

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة

أ.م.د نبراس يونس محمد ال مراد

كلية التربية للبنات /جامعة الموصل Nibrasyouns@yahoo.com

تاريخ تسليم البحث ٢٠١٨/٨/١٤.....تاريخ قبول النشر ٢٠١٨/١٠/٢١

المُلخَص

هدف البحث الى:

١. تصميم برنامج إرشادي نفسي مقترح باستخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.
٢. الكشف عن اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.
تم استخدام المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، تكونت عينة البحث من (٤٠) طفلاً ، تم توزيعهم على مجموعتين وبواقع (٢٠) طفلاً لكل مجموعة ، واجري التكافؤ بينهم في متغيرات الآتية : (ترتيب الطفل بين إخوته في الميلاد والعمر والتحصيل الدراسي للأبوين والذكاء ، فضلا عن قياس مفهوم الذات).
تم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية ، وتكون البرنامج من (١٦) جلسة ، وقد كانت مدة البرنامج (٨ أسابيع) ، بواقع جلستين في الأسبوع الواحد تنفذ أيام (الأحد ،الأربعاء) ، وكان زمن الجلسة الإرشادية الواحدة (٤٥) دقيقة ، بينما خضعت المجموعة الضابطة لخطة البرنامج العام اليومي، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: (النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط والاختبار التائي للعينات المرتبطة والاختبار التائي للعينات المستقلة ومعادلة سيبيرمان_يروان لتصحيح معامل الثبات ومعادلة التغيير النسبي).
وقد استنتج الباحث ما يأتي:
١. حقق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح تطوراً في تنمية مفهوم الذات ، عند المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية.
٢. تفوق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

الكلمات المفتاحية: إستراتيجية الارشاد باللعب ، مفهوم الذات

self-concept among The effect of the strategy of guidance in playing to develop the children of the school at the age of (11-12) years

Dr. Nibras Youns Mohamed Al-Murad

College of Education for Girls / University of Mosul Nibrasyouns@yahoo.com

Abstract:

The research aimed to:

1. Designing a proposed psychological program by using the guidance strategy to play in the development of the self concept of the children aged (11-12 years).
2. Explain the effect of the strategy of guidance in playing to develop self-concept in the children aged (11-12) years.

The experimental method was used for its suitability and the nature of the research. The research sample consisted of (40) children(male), which were divided into two groups with 20 children per group. The equivalence was carried out in the following variables: (the order of the child between his siblings in birth, age, Intelligence, as well as measuring the self-concept.

The program consisted of (16) sessions, the duration of the program (8 weeks), two sessions per week (Sunday, Wednesday), and the duration of the session was (45) minutes, While the control group was subject to the daily program plan. The researcher used the following statistical methods: (percentage, arithmetical mean, standard deviation, simple correlation coefficient, t test of related samples, t test of independent samples, Seprman equation to correct stability coefficient, relative equation of change).

The researcher concluded the following:

1. The proposed psychological counseling program has developed in the development of self-concept, when comparing the pre post measures of the children of the experimental group.
2. The proposed psychological counseling program outweighs the development of self-concept among the children of the experimental group compared with the controlling group.

Keywords : strategy of guidance in playing, self-concept

١-التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

تعد مرحلة الطفولة مرحلة الارتكاز والأساس في بناء الشخصية الإنسانية وأبعادها وأنماطها، ففهم هذه المرحلة ومعرفة خصائصها النمائية له أهمية كبيرة في تكوين شخصية الطفل، كما أن التنشئة الاجتماعية والأسرية السليمة والسعي الدائم لفهم حاجات الطفل النفسية والاجتماعية والجسمية، وتقديم أساليب التربية السليمة تنتج فرداً ناجحاً متوافقاً مع ذاته ومع الآخرين من حوله. إذ تشير نظريات علم النفس على أن سنوات الطفولة هي أساس تكوين الشخصية السوية والراشدة المتوافقة ، ومن هذا المنطلق إذا كانت سنوات الطفولة سوية كان الشخص في فترة المراهقة والرشد ناضجاً ومنتجاً ، وبالعكس فإن مشكلات الطفولة تسهم في نشأة الاضطرابات النفسية والسلوكية في المراهقة والرشد (عبد العال، ٢٠٠٣، ٢٥) ، ويرى (العنزي، ٢٠١٣) "أن اللعب من أفضل وسائل النمو الشامل المتكامل ، ففي أثناء اللعب يتزود الطفل بالمعلومات والمهارات المختلفة والخبرات الجديدة ، وذلك من خلال أنواع اللعب المختلفة التي تثري إمكانياته العقلية والمعرفية والاجتماعية"(العنزي، ٢٠١٣، ٨٦) ، لذلك فقد اهتم الإرشاد النفسي باللعب بوصفه أحد الأساليب المهمة التي يمكن من خلالها تحقيق النضج الاجتماعي ، والمساعدة في اكتشاف بيئة الطفل والتفاعل معها ، كما يساعد على تطوير الجانب الانفعالي للطفل والاتزان النفسي له، وتخليصه من بعض حالات التوتر والقلق والاضطرابات والكبت والحرمان، ومساعدتهم على حل المشكلات الإنمائية التي يمرون بها مما يسهم في تحقيق التوافق النفسي.

"وتعد مرحلة الطفولة المتأخرة من مراحل النمو المهمة التي يتبلور خلالها مفهوم الذات لدى الطفل من خلال تأثير الجماعة التي تعزز مفهومه عن ذاته، فمن المواقف الأسرية المختلفة والخبرات المدرسية والعلاقات مع الأصدقاء والأقران يكون الطفل مفهومه عن ذاته ، ويصبح قادراً على التعبير عن ذاته"(حسانيين، ٢٠١٣، ٤٨). ويؤكد(بدير، والخزري، ٢٠٠٧) "بأن مفهوم الذات وإدراكات الطفل حول نفسه تأثير كبير في تفاعل الطفل مع الآخرين وبالتالي قد تسهم بشكل أو بآخر في تحديد سلوك الطفل ، فقد تبين بان مفهوم الذات هو المحور الذي تقوم عليه الإدراكات المؤثرة نحو الآخرين ، وان الطفل حين يتقبل ذاته فهو يتقبل الآخرين بالضرورة وان الاتجاهات التي تتكون نحو الذات تنعكس على الاتجاهات نحو الآخرين"(بدير والخزري، ٢٠٠٧، ٧٥) "

وعلى هذا الأساس تأتي الدعوة لتطبيق برامج الإرشاد النفسي باستخدام اللعب في المدارس كردة فعل طبيعية لمواكبة التطور التربوي الذي يسود العالم ، فلم تعد المدرسة مجرد مكان لتلقين التلميذ المعارف والعلوم المختلفة ، وإنما أصبحت تركز على تنمية المهارات الاجتماعية للتلميذ لمواجهة الحياة ، والتعامل مع المشكلات المختلفة بشكل إيجابي ، ومما سبق تكمن أهمية البحث الحالي في الوقوف على استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة ، ولما لأهمية مفهوم الذات بوصفه مكون أساس في الشخصية ومحركاً عاماً للسلوك وأساس دراسة الصحة النفسية.

١-٢ مشكلة البحث:

إن تدني مستوى مفهوم الذات لدى الأطفال وبالتحديد في مرحلة الطفولة المتأخرة ، قد يعود الى ضعف تحقيق أهداف درس التربية الرياضية ، إذ من خلال ملاحظة الباحث في أثناء الإشراف على التطبيق في معظم المدارس الابتدائية ، والتي تستخدم البرامج التقليدية في عملية التعليم الذي يتخذ فيه مدرس التربية الرياضية جميع القرارات في أسلوب التدريس ، والتشكيلات والقيام بحركات نيابة عن الطلاب الذين تعودوا خلال مراحل التعليم المختلفة على أن يتلقوا المعلومات من مدرس التربية الرياضية ، دون إعطاء الحرية في التعبير عن ذاتهم ومن هنا انصب اهتمام جميع العلماء والباحثين في مجال علم النفس الرياضي الى إيجاد الكثير من الحلول العلمية للعديد من المشكلات النفسية للأطفال باستخدام برامج اللعب. إذ تشير (الريماوي، ٢٠٠٣) "بأن المهارات الحركية للطفل من خلال اللعب تعطيه إحساساً بالسيطرة والكفاءة ، وأن كل ذلك بما يتضمنه من مشاعر وحاجات ورغبات وكفاءة يجعل الطفل يكون تدريجياً صورة ذهنية عن ذاته ، وينتظر مفهومه عن ذاته ليصبح واحداً من مفاهيمه المعرفية التي يمكن أن تنعكس في أفعاله المستقبلية" (الريماوي ٢٠٠٣، ٢٥٩). ومن هنا على حد علم الباحث واطلاعه بالمصادر العلمية والدراسات السابقة التي استدل فيها الى افتقار المكتبة العراقية الى البحوث والدراسات العلمية التي حاولت الاهتمام بتقديم البرامج الخاصة باللعب وأثارها الإيجابية على مفهوم الذات لدى الأطفال وبهذا تحددت أبعاد مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- هل ممكن إعداد برنامج للألعاب يلائم أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.
- إلى أي مدى يمكن قياس فاعلية استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لأطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.

١-٣ هدف البحث:

- ١-٣-١ تصميم برنامج إرشادي نفسي مقترح باستخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.
- ٢-٣-١ الكشف عن اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة.

١-٤ فروض البحث:

- ١-٤-١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأطفال على مقياس مفهوم الذات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولمصلحة القياس البعدي.
- ٢-٤-١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأطفال على مقياس مفهوم الذات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ولمصلحة القياس البعدي.
- ٣-٤-١ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأطفال على مقياس مفهوم الذات بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية.

١-٥ مجالات البحث:

- ١-٥-١ المجال البشري: عينة من أطفال مدرسة الهدى الابتدائية بعمر (١١-١٢) سنة.
- ٢-٥-١ المجال الزمني: ابتداءً من ١٥ / ١٠ / ٢٠١٧ ولغاية ٣١ / ١٢ / ٢٠١٧.
- ٣-٥-١ المجال المكاني : الساحة الخارجية لمدرسة الهدى الابتدائية في محافظة نينوى .

١-٦ تحديد المصطلحات:

١-٦-١ الإرشاد باللعب: عرفه (موثقي) بأنه " لعب محدد وهادف ومخطط له وفيه يحدد المرشد مسرح اللعب ويختار الأدوات بما يتناسب مع عمر الطفل ، وخبرته ، وجنسه ، بحيث تكون مألوفة له لتثير نشاطاً واقعياً لديه ، وغالباً ما يشترك المرشد في اللعب ، وهذا يؤدي الى زيادة استبصار الطفل بنفسه وسلوكه"(موثقي، ٢٠٠٤ ، ٧٥).

- ويعرفه الباحث إجرائياً : بأنه مجموعة من الإجراءات المنظمة والهادفة بالألعاب التربوية على وفق أساليب ، واستراتيجيات ، وخبرات مخططة بصورة علمية ومحددة بقترة زمنية ينفذها المرشد لمساعدة الأطفال على رفع مستوى مفهوم الذات لديهم.

٢-٦-١ مفهوم الذات: عرفته (الوهيبي) بأنه "مجمّل الأفكار والآراء التي يكونها الفرد عن نفسه نتيجة للخبرات التي يمر بها في حياته،سواء نتيجة احتكاكه بالأسرة أم بالآخرين وقد تكون هذه الفكرة ايجابية أو سلبية بحسب العوامل التي تؤثر في تكوين الذات لدى الفرد" (الوهيبي ، ٢٠٠٩ ، ٣٣).

- ويعرفه الباحث إجرائياً : الدرجة التي يحصل عليها أطفال عينة البحث عن طريق مقياس مفهوم الذات المستخدم.

٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته لطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث الحالي على (٤٠) طفلاً من أطفال المدرسة الابتدائية ، ومن الملتحقين بالصف السادس الابتدائي وتقترب أعمارهم بين (١١-١٢) سنة من أطفال مدرسة الهدى الابتدائية المختلطة في محافظة نينوى، وقسمت عينة البحث عشوائياً عن طريق الاقتراع الى مجموعتين تجريبية وضابطة.

- المجموعة التجريبية: تتكون من ٢٠ طفلاً ، استخدم الباحث معهم برنامج استراتيجية الإرشاد باللعب .

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم.....

- المجموعة الضابطة: تتكون من ٢٠ طفلاً لم يستخدم الباحث معهم أي برنامج.

واجري تكافؤ المجموعتين في العمر الزمني ، ونسبة الذكاء، وترتيب الطفل بين إخوته، والتحصيل الدراسي للأب ، والتحصيل الدراسي للام (الجدول رقم(١)) ، وإلى جانب قياس مفهوم الذات (الجدول رقم(٢)) كما يتبين من التطبيق القبلي للمقياس.

الجدول (١)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة للمجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات ذات العلاقة للبحث

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت) المحتسبة
		ع±	س	ع±	س	
ترتيب الطفل بين إخوته	درجة	٢،٨٠٠	٠،٦٩٠	٢،٨٥٠	٠،٨٥٦	٠،٦٣
العمر	شهر	١٤٠،٤٠	٢،٤٥	١٣٩،٦٠	٢،٣٨	٠،٥٥
التحصيل الدراسي للأب	درجة	١٣،٨٠	٤،٢٠	١٣،٤٠	٣،٦٥	٠،٥٤
التحصيل الدراسي للأم	درجة	١٢،٧٠	٣،٤٠	١١،٩٠	٣،٧٠	٠،٧٢
الذكاء	درجة	١٣٠،٥	١١،٨	١٢٩،٥	١٢،٢	١،٨٠

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة $\geq ٠،٠٥ = ٢،٠٢$

يتبين من الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين المجموعتين التجريبية، والضابطة في المتغيرات ذات العلاقة بالبحث. مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذه المتغيرات.

الجدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحتسبة بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمفهوم الذات

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت) المحتسبة
		ع±	س	ع±	س	
مفهوم الذات	درجة	١٠٥	٦،٨٩٣	١٠٣	٥،٠٥٢	١،٩٠

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة $> ٠،٠٥ = ٢،٠٢$

يتبين من الجدول أعلاه وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس القبلي لمفهوم الذات ، وهو ما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذا المتغير.

٣-٣ التصميم التجريبي:

استخدم الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم(تصميم المجموعة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي) ويمكن تمثيل هذا التصميم في هذه التجربة على النحو الآتي:

- ١- المجموعة التجريبية (اختبار قبلي - المتغير المستقل - اختبار بعدي)
 - ٢- المجموعة الضابطة (اختبار قبلي - اختبار بعدي) (Best.1981.71)
- ٣-٤ أدوات البحث:

٣-٤-١ مقياس جود انف - هاريس للذكاء:

تم اختيار اختبار (جود انف_هاريس) لذكاء الأطفال بوصفه اختباراً مناسباً لقياس الهدف المرجو ، ولتوفر مفتاح التصحيح الخاص بالاختبار كما يتميز بخلوه من التعقيدات الفنية ، ويمكن لجمهور العاملين مع الأطفال من استخدامه(عطية، ١٩٨٢، ٧) ، ولقد تم عرض الاختبار على مجموعة من الخبراء والمتخصصين الذين اقروا صلاحية استخدامه على هذه المرحلة العمرية ، وهذا الاختبار مقنن على البيئة العراقية حصراً في محافظة نينوى.(المراد، ٢٠٠٤، ٤٥).

٣-٤-٢ مقياس مفهوم الذات:

تم بناء المقياس من قبل (الهنائي، ٢٠١٣) وذلك لقياس مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة (١٠-١٤) سنة. يتكون المقياس من (٥٨) فقرة ، وقد حدد لكل فقرة ثلاث إجابات حسب الترتيب الثلاثي الآتي : (نعم، أحياناً، لا) ، إذ يتعين على المفحوص اختيار إجابة واحدة فقط من هذه الإجابات مع تخصيص (٣) درجات بحالة الإجابة (بنعم) على الفقرات الموجبة و(٢) درجتين في حالة الإجابة (أحياناً) ، ويحصل المفحوص على (١) درجة واحدة في حالة الإجابة (لا) ويعكس هذا في حالة الفقرات السلبية، إما الدرجة الكلية للمقياس فتحسب عن طريق جمع درجات المفحوص عن فقرات المقياس التي تقع ما بين (٥٨) درجة كحد أدنى ، و(١٧٤) درجة كحد أعلى وكلما ارتفعت الدرجة الكلية للمقياس فان هذا يشير الى ارتفاع درجة مفهوم الذات عند المفحوص. (ملحق ١) . وقد قام الباحث باستخراج الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء^(٩) في مجال العلوم النفسية والتربوية لبيان رأيهم في مدى ملائمته لقياس مفهوم الذات للأطفال بعمر (١١-١٢) سنة ، وقد اتفق الخبراء على ملائمته بنسبة اتفاق (٨٠%) . فضلاً عن ذلك قام الباحث باستخراج الثبات من خلال إعادة الاختبار بعد(٧) أيام من التطبيق الأول على (١٠) أطفال من العينة الاستطلاعية وكان معامل الثبات (٠،٩٠).

٣-٤-٣ برنامج استراتيجية الإرشاد باللعب :

قام الباحث في سبيل إعداد هذا البرنامج بالاطلاع على العديد من الدراسات السابقة ، وبعض من البرامج الإرشادية القائمة على أساس استراتيجية اللعب ، كما اطلع الباحث على عدد من المراجع في سيكولوجية اللعب ، وقد

(*) - أ.د. عكلة سليمان الحوري ، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل .

- أ.د. عبد الودود احمد خطاب، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة تكريت .

- أ.د. جاسم عباس علي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة تكريت .

- أ.م.د. مؤيد عبد الرزاق الحسو، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل .

- ا.م.د. ثامر ذنون الحمداني، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل .

استفاد الباحث من هذه البرامج في إعداد محتوى البرنامج وجلساته وأنشطته ، ولقد راعى الباحث مجموعه من الأهداف الإجرائية للبرنامج:

- ١- أن يظهر التلميذ مشاعره بطريقة مناسبة للآخرين في إثناء اللعب.
- ٢- أن يكتسب التلميذ مهارات التقدير الذاتي ضمن الفريق الواحد.
- ٣- تنمية الثقة بالنفس في أثناء اللعب الجماعي.
- ٤- رفع مستوى مفهوم الذات عند التلميذ من خلال اللعب الجماعي.
- ٥- أن يقيم التلميذ مهارات اجتماعية مع زملائه في إثناء اللعب الجماعي.

وقد تم التحكيم على البرنامج الإرشادي من قبل بعض السادة المحكمين والمتخصصين في مجال العلوم النفسية والتربوية والتعلم الحركي(**) وأخذت ملاحظاتهم بعين الاعتبار.

٣-٥ التجربة الرئيسة للبحث :

تم الاتفاق المسبق بين الباحث وإدارة مدرسة الهدى المختلطة في محافظة نينوى على إعداد مكان مناسب لإجراء تجربة البحث. وقد راعى الباحث مجموعة من الضوابط في أثناء إجراء التجربة حفاظاً على الضبط التجريبي كتنظيم جدول زمني لإجراء تجربة البحث ، كما راعى الباحث خلو البيئة (الساحة الخارجية) من أية مثيرات خارجية ، وراعى توفير الأجهزة والأدوات المستخدمة بشكل كافٍ بالنسبة لعدد الأطفال، ووضع بعض الضوابط التي لا بد من مراعاتها في تعامله مع الأطفال ومع الأدوات والمثيرات في أثناء إجراء التجربة ومجموعة من الضوابط خاصة بتعامل الطفل مع نفسه مع مراعاة أمنه وسلامته.

ولقد تكون البرنامج الإرشادي من (١٦) جلسة إرشادية ، من ١ / ١١ / ٢٠١٧ ولغاية ٢٤ / ١٢ / ٢٠١٧ وقد استغرق البرنامج الإرشادي (٨ أسابيع) متتالية بواقع جلستين في الأسبوع الواحد تنفذ أيام (الأحد ، والأربعاء) ، وكان زمن الجلسة الإرشادية الواحدة (٤٥) دقيقة ، ماعدا المجموعة الضابطة التي كانت خاضعة لخطة البرنامج العام اليومي . وبعد ذلك أعاد الباحث تطبيق مقياس مفهوم الذات على أطفال عينة البحث كافة. (ملحق ٢)

٣-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث :

- ١- النسبة المئوية.
- ٢- الوسط الحسابي.
- ٣- الانحراف المعياري.
- ٤- معامل الارتباط البسيط.
- ٥- الاختبار التائي للعينات المرتبطة.

(**) - أ.د. محمد خضر الأسمر ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية ، جامعة الموصل .

- أ.د. جاسم نايف الرومي ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الرياضية ، جامعة الموصل .

- أ.د. عكلة سليمان الحوري ، كلية التربية الاساسية ، جامعة الموصل .

- أ.د. عبد الودود خطاب عمر ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة تكريت .

- أ.د. جاسم عباس علي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة تكريت .

- أ.م.د. مؤيد عبد الرزاق الحسو، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الموصل .

- أ.م.د. ثامر دنون الحمداني، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل

٦- الاختبار التائي للعينات المستقلة .

٧- معادلة سيبرمان_ بروان لتصحيح معامل الثبات . (أبو حطب، وآخرون، ١٩٩٣، ١١٦)

٨- معادلة التغيير النسبي . (الدباغ، ٢٠٠٥، ٧٩)

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

٤-١ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات مقياس مفهوم الذات في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية ولمصلحة القياس البعدى.

الجدول (٣)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للتغير والقيمة التائية المحسوبة بين متوسط درجات

المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى لمفهوم الذات

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		النسبة المئوية للتغير	قيمة(ت) المحتسبة
		ع±	س	ع±	س		
مفهوم الذات	درجة	٦،٨٩٣	١٠٥	٥،٨٠٥	١٣٥	%٢٨،٥٧١	* ٥،١١

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٩) ومستوى دلالة $\geq ٠،٠٥ = ٢،٠٩$

يتبين من الجدول (٣) أن قيمة (ت) المحتسبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٩) ونسبة خطأ ($> ٠،٠٥$) وبالبالغة (٢،٠٩) ونسبة تغير بلغت (٢٨،٥٧١%). وهذا يعني إن هنالك فروقا ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدى ولمصلحة القياس البعدى في مقياس مفهوم الذات للمجموعة التجريبية ، والذين نفذوا برنامج الإرشادي وبهذا يتحقق صحة الفرض الأول.

ويعزو الباحث سبب هذه التطور الى ما تضمنه البرنامج الإرشادي من نشاطات هادفة وأساليب مستخدمة للرفع من قيمة مفهوم الذات عند الطفل ، وذلك من خلال اللعب الجماعي والذي يتم فيه التركيز على أهمية احترام الآخرين والسماح للطفل بالتعبير عن انفعالاته بطرائق صحيحة ومقبولة اجتماعيا فضلاً عن ذلك تضمن البرنامج الإرشادي نشاطات تجعل الطفل قادرا على التعبير عن نفسه بطريقة سليمة فضلاً عن مساهمة الألعاب الجماعية على تدريب الطفل على مهارة توكيد الذات من خلال لعب الأدوار ، والدراما وغيرها ، اذ يشير (Green.2005) "بأن برامج اللعب تساعد الطفل على التدريب على مهارات اجتماعية مثل التعاون ، وتنمية قدرته على التفاعل الاجتماعي والتعبير عن انفعالاته ، كما تساعد على حل المشكلات واتخاذ القرار كما يتيح للطفل الفرصة للتنفيس الانفعالي مما يخفف من شعوره بالتوتر والقلق" (Green.2005.85)

ويؤكد (شحاته، ٢٠٠٧) "على أهمية الإرشاد باللعب ودوره في تناقص الشعور السلبي وتزايد الشعور الايجابي نحو الذات ونحو الآخرين من خلال الجلسات الإرشادية وأكدت بأن الطفل يتحول الى فرد أكثر توافقا ، لأنه من خلال الجلسات الإرشادية يتحرر من القيود ويكون أكثر تلقائية كما تمثل تلك الجلسات مجالاً واسعاً للتعبير عن الانفعالات وللاكتشاف العلاقات ووصف الخبرات للتعبير عن المشاعر وتحقيق الذات"(شحاته ، ٢٠٠٧ ، ٧٥).

٢-٤ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات مفهوم الذات في القياسين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة ولمصلحة القياس البعدى.

الجدول (٤)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للتغير والقيمة التائية المحسوبة بين متوسط درجات

المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدى لمفهوم الذات

المتغير	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدى		النسبة المئوية للتغير	قيمة(ت) المحتسبة
		ع±	س	ع±	س		
مفهوم الذات	درجة	١٠٣	٥٠٠٥٢	١١٧	٤٠١٦٠	% ١٣,٥٩	* ٥,٦٠

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (١٩) ومستوى دلالة $\geq ٠,٠٠٥ = ٢,٠٠٩$

يتبين من الجدول(٤) أن قيمة (ت) المحتسبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية(١٩) ونسبة خطأ ($\geq ٠,٠٠٥$) والبالغة (٢,٠٠٩) ونسبة تغير بلغت(١٣,٥٩%). وهذا يعني إن هنالك فروقاً ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات القياسين القبلي والبعدى ولمصلحة القياس البعدى في مقياس مفهوم الذات للمجموعة الضابطة وبهذا يتحقق صحة الفرض الثاني.

ويعزو الباحث سبب هذا التطور الى ما تقدمه المدرسة من برامج تعليمية متعددة تعمل على تعليم الأطفال أشياء ذات معنى وفائدة فالأنشطة التي يقومون بها تكون على صلة بالخبرات اليومية للطفل ، فضلاً عن اكتسابهم العديد من مكونات الشخصية ومنها مفهوم الذات إذ يشير(الرشيدى،١٩٩٥) "أن الإنسان في مرحلة الطفولة يكون أكثر قابلية للتأثر بالآخرين وشخصيته تكون أكثر قابلية للإيحاء والاستهواء بفعل العوامل البيئية بشكل عام والمدرسية بشكل خاص، وكما زاد عمر الإنسان زاد قدرته على التغيير في ذاته وقلت فرصة الآخرين في تغييره لذا فان مرحلة الطفولة هي المرحلة الأنسب لإحداث التغيير في الذات"(الرشيدى، ١٩٩٥ ، ٦٢)

٣-٤ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة توجد فروق ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات مفهوم الذات بين المجموعتين التجريبية والضابطة ولمصلحة المجموعة التجريبية

الجدول (٥)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية

والضابطة في القياس البعدى لمفهوم الذات

المتغير	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة(ت) المحتسبة
		ع±	س	ع±	س	
مفهوم الذات	درجة	١٣٥	٥٠٨٠٥	١١٧	٤٠١٦٠	* ٦,٦٨

*قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٣٨) ومستوى دلالة $\geq ٠,٠٠٥ = ٢,٠٠٢$

يتبين من الجدول(٥) أن قيمة (ت) المحتسبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية(٣٨) ونسبة خطأ ($\geq ٠,٠٠٥$) والبالغة (٢,٠٠٢) وهذا يعني أن هنالك فروقاً ذات دلالة معنوية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية

والضابطة في القياس البعدي لمفهوم الذات ولمصلحة المجموعة التجريبية وبهذا تتحقق صحة الفرض الثالث. ويعزو الباحث هذه النتيجة لأن المجموعة التجريبية تأثرت بدرجة واضحة بالبرنامج الإرشادي القائم على استراتيجيات الإرشاد باللعب ، حيث كان اللعب الجماعي ، والتعاوني واللعب المحدد أثراً واضحاً في هذه النتيجة ، فضلاً عن ذلك كانت مشاركة أطفال المجموعة التجريبية بفعالية في البرنامج الإرشادي واتباعهم التعميمات والإرشادات وأداء الواجبات التي يتضمنها البرنامج كان له أثر واضح في تنمية مفهوم الذات، في حين أن مستوى مفهوم الذات كان منخفضاً عند المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم ، إذ يشير (العلي، وغيث ، ٢٠١٣) "بأن استخدام الإرشاد النفسي على وفق إستراتيجية اللعب بوصفه أحد الأساليب المهمة التي يمكن من خلالها تحقيق النضج الاجتماعي، والمساعدة في اكتشاف بيئة الطفل والتفاعل معها، كما يساعد على تطوير الجانب الانفعالي للطفل والالتزان النفسي له ، وتخليصه من بعض حالات التوتر والقلق والاضطرابات والكبت والحرمان ، ومساعدتهم على حل المشكلات النمائية التي يمرون بها مما يسهم في تحقيق التوافق النفسي"(العلي، وغيث، ٢٠١٣، ٤١٠). ويؤكد (عبد الستار، ١٩٩٣) "بأن استخدام الإرشاد على وفق إستراتيجية اللعب يساعد الطفل على أن يمارس ادوار متعددة تحاكي تلك الأدوار في الحياة العادية ، مما يسمح له بزيادة فهمه لذاته لشكل واقعي ، إذ أن من المتوقع لكل شخص أن يقوم بادوار في المجتمع من خلالها ينشأ صراع بين الذات وهذه الأدوار ولعب الأدوار من شأنه أن يقوي ويدعم الفرد وكلما تعلم الطفل لعب المزيد من الأدوار كان له الأثر الأكبر في تحقيق مفهوم ذاته"(عبد الستار، ١٩٩٣، ٤٤)

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات:

١. حقق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح تطوراً في تنمية مفهوم الذات عند المقارنة بين القياسين القبلي والبعدي لأطفال المجموعة التجريبية.
٢. تفوق البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

٥-٢ التوصيات:

١. استخدام البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في تنمية مفهوم الذات ضمن منهاج المرحلة الابتدائية.
٢. التأكيد على أهمية إعداد دورات تاهيلية لمعلمي المدارس الابتدائية تساعدهم على كيفية اختيار ووضع البرامج الإرشادية الملائمة للمرحلة الابتدائية.

المصادر العربية والأجنبية:

١. ابو حطب، فؤاد وآخرون(١٩٩٣): التقويم النفسي، مكتبة الانجلو، القاهرة، مصر.
٢. بدير ، ريان سليم والخزري ، عمار سليم(٢٠٠٧): اللعب عند الاطفال ، بيروت ، دار الهادي.
٣. حسنين ، عواطف(٢٠١٣): فعالية برنامج إرشادي جماعي لعلاج الاحساس بالوحدة النفسية لدى عينة من التلميذات المعاقات سمعياً ، مجلة الثقافة والتنمية ، العدد ١٤٤.

٤. الدباغ، احمد عبد الغني طه اسماعيل(٢٠٠٥):اثر اختلاف التوقيت البيولوجي اليومي على بعض المتغيرات الهرمونية والوظيفية لدى رياضي المطاولة الهوائية، أطروحة دكتوراه غير منشورة،كلية التربية الرياضية،جامعة الموصل.
٥. الرشدي ، بشير صالح(١٩٩٥): التعامل مع الذات ، الكويت ، مكتبة الكويت الوطنية.
٦. الريماوي ، محمد عودة(٢٠٠٣):علم نفس الطفل ، ط ١ ، دار الشروق ، عمان.
٧. شحاتة ، سليمان محمد(٢٠٠٧):سيكولوجية اللعب (روية نظرية وأمثلة تطبيقية) ، الإسكندرية ، مركز الإسكندرية للكتاب.
٨. عبد الستار ، إبراهيم(١٩٩٣): سيكولوجية الطفولة ، مجلة دراسات تطبيقية ، مركز الإسكندرية للكتاب ، الإسكندرية.
٩. عبد العال ، صلاح الدين(٢٠٠٣): فعالية التدعيم الاجتماعي من الرفاق والكبار في خفض الساوك الانعزالي للطفل ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الزقازيق ، مصر.
١٠. العلي ، تغريد ، وغيث ، سعاد(٢٠١٣): استخدام المرشدين المدرسين للإرشاد باللعب وإدراكاتهم حوله والعوائق التي تواجههم في استخدامه ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المنامة، العدد الاول ، المجلد ١٤ .
١١. العنزي ، مها(٢٠١٣) فعالية برنامج إرشادي باللعب لتخفيض مستوى الاكتئاب لدى أطفال مرضى الفشل الكلوي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نايف للعلوم الأمنية ، الرياض.
١٢. المراد ، نبراس يونس (٢٠٠٤) :اثر استخدام برامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر(٥-٦) سنوات ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
١٣. موثقي ، هايدة(٢٠٠٤): علم نفس اللعب ، دار الهادي للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت.
١٤. الهنائي ، خميس بن خلفان(٢٠١٣): فاعلية برنامج إرشادي جمعي باللعب لتنمية مفهوم الذات لدى الأطفال المحرومين من الأبوين بسلطنة عمان، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نزوى ، كلية العلوم والآداب ، سلطنة عمان.
١٥. الوهبي ، عائشة بنت خلفان(٢٠٠٩): فاعلية برنامج إرشادي جمعي في تنمية مفهوم الذات لدى طلبة كلية الرستاق، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة نزوى ، كلية العلوم والآداب، سلطنة عمان.
16. Best, John, W. (1981) : Research in education, 4th Ed, prentice Hall, Inc,Engle wood cliffs, New Jercoy.
17. Green.E.(2005):Elementary School children Perceptions of the Process of the counseling with school counselors who utilize Play Therapy Techniqucs,Retrieved From Proudest Digital UMI.
18. Kascak,T,M(2016): The impact of child-centered group play therapy on social skills development of kindergarten children(unpublished. Ph .d. thesis)University of north Texas,USA.

الملحق (١)

مقياس مفهوم الذات

بسم الله الرحمن الرحيم

م / استبيان

الأستاذ الفاضل المحترم

يقوم الباحث بإجراء دراسة للتعرف على اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم الذات لدى أطفال المدرسة بعمر (١١-١٢) سنة ، ومن اجل تحقيق هدف البحث ، تطلب من الباحث استخدام مقياس لقياس هذا الأثر ، وبعد الاطلاع على الدراسات والأدبيات السابقة في المجال ، تم استخدام المقياس المعد من قبل (الهنائي، ٢٠١٣) والذي يضم عدداً من الفقرات التي تمثل مفهوم الذات ولخبراتكم المعهودة واطلاكم ، يرجو الباحث المشورة والرأي فيما إذا كانت صالحة أم غير صالحة لقياس الأثر أو تحتاج الى تعديل وإضافة ما ترونه مناسباً . وقد حدد الباحث لكل فقرة ثلاث إجابات حسب الترتيب الثلاثي التالي (نعم، أحياناً، لا) حيث يتعين على المفحوص اختيار إجابة واحدة فقط من هذه الإجابات مع تخصيص (٣) درجات بحالة الإجابة (بنعم) على الفقرات الموجبة و(٢) درجتين في حالة الإجابة (أحياناً) ، ويحصل المفحوص على(١) درجة في حالة الإجابة ب (لا)، ويعكس هذا في حالة الفقرات السلبية.

مع جزيل الشكر والتقدير

الباحث

د. نبراس يونس محمد ال مراد

كلية التربية للبنات

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم.....

مقياس مفهوم الذات البيانات

الاسم /...../ العمر /...../ الصف.....

الجنس: ذكر أنثى.....

فيما يلي عبارات لقياس مفهوم الذات أرجو منكم قراءة العبارات والإجابة عليها بصدق ودون تردد.

م	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
١	اشعر بالسعادة مع زملائي			
٢	وأتق من نفسي			
٣	عيوني جميلة			
٤	اكره الزوار والضيوف			
٥	أغار من زملائي			
٦	لوني يعجبني			
٧	أتخاصم مع أصدقائي			
٨	أرى أحلام مزعجة في نومي			
٩	اتعب من نومي			
١٠	ابتعد عن المشاركة في الألعاب			
١١	اغضب بسرعة			
١٢	شعري جميل			
١٣	أحس بأنني مهم بين زملائي			
١٤	اكره نفسي			
١٥	جسمي ضعيف			
١٦	علاقتي جيدة مع المدرسين			
١٧	ابكي بسبب أو بدون سبب			
١٨	طولي يعجبني			
١٩	الأخرين يكرهوني			
٢٠	مرتاح لمستقبلي			
٢١	اشعر بأنني مريض في جسمي			
٢٢	الناس يلوموني كثيرا			
٢٣	استمتع كثيرا بالحديث مع الناس			
٢٤	جسمي يعجبني			
٢٥	يظن الناس بأنني اقل منهم			
٢٦	اشعر بالم في صدري			
٢٧	اخجل من شكلي			
٢٨	أحب التحدث مع الناس			
٢٩	استمتع في وقتي			
٣٠	أحب الرياضة			
٣١	زملائي يحترموني			
٣٢	اشعر بالخوف			
٣٣	وجهي متشوه			
٣٤	أحب اللعب وحدي			
٣٥	اشعر بالخجل			
٣٦	لدي المقدرة على انجاز الأعمال			
٣٧	زملائي يتعدون عني			
٣٨	اشعر بالملل كثيرا			
٣٩	اتعب بسرعة			
٤٠	عندي أصدقاء كثيرون			

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم.....

٤١	أحس بأنني ضعيف
٤٢	اهتم بنظافة جسمي
٤٣	زملائي يضحكون علي
٤٤	أحس بأن الآخرين أحسن مني
٤٥	حركتي بطيئة
٤٦	أعاني من معاملة الناس
٤٧	استطيع أن افعل أشياء كثيرة
٤٨	زملائي أجمل مني
٤٩	اسب واشتم الآخرين
٥٠	اشعر بالراحة في حياتي
٥١	اشعر بوجع في جسمي
٥٢	أحب مساعدة الآخرين
٥٣	اشعر بالسعادة
٥٤	ابتسامتي جميلة
٥٥	اكذب على زملائي
٥٦	اشعر بالحزن
٥٧	أحب المشاركة في أنشطة المدرسة
٥٨	اتلقى الكثير من العطف والحنان

ملحق (٢)

الجلسة الأولى

(كسر الجليد وبناء الألفة)

التاريخ: ٢٠١٧/١١/١

مدة الجلسة: ٤٥ دقيقة

اليوم: الأربعاء

المكان: ساحة المدرسة

الهدف العام:

- بناء الألفة بين المرشد وأعضاء المجموعة وبين أعضاء المجموعة بعضهم البعض.

الأهداف الفرعية:

- ١- التعارف بين المرشد وأعضاء المجموعة.
- ٢- التعارف بين أعضاء المجموعة بعضهم البعض.
- ٣- بناء الألفة بين الأطفال.
- ٤- تدريب الأطفال على التنفس بشكل صحيح.

- اسم اللعبة: هل تحب جارك:

خطوات التنفيذ:

يتماسك الأطفال بالأيدي ويشكلون دائرة بعد ان يمدوا أذرعهم بالقدر المستطاع ثم يدلون بأيديهم ويحددون أماكنهم بالطبشور ، ويقف قائد اللعبة وسط الدائرة . يمشي القائد على مهل داخل الدائرة ، ويسأل احد رفاقه هل تحب جارك فإذا

أجاب هذا نعم تابع القائد سيره والقي نفس السؤال على طفل آخر الى أن يقول احدهم (كلا) وعندئذ يلقي القائد على هذا الأخير السؤال التالي (واي جار ترغب) فيقول مثلا فلان عن يميني وفلان عن يساري وعلى الأطفال المعنيين أن يتبادلوا أماكنهم مع الجار او الجارين غير المرغوب فيهما .

- اسم اللعبة : الحمام الطائر :

يشكل الأطفال دائرة دون أن يتماسكوا بالأيدي ويقف احدهم ، المدرس في الوسط يقلد المدرس حركات عصفور يطير بالقفز في موضعه ويذكر عند كل قفزة اسم حيوان ما ، ويجب على الأطفال ان يقلدوه الا عندما يذكر اسم عصفور فقط والذي يخطأ يبعده عن اللعب حتى الدورة القادمة .

- اسم اللعبة: الخيول المتوحشة :

ينتخب المدرس أربعة أطفال ليقوموا بدور (شرائط ملونة) ، ترسم أربعة مربعات بالقرب من إحدى الجدران لتمثل الاصطبل ، ويخصص اصطبل واحد لكل مروض . تنتشر بقية الأطفال على ارض الملعب بإجراء قفزة الهذب والقفز مثل الخيل المتوحشة محاولين بذلك تجنب المروضين الذين يركضون نحوهم هنا وهناك محاولين مسكهم. إذا نجح احدهم في القبض على حصان (طفل) يقوم المروض بوضع اللجام (شريط ملون) برقبته ويقوده الى الاصطبل الذي هو عبارة عن مربع من الطباشير مرسوم بالقرب من الحائط ، بعد أن يضع المروض الحصان المقبوض عليه في الاصطبل يقوم بمحاولة أخرى لمسك واحد آخر ... وهكذا يستمرون باللعب حتى يعطي المدرس اشارة الوقوف . عند انتهاء اللعبة يقوم المروضون بعد الخيل الأسيرة ليجدوا من هو الذي نجح في مسك اكبر عدد ممكن من الحيوانات (الأطفال) .

- بدا أطفال المجموعة باللعب متحمسين وسط أجواء من الضحك والمرح وتبادلوا الأدوار فيما بينهم.

- عمل الباحث على بث روح التنافس بين الأطفال لإظهار العمل بشكل متميز كما تم التعامل مع جميع الحالات التي حدثت بشكل ايجابي.

- بعدها قام الباحث بشكر جميع الأطفال ثم أتاح للأطفال فرصة للتعبير عما يريدون قوله واندمج معهم في الحديث محاولا التحدث مع كل عضو وتشجيعه على أداءه الرائع ومشاركته المتميزة متحسسا توجهاتهم ونفسياتهم ومحاولا فهمهم لتحسين التواصل معهم.

- بعد نهاية الألعاب طلب الباحث من الأطفال بان يشكلون حلقة دائرية وان يغمضوا أعينهم وان يتخيلو بان جميع أعضاء المجموعة يشكلون سلسة وانهم متماسكون مع بعضهم البعض ، وطلب منهم الباحث الهتاف ثلاثا بالعبارة التالية (نحن متماسكون وسندافع عن بلدنا) .

- تدريب استرخائي :

قام الباحث على تدريب الأطفال على عملية التنفس الصحيحة عن طريق الحجاب الحاجز، حيث قال الباحث للأطفال بأنه سوف يقوم بتعليمهم عملية التنفس الصحيحة والتي لها فوائد عديدة للجسم وسوف تشعرون فيها بالراحة والاستمتاع، وسوف أقوم إمامكم بعملية التنفس حيث سأفرغ بطني من جميع الهواء الموجود بداخله بعد ذلك سأسحب الهواء بالعد من الواحد الى الأربعة من الأنف مع دفع معدتي الى الخارج ، ثم سأحتفظ به في بطني وبينما إنا محتفظ بالهواء في بطني سأتحيل كيف أن الهواء يتحول في جميع أجزاء جسمي ويعمل على تنظيف كل خلية من خلايا جسمي ثم بعد أربعة ثواني سأقوم بإخراج الهواء من انفي بهدوء وكأني أريد اظفي شمعة، مع دفع المعدة الى الداخل، متخيلا بان هذا الهواء يخرج معه جميع الأشياء غير الجيدة في جسمي.

بعدها قام الباحث بتدريب الأطفال على عملية التنفس الصحيحة وطريقة إدخال وإخراج الهواء بصورة صحيحة وذلك من خلال تطبيق الباحث للتمرين مرتين، ثم طلب من الأطفال بدء التطبيق بشكل جماعي واستمر الأطفال بتطبيق التمرين حسب الخطوات السابقة.

وبعد الانتهاء من التمرين أتاح الباحث الفرصة للأطفال للتعبير عن شعورهم نحو التمرين وما شعروا به مجيباً على تساؤلاتهم وملاحظاتهم ثم إنهاء الجلسة

ملحق (٣)

ملخص جلسات البرنامج الإرشادي

الجلسة	عنوان الجلسة	اليوم والتاريخ	الهدف العام	الأهداف الفرعية	الألعاب والتمارين	الأدوات
١	إذابة الجليد وبناء اللفة بين الأطفال	الاربعاء ٢٠١٧/١١/١	بناء اللفة بين المرشد وأعضاء المجموعة وبين الأعضاء أنفسهم	١- التعرف بين المرشد وأعضاء المجموعة ٢- التعرف بين أعضاء المجموعة بعضهم البعض ٣- تدريب الأطفال على عملية التنفس.	- هل تحب جارك - الحمام الطائر - الخيول المتوحشة - تدريب استرخائي	أوراق-ألوان - أقلام-طباشير
٢	تفريغ المشاعر	الأحد ٢٠١٧/١١/٥	إزالة المشاعر السلبية عند الأطفال	١- تحدث الأطفال عن مشاعرهم السلبية ٢- تحدث الأطفال عن مشاعرهم الايجابية ٣- إزالة المشاعر السلبية ٤- التدريب على الاسترخاء	- تتابع للمس - لعبة الأرقام - السباحة في الغيوم - تدريب استرخائي	كرات ملونة- جهاز مكبر للصوت-صور أطفال-بطاقات ملونة
٣	التعبير عن الانفعالات	الاربعاء ٢٠١٧/١١/٨	تنمية القدرة في التعبير عن المشاعر	١- التعبير عن الانفعالات السلبية. ٢- التعبير عن الانفعالات الايجابية. ٣- التدريب على ضبط الانفعالات	- بالونات الانفعالات -التعريف بالتصفيق -لعبة الصيد الماهر - التدريب بالاسترخاء	بالونات-أرقام- أوراق-صفارة- ألوان
٤	الوعي بجوانب القوة والضعف	الأحد ٢٠١٧/١١/١٢	تقبل الأطفال بجوانب الضعف لديهم	١-تقبل الطفل لذاته ٢-تقبل الطفل لغيره ٣-إكساب الطفل مهارة التطوير	-لعبة اوجد الزميل - لعبة من هو الافضل -لعبة التمثيل	كرات صغيرة- بالونات-أكياس فاصوليا- صفارة

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم.....

٥	التقدير الذاتي للجسم	الأربعاء ٢٠١٧/١١/١٥	تنمية التقدير الذاتي للجسم	١- يدرك الجوانب الحسنة في جسمه ٢- يشعر بالرضا تجاه جسمه	- لعبة طويل وقصير - لعبة الراعي والغنم - سباق الأرناب	كرات - بالونات - صفارة
٦	التقدير الذاتي للجسم	الأحد ٢٠١٧/١١/١٩	تنمية التقدير الذاتي للجسم	١- تنمية الوعي بالجسم ٢- أدراك جوانب القوة بالجسم	- لعبة احفضها عاليا - لعبة الأعمى الماهر - لعبة القطة المسكينة	كرات - بالونات - صفارة
٧	التفكير الايجابي	الأربعاء ٢٠١٧/١١/٢٢	تدريب الأطفال على بناء مفهوم ذات ايجابي	١- أن يفرق الطفل بين التفكير الايجابي والتفكير السلبي ٢- يتدرب الأطفال على استعمال الكلمات الايجابية ٣- تركيز الأطفال على المشاعر الايجابية	- لعبة بناء الاهرام - لعبة تفريغ الكاس - تدريب استرخائي - تمرين الحديث الذاتي	مكعبات-كاس ماء-مياه ملونة-أقلام- قصاصات ورقية
٨	تقدير الذات	الأحد ٢٠١٧/١١/٢٦	تنمية تقدير الذات عند الأطفال	١- أن يقدر الطفل انجازاته ٢- أن يومن الطفل بذاته ٣- تنمية القدرة على تجاوز الإحباط	- لعبة تمثيل الأدوار - اللعبة الصامتة - تمرين الحديث الذاتي	أقلام الرسم - أقلام خط - ألوان منوعة - صفارة
٩	السعادة	الأربعاء ٢٠١٧/١١/٢٩	بناء المشاعر الايجابية	١- يتدرب على بناء المشاعر الايجابية ٢- يدرك مشاعره الايجابية ٣- يتدرب على التخلص من المشاعر السلبية	- لعبة شجرة المشاعر - لعبة المنشار - تمرين تنمية المشاعر الايجابية - جلسة استرخاء	ألوان-أقلام - شجرة ورقية - مناشير ورقية
١٠	كشف الذات	الأحد ٢٠١٧/١٢/٣	حث الأطفال عن التحدث عن عالمهم الداخلي	١- تنمية التفاعل الاجتماعي ٢- تنمية التعبير عن الذات ٣- تنمية المواجهة الداخلية	١- الراعي والذئب ٢- الثعلب والدجاجة ٣- ابيض واسود	أوراق-أقلام - صفارة-بالونات
١١	الثقة بالنفس	الأربعاء ٢٠١٧/١٢/٦	تنمية الثقة بالنفس	١- تنمية الشعور بالثقة بالنفس ٢- تنمية القدرة في التعبير	- لعبة سوق الخضروات - لعبة الإضاءة	أوراق-أقلام - بالونات - مناديل-صفارة

اثر استخدام إستراتيجية الإرشاد باللعب في تنمية مفهوم.....

	-الأعمى الماهر	عن ذاته				
١٢	أوراق-قطع ورقية لجسم الإنسان- لاصق شمعي-ألوان-أقلام	-لعبة الجسم المفكك -ارسم نفسي - تمرين استرخائي	١-يدرك الجوانب الحسنة في جسمه ٢-أدراك جوانب القوة في الجسم	تنمية التقدير الذاتي للجسم ٢٠١٧/١٢/١٠	الأحد ٢٠١٧/١٢/١٠	التقدير الذاتي للجسم
١٣	-قصاصات ورقية-أقلام- أصباغ-كرات ملونة	-لعبة الدمية الحكيمة -القط والفار - تمرين استرخائي	١-تجاوز مشاعر الخجل ٢-توعية المشاعر المودية للخجل	السيطرة على مشاعر الخجل ٢٠١٧/١٢/١٣	الأربعاء ٢٠١٧/١٢/١٣	مشاعر الخجل
١٤	أقلام-شرائط ملونة-صفارة-بالونات	-لعبة محطة الإذاعة -لعبة تعال معي -لعبة الخيل المتوحشة	١-تحسين الطفل لذاته ٢-تحسين نظرة الطفل على الآخرين	تقبل الطفل لذاته والآخرين ٢٠١٧/١٢/١٧	الأحد ٢٠١٧/١٢/١٧	مهارات اجتماعية
١٥	أقلام-كراسي- صفارة-بالونات	-لعبة المدرس والأطفال -لعبة الاستغماية - تمرين استرخائي	١- تدريب الأطفال عن مهارات التواصل ٢-تدريب الأطفال في الحديث عن مشاعرهم	تحسين مهارة التواصل الاجتماعي ٢٠١٧/١٢/٢٠	الأربعاء ٢٠١٧/١٢/٢٠	مهارات اجتماعية
١٦	مناديل-بالونات-أقلام-أوراق- صفارة	-لعبة شارة المرور -لعبة البيع والشراء -لعبة جمع الكرات	١- تنمية مهارة التخطيط ٢-تنمية مهارة تحديد الأهداف ٣-تهيئة الأطفال لإنهاء البرنامج الإرشادي	تدريب الأطفال على مهارة التخطيط ووضع الأهداف ٢٠١٧/١٢/١٤	الأحد ٢٠١٧/١٢/١٤	مهارة التخطيط