

**فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي
لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية**

أ.م. د أفرح أحمد نجف

جامعة بغداد/ كلية الآداب/ قسم علم النفس

أ.م. د أفراح أحمد نجف

الملخص:

يهدف البحث التعرف على فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، ولتحقيق ذلك تم تبني مقياس (عمار ٢٠٢٠) مكون من (١٢) فقرة ومقسمة على ثلاثة مجالات (العلاقات الايجابية مع الاسرة ، العلاقات الايجابية مع الاقران ، المرونة الايجابية) وتم عرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في الإرشاد النفسي والقياس والتقويم ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية له (صدق وثبات)، حيث تم بناء البرنامج الإرشادي على وفق العلاج بالرسم واستخراج صدقه من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في الإرشاد النفسي، وتم التطبيق على المجموعة التجريبية البالغ عددها (١٠) تلاميذ والمجموعة الضابطة (١٠) تلاميذ دون التعرض للعلاج بالرسم، وتم استعمال مان وتني- ولكوكسن ، معادلة ماك جوجيان كوسائل إحصائية، وأظهرت النتائج فاعلية للعلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي ولصالح المجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: العلاج بالرسم، الرفاه النفسي .

THE EFFECTIVENESS OF Painting THERAPY IN DEVELOPING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PRIMARY SCHOOL PUPILS

Assist. Prof. Dr. Afrah Ahmed Najaf

Baghdad University / College of Arts / Psychology department

ABSTRACT:

The research aims to identify the effectiveness of Painting therapy in developing psychological well-being among primary school pupils. To achieve this, the (Ammar 2020) scale was adopted, consisting of (12) items divided into three areas: (positive relationships with the family, positive relationships with peers, and

positive resilience). The scale was presented to a group of experts specialized in psychological counseling, measurement and assessment, and its psychometric properties (reliability and validity) were extracted. The counseling program was built according to the Painting therapy and extracted its validity by presenting it to a group of experts in psychological counseling. It was applied to the experimental group of (10) development and to the control group of (10) pupils without being subjected to the Painting therapy. Mann, T-Wolcoxon and Malik Jogian's equation were used as statistical means. The results showed the effectiveness of the Painting therapy in developing psychological well-being and for the benefit of the experimental group.

Key words: Painting Therapy, psychological well-being.

مقدمة:

أن التغيرات الحياتية والضغوط النفسية التي تعرض لها التلاميذ في المرحلة الابتدائية، أدت إلى انخفاض الامن الانفعالي والشعور بالرفاه النفسي لديهم، واضعاف الخصائص الايجابية مثل التعاطف ومساعدة الاخرين والشعور بالبهجة وتقوية الخصائص السلبية مثل العدوان والتتمر والانانية (Cefia,Cavioni,2014.p1) لذا على الانظمة الاجتماعية مثل الاسرة والمدرسة والمجتمع مساعدة هؤلاء التلاميذ على تجاوز هذه التحديات النفسية والاجتماعية وتحقيق الرفاه من خلال تنمية المهارات الايجابية اللازمة للتعامل مع ضغوط الحياة ، حيث أن تنمية التعاطف ومساعدة الاخرين والتعبير الإيجابي عن المشاعر، يسهل التوافق والمرونة والرفاه ويحد من القلق والاكتئاب. (2009, Seligman et al pp269-301)

وأشارت بعض الدراسات أن الرفاه (Well-Being) هو مؤشر عام لصحة الفرد النفسية الاجتماعية والانفعالية وهو الهدف العام للحياة (الحري ، ٢٠١٤ : ٨). ويمكن الوصول اليه من خلال البرامج الإرشادية المنظمة والمعدة على أسس علمية تخدم التلاميذ وتأخذ بنظر الاعتبار جميع التوقعات والحلول المقترحة لها (البدرى، ٢٠٠٩ : ١١) ومنها العلاج النفسي

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

بالرسم Painting Psychology Therapy، الذي يعدّ من أكثر اشكال العلاج النفسي بالفنون الابداعية انجازاً كما انه من اقدم هذه الانواع ويمكن استخدامه مع كل الاعمار وخصوصاً مع المسترشدين المحرومين من السعادة والرفاه، والاطفال ذوي المشكلات الجنسية وكذلك ذوي الميل للانتحار ((Freshman& Fryrear,1981,p281، حيث يساعد هذا النوع على تحقيق الاشباع غير المباشر للحاجات اللاشعورية والتعبير عن الافكار والمشاعر والوصول الى التوازن الداخلي ، كما ويعتبر من افضل الادوات التشخيصية للمشكلات النفسية (Michaels,2015,p280)

مشكلة البحث:

تشير الدراسات والابحاث النفسية أن ما يقارب ١٣% من التلاميذ في المرحلة الابتدائية يعانون من مشكلات تهدد صحتهم النفسية وتجعلهم لا يشعرون بالرفاه والبهجة ومن المحتمل أن يزداد الى ٤٩% وهو مؤشر خطير وله عواقب سيئة على المدى البعيد (2016,p16) (Bronsard et al، لذا فان الاهتمام بدراسة المظاهر الايجابية ونقاط القوة للشخصية يمكن توظيفها مباشرة في تخطي الصعوبات ومواجهة نقاط الضعف والاعراض السلبية التي يعاني منها التلاميذ (مشري، 2014، 219).

كما ان اهمال التدخل المبكر والمباشر لمواجهة هذه المشكلات من خلال البرامج الارشادية والعلاجية المناسبة يجعل مواجهتها في المستقبل اصعب ولان معظم الاضطرابات النفسية للراشدين لها جذور في المرحلة المبكرة من الحياة (عمار، ٢٠٢٠: ١٠٧)

وعليه يسعى البحث الحالي الى تسليط الضوء على مدى تأثير هذا العلاج في تنمية النواحي الايجابية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، وذلك من خلال الاجابة على السؤال التالي: هل هناك تأثير للعلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي ؟

تعتبر الرسوم حتى وقت قريب من الامور الغامضة والمشكوك في جدواها في دراسة الشخصية بصورة علمية ، ألا أنها أصبحت اليوم اداة مهمة تساعد المرشد في تشخيص وتنمية السلوكيات الايجابية وخفض السلبية منها (غانم، ٢٠٠٨، ٢٤٧) ويستند هذا النوع من العلاج بالفن الى نظرية التحليل النفسي التي ترى ان اللاشعور هو القوة الدافعة للسلوك وهو الاساس في الابداع الفني ، حيث ان الرسم يدفع الانسان الى التعبير عن رغباته المكبوتة واشباعها عن طريقه مما يجلب السعادة والرفاه لمن يرسم (Freud,1938,p 12).

كما أن التلميذ عندما يرسم فإنه يضيء أنواراً كاشفة لذاته المظلمة ويقدم صورة بانوراميه لكل احداثها (Hammer,1987,p515) كما أن الرسم له دوراً فاعلاً في تنمية دافعية التلاميذ وثقتهم بأنفسهم وتنمية الجوانب الإيجابية والانفعالية والإبداعية لديهم، وجعلهم أكثر تفاؤلاً وأملًا في المستقبل ، مما يؤثر في عملية التحصيل والتفوق وفي التعامل مع المشكلات التي قد تواجههم في هذه العملية (عطا الله وعبد الصمد، ٢٠١٣: ٦) كون هذا النوع من العلاج فعال مع هذه الشريحة لانهم في هذه المرحلة العمرية يميلون الى الرسم والتعبير عن مشاعرهم بكل شفافية وايجابية

حيث اشارت دراسة براك (Brach) أن العلاج بالرسم وسيلة فعالة للتعبير عن العدوان والحب وهو افضل من التعبير اللفظي في توصيل هذه المشاعر للأخرين (Mussen,1975,p 55) ، وكما أكدت دراسة روي بيدرون (Roypderdeyn) ان استعمال العلاج بالرسم مع طفل يعاني من القلق ادى الى تحرر هذا الطفل من الكثير من القلق والى تحسن علاقته مع ممثلي السلطة من الابوين وكذلك المرشد (Roypderdeyn,1976,p155)

وبما أن علم النفس الإيجابي يعمل على إيجاد أساليب إيجابية في الحياة فإنه ينمي ويدعم الرفاه والشعور بالسعادة (الفنجري، ٢٠٠٨، ٤٢) ، حيث تشير دراسة توم جاكوبس

Tom Jacobs

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

(٢٠١٠) أن المشاعر الإيجابية مثل التفاؤل والمحبة والتسامح مع للآخرين وحتى مجرد الابتسامه تساهم في منح الإنسان صحة أفضل وبخاصة القلب والدماغ (الحري ، ٢٠١٤ ، ٣).

وعليه تكمن أهمية البحث الحالي في ندرة الدراسات على حد علم الباحثة التي تتناول العلاج بالرسم لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، وكذلك العمل على تحقيق الرفاه النفسي والشعور بالمتعة التي يفنقد إليها أطفالنا في هذه المرحلة ، من خلال برنامج ارشادي موجه نحو توفير مصادر نفسية تساعدهم على تجاوز الازمات وتحقيق افضل مستوى من التفوق والابداع.

أهداف البحث: يهدف البحث التعرف على فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، ولتحقيقه وضعت الفرضيات التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي (المجموعة التجريبية الذين تعرضوا للعلاج بالرسم في الاختبار القبلي و البعدي).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي (المجموعة الضابطة) الذين لم يتعرضوا للعلاج بالرسم في الاختبار القبلي و البعدي
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدي .
- لا توجد فاعلية للعلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

حدود البحث: يتحدد البحث بتلاميذ المرحلة الابتدائية المتواجدين في مدرسة الزنابق (مديرية الرصافة الثانية) للعام ٢٠٢٢-٢٠٢٣.

مصطلحات البحث:

أولاً: العلاج بالرسم (Painting Therapy) عرفه:

- غانم (٢٠٠٨) "هو أداة نفسية تعتمد على الفن لفهم ذات المسترشد ونمط شخصيته وتوجهاتها ومناطق الصراع فيها ، من خلال التعبير دون خوف بالرسم التلقائي كما أنه يقلل من مدة العلاج" (غانم، ٢٠٠٨، : ٢٤٨)
- Michaels (٢٠١٥) " اسلوب من اساليب العلاج النفسي بالفنون الابداعية يعتمد على استعمال الالوان للتعبير عن الافكار والمشاعر اللاشعورية وتحقيق الاشباع غير المباشر للحاجات النفسية" (Michaels, 2015, p280)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (Michaels, ٢٠١٥)

التعريف الاجرائي : مجموعة من الانشطة التي تستعملها الباحثة في البرنامج الارشادي(المناقشة والحوار، التشجيع على الرسم ، حرية التعبير ، التخطيطات الطليقة -الشخبطة ، الواجبات المنزلية)

ثانياً: الرفاه النفسي (Psychological well being) عرفه:

- Ryff (٢٠٠٥) " هو مفهوم ديناميكي يتضمن أبعاد ذاتية واجتماعية ونفسية وكذلك السلوكيات المرتبطة بالصحة" (Ryff, 2005, p.1).
- عمار (٢٠٢٠) " حالة ايجابية تتضمن الجوانب العقلية والنفسية والانفعالية للطفل وتؤدي الى النمو والازدهار، وتتضمن ثلاثة عوامل:
١. العلاقات الايجابية مع الاسرة : وهي شعور الطفل بأهميته لدى والديه وسعادته بالأوقات التي يقضيها معهم.
٢. العلاقات الايجابية مع الاقران: وتتضمن شعور الطفل بأنه محبوب من قبلهم ويشعر بالسعادة عندما يتواجد معهم.

٣. المرونة الايجابية: قدرة الطفل على التعامل الايجابي مع المشكلات وتجاوزها سريعاً والعودة الى طبيعته بسهولة. (عمار، ٢٠٢٠: ١٠٩)

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف (عمار ٢٠٢٠)

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ من خلال الاجابة على فقرات مقياس الرفاه النفسي.

إطار نظري ودراسات سابقة

العلاج بالرسم : ترى بعض الدراسات أن هذا النوع من العلاج لا يكون ناجحاً إلا مع الافراد الذين لديهم قدرة فنية ، أو سبق لهم ممارسته بالتدريب ، ألا ان الكثير من هذه الدراسات اثبتت أنه فعال حتى مع الذين لم يسبق لهم الرسم لأنه يزيد من ثقتهم بأنفسهم ويجعلهم يعبرون عن ما في داخلهم من دون خوف في رسم تلقائي يزيد لديهم المتعة والرفاه (حنفي، ١٩٨٦: ٣٢٨).

ومن اشهر اختبارات الرسم هو (اختبار رسم الشخص) الذي استخدمه ماكوفر (Makeover) حيث يعتبر من افضل الاختبارات التي يمكن استعمالها من قبل المرشد او المعالج وذلك لسهولة تطبيقه وكذلك دلالاته الانفعالية كمرآة عاكسة لذات الشخص الذي يرسم (غانم، ٢٠٠٨ : ٢٤٨)

وغالباً ما نحصل على قدر كبير من المعلومات عن هذه الذات وعن توجهاتها الشخصية ومناطق الصراع فيها وكذلك اسباب شعورها بالسعادة والمتعة ، كما انها أداة سهلة لكشف مدى التغيير الذي يطرأ على هذه الشخصية ولا تشترط عمر معين أو درجة ذكاء محددة ، وتساهم في معالجة الحالات التي تكون فيها اللغة والتعبير اللفظي عائقاً فيها مثل الطفل (الخبول، الابكم ، المتأخر دراسياً....الخ). ، ومن خلاله يعبر التلميذ عن نفسه، وعن تجاربه وخبراته في أسلوب آمن وغير لفظي، وهذا يساعد على تأسيس الثقة ويشعره

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

بالاطمئنان الكبير ويصبح أكثر استعداداً للتعبير عن الذات بشكل مكشوف، كذلك فإن التعبير الفني يساعد على إخراج الانفعالات الداخلية (التنفيس) (Diehls,2008,p3-4) إجراءات العلاج بالرسم:

المواد المطلوبة للرسم: وتتمثل بألوان الباستيل ، ألوان مياه، لوحات ورق ، صمغ ، مقص...الخ.

المكان: ويكون عبارة عن صف أو غرفة تتوفر فيها التهوية والاضاءة الجيدة.

الزمان: وتعني تحديد وقت الجلسات ومدتها وعادة ما تكون من (٤٥-٦٠ دقيقة).

البدء بالجلسات: وتتمثل بعدة خطوات وهي:

- أن يشجع المرشد التلاميذ على الرسم وذلك من خلال ازالة حاجز الخوف والرهبة لديهم في الجلسة الاولى.
- أن يرسم التلاميذ دون تقييد أو الالتزام برسم معين ، وأن تكون التخطيطات الطليقة (الشخبطة) هي السائدة لتساعدهم على الاسترخاء .
- ان يطلب المرشد منهم رسم اشياء تعبر عن مشاعرهم وعواطفهم ، أو رسم افراد الاسرة أو الاقران وذلك في الجلسات اللاحقة.
- بعد أن يكتسب التلاميذ الثقة بأنفسهم يمكن أن يطلب المرشد منهم أن يرسموا لوحة كبيرة جماعية وتترك لهم حرية اختيار الموضوع لأنها تعمل على تحقيق التقارب والرضا بينهم وتشعرهم بأهمية العمل التعاوني الذي يعتبر من اهم الاستراتيجيات التي تحقق السعادة والرفاه النفسي لدى الاطفال (زهرا، ١٩٩٧ : ٣٨٣)

طرق العلاج بالرسم: هناك ثلاثة طرق لهذا النوع من العلاج وهي:

الطريقة الاولى: وتعني تحليل عناصر الرسم وذلك من خلال تحليل محتوى الشجرة او المنزل او أي شيء يرسمه التلميذ ويكون من خلال التأكيد على تفاصيل الرسم ومدى

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

دلالاته النفسية ، وكذلك الآثار الايجابية او السلبية التي يدل عليها ذلك الرسم مع ضرورة فهم مغزى هذه الدلالات.

الطريقة الثانية: وهي ان يطلب المرشد من التلميذ بعد اكماله للرسم أن يحكي قصة هذه الرسمة ومن ثم يقوم المرشد بطرح اسئلة يجيب عنها التلميذ مما يساعده على التنفيس الانفعالي ويقلل من الآثار السلبية للمشكلات النفسية ويزيد من ثقته بنفسه ويطور تعبيره اللفظي، والاهم من ذلك شعوره بالمتعة والرفاه ، وقد تبنت الباحثة هذه الطريقة للعلاج بالرسم مع التلاميذ.

الطريق الثالثة: وتعني المزج بين الطريقتين السابقتين ، أي قيام المرشد في البدء بتحليل عناصر محتوى الرسم ومن ثم إعطاء فرصة للتلميذ للتحدث عن قصة هذه الرسمة ، لمعرفة مدى التطابق بين تحليل الدلالات النفسية للرسم وبين ما يتحدث به التلميذ ، وتعمل هذه الطريقة على اكمال الدائرة لفهم الذات وتعزيز السلوكيات الايجابية (Rblies,1957: p223)

الرفاه النفسي (Psychological well being)

تعتبر موضوعات علم النفس الايجابي ومنها (الرفاه النفسي) من أهم الجوانب المركزية في الارشاد والعلاج النفسي حيث يتناول الجوانب الإيجابية للإنسان، وباستعمال استراتيجيات تهدف إلى تعزيز الشعور الإيجابي و الأداء الأمثل (Lyubominsky&Lepper,1999,p137) فالإرشاد ليس فقط مجرد إصلاح الخطأ وإنما البناء وتقوية كل ما هو ايجابي، ومساعدة الفرد على أن يشعر بالسعادة (أبو هاشم والقدر، ٢٠١٢ : ٣)

وقد ناقش (Cefai & Cavioni, 2014) في كتابهما " التربية الاجتماعية والانفعالية لتلاميذ المدرسة الابتدائية " ، حاجة التلاميذ الى التعلم الاجتماعي الانفعالي الذي يساعدهم على اكتساب مهارات وقدرات ومرونة انفعالية لازمة للتعايش مع الظروف البيئية والمجتمعية السائدة والتي تجعلهم تحت ضغط وتحدي كبير ، وتفقد لديهم الشعور بالرفاه

وخاصة في هذه المرحلة العمرية المهمة التي تحتاج الى البناء الهادف والتوجيه التربوي المدروس (Cefai & Cavioni, 2014,p1) لذا فهم بحاجة الى تعبئة مواردهم الشخصية والحفاظ على رفاههم النفسي كونه مرتبطاً بتعزيز الصحة النفسية والوصول إلى حياة مليئة بالتفاؤل والأمل والانطلاق والدافعية الذاتية والسعادة ، والمهارات الاجتماعية، والقدرة على تحقيق الذات.(الخفاجي، ٢٠١٥، ٢٤).

ويركز المدخل النفسي (Psychological) للرفاه على النضج الشخصي وتنمية القدرات الكلية للتلميذ ، مثل القدرة على متابعة الأهداف ذات المغزى، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين . وهو ما يمثل النمو النفسي الايجابي و يعبر عن مفهوم الرضا بالحياة ، (البدران، ٢٠١٤، ٤٦-٤٧).

يؤكد التعلم الاجتماعي الانفعالي (Social and Emotional Learning) على تكامل التفكير والشعور والسلوك للوصول الى حالة الوعي بالذات وبالآخرين واتخاذ قرارات مسؤولة ، حيث ان القدرات العقلية المرتبطة بمعالجة الانفعالات تساعد على تعزيز التفكير والشعور بالرفاه والسعادة وتحقيق الكفاءة الاجتماعية وحتى النجاح الاكاديمي (Brackett & Rivers, 2014,p12).

كما يعتمد أداء التلاميذ الاجتماعي والمعرفي على مدى الكفاءة الانفعالية لديهم وطرق التعاطف مع الاخرين والتي تتمثل من خلال العلاقات الايجابية مع الاسرة ، العلاقات الايجابية مع الاقران، والمرونة الايجابية (عمار، ٢٠٢٠، ١١٥)

نظرية المتعة أو اللذة (Hedonism theories)

تعود جذور هذه النظرية إلى مذهب النفعية لبنتهام (1978Bentham) ، حيث تفترض أن إحساس الفرد بوجوده وسعادته مرتبط بغلبة السرور على الألم، وتم تقسيم المتعة الى ثلاثة أنواع الأول يعود الى هايبيون (Hebron) وتعني انها داخلية جوهرية وذلك لوجود شعور عام ومشترك لكل التجارب الممتعة غير قابل للتحليل، أما الثاني فإنها عرضية خارجية حيث أنّ موقف الفرد اتجاه الخبرة هو ما يجعلها سارة وممتعة، في حين أن النوع الثالث يؤكد على النظرة الموقفية أي ان الموقف نفسه هو الذي يكون المتعة (Veenhoven,2003,p 440).

نظرية الحالة الانفعالية (Emotional-state theory)

أكد هايبرون (Hebron, 2010) على أهمية استبدال المتعة كمكون أساسي للشعور بالرفاه النفسي بمكون أكثر فاعلية وهو الوجدان الايجابي (Positive affect) ، حيث أن إحساس الفرد بالسعادة ليس مجرد متعة مؤقتة، لكنها حالة تتضمن مجموعة من الانفعالات والمشاعر ويكون لها تأثير دائم على الحالة الانفعالية للفرد (Bremner,2011,p117)

ومن اجل الشعور بالرفاه لا بد من حدوث التصديق الانفعالي للذات ، والذي يتحقق من خلال عوامل منها : التناغم (Attunement) أي الشعور بالأمان والثقة وقلة الضغوط ، الالتزام ((Engagement) أي مدى التزام الفرد بالأهداف وكيفية تحقيقها بما يحقق السعادة المنشودة ، المصادقة (Endorsement) وتعني أن حياة الفرد تكون إيجابية بتحقيق الاهداف المنشودة (الخياط ، ٢٠١٩ : ٥١)

الدراسات السابقة

- ودراسة بوننتري ٢٠٠١ (Pointer) (اثر العلاج بالفن في تنمية تقدير الذات لدى الامهات) هدف البحث الى معرفة أثر العلاج بالفن الجماعي على صورة الذات ممن لديهن أعراض اكتئابيه أثرت على رعايتهن لأطفالهن ، واطهرت النتائج أن الأمهات سجلن مستويات عالية من تقدير الذات وكان للعلاج تأثير في ذلك .

- دراسة جراهام و سونتاج ٢٠٠١ (Graham and Sontag) اثبتت هذه الدراسة فاعلية العلاج بالفن "الرسم "مع الأطفال الذين لديهم حزن وأسى، كما أنها أداة فعالة لتقييم أحزانهم ووسيلة لشعورهم بالرفاه والسعادة.

- دراسة مارتن ٢٠٠٨ (Martin) (تأثير العلاج بالفن"الرسم "مع أطفال الأوتيزم) يركز هذا العلاج على انغماس الطفل في عمل فني ، لكي يعالج النقص في التواصل والتخيل، ولأن الرسم وسيلة غير لفظية في التواصل فإنه يمنح طفل الأوتيزم راحة نفسية؛ لأن التواصل اللفظي يكون محبطاً له،

واظهرت النتائج أن العلاج حسن التواصل غير اللفظي، والنواحي الاجتماعية، والتعبير عن المشاعر، وبذلك يصبح العلاج بالفن "أداة مهمة حتى يحس أطفال الأوتيزم بالبيئة المحيطة بهم.

- دراسة البدران ٢٠١٤ (أثر الإرشاد المعرفي - السلوكي في تنمية التفكير الايجابي والرفاه النفسي لدى الموظفات المتأخرات في الزواج) استهدف البحث التعرف على التفكير الايجابي والرفاه النفسي وبناء برنامج إرشادي يعتمد على النظرية المعرفية السلوكية، وتم اختيار عينة (٤٠٠) موظفة متأخرة في الزواج لإجراءات بناء وتطبيق أدواتي البحث ، وتم اختيار (٢٠) موظفة من عينة التطبيق النهائي ،وأثبتت النتائج تأثير البرنامج في تنمية التفكير والرفاه .

- دراسة Romo-González et al., 2014 (تعزيز السعادة والرفاه النفسي من خلال تدخل التعليم الايجابي) وهدفت الى استعمال التعليم الايجابي من خلال تدريس المواد التي تشعرهم بالسعادة والرفاه وذلك من خلال ثلاثة محاور (الحياة السعيدة ، الحياة المتفائلة، الحياة الهادفة) وبعد (١٥) جلسة تبين ان التعليم الايجابي عزز الانفعالات والخصائص الايجابية لدى التلاميذ.

- دراسة الخفاجي ٢٠١٥ (الشخصية الإبداعية وعلاقتها بالرفاه العاطفي) يهدف البحث التعرف على الشخصية المبدعة والرفاه العاطفي لدى طلبة كلية الفنون الجميلة، وتألقت العينة من ٣٥٠ طالباً وطالبة، وبعد تطبيق اداتا البحث تم التوصل الى وجود الشخصية المبدعة والرفاه العاطفي لدى العينة ولا توجد فروق بحسب الجنس (ذكور - اناث).

- دراسة البياتي و العبيدي ٢٠٢٠ (التعبير الفني لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وعلاقته بمتغير التفكير التأملي) وهدفت الى معرفة طبيعة التعبير الفني من خلال الرسوم لتلاميذ المرحلة الابتدائية ما بين (٦ - ٨ سنة) ومدى علاقة

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

ذلك بتفكيرهم التأملي، وبلغت العينة (٨٠) تلميذاً وتلميذة، واستعملت الباحثان اختبار (رسم الرجل) ، وظهرت النتائج ان الرسوم تعبر بشكل تلقائي عن مافي داخل التلاميذ من مشاعر وانفعالات ، وأن تفكيرهم التأملي يزداد تدريجيا بعد كل سنة ويتطور من خلال الرسم .

اجراءات البحث: تم استعمال المنهج التجريبي (تصميم مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة قبلي - بعدي) .

مجتمع البحث: يتكون المجتمع من تلاميذ المرحلة الابتدائية المتواجدين في مديرية تربية الرصافة الثانية والبالغ عددهم (١٥٠٠٧) تلميذاً وتلميذة.

عينة البحث: تم اختيار (٢٠٠) تلميذاً وتلميذة من مدرسة الزنايق الابتدائية كعينة للتحليل الاحصائي، وبعد تطبيق المقياس على (١٠٠) تلميذاً وتلميذة تم اختيار (٢٠) منهم ممن حصلوا على درجات أقل عن المتوسط الفرضي والبالغ (٢٤)، وتم توزيعهم عشوائياً على المجموعتين التجريبية والضابطة بواقع (١٠) تلاميذ في كل مجموعة.

التكافؤ بين المجموعتين:

أ- درجات التلاميذ على مقياس الرفاه النفسي: تم استعمال اختبار مان وتني للعينات المتوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين درجات العينة وقد تبين أن القيمة المحسوبة تساوي (٤٣) وهي غير دالة لأنها أكبر من القيمة الجدولية التي تساوي (٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أي أن المجموعتين متكافئتين ومتجانستين في الرفاه النفسي (الاختبار القبلي) والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

التكافؤ في متغير الرفاه النفسي (الاختبار القبلي) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

مستوى الدلالة	قيمة مان-وتني		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	المجموعة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة							
غير دالة	٢٣	٤٣	٩,٨٠	٩٨	١,٨٣٨	١٩,٦٠	١٠	التجريبية	الرفاه النفسي
			١١,٢٠	١١٢	٢,٣٠٠	٢٠,٢٠	١٠	الضابطة	قبلي

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

ب- العمر الزمني بالشهور: تم استعمال اختبار مان وتني للعينات المتوسطة الحجم لمعرفة دلالة الفرق بين درجات العينة وقد تبين أن القيمة المحسوبة تساوي (٣٨,٥) وهي غير دالة لأنها أكبر من القيمة الجدولية والتي تساوي (٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على تكافؤ المجموعتين في هذا المتغير والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

التكافؤ في متغير العمر الزمني بالشهور (الاختبار القبلي) للمجموعتين التجريبية والضابطة.

المتغير	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	قيمة مان-وتني		مستوى الدلالة
						الجدولية	المحسوبة	
العمر الزمني	التجريبية	١٠	١٣٣	١,٥٦٣	١١٦,٥	١١,٦	٣٨,٥	غير دالة
	الضابطة	١٠	١٣٢,١	٢,٢٨٣	٩٣,٥	٩,٣٥	٢٣	

أداة البحث: تم تبني مقياس عمار (٢٠٢٠) للرفاه النفسي والمطبق على عينة التلاميذ في المرحلة الابتدائية والمكون من (١٢) فقرة ومقسمة على (٣) مجالات وهي: العلاقات الايجابية مع الاقران/ العلاقات الايجابية مع الاسرة / المرونة الايجابية.

صدق المقياس: تم التحقق من خلال نوعين من الصدق ١- الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في الارشاد النفسي وعلم النفس وتبين ان جميع الفقرات صادقة وبنسبة اتفاق ١٠٠%، ٢- الصدق العاملي ويعني استخلاص عامل واحد من خلال استعمال التدوير المتعامد (Orthogonal Rotation) بطريقة الفاريمكس لكاييز (Kaiser) والتي تعد من افضل الحلول التي تستوفي خصائص البناء البسيط الذي وضعه ثرستون (فرج ١٩٨٠، : ٢٧٥) ويتبين من التحليل الى وجود عامل واحد وقد تشعب بجميع الفقرات وبذلك تعد متجانسة وتقاس مفهوم واحد والجدول (٣) يوضح ذلك.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الجدول (٣)

نتائج التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد لمقياس الرفاه النفسي

العامل العام			
رقم الفقرة	التشبع	رقم الفقرة	التشبع
١	٠,٧١٦	٧	٠,٦٣٨
٢	٠,٦٩٢	٨	٠,٧٠١
٣	٠,٧١٩	٩	٠,٦٨٢
٤	٠,٧٦٢	١٠	٠,٥٣٩
٥	٠,٦٣٩	١١	٠,٥٢٨
٦	٠,٥٤٢	١٢	٠,٤٥٣
الجذر الكامن		٤,٩٢٧	
التباين المفسر		٤١,٠٥٧	

ثبات المقياس: تم التحقق باستعمال طريقة اعادة الاختبار على العينة البالغة (٥٠) تلميذاً وتلميذة فبلغت (٠,٧٤) وكذلك باستعمال معادلة الفا كرونباخ على نفس العينة بلغ معامل الثبات (٠,٧٦) وهو معامل ثبات جيد .

الوسائل الاحصائية: تم استعمال الوسائل المناسبة وبالاستعانة بالحقيبة الاحصائية (spss) وكالاتي:

- ١- تحليل عاملي استكشافي.
- ٢- معامل ارتباط بيرسون.
- ٣- معادلة الفا كرونباخ.
- ٤- اختبار مان وتني للعينات المتوسطة.
- ٥- معادلة ماك جوجيان.

البرنامج الارشادي: العلاج بالرسم

يعد هذا العلاج واحداً من أهم طرق الارشاد والعلاج النفسي، فالتعبير الفني والرسم لهما تأثير علاجي حيث يتم استعادة التوازن الانفعالي والتوافق الشخصي والاجتماعي لدي

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الفرد. وبعد اطلاع الباحثة على الاطر النظرية والدراسات السابقة تضمن البرنامج النشاطات والفنيات التالية (المناقشة والحوار، التشجيع على الرسم ، حرية التعبير ، التخطيطات الطليقة -الشخبطة ، الواجبات المنزلية)، وتألف من (٨) جلسات ارشادية مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة.

الهدف العام للبرنامج: ويهدف البرنامج الى تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.

الاهداف الاجرائية:

- أن يتعرف التلاميذ على مفهوم الرفاه النفسي ، ومعرفة ماهية العلاج بالرسم.
- أن يتفاعل التلاميذ مع اقرانهم في الجلسة والقيام بالرسم بشكل فردي وجماعي.
- أن يشعر التلاميذ بحرية التعبير والقدرة على التنفيس الانفعالي من خلال الرسوم الطليقة.
- أن يشعر التلاميذ بالسعادة والرفاه من خلال استعمال الالوان المفضلة لديهم ورسم الاشياء المحببة اليهم.

اساليب وفنيات البرنامج:

المناقشة والحوار: وتعني تقديم معلومات لأفراد العينة عن الرفاه النفسي وكيف يمكن للأقران والاسرة وكذلك الذات المرنة من تحقيق ذلك ، وكذلك معرفة ماهية العلاج بالرسم.

التشجيع على الرسم: تقوم الباحثة بتوفير الادوات اللازمة للرسم والالوان المفضلة لتشجيع التلاميذ على الرسم .

حرية التعبير : وفيها يترك للتلميذ الحرية في اختيار الموضوع الذي يرغب برسمه وكيفية التعبير عنه كيفما يشاء ، لما لذلك من اهمية في شعوره بالرفاه والتخلص من الصراعات.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

التخطيطات الطليقة : وهي اسلوب حر للتعبير عما في داخل التلاميذ من توترات وانفعالات مكبوتة والتي تساعد على الشعور بالراحة النفسية وكذلك المتعة التي ترافق الرسم.

الواجبات المنزلية: وتعني تكليف التلاميذ برسم اشياء معينة تشير الى السعادة والرفاه سواء كان ذلك من خلال رسم التلميذ لأسرته أو اقارنه او من خلال المواقف التي تعزز ذاته الايجابية .

صدق البرنامج: تم عرض محتوى جلسات البرنامج على مجموعة من المتخصصين في الارشاد النفسي والصحة النفسية، وتم الاتفاق على صلاحية الجلسات في تنمية الرفاه النفسي لدى العينة.

تنفيذ جلسات البرنامج: تم تحديد (٨) جلسات للبرنامج وكان التطبيق بواقع جلسة واحدة في الاسبوع ولمدة (٤٥) دقيقة ، وتم تخصيص مكان محدد للجلسات وقامت الباحثة بتهيئة كافة مستلزمات الرسم والالوان مما جعل الحجرة كمرسم صغير للتلاميذ.

محتوى البرنامج:

رقم الجلسة	موضوع الجلسة	فنيات الجلسة
الاولى/ الافتتاحية	التعرف على الرفاه النفسي ودور الاسرة والاقران وكذلك المرونة الايجابية في ذلك، والتعرف على ماهية العلاج بالرسم.	المناقشة والحوار
الثانية	تنمية الشعور لدى التلميذ بانه محبوب من قبل الاقران، وكذلك تنمية احساسه بالسعادة عندما يتواجد معهم.	التشجيع على حرية الرسم، التعبير ،
الثالثة		
الرابعة	تنمية الشعور لدى التلميذ بأهميته لدى والديه، وكذلك تحقيق الرضا عن حياته، وكذلك تنمية احساسه بالسعادة عندما يقضي الاوقات معهم.	التخطيطات الطليقة،
الخامسة		الواجبات المنزلية

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

	تمتية قدرة التلميذ على التعامل بمرونة مع المواقف والمشكلات، وأن يتعلم وضع الاهداف التي تشعره بالرفاه والسعادة وكيفية تحقيقها.	السادسة السابعة
توزيع الهدايا	تقديم الشكر والثناء لهم لالتزامهم بمواعيد الجلسات وتنفيذ الواجبات المنزلية	الثامنة/ الختامية

ادارة الجلسات:

- الجلسة الافتتاحية تكون عبارة عن ترحيب بالتلاميذ وتوضيح معنى الرفاه النفسي وطبيعة العلاج بالرسم.
- الثانية وفيها تنمية للشعور بالسعادة من خلال التواجد مع الاقران ومشاركتهم الرسوم واستعمال الالوان وبعد الانتهاء التكليف بالواجب البيتي حسب مضمون الجلسة.
- الثالثة وفيها جعل التخطيطات التطبيقية منطلقا لاندماج التلاميذ وتحقيق التفاعل الايجابي بينهم لتعزيز الرفاه لديهم، بالإضافة الى الواجب البيتي.
- الرابعة وتهدف الى تعزيز محبة الوالدين لدى التلميذ من خلال الرسوم التي تعبر عن انتماءه للأسرة واهميتها في حياته.
- الخامسة وتعني جعل التلميذ يختار التعبير الفني الذي يعبر عن اعتزازه بالأسرة وخاصة الوالدين والاخوة من خلال الرسوم المعبرة.
- السادسة وتعني ادراك التلميذ للمشكلات الحياتية والعمل على مواجهتها والتدريب على حلها بكل ثقة.
- السابعة وفيها يتعلم التلاميذ كيفية وضع اهداف للمستقبل تتسم بالبهجة والفرح بوجود الاسرة والاقران.
- الثامنة وفيها ختام للبرنامج وتقييمه من قبل الاعضاء وتقديم الشكر والثناء لهم والتأكد من تحقيق البرنامج للهدف الذي وضع لأجله.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

تقييم البرنامج: بعد الانتهاء من تطبيق جلسات البرنامج، ومتابعة التلاميذ لمدة شهر تم تطبيق مقياس الرفاه على العينة لمعرفة فاعلية البرنامج وباستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة، تم التوصل الى نتائج البحث.

نموذج لحالة من افراد المجموعة التجريبية

النوع: أنثى.

العمر: ١٠ سنوات.

الحالة: خمرية البشرة، متوسطة الجمال، قصيرة القامة، تبدو حزينة، خجولة.

درجة الحالة على مقياس " الرفاه النفسي " قبل تطبيق برنامج العلاج بالرسم = ١٢

درجة الحالة على مقياس " الرفاه النفسي " بعد تطبيق برنامج العلاج بالرسم = ٣٠

عاشت الحالة مع أسرتها، وتمت تربيتها بالحزم وكانت الأم لا تدلل الحالة وتشعر الحالة بالتفاهم مع اخيها الذي يليها، ولكنها لم تكن تشعر بالسعادة بين أسرتها في كثير من الأوقات وليس لديها اقران كثيرون وتشعر بالقلق والتوتر دائما عندما تتعرض لموقف صعب او مشكلة ، وهي بذلك تشعر بالتعاسة.

الرسم (١) ترسم نفسها مع العائلة في صورة جميلة تشعرها بالسعادة والرضا.



فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الرسم (٢) ترسم نفسها مع الاقران وتجد انها تشعر بالرفاه عندما تكون معهم.



الرسم (٣) رسم حر وجماعي وتم رسم منظر طبيعي يعبر عن مدى سعادة المجموعة التجريبية من خلال الرسم.



فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

نتائج البحث وتفسيرها: سيتم عرض النتائج التي تم التوصل إليها على وفق الأهداف و فرضيات البحث وكالاتي:

- التعرف على فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، ولتحقيقه وضعت الفرضيات التالية:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي (المجموعة التجريبية) الذين تعرضوا للعلاج بالرسم في الاختبار القبلي و البعدي. للنتيجة من صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، فتبين ان القيمة المحسوبة البالغة (صفر) اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى (٠.٠٥) وهذا يشير الى انها دالة احصائيا ، اي توجد فروق بين الاختبارين ولصالح المجموعة التجريبية التي تم تطبيق البرنامج الارشادي عليهم. والجدول (٤) يوضح ذلك .

الجدول (٤)

قيمة ولكوكسن لمعرفة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المجموعة	المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة ولكوكسن		مستوى الدلالة .٠٠٥
							المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	القبلي	١٠	١٩,٦٠	١,٨٣٨	صفر	صفر	صفر	٨	دالة لصالح البعدي
	البعدي								

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي (المجموعة الضابطة) الذين لم يتعرضوا للعلاج بالرسم في الاختبار القبلي و البعدي. للنتيجة من صحة هذه الفرضية تم استعمال اختبار ولكوكسن لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي ، فتبين ان القيمة المحسوبة البالغة (١١) اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٨) عند مستوى (٠.٠٥) وهذا يشير الى انها غير دالة احصائيا ، اي لا توجد فروق بين الاختبارين ولصالح المجموعة الضابطة والجدول (٥) يوضح ذلك.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الجدول (٥)

قيمة ولكوكسن لمعرفة الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة

مستوى الدلالة .٠٠٥	قيمة ولكوكسن		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المقارنة	المجموعة
	الجدولية	المحسوبة							
غير دالة	٨	١١	٥,٥٠	١١	٢,٣٠٠	٢٠,٢٠	١٠	القبلي	الضابطة
			٥,٥٠	٤٤	١,٩٨٩	٢٠,٨٠		البعدى	

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدى . للنتيجة من صحة هذه الفرضية تم استعمال مان ويتي للعينات المتوسطة لمعرفة دلالة الفروق في الاختبار البعدى للمجموعتين (التجريبية ، والضابطة) ، تبين ان القيمة المحسوبة وبالغة (٠,٥٠٠) اصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢٣) عند مستوى (٠.٠٥) وهذا يشير الى انها دالة احصائيا ، اي توجد فروق دالة في الاختبار البعدى ولصالح المجموعة التجريبية ، والجدول (٦) يوضح ذلك.

الجدول (٦)

قيمة مان ويتي للعينات المتوسطة لمعرفة الفروق في الاختبار البعدى بين المجموعتين

مستوى الدلالة .٠٠٥	قيمة مان ويتي		متوسط الرتب	مجموع الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة	المتغير
	الجدولية	المحسوبة							
دالة لصالح التجريبية	٢٣	٠,٥٠٠	١٥,٤٥	١٥٤,٥	٣,٠٢٨	٢٨,٥٠	١٠	التجريبية	الرفاه النفسي الاختبار البعدى
			٥,٥٥	٥٥,٥	١,٩٨٩	٢٠,٨٠		١٠	

٤- لا توجد فاعلية للعلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدى . لحساب نسبة فاعلية البرنامج تم استعمال معادلة ماك جوجيان فبلغت النسبة المحكية (٠,٧٢) وهي أعلى من النسبة المحكية التي حددها جوجيان وبالغة (٠,٦٠) وهذا يشير الى فاعلية البرنامج والجدول (٧) يوضح ذلك.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

الجدول (٧)

نسبة فاعلية البرنامج حسب معادلة ماك جوجيان

المتغير	المجموعة	التطبيق	المتوسط الحسابي	الدرجة النهائية	النسبة المحكية لماك جوجيان
الرفاه النفسي	التجريبية	القبلي	١٩,٦٠	٣٦	٠,٧٢
		البعدي	٢٨,٥٠		

تفسير النتائج: اوضحت النتائج الى فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى العينة، لان في هذا النوع من العلاج وجدوا وسيلة عبروا بها عن مشاعرهم وصراعاتهم وقاموا بالتنقيس عما بداخلهم بحرية وذلك من خلال الرسم، واستطاعوا الاستبصار بالمدلولات والمعاني الموجودة برسوم كل منهم، وتعرف كل تلميذ على ذاته، وصراعاته، ومشكلاته أيضاً الرسم الجماعي أتاح للجميع الفرصة للمشاركة الجماعية بشكل فعلي، ومعرفة أهمية الاسرة والاقربان في تحقيق الرفاه والسعادة النفسية، واتفقت هذه النتيجة مع دراسات (بونتري ٢٠٠١ (Pointer) / جراهام و سونتاغ ٢٠٠١ (Graham and Sontag)/البياتي و العبيدي ٢٠٢٠ / مارتن ٢٠٠٨ (Martin)

التوصيات:

- ١- القيام بتوعية الاسرة لأهمية توفير مصادر الرفاه لدى ابنائهم من خلال التواصل اللفظي والمشاركة في الموافق الصعبة وتجاوزها معاً.
- ٢- حث المسؤولين في المدارس الابتدائية على ضرورة متابعة التلاميذ وعلاقاتهم الاجتماعية مع اقرانهم وجعلها علاقات سوية تعبر عن مرحلة الطفولة.
- ٣- الاهتمام بمادة الرسم في المدارس لأهميتها في التخفيف من الصراعات وتحقيق الشعور بالسعادة والرفاه من خلال توفير الادوات اللازمة لذلك .

المقترحات:

- ١- دراسة الرفاه النفسي وعلاقته بمتغيرات اخرى (اساليب التنشئة الاسرية، الكفاية الذاتية، الشخصية الاعتمادية) وكذلك اختيار عينات اخرى من المجتمع.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

٢- دراسة فاعلية العلاج بالرسم في التخفيف من الالم النفسي او تنمية الابداع الانفعالي ولدى عينات اخرى مثل طلية الجامعة.

المصادر:

- أبو هاشم، السيد محمد، والقدور، سماح (٢٠١٢ م: صدق وثبات مقياس السعادة النفسية على عينات مصرية وسعودية وسورية من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، العدد ٧٥ ، جامعة الزقازيق، مصر.
- البديري، كريم عبد الحسن (٢٠٠٩): أثر الإرشاد السلوكي المعرفي في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية، كلية التربية، جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة، بغداد، العراق.
- البدران ،هناء صادق كريم (٢٠١٤) :أثر الإرشاد المعرفي السلوكي في تنمية التفكير الايجابي والرفاه العاطفي لدى الموظفين المتأخرات في الزواج، أطروحة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية ،جامعة البصرة.
- بونترى، ماثيوس (٢٠٠١) : اثر العلاج بالفن في تنمية تقدير الذات لدى الامهات ، اساليب العلاج النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة ، مصر.
- البياتي، اسماء محمد و العبيدي، منى جاسم (٢٠٢٠): التعبير الفني لتلاميذ المرحلة الابتدائية وعلاقته بمتغير التفكير التأملي، مجلة ريس اكاديمي ، العدد ٨٣ ، اسطنبول ، تركيا.
- الحربي ، بدر فلاح (٢٠١٤): التسامح وعلاقته بالهناء الذاتي لدى مراجعي المراكز الصحية التابعة لمنطقة حائل، رسالة ماجستير، غير منشوره ، جامعة ام القرى ،المملكة العربية السعودية .
- حفني، عبد المنعم (١٩٨٦): موسوعة التحليل النفسي، المجلد الأول، مكتبة مدبولي، القاهرة، مصر.
- الخفاجي، منتظر سلمان (٢٠١٥): الشخصية المبدعة وعلاقتها بالرفاه العاطفي، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، العراق.

فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية

- الخياط، عبد العزيز (٢٠١٩): المجتمع المتكامل في الإسلام، مؤسسة الرسالة، عمان، الاردن.
- زهران ،حامد عبد السلام (١٩٩٧): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٣ ، دار الكتب، القاهرة، مصر.
- عطا الله، مصطفى خليل محمود ،عبد الصمد، فضل أبراهيم(٢٠١٣): علم النفس الإيجابي وتأثيره في الممارسات والخدمات النفسية "رؤية مستقبلية لدوره في التدخلات العلاجية"، مجلة البحث في التربية وعلم النفس ،كلية التربية – جامعة المنيا .
- عمار، طه سعد (٢٠٢٠): فاعلية برنامج ارشادي تكاملي لزيادة الوجود النفسي الممتلئ لدى اطفال المرحلة الابتدائية، مجلة الارشاد النفسي، العدد٦٣، ج ١، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- غانم ، محمد حسن (٢٠٠٨): مدخل الى العلاج النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة، مصر.
- مارتن، ابراهام (٢٠٠٨): فاعلية استخدام العلاج بالفن (الرسم) في التخفيف من الوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، دراسة كLINيكية، كلية التربية ، بنها، مصر.
- مشري، محمود (٢٠١٤): علم النفس الاكلينيكي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- Brackett, M. A., & Rivers, S. E. (2014). **Transforming students' lives with social and emotional learning**. In R. Pekrun & L. Linnenbrink-Garcia (Eds.), *International Handbook of Emotions in Education* (pp. 368–388). New York, NY: Taylor & Francis.
- Bremner,R. (2011): **Theories of Happiness on TheOrigins Of Happiness and Our Contemporary Conception**, Doctorate Dissertation, Reminisce Friedrich-Wilhelm's-University ,Bonn
- Bronsard, G., Alessandrini, M., Fond, G., Loundou, A., Auquier, P., Tordjman, S., & Boyer, L. (2016). **The Prevalence of Mental Disorders Among Children and Adolescents in the Child Welfare System: A Systematic**

- Review and Meta-Analysis. *Medicine*, 95(7), e2622. DOI: 10.1097/MD.0000000000002622.
- Cefai, C., & Cavioni, V. (2014). **Social and Emotional Education in Primary School: Integrating theory and Research into Practice**. Dordrecht: Springer.
- Diehls, H. (2014). **Positive Psychology and Child Mental Health; a Premature Application in School-based Psychological Intervention?**. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 113, 44-53. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.01.009.
- Freshman ,E& Fryrear, M,(1981).**Children of divorced parents: Action steps for the counselor to involve fathers**. *Elementary School Guidance and Counseling*,28 (3), 197-205.
- Freud ,A (1938): **Introduction to the technique of child analysis**. *Nervous and Mental Disease Monograph*. No 48.New York.
- Hammer , L (1987): **Cultural and Emotional Components of Loneliness and Depression**, *The Journal of psychology* 121, (1), 61 – 70
- Lyubomirsky,S.,& Lepper ,H.(1999): **A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation**. *Social Indicators Research*, 46.
- Michael s, N (2014) :**Introduction to Counseling An art and Science Perspective:4th Edition** ,isbn 0137016107 ,by Nystul, Michael s ; publishing by pearson Education , Inc, publishing as Merrill copyright 2011.
- Mussen ,B (1975): **Cognitive – Behavior Modification** . New Your. Plenum press.
- Rblies ,A (1957):**The Clinical treatment of the problem child**. Boston :Houghton Mifflin.
- Romo-González, T.,Ehrenzweig, Y., Sánchez-Garcia, O. D., Enríquez-Hernández, C. B., López-Mora, Martínez, G., Martínez, A. J., Larralde, C. (2014): **Promotion of individual happiness and wellbeing of students by a positive education intervention**. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 5(2), 79-102. DOI: 10.5460/jbhsi.v5.2.42302.
- Roypderdeyh, L. (1976): **Art Therapy with Child Tsunami Survivors in Sri Lanka**: *Journal of The American Art therapy Association*, V. 24, N. 4, P.156 – 162.
- Ryff, C. D(2005): **The Ryff Scales of Psychological Well-Being**.
- Seligman, M (2009). **Positive education**. *Oxford Review of Education*, 35(3), 293–311. DOI: 10.1080/03054980902934563.
- Veen hoven ,R.(2003): **Is Happiness Relative?**, *Social Indicators Research*.