتابة، والعمل على تنمية المهارات الاجتماعية، وأيضاً تعديل طرائق التدريس بما يتناسب مع المستوى النمائي للطفل، إضافة إلى استخدام التكنولوجيا المعينة والتعويضية (Gluck, 2022).

وأكدت دراسة بركات (2019) إلى احتياج أولياء أمور الأطفال إلى التدريب على العديد من مهارات التواصل الاجتماعي لمساعدة أطفالهم على الدمج الاجتماعي بشكل فعال، إلى جانب التدريب على مهارات الاتصال والتواصل اللازمة للوالدين لإكساب أطفالهم بعض مهارات التواصل.

ولذا لا بد من وجود برنامج جمعي واضح يستعين به المرشد النفسي العامل في رياض الاطفال لتحسين مهارات التواصل، كما ويمكن الاستعانة بهذا البرنامج من قبل العاملين مع الاطفال من أسر ومؤسسات وجهات مختلفة قد تواجه نفس المشكلة لدى أطفالها، والذي أثبت فاعليته بتخفيف هذه المشكلة.

## 1.2 الخلفية النظرية:

يتناول الجزء التالي من الدراسة مفهوم الخجل الاجتماعي، مفهومه وأسبابه وأعراضه وطرق الوقاية والعلاج منه، ومن ثم يتناول مهارات التواصل من حيث المفهوم والمقومات والأبعاد والعوامل المؤثرة به، والنظريات المفسرة له، ومن ثم العلاج التعبيري مفهومه، وأنواعه، والنظريات المفسرة له، والدراسات السابقة المتعلقة بالخجل، ومهارات التواصل، والعلاج التعبيري.

### 1.2.1 الخجل الاجتماعي Social Shyness:

تظهر أهمية الخجل بوصفه ظاهرة نفسية أو سمة شخصية جديرة بالعبارة ليس من قبل الدارسين المختصين فحسب، بل من مختلف الأفراد في كافة مراحل عمرهم، ويشكل الخجل موضوعاً مهماً في تفاعلاتنا الاجتماعية بصورها كافة، ويتفاوت نطاقها لتتضمن علاقات الصداقة والزمانة والأسرة والعمل، مما يؤثر في التوافق النفسي والاجتماعي للأفراد ويعيق التواصل البناء فيما بينهم، إذا وصل لدرجات كبيرة تعرقل الفرد في تعبيره عن ذاته أمام الغير وتفقدته ثقته بنفسه، قد يزيد المشاعر السلبية المتراكمة لديه نتيجة لذلك (الضبع و عبد الله، 2008).

### مفهوم الخجل الاجتماعي Social Shyness:

لغةً: "الخجل في اللغة يعني الاسترخاء والحياء، ويكون من الذل، وأن يلتبس الأمر على الرجل فلا يدري كيف المخرج منه، ويقال خجولٌ فما يدري كيف يصنع، وخجل بأمره عيا" (ابن المنصور، 1414هـ). ويعرفه الضبع وعبد الله (2008) بأنه عدم قدرة الطفل على التفاعل الاجتماعي وتجنب الاتصال بالأخر نتيجة عدم

ثقتة بنفسه وبمهاراته الاجتماعية، ومن ثم فهو يمتنع عن الاشتراك مع أقرانه في أنشطتهم مما يترتب عليه ضعف الخبرات والشعور بالنقص.

كما يعرفه Chung (2018) بأنه شعور الفرد بالحرج أو القلق أو التوتر عند اللقاءات الاجتماعية تحديداً مع الأشخاص غير المؤلفين، وذكر أيضاً أن الأشخاص الذين يعانون من الخجل الشديد تظهر عليهم أعراض كاحمرار الوجه أو التعرق أو زيادة دقات القلب أو اضطراب في المعدة.

وتعرفه الباحثة إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الخجل المستخدم في الدراسة.

أسباب الخجل:

إن لشعور الخجل أسباب عديدة ومن أهمها: أساليب الأبوة المسيطرة فالحماية المفرطة التي تتضمن تصحيحات متكررة فاضحة تزيد من الخجل، التجارب الاجتماعية السلبية (مثل: الإحراج، العلاقات الفاشلة، وخيبات الأمل العاطفية وغيرها)، والأحداث المؤلمة (مثل: الطلاق، والطرده من العمل وغيرها من الأحداث)، وصف الفرد بالخجل فيزداد ويلعب الدور، عدم شعور الفرد بالأمن نتيجة للحماية الزائدة أو الإهمال أو القسوة أو التهديد (Royal et al, 2018).

كما وأشارت العديد من الدراسات لأسباب الخجل ومن بينها دراسة (داغستاني، 2011) بما يلي:

- انعدام الثقة والشعور بالنقص، بسبب وجود عاهات جسدية.
- قلة الاختلاط بالآخرين.
- التأخر الدراسي.
- تقليد الوالدين الخجولين.
- القسوة في معاملة الطفل، وإحباط إشباع حاجات الطفل النفسية والإفراط في العقاب والتهديد.
- انعدام الشعور بالأمن: وذلك نتيجة أساليب الوالدين بالحماية الزائدة أو الإهمال أو القسوة أو التهديد.

ويعزوها كاردوتشي (2005): لأسباب طبيعية متوارثة عن طريق جينات الخجل، والثقافة المكتسبة من الأقراب بتقليد سلوكهم أثناء المواقف الاجتماعية، وقد تكون متوارثة ومكتسبة معاً بالإضافة لطريقة التعامل مع المتطلبات الاجتماعية والوراثية.

أنماط الخجل:

هناك عدة أشكال للخجل تم توضيحها من قبل العديد من المتخصصين والدارسين ومن بينها كما وردت في الشربيني والتي أشار إليها شهيو (2018) كما يلي:

الخجل من مخالطة الآخرين: ويكون بحالة نفور من المقربين ويمتنع أو يتجنب الحديث مع الغير.

خجل الحديث: وفيه يتجه الطفل إلى البقاء صامتاً، ويقتصد بالتحدث إلى الآخرين.

خجل الاجتماعات: ويتجنب الطفل المشاركة في التجمعات والرحلات أو التفاعل بالأنشطة الرياضية.

خجل المظهر: حيث يخجل البعض عند ارتدائهم زياً جديداً، أو حينما يأكلون أمام غيرهم بالمطاعم.

خجل التفاعل مع الكبار: حيث يخجل الطفل حين يتعامل مع من هم أكبر سناً.

خجل حضور الاحتفالات والمناسبات: إذ يفضل الابتعاد عن أماكن المناسبات وعدم المشاركة فيها.

وأيضاً صنفتها بدير (2015) لثلاثة أنواع وهي:

خجل طبيعي: وهو الخجل المطلوب حيث يقول الرسول صلى الله عليه وسلم "الحياء نصف الإيمان" وعلى الإنسان أن يتحلى به.

الخجل المصطنع: ونراه عندما يتظاهر به الفرد في مواقف معينة.

الخجل المرضي: والذي فيه يظهر الفرد أعراض انفعالية خاصة كبرودة في الأطراف عند مقابلة أحد لأول مرة أو عند الحديث مع الآخرين يسأل نفسه كثيراً عما يتحدث ويدق قلبه بسرعة زائدة لأنه يحمل عبء ما سوف يقوله خاصة إذا استغرق وقت حديثه مع الآخرين فترة طويلة.

وذكرت دراسة شند وأخرون (2021) أربعة أبعاد للخجل وهي: الجانب السلوكي وهي السلوكيات التي تصدر من الطفل أثناء مواجهة موقف يتطلب تفاعلاً اجتماعياً، والجانب الفسيولوجي وهي التغيرات الجسمية والفسيولوجية التي تظهر على الطفل أثناء التعرض لموقف يتطلب تفاعلاً اجتماعياً، والجانب المعرفي وهي نتيجة الأفكار والمعتقدات والبيانات التي يدرکها الطفل أثناء مواقف التفاعل الاجتماعي، والجانب الإنفعالي أي الانفعالات والتعبيرات والإشارات المصاحبة للخجل التي تصدر من الطفل عند مواجهة مواقف التفاعل الاجتماعي.

أعراض الخجل:

وهناك العديد من الأعراض التي تظهر على الأفراد الخجولين والتي يمكن من خلالها تمييز ومعرفة الأشخاص الخجولين ومنها ما ذكر سعد (2018)، مظاهر الإحساس بالخجل كالتالي:

- الجبن والانكماش والتردد وتوقع الشر.
- عدم الاهتمام بالعمل والخوف منه والاستغراق في أحلام اليقظة، وسوء السلوك والمبالغة في التظاهر بطيب الخلق.
- الميل للانسحاب وتجنب المراكز المرموقة.
- يفضل الطفل العزلة حيث يجد مجالاً لاجترار أفكاره المزعجة.

وتتلخص أعراض الخجل بقلة التفاعل مع الآخرين، والبطء في التفاعل والدخول بين مجموعة الأقران، زيادة الوعي الذاتي، تدني احترام الذات، صعوبة إقامة علاقة جديدة، ومشاكل في القدرة على الاحتفاظ بعلاقة قوية (Royal et al., 2018).

## طرق علاج الخجل:

ذكر موسى (2016) أن هناك عدة طرق لعلاج مشكلة الخجل ومنها:

إضعاف الحساسية للخجل: يمكن للأطفال أن يتعلموا أن المواقف الاجتماعية ليس بالضرورة أن تكون مخيفة، وأيضاً يمكن أن يهدئهم الوالدان عند المواقف فيصبحون أكثر اجتماعياً تدريجياً، ولهم أن يتخيلوا كيف يقومون بسلوك اجتماعي كانوا يخافونه سابقاً ثم دمجهم في مواقف حقيقية، وبذلك يقل خجلهم.

تشجيع توكيد الذات: يسأل بصراحة ماذا يريد وكيف يمكنه التغلب على الارتباك من أجل التعبير عن نفسه.

تدريب الطفل على المهارات الاجتماعية: بإشراك الأطفال في تدريبات جماعية، فبعض التفاعلات تحدث فعلاً، ولابد من وجود ميسر للمجموعة، وبهذا يمكن للطفل أن يعبر عن رأيه أمام الآخرين، ويمكن تقسيم التدريب الاجتماعي للمراحل التالية: التعليم، التغذية الراجعة، التدريب السلوكي، التمثيل ولعب الدور.

تشجيع التحدث الإيجابي مع النفس: إذ يدمر الطفل اقتناعه واعتقاده لذاته أنه شخص خجول لا يستطيع الاتصال بغيره، ويمكن مقاومته بالتدريب على سلوكيات جديدة، لزيادة الاتجاهات الإيجابية وتحسين الاتصال بالآخرين.

## الاتجاهات والنظريات المفسرة للخجل

حيث ذكر ابو غمجة (2013) بأن هناك عدة اتجاهات تفسر ظاهرة الخجل وأسبابه وتطوره، والتي من أهمها هذه الاتجاهات:

- الاتجاه التحليلي (Analytic prescriptive): ويفسر الخجل في ظل انشغال الأنا ليأخذ شكل النرجسية، والعدائية والعدوان.

- اتجاه التعلم الاجتماعي (Social Learning Prescriptive): وفيه يعود الخجل إلى القلق الاجتماعي، إذ يمنع فرصة تعلم المهارات الاجتماعية بسبب وجود أنماط من السلوك الانسحابي، ويستمر ليكون

عواقب معرفية تعبر عن نفسها بصورة توقع الفشل في الموقف الاجتماعي إضافة للحساسية المفرطة للتقويم السلبي من الآخرين.

- الاتجاه البيئي الأسري (Environmental Prescriptive): تتمثل فيما يمارسه الوالدين من أساليب معاملة خاطئة كالحماية الزائدة للطفل والنقد المستمر، والتهديد الدائم بالعقاب يسبب زيادة خجل الطفل.

- الاتجاه الوراثي (Genetic Prescriptive): وربما يعود الخجل إلى شق وراثي تكويني، يتصف بالاستمرارية لسلوك الطفل طوال حياته، فحين يعامل الطفل الخجول وراثياً بأساليب الممارسات الوالدية السلبية قد يؤدي لمعاناة الطفل من الخجل المزمن.

كما وأشارت دراسة العلوية (2017) لبعض النظريات المفسرة للخجل:

النظرية المعرفية السلوكية: تعتبر وجهة نظر (PASS) من أهم ما أعطى تفسيراً للشعور بالخجل من حيث مفهومة وأسبابه ومكوناته ومستوى انتشاره بين الناس، كما يرى أصحاب النظرية السلوكية المعرفية أن الإنسان أثناء تفاعله مع البيئة المحيطة به يواجه مثيرات مختلفة، فهو يستقبل هذه المثيرات ويقوم بتحليلها وتفسيرها ويسندها إلى أشكال معرفية، وبإدراك الفرد وتفسيره للمثيرات ينشأ الشعور بالخجل لديه، ويصنف بأس الخجل حسب نظريته ل:

خجل الخوف Fearful Shyness: الذي يبدأ خلال السنة الأولى من الحياة، وأثناء النصف الثاني من السنة الأولى ويعرف بقلق الغرباء، ويختفي مع تقدم العمر وبتردد وجود الغرباء حوله كنوع من القلق الاجتماعي ويتضمن الانزعاج من التفاعل أو الفرع والرعب من اختلاط الشخص مع الآخرين.

خجل الوعي بالذات Self Conscionsness Shyness: يرى باس أن الشخص وحده الذي يكون مدركاً لذاته فعندما يشعر الفرد بأن الآخرين يراقبونه يصاب بالإحراج وينتج عن شعور الخجل إحساس مرتفع بالذات وذلك لنمو وتطور العمليات المعرفية في السنوات (4-5) من العمر فيمتلك الفرد الإحساس بالذات الاجتماعية ويشعر بالخجل.

وأضاف شذارات الذي أشارت له العلوية (2017)، حيث قدم أريكسون في نظريته عام (1965) تطور الإنسان نتيجة طبيعة للأحداث الاجتماعية والثقافية، وصنف أريكسون عملية التطبع الاجتماعي لثماني مراحل والتي من ضمنها المرحلة الثانية وهي الاستقلالية مقابل الشعور بالخجل والشك من عمر (2-4) سنوات الطفولة المبكرة والتي تقابلها المرحلة الشرجية عند فرويد فالطفل خلال هذه المرحلة يتعلم الاستقلالية عن طريق التدريب على الأكل الفردي وارتداء الملابس إضافة للتدريب على عادات الإخراج، ويشعر الطفل بالاستقلالية فيصبح أقل اعتماداً على الغير وأكثر استقلالية متأكداً من ذاته، أما الفشل في تحقيق هذه الاستقلالية فقد يشعره بالخجل والشك.

## 1.2.2 مهارات التواصل :Communication Skills

مفهوم مهارات التواصل لغة: "وصل: وصلت الشيء وصلًا. ووصل إليه وصولاً، أي بلغ. وأوصله غيره. ووصل بمعنى اتصل، أي: دعا دعوى الجاهلية، وهو أن يقول يا فلان، قال الله تعالى: ﴿إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلَى قَوْمٍ﴾ [النساء:90] أي يتصلون، والوصل ضد الهجران. والتواصل ضد التصارم، ووصله توصيلاً إذا أكثر من الوصل ومنه المواصل" (الجوهري، 2009).

مهارات التواصل: "المشاركة المتبادلة والتفاعل بين طرفين أو أكثر، باستخدام مجموعة من المهارات اللفظية وغير اللفظية المقصودة والمخطط لها تشمل كل من الأفكار، الآراء، المعلومات، تعبيرات الوجه، لغة الجسد، الإشارات، الإيماءات، والتعبيرات التي تهدف إلى تحقيق المشاركة مع الآخرين" (متولي، 2022).

مهارات التواصل الاجتماعي: هي قدرة المتعلم على التواصل مع الغير بطريقة ايجابية وفعالة وتلك في المواقف الاجتماعية المتنوعة التي يمر بها المتعلم مما يساعده في تعزيز ثقته بالآخرين ويساعد بتحقيق توافقه النفسي والاجتماعي مع الآخرين (أبو طالب وأخرون، 2017).

في حين يعرف الزعبي التواصل الاجتماعي "تشارك الأفراد وتفاعلهم في مكان ما، ويتضمن الفهم والإدراك بين طرفي عملية التواصل من مرسل ومستقبل، ويستخدم الفرد في هذه العملية مشاعره وحواسه المختلفة، لتبادل الأفكار والمشاعر بوجود رغبة في التواصل" (الحوالدة، 2020).

وتعرفه الباحثة إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على قائمة الملاحظة للتواصل والمستخدم في الدراسة.

#### أهمية الاتصال الاجتماعي وخصائصه

يمضي الناس أغلب وقتهم في التواصل مع بعضهم البعض، إذ يتحدثون في العمل وداخل بيوتهم وفي لقاءاتهم الاجتماعية بهدف تبادل المعلومات والأفكار والمشاعر، حيث تتم عملية التواصل بشكل آلي دون أي تفكير في طبيعة هذا التواصل وأشكاله المختلفة، فقد يجري التواصل بين المتكلم والمستمع مشافهة أو من خلال الكتابة أو بواسطة الايماءات وتعابير الوجه ولا يستطيع الشخص أن يعيش بشكل طبيعي دون أن يتواصل مع الآخرين، والتواصل يؤثر على جميع جوانب الحياة لدى الإنسان وبخاصة النفسية والاجتماعية منها (عمايره والناطور، 2014).

إن الاتصال حاجة نفسية واجتماعية أساسية لا غنى عنها للإنسان، إنها تبدأ منذ اللحظات الأولى في حياته وتستمر مع استمرار الحياة، ويمكن تلخيص أهمية الاتصال الاجتماعي كما أشارت سليمان (2014) فيما يلي:

التعليم: يعمل التواصل على تعميم ونشر المعرفة الإنسانية المفيدة، إذ أن نشر المعرفة يثري العقل والشخصية ويساهم في رصد مهارات الإنسان وتنمية قدراته ويمكنه من مواجهة الصعوبات المستجدة والتغلب عليها.

التثقيف: يساعد التواصل والاتصال على إظهار الإبداع الفني والثقافي وحفظ التراث وتطويره يوسع آفاق الإنسان المعرفية وإيقاظ الإبداع ونقل خبرات وأفكار ومبتكرات من شعوب، ومجتمعات لأخرى.

التقارب الاجتماعي: يتيح فرصة للإنسان للتعرف والتقارب والتفاهم والشعور بالآخرين من محيطه الاجتماعي.

التنشئة الاجتماعية: عملية متواصلة مدى الحياة، تكسب الفرد المعايير والقيم والسلوكيات المرغوبة اجتماعياً. تأكيد الذات: ويتم تحقيق الذات من خلال التأثير والتأثير بالآخرين، فالإنسان بحاجة لأن يؤثر في غيره وأن يحقق النجاح، وأن يعبر عن مشاعره وأفكاره ويشاركها.

التحفيز: يسهم التواصل بالمناقشة الشريفة الهادفة، من خلال التركيز على القوى التي حققت النجاح والإنجازات المتفوقة وتوضيح الأساليب التي أدت إلى ذلك، وتحفيز الأشخاص وإثارة آمالهم وأهدافهم لمحاكاة هؤلاء.

الترفيه: عن طريق تخفيض المعاناة والتوتر التي يشعر بها الأفراد والحديث نتيجة ضغوط الحياة بتقديم المسرحيات والتمثيلات وفنون الرقص والغناء والموسيقى والرياضة، وتزداد قيمة إذا كانت موجهة نحو البناء.

كما لخصها الجيوسي (2014) بخمسة وظائف للتواصل وهي: التعلم إذ تتغير معتقداتنا ومفاهيمنا من خلال التفاعل والتواصل مع الناس، وإقامة علاقات بالتشارك والتعارف المهم لإخراجنا من الوحدة والاكتئاب، والتأثير فغالباً ما نحاول التأثير والتأثر في اتجاهات الآخرين وسلوكهم، واللعب كالتحدث حول الرياضة وسرد القصص والنكت التي تمنح توازناً ضرورياً نحتاجه لتخفف ثقل الجدية الذي يحيط بنا، والمساعدة الاجتماعية بتقديم الإرشاد والنصح والمواساة للناس.

## أنماط التواصل

ويصنف بو بكر وسائل أنماط التواصل إلى صنفين هما:

وسائل لفظية: وتضم الكلام المحكي في نطاق اللغة المستخدمة بأشكاله وأنماطه المختلفة ويتأثر بالصوت والنبهة والمناخ المادي والنفسي السائدين وفرض التبادل والتفاعل.

وسائل غير لفظية: كل ما هو غير لفظي ويشكل مثيرا لاستجابات سلوكية مختلفة تسهم في إحداث عملية التواصل الاجتماعية وتنشيطها مثل: حركات الجسم والأطراف والايماءات بالجسم والرأس واليدين وتعابير الوجه والملابس والالوان .. وتختلف دلالات هذه الوسائط وقيمتها بالنسبة إلى عمليات التواصل ونتائجها من ثقافة لأخرى ومن جماعة لأخرى ومن فرد لأخر (مسعود، 2018).

كما ان مهارات التواصل الاجتماعي خاص بالتفاعل بين الفرد والمحيطين به وذلك في الإطار الاجتماعي من تقبل المعايير الاجتماعية والقيم وممارستها والاتجاهات نحو الآخرين، ومهارات التواصل الوجداني: وذلك من خلال القدرة على نقل المشاعر والتعبير عنها والمشاركة الوجدانية للآخرين، ومهارات التواصل المعرفي: وتضم المهارات المعرفية كالقدرة على التمثيل والتذكر والتفكير وأيضاً مستوى الطموح (أحمد، 2018).

وقام بيلز بتقسيم أنماط مهارات التواصل الاجتماعي إلى:

1. مهارات التواصل الاجتماعي المحايد: وتضم طلب التعليمات ومنحها وإبداء الرأي وتقديم المشورات وغيرها ويُمثل 63% من السلوك.
2. مهارات التواصل الاجتماعي السلبية: وتبرز في المعارضة وإظهار التوتر والعدوان والتباعد ويُمثل 12% من السلوك.
3. مهارات التواصل الاجتماعي الايجابي: وتبان في الموافقة وتخفيض التوتر وإظهار الترابط ويُمثل 25% من السلوك (حامد، 2016).

## مقومات التواصل:

وهناك عدة مقومات لعملية التواصل وضحتها ساري (2014)، والتي من أهم نقاطها:

المرسل/ المتحدث: الشخص الذي يبدأ ويقوم بتوصيل أفكاره إلى الآخرين في رموز أو إشارات لفظية.

المتلقي/ المستقبل: الذي يقصده المرسل ويوجه إليه رسالته، فيتلقي ما يأتيه ويصله من المرسل.

الرسالة: المعاني أو الأفكار أو المشاعر أو الاتجاهات أو المعارف التي يريد المرسل توصيلها إلى المتلقي.

القناة الاتصالية: وهي الوسائل السمعية والبصرية والصوتية المستخدمة لنقل أفكارنا ومشاعرنا إلى الآخرين.

الهدف/ التأثير: هو الغرض الذي يطمح المرسل إلى تحقيقه، والتأثير هو المحصلة النهائية للعملية الاتصالية.

الاستجابة: هي معلومات مرتدة شفوية أو غير شفوية تسمح للمرسل معرفة ما إذا كانت رسالته تم استقبالها

وفهمها من المتلقي، فعملية التواصل تفاعلية دائرية يتبادل المرسل والمستقبل دور الآخر.

السياق الاتصالي: تتأثر البيئة الاتصالية سلباً أو إيجاباً بالجو العام الذي تتم فيه العملية الاتصالية.

ويرى كل من عبد السميع، وبيرشل وآخرون في دراسة متولي (2022)، أهمية مهارات التواصل لطفل الروضة

بأنها تساعد لتعلم المشاركة وتبادل المشاعر مع الآخرين وتعلم السلوكيات الاجتماعية المرغوبة، ويعمل

على نمو الوعي والتكيف البيئي؛ وتسهم مهارات التواصل في تحسين التوافق الشخصي لدى الأطفال الذي

يؤدي إلى التوافق الاجتماعي مع المجتمع، و تمكن الطفل من تحقيق تنمية واحترام الذات، بالإضافة لتأكيد

في الآخرين وذلك عن طريق التعبير عن ذاته ومشاعره واحتياجاته، حيث سبق وأشار كل من سليمان

وطعيمة وعبد السميع (2017) على أهمية التواصل في قدرة الطفل على تقديم ذاته والتعبير عن أفكاره

ومشاعره ومدى استجابته للآخرين وملاءمة وضبط سلوكه بما يتوافق ويتناسب مع مواقف التفاعل الاجتماعي

بطريقة صحيحة.

النظريات المفسرة لمهارات التواصل:

نظرية (Beles): حاول بيلز دراسة مراحل وأنماط التواصل الاجتماعي حيث يدور التواصل الاجتماعي الذي يدرسه بيلز حول موضوع أو مشكلة يبتغي أعضاء الجماعة الوصول لإيجاد حل لها، ولهذه المشكلة عدة حلول، إضافة للمرونة في فهم المشكلة واقتراحات متنوعة خاصة بحلها، ويقصد بالتواصل السلوك الظاهر للأفراد في موقف محدد وفي ظل الجماعة الصغيرة، أما الموقف فيتكون من الأفراد الذين يوجه إليهم السلوك مثل الذات والأشخاص حيث يتفاعلون مع بعضهم البعض وجهاً لوجه مرة أو عدة مرات، ويعرف كل منهم الآخر بشكل متميز ويستجيب له، وقد قسم بيلز أنماط مهارات التواصل الاجتماعي إلى محايدة، وسلبية، وإيجابية، التي تم ذكرها سابقاً، كما ورتب مراحل التواصل الاجتماعي: بالتعرف على الموقف أو الحدث وتحديد المشكلة أو الموضوع بالوصول للمعلومات وتوضيحها، التقييم أي تحديد القواعد التي تقوم في ضوءها الحلول المتنوعة للمشكلات، المشورة وذلك بإعطاء التعليمات وإبداء الرأي وتقديم الاقتراحات، اتخاذ القرار النهائي والحاسم أي الموافقة والقبول والفهم والرضا والتغلب على الرفض وعلى التشبث بالشكليات وحجب المساعدة. ضبط التوتر أي معالجة التوترات التي تظهر في الجماعة بإبداء الارتياح والرضا، التكامل أي صيانة تكامل الجماعة والمحافظة على ترابطها مما يكون قد أصابها أثناء التواصل وما صاحبها من مواقف بإظهار التآلف والتعزيز والمكافأة (حامد، 2016).

نظرية التعلم الاجتماعي لبندورا: تشير نظرية التعلم الاجتماعي أن العديد من التعلم يحدث اجتماعياً بواسطة عمليات غير متضمنة في التعلم الاجرائي فالناس يتعلمون الكثير من الأشياء عن طريق تفاعلهم الاجتماعي، فأولئك يتعلمون اجتماعياً بغير حاجة لتلقي معززات مباشرة إذ نكتسب الكثير من السلوكيات بملاحظة سلوكيات غيرهم ومشاهدة البرامج التلفزيونية... (العتوم وآخرون، 2014).

والإنسان كائن اجتماعي يتأثر ببعض مشاعر وتصرفات الآخرين من المحيط الخارجي في مواقف الحياة المختلفة ويأخذ من أنماطهم السلوكية وأساليب بنائهم للعلاقات الاجتماعية ويتعلم من خلال المراقبة

والملاحظة المستمرة ومحاولاته المتتالية الساعية لتقليد ومحاكاة أشكال الاستجابات التي يظهرها من حوله في المشاركة الشخصية والتعايش والتوافق مع المواقف والاحداث العادية وغير العادية بالوجه الاجتماعي الأمل، وقد أدى هذا الاتجاه الاجتماعي المعرفي المبني على التقليد لاكتساب سلوك جديد يقوم على مجموعة من الاستجابات المتعلمة الجديدة أو وقف سلوك سابق أو تسهيل ظهور استجابات ذات علاقة بالسلوك الذي تتم ملاحظته، أي أنه بإمكان الشخص تحقيق الفعالية الذاتية وتشكل الخبرة والإدراك في ضوء ملاحظته لسلوك من حوله وسعيه لتقليد سلوكيات الآخرين (خوجلي، 2006).

وتفترض نظرية التعلم الاجتماعي كما ذكرها Ormrod في دراسة العتوم وآخرون (2014):

- يمكن للفرد التعلم عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين.
- التعلم عملية داخلية يترتب عليها تغير في السلوك.
- تلعب العمليات المعرفية دوراً مهماً في تحديد ما نتعلمه.
- السلوك موجه نحو أغراض خاصة يحددها الفرد لنفسه.
- ينتج التعزيز والعقاب آثاراً مختلفة غير مباشرة في التعلم والسلوك.
- يستطيع الفرد أخيراً ضبط سلوكه ذاتياً.

وقد تم تطوير نموذج التعلم المعرفي الاجتماعي للتواصل التدريبي في المهارات التواصلية على المهارات اللغوية والمعرفية والاجتماعية، وذلك باقتراح أربعة إجراءات أساسية كتقنيات التدريب على مهارات التواصل الاجتماعي: التعليمات: يوفر التعلم للطفل معلومات في إطار مفهوم اجتماعي لسلوك معين. والتدريب: التمرين هو الممارسة المتكررة للمهارات الاجتماعية لتعزيز الاحتفاظ بمفهوم المهارة والأداء السلوكي. والتغذية الراجعة والتعزيز: توفر الملاحظات معلومات للمتعلم فيما يتعلق بالمراسلات بين أداء المهارات الاجتماعية ومستوى الأداء تعزيز يتضمن العرض (التعزيز الإيجابي) أو الإزالة (التعزيز السلبي) من الأحداث البيئية التي تزيد من تكرار السلوك المستهدف. وتعديل المهارات وتعميمها: بمجرد أن يثبت الطفل قدرته على أداء

مهارة وذلك بمساعدة شخص يشرف ويوجه، ويركز التدريب على زيادة استقلالية الطفل والسيطرة على أداء المهارات والتقييم، مع مراعاة السياق في التدخلات التواصلية الاجتماعية (Loncola, 2004).

### 1.2.3 العلاج التعبيري Expressive Therapy:

يوجد الكثير من التعريفات التي تناولت مفهوم العلاج التعبيري ومن بينها:

مفهوم الأنشطة التعبيرية: "محاولة توظيف مجموعة من الأنشطة والفعاليات الفنية كالرسم والأعمال اليدوية والرقص والسيكودراما ضمن قالب علاجي وارشادي بهدف التعامل مع مشكلات الأفراد وصعوباتهم الشخصية والاجتماعية والعصبية، ولا يشترط بالعمل الفني المنتج أن يكون إبداعيا" (شعار، 2014).

ويعرفه أبو عيطة وحسن (2014): بأنه أحد أساليب وطرق العلاج النفسي التي تستند على عملية تفاعلية ما بين شخص مؤهل أو متخصص يستكشف الأفكار والمشاعر والسلوك للمساعدة والمساهمة في حل تلك المشكلة، من خلال استخدام مجموعة متنوعة من العلاجات لحل المشكلات.

العلاج التعبيري: هو أحد أساليب العلاج النفسي، الذي يعتمد على استخدام مجموعة متنوعة من الأنشطة التعبيرية للمساعدة على حل المشكلات (Malchiodi, 2005).

ومن خلال مراجعة الدراسة للعديد من الأدبيات السابقة هناك اتفاق من التعريفات التي تناولت العلاج التعبيري فيما بينها على أنها مجموعة متنوعة من الفنون الإبداعية من الأساليب والطرق التعبيرية اللفظية وغير اللفظية كالرسم والموسيقى، والشعر واللعب التي تساعد الفرد على فهم لمشاعره وسلوكه وأفكاره، في بيئة داعمة للتجربة والتعبير عن المشاعر.

الأنشطة التعبيرية:

تتنوع الأنشطة التعبيرية وأساليبها المستخدمة والشائعة وتنقسم إلى نوعين متداخلين ومتراپطين وهي الأنشطة اللفظية كالمسرح، والدراما، والأعمال الأدبية (كالقصص والروايات والشعر..)، والأنشطة غير اللفظية

كالموسيقى والرقص والحركات الإيقاعية، والتعبير التشكيلي كالرسم والتلوين والنحت، ويكملان بعضهما  
فيمكننا استخدامهما معاً أو بشكل مستقل (الخليلي، 2015). ومن خصائص العلاجات التعبيرية المرنة  
والتعبير عن الذات، والمشاركة النشطة، والخيال، الرابط بين العقل والجسد (Malchiodi, 2005).

أشكال العلاج التعبيري:

صنفت Malchiodi (2005) أشكال العلاج التعبيري لعدة تصنيفات وهي:

العلاج بالرقص أو الحركة: على افتراض أن الجسم والعقل مترابطان، ويتم تعريفهما على استخدام العلاج  
النفسي للحركة كعملية تعزز التكامل العاطفي والمعرفي والبدني للفرد، ويؤثر على التغيرات في المشاعر  
والإدراك والأداء الجسدي والسلوكي.

العلاج بالشعر أو الكتابة: أي العلاج المعتمد على الأدب الذي يساعد على الشفاء والنمو الشخصي.

العلاج باللعب: يستخدم بشكل مُمنهج لإنشاء علاقة شخصية لمساعدة المسترشدين لتخطي الصعوبات  
والمشكلات النفسية والاجتماعية والعمل على تحقيق النمو والتطور للمسترشد.

العلاج بالرمل أو الصلصال: يستخدم الرمل مجموعة كبيرة من المنمنمات لتمكين المسترشد من اكتشاف  
المكبوتات النفسية المتراكمة بشكل مغاير، وذلك من خلال انتاج صور رملية يساعد المسترشد في تفسيرها  
ودمجها بحالته النفسية.

العلاج التعبيري متعدد الوسائط أو المتكامل: الذي يضم شكلين أو أكثر من العلاج التعبيري وذلك لتعزيز  
الوعي الذاتي وتشجيع النمو العاطفي وتعزيز العلاقة مع الآخرين، قائم على فكرة أن الفنون مترابطة، ويعتمد  
على مجموعة متنوعة من التوجهات وأساليب وفنون العلاج النفسي، لاستخدام الفنون بالعلاج النفسي  
التقليدي.

ويقسم هينج كما أشار Mclaughlin (2022)، في دراسته مستويات العلاج التعبيري لأربعة مستويات في تسلسل هرمي تنموي وهي:

المستوى الحركي الحسي: ويمثل معالجة المعلومات بناء على الطريقة الأساسية لمعالجة الأطفال لبيئتهم، لا تعتمد على الكلمات بل على الحواس وحركة الجسد والأحاسيس الداخلية والخارجية في الجسم.

المستوى الإدراكي العاطفي: ممكن أن يتطلب لغة، تبدأ الصور في التبلور، غالبا مع التركيز على العناصر المرئية للتعبير، يتم استبدال شكل الانتباه بمعالجة عاطفية، يتم التعبير عنها خلال اللون مقابل الشكل.

المستوى المعرفي الرمزي: يعتبر أكثر دقة وتقدما، وهنا يكون التخطيط والإدراك والحدس ضروريان، وغالبا ما تكون الكلمات مطلوبة، لجمع المعنى حول العمليات المعرفية المعقدة أو الرموز متعددة الأبعاد.

المستوى الإبداعي: يمكن الوصول إلى الإبداع من خلال أي مكون عند استيفاء الأداء الأمثل بدلا من ذلك يمكن الوصول إليها عندما يتم دمج المكونات الثلاث، ويمكن القول أن المستوى الإبداعي للعلاجات التعبيرية المستمرة موجود في جميع المستويات وغالبا ما يخدم وظيفة تكاملية (Ziff, 2010).

أهداف الفنون التعبيرية:

ان من أهم الأهداف والغايات من استخدام الأنشطة التعبيرية كما حددها افرنجي (2012):

التفريغ الانفعالي: الفن يكون وعاء يحوي تجارب وخبرات ومشاكل المسترشد في الحياة ويجعلها أكثر سعادة.

التقوية وتعزيز الاستقلالية: يعتبر السير في العملية العلاجية والتطور من ناحية المسترشد بتقويته وتدعيمه

عن طريق إكسابهم مصادر للتقوية الذاتية، فحينما يعرف الشخص قيمة وأهمية التعبير بالفن يستطيع

استخدامه أينما اراد وبالأسلوب الذي يريده وبدون معالج.

التنظيم والتعلم النشط: مساعدة الفرد على إعادة تشكيل الطريقة التي ينظم ويرتب بها حياته ويعيشها ويدركها، وترك الخبرات الحياتية المؤلمة التي لا يرغبها واستبدالها بخبرات مدروسة مثمرة وذات قيمة.

وأيضاً تفسح المجال للتنشئة الاجتماعية والتفاعل وتكوين علاقات مع الآخرين (Malchiodi, 2005).

مبادئ العلاج بالفنون التعبيرية:

وأشارت Corey (2012) أن العلاج بالفنون التعبيرية يستخدم أشكالاً فنية وهذا التوجه يقوم بدمج العقل والجسم والعواطف والمناخ الروحية الداخلية، كما وتبنى وسائل العلاج بالفنون التعبيرية على مبادئ إنسانية تتمثل بما يلي:

- كل البشر يملكون قدرة فطرية داخلية للإبداع وهو عملية تحويلية تؤدي إلى الحل والشفاء.
- إن النمو الشخصي يتم من خلال وعي الذات وفهمها، وأيضاً الاستبصار الذي يتم من خلال الغوص في أعماق المشاعر، والألم، والخوف، والسعادة.
- إن الفنون التعبيرية تقودنا إلى اللاشعور، وبالتالي تساعدنا في التعبير عن نواحي مكبوتة في أعماقنا، وتخرج إلى الضوء معلومات ووعي جديد.
- كل واحدٌ للفنون التعبيرية يستطيع إثارة شكلٍ آخر، وينقلنا إلى جوهر ذواتنا، وهكذا يتوحد داخلنا وخارجنا بين جوهر رفقائنا وبين جوهر كل البشر.

وذكر كل من أريدنو ورييلونو، ثلاثة مفاهيم ضرورية في تكوين العلاقة في العلاج التعبيري كالتعاون حيث يقوم المتخصص والعمل بالعمل معاً في تنظيم الأنشطة المستخدمة في العلاج والمشاركة فيها، والثقة حيث تكون العلاقة بينهم قائمة على رابط والثقة والاهتمام والاحترام علاقة ايجابية، وأيضاً الأهداف المشتركة (Mclaughlin, 2022).

ووضحت Corey (2012) علاقة الاتصال بين كل من المرشد والمسترشد في العملية الإرشادية التعبيرية:

إن أساس نجاح العملية الإرشادية هو إنشاء علاقة إرشادية بين كل من المرشد والمسترشد بإتقان مهارات الاتصال الفعال، حيث يتيح للمسترشد أن يكون منفتحاً يمكنه التعبير عن أفكاره وخبراته وأحاسيسه وعواطفه بكل أمان وراحة، ومن بين تلك المهارات التي على المرشد ممارستها هو أن يتحلى بصفات الأصالة والتواضع، والدفء، والرفق والتعاطف، والانفتاح، والإخلاص، والتفاهم، وحب الرعاية مما يساعده على التكامل الشخصي للحالة وفقاً للمستوى العقلائي، والعاطفي والجسمي والروحي.

### النظريات المفسرة للعلاج التعبيري

هناك العديد من الاتجاهات والنظريات المفسرة لاستخدام الأنشطة التعبيرية والتي ركز حلها على التعبير عن الانفعالات والمشاعر، ومن بين النظريات:

نظرية التحليل النفسي لفرويد: تعتبر نظرية التحليل النفسي لفرويد منشأ العلاج التعبيري، والتي تهدف لمساعدة المسترشدين على فهم سلوكياتهم، وذلك من خلال السماح لهم بالقيام بأساليب مختلفة من النشاطات التعبيرية للتعبير عن ذاتهم في ظروف آمنة، وقد تجسدت الأنشطة التعبيرية في إجراءات العلاج لدى فرويد مثل: التداعي الحر، وتحليل الأحلام والتحويل، والتفسير، والمقاومة (المشاقبة وعبود، 2019).

نظرية التحليل التفاعلي لبيرن: حيث قدم بيرن اللعبة، كصيغة متسلسلة من التفاعلات، والتي تأخذ صيغة الألعاب السؤال لماذا؟ وأيضاً صيغة الإجابة: نعم ولكن.... وهنا يأتي دور المرشد في إتاحة البيئة الآمنة، حتى يستطيع المسترشد التعبير عن انفعالاته ومشاعره بكل راحة وأمان، ويهدف المرشد إلى جعل الأنا المسيطرة على الشخصية هي حالة الأنا الراشدة (المشاقبة وعبود، 2019).

نظرية العلاقة بالموضوع لميلين كلاين: تهتم ببنية الفرد وعلاقته بالمحيط البيئي خاصة بالطفولة، وتسعى لتوفير إطار لفهم الأساليب التي يتبناها الفرد بشخصيته من خلال علاقته مع محيطه وتجاربه في الطفولة المبكرة وعلاقاته واتجاهاته نحو الأمور والآخرين وانعكاسها على علاقته الحالية بها، والتي تؤثر على نمط شخصيته (كالاستقلالية، والتفرد، والتبعية، والألفة، والانفصال وغيرها..)، وينظر هذا الاتجاه إلى الاعمال

الفنية التي تتضمن أموراً كثيرة تعكس علاقة الفرد بالأشخاص والبيئة والتجارب الحياتية المبكرة واتجاهاته لكل الأمور المرتبطة به، ويمكن استخدام التضخيم والتركيز على كل عنصر وفهمه حتى يستبصر ويعي مشكلاته النفسية المرتبطة بذلك، ويعمل على حلها وتعويض ما فات وتحفيزه العاطفي والحسي (Malchiodi, 2003).

نظرية العلاج الوجودي لفرانكل: وينظر إلى مستقبله نظرة تفاؤلية، ويؤكد أن فقد ثقة الإنسان بنفسه وبالأخرين يؤدي إلى سلوكٍ فاقِدٍ لإدارة الحياة أو سلوك بلا هدف بعيداً عن المواصله والتواصل مع حياة أفضل، ولا يكون لوجوده أهمية تستحق، فعندما يكون للفرد هدف يسعى إليه في هذه الحياة، يصبح مستقبل الفرد متفائلاً بتخطي الماضي بما فيه من الآلام وهموم، ويعد فرانكل الفرد وحدة متنوعة المظاهر النفسية والبدنية والعقلية والروحية، وللفرد ثلاث خصائص هي: الروح والحرية والمسؤولية (أبو أسعد، 2015).

وتركز نظرية فرانكل على مفاهيم القيم والمعنى والحرية الشخصية للأفراد، وأيضاً حرية الاختيار والإرادة والبحث وتحديد القيم والأهداف لإيجاد معنى مختلف للحياة من خلال الفن والحوار وتدعو الإنسان للتفاؤل والعمل، والتعايش مع المخاوف والقلق كمحرك ودافع للأمل، كما وتهدف للوعي الذاتي والايمان بقيم الحرية والعدالة، والشعور بالمسؤولية تجاه أمور حياته، وتحقيق الفرد لهويته وإقامة علاقة مع الآخرين (Malchiodi, 2003).

نظرية العلاج المتمركز حول الذات: ويستند العلاج التعبيري على الأفكار الأساسية الواردة في نظرية العلاج الإنسانية والمطورة من قبل كارل روجرز والمتمثلة بالإرشاد المركز على المسترشد من خلال اعتماده على التفاعل الإرشادي المجازي غير المباشر في اكتشاف مشكلات الأفراد وتشخيصها وعلاجها، مما يضع العلاج التعبيري من أهم العلاجات الموظفة للتعامل مع مشكلات الأفراد الذين يعانون من مشكلات في التعبير اللفظي عن ذاتهم كالأطفال (Rogers & Russel, 2002)، وتوسعت نتالي روجرز في نظرية والدها كارل روجرز وطورتها ودمجت معها الفنون الخلاقة التعبيرية كأساس للنمو الشخصي والإبداع باستعمال الفنون التعبيرية والتي شملت التعبير التلقائي الخلاق الذي يغوص في المشاعر الدفينة العميقة للفنون التعبيرية

فالمرشدين الذين تم تدريبهم على الفنون التعبيرية في العلاج المتركز حول الشخص يقدمون فرصة لخلق الحركة، والفن المرئي، والكتابة، والموسيقى للتعبير عن مشاعرهم، ويكتوبون استبصارا من خلال هذه النشاطات وأن العلاج بالفنون التعبيرية يمثل البديل للنظريات التقليدية في الإرشاد التي تعتمد على الوسائل التعبيرية اللفظية المباشرة عن مكونات الذات (المشاقبة وعبود، 2019).

وتعد نظرية العلاج التعبيري المتمركزة على الشخص من أهم النظريات التي تعتمد بشكل أساسي على دور المعالج وأصالته وتعاطفه واهتمامه والذي يظهر من خلال إنصاته بعمق للمسترشد وتستند هذه النظرية إلى أن كل فرد له احترامه وخصوصيته وقدرته الخاصة، فلا يهتم العلاج المستند على أساليب التعبير بنوعية أو جودة المنتج الفني بالقدر الذي يهتم فيه بدور المنتج الفني وأسلوب التعبير في المساعدة في التفريغ الانفعالي والتعبير عن الذات واكتشاف المشكلات (Rogers & Russel, 2002).

ويهتم بتوفير بيئة آمنة داعمة لتعبير الفرد عن ذاته حتى يدرك ويفهم ذاته، وتقبل الفرد دون شروط .. كذلك الأمر مع منتجاته الفنية والتعبيرية باعتبارها قيمة والنظر لها بطريقة ايجابية دون إصدار أي حكم عليها مع الاهتمام الكامل للفرد والنظر إلى أعماله الفنية بعين المسترشد ولسانه بسؤاله والاستفسار منه كي يستبصر المسترشد نفسه (Malchiodi, 2003).

نظرية الجشطلتي لدى بيرلز: يعد اضطراب الفرد هو تشوه واختلال التوازن ونقص الوعي فإن هدف المرشد محاولة استكشاف أنماط الشخصية التي تلعب دورا في نشأة الاضطراب والسعي لإعادة تنظيم وتوازن وإدراك المسترشد لحالته الطبيعية وإعادة بناء الوظائف الحيوية للفرد وربما يعود اختلال التوازن لتجنب العواطف والإثارة وغالبا ما يكون سبب التَّجَنُّبات عائد للخجل، فيجب التعامل مع هذه التَّجَنُّبات ومحاولة إعادته إلى مستوى الوعي الذاتي، وإعادة بناء الاتصال والتفاعل السليم وتغيير كل ما يعيق كمال الفرد، وإعادة إصلاح وتجديد الفرد ككل، والشخص السوي يكون على اتصال كامل مع نفسه وواقعه، يعتمد على معرفة الحقيقة للذات والضوابط الاجتماعية، ويركز العلاج الجشطلتي على الحاضر فلا شيء موجود ما عدا هنا والآن (أبو أسعد، 2015).

ومن أكثر الأساليب الإرشادية التي تقوم عليها هذه النظرية الاهتمام بالسلوكيات غير اللفظية التي تحمل رسائل ذات مضامين معينة أكثر صدقاً من التعبير اللفظي، ويقوم المرشد بإعطاء المسترشد تغذية راجعة حول جميع سلوكياته وتعبيراته اللفظية وغير اللفظية، ومن فنيات هذه النظرية إكمال الأعمال اللامنتهية من الماضي وإنهاؤها في سياق الحاضر، وتحليل الأحلام كرد فعل الحاجات الغير مشبعة أعمال غير منتهية، لذا يطلب من المسترشد أن يروي الحدث في إطار الحاضر وأن يحاول تفسيره وتمثيله، ويعبر عن مشاعره اتجاه المواقف المرتبطة بالحدث، وأسلوب الآن وكيف تمرين الكرسي الساخن الكرسي الخالي والصوت المنخفض وتمارين الاسترخاء والتركيز وتدار الموسيقى الهادئة خلال التمرين وتظهر فاعلية الأساليب التعبيرية بشكل أكبر عند توظيفها من خلال برامج الإرشاد الجمعي حيث يروي المرشد قصة تتضمن مناظر طبيعية وأشكالاً خلابة وحيوانات أليفة لما للجماعة من أثر كبير في حياة الأفراد في إشباع الحاجات وتحقيق الأهداف (المشاقبة وعبود، 2019).

### 1.3 الدراسات السابقة:

قامت متولي (2022) بدراسة هدفت للتعرف على فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الفنية التشكيلية لتنمية مهارات التواصل لدى عينة من أطفال الروضة المعرضين للإدمان الإلكتروني، في مصر، لعينة بلغ عددها (12) طفلاً وطفلة من عمر (5-6) سنوات، واستخدمت مقياسي مهارات التواصل، والإدمان الإلكتروني، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (0.01) بين مهارات التواصل والإدمان الإلكتروني، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين متوسطي رتب درجات أطفال الروضة قبل تطبيق البرنامج وبعد التطبيق على مقياسي مهارات التواصل والإدمان الإلكتروني لصالح القياس البعدي، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين متوسطي رتب درجات أطفال الروضة في القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج من حيث الدرجة الكلية على مقياس مهارات التواصل في اتجاه القياس التتبعي، وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) بين متوسطي رتب درجات أطفال الروضة في

القياسين البعدي والتتبعي لتطبيق البرنامج من حيث التواصل اللفظي والتواصل الاجتماعي على مقياس مهارات التواصل في اتجاه القياس التتبعي.

وأجرى Stroumbos (2022) دراسة هدفت لتطوير برنامج تدخلات العلاج بالفنون التعبيرية متعدد الوسائط بالفنون التعبيرية لتنمية وتطوير الهوية للأطفال، ولتحديد الثغرات في البحث الميداني المتعلق بالأفراد قبل سن البلوغ من العمر (7-9) سنوات ولاستكشاف الهوية الصحية وتطويرها قبل مرحلة المراهقة، في الولايات المتحدة الأمريكية، على عينة ثنائية مع طفلين عمرهما (8)، تم تصميم خطة لمعالجة (4) نقاط رئيسية للهوية الشخصية والتعبير عن الذات والوعي الذاتي واحترام الذات والكفاءة الذاتية وكذلك الهوية الاجتماعية من أجل المعالجة الطبيعية متعددة الأوجه لهوية الفرد داخلياً وخارجياً، وأظهرت النتائج التي تم جمعها فعالية أسلوب العلاج بالفنون التعبيرية متمحور حول الطفل في تحديد هوية العينة.

كما قامت McLaughlin (2022) بإجراء دراسة هدفت إلى تصميم طريقة لتطوير علاقة علاجية مع فتاة تبلغ من العمر (11) عامًا مصابة بـ SM أو الصمت الانتقائي، في بيئة مدرسية علاجية في هولندا، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت سلسلة العلاجات التعبيرية كإطار للأنشطة العلاجية، على مدى ست جلسات مدة كل منها (30) دقيقة، وأظهرت نتيجة ملاحظات الباحثة أن العلاج بالفنون التعبيرية قد يكون مفيداً في تطوير علاقة علاجية مع طفل مصاب بالـ SM حيث يقدم العديد من طرق التعبير غير اللفظي التي يمكن أن تكون مفيدة لتطوير العلاقات العلاجية مع هذه الفئة من السكان.

وقامت Olson (2021) بدراسة هدفت إلى تطوير المهارات الاجتماعية الأساسية من تكوين صداقات وبناء العلاقات، وإكساب المجموعة مهارات في بناء الحس المجتمعي والمشاركة والتناوب والأخذ برأي الآخرين وتنمية التعاطف لديهم، في الولايات المتحدة الأمريكية، على عينة أطفال من (6-7) سنوات، واستنتجت الدراسة فعالية استخدام العلاج بالفنون التعبيرية والرقص في تعزيز منهج ما قبل المدرسة بتحسين المعرفة للأطفال ودعم مهاراتهم التنموية الإجمالية، والشعور بالذات والتحكم في الاندفاع، وتعزيز المهارات الاجتماعية

والعاطفية والجسدية عند التنقل والتواصل مع أقرانهم، وأوصت بتطبيق العلاج بحركة الرقص في بيئة تعليمية على أي طفل طالما أن الأنشطة مناسبة.

أجرت عبد الجواد (2020) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج قائم على العلاج بالفن لتنمية مهارات التواصل الوجداني وأثره على خفض الشعور بالوحدة النفسية، وإمكانية التنبؤ بالوحدة النفسية من خلال مهارات التواصل الوجداني لدى أطفال الروضة ضعاف السمع، واشتملت العينة على (11) طفلاً وطفلة، واستخدمت مقياسي مهارات التواصل الوجداني والوحدة النفسية لأطفال الروضة وبرنامج الدراسة، واستنتجت الدراسة فاعلية البرنامج القائم على العلاج بالفن لتنمية مهارات التواصل الوجداني وأثره على خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى أطفال عينة الدراسة، وأمكن التنبؤ بالوحدة النفسية من خلال مهارات التواصل الوجداني لدى أطفال عينة الدراسة.

وأجريت المواضية (2019) دراسة هدفت إلى معرفة أثر الألعاب اللغوية في تحسين مهارات التواصل اللغوية لمرحلة رياض الأطفال في الأردن، واعتمدت على المنهج شبه التجريبي، وتكونت العينة من (35) طفلاً من مرحلة رياض الأطفال، ولتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد اختبار مهارات التواصل اللغوي، ونتج عن الدراسة أن الألعاب اللغوية لها أثر دال إحصائياً في مهارات التواصل اللغوية ولصالح المجموعة التجريبية.

وأجرت شهبو (2018) دراسة هدفت للكشف عن فعالية برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في خفض الشعور بالخجل لدى أطفال الروضة، والكشف عن استمرارية أثر برنامج التدريب على المهارات الاجتماعية في السعودية، وتكونت العينة من (28) طفلاً وطفلة من الروضة، من عمر (5-6) سنوات، وأعتمد المنهج شبه التجريبي باستخدام مقياس الشعور بالخجل، واستنتجت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعتين الضابطة والتجريبية على مقياس الشعور بالخجل بعد تطبيق البرنامج لصالح أطفال المجموعة التجريبية، وأيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الشعور بالخجل لصالح التطبيق البعدي، بالإضافة

لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية على مقياس الشعور بالخجل بعد تطبيق البرنامج مباشرة وبعد مرور شهرين من توقف البرنامج.

أجرت زيد (2018) دراسة هدفت لتصميم مجموعة من الألعاب التربوية والموسيقية لتنمية التواصل الاجتماعي، وعرض مهارات التواصل الاجتماعي لدى طفل الروضة، واستخدمت مقياسي أثر الألعاب التربوية والموسيقية، والتواصل الاجتماعي المصور، في مصر، وبلغ حجمها (38) طفلاً في مجموعة واحدة تجريبية، واستنتجت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي على مقياس التواصل الاجتماعي المصور لصالح القياس البعدي، بالإضافة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط درجات أفراد المجموعة نفسها في القياس البعدي في بطاقة الملاحظة.

أجرت حمدي (2014) دراسة هدفت لتسليط الضوء على أهمية ممارسة الأطفال في عمر (4-5) سنوات لأوجه النشاط الممتع والمسلي، وتجريب برنامج إثرائي يعتمد على اللعب والأغاني والمرح والقصة ولعب الأدوار لتعلم الأطفال مهارات التواصل الاجتماعي في سوريا، باستخدام المنهج التجريبي، لعينة مؤلفة من (60) طفلاً وطفلة، واستخدمت مقياس مهارات التواصل الاجتماعي المصور، واستنتجت وجود فروق بين الأطفال في متوسط درجاتهم تبعاً لمتغير العمر قبل تطبيق البرنامج وبعده، كما وجدت فروق بين الأطفال في متوسط درجاتهم بمهارات التواصل الإيماني الجسدي والمهارات الشخصية، والاجتماعية والتواصل الشخصي غير اللفظي تبعاً لمتغير العمر قبل بدء تطبيق البرنامج، وهذه الفروق لصالح الأطفال في عمر خمس سنوات، ولصالح التطبيق البعدي.

وقام محاميد (2013) بدراسة هدفت الكشف عن فاعلية برنامج إرشاد جمعي قائم على الأنشطة التعبيرية في تحسين مستوى الوعي الذاتي وخفض أعراض الضغوطات التالية للصدمة لدى عينة من الأطفال المصدومين، وتكونت عينة الدراسة من (30) طفل وطفلة من الفئة العمرية (9-12) سنة ممن تعرضوا

لصدمة نفسية من مدينة نابلس في فلسطين، تم استخدام مقياس الضغوط التالية، ومقياس الوعي الذاتي، وأشارت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الوعي الذاتي وخفض أعراض الضغوطات التالية للصدمة لصالح المجموعة التجريبية، ولم تظهر فروق في مستوى الوعي الذاتي والضغوطات التالية للصدمة تبعاً لمتغير الجنس بين المجموعتين التجريبية والضابطة.

من خلال عرض الدراسات السابقة التي توفرت للدارسة والتي تناولت مهارات التواصل الاجتماعي ومشكلة الخجل والأنشطة التعبيرية لدى الأطفال، يمكن أن نحدد مجموعة من الاستنتاجات الآتية:

استهدفت أغلب الدراسات فئة الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة من (4-6) كدراسة كل من (متولي، 2022؛ المواضية، 2019؛ شهبو، 2018؛ زيد، 2018؛ وحدي، 2014).

اهتمت معظم الدراسات السابقة في تنمية وتطوير مهارات التواصل الاجتماعي ومهارات الحياة للأطفال.

تناولت معظم الدراسات السابقة الأنشطة التعبيرية أو أحدها في دراستهم.

استخدمت الدراسات السابقة المنهج شبه التجريبي والتجريبي في الدراسات السابقة واعتمدت القياس القبلي والبعدي والتتبعي.

ما سيميز هذه الدراسة:

تصميم برنامج مقترح لتحسين مهارات التواصل الاجتماعي بطرق جديدة ومميزة.

استخدام الدارسة مقياس الخجل الاجتماعي ومقياس التواصل الاجتماعي وبرنامج إرشادي تعبيرية.

تتناول هذه الدراسة الأطفال كحد نوعي بروضة خاصة من محافظة نابلس في فلسطين.

تستعين الدارسة في إعدادها وتطبيقها للبرنامج من خلال الدراسات السابقة في العديد من الأمور كالأدوات

والاستراتيجيات والمعلومات بما يتناسب مع فئة الأطفال الخجولين التي تم استهدافها في الدراسة.

#### 1.4 مشكلة الدراسة:

انبثقت مشكلة الدراسة من الواقع الذي تلاحظه الباحثة خلال عملها في رياض الأطفال وشعورها بمشكلة الخجل لدى بعض الأطفال داخلها، ويسؤالها لبعض المعلمات حول أهم المشكلات التي يواجهونها مع الأطفال إضافة إلى استعانتها بملاحظات أولياء الأمور بداية العام من خلال توزيع إدارة الروضة لاستمارات مُلزِمة خاصة بكل طفل قبل دخوله الروضة، حيث وجدت ان من أهم تلك المشكلات والمندرجة تحت الأسئلة الخاصة بالمشكلات الاجتماعية التي يواجهونها مع أطفالهم وكان من أهمها مشكلة الخجل، وقد رغبت الدارسة بمعرفة أثر برنامج إرشاد جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى الأطفال الخجولين وتطبيقه عليهم، ولذلك تم وضع بعض الأسئلة التي تتمثل من خلالها المشكلة للإجابة عنها من خلال الدراسة.

السؤال الرئيس:

ما فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟

وينبثق عنه الأسئلة الفرعية التالية:

- هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟
- هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي؟
- هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل في القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟

## 1.5 فرضيات الدراسة:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للبرنامج.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية.

## 1.6 أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تواجهه وهو: تنمية مهارات التواصل لدى الطفل الذي يعاني من الخجل في الروضة باستخدام الأنشطة التعبيرية إلى نوعين من الأهمية من الناحية النظرية والتطبيقية

الأهمية النظرية:

يعد هذا البحث مهماً في إثراء المكتبة العربية بدراسة جديدة حول موضوع الإرشاد من خلال الأنشطة التعبيرية.

الاهتمام بتنمية بعض مهارات التواصل لدى الطفل الخجول في الروضة.

لفت انتباه المعلمات والمتخصصين في مجال رياض الأطفال لاستخدام الأنشطة التعبيرية المختلفة في تنمية مهارات التواصل لأطفال الروضة.

تسهم تنمية مهارات التواصل في تشكيل شخصية ومستقبل سوي للفرد منذ الطفولة المبكرة.

لفت انتباه المتخصصين بوضع برامج رياض الأطفال بالاهتمام في الأنشطة التعبيرية التي تنمي مهارات التواصل بشكله اللفظي وغير اللفظي.

الأهمية التطبيقية:

تصميم الأنشطة التي تهدف إلى تنمية بعض مهارات التواصل لطفل الروضة الخجول.

تطبيق الأنشطة التعبيرية لتحسين التواصل مع الطفل الخجول في الروضة.

إعداد برنامج مقترح قائم على الأنشطة التعبيرية لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.

### 1.7 أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية بشكل عام إلى:

بناء برنامج إرشادي جمعي تعبيرية لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.

التحقق من فاعلية هذا البرنامج في تحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.

### 1.8 حدود أو محددات الدراسة:

الحدود الموضوعية: تتحدد الدراسة الحالية بموضوعاتها وهي؛ إرشادي جمعي تعبيرية، والتواصل الاجتماعي، والخجل الاجتماعي لدى الأطفال.

الحدود المكانية: تم إجراء هذه الدراسة في حدود محافظة نابلس (روضة صرة الحديثة) في بلدة صرة.

الحدود البشرية: تكون عينة الدراسة من أطفال في الفئة العمرية من (4-6) سنوات في محافظة نابلس.

الحدود الزمانية: تم إجراء هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام (2023/2024).

## 1.9 مصطلحات الدراسة:

برنامج ارشادي Counseling Program: "الممارسة الإرشادية المنظمة تخطيطاً، وتنفيذاً، وتقييماً، والمستمدة من مبادئ وأسس، وفنيات الاتجاهات النظرية يتم تنسيق مراحلها، وأنشطتها، وخبراتها وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع في صورة جلسات إرشادية فردية، أو جماعية، وفي ضوء جو نفسي آمن، وعلاقة إرشادية تتيح لكل المشاركين المشاركة الإيجابية، والتفاعل المثمر لتحقيق الأهداف الإرشادية بأنواعها، وتقديم المساعدة الإرشادية المتكاملة في أفضل صورها" (عبد العظيم، 2012).

الإرشاد الجمعي Group Counseling: علاقة إرشادية بين المرشد ومجموعة صغيرة من المسترشدين تتم من خلال جلسات جماعية في نفس المكان ويعانون من نفس المشكلة ويعبرون عنها كل حسب وجهة نظره وطريقة تفكيره من واقع رؤيته لها وكيفية حلها باستخدام طرق تفاعل بين أفراد الجماعة بهدف مساعدتهم على تجاوز الصعوبات النفسية التي تواجههم (عطية، 2013).

العلاج بالفنون التعبيرية Expressive arts therapy: هو نهج تكاملي متعدد الوسائط، يستخدم مجموعة مختلفة من الطرق والأساليب بما في ذلك الكتابة، والموسيقى، والفنون البصرية، والدراما والقصص لمساعدة الأفراد على تحقيق النمو الذاتي، من خلال العمل مع مدرب أو معالج يساعد الأفراد على استكشاف وفهم ردود أفعالهم نحو تجربتهم عن طريق مختلف أشكال الفن التعبيري (Cherry, 2021).

مهارات التواصل Communication Skills: هي أي مهارة تمكن الفرد من التفاعل والتواصل مع الغير، وتظهر من خلالها العادات والأعراف والعلاقات الاجتماعية بعدة أشكال لفظية وغير لفظية، وتسمى العملية التي من خلالها يتلقى هذه المهارات بالتنشئة الاجتماعية، بالإضافة لوجود مصطلح المهارات الشخصية التي يُطلق عليها المهارات البشرية أو مهارات التواصل؛ وتعرف بأنها المهارات التي يستعملها أي فرد ويوظفها ليتواصل مع الغير، وتضم هذه المهارات مهارة الإقناع، والاستماع الفعال، بالإضافة لمهارة التفويض والقيادة (العلي، 2015).

التعريف الإجرائي لمهارات التواصل: عملية التبادل للمعلومات والخبرات والأفكار والمشاعر ما بين طفلين أو أكثر.

الخجل الاجتماعي Social Shyness: "الميل إلى الشعور بالحرج أو القلق أو التوتر أثناء اللقاءات الاجتماعية، خاصة مع الأشخاص غير المألوفين" (Royal et al., 2018).

روضة الأطفال Kindergarten: وهي مؤسسة تربوية اجتماعية تسعى لتحقيق النمو المتكامل والمتوازن والشامل للطفل جسدياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً، وتنمية قدرات الأطفال ومواهبهم المتنوعة عن طريق اللعب والنشاط الحر، ويطلق هذا الاسم في نواحي دول العالم لكل مؤسسة تربوية تركز على هذا الغرض وتسعى إلى تحقيقه ويعد فرويل أول من أطلق هذا المفهوم على هذا النوع من المؤسسات التربوية وذلك في القرن التاسع عشر الميلادي (شريف، 2014).

أطفال الروضة إجرائياً: هم الأطفال الملتحقين بمؤسسات رياض الأطفال استعداداً للمدرسة والذين تتراوح أعمارهم ما بين (4-6) سنوات والمسجلين للفصل الثاني من العام الدراسي 2024/2024.

## الفصل الثاني

### منهجية الدراسة وإجراءاتها

#### 2.1 تمهيد

يتضمن هذا الفصل وصفاً لمنهج الدراسة، والتي تتضمن مجتمع الدراسة وعينتها، كما يعطي وصفاً مفصلاً لأدوات الدراسة وصدقها وثباتها، وكذلك إجراءات الدراسة ووصفاً لأدواتها وإجراءاتها التي تمّ وفقها تطبيق إجراءات هذه الدراسة، والمعالجة الإحصائية التي استخدمتها الباحثة في استخلاص نتائج الدراسة وتحليلها.

#### 2.2 منهجية الدراسة

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبه التجريبي نظراً لملائمته لأغراض الدراسة الحالية وتصميمها. حيث تمثل فيه خبرات البرنامج القائم على فعالية برنامج الإرشاد الجمعي التعبيري (المتغير المستقل)، في المتغيرين التابعين (الخلل الاجتماعي، مهارات التواصل) وذلك من خلال تصميم مجموعتين (ضابطة وتجريبية) بقياسين قبلي وبعدي وتتبعي، وقامت هذه الدراسة على أساس فحص أثر فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيري، والذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية، في حين لم تتلق المجموعة الضابطة أية معالجة، وجرّت مقارنة نتائج القياسين القبليين والبعديين للمجموعتين، بالإضافة إلى مقارنة نتائج القياسين القبلي والبعدي لكل مجموعة على حدة، وذلك للمتغيرين التابعين؛ الخلل الاجتماعي، مهارات التواصل، ويوضح ملحق (الاختصارات والرموز) تصميم الدراسة بالرموز، والجدول الآتي يوضح تصميم الدراسة.

## جدول (1)

### التصميم الشبه التجريبي

العشوائية	المجموعة	القياس القبلي	المعالجة	القياس البعدي
عشوائية التوزيع على المجموعتين	التجريبية	قياس الخجل	برنامج إرشادي جمعي	قياس الخجل
باستخدام أسلوب التناظر لدرجات الأطفال على مقياسي: الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل	الضابطة	الاجتماعي ومهارات التواصل	قائم على العلاج التعبيري	الاجتماعي ومهارات التواصل
الأطفال على مقياسي: الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل	الضابطة	قياس الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل	بغير معالجة	قياس الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل

### 2.3 مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من (120) طالباً من طلاب رياض الأطفال الذين يعانون من الخجل الاجتماعي في روضة صرة الحديثة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2024/2023).

### 2.4 عينة الدراسة

مرت عملية اختيار العينة بثلاث مراحل وهي كالتالي:

مرحلة العينة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بتطبيق مقياسي الخجل الاجتماعي وبطاقة مهارات التواصل على عينة مكونة من (30) طالبا وطالبة في رياض الأطفال من خارج مجتمع العينة الدراسية، في محافظة نابلس من أجل التأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة بالطرق الإحصائية المناسبة لذلك.

المرحلة الثانية: عينة المشاركين في الدراسة:

قامت الباحثة بتطبيق مقياسي الدراسة على عينة قوامها (120) طفلاً من روضة صرة الحديثة، ثم تم اختيار (16) طفلاً ممن حصلوا على أعلى درجات على مقياس الخجل الاجتماعي والأقل درجات على بطاقات الملاحظة (مهارات التواصل)، كما هو واضح في الجدول رقم (2) والجدول رقم (3) في ملحق (هـ)، وتم توزيعهم في مجموعتين، مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة.

## المرحلة الثالثة: المجموعة التجريبية والضابطة

قامت الباحثة بتقسيم الأطفال إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية وتتكون من (8) أطفال، ومجموعة ضابطة مكونة من (8) أطفال، والجدول التالي يوضح توزيع عينة الدراسة:

### جدول (4)

#### توزيع عينة الدراسة

النسبة المئوية	العدد	المجموعة
50%	8	مجموعة تجريبية
50%	8	مجموعة ضابطة
100%	16	المجموع

#### أسس اختيار العينة

لقد اختارت الباحثة العينة بناءً على عدة أسس وهي:

- الحصول على درجة تشير إلى وجود الخجل لدى أطفال الروضة باستخدام مقياس الخجل لدى أطفال الروضة (خطاب، 2010) حيث أن حصول الطالب على (1.00-1.80) أقل من (1.80) خجل منخفض جداً، و(1.80-2.60) أقل من (2.60) مظاهر خجل منخفضة، و(2.60-3.40) أقل من (3.40) مظاهر خجل متوسطة، و(3.40-4.20) أقل من (4.20) مظاهر خجل مرتفعة، و(4.20-5.00) مظاهر خجل مرتفعة جداً.
- حصول الطالب على درجة تشير إلى وجود مشكلة في مهارات التواصل الاجتماعي للطفل في الروضة باستخدام بطاقة الملاحظة لرصد مهارات التواصل الاجتماعي للطفل في الروضة (حمدي، 2014) حيث أن حصول الطالب على (1.00-1.80) أقل من (1.80) مهارات التواصل منخفض جداً، و(1.80-2.60) أقل من (2.60) مظاهر تواصل منخفضة، و(2.60-3.40) أقل من (3.40) مظاهر تواصل متوسطة، و(3.40-4.20) أقل من (4.20) مظاهر تواصل مرتفعة، و(4.20-5.00) مظاهر تواصل مرتفعة جداً.

- عدم انخراط الطالب في برنامج إرشاد جمعي آخر يتعلق بشكل خاص بمشكلة الخجل، وقد وزعت عينة الدراسة توزيعاً عشوائياً باستخدام أسلوب الأرقام العشوائية إلى مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة على النحو التالي:

أ. المجموعة التجريبية: ضمت هذه المجموعة (8) أطفال وهي تشكل (50%) من عينة الدراسة التي تم اختيارها، خضعت هذه المجموعة إلى البرنامج الإرشادي مؤلف من (16) جلسة على مدار شهرين، كما خضعت هذه المجموعة إلى اختبار قبلي وآخر بعدي واختبار تتبعي على مقياس الخجل ومقياس مهارات التواصل الاجتماعي.

ب. المجموعة الضابطة: ضمت هذه المجموعة (8) أطفال وهي تشكل (50%) من عينة الدراسة، ولم تخضع هذه المجموعة إلى أي برنامج إرشادي خلال فترة المعالجة، وإنما خضعت إلى اختبار قبلي وآخر بعدي على مقياس الخجل ومقياس مهارات التواصل الاجتماعي، والجدول التالي يبين توزيع عينة الدراسة تبعاً لنوع المجموعة

### جدول (5)

توزيع عينة الدراسة تبعاً لنوع المجموعة

النسبة المئوية	التكرار	المجموعة
50%	8	التجريبية
50%	8	الضابطة
100%	16	المجموع

### 2.5 أدوات الدراسة

قامت الباحثة باستخدام مقياسين في الدراسة لجمع البيانات، حيث قامت الباحثة بالبحث والتقصي في الأدب النفسي ذي الصلة والدراسات السابقة عن مقياسين تتناسب مع أهداف الدراسة ومتغيراتها وعينتها والبيئة الثقافية لمجتمع الدراسة، وذلك على النحو التالي:

## 2.5.1 مقياس الخجل الاجتماعي (خطاب، 2010):

قامت الباحثة باستخدام مقياس الخجل للخطاب (2010)، وهو يتكون من (20) فقرة، تم حذف الفقرة السابعة بعد تحكيمة من قبل مجموعة من المحكمين من الجامعات الفلسطينية والعربية، ليصبح عدد الفقرات (19) فقرة يتم الاجابة عنها بتدرج خماسي، والتي صيغت بالاتجاه الإيجابي.

### صدق الأداة

اعتمدت الباحثة نوعين من أنواع الصدق للتأكد من صلاحية الأداة وهما:

#### أولاً: صدق المحكمين

لجأت الباحثة لاستخدام صدق المحكمين، وهو ما يُعرف بالصدق المنطقي أو الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على مجموعة محكمين من ذوي الاختصاص والخبرة والبالغ عددهم (6) محكمين كما هو موضح في الملحق (و) وذلك بهدف التأكد من مناسبة الاختبار لما أُعدَّ من أجله، وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات والآراء في مقياس الخجل لدى أطفال الروضة، وتم أخذ ملاحظاتهم بعين الاعتبار، وتم إعداد البطاقة بصورتها النهائية.

#### ثانياً: صدق البناء

ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة بحساب مصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لمقياس الخجل الاجتماعي باستخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) وذلك كما هو وارد في الجدول (6).

## جدول (6)

نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لمقياس الخجل الاجتماعي

الرقم	الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية	الرقم	الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية	الرقم	الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية
1	0.924**	.000	8	0.945**	.000	14	0.949**	.000
2	0.931**	.000	9	0.952**	.000	15	0.949**	.000
3	0.932**	.000	10	0.946**	.000	16	0.950**	.000
4	0.943**	.000	11	0.937**	.000	17	0.920**	.000
5	0.946**	.000	12	0.934**	.000	18	0.851**	.000
6	0.924**	.000	13	0.945**	.000	19	0.852**	.000
7	0.880**	.000						

\*\* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ )

يوضح الجدول السابق بأن كافة قيم ارتباط كل درجات الاختبار ترتبط مع الدرجة الكلية لاختبار بطاقة الملاحظة لطفل الروضة ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ )، مما يشير إلى الاتساق الداخلي لفقرات الأداة وأنها تشترك معاً في قياس (الخجل الاجتماعي) في ضوء الإطار النظري الذي بنيت بطاقة الملاحظة على أساسه، وبالتالي تعتبر عبارات بطاقة الملاحظة صادقة لما وضعت لقياسه، وقد بلغ أعلى ارتباط على الفقرة (8) حيث كان بمقدار ( $0.945^{**}$ ).

### ثبات الاختبار

للتحقق من ثبات الأداة استخدمت معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج الثبات فبلغت نسبته الكلية على فقرات الاستبانة (0.988) وهي نسبة ثبات عالية تؤكد إمكانية استخدام الأداة.

### 5.2.2 بطاقة الملاحظة لطفل الروضة (مهارات التواصل الاجتماعي) (حمدي، 2014)

استخدمت الباحثة مقياس (مهارات التواصل الاجتماعي) لدى أطفال الروضة من إعداد حمدي (2014)، لرصد مهارات التواصل الاجتماعي عند الأطفال في الروضة، وذلك بعد تحكيمة من قبل ستة محكمين حيث يتكون من (22) فقرة تم حذف فقرتين ليصبح عدد الفقرات (20) فقرة يتم الاجابة عنها بتدرج خماسي (مطلقاً=1، نادراً=2، أحياناً=3، كثيراً=4، دائماً=5)، والتي صيغت بالاتجاه الايجابي.

صدق بطاقة الملاحظة (مهارات التواصل الاجتماعي) لطفل الروضة

اعتمدت الباحثة نوعين من أنواع الصدق للتأكد من صلاحية الاختبار وهما:

أولاً: صدق المحكمين

لجأت الباحثة لاستخدام صدق المحكمين، وهو ما يُعرف بالصدق المنطقي أو الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على مجموعة المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة والبالغ عددهم (6) محكمين كما هو موضح في الملحق (و)، وذلك بهدف التأكد من مناسبة الاختبار لما أُعدَّ من أجله، وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات والآراء في بطاقة الملاحظة لطفل الروضة (مهارات التواصل الاجتماعي)، وتم أخذ ملاحظاتهم بعين الاعتبار، وتم إعداد البطاقة بصورتها النهائية.

ثانياً: صدق البناء

ومن ناحية أخرى تم التحقق من صدق الأداة بحساب مصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة باستخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation)، وذلك على عينة استطلاعية مكونة من (30) طفل من خارج عينة الدراسة وذلك كما هو وارد في الجدول (7)

## جدول (7)

نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط كل سؤال مع الدرجة الكلية لبطاقة الملاحظة (مهارات التواصل) لدى أطفال الروضة

الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية	الرقم	الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية	الرقم	الارتباط بالدرجة الكلية	الدلالة الإحصائية	الرقم
0.923**	.000	15	0.953**	.000	8	0.919**	.000	1
0.897**	.000	16	0.756**	.000	9	0.943**	.000	2
0.835**	.000	17	0.839**	.000	10	0.962**	.000	3
0.962**	.000	18	0.962**	.000	11	0.895**	.000	4
0.859**	.000	19	0.859**	.000	12	0.945**	.000	5
0.921**	.000	20	0.921**	.000	13	0.925**	.000	6
			0.964**	.000	14	0.903**	.000	7

\*\* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ )

يوضح الجدول السابق بأن كافة قيم ارتباط كل درجات الاختبار ترتبط مع الدرجة الكلية لاختبار بطاقة الملاحظة (مهارات التواصل) لطفل الروضة ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.01$ )، مما يشير إلى الاتساق الداخلي لفقرات الأداة وأنها تشترك معاً في قياس (مهارات التواصل) في ضوء الإطار النظري الذي بنيت بطاقة الملاحظة (مهارات التواصل) على أساسه، وبالتالي تعتبر عبارات بطاقة الملاحظة (مهارات التواصل) صادقة لما وضعت لقياسه، وقد بلغ أعلى ارتباط على الفقرة (14) حيث كان بمقدار  $(0.964^{**})$ .

ثبات الاختبار

ولتحقق من ثبات الأداة استخدمت معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج الثبات فبلغت نسبته الكلية على فقرات الاستبانة (0.987) وهي نسبة ثبات عالية تؤكد إمكانية استخدام الأداة.

مفتاح التصحيح:

ولتقدير الفقرات قامت الباحثة بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة؛ إذ حسبت طول المدى وهو  $(4 = 5 - 1)$  ثم قسمته على 5 فترات  $(0.8 = 5/4)$  وعليه فإن طول الفترة هو  $(0,8)$  وعليه اعتمدت الباحثة التقدير التالي، للفصل ما بين الدرجات، والجدول التالي يبين هذه النتائج.

## جدول (8)

معايير الحكم على متوسط استجابات العينة نحو مفردات الاستبانة أبعادها

درجة الموافقة	الوزن النسبي		المتوسط الحسابي		الوزن الرقمي
	الى	من	الى	من	
منخفضة جدا	اقل من 36.00	20.00	اقل من 1.80	1.00	1
منخفضة	اقل من 52.00	36.00	اقل من 2.60	1.80	2
متوسطة	اقل من 68.00	52.00	اقل من 3.40	2.60	3
مرتفعة	اقل من 84.00	68.00	اقل من 4.20	3.40	4
مرتفعة جدا	100.00	84.00	5.00	4.20	5

## 2.6 البرنامج الإرشادي التعبيري

### 2.6.1 الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج فحص فاعلية برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.

الأهداف الخاصة بالبرنامج الإرشادي:

أهداف إرشادية تتمثل في خفض الخجل الاجتماعي وتحسين التواصل لدى أطفال الروضة في المجموعة التجريبية؛ وذلك من خلال فنيات وأساليب العلاج التعبيري ودمجها في جلسات البرنامج.

أهداف وقائية تتمثل في إكساب أعضاء المجموعة التي تم تطبيق البرنامج عليهم فنيات وأساليب الأنشطة التعبيرية؛ حتى تساعدهم في مواجهة الخجل الاجتماعي والأفكار التي تثيره وتحسين التواصل لديهم.

### 2.6.2 أهمية البرنامج الإرشادي:

يساعد البرنامج الإرشادي الأطفال في التعرف إلى طبيعة مهارات التواصل من حيث مفهومه وأهميته وخصائصه وأنماطه ومقوماته والأساليب التي تسهم في تحسينه.

يساعد البرنامج الإرشادي في التعرف إلى طبيعة الخجل الاجتماعي من حيث مفهومه ومظاهره وأسبابه والأساليب التي تسهم في خفضه.

يساعد البرنامج الإرشادي على معرفة مدى كفاءة العلاج التعبيري في تحسين مهارات التواصل وخفض الخجل الاجتماعي من خلال تطبيقه على الأطفال.

قد تفيد نتائج البرنامج الإرشادي في الدراسات المستقبلية التي تهتم في إعداد برنامج إرشادي تهدف لمساعدة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي و نقص مهارات التواصل.

### 2.6.3 الفنيات المستخدمة في البرنامج:

تم اعتماد فنيات البرنامج من عدة استراتيجيات ومنها: استراتيجية الحوار والنقاش، استراتيجية النمذجة بالملاحظة والتقليد، أسلوب الدراما وتبادل الأدوار والتغذية الراجعة والعصف الذهني وطريقة حل المشكلات، كما وستعتمد على استخدام بعض المعززات المعنوية والمادية، والتغذية الراجعة بشكل مستمر والواجبات المنزلية، المناسبة لأطفال الروضة.

التعزيز: ويتضمن تعزيز السلوك الصحيح المرغوب فيه وتعتمد فعالية التعزيز على نوعه وكميته وملاءمته لأفراد عينة الدراسة.

النمذجة: وتعتمد على الملاحظة والتقليد والتي تتأثر بخصائص النموذج الملاحظ.

العصف الذهني: وتتمثل في تشغيل الدماغ بفاعلية وكفاءة لإنتاج أفكار جديدة من خلال قيام الأطفال بابتكار أفكار ومعلومة.

الواجب المنزلي: ويتمثل في تكليف الأطفال ببعض الواجبات في نهاية كل جلسة.

التغذية الراجعة: وتتمثل في تصحيح أخطاء الأطفال فور وقوعها ومن ثم تعديل مسارها أولاً بأول.

لعب الدور: وهو قيام الأطفال بتمثيل الدور الذي يصعب القيام به في الواقع الفعلي والذي يجعله أكثر ألفه به ومن ثم اعتياده على أدائه في مواقف طبيعية.

### 2.6.4 الوسائل المستخدمة في البرنامج:

سبورة، ألوان، جهاز حاسوب، فيديو، أوراق عمل، قصص، ألعاب، أدوات موسيقى.

## 2.6.5 تنفيذ برنامج التدخل:

استغرق تنفيذ البرنامج حوالي شهرين حيث تكوّن البرنامج من (16) جلسة إرشاد بواقع جلستين أسبوعياً مدة كل جلسة (45) دقيقة (ساعة ونصف) أسبوعياً.

## 2.6.6 مكان تنفيذ جلسات البرنامج:

تم تحديد قاعة وهيئتها لتتلاءم مع البيئة المناسبة لتطبيق البرنامج، وذلك داخل روضة صرة الحديثة.

## 2.6.7 محتويات برنامج التدخل العلاجي:

احتوى البرنامج الإرشادي على (16) جلسة، وذلك على النحو الآتي:

الجلسة التمهيديّة: التمهيد للبرنامج واختبار الأطفال وتقسيمهم لمجموعتين: ضابطة وتجريبية (14/9/2023).

الجلسة الأولى: التعرف ما بين الأطفال أنفسهم وما بين الأطفال والباحثة (17/9/2023).

الجلسة الثانية: التعرف على المشاعر الإيجابية (19/9/2023).

الجلسة الثالثة: التعرف على المشاعر السلبية (21/9/2023).

الجلسة الرابعة: الثقة بالنفس (25/9/2023).

الجلسة الخامسة: تحدث الطفل مع الآخرين (27/9/2023).

الجلسة السادسة: مهارة حل المشكلات (2/10/2023).

الجلسة السابعة: التعاون (5/10/2023).

الجلسة الثامنة: الصداقة (10/10/2023).

الجلسة التاسعة: الاختلاف (12/10/2023).

الجلسة العاشرة: مميزات (16/10/2023).

الجلسة الحادية عشر: المساحة الشخصية (23/10/2023).

الجلسة الثانية عشر: توكيد الذات (26/10/2023).

الجلسة الثالثة عشر: التفرغ النفسي (29/10/2023).

الجلسة الرابعة عشر: التفاعل مع الآخرين (31/10/2023).

الجلسة الختامية: اختتام البرنامج وتقييم الأطفال البعدي (6/11/2023).

برنامج العمل:

تكون البرنامج من (16) جلسة، ولمدة ثمانية أسابيع بواقع ساعة ونصف كل أسبوع، واستخدم البرنامج استراتيجيات الإرشاد التعبيري، وتم توظيف الأنشطة والتمارين المتنوعة من (رسم وموسيقى وقصص ولعب ودراما..)، بحيث عمل على مساعدة الأطفال الخجولين وركز البرنامج على تعليم وتدريب الأطفال على مهارات التواصل الاجتماعي (كالتعاون والمشاركة والاستجابة الفعالة والاستماع والحوار..) التي سيكتسبها الطفل من خلاله.

واعتمدت الدارسة على عدة أنشطة تعبيرية في هذا البرنامج وهي:

أنشطة اللعب: والتي تم تطبيقها خلال جلسات البرنامج، حيث سيتم اختيار العديد من الألعاب الحركية والاجتماعية، واللعب بالصلصال لتشكيل صور داخلية للأطفال لمساعدتهم على حل المشاكل والصعوبات النفسية، وتحقيق النمو وتشجيع النمو العاطفي وتطوير المهارات الاجتماعية المتنوعة كالعلاقات والتواصل والتوافق لدى الأطفال، والتي سيتم دمجها في كل جلسة لإضافة جو من المتعة والنشاط.

الأنشطة القصصية: حيث تعد من الأنشطة الأساسية لتعديل اتجاهات وأفكار الأطفال نحو السلوك الإيجابي، لذلك استعانت الدارسة بمجموعة من القصص والتي تركز على أهداف البرنامج بطريقة ممتعة ومشوقة للأطفال، من خلال عرض فيديو قصصي أو تمثيل من خلال العرائس والدمى بالإضافة للقصص المصورة، كما وتم اختيار قصص أخرى لبعض المواقف الافتراضية التي ستعرضها بأسلوب حوار مشوق، إضافة للأناشيد والموسيقى القصصية التي تعالج مواقف اجتماعية أو نفسية ذات علاقة بالأهداف المرجوة.

أنشطة السيكودراما: وذلك بقيام الأطفال بتمثيل أو تقليد من خلال الدمى المسرحية بعض تلك المواقف والقصص، والتأكيد على تطبيق المهارات الإيجابية التي يتم استنتاجها من المواقف، المرتبطة بموضوع الجلسة.

الأنشطة الحركية أو الرقص: من الأنشطة الضرورية والأساسية التي ستعتمد عليها الدارسة فالحركة تساعد الطفل على التنفيس والتخلص من الطاقة الزائدة.

الرسم: اعتمدت الدارسة أسلوب الرسم ليستطيع الطفل التعبير عما يجول بخاطره من خيال وأفكار ومخاوف قد لا يستطيعون التعبير عنها من خلال الكتابة أو القراءة حيث أنه أسهل وأبسط وأكثر متعة وتفضيل لدى الأطفال والتي من خلالها نستطيع الدخول لعالمه.

مراحل تطبيق البرنامج:

تم اختيار مجموعة الأطفال كما وتم طلب الإذن من أولياء أمور الأطفال وتوضيح هدف البرنامج التعبيري لهم وتحديد المكان والزمان وعدد جلسات البرنامج ومدة كل جلسة (45\_60) دقيقة تقريباً، بمعدل جلستين كل أسبوع، مع اختيار عدة أنشطة حركية وقصصية وموسيقية واختيار الألعاب المناسبة لأهداف البرنامج.

1. مرحلة البدء: اللقاء التمهيدي مع الأطفال ويتم خلالها بناء العلاقة الإرشادية، وتطبيق القياس القبلي، وسيحتاج ذلك جلسة واحدة مدتها من (45\_60) دقيقة.

2. مرحلة الانتقال والبناء: يتم فيها تطبيق عدة أنشطة كالحركة والسيكودراما والألعاب بالإضافة لسرد القصص على الأطفال لتنمية التواصل اللفظي وغير اللفظي لديهم بأسلوب مناسب لعمرهم، مع إجراء حوار متبادل مع الأسئلة والمحاكاة، وستطلب (14) جلسة إرشادية تقريباً مدة كل جلسة (45-60) دقيقة.

3. مرحلة الإنهاء: وقد خصص لها جلسة (15) حيث تم تلخيص جميع الجلسات ومدى استفادة الأطفال منها.

## 2.7 متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: يتمثل بتعريض المجموعة التجريبية لجلسات البرنامج الإرشادي الجمعي التعبيري، وحجب ذلك عن المجموعة الضابطة.

المتغير التابع: مهارات التواصل، الخجل الاجتماعي.

## 2.8 إجراءات تطبيق البرنامج:

تمّ تطبيق البرنامج وفق الخطوات الآتية:

- تم الحصول على موافقة أولياء أمور أفراد المجموعة التجريبية والضابطة للمشاركة في البرنامج، والتأكد من رغبتهم في المشاركة فيه والالتزام بالتعليمات.
- تمّ الاتفاق على وقت الجلسات، ونظامها وأسلوب العمل وفق ما يُلائم التوقيت الدراسي لأفراد العينة.
- تم تطبيق برنامج الإرشادي الجمعي التعبيري في روضة صرة الحديثة في محافظة نابلس.

### 2.8.1 الأساليب المستخدمة في تقييم البرنامج:

- القياس القبلي: تطبيق مقياسي التواصل والخجل الاجتماعي، قبل بدء البرنامج.
- القياس البعدي: تطبيق مقياسي التواصل والخجل الاجتماعي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج.
- التقييم خلال البرنامج: تم تسجيل الملاحظات عن مشاركة أفراد المجموعة التجريبية، ومتابعة مؤشرات التحسّن في كل جلسة.
- التقييم التتبعي: تطبيق مقياسي التواصل والخجل الاجتماعي بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج بشهر.

## 2.8.2 إجراءات تنفيذ الدراسة الأساسية:

إجراءات تنفيذ الدراسة الأساسية في الخطوات الآتية:

- تم إعداد الإطار النظري والاطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بمهارات التواصل والخجل الاجتماعي.
- تم اختيار مقياسي الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل وتم تحكيمها من قبل (6) محكمين من جامعات فلسطينية مختلفة
- تم إعداد برنامج إرشادي علاجي قائم على الأنشطة التعبيرية تبعاً للإطار النظري، وقد أشتمل على (16) جلسة إرشادية متنوعة الأهداف والفنيات.
- تم عرض البرنامج الإرشادي على مجموعة من المختصين في مجال الإرشاد النفسي والأخذ بملاحظاتهم وتعديلها للتأكد من توافق البرنامج مع الأهداف التي وضع لأجلها.
- تم أخذ موافقة إدارة الروضة لتطبيق البرنامج الإرشاد الجمعي التعبيري على فئة الأطفال الخجولين.
- تم توجيه كتاب من عمادة الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية إلى مديرية التربية والتعليم في نابلس يتضمن تسهيل مهمة الباحثة في تطبيق البرنامج، وقد تمت الموافقة على ذلك.
- تم اختيار مقياسي مهارات التواصل والخجل الاجتماعي، وتم التأكد من صلاحيتهما من خلال الكشف عن صدقهما وثباتهما، عبر توزيعهما على عينة استطلاعية قوامها (30) طفل من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة التي تم تطبيق البرنامج عليها.
- تم تطبيق مقياسي مهارات التواصل والخجل الاجتماعي على (120) طفل، ثم تم اختيار (16) طفلاً ممن حصلوا على أعلى درجات على مقياس الخجل الاجتماعي والأقل درجات على مقياس بمهارات التواصل وتم توزيعهم عشوائياً وعبر أسلوب التناظر إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، وكان في كل مجموعة (8) أطفال.

- تم إعداد برنامج إرشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي تبعاً للإطار النظري، وقد اشتمل البرنامج على (16) جلسة إرشادية متنوعة الأهداف والفنيات.
- تم البدء بتطبيق البرنامج الإرشادي بتاريخ (17/9/2023) على المجموعة التجريبية والمكون من (16) جلسة بواقع جلستين أسبوعياً، مدة كل جلسة (45-60) دقيقة.
- طبقت الباحثة في نهاية الجلسات مقياس مهارات التواصل والخجل الاجتماعي على المجموعتين التجريبية والضابطة (المقياس البعدي) وكان ذلك بتاريخ (6/11/2023).
- تم تطبيق اختبار تتبعي على المجموعة التجريبية بعد مرور شهر من إنهاء البرنامج الإرشادي وذلك بتاريخ (5/12/2023).
- تمّ تفرغ النتائج وتحليلها إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS).
- معوقات تطبيق البرنامج: عدم ثبات موعد بعض الجلسات نتيجة الإضرابات حيث طبق البرنامج أثناء الحرب على قطاع غزة.

## 2.9 الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- لمعالجة البيانات المتحصّل عليها قبل وبعد تطبيق الدراسة، تمّ استخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وتضمن ذلك الأساليب الإحصائية الآتية:
- المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والمتوسطات الحسابية للمتغيرين التابعين.
  - اختبار معامل ارتباط بيرسون (Pearson Product-Moment Correlation Coefficient) للكشف عن صدق أداتي الدراسة.
  - معادلة كرونباخ ألفا (Chronbach Alpha) للكشف عن ثبات أداتي الدراسة.
  - اختبار شيبيرو ويلك (Shapiro-Wilk): تم استخدام هذا الاختبار لفحص اعتدالية التوزيع عند العينات الصغيرة (30 فأقل).

- اختبار دلالة الفرق بين متوسطين حسابيين مستقلين (Independent Samples t-Test).
- اختبار دلالة الفرق بين متوسطين حسابيين مترابطين (Paired Samples t-Test).
- معادلة حجم الأثر في كلٍ من روزنتال وكوبر وهيدجز (Rosenthal, Cooper, & Hedges, 1994)
- لفحص حجم تأثير المتغير المستقل المتمثل في المعالجة التجريبية (البرنامج الإرشادي التعبيري) في المتغيرين التابعين والمتمثلين بالتواصل، والخجل الاجتماعي

## 2.10 تكافؤ مجموعتي الدراسة

فحص تكافؤ المجموعتين في القياس القبلي لمتغيري التواصل، الخجل الاجتماعي لدى أطفال الروضة قبل فحص تكافؤ مجموعتي الدراسة في القياس القبلي لمتغيري التواصل، الخجل الاجتماعي لدى أطفال الروضة، ولتحديد الاختبارات الإحصائية التي يجب أن تستخدم، وكون عينة الدراسة صغيرة (16 فرداً) عمدت الباحثة بداية إلى فحص مدى اعتدالية توزيع الاستجابات على متغيري التواصل، والخجل الاجتماعي للقياس القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية من أجل اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة (معلميه لا معلميه)؛ فإن كانت البيانات موزعةً طبيعياً فيتم اللجوء إلى الأساليب الإحصائية المعلمية، أما إذا كانت لا تتبع التوزيع الطبيعي فيتم اللجوء إلى الأساليب الإحصائية اللامعلمية، والجدول الآتي يبين نتائج اختبار (Shapiro -Wilk)، وهذا الاختبار يستخدم لفحص اعتدالية التوزيع عند العينات الصغيرة.

### جدول (9)

فحص اعتدالية التوزيع للاستجابات في الخجل والتواصل الاجتماعي للمجموعتين الضابطة والتجريبية للقياس القبلي لأطفال الروضة

المقياس	نوع المجموعة	اختبار شيبيرو ويلك	
		قيمة الإحصائي	درجات الحرية
الخجل	تجريبية: (ن=8)	0.914	8
	ضابطة: (ن=8)	0.917	8
التواصل	تجريبية: (ن=8)	0.958	8
	ضابطة: (ن=8)	0.983	8

يوضح الجدول السابق أن توزيع الاستجابات على متغيري الخجل التواصل الاجتماعي للمجموعتين الضابطة والتجريبية للقياس القبلي لأطفال الروضة يتبع التوزيع الطبيعي في المجموعتين الضابطة، والتجريبية؛ إذ جاءت قيم الإحصائي كلها لاختبار شيبيرو ويك غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ )، لذا يمكن استخدام الأساليب الإحصائية المعلمية في هذه الحالة (Field, 2013).

ولفحص تكافؤ مجموعتي الدراسة في القياس القبلي لمتغيري الخجل الاجتماعي والتواصل قامت الباحثة باستخدام اختبار دلالة الفرق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-Test)، كما حسبت الباحثة المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية المتعلقة بذلك، والجدول (10) يوضح هذه النتائج.

### جدول (10)

نتائج اختبار (Independent Samples t-Test) للقياس القبلي للمجموعتين؛ التجريبية والضابطة للخجل ومهارات التواصل

الرقم	المهارة	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
1	الخجل	تجريبية: (ن=8)	4.5461	0.26381	7	0.190	0.852
		ضابطة: (ن=8)	4.5197	0.28887	7		
2	مهارات التواصل الاجتماعي	تجريبية: (ن=8)	1.5000	0.20874	7	0.120	0.906
		ضابطة: (ن=8)	1.4875	0.20831	7		

يتضح من نتائج الجدول السابق أن الفرق بين متوسطي المجموعتين الضابطة والتجريبية في الخجل الاجتماعي في القياس القبلي لم يكن دال إحصائياً، حيث كان مستوى الدلالة لقيم (ت) عليها أكبر من (0.05) وكذلك الأمر بالنسبة لمهارات التواصل الاجتماعي، أي أنه لا فرق جوهري بين القياس القبلي للمجموعتين؛ الضابطة والتجريبية في الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل الاجتماعي؛ أي أن مستوى الخجل الاجتماعي ومهارات التواصل الاجتماعي في المجموعتين الضابطة والتجريبية؛ كان متكافئاً.

## الفصل الثالث

### نتائج الدراسة

#### تمهيد

يتضمن هذا الفصل تحليل البيانات الخاصة بالدراسة، وعرضاً لنتائج الدراسة التي تم التوصل إليها، من خلال الإجابة عن كل سؤال من أسئلة الدراسة واختبار الفرضيات المتعلقة بذلك.

#### 3.1 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

نص هذا السؤال على: هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟ وارتبطت به الفرضية التي نصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

ولمعرفة إذا ما كان هناك فرق في مستوى مهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لمهارات التواصل، ثم تم استخدام اختبار (Paired Samples t-Test)، لعينتين مرتبطتين للكشف عن الفروق بين متوسطي درجات أطفال المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمهارات التواصل وجدول (11) يوضح ذلك.

#### جدول (11)

نتائج اختبار الفرق بين متوسطين حسابيين مترابطين (Paired Samples t-Test) للقياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لمهارات التواصل لدى أطفال الروضة

المهارة	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي للفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت) الدلالة	مستوى الدلالة
مهارات التواصل قبلي	8	1.5000	0.20874					
مهارات التواصل بعدي	8	3.7563	1.00479		-2.25625	.98287	-6.493	.000

\*\* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.01 > \alpha$ ).

يتضح من الجدول السابق أن الفروقات بين متوسطي المجموعة التجريبية في مهارات التواصل كانت ذات دلالة إحصائية، فكان المتوسط الحسابي لمهارات التواصل في القياس القبلي للمجموعة التجريبية (1.50)، وبانحراف معياري (0.20)، وبلغ بعد التعرض للبرنامج الإرشادي؛ أي في القياس البعدي (3.75)، وبانحراف معياري (1.00). أي أن الفروقات كانت لصالح القياس البعدي، وهذا بدوره يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي الجمعي في تحسين لمهارات التواصل لدى أعضاء المجموعة التجريبية.

### 3.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

نص هذا السؤال على: هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي؟ وارتبطت به الفرضية التي نصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل لدى المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للبرنامج.

لفحص الفرضية قامت الباحثة بالمقارنة بين متوسطي المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي في متغير مهارات التواصل، ولتحقيق ذلك، حسبت الباحثة المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لمهارات التواصل، ثم تم استخدام اختبار دلالة الفروق بين متوسطين حسابيين بين متوسطي مجموعتي مستقلتين (Independent Samples t-Test).

### جدول (12)

(Independent Samples t-Test) للقياس البعدي للمجموعتين؛ التجريبية والضابطة لمهارات التواصل

الرقم	المهارة	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	مربع ايتا
1	مهارات التواصل	تجريبية: (ن=8)	3.7563	1.00479	7	4.036	000	0.538
		ضابطة: (ن=8)	1.8313	0.90037	7			

يتضح من الجدول (12) السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارات التواصل لدى أطفال الروضة، فقد بلغت قيمة الدرجة الكلية (ت: 4.03)،

فقد بلغ المتوسط الحسابي لمهارات التواصل للمجموعة التجريبية في القياس البعدي (3.75)، وبانحراف معياري (1.00)، وبلغ المتوسط الحسابي لمهارات التواصل للمجموعة الضابطة في القياس البعدي (1.83)، وبانحراف معياري (0.90)، كما اشارت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين متوسطي القياس البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارات التواصل لصالح المجموعة التجريبية، وقد بلغت قيمة (ت) (4.03)، عند مستوى الدلالة ( $0.01 > \alpha$ ) وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج المستخدم في تنمية مهارات التواصل لدى أعضاء المجموعة التجريبية مقارنةً بأعضاء المجموعة الضابطة، وأن التغيرات التي جرت على القياس البعدي مردها فقط إلى المعالجة التجريبية. وبلغ حجم الأثر للمعالجة التجريبية (مربع ايتا) (0.53). وهو أثر كبير.

### 3.3 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

نص هذا السؤال على: هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل في القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟ وارتبطت به الفرضية التي نصها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية.

ولإجابة عن السؤال الثالث واختبار الفرضية المتعلقة به، قامت الباحثة بالمقارنة بين متوسطي المجموعة التجريبية في القياسين البعدي واختبار الاحتفاظ في متغير مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي، ولتحقيق ذلك، حسبت الباحثة المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لمهارات التواصل، ثم تم استخدام اختبار دلالة الفروق بين متوسطين حسابيين مترابطين (Paired Samples t-Test).

ويوضح الجدول رقم (13) -انظر الملحق (هـ)- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطات أداء المجموعة التجريبية على الاختبار البعدي واختبار الاحتفاظ المعنوية في

تنمية مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة التجريبية على الاختبار البعدي (3.75) بينما بلغ المتوسط الحسابي على اختبار الاحتفاظ (4.16) كما أنه تبين أن قيمة (ت = -1.105) عند مستوى الدلالة (0.30) على الدرجة الكلية. وهي غير دالة احصائياً وهذا يدل على فاعلية البرنامج وقدرته على التأثير بأفراد المجموعة، فقد أعيد تطبيق البرنامج بعد شهر على نفس المجموعة التجريبية، وتبين من خلال ذلك أنه لا توجد فروق وهذا يدل على فعالية البرنامج التدريبي المقترح القائم على تنمية مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي.

## الفصل الرابع

### مناقشة النتائج

هدفت الدراسة إلى فحص أثر البرنامج ومناقشة نتائج الدراسة المتعلقة بفعالية الإرشاد الجمعي التعبيري في تحسين مهارة التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي لدى أطفال الرياض في بلدة صرة من محافظة نابلس في فلسطين، كما يتضمن التوصيات المقترحة في ضوء النتائج التي خرجت بها الرسالة

#### 4.1 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الأول

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول الذي نصه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المتوسطات الحسابية لمهارات التواصل في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية. أثبتت نتائج القياس القبلي لأطفال المجموعة التجريبية أن مستوى مهارات التواصل كان متدنياً، وهذا التدني يرجع لعدم وجود آلية عمل جيدة وهادفة لتحسين مهارات التواصل الاجتماعي الذي يؤثر بدوره على تدني مهارات التواصل لدى بعض الأطفال، ويتضح من النتائج السابقة وجود فروق إحصائية عند مستوى دلالة (0.000) بين متوسط درجات أطفال المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج، وبعد تطبيق على جميع فقرات مقياس مهارات التواصل لأطفال الروضة لصالح القياس البعدي، مما يؤكد صحة هذه الفرضية.

وتعزى هذه الفروق إلى أن البرنامج الجمعي التعبيري الذي تضمن الأنشطة المتنوعة من لعب جماعي ورسم وقصص وأناشيد وحركة، بالإضافة إلى استراتيجية الحوار والنقاش والتعزيز والواجب المنزلي ولعب الدور والنمذجة. التي وضعت في إطار منظم، ساهمت في زيادة تواصل وتفاعل الأطفال اجتماعياً، وتنمية روح المشاركة والتعاون والاندماج مع الآخرين، وتطوير مهارات التواصل مع الآخرين، وأدى ذلك إلى انخفاض درجة قصور مهارات التواصل الاجتماعي لديهم، وبالتالي انخفاض مستوى الخجل لديهم، وانققت هذه النتيجة مع دراسة كل من متولي (2022)؛ عبد الجواد (2020)؛ المواضية (2019)؛ شهبو (2018)؛ زيد (2018)؛

حمدي (2014)؛ ومحاميد (2013)؛ Stroumbos (2022)؛ McLaughlin (2022)؛ Olson (2021). والتي أكدت جميعا على مدى فاعلية البرامج الإرشادية المستخدمة مع عينة الدراسة، وبذلك ترى الباحثة بأن هناك إمكانية في توظيف هذه النتيجة مع فئات أخرى مختلفة، وتضمن توصيات للعاملين في الميدان المتخصصين على ضرورة استخدام برامج فاعلة في تنمية المهارات التعبيرية أو غيرها من أهداف مع فئات مختلفة.

#### 4.2 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثاني

النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثاني الذي نصه: هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي؟ أظهرت نتائج تحليل البيانات وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس مهارات التواصل، وتفسر الباحثة التحسن الذي حدث لأفراد المجموعة التجريبية في ضوء فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في الدراسة الحالية والذي تم استخدام إستراتيجية الأنشطة التعبيرية، بما يتضمنه من فنيات وإستراتيجيات وأساليب كان من شأنها أن أدت إلى حدوث تحسن في مهارات التواصل لدى أطفال الروضة (أعضاء المجموعة التجريبية)، كما أنه لم يظهر تحسن لدى أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمهارات التواصل، وهو ما كان متوقع لأنهم لم يحصلوا على البرنامج الإرشادي المعتمد على الأنشطة التعبيرية، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي الجمعي التعبيري كان فاعلاً في تحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة في المجموعة التجريبية، حيث زاد مستوى ممارستهم لمهارات التواصل مثل التفاعل مع الآخرين، وتكوين علاقات وصدقات في الروضة، والتواصل السمعي والبصري والانفعالي مع الآخرين في الروضة.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن البرنامج قد وُظف من خلال الإرشاد الجمعي التعبيري للأطفال الذي يتميز بخصائص ومميزات تتيح للأطفال فرصة التواصل، والتفاعل، والحوار، واكتساب الخبرات وتبادلها مع المجموعة، الأمر الذي يقود الأطفال إلى حالة يشعر من خلالها الطفل بالثقة في الذات، لذلك فقد ساهم

البرنامج في تغيير سلوك الأطفال ليصبح أكثر تواصلاً وتفاعلاً مع الآخرين داخل الروضة، كما تضمن البرنامج مهارات ساعدت الأطفال على تقبل الذات، ومهارات زودت الأطفال بالأساس الحقيقي بالقدرة على التواصل، الأمر الذي ينعكس على شخصية الأطفال، وقد ركز البرنامج على التعبير عن مشاعرهم وأفكارهم وآرائهم، كما وركز على اكتساب نماذج تساهم في حل مشكلات التواصل مع الآخرين.

وقد سعت الباحثة من خلال برنامج الإرشاد الجمعي التعبيري لتعليم أفراد المجموعة التجريبية بعض المهارات التي تساعدهم على التعامل مع مواقف الحياة على نحو أكثر فعالية، كما ساهم البرنامج الإرشادي في تحقيق الثقة لدى الأطفال وإزالة التوتر والقلق، وزاد لديهم الشعور بالثقة، بالتالي وفر البرنامج الفرصة للأطفال لتوكيد الذات، بالإضافة لتحسين التواصل مع الآخرين والاختلاط بالمجتمع، بين الأطفال الآخرين في الروضة وبين أقرانهم داخل الصف الذي يتواجدون فيه، كما زود البرنامج الأطفال بفرصة تعلم طرق جديدة تؤدي إلى تنمية القدرة على حل المشكلات، واكتشاف المميزات الخاصة بهم، كما ساعد البرنامج الإرشادي على التعرف على نقاط القوة والضعف، والتخلص من مشاعر الخجل، والقدرة على تكوين علاقة صداقة مع الآخرين، حيث إن الإرشاد الجمعي التعبيري يوفر للأطفال الفرصة للتعبير عن ذاتهم وذلك بأسلوبهم الخاص، حتى يتمكنوا من تحقيق ذاتهم.

وقد استخدمت الدارسة الأنشطة الفنية المختلفة في كل جلسة وأيضاً في البرنامج ككل والتي ساعدت الأطفال في الاندماج في العمل والتي ركزت على إثارة فضول الأطفال كمدخل للتعلم؛ حيث يستطيع الطفل من خلال حواسه تمييز واستكشاف الأشياء والبيئة من حوله، كما استخدمت الأناشيد وما يرتبط معها من الحركة أو الرقص الإيقاعي والتي قامت بدورها بتزويد الطفل بالخبرات بالتجربة والمنفعة الواقعية، التي تدفعه لحب الحياة والتفاعل مع الآخرين، والشعور بالسرور والبهجة مما يساعد الأطفال على تنمية قدراتهم واستعداداتهم ويزيد من خبراتهم في التفاعل مع مجتمعهم وبيئتهم التي تحيط بهم، وذلك بربط كلمات الأنشطة بتجربة الأطفال ومشاعرهم لإثارة عواطفهم وخيالاتهم مما يخاطب أفكارهم وقدرتهم العقلية والانفعالية، وأيضاً كان لاستخدام القصة التي لها دورٌ كبيرٌ في تعليم الأطفال مهارات التواصل في المواقف المختلفة المحددة في هذا البحث؛

فقد بينت القصص بعض المهارات المهمة لحياة الفرد الاجتماعية، بالإضافة إلى استخدام أسلوب الحوار والمناقشة في أغلب الأنشطة التعبيرية التي تناولتها الباحثة والذي ساعد في إقناع الأطفال بفائدة تلك المهارات وأثرها الإيجابي على حياتهم؛ حيث تم مناقشة الباحثة مع الأطفال عن أهمية تلك المهارات بالنسبة لحياتهم، وتتفق هذه النتائج الايجابية مع ما توصلت إليه دراسة متولي (2022)؛ عبد الجواد (2020)؛ شهبو (2018)؛ زيد (2018)؛ وحمدى (2014)؛ Olson (2021). والتي أكدت في مضمونها على أهمية البرامج الفاعلة في تنمية مهارات للعيينة التي تم استهدافها.

### 4.3 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثالث

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث والذي نصه: هل يوجد فروق بين متوسطي مهارات التواصل في القياسين البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي؟ أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أداء المجموعة التجريبية على الاختبار البعدي والتتبعي في تنمية مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي، وهذا يدل على فعالية البرنامج التدريبي المقترح القائم على تنمية مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي التي تحسنت بشكل جوهري وملحوظ عن القياس البعدي بقيت مرتفعة في القياس التتبعي ولم يطرأ عليها أي ارتفاع يذكر الأمر الذي يؤكد استمرار فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم مع أطفال المجموعة التجريبية وأثره الجوهري في تحسين مهارات التواصل لدى عينة الدراسة بعد فترة شهر من انتهاء البرنامج. فقد اكتسب الأطفال قدراً كبيراً من الثقة في أنفسهم وفي قدرتهم على التفاعل والتواصل إيجابياً مع أقرانهم برغم توقف البرنامج، وهو ما يدل على أثر التدريب وفاعليته مع هؤلاء الأطفال، كما انه يدل على محافظة الأطفال على استخدام المهارات التي تدرّبوا عليها أثناء البرنامج، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الأسلوب الإرشادي المتنوع الذي استخدمته الباحثة، مما ساعد في تحقيق اندماجهم مع بعضهم ليتعاونوا كمجموعة واحدة، إضافة إلى أسلوب التعزيز والمساندة النفسية التي كانت تقدمها الباحثة لأفراد

المجموعة التجريبية، فأى مشكلة تعترض طريقهم كانوا يلجأون إلى الباحثة لتساعدهم في حلها، وأيضاً كان لحجم العينة الصغير أثر مهم في زيادة التركيز على كل طفل من أطفال المجموعة التجريبية بما يتناسب مع الوقت المناسب والمتاح للجلسة وبما يتناسب مع أعمار الأطفال ساهم بشكل كبير في تحقيق فاعلية البرنامج، وأيضاً التزام جميع الأطفال في الحضور وعدم غياب أي طفل خلال تطبيق جميع الجلسات الإرشادية، كل ذلك ساعد على تحقيق استمرار أثر البرنامج في تحسين مهارات التواصل لدى أطفال الروضة في المجموعة التجريبية الذين يعانون من الخجل الاجتماعي بعد انتهاء البرنامج ومتابعته بعد مدة شهر، وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة متولي (2022)؛ عبد الجواد (2020)؛ وشهبو (2018).

#### 4.4 التوصيات والمقترحات:

في ضوء نتائج الدراسة؛ خرجت الباحثة بعدد من التوصيات والمقترحات هي:

##### التوصيات:

- تطبيق البرنامج الإرشادي القائم على الأنشطة التعبيرية على أفراد المجموعة الضابطة لثبات فاعليته في تحسين مهارة التواصل وخفض الخجل الاجتماعي.
- اعتماد برامج إرشادية جمعية تهتم بالأطفال وإقرارها من قبل وزارة التربية والتعليم رسمياً، وأن تكون الأنشطة التعبيرية أداة علاجية إرشادية أساسية لتحسين مهارة التواصل وخفض الخجل الاجتماعي لدى أطفال الرياض في فلسطين.
- تطوير مناهج وبرامج رياض الأطفال الحالي، وذلك بإضافة بعض الأنشطة التي تتناول مهارات التواصل اللفظية وغير اللفظية.

##### المقترحات:

- تدريب المرشدين والمعلمين في رياض الأطفال على أساليب الأنشطة التعبيرية كأسلوب إرشادي أثبت فاعليته.

- إجراء دراسات وصفية مسحية أو ارتباطية للكشف عن مستوى الخجل الاجتماعي والعوامل المؤدية إليه والمرتبطة به بين أطفال الرياض في رياض الأطفال والمدارس الابتدائية في فلسطين.
- استخدام أساليب علاجية أخرى لخفض الخجل الاجتماعي وبناء برنامج إرشادي في ذلك تتبنى نظريات علاجية إرشادية حديثة مختلفة، وفحص فاعلية ذلك لفئات وعينات مختلفة.
- فاعلية برنامج مقترح لتبسيط بعض المفاهيم والمهارات الاجتماعية والتفاعلية المهمة للأطفال.
- اللجوء إلى العلاج بالأنشطة التعبيرية عبر تطبيقات الواقع الافتراضي ومقارنة أثرها بالأنشطة التعبيرية المباشرة والحقيقية لمهارات التواصل.

## خاتمة

إن العمل على تعليم الطفل وتدريبه ليمارس حياة اجتماعية تفاعلية مهم في تطور حياة الفرد داخل مجتمعه ويكتسب ذلك من خلال إعداد برامج لتنمية مهارات التواصل المختلفة، ونظراً لأن طفل الروضة في مرحلة الطفولة المبكرة التي تعد قاعدة مهمة لمراحل التطور اللاحقة في حياة الأفراد الاجتماعية السليمة، وفي الوقت الذي تزيد بها المشكلات لهذه الفئة العمرية والتي تعود لنقص خبرة ومهارة الطفل في التعامل والتفاعل مع بيئته الاجتماعية، بالإضافة لما يتعرض له الطفل الفلسطيني بشكل خاص من مشاهد قاسية نتيجة العدوان المتكرر من قبل الاحتلال سواء كان ذلك بشكل مباشر أو غير مباشر يعود بآثار نفسية صعبة على الأطفال مما يزيد من المشكلات النفسية لديهم، ويمكن تحقيق ذلك من خلال البرامج الإرشادية والنفسية التي تعمل على تزويدهم بالمفاهيم المتنوعة مراعية الخصائص النمائية للطفل ضمن إطار من التحفيز والتعزيز وهذا ما سعت الدراسة الحالية تقديمه لطفل الروضة من خلال توظيف العديد من الأنشطة التعبيرية الممتعة للطفل والتي تُقدم بأسلوب مناسب وبسيط مهارات التواصل للطفل وتُربيه في ممارستها.

## قائمة الاختصارات والرموز

وتصميم الدراسة بالرموز :

الرمز	المعنى
R	العشوائية، وتعني عشوائية توزيع الأفراد على المجموعتين؛ التجريبية، والضابطة، بحسب متغيري الدراسة التابعين (الخلل الاجتماعي ومهارات التواصل)
G <sub>exp</sub>	المجموعة التجريبية وهي المجموعة التي تلقت برنامجاً إرشادياً جمعياً قائماً على العلاج التعبيري
G <sub>con</sub>	المجموعة الضابطة، وهي المجموعة التي لم تتلق البرنامج الإرشادي
O <sub>pre-exp</sub>	القياس القبلي لمتغيري الدراسة التابعين المتمثلين بالخلل الاجتماعي ومهارات التواصل لأفراد المجموعة التجريبية.
O <sub>pre-con</sub>	القياس القبلي لمتغيري الدراسة التابعين المتمثلين بالخلل الاجتماعي ومهارات التواصل لأفراد المجموعة الضابطة
X	المعالجة التجريبية: المتمثلة في تطبيق برنامج إرشادي جمعي قائم على العلاج التعبيري، البرنامج الذي تلقته المجموعة التجريبية
O <sub>pest-exp</sub>	القياس البعدي لمتغيري الدراسة التابعين المتمثلين بالخلل الاجتماعي ومهارات التواصل لأفراد المجموعة التجريبية
O <sub>pest-con</sub>	القياس البعدي لمتغيري الدراسة التابعين المتمثلين بالخلل الاجتماعي ومهارات التواصل لأفراد المجموعة الضابطة

## قائمة المصادر المراجع العلمية

القران الكريم

المراجع العربية

- احمد، حسام الدين جابر السيد. (2018). تحسين التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال التوحديين باستخدام برنامج تدريبي للتواصل غير اللفظي. مجلة البحث العلمي في التربية، 19(9)، 399-432.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2015). الأساليب الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي\_ الجزء الثاني. (ط1). الناشر مركز دبيونو لتعليم التفكير، الأردن.
- أبو أسعد، أحمد. الصرايرة، أسماء. (2010). مشكلات طفل الروضة. دار حنين للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- الغامدي، حسين. (2001). علاقة تشكل هوية الانا بنمو التفكير الاخلاقي لدى عينة من الذكور في مرحلة المراهقة والشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 221-255.
- افرنجي، شوفان. (2012). العلاج بالفنون التعبيرية. المركز الفلسطيني للإرشاد، القدس، فلسطين مسترجع من [https://sanad.info/system/files/dlyl\\_llj\\_blfwn\\_ltbodyry.pdf](https://sanad.info/system/files/dlyl_llj_blfwn_ltbodyry.pdf)
- بدير، كريمان محمد. (2015). مشكلات طفل الروضة وأساليب معالجتها. دار الميسرة، عين شمس، مصر.
- بركات، حبيبة محمد صابر. (2019). برنامج تدريبي مقترح للوالدين لتنمية مهارات التواصل الاجتماعي لدى أطفال الروضة المدمجين. مجلة التربية وثقافة الطفل، 1(13)، 53-77.
- جرادات، محمد سليمان. (2011). رياض الأطفال ودورها في تنشئة الطفل الواقع والمسؤولية. (ط1)، دار الخليج للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- الجوهري، إسماعيل بن حماد. (2009). الصحاح، دار الحديث، القاهرة، مصر.
- الجبوسي، محمد بلال. (2014). أنا وانت مقدمة في مهارات التواصل الإنساني، (ط2)، مكتب التربية العربي لدول الخليج، الرياض، السعودية.
- حامد، قصي حميد. (2016). فاعلية برنامج إرشادي في رفع مهارات التواصل الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة جامعة الكويت للعلوم الإنسانية، 23(1)، 1-36.
- حمدي، لميس. (2014). أثر برنامج تدريبي متعدد الأنشطة في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي لدى أطفال الرياض (رسالة غير منشورة). اللاذقية، سوريا.

خطاب، مجد محمد. (2010). علاقة أساليب التنشئة الوالدية بالخلل لدى أطفال الروضة في الأردن، (رسالة غير منشورة). عمان، الاردن.

الخليلي، فاخر نبيل. (2015). مساق الانشطة التعبيرية في الإرشاد جامعة النجاح الوطنية. نابلس، فلسطين.

الخالدة، ناصر احمد. (2020). أثر برنامج تعليمي مستند إلى المهارات الاجتماعية في اكتساب مهارات التواصل الاجتماعي لدى طالبات الصف العاشر الاساسي في بحث التربية الوطنية والمدنية، المجلة العلمية لكلية التربية، 26(11) نوفمبر، مسترجع من: [http://www.aun.edu.eg/faculty\\_education/arabic](http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic)

خوجلي، هشام عثمان. (2006). أسس علم النفس التربوي، (ط1)، مكتبة الرشيد ناشرون، الرياض، السعودية.

داغستاني، بلقيس بنت إسماعيل. (2011). مشكلات الطفولة التشخيص والعلاج، مكتبة التربية العربي لدول الخليج. الرياض، السعودية.

زيد، سلوى حسن إبراهيم. (2018). أثر الالعاب التربوية والموسيقية في تنمية التواصل الاجتماعي لدى طفل الروضة. مجلة بحوث التربية النوعية، 9(51)، 205-233.

ساري، حلمي خضر. (2014). التواصل الاجتماعي الأبعاد والمبادئ والمهارات. (ط1). دار كنوز المعرفة، عمان، الاردن.

سعد، أشرف. (2018). كيف نعالج الخجل عند الأطفال. مجلة خطوة. 1(31)، 14 - 15 .

سليمان، عبد الله محمود، وطعيمة، إيهاب فارس محمد السيد، و عبدالسميع، محمد السيد صديق. (2017). العلاقة بين الكفاءة اللغوية ومهارات التواصل النفسي الاجتماعي لدى الأطفال. مجلة العلوم التربوية 25(1)، 208-20.

سليمان، سناء محمد. (2014). سيكولوجية الاتصال الإنساني ومهارته، عالم الكتب، القاهرة، مصر .

شريف، عبد القادر. (2014). المدخل إلى رياض الأطفال. (ط1). دار الجوهرة للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر .

شعار، صفية عبد الرحيم محمود وضمرة، جلال كايد. (2014). أثر العلاج التعبيري في تطوير مهارات التواصل والتوافق لدى مدمني المخدرات (Doctoral dissertation). الزرقاء، الأردن.

شند، سميرة محمد إبراهيم، عبدالعزيز، عبدالعزيز محمود، وعبد العاطي، منى عبد الودود. (2021). الخصائص السيكومترية لمقياس الخجل لدى عينة من أطفال الروضة. مجلة الإرشاد النفسي، 1(67)، 265 - 285 .

شهبو، سامية مختار محمد. (2018). فعالية برنامج للتدريب على المهارات الاجتماعية في خفض الشعور بالخلل لدى عينة من أطفال الروضة. مجلة الطفولة، 1(30)، 289-335.

أبو طالب، إيمان وحمد، مديحة وريان، فكري ومجاهد، فايضة. (2017). استخدام المدخل الإنساني في تدريس التاريخ لتنمية قيم الانتماء الوطني والمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة البحث العلمي في التربية. 333-311 (6) 18

عبد الجواد، وفاء رشاد راوي. (2020). برنامج قائم على العلاج بالفن لتنمية مهارات التواصل الوجداني وأثره على خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى أطفال الروضة ضعاف السمع. دراسات في الطفولة والتربية، 13 (13)، 176-263

عبد العظيم، حمدي عبد الله. (2012). برامج تعديل سلوك. مكتبة اولاد الشيخ، الجيزة، مصر.

العتوم. عدنان يوسف وعلاونة. شفيق فلاح، الجراح. عبد الناصر ذياب، ابو غزال. معاوية محمود. (2014). علم النفس التربوي النظرية والتطبيق. (ط5). دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان الاردن.

عطية، عماد محمد. (2013). تقنيات الإرشاد الجماعي. (ط1). مكتبة الرشد\_ناشرون، الرياض، السعودية.

العلوية، إيمان بنت علي بن سالم. (2017). برنامج إرشاد جماعي لخفض الخجل لدى طالبات الصف التاسع في ولاية بهلاء في سلطنة عمان. (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة نزوى، سلطنة عمان.

العلي، صالح. (2015). مهارات التواصل الاجتماعي أسس ومفاهيم وقيم. (ط1). دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

أبو عيطة، سهام درويش، وحسن، لينا الحاج. (2014). فاعلية العلاج التعبيري في تقليل الاضطرابات النفسية وتحسين تقدير الذات والدعم الاجتماعي لدى المدمنين. دراسات، العلوم التربوية، 1(41)، 13-34.

أبو غمجة، طارق ميلاد، و الشريف، زينب أبو بكر. (2013). الخجل وعلاقته باساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي: الشق الثاني الصف الرابع بمدينة طرابلس. المؤتمر العلمي العربي السادس: التعليم .. وآفاق ما بعد ثورات الربيع العربي، مج، 1 307 - 330 مسترجع من <http://http687826/com.mandumah.search/Record/>

الضبع، ثناء يوسف، وعبد الله، سهير محمود أمين. (2008). فاعلية برنامج أنشطة تربوية في تحسين مهارات التواصل اللفظي لدى أطفال الروضة ذوي مشكلات الخجل والانطواء. دراسات في التواصل اللفظي لدى أطفال الروضة ذوي مشكلات الخجل والانطواء. دراسات في المناهج وطرق التدريس، 1(136) 214-29.

عمايه ، موسى محمد و الناطور، ياسر سعيد. (2014). مقدمة في اضطرابات التواصل. (ط2). دار الفكر الناشر وموزعون، عمان، الأردن.

كاردوتشي، برناردو جيه. (2005). كيف تخلص طفلك من الخجل. (ط1). مكتبة جرير، الرياض، السعودية.

متولي، هبة إسماعيل. (2022). فاعلية برنامج قائم على الأنشطة الفنية التشكيلية لتنمية مهارات التواصل لدى عينة من أطفال الروضة المعرضين للإدمان الإلكتروني. *مجلة الطفولة والتربية*، 14(50)، 145 - 2015.

محاميد، فايز عزيز محمد. (2013). فاعلية برنامج إرشاد جمعي قائم على الأنشطة التعبيرية في تحسين مستوى الوعي الذاتي وخفض أعراض الضغوطات التالية للصدمة لدى عينة من الأطفال المصدومين (رسالة دكتوراه غير منشورة). الجامعة الاردنية، عمان.

مسعود، آمال عبد العزيز. (2018). مهارات التواصل لدى طفل الروضة وعلاقتها ببعض المتغيرات، السعودية، جامعة الملك عبد العزيز، *مجلة العلوم التربوي والنفسية*، 19(1)، 305-329.

المشاقبة، بيان عمر محمد، وعبود، محمد هاني محمد (2019). فاعلية الإرشاد الجمعي التعبيري في خفض الضغوط النفسية وتحسين الأمن النفسي لدى الأراامل اللاجئات السوريات المقيمت في مخيم الزعتري في الأردن (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.

ابن منظور، محمد بن مكرم. (1414هـ). *لسان العرب*. دار الصادر، ط3، ج11، ص711، بيروت، لبنان.

المواضية، رضا، و داود، أحمد عيسى. (2019). أثر الألعاب اللغوية في تحسين مهارات التواصل اللغوي لدى مرحلة رياض الأطفال في الأردن. *مجلة البلقاء للبحوث والدراسات*. 22(1)، 38-51.

موسى، نجيب موسى. (2016). *دليل الأسرة لتنمية قدرات طفل الروضة*. (ط1). مركز الكتاب الاكاديمي، عمان، الأردن.

#### المراجع الأجنبية:

Anthony, M. M., & Swinson, R. P. (2008). *The Shyness & Social Anxiety Workbook* Second Edition pp. 112-113. *Oakland, CA*.

Cherry, K. (2021), "What IS Expressive Arts Therapy?" <https://www.verywellmind.com/expressive-arts-therapy-definition-types-techniques-and-efficacy-5197564>

Chung, K. P. (2018). *Instagram Use and College Students' Adjustment* (Doctoral dissertation, Middle Tennessee State University)

Corey, G. (2012). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Cengage learning.

Ellis.A.& Crawford, T. (2000). *Making intimate connection; guidelines for great relationships and better communication*. New York: Impact publishers.

Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. sage.

- George, V. P. (2013). A communication-focused model for learning and education. *Business Education & Accreditation*, 5(2), 117-130.
- Gluck, S. (2022). *Language Disorder: Signs, Symptoms, Causes, Treatment, HealthyPlace*. Retrieved on 2022, October 27 from <https://www.healthyplace.com/.../language-disorder-signs...>
- Kristeen, C. (2021). Understanding Social Pragmatic Communication Disorder. Medically reviewed by Danielle Wade, LCSW:
- Lao, M. G., Bosacki, S., Akseer, T., & Coplan, R. J. (2013). Self-Identified Childhood Shyness and Perceptions of Shy Children: Voices of Elementary School Teachers. *International Electronic, Journal of Elementary Education*, 5(3), 269-284.
- Loncola, J. A. (2004). *Teaching social communication skills to children with autism*. University of Illinois at Chicago.
- Malchiodi, C. A. (2003). Art therapy and the brain. *Handbook of art therapy*, 16-24.
- Malchiodi, C. A. (2005). *Expressive therapies: History, theory, and practice*. Expressive therapies, 1-15.
- McLaughlin, Sophie, "Expressive Arts Therapy and Therapeutic Relationship with a Child with Selective Mutism: Development of a Method" (2022). *Expressive Therapies Capstone Theses*. 587. [https://digitalcommons.lesley.edu/expressive\\_theses/587](https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/587)
- Olson, Holly, "Group Curriculum Combining Expressive Arts Therapy & Rainbowdance: A Literature Review" (2021). *Expressive Therapies Capstone Theses*. 503.
- Riggio, R. E., Throckmorton, B., & Depaola, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 11(8), 799-804
- Rogers, C., & Russ00el, D. (2002). The quiet revolutionary: An oral history. *Roseville: Penmarin Books*
- Rosenthal, R., Cooper, H., & Hedges, L. (1994). Parametric measures of effect size. *The handbook of research synthesis*, 621(2), 231-244.
- Royal, K., Hedgpeth, M. W., & Flammer, K. (2018). Exploring shyness among veterinary medical students: Implications for mental and social wellness. *Veterinary Sciences*, 5(2), 56-71.
- Samantha Gluck (2022). What is Social (Pragmatic) Communication Disorder?. Healthyplace: Medically reviewed by Harry Croft, MD : <https://www.healthyplace.com/.../what-is-social-pragmatic...>
- Stroumbos, Nicole, "I, You and We: Expressive Arts Therapy Interventions and Childhood Identity Development: Development of a Method" (2022). *Expressive Therapies Capstone Theses*. 632.
- Ziff, K. (2010). *Expressive Therapies Continuum A Framework for Using Art in Therapy* by Lisa Hinz New York, NY Routledge. *Paperback*. 292 pp ISBN 13 978-0-415-99585-6. \$39.95

## الملاحق

### ملحق (أ)

#### أداتا الدراسة قبل التحكيم

أولاً: مقياس الخجل لدى أطفال الروضة (خطاب، 2010):

الرقم	الفقرة	يحدث دائماً	يحدث كثيراً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	يحدث مطلقاً
1	يشعر بالتوتر عندما يتحدث مع شخص أكبر منه.					
2	يتجنب الحديث مع الغرباء .					
3	يجد صعوبة في طلب المساعدة من الآخرين.					
4	لا يستطيع التعبير عن حاجاته.					
5	يرتبك عندما يعبر عن مشاعره أمام الآخرين.					
6	يتجنب الرحلات الجماعية التي تنظمها الروضة.					
7	غير لبق أثناء التحدث مع أصدقائه.					
8	من الصعب عليه التصرف بشكل طبيعي عندما يقابل أناساً لأول مرة.					
9	يتجنب الاختلاط بأصدقاء جدد.					
10	يشعر بالضيق في اللقاءات الاجتماعية.					
11	يفضل مشاهدة التلفزيون وحيداً على اللعب مع الآخرين.					
12	يتردد من الدخول إذا وصل إلى الروضة متأخراً.					
13	يفضل الوحدة والبعد عن الناس.					
14	يخجل من رؤية الضيوف في الروضة.					
15	يتلعثم في الكلام عندما يوجه إليه سؤال.					
16	يبعد نظره عن الناس عندما ينظرون إليه.					
17	يحمر وجهه عندما تمدحه المعلمة أمام الأطفال.					
18	يخجل عندما يتلقى هدية من المعلمة.					
19	يحاول تناول الطعام والشراب بعيداً عن الآخرين.					
20	يحاول التهرب من الألعاب الجماعية.					

ثانياً: ملحق بطاقة الملاحظة لطفل الروضة (حمدي، 2014)

رقم الفقرة	بطاقة الملاحظة لرصد مهارات التواصل الاجتماعي للطفل في الروضة	موجود	غير موجود
1	يبادر الطفل إلى الترحيب بمعلمته بكلمات لطيفة.		
2	يبتسم الطفل في وجه صديقه.		
3	يطلب الطفل من صديقه المساعدة في عمل شيء يقوم به.		
4	يطلب الطفل من صديقه أن يشاركه بلعبة يحبها.		
5	يقوم الطفل بإضحاك صديقه أن يشاركه بلعبة يحبها.		
6	ينظر الطفل إلى معلمته باستمرار .		
7	يعانق الطفل معلمته.		
8	يتحدث الطفل إلى صديقه لمشاهدة ألعابه التي اصطحبها من البيت.		
9	يقوم الطفل بالتعبير عن حبه لصديق له بمعانقة.		
10	يقول الطفل باستمرار لمعلمته كلمة "أنا أحبك"		
11	يحدث الطفل فوضى بحركاته.		
12	يحدث الطفل فوضى بصوته.		
13	يعبس الطفل في وجه طفل آخر .		
14	يمسك الطفل بيد صديقه ليلعب معه.		
15	يبتسم الطفل في وجه صديقه.		
16	يستمع الطفل إلى كلام شريك له في اللعب دون النظر إليه.		
17	يُصغي الطفل إلى كلام معلمته.		
18	يستمع الطفل إلى ما يُعرض على التلفاز في غرفة الصف.		
19	يمسك الطفل في ثياب معلمته للتكلم معها.		
20	يكتفي الطفل برفع إصبعه ليجيب عن سؤال طرحته المعلمة.		
21	يُنصت الطفل عندما يستمع إلى أغنية تُعرض عليه في التلفاز ..		
22	يغني الطفل كلمات مع من يغني في التلفاز .		

## ملحق (ب)

### أداتا الدراسة بالصورة النهائية

أولاً: مقياس الخجل لدى أطفال الروضة (خطاب، 2010):

الرقم	الفقرة	يحدث دائماً	يحدث كثيراً	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	يحدث مطلقاً
1	يشعر بالتوتر عندما يتحدث مع شخص أكبر منه.					
2	يتجنب الحديث مع الغرباء.					
3	يجد صعوبة في طلب المساعدة من الآخرين.					
4	يصعب عليه التعبير عن حاجاته.					
5	يرتبك عندما يعبر عن مشاعره أمام الآخرين.					
6	يتجنب الرحلات الجماعية التي تنظمها الروضة.					
7	يتصرف بدون لباقة أثناء التحدث مع أقرانه من أطفال الروضة.					
8	يصعب عليه التصرف بشكل طبيعي عندما يقابل أناساً لأول مرة.					
9	يتجنب الاختلاط بالأطفال الجدد في الروضة.					
10	يشعر بالضيق في اللقاءات الجماعية.					
11	يتردد من الدخول للروضة إذا وصل متأخراً.					
12	يفضل الوحدة والبعد عن الآخرين.					
13	يخجل من رؤية الضيوف في الروضة.					
14	يتلعثم في الكلام عندما يوجه إليه سؤال.					
15	يبعد نظره عن الناس عندما ينظرون إليه.					
16	يحمر وجهه عندما تمدحه المعلمة أمام الأطفال.					
17	يخجل عندما يتلقى هدية من المعلمة.					
18	يحاول تناول الطعام والشراب بعيداً عن الآخرين.					
19	يحاول التهرب من الألعاب الجماعية.					

ثانياً: ملحق بطاقة الملاحظة لطفل الروضة (حمدي، 2014)

رقم الفقرة	بطاقة الملاحظة لرصد مهارات التواصل الاجتماعي للطفل في الروضة	يحدث دائماً 5	يحدث كثيراً 4	يحدث أحياناً 3	يحدث نادراً 2	يحدث مطلقاً 1
1	يبادر الطفل إلى الترحيب بمعلمته بكلمات لطيفة.					
2	يبتسم الطفل في وجه الأطفال الآخرين في الروضة.					
3	يطلب الطفل من صديقه المساعدة في عمل شيء يقوم به.					
4	يطلب الطفل من صديقه أن يشاركه بلعبة يحبها.					
5	يقوم الطفل بالطلب من طفل آخر أن يشاركه بلعبة يحبها.					
6	ينظر الطفل إلى معلمته عندما تتحدث إليه.					
7	يعانق الطفل معلمته.					
8	يتحدث الطفل إلى طفل آخر لمشاهدة أعباه التي اصطحبها من البيت.					
9	يقوم الطفل بالتعبير عن حبه لطفل آخر له بمعانقة.					
10	يقول الطفل باستمرار لمعلمته كلمة "أنا أحبك"					
11	يتحرك الطفل بشكل لبق في الغرفة الصفية.					
12	يتحدث الطفل بصوت مهذب في الغرفة الصفية.					
13	يمسك الطفل بيد صديقه ليلعب معه.					
14	يستمتع الطفل إلى كلام شريك له في اللعب وهو ينظر إليه.					
15	يُصغي الطفل إلى كلام معلمته.					
16	يستمتع الطفل إلى ما يُعرض على التلفاز في غرفة الصف.					
17	يمسك الطفل في ثياب معلمته للتكلم معها.					
18	يكتفي الطفل برفع إصبعه ليجيب عن سؤال طرحته المعلمة.					
19	يُصت الطفل عندما يستمع إلى أغنية تُعرض عليه في التلفاز في غرفة الصف.					
20	يردد الطفل ما يسمعه من أغانٍ في التلفاز في غرفة الصف.					

## ملحق (ج)

### الفقرات المعدلة بعد التحكيم

#### أولاً: مقياس الخجل الاجتماعي

رقم الفقرة	قبل التعديل	بعد التعديل
4	لا يستطيع التعبير عن حاجاته.	يصعب عليه التعبير عن حاجاته.
7	غير لبق أثناء التحدث مع أصدقائه.	يتصرف بدون لباقة أثناء التحدث مع أقرانه من أطفال الروضة.
8	من الصعب عليه التصرف بشكل طبيعي عندما يقابل أناساً لأول مرة.	يصعب عليه التصرف بشكل طبيعي عندما يقابل أناساً لأول مرة.
9	يتجنب الاختلاط بأصدقاء جدد.	يتجنب الاختلاط بالأطفال الجدد في الروضة.
11	يفضل مشاهدة التلفزيون وحيداً على اللعب مع الآخرين.	تم حذفها
12	يفضل الوحدة والبعد عن الناس.	يفضل الوحدة والبعد عن الآخرين.

#### ثانياً: مقياس مهارات التواصل

رقم الفقرة	قبل التعديل	بعد التعديل
11	يحدث الطفل فوضى بحركاته	يتحرك الطفل بشكل لبق في الغرفة الصفية
12	يحدث الطفل فوضى بصوته	يتحدث الطفل بصوت مهذب في الغرفة الصفية
13	يعبس الطفل في وجه طفل آخر	حذفت لتكرارها مع الفقرة الثانية بعد التعديل
15	يبتسم الطفل في وجه صديقه	حذفت كونها مكررة مع الفقرة الثانية من المقياس
16	يستمتع الطفل إلى كلام شريك له في اللعب دون النظر إليه	يستمتع الطفل إلى كلام شريك له في اللعب وهو ينظر إليه

## ملحق (د)

### البرنامج الإرشادي المطبق في الدراسة

الجلسة التمهيدية:

يوم: الأثنين (14/9/2023)

الهدف الفرعي: التمهد للبرنامج واختيار الأطفال وتقسيمهم لمجموعتين: ضابطة وتجريبية.

الإجراءات:

- إجراء القياس القبلي والمتمثل بمقياس الخجل وبطاقة ملاحظة مهارات التواصل.
- اختيار الأفراد الأكثر حصولاً على أعلى درجات مقياس الخجل والأقل درجات على بطاقات الملاحظة.
- توزيع أفراد العينة لمجموعتين تجريبية وضابطة.
- الحصول على موافقة أولياء أمور أفراد المجموعة التجريبية للمشاركة في البرنامج، والتأكد من رغبتهم في المشاركة فيه والالتزام بالتعليمات.
- تحديد وقت الجلسة الأولى للبرنامج، وفق ما يُلائم التوقيت الدراسي لأفراد العينة.
- الفنيات والأساليب: تطبيق القياس القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية.
- الأدوات: مقياس الخجل، ومقياس مهارات التواصل القبليين.
- الوقت: 60 دقيقة.

الجلسة الأولى: التعارف وبناء الثقة

يوم الأحد (17/9/2023)

الهدف الفرعي: - التعارف ما بين الأطفال أنفسهم وما بين الأطفال والباحثة.

- إقامة علاقة إرشادية بين الباحثة وأعضاء المجموعة وبين الأعضاء أنفسهم.
- كسر الجمود وبناء الثقة بين الباحثة والأعضاء.

- تحديد قواعد وقوانين سير الجلسات.
- تعريف أعضاء المجموعة على البرنامج من حيث: الأهداف، والمواضيع التي سيتم مناقشتها، وعدد الجلسات وموعدها، والإجراءات والأساليب المستخدمة.
- الإجراءات: - استقبال الأطفال والترحيب بهم، وشكرهم على قبولهم المشاركة في البرنامج، ثم تقدم الباحثة نفسها وتخصصها وطبيعة عملها وسبب وجودها معهم.
- تقوم الباحثة بالإنشاد مع الأطفال أناشود الترحيب الصباحية (مقطع مكرر باسم كل طفل وعبارة صباح الخير وكيف الحال وسؤاله عن مشاعره التي يشعر بها في الجلسة)، مع إتاحة المجال للطفل بالرد وذلك باستخدام دمية بيد الباحثة، ودمية أخرى متنقلة من طفل لآخر بشكل دوري؛ لتشجيع الطفل على الكلام (5دقائق).
- تتحدث الباحثة قليلاً عن موضوع الإرشاد بشكل عام ومبسط للأطفال، وتوضح أهمية المجموعة وتواجههم داخلها.
- توضح الباحثة شرحاً مبسطاً عن البرنامج ومحتوياته، حيث توضح لأعضاء المجموعة الهدف العام الأساسي للبرنامج وهو مساعدتهم على تحسين مهاراتهم التواصلية وخفض الخجل لديهم، وتتفق معهم على موعد الجلسات وعددها.
- تعرض الباحثة مجموعة صور على الأطفال تحتوي أهم قواعد الالتزام داخل الجلسة.
- تقوم الباحثة بتوزيع الألوان والأوراق المصورة على الأطفال، ثم تطلب منهم تلوينها، والتي تحتوي على بعض الصور توضح التوجيهات والمبادئ التي عليهم الالتزام بها خلال الجلسات وإصاقها على دفتر من صنع المجموعة وبمساعدة الباحثة واستخدامه بالجلسات القادمة، ومن أهم تلك القواعد:
  - احترام رأي الآخرين.
  - الانصات والاستماع الجيد.
  - طلب الإذن قبل البدء بالكلام.

- المشاركة في النقاش داخل الجلسة.
  - المشاركة في الأنشطة والتمارين.
  - السرية في الجلسات وعدم الحديث خارج الجلسة بما يدور داخلها.
  - إتاحة الفرصة للأطفال بالحوار والنقاش حول أهمية وضروة الالتزام بتلك التوجيهات لسير الجلسات بنجاح (15 دقيقة).
  - تحدد الباحثة مع الأطفال مواعيد الجلسات القادمة وضروة الالتزام.
  - تطلب الباحثة من الأطفال الوقوف وتقليد ما يسمعون من حركات، والغناء مع أنشودة مرحبا التي يستمعون اليها (5 دقائق).
  - تقوم الباحثة بشكر الأطفال على التزامهم خلال الجلسة، ثم تودع الأطفال وتعبر عن امتنانها لهم وأنها ستلتي بهم قريباً في الجلسة القادمة.
- الأساليب: النمذجة، لعب الدور، الحوار والنقاش، التعزيز، الإنشاد، الحركة الإيقاعية.
- الأدوات: كرة، فلاش موسيقى، سماعة، دمية، ألوان، أوراق (A4).
- الوقت: 60 دقيقة.



## الجلسة الثانية: \_ التعرف على المشاعر الإيجابية

يوم: الثلاثاء (19/9/2023)

الهدف الفرعي: - تدريب الطفل على التعبير عن المشاعر الإيجابية نحو الآخرين والاهتمام بالذفس والآخرين.

- التعرف على ملامح الوجه في حالات السعادة والمشاعر الايجابية.

الإجراءات والأنشطة: بداية تقوم الباحثة باستقبال الأطفال وترحب بهم وتشكرهم على الحضور والالتزام، ثم

الإشاد مع الأطفال أنشودة الترحيب التي تم إنشادها بالجلسة السابقة (8 دقائق).

قصة المشاعر (1)

- عرض قصة المشاعر للأطفال بشكل عام من خلال فيديو قصير.

- إتاحة الفرصة للحوار والنقاش مع الأطفال حول موضوع القصة، وتركز على المشاعر الإيجابية منها

(كالسعادة، والفرح، والمحبة، والانبساط...).

- أثناء سرد القصة تطرح بعض الأسئلة المناسبة مع مجريات القصة وأحداثها مثل:

متى يشعر الشخص بالسعادة، المحبة...؟

كيف تكون ملامح الإنسان عند شعور بالسعادة..؟

ما هي اللحظة التي شعرت بها في السعادة وترغب بمشاركتها مع الآخرين...؟

كيف يمكن لنا التعبير من خلال الايماءات والكلمات عن مشاعر الفرح.. حتى يتمكن الآخرون من فهم

مشاعرنا؟(7دقائق).

نشاط لعب الدور:

- توزيع أفنعة المشاعر الإيجابية على الأطفال بحيث تطلب الباحثة أن يقوم كل طفل بتقمص دور الشكل

الذي يختاره ويذكر موقف أو شعور الذي يعبر عن معنى ذلك القناع أو الاستعانة بلبس القناع وتمثيل

دور السعيد أو المحب... من خلال لعب الدور. (15دقيقة).

- تعزيز الأطفال من خلال ملصقات الوجه السعيد على جباه الأطفال.

- يطلب من الأطفال الوقوف والرقص على أنغام أنشودة (خليك مبسوط) واتباع وتقليد ما يسمعونه من خلال حركات الجسد (5 دقائق).

- شكر الأطفال مرة أخرى وتوديعهم للقاء القادم.

الأساليب: اللعب، الرسم الحر، التأمل، الحوار، التعزيز.

الأدوات: فلاش موسيقى، سماعة، كرة، ألوان، أوراق بيضاء.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: ورقة عمل تلوين الوجه المبتسم أو السعيد.



## الجلسة الثالثة: المشاعر السلبية

يوم: الخميس (21/9/2023)

الهدف الفرعي: تدريب الأطفال على التعبير عن مشاعرهم السلبية وانفعالاتهم نحو الآخرين، وأهميتها في مواقف الحياة المختلفة.

الإجراءات: - تقوم الباحثة باستقبال الأطفال وترحب بهم وتشكرهم على الحضور والالتزام، ثم الإنشاد معاً أنشودة الترحيب، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

قصة: المشاعر المختلفة (دقيقتين)

- سرد قصة قصيرة عن المشاعر المختلفة.  
- إتاحة الفرصة للحوار والنقاش مع الأطفال حول موضوع القصة، وتركز على المشاعر السلبية منها (كالحزن، والضيق، والغضب، والانزعاج...).

- أثناء سرد القصة تطرح بعض الأسئلة المناسبة مع مجريات القصة وأحداثها مثل:

متى يشعر الشخص أنه حزين...؟

كيف تكون ملامح الإنسان عند الشعور بالحزن أو التعاسة...؟

ما هي اللحظة التي شعرت بها في الحزن وترغب بمشاركتها مع الآخرين...؟

كيف يمكن لنا التعبير من خلال الايماءات والكلمات عن مشاعر الحزن... حتى يتمكن الآخرون من فهم

مشاعرنا؟ (7 دقائق).

نشاط لعبة كرة المشاعر

- تهيئة الأطفال لنشاط لعبة كرة المشاعر المصورة للأطفال وتوضيحها لهم.  
- جلوس الأطفال بشكل دائري ويتم نقل الكرة من طفل لآخر باستمرار، يقوم الطفل الذي توقفت عنده صوت الموسيقى لحظة التقاطه الكرة بسحب الصور المصققة عليها (تعبير عن إحدى المشاعر السلبية: كالحزن، الغضب، البكاء، المرض...).

- سؤال الطفل متى يشعر أنه يريد البكاء أو التعب أو الغضب... حسب ما وجد بالصورة ويعبر عن ذلك... (15 دقيقة).
  - تطلب الباحثة من الأطفال الجلوس على الأرض بشكل دائري، ثم الحديث عن أهمية التعبير من خلال الكلمات والإيماءات حتى يتمكن الآخرون من فهم مشاعرهم.
  - تضع المرشدة بطاقات لمجموعة من الوجوه التي تعبر عن المشاعر المختلفة وتطلب منهم تصنيفها إلى مشاعر إيجابية أو سلبية، للتأكد من معرفتهم التمييز والفصل بين المشاعر المختلفة.
  - توزع ملصقات للمشاعر المختلفة على الأطفال كنوع من التعزيز (2 دقيقة).
  - تطلب من الأطفال الوقوف والرقص على إيقاع الموسيقى (If you're Happy) وتقليد ما يسمعونه من خلال حركات الجسد، شكر الأطفال مرة أخرى وتوديعهم للقاء القادم ( 5 دقائق).
- الأساليب: لعب الدور، الحوار والنقاش، رقص أو الحركة، أنشاد، التعزيز.
- الأدوات: دُمى، فلاش موسيقى، سماعة، ملصقات الوجه التعبيري.
- الوقت: 45 دقيقة.
- الواجب المنزلي: تلوين ورقة عمل الوجه الحزين أو العابس.



## الجلسة الرابعة: الثقة بالذات

يوم: الاثنين (25/9/2023)

الهدف الفرعي: زيادة الثقة بالنفس وتنمية وتعزيز مفهوم الذات لدى الأطفال وتقديرهم لأنفسهم.

تطوير شخصية الطفل. الرضا والقناعة. الثقة بالذات. كيف تتقبل ذاتك.

الإجراءات: تقوم الباحثة باستقبال الأطفال وتُرحب بهم وتشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معهم

أنشودة الترحيب، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

- عرض فيديو تحفيزي كرتوني صامت عن زيادة الثقة بالنفس (4 دقائق).

- مناقشة الفيديو مع الأطفال.

قصة: الجنية التي بلا جناحين

- قراءة القصة للأطفال، والحوار والنقاش حول موضوع القصة مع الأطفال (5 دقائق)

ما الذي يجعل الجنية زهرة وحيدة.

ما هي الصفة التي تميز زهرة عن الآخرين.

كيف استطاعت زهرة أن تكسب محبة الآخرين والاندماج معهم.

نشاط اللعب بالصلصال.

القيام بتوزيع الصلصال على الأطفال.

- تطلب الباحثة من الأطفال تشكيل صورة لأنفسهم، وتشكيل أكثر صفة أو شعور سلبي في حياتهم من

خلال الصلصال، وسؤالهم عن تلك الصفات أثناء صنعهم.

- إعطاء الطفل فرصة للتعبير عن صورته التي شكلها بيده، وسؤاله عن مواصفات عمله بالصلصال كما

يراهها بعينيه، وتشجيع الطفل على العمل الرائع الذي قام بصنعه، وتطلب الباحثة من الطفل عرضه على

الآخرين (15 دقيقة).

- الحركة الإيقاعية على أنشودة تحفيزية (أنا واثق) (5 دقائق).

- توزيع هدايا رمزية تحفيزية.

الأساليب: القصة القصيرة، الإنشاد والحركة، والخيال.

الأدوات: سماعة، موسيقى، صلصال أو معجونة، صور الشخصيات الخيالية في القصة.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: توزيع صلصال على الأطفال للعب مع أفراد عائلته.



الجلسة الخامسة: التحدث مع الآخرين

يوم: الاربعاء (27/9/2023)

الهدف الفرعي: تعليم الطفل الحديث أمام الآخرين والنظر إليهم.

الإجراءات: - الترحيب بالأعضاء وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معهم أنشودة الترحيب ،

ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

القيام بعرض فيديو قصير يشجع الأطفال على مهارات التواصل(الحديث والرد عن الأسئلة المطروحة من

قبل الفيديو) (7 دقائق).

## التمثيل ولعب الدور

- تطلب الباحثة من كل طفل أن يختار شريكاً له والجلوس معاً.
  - توزيع أقنعة على الأطفال والطلب من كل طفلين أن يجلسوا مقابل بعضهم والحديث معاً، بطرح بعض الأسئلة على بعضهم والإجابة عنها ثم عكس الدور. بعد الانتهاء من الحديث تطلب الباحثة من الأطفال العودة إلى أماكنهم.
  - اختيار طفلين متطوعين بالقيام والوقوف، وتطلب الباحثة من الطفلين إعادة المحادثة التي جرت بينهم أمام الجميع مع الانتباه لأهمية عكس الدور، ثم التوجه بسؤال الأطفال من يريد أن يتحدث أيضاً... مع أهمية تعزيز الأطفال وتشجيعهم بالمدح والثناء، والابتسام، إلى أن ينتهي الجميع (15 دقيقة).
  - الطلب من الأطفال بالنهوض للرقص أو الحركة الإيقاعية تبعاً لأنشودة مصطلحات الترحيب (مرحبا يا أصدقائي) (5 دقائق).
  - القيام بتوزيع معزز مادي على جميع الأطفال وتوديعهم على أمل اللقاء بالجلسة التالية.
- الأساليب: قصة، موسيقى، حوار.
- الأدوات: سماعة، موسيقى، حوار، أقنعه.
- الوقت: 45 دقيقة.
- الواجب المنزلي: تكليف الطفل بإجراء المحادثة والأسئلة بين أفراد عائلته.



## الجلسة السادسة: حل المشكلات

يوم: الاثنين (2/10/2023)

الهدف الفرعي: تدريب الأطفال على مهارة حل المشكلات والصعوبات الضاغطة منها التي تواجههم، بشكل لبق ومقبول للآخرين والسعي لإيجاد طرق مناسبة لحلها.

الإجراءات: - الترحيب بالأطفال وسؤالهم عن حالهم من خلال أنشودة الترحيب لكل طفل، والاستعانة بالدمى، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

- عرض فيديو لقصة (دبodob يفكر وحده) تهدف لحل المشكلات على الأطفال، والاستماع لحوار الأطفال أثناء عرضه، ومشاركتهم بالحوار والنقاش بعد العرض (7 دقائق).

نشاط: لعبة المتاهة

- توزيع أوراق لعبة (المتاهة) لتنمية مهارة حل المشكلات للأطفال وتوضيحها لهم، وترك الفرصة للطفل ليفكر ويحاول إيجاد الحل، ثم تلوينها.

- إتاحة الفرصة للحوار والنقاش للأطفال حول عملهم أثناء وبعد القيام بالنشاط (15 دقيقة).

- الحركة الإيقاعية على أنشودة حل المشكلات (5 دقائق).

- توديع الأطفال وشكرهم على التزامهم.

الأساليب: الحوار والنقاش، التعزيز، حل المشكلات، الواجب المنزلي.

الأدوات: فلاش، حاسوب، دمية، بطاقات المتاهة مصورة، فلم كرتوني، ألوان.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: توزيع ورقة عمل المتاهة بالمستوى الثاني للعبها في المنزل مع أفراد أسرته.



### الجلسة السابعة: التعاون

يوم: الأربعاء (5/10/2023)

الأهداف: توضيح أهمية المشاركة والتعاون للأطفال من خلال قصة وتطبيق نشاط عملي، يوضح بشكل مباشر ومرئي من تجاربهم لإثبات أهمية المساعدة بالحياة.

الإجراءات: - استقبال الأطفال والترحيب بهم وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معهم أنشودة الترحيب، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

- عرض فيديو ل(فيلم كرتوني كوميدي صامت وهادف عن التعاون بالحياة) عن أهمية التعاون.
- إتاحة المجال لحوار ونقاش الأطفال حول الموضوع، مع التعقيب على أهمية التعاون(4 دقيقة).

### نشاط اللعب بمكعبات الليجو

- قيام الباحثة بوضع ألعاب الليجو و تطالب من الأطفال اللعب معاً بشكل حر.
- توجه الباحثة الأطفال للعب بشكل مجموعات وعمل برج أو قلعة معاً ضمن مواصفات محددة (15 دقيقة).
- وقوف جميع الأطفال للرقص على أنشودة (شكك كففك مع كفي) التعاون والمشاركة(دقيقتين).

- شكر الأطفال على تعاونهم مع الباحثة.

- توزيع هدايا رمزية لتعزيز الأطفال، ثم توديعهم على أمل اللقاء في المرة القادمة.

الأساليب: النمذجة، اللعب، الرقص أو الحركة الإيقاعية.

الأدوات: موسيقى، قصة، سماعة، فيلم كرتوني صامت، قطع ليجو.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: تلوين ورقة عمل عن التعاون.



الجلسة الثامنة: الصداقة

يوم: الاثنين (10/10/2023)

الهدف الفرعي: تعليم الطفل على أهمية تكوين صداقة والتعرف على الآخرين في حياته.

الإجراءات: تقوم الباحثة باستقبال الأطفال والترحب بهم وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معاً

أنشودة الترحيب، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

قصة الفراشات الثلاثة:

- سرد قصة الفراشات الثلاثة، يتخللها بعض الأسئلة للتأكد من انتباه الطفل.
- فتح المجال امام الأطفال للحوار والنقاش حول موضوع القصة (15 دقائق).

#### لعب الدور

- يطلب من الأطفال التطوع بتمثيل دور الفراشات بالتعرف على الأصدقاء، من خلال أقنعة الفراشات، بأسلوبهم الخاص وذلك أمام الجميع، والتعقيب على مواقفهم (15 دقائق).
- الاستماع والرقص على أنشودة كن صديقي (5 دقائق).
- إنهاء الجلسة بشكر ومدح الأطفال على تفاعلهم والتزامهم.
- تعزيز الأطفال من خلال هدايا رمزية، وتوديع الأطفال على أمل اللقاء بالجلسة القادمة.
- الأساليب: القصة، لعب الدور، الرقص والغناء، التعزيز، واجب منزلي.
- الأدوات: أقنعة، فلاش موسيقى أنشودة الأصدقاء، سماعة.

الوقت: 45 دقيقة

الواجب المنزلي: تكليف الطفل بقراءة قصة الفراشات مصورة لعائلته.



## الجلسة التاسعة: الاختلاف

يوم: الخميس (12/10/2023)

الهدف الفرعي: فهم أهمية الاختلاف وتقبله والثقة بالنفس ما بين الأفراد.

الصدقة رغم الاختلاف.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معاً أنشودة الترحيب، مع تعمد

ذكر الباحثة لصفة مختلفة لكل طفل أثناء الإنشاد، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

- عرض فيديو لقصة قصيرة عن الاختلاف (كلنا مختلفون).

- إتاحة الفرصة للحوار والنقاش مع الأطفال حول موضوع القصة (5 دقائق).

- توزيع عدة أوراق مصورة للتلوين، حيث تحتوي صور لأناس مختلفون والطلب من الأطفال تلوينها، وسؤال

الطفل عن سبب اختيارهم لهذه الصورة دون غيرها وماذا يرى داخلها وماذا تعني.

- الاستماع معاً للطفل، بحيث يسأل جميع الأطفال، ثم تعقب الباحثة على كلامهم وتوضح مفهوم الاختلاف

(20 دقيقة).

- الرقص والحركة معاً على أنشودة (مختلفين 4 دقيقة).

- شكر وتوديع الأطفال على التزامهم ومشاركتهم الفعالة.

الأساليب: الموسيقى والغناء، القصة، الحركة والرقص الإيقاعي.

الأدوات: فلاش موسيقى، سماعة، شاشة عرض، فيديو.

الوقت: 45 دقيقة .

الواجب المنزلي: توزيع قصص مصورة عن الاختلاف، وطلب من الأطفال قرأتها مع والديهم في المنزل.



الجلسة العاشرة: مميزات

يوم: الاثنين (16/10/2023)

الهدف الفرعي: التركيز على مميزات كل طفل عن الآخرين.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معاً أنشودة الترحيب، ومناقشة

الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

- سرد قصة قصيرة (أرنب مميز فعلاً) بهدف إدراك الطفل لذاته ومميزاته عن الآخرين والحوار والنقاش حول موضوع القصة.

- القيام بتوزيع أوراق بيضاء وألوان على الأطفال، ثم تطلب منهم رسم وتلوين أكثر الأمور التي يحبونها بأنفسهم وحياتهم، مع المتابعة والملاحظة للأطفال وسؤال كل طفل حول الرسمة.

- تطلب الباحثة من الأطفال المتطوعين عرض رسوماتهم على الغير والحديث عن تلك الرسمة.

- تشجيع الأطفال على مشاركتهم وتعزيزهم مادياً، إلى أن يتم الانتهاء من الجميع.

- الرقص الإيقاعي على أنشودة (كلنا متميزون).

- شكر الأطفال والثناء عليهم وعلى تعاونهم وتفاعلهم أثناء الجلسة.

- توديع الأطفال على أمل اللقاء بالمرّة القادمة.

الأساليب: الرواية، الرقص الإيقاعي، الفن والحركة والموسيقى.

الأدوات: ألوان، أوراق ملونة، فلاش أنشودة أنا مميز، سماعة، قصة مصورة.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: توزيع الرسومات على الأطفال ليعرضوها على عائلاتهم.



الجلسة الحادي عشر: المساحة الشخصية

يوم: الاثنين (23/10/2023)

الهدف الفرعي: تعليم الطفل أهمية وجود مساحة شخصية في حياته.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معاً أنشودة الترحيب، ومناقشة

الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

نشاط: الرسم الحر ضمن المساحة المحددة

- جلوس الأطفال على بقعة من الأرض وتقسيمها أمام الأطفال بخطوط حسب عددهم.
  - توزيع طباشير ملونة على كل طفل، ثم تطلب الباحثة من الأطفال الرسم أو الخربشة، بشرط أن يلتزم كل طفل بالمساحة المحددة له.
  - تقوم الباحثة بمقاطعة الأطفال عن الرسم والتوجه بالسؤال لأحد الأطفال ما أن يسمح لها بالرسم معه، فإذا ما كانت الاجابة بنعم تبدأ الباحثة بطلب إذن بمساحة أكبر أو حتى الرسم فوق رسوماته.
  - عندما تظهر على الطفل علامات الرفض والانزعاج بالقول أو الإشارة، تعتذر الباحثة وتحترم رأيه بشكل واضح.
  - فتح فرصة للحوار والنقاش عن أهمية وضرة احترام حدود ومساحة الآخرين واحترام قرارهم، وعدم التردد أو الخجل من التعبير عن شعور الرفض أو الانزعاج من سلوك الآخرين معنا.
  - الطلب من الأطفال الرقص الحركي الإيقاعي على أنشودة (لي حدود).
  - شكر الأطفال على تعاونهم واستماعهم، ثم توزيع ملصقات عليهم، وتوديعهم على أمل اللقاء القادم.
- الأساليب: اللعب، الرسم، موسيقى، نقاش وحوار.
- الأدوات: لوحة أو (مساحة واسعة من الارض)، ألوان طباشير، لاصق، موسيقى.
- الوقت: 45 دقيقة.
- الواجب المنزلي: تلوين ورق عمل لصور عن المساحة الشخصية .



## الجلسة الثانية عشر: توكيد الذات

يوم: الخميس (26/10/2023)

الهدف الفرعي: تدريب الأطفال على أساليب توكيد الذات لديهم والذي من خلاله يستطيع الطفل أن يعي أهمية اتخاذه قراره الصائب الخاص بمواقف حياته والثبات عليه.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام ثم الإنشاد معاً أنشودة الترحيب، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

قصة صوتي:

- سرد قصة قصيرة (صوتي) ثم يتم الحوار بين الباحثة والأطفال حول القصة، والاستماع للأطفال.
- صنع دفتر صغير من ورقة بيضاء وتوزيعها على الأطفال.
- تطلب الباحثة من الأعضاء تعبئة الدفتر بإصاق صور وتلوينها، والتي تعبر عن شخصيتهم.
- متابعة وملاحظة الباحثة لهم وسؤالهم حول عملهم.
- فتح المجال لعرض أعمال الأطفال على الجميع والحوار والنقاش حول أعمالهم (15 دقيقة).
- عرض فيديو كرتوني لتوكيد الذات ومناقشته (3 دقائق).
- الرقص والحركة على أنشودة كلماتي السحرية (3 دقائق).
- توزيع حلوى وملصقات على الأطفال.
- توديعهم على أمل اللقاء في الجلسة القادمة.

الأساليب: الحركة الموسيقى، حوار ونقاش، النمذجة والقصة، التعزيز.

الأدوات: فلاش موسيقى، سماعة.

الوقت: 45 دقيقة.

الواجب المنزلي: تطلب المرشدة من الأطفال عرض عملهم على والديهم وعمل دفتر خاص بالعائلة



الجلسة الثالثة عشر: التفرغ النفسي.

يوم: الأحد (29/10/2023)

الهدف الفرعي: التفرغ النفسي والتخلص من الطاقة الداخلية السالبة عن طريق الموسيقى والحركة.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام ، ومناقشة الواجب المنزلي السابق (8 دقائق).

نشاط: التأمل

- توزيع (البالين) على الأطفال، تطلب الباحثة من الأطفال الصمت وإغماض أعينهم والجلوس بشكل مريح ثم التفكير بأكثر شيء يكرهه وتخيله بأنه داخل تلك البالون، مع تشغيل صوت موسيقى تأملية مناسبة للتمرين، ثم يسأل الأطفال عن تلك الأفكار، وبعد ذلك تطلب من الجميع التخلص من تلك البالون وفتحها (10 دقائق).

- تقوم الباحثة بالطلب من الأطفال الجلوس بشكل دائري، ثم تطرح عليهم بعض الأسئلة حيال مشاعرهم بعد التخلص من تلك الأفكار والمواقف.

- توزيع بالين على الأطفال لنفخها ومساعدة الباحثة لهم.

- تطلب الباحثة من الأطفال اللعب في البالون على أنغام الموسيقى، دون السماح لأي بالون بالوقوع على الأرض (15 دقيقة).

- تطلب من الأطفال الاحتفاظ في البالون، وتستمع لرأيهم في جلسة اليوم وتدعوهم للتقاول دائماً.

نشاط: طابع اليد

- إفراغ الشعور المكبوت الغير مصرح به قولاً من خلال طباعة اليد.

- حيث تطلب من الطفل ملء يده بالألوان وطباعتها على الحائط بالقوة التي تعبر عن مشاعره (10 دقائق).

- التمهيد للأطفال بأنه بقي لقاء على انتهاء البرنامج، ثم الإنشاد مع الأطفال أنشودة الترحيب باستخدام أدوات الموسيقى (5 دقائق).

- توزيع ملصق لكل طفل، وتوديعهم على أمل اللقاء الأخير بالمرّة القادمة.

الأساليب: الخيال، التفريغ النفسي، التعزيز، الحوار والنقاش.

الأدوات: فلاش موسيقى، بلالين، ملصقات، سماعة، أدوات موسيقى.

الوقت: 60 دقيقة.

الواجب المنزلي: توزيع مجموعة بلالين لكل الطفل وتكليفه بنشاط اللعب مع أفراد أسرته.



## الجلسة الرابعة عشر: التفاعل مع الآخرين

الثلاثاء: (31/10/2023)

الهدف الفرعي: دمج الأطفال بالآخرين من خلال المشاركة بفعاليات وأنشطة جماعية.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال من خلال أنشودة الترحيب وذلك باستخدام (المايكروفون) (10 دقائق).

- القيام بالحركة الإيقاعية على صوت موسيقى متدرجة النغمة مع اتباع الحركات المطلوبة على أن يكون

كل طفل مقابل الآخر (5 دقائق).

- لعب الأطفال بالرمل والمراجيح (20 دقيقة).

- الرسم على وجوه الأطفال.

- توزيع البالين من قبل بعض أطفال العينة على بقية الأطفال.

- اختيار طفل من العينة التجريبية ليقوم بتوزيع الحلوى على الأطفال الآخرين.

الأساليب: اللعب، الرسم، موسيقى...

الأدوات: أدوات رياضة، فلاش موسيقى، سماعة، ألوان، أوراق، مراجيح.

المكان: ساحة المراجيح في الروضة.

الوقت: 60 دقيقة



## الجلسة الختامية: إنهاء البرنامج

الإثنين: 6/11/2023

الهدف الفرعي: اختتام البرنامج وتقييم الأطفال البعدي.

الإجراءات: الترحيب بالأطفال وشكرهم على الحضور والالتزام من خلال أناشودة الترحيب.

- قامت الباحثة بعمل مراجعة لجلسات البرنامج الإرشادي وذلك بقيام الباحثة بتطبيق بعض الفنيات على بعض المسترشدين، ثم وجهت لهم سؤال عن رأيهم بالبرنامج وما أضافه لهم من منفعة.
- شكرت الباحثة المسترشدين الأطفال على تعاونهم ومشاركتهم والتزامهم وتعاونهم بالبرنامج، وتمنت لهم التوفيق، وأكدت جاهزيتها للرد على استفساراتهم في أي وقت ...
- توزيع الهدايا للأطفال كردّ على تعاونهم خلال البرنامج وتوديع الأطفال والتأكيد على أهمية المتابعة.
- توزيع التقييم البعدي على المعلمات وتعبئته.

الأساليب: القياس والتقييم.

الأدوات: المقياس البعدي للخجل، المقياس البعدي لمهارات التواصل عند الأطفال.

الوقت: 60 دقيقة



## ملحق (هـ)

### الجدول

### جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ (الخلج لدى أطفال الروضة)

الرقم	العبارة	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	درجة الاستجابة
2	يتجنب الحديث مع الغرباء .	4.94	0.25	مرتفعة جدا
11	يتردد من الدخول للروضة إذا وصل متأخرا.	4.94	0.25	مرتفعة جدا
5	يرتبك عندما يعبر عن مشاعره أمام الآخرين.	4.88	0.34	مرتفعة جدا
9	يتجنب الاختلاط بالأطفال الجدد في الروضة.	4.88	0.34	مرتفعة جدا
13	يخلج من رؤية الضيوف في الروضة.	4.88	0.34	مرتفعة جدا
10	يشعر بالضيق في اللقاءات الجماعية.	4.81	0.40	مرتفعة جدا
8	يصعب عليه التصرف بشكل طبيعي عندما يقابل أناساً لأول مرة.	4.75	0.45	مرتفعة جدا
14	يتلعثم في الكلام عندما يوجه إليه سؤال.	4.69	0.48	مرتفعة جدا
15	يبعد نظره عن الناس عندما ينظرون إليه.	4.69	0.48	مرتفعة جدا
16	يحمر وجهه عندما تمدحه المعلمة أمام الأطفال.	4.63	0.50	مرتفعة جدا
1	يشعر بالتوتر عندما يتحدث مع شخص أكبر منه.	4.56	0.51	مرتفعة جدا
3	يجد صعوبة في طلب المساعدة من الآخرين.	4.56	0.51	مرتفعة جدا
12	يفضل الوحدة والبعد عن الآخرين.	4.50	0.52	مرتفعة جدا
17	يخلج عندما يتلقى هدية من المعلمة.	4.50	0.52	مرتفعة جدا
4	يصعب عليه التعبير عن حاجاته.	4.38	0.50	مرتفعة جدا
7	يتصرف بدون لباقة أثناء التحدث مع أقرانه من أطفال الروضة.	4.25	0.58	مرتفعة جدا
19	يحاول التهرب من الألعاب الجماعية.	4.06	0.93	مرتفعة
18	يحاول تناول الطعام والشراب بعيداً عن الآخرين.	3.81	0.83	مرتفعة
6	يتجنب الرحلات الجماعية التي تنظمها الروضة.	3.69	0.70	مرتفعة
	الدرجة الكلية	4.55	0.23	مرتفعة جدا

\*\*أقصى درجة للفقرة (5) درجات

### جدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لـ (مهارات التواصل الاجتماعي)

الرقم	العبارة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الاستجابة
19	يُنصت الطفل عندما يستمع إلى أغنية تُعرض عليه في التلفاز في غرفة الصف.	2.13	0.34	منخفضة
15	يُصغي الطفل إلى كلام معلمته.	2.00	0.52	منخفضة
16	يستمتع الطفل إلى ما يُعرض على التلفاز في غرفة الصف.	1.94	0.44	منخفضة
17	يمسك الطفل في ثياب معلمته للتكلم معها.	1.81	0.54	منخفضة
2	يبتسم الطفل في وجه الأطفال الآخرين في الروضة.	1.69	0.60	منخفضة جدا
6	ينظر الطفل إلى معلمته عندما تتحدث إليه.	1.69	0.60	منخفضة جدا
13	يمسك الطفل بيد صديقه ليلعب معه.	1.69	0.48	منخفضة جدا
3	يطلب الطفل من صديقه المساعدة في عمل شيء يقوم به.	1.62	0.62	منخفضة جدا
4	يطلب الطفل من صديقه أن يشاركه بلعبة يحبها.	1.62	0.50	منخفضة جدا
8	يتحدث الطفل إلى طفل آخر لمشاهدة ألعابه التي اصطحبها من البيت.	1.56	0.51	منخفضة جدا
20	يردد الطفل ما يسمعه من أغاني في التلفاز في غرفة الصف.	1.56	0.51	منخفضة جدا
11	يتحرك الطفل بشكل ليق في الغرفة الصفية.	1.50	0.52	منخفضة جدا
5	يقوم الطفل بالطلب من طفل آخر أن يشاركه بلعبة يحبها.	1.44	0.51	منخفضة جدا
12	يتحدث الطفل بصوت مهذب في الغرفة الصفية.	1.44	0.51	منخفضة جدا
14	يستمتع الطفل إلى كلام شريك له في اللعب وهو ينظر إليه.	1.38	0.50	منخفضة جدا
18	يكتفي الطفل برفع إصبعه ليجيب عن سؤال طرحته المعلمة.	1.31	0.48	منخفضة جدا
1	يبادر الطفل إلى الترحيب بمعلمته بكلمات لطيفة.	1.19	0.40	منخفضة جدا
10	يقول الطفل باستمرار لمعلمته كلمة "أنا أحبك"	1.19	0.40	منخفضة جدا
7	يعانق الطفل معلمته.	1.13	0.34	منخفضة جدا
9	يقوم الطفل بالتعبير عن حبه لطفل آخر له بمعانقة.	1.13	0.34	منخفضة جدا
	الدرجة الكلية	1.55	0.21	منخفضة جدا

### جدول (13)

نتائج اختبار الفرق بين متوسطين حسابيين مترابطين (Paired Samples t-Test) للقياسين البعدي وقياس الاحتفاظ للمجموعة التجريبية لاختبار مهارات التواصل لدى أطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي

المهارة	القياس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي للفروق	الانحراف المعياري للفروق	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مهارات	بعدي	8	3.7563	1.00479	-0.40625	1.03972	-1.105	0.306
التواصل	احتفاظ	8	4.1625	.11573				

\*\* دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha > 0.01$ ).

ملحق (و)

قائمة أسماء المحكمين للأدوات والبرنامج

الرقم	الاسم	الرتبة العمية	التخصص	الجامعة
1	حاتم عابدين	أستاذ مساعد	التربية الخاصة	الخليل
2	محمد شاهين	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	القدس المفتوحة
3	خالد أبو الهيجا	أستاذ	الخدمة الاجتماعية	القدس المفتوحة
4	نظمية حجازي	أستاذ مساعد	الخدمة الاجتماعية	القدس المفتوحة
5	زهير النواجحة	أستاذ مساعد	الإرشاد النفسي	القدس المفتوحة
6	أحمد عبد اللطيف أبو أسعد	أستاذ	الإرشاد النفسي والتربوي	جامعة مؤتة

## ملحق (ز)

### ورقة تسهيل مهمة

State of Palestine Ministry of Education Directorate of Education - Nablus	 بسم الله الرحمن الرحيم وزارة التربية والتعليم	دولة فلسطين وزارة التربية والتعليم مديرية التربية والتعليم - نابلس		
الرقم : م 786/40 / 9 / 1 التاريخ : 11 / 1 / 2023 م الموافق : 9 / 8 / 1444 هـ				
حضرة مدير/ة روضة صرة الحديثة المحترمة ...،				
بعد التحية...				
<b>الموضوع : تسهيل مهمة الطالبة أمل وقيق فارس ترابي</b> (الإشارة كتاب جامعة النجاح الوطنية قسم علم النفس والإرشاد بلا رقم بتاريخ 2023/2/22 م)				
<p>تهديكم مديرية التربية والتعليم أطيب التحيات، وبالإشارة إلى الموضوع أعلاه نرجو تسهيل مهمة الطالبة أمل وقيق فارس ترابي بتطبيق برنامج ارشادي تحت عنوان (فاعلية برنامج ارشادي جمعي تعبيرى لتحسين مهارات التواصل لدى اطفال الروضة الذين يعانون من الخجل الاجتماعي)، كمتطلب للحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي وترغب الطالبة بتطبيق البرنامج على اطفال الروضة.. ارجو مساعدتها وتسهيل مهمتها .</p>				
مع الاحترام				
 أ. احمد صوالحه مدير عام التربية والتعليم		نسخة: مدير المديرية المعنية المحترم نسخة /جامعة النجاح الوطنية فاكس 2345982 نسخة للسلف ي. م. ا. ح. ز. م. ج. 11/1/2023		
فلسطين - نابلس - شارع فيصل الرئيسي Palestine - Nablus - Faisal St صندوق بريد نابلس 111 P.O. Box Nablus 111	Email / بريد الكتروني / edunab@hotmail.com	فاكس / +970 9 2389495	هاتف / +970 9 2380034 +970 9 2382820	



**An-Najah National University**  
**Faculty of Graduate Studies**

**THE EFFECTIVENESS OF AN EXPRESSIVE GROUP  
COUNSELING PROGRAM TO IMPROVE THE  
COMMUNICATION SKILLS OF KINDERGARTEN  
CHILDREN WHOSE SUFFER FROM SOCIAL SHYNESS**

**By**

**Amal Wafeeq Faris Turabi**

**Supervisors**

**Dr. Ibrahim Sulaiman Masri**  
**Dr. Sahar AbuShokeedm**

**This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of  
Master of Psychological and Educational Counseling, Faculty of Graduate Studies, An-  
Najah National University, Nablus- Palestine.**

**2024**

# **THE EFFECTIVENESS OF AN EXPRESSIVE GROUP COUNSELING PROGRAM TO IMPROVE THE COMMUNICATION SKILLS OF KINDERGARTEN CHILDREN WHOSE SUFFER FROM SOCIAL SHYNESS**

**By**  
**Amal Wafeeq Faris Turabi**  
**Supervisors**  
**Dr. Ibrahim Sulaiman Masri**  
**Dr. Sahar AbuShokeedm**

## **Abstract**

The study aimed to reveal the effectiveness of an expressive counseling group program to improve the communication skills of kindergarten children who suffer from social shyness, in Nablus Governorate. To achieve the objectives of the study, Social Shyness and Communication Skills Scales were used, besides the quasi-experimental approach. The study population consisted of all the children of Surra Modern Kindergarten, and the number of kindergarten children reached (120) boys and girls, according to the kindergarten's licensing certificate in the year 2023/2024, while the sample consisted of (16) boys and girls, who were selected in the available method, They were divided into two groups; the experimental of (8) children and the control of (8) children, and measures of communication skills and social shyness were also used, which The results of verifying its validity and reliability indicated its validity and suitability to achieve the objectives of the study.

The study found that there were statistically significant differences between the averages of the experimental group's performance on the pre-test and the post-test of communication skills among kindergarten children, which indicates the effectiveness of the guidance program used and its ability to influence group members. The results also showed the absence of statistically significant differences between the average results of the experimental group in the two, the post-measurement and follow-up, for the communication skills after a month of ending this program.

In light of the results, the researcher recommended working on communication skills by applying the guidance program based on expressive activities to members of the control group due to its proven effectiveness in improving communication skills and reducing social shyness, and adopting collective guidance programs that care for children and have

them officially approved by the Ministry of Education, provided that the activities are Expressiveness is an essential therapeutic and counseling tool for reducing social shyness and improving communication skills among kindergarten children in Palestine, and developing current kindergarten curricula and programs by adding some activities that address social communication skills.

**Keywords:** communication skills, social shyness, expressive group counseling program.