



فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية

ديمة بنت عليان بن محمد البشري *

deemah.o.m2019@gmail.com

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، واعتمدت على المنهج شبه التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية، والضابطة، وبلغ عدد تلميذات المجموعة التجريبية (6) تلميذات، وعدد تلميذات المجموعة الضابطة (6) تلميذات، تراوحت أعمارهن بين (6-9) أعوام، واعتمدت أدوات الدراسة على مقياس السلوك الانسحابي للأطفال إعداد محمد (2008)، والبرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي إعداد الباحثة، وتوصلت إلى: وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية، والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس السلوك الانسحابي، ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي، والبعدي لمقياس السلوك الانسحابي، وعدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي، والتبعي لمقياس السلوك الانسحابي، مما يعني فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، واستمرارية تلك الفاعلية أثناء فترة المتابعة.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي، الدعم النفسي الإيجابي، السلوك الانسحابي، تلميذات المرحلة الابتدائية.

* طالبة الماجستير في الإرشاد النفسي، قسم علم النفس، كلية اللغات والعلوم الإنسانية، جامعة القصيم، السعودية.

للاقتباس: البشري، ديمة بنت عليان بن محمد. (2026). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، *مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية*، 8(2)، 363-326.

© نُشر هذا البحث وفقًا لشروط الرخصة Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)، التي تسمح بنسخ البحث وتوزيعه ونقله بأي شكل من الأشكال، كما تسمح بتكييف البحث أو تحويله أو إضافته إليه لأي غرض كان، بما في ذلك الأغراض التجارية، شريطة نسبة العمل إلى صاحبه مع بيان أي تعديلات أجريت عليه.



Effectiveness of a Positive Psychological Support–Based Counseling Program in Reducing Social Withdrawal Behavior among Primary School Female Pupils

Deemah Aliyan Mohammed Albishri *

deemah.o.m2019@gmail.com

Abstract:

This study aimed to examine the effectiveness of a counseling program based on positive psychological support in reducing social withdrawal behavior among primary school girls. For the study purposes, a quasi-experimental approach was adopted, using an experimental and a control group design. The experimental group consisted of six female pupils, while the control group included six female pupils aged between 6 and 9 years. The study instruments included the Child Withdrawal Behavior Scale developed by Mohammed (2008) and a counseling program based on positive psychological support developed by the study authors. The findings revealed statistically significant differences at the 0.01 level between the mean rank scores of the experimental and control groups in the post-administration of the withdrawal behavior scale, as well as statistically significant differences at the 0.05 level between the pre- and post-test scores of the experimental group. In contrast, no statistically significant differences were found between the post-test and follow-up measurements of the experimental group, indicating the effectiveness and sustained impact of the counseling program in reducing social withdrawal behavior among primary school girls.

Keywords: Counseling Program, Positive Psychological Support, Social Withdrawal Behavior, Primary School Girls.

* Master's Student in Psychological Counseling, Department of Psychology, College of Languages and Human Sciences, Qassim University, Saudi Arabia

Cite this article as: Deemah Aliyan Mohammed. (2026). Effectiveness of a Positive Psychological Support–Based Counseling Program in Reducing Social Withdrawal Behavior among Primary School Female Pupils. *Journal of Arts for Psychological & Educational Studies* 8(2) 326-363

© This material is published under the license of Attribution 4.0 International (CC BY 4.0), which allows the user to copy and redistribute the material in any medium or format. It also allows adapting, transforming or adding to the material for any purpose, even commercially, as long as such modifications are highlighted and the material is credited to its author.



مقدمة وخلفية نظرية:

المقدمة:

يعتمد بناء المجتمعات الإنسانية في المقام الأول على التفاعل بمختلف مستوياته بين جميع الأفراد المنتسبين إليه، وحاجة كل منهم إلى الآخر، وأداء بعض الأدوار فيما بينهم، والشعور بالمسؤولية من خلال الانتماء إلى الجماعة، وتبادل الأفكار الإيجابية مع بعضهم بعضاً، فكل فرد يؤدي دوره داخل الجماعة التي تتقبله سواءً كان ذلك الدور صغيراً، أم كبيراً، وفقاً لما تم اكتسابه خلال مراحل حياته الأولى.

وتعد مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو النفسي للإنسان؛ إذ تمثل حجر الأساس لتكوين شخصية الطفل، فإذا تم بناؤها بصورة صحيحة، وسليمة نتج عنها شخص يستطيع مواجهة صعوبات الحياة بكل ثبات، وقد أظهرت نتائج الأبحاث أن فترات المراحل النمائية الأولى في حياة الطفل تعد من أهم مراحل حياته؛ لما يحدث فيها من نمو يصعب تغييره، أو تعديله فيما بعد؛ إلا بصعوبة، كما تتطلب هذه المرحلة العديد من الاحتياجات التي تسهم في نمو جوانب شخصية الطفل المختلفة (محمد وآخرون، 2022).

كما أنه من أهم معوقات تقدم المجتمعات أن يشعر الفرد بعدم قدرته على إقامة علاقات، وتفاعلات اجتماعية مع الآخرين، مما يؤثر في شخصيته، ويشعره بأنه لا يملك مكاناً داخل المجتمع؛ فيقرر العيش منفرداً مع عالمه الخاص، وينسحب من كافة المواقف الاجتماعية، ويعجز عن أداء مهام حياته اليومية، ويعد السلوك الانسحابي أحد مظاهر السلوك الإنساني التي تؤثر في شخصية الفرد، وعلاقته بالآخرين، كما يعد من أبرز السلوكيات اللاتوافقية لدى الأطفال، إذ يمثل ظاهرة سلوكية قد تكون دليلاً على عجز في الأداء، أو في المهارات (جبر، 2019).

كما قد يدفع - السلوك الانسحابي - الطفل إلى الانعزال، وتكوين عالم خاص به في خياله، يشيع من خلاله احتياجاته النفسية التي لا يجد لها إشباعاً في الواقع، ويرجع ذلك إلى سوء تكيف الطفل مع بيئته، وعدم ملاءمتها لتلبية حاجاته النفسية (جبر، 2019).

وتشير جاد الرب (2019) إلى أن السلوك الانسحابي عادة ما يتسم بالهدوء، والانتظام؛ مما يجعله سلوكاً غير لافت للنظر، وهذا ما يجعله من أخطر الأساليب التي يلجأ إليها الطفل لخفض مستوى التوتر الناتج عن المشكلات التي يمر بها، وغالباً يقابل هذا السلوك بالقبول من قبل المسؤولين، والمحيطين بالطفل نظراً لطابعه الهادئ، والمنضبط، الأمر الذي يجعله صعب الملاحظة، والاكتشاف في المراحل المبكرة.

كما يشير عماره (2016) إلى أن الأطفال المنسحبين يواجهون صعوبة في المشاركة بالأنشطة الجماعية، ويترددون في التفاعل مع الآخرين، الأمر الذي يؤدي إلى تجاهلهم، أو معاملتهم معاملة سيئة من قبل المحيطين بهم، مما يسهم في زيادة عزلتهم الاجتماعية، كما يرجع هذا التردد إلى افتقارهم للمهارات



الاجتماعية اللازمة للتعامل، والتواصل مع الآخرين، سواءً كان ذلك في مواقف اللعب، أم الحديث مع الآخرين.

وفي ضوء الاهتمام بمعالجة هذه المشكلات السلوكية لدى الأطفال، لجأت العديد من البحوث، والدراستات النفسية إلى توظيف أساليب علم النفس الإيجابي، ومن بينها أسلوب الدعم النفسي الإيجابي؛ لكونه أحد الأساليب الفعالة في الإرشاد النفسي (الحميري، 2020)؛ إذ يهدف هذا الأسلوب إلى التأثير الإيجابي في حياة الفرد، وزيادة خبرته بالانفعالات الإيجابية، وتعايشه معها، وصناعته لها، والتعرف إلى: مكان قوته، وتنميتها، وتعزيزها، وتكوين علاقات إيجابية، وودية مستدامة مع الآخرين (أكرمان، 2020/2022).

كما أكد فضل الله وآخرون (2017) على أهمية العمل في خفض السلوك الانسحابي لدى التلاميذ، والتحسين من توافقهم، وصحتهم النفسية، وذلك من خلال تعديل بعض الأفكار السلبية لديهم، ومواجهة الضغوط المدرسية، والتدريب على التعاون، والمشاركة، والتفاعل الاجتماعي، وتكوين الصداقات، وتنمية تقدير الذات لديهم، مما ينعكس إيجابيًا على مجمل حياتهم.

فالطفل ينمو من خلال تفاعله مع معطيات البيئة، واستعداداته، وقدراته الخاصة؛ إذ يسهم توفير مناخ نفسي داعم يتسم بالأمان، والطمأنينة، والاستقرار الانفعالي في تعزيز شعوره بالثقة بالنفس، وتشجيعه على الانطلاق، والتعبير عن ذاته، مما يكون لديه مفهوم إيجابي عن ذاته، وينمي تقديره لها (الباز وآخرون، 2021).

ووفقًا لما سبق فالبرنامج الإرشادي الحالي يركز على تنمية قدرة الفرد لفهم الانفعالات الإيجابية، والتعبير عنها بصورة سوية، وتعزيز قدرته على التفاعل مع ما يحيط به، والاندماج، وتكوين علاقات إيجابية مع الآخرين، إضافة إلى تنمية شعوره بقيمة ما يقوم به، وإدراكه لأهمية إنجازاته، الأمر الذي يسهم في تعزيز شعوره بالإنجاز، وتحقيق الأهداف بدافع ذاتي؛ مما يجعله مناسبًا لخفض السلوك الانسحابي الذي يتسم بعدم رغبة الفرد في التفاعل الاجتماعي، والابتعاد عن الدخول في علاقات اجتماعية، وانخفاض الثقة بالكفاءة الاجتماعية، وارتفاع القلق الاجتماعي، والتفوق حول الذات، وضعف الوعي بالذات (جبر، 2019).
مشكلة الدراسة:

يجد بعض التلاميذ أن أسهل طريقة في مواجهة التهديد، والمواقف الضاغطة هي الانسحاب، وذلك لأن الانسحاب ربما لا يتطلب منهم بذل الكثير من الجهد مثلما هو الحال في بعض ميكانيزمات التوافق الظاهري كالعدوان، أو التعويض (فضل الله وآخرون، 2017).

وأشار محمد وآخرون (2022) إلى أن الانسحاب الاجتماعي يؤثر سلبًا في جوانب متعددة من نمو الطفل، إذ ينعكس على اكتساب اللغة، وتعلم الأنماط السلوكية، والقيم الاجتماعية، كما يحد من قدرته



على التعبير عن مشاعره وأحاسيسه، ويظهر الأطفال المنسحبون أنماطاً سلوكية أقل مقارنة بأقرانهم الذين يحضون بتقبل اجتماعي جيد، وتشير نتائج عدد من الدراسات إلى أن العزلة الاجتماعية في مرحلة الطفولة ترتبط بظهور اضطرابات سلوكية لاحقاً، وأن الأطفال الذين يعانون من الشعور بالوحدة في السنوات الأولى قد يواجهون صعوبات تكيفية خلال مرحلة المراهقة.

كما يسهم السلوك الانسحابي في محدودية العلاقات الاجتماعية، وضعف اهتمام الآخرين بالأطفال المنسحبين، لما يتسمون به من انطواء، وحزن، وقلة تفاعل؛ مما يؤدي إلى ابتعاد الأقران عنهم، وعدم مشاركتهم اللعب، وينعكس سلباً على عمليات التعلم، والنمو المعرفي، وقد يصل إلى تدني التحصيل (محمد وآخرون، 2022).

ويرجع نقص التفاعل الاجتماعي في مرحلة الطفولة للعديد من العوامل، من أبرزها الخوف الاجتماعي، والقلق، وتفضيل العزلة منذ الطفولة المبكرة، وقد يستمر هذا النمط من التكيف السلبي حتى مرحلة المراهقة، ويتربط على ذلك ظهور عدد من الصعوبات النفسية، والاجتماعية، والانفعالية، مثل: انخفاض احترام الذات، وازدياد مشاعر القلق، وظهور أعراض اكتئابية، إضافة إلى مشكلات التوافق الاجتماعي، وصعوبة بناء علاقات إيجابية مع الأقران (محمد وآخرون، 2022).

وتشير بعض الدراسات الميدانية إلى أن السلوك الانسحابي يظهر لدى نسبة من أطفال الطفولة المتوسطة في البيئة المدرسية. فقد توصلت دراسة بوث-لافورس وأوكسفورد (2008) Booth-LaForce & Oxford التي شملت (1092) طفلاً من الصف الأول إلى الصف السادس إلى وجود ثلاثة أنماط لمسار السلوك الانسحابي لدى الأطفال؛ إذ أظهر 86٪ من الأطفال مستوى منخفضاً، ومستقراً من السلوك الانسحابي، في حين أظهر 5٪ مستوى مرتفعاً في البداية ثم انخفض مع مرور الوقت، بينما أظهر 9٪ من الأطفال ازدياداً تدريجياً في مستوى السلوك الانسحابي عبر السنوات الدراسية، مما يشير إلى أن نحو 14٪ من الأطفال قد يظهر لديهم السلوك الانسحابي بدرجات ملحوظة خلال المرحلة الابتدائية، كما أن دراسة روبن وبارستيد (2014) Rubin and Barstead أوضحت أن نتائج البحوث حول الفروق بين الذكور، والإناث في السلوك الانسحابي لدى الأطفال ليست حاسمة؛ إذ لم تُظهر بعض النتائج فروقاً واضحة بين الجنسين في مستوى السلوك الانسحابي، كما أكد محمد (2008) إلى أهمية التدخل المبكر لخفض السلوك الانسحابي، إذ أشار إلى أنه: إذا تم تشخيص الأداء السلوكي للطفل بدقة منذ وقت مبكر يصبح من الممكن التدخل الإيجابي في سبيل الحد من سلوكه الانسحابي، ومساعدته على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين، وعلى تحقيق التفاعلات الاجتماعية المرغوبة، ويتحقق ذلك من خلال العمل على أكسابه بعض المهارات ذات الصلة بالسلوك الاجتماعي المقبول، مما يساهم في تشكيل سلوكه الاجتماعي المقبول، وتفاعلاته الاجتماعية المرغوبة.



ووفقاً لما سبق فقد ارتبط السلوك الانسحابي بعدة مظاهر بما فيها القلق الاجتماعي، وضعف التواصل الاجتماعي، واللغوي، والحزن، وعدم القدرة على التعبير عن المشاعر، ومحدودية العلاقات، كما ارتبط السلوك الانسحابي بظهور اضطرابات سلوكية في المراحل اللاحقة، وقد ركز علم النفس الإيجابي على علاج هذه الجوانب لدى الفرد كما في نظرية الرفاه النفسي لـ سليجمان (2011) Seligman إذ تكوّن نموذج (بيرما PERMA) الذي وضعه من خمسة أبعاد هي: المشاعر الإيجابية، والمشاركة والانخراط، والعلاقات، والمعنى، والإنجاز، الأمر الذي يبرز أهمية خفض السلوك الانسحابي باستخدام برامج مستندة إلى علم النفس الإيجابي، فقد كان لتدخلات علم النفس الإيجابي دور في علاج هذه المظاهر، كما في دراسة جبريل وشواش (2020) التي أثبتت فاعلية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتلعثمين، ودراسة زكي وآخرين (2023) التي أثبتت فعالية استخدام فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الكفاءة الاجتماعية، وخفض القلق الاجتماعي، كما أن دراسة تيرنر وآخرين (2023) Turner et al أكدت على وجود علاقة سلبية بين مكونات نموذج (بيرما PERMA) مع أعراض الاضطرابات النفسية لدى الأطفال، ومن حيث فاعلية نموذج (بيرما PERMA) في تعزيز الرفاهية النفسية فقد أثبتت دراسة هواب وفابيلا (2019) Huab & Fabella فاعلية برنامج مستند إلى نموذج (بيرما PERMA) في تعزيز الرفاهية النفسية لدى التلاميذ.

وفقاً لذلك تبرز أهمية خفض السلوك الانسحابي باستخدام برامج مستندة إلى منهج علم النفس الإيجابي، وعلى الرغم من تعدد الدراسات التي استخدمت فنيات علم النفس الإيجابي في خفض القلق الاجتماعي، أو تنمية الكفاءة الاجتماعية لدى الأطفال، أو تنمية التواصل اللغوي، والاجتماعي، فإنه لا توجد دراسة تناولت السلوك الانسحابي بوصفه متغيراً رئيساً، كما لا توجد دراسة وظفت برنامجاً إرشادياً قائماً على نموذج (بيرما PERMA) لخفض السلوك الانسحابي- بحسب اطلاع الباحثة-، ومن هنا برزت الحاجة لتصميم برنامج إرشادي يستند إلى هذا التوجه لخفض السلوك الانسحابي لدى هذه الفئة العمرية.

من هنا تبلور مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

- ما فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية؟

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة إلى التعرف إلى:

1- الفروق بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.



2- الفروق بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.

3- الفروق بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبقي على مقياس السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.

أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة الحالية على الجانبين النظري، والتطبيقي على النحو الآتي:

1- يسهم هذا البحث في الاثراء النظري لمفهوم الدعم النفسي الإيجابي كأحد المفاهيم التطبيقية الحديثة في ساحة البحث العلمي.

2- مساهمة الدراسة الحالية للاتجاهات المعاصرة في تناولها لمفاهيم علم النفس الإيجابي، والبحث عن مكان القوة في الشخصية.

3- كما تظهر أهمية هذه الدراسة من أهمية الفئة العمرية التي تناولتها، وهي مرحلة الطفولة، ومشكلاتها، وخاصة السلوك الانسحابي وتأثيره عليها.

4- تقديم برنامج إرشادي يساعد في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية من خلال الدعم النفسي الإيجابي.

5- قد تسهم نتائج الدراسة الحالية في توجيه انتباه الباحثين إلى مجال بحثي جديد في الدراسات العربية، وهو برامج الدعم النفسي الإيجابي، فضلاً عن تبني المرشدين، والاختصاصيين لمدخل الدعم النفسي الإيجابي لمساعدة التلاميذ في تعزيز الجوانب الإيجابية بما يحقق لهم السعادة والرفاهية.

المفاهيم الإجرائية لمصطلحات الدراسة:

• الدعم النفسي الإيجابي (Positive Psychological Support):

يعرفه جاسم (2023) بأنه: "ما يتلقاه الفرد من دعم إيجابي ذاتي داخلي، ومعرفي، وسلوكي، ومادي، وللخصال،

والسمات الإيجابية التي يمتلكها، ومن دعم خارجي من المحيطين به، بهدف تعزيز تلك السمات، وتنميتها، بما يسهم في تحقيق التكيف النفسي، والصحة النفسية الإيجابية (ص766-767).

وتعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: أحد المفاهيم التطبيقية لعلم النفس الإيجابي، وهو: ما تتلقاه التلميذة داخل جلسات البرنامج الإرشادي من بناء شامل يشمل أنشطة تعليمية، وتدريبية تستند إلى فنيات، وأساليب علم النفس الإيجابي، تدعم نقاط القوة في الشخصية من خلال العناصر الخمسة للرفاه النفسي: المشاعر الإيجابية، المشاركة، العلاقات، المعنى، الإنجاز، التي بدورها تساعد في خفض السلوك الانسحابي لدى أفراد المجموعة التجريبية من تلميذات المرحلة الابتدائية.



• السلوك الانسحابي (Withdrawal Behavior):

تبنى الباحثة تعريف محمد (2008) بأنه: "سلوك لا توافقي يعني تحرك الطفل بعيداً عن الآخرين، وانعزاله عنهم، وانغلاقه على ذاته، وعدم رغبته، بل وعدم قدرته في أحيان كثيرة على إقامة علاقات، أو صداقات تربطه بهم، أو تجعله يندمج معهم، واجتنابه للمواقف الاجتماعية التي تجمعهم بهم وابتعاده عنها" (ص6).

وتعرفه الباحثة إجرائياً: بالدرجة التي تحصل عليها التلميذات على مقياس السلوك الانسحابي المستخدم في المدرسة الحالية.
حدود الدراسة:

اقتصرت الدراسة الحالية على ما يأتي:

الحدود الموضوعية: البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي (المتغير المستقل)، والسلوك الانسحابي (المتغير التابع).

الحدود الزمانية: تحدد بزمان إجراء تطبيق أداة الدراسة، التي تم تطبيقها في عام 1447هـ.

الحدود المكانية: تقتصر الدراسة الحالية على مدارس التعليم العام الابتدائية بمدينة بريدة.

الخلفية النظرية:

أولاً: علم النفس الإيجابي (Positive Psychology)

1-1 مفهوم علم النفس الإيجابي:

علم النفس الإيجابي هو: "الدراسة العلمية للقوى والفضائل التي تمكن الأفراد، والمجتمعات من الازدهار، ويهتم بالبحوث والتطبيقات التي من شأنها تعزيز حياة أفضل ومساعدة الأفراد على تنمية ما هو أفضل داخل أنفسهم، وتعزيز خبراتهم من الحب والعمل واللعب، ولعلم النفس الإيجابي ثلاثة اهتمامات رئيسية هي: الانفعالات الإيجابية، السمات الفردية، المؤسسات الإيجابية" (عمار، 2016، ص314).

1-2 خصائص علم النفس الإيجابي:

وفقاً لما أشار إليه كلٌّ من مصمودي وباشا (2016) فإن: أهم ملامح علم النفس الإيجابي التي اختصّ بها كما حددها سيلجمان (Seligman) هي:

- يرفض علم النفس الإيجابي النسبية الأخلاقية، ويرى أن هناك سمات أخلاقية معينة تتضمن طرق متعددة للتعبير عنها، وهذه السمات تحظى باعتراف، وتقدير الغالبية العظمى من البشر العاديين في كل الثقافات، والالتزام بهذه السمات، والفضائل الأخلاقية، والتعبير عنها سلوكياً يزيد من احتمالات السعادة.



- يميز علم النفس الإيجابي بين اللذة البدنية، وعملية الإشباع النفسي، والسعادة النفسية الغامرة التي تتحقق للإنسان عندما يعيش حالة التدفق (State of Flow) أثناء التعامل مع مهام، وأعمال تستغرق ذاته لدرجة نسيان الذات، والآخر، والسياق، والوقت.
- يعد علم النفس الإيجابي أحد فروع علم النفس ويركز على تحسين الأداء النفسي الوظيفي العام للإنسان إلى ما هو أبعد من مفهوم الصحة النفسية بمعناه التقليدي، ويهتم علماء علم النفس الإيجابي ببحث محددات السعادة البشرية، والتركيز على العوامل التي تفضي إلى تمكين الإنسان من العيش حياة مرضية، ومشبعة يحقق فيها طموحاته، ويوظف فيها قدراته إلى أقصى حد ممكن، ووصولاً إلى الرضا عن الذات وعن الآخرين وعن العالم بصفة عامة.

1-3 أهداف علم النفس الإيجابي في مجال التطبيق:

- 1- التأثير الإيجابي على حياة العميل، ويعد هذا الهدف هو الهدف المركزي الذي تدور حوله كل الأهداف الأخرى التي سيرد ذكرها.
- 2- زيادة خبرة العميل بالانفعالات الإيجابية، وتعايشه معها، وصناعته لها.
- 3- مساعدة العميل في التعرف على وتنمية وتعزيز مكان قوته، ومواهبه النوعية الفريدة.
- 4- تعزيز توجه العميل نحو وضع الهدف، والمثابرة في استثمار قدراته لتحقيق هدفه.
- 5- بناء، وغرس الشعور بالأمل في التكوين النفسي للعميل.
- 6- تأسيس، وبناء السعادة، والهناء في الحياة في التكوين النفسي للعميل.
- 7- تنمية توجه العميل نحو الامتنان، والعرفان بالفضل لأهله كمسار لطيب الحياة.
- 8- مساعدة العميل على تكوين علاقات بين شخصية إيجابية، وودية مستدامة مع الآخرين.
- 9- تشجيع العميل على تبني نظرية تفاؤلية للحياة في الحاضر، والمستقبل.
- 10- مساعدة العميل على الاستمتاع، وتذوق مذاق كل لحظة إيجابية في حياته (أكرمان، 2020).

ثانيًا: الدعم النفسي الإيجابي (Positive Psychological Support)

1-2 مفهوم الدعم النفسي الإيجابي:

يعرفه رويني وريف (2016). Ruini and Ryff بأنه: "مجموعة من التدخلات والممارسات النفسية المنظمة، التي تهدف إلى تعزيز الجوانب الإيجابية في الشخصية، وتنمية الكفاءة الذاتية، والمرونة النفسية، ومساعدة الفرد على التكيف الإيجابي مع الضغوط الحياتية، وتحسين الرفاه النفسي" (ص154).



2-2 مكونات الدعم النفسي الإيجابي:

يمكن تحديد ثلاثة مكونات للدعم النفسي الإيجابي هي:

- 1-المكون المعرفي (التفكير الإيجابي): يركز هذا المكون على قدرة الفرد على إدراك ذاته وواقعه بصورة إيجابية، والتعامل مع مواقف الحياة وتحدياتها بمرونة وفاعلية. (الحميري، 2020).
- 2-المكون الوجداني (الانفعالات والمشاعر الإيجابية): يهتم هذا المكون بتنمية المشاعر والانفعالات الإيجابية التي تمكن الفرد من استعادة عافيته النفسية وتجدد طاقة إقباله على الحياة (علي، 2017).
- 3-المكون السلوكي (السلوك الإيجابي): يتعلق هذا المكون بترجمة المشاعر والأفكار الإيجابية إلى سلوكيات عملية بناءة، ويهدف إلى دعم السلوكيات التي تعزز التوافق النفسي، والاجتماعي، وتحقيق الفاعلية في مختلف مجالات الحياة (الحميري، 2020).

2-3 مستويات الدعم النفسي الإيجابي:

هناك ثلاثة مستويات للدعم النفسي الإيجابي كما أشار إليها علي (2017) وهي كما يأتي:

أولاً: المستوى الذاتي (Subjective) يدل على الخبرات الذاتية الإيجابية، ويرتبط بتاريخ الإنسان ومسيرته في الماضي والحاضر والمستقبل، ومحكه الخبرة الذاتية المدركة.

ثانياً: المستوى الشخصي (Personal) يدل على السمات الشخصية الإيجابية، مثل: القدرة على الحب، والعمل، وهما مؤشرات الصحة النفسية، وهذا المستوى يتضح في التعامل مع الآخر إنساناً أو حيواناً أو جماداً.

ثالثاً: المستوى الاجتماعي (Social) يدل على الفضائل والقيم والأعراف التي تحرك الفرد نحو مواطنة أفضل.

2-4 أشكال الدعم النفسي الإيجابي:

توصل الأسدي (2023) من خلال المراجعة الشاملة لنتائج الدراسات، والبحوث السابقة التي أجريت على الأثر الواقعي، أو المخفف للدعم النفسي الإيجابي على الاضطرابات النفسية التي يمر بها الفرد في حياته اليومية، ومن خلال عرض الآراء وجهات النظر في هذا الإطار إلى تعدد أشكال الدعم النفسي الإيجابي ما بين الدعم الذاتي وهو دعم الفرد لنفسه من خلال توجيهه وإرشاده لذلك، أو من خلال دعم الآخرين له، وقد توصل إلى أربعة أشكال للدعم النفسي الإيجابي هي: (دعم تقدير الذات (Esteem Support self)، الدعم المعرفي (Information support)، الدعم من خلال الآخرين «الصحة الاجتماعية» (Social Companionship)، الدعم الإجرائي (Instrumental Support)).



ثالثًا: السلوك الانسحابي (Withdrawal Behavior)

3-1 مفهوم السلوك الانسحابي:

يعرفه محمد (2008) بأنه: "سلوك لا توافقي يعني تحرك الطفل بعيدًا عن الآخرين، وانعزاله عنهم، وانغلاقه على ذاته، وعدم رغبته، بل وعدم قدرته في أحيان كثيرة على إقامة علاقات، أو صداقات تربطه بهم، أو تجعله يندمج معهم، واجتنابه للمواقف الاجتماعية التي تجمعهم بهم وابتعاده عنها" (ص6). ووفقًا لمقياس محمد (2008) للسلوك الانسحابي هناك عاملين للسلوك الانسحابي هما: (الانسحاب من المواقف الاجتماعية- والانسحاب من التفاعلات الاجتماعية).

3-2 مكونات السلوك الانسحابي:

للسلوك الانسحابي أربعة مكونات كما أشار إلى ذلك كلٌّ من قاسم ومجيد (2022) وهي كالآتي:

1- السلوكي: مثل تجنب المواقف الاجتماعية التي تثير الخوف لدى الشخص الخجول، وعدم تعبيره عن مشاعره وأفكاره.

2- الفسيولوجي: مثل الزيادة في ضربات القلب وجفاف الفم والارتجاف عند التعرض للمواقف الاجتماعية.

3- المعرفي: كالأفكار التي يحملها الفرد عن الموقف وتؤثر في قدرته على التواصل.

4- الانفعالي: كالشعور بالاكئاب، والخجل، الانسحاب.

3-3 خصائص الطفل الانسحابي:

يميل الطفل الانسحابي إلى العزلة وضعف تكوين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، ويتسم بالخوف والتردد، ولا يمتلك القدرة على الدفاع عن نفسه، ولا يظهر ميولًا قيادية، كما يعاني من انخفاض الدافعية، وظهور مشاعر النقص، وضعف الثقة بالنفس، ونقص التوكيدية، وعدم القدرة على التعبير الإيجابي عن الذات، ويميل إلى الوحدة، والبعد عن الآخرين، ويتجنب إقامة علاقات اجتماعية، أيضًا يتسم بانخفاض مستوى اللياقة الاجتماعية، وأكثر عرضة للقلق والاكتئاب، كما يتسم بالبطء في الحديث مع الآخرين، وتفادي النظر في أعين الآخرين مباشرة، ويفتقر إلى الصداقات، ويواجه صعوبات في التحدث والتواصل اللفظي (قاسم ومجيد، 2022).

3-4 أسباب السلوك الانسحابي:

أسباب السلوك الانسحابي وفق ما أشارت له محمد وآخرون (2022) كالتالي:

1- العوامل الوراثية: قد يمتلك بعض الأطفال استعدادًا فطريًا ووراثيًا يجعلهم أكثر ميلًا للانطواء والانسحاب مقارنةً بغيرهم من الأطفال.



2-العوامل البيئية المكتسبة: تسهم الخبرات الاجتماعية السلبية المبكرة في تعزيز السلوك

الانسحابي لدى الطفل.

3-العوامل الأسرية: ترتبط بعض العوامل الأسرية بظهور السلوك الانسحابي، مثل القسوة، أو

رفض الوالدين للطفل.

دراسات سابقة:

أولاً: الدراسات ذات الصلة بالدعم النفسي الإيجابي:

هدفت دراسة علي (2017) إلى بناء ودراسة فعالية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي لخفض الكمالية العصبية لدى الفئات بالمرحلة الثانوية، وأجريت على (30) تلميذة من الفئات بالمرحلة الثانوية، واستخدمت مقياس الكمالية العصبية من إعداد الباحث، بالإضافة إلى برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي، إذ أظهرت النتائج أن حجم التأثير الكبير للبرنامج الإرشادي في خفض الكمالية العصبية لدى الفئات بالمرحلة الثانوية.

وهدف دراسة هواب وفابيلا (2019) Huab and Fabella إلى بناء برنامج تدخل استباقي قائم على

نموذج

(بيرما PERMA) في علم النفس الإيجابي، وذلك بهدف تعزيز الرفاهية النفسية لدى التلاميذ، واعتمد البرنامج على تنمية الأبعاد الخمسة لنموذج بيرما وهي (المشاعر الإيجابية، والاندماج، والعلاقات الإيجابية، والمعنى، والإنجاز)، وتكونت العينة من (30) تلميذة من تلاميذ الصف التاسع في الفلبين، الذين حصلوا على أدنى الدرجات في مقياس الرفاهية الذي كان من إعداد باحثي الدراسة، وتم اخضاعهم لبرنامج التدخل وتم قياس فعالية البرنامج من بين أبعاد (بيرما PERMA) الخمسة، وقد أظهرت النتائج وجود تحسن دال إحصائياً في درجات التلاميذ في القياس البعدي على جميع أبعاد النموذج، مما يشير إلى فاعلية البرنامج في تعزيز الرفاهية النفسية لدى التلاميذ.

كما هدفت دراسة جبريل وشواش (2020) إلى تصميم برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم

النفس

الإيجابي لخفض القلق الاجتماعي، وأجريت الدراسة على عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية المتعلمين تراوحت أعمارهم بين (7-8) أعوام، وعددها (20) تلميذة، واستخدمت اختبار الذكاء من إعداد إجلال سري، ومقياس التلثم إعداد منى توكل، ومقياس القلق الاجتماعي للمتلعثمين إعداد الباحثين، وبرنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتلعثمين، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على بعض فنيات علم النفس



الإيجابي المستخدم لخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتلعثمين، الذي أدى إلى إكساب التلاميذ المتلعثمين الفنيات اللازمة لخفض القلق الاجتماعي والتلعثم لديهم.

ودراسة نجف (2022) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وأجريت الدراسة على مجموعة تجريبية بلغ عددها (10) تلاميذ ومجموعة ضابطة بلغ عددها (10) تلاميذ، واستخدمت الدراسة مقياس الرفاه النفسي وبرنامج العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي، وأظهرت النتائج فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لصالح المجموعة التجريبية.

ودراسة الأسدي (2023) التي هدفت إلى التعرف إلى فاعلية البرنامج القائم على الدعم النفسي الإيجابي في تنمية الشعور بمعنى الحياة لدى المرشدين التربويين، وتكونت عينة البحث التجريبية من (60) مرشداً ممن حصلوا على درجة أدنى من المتوسط الفرضي، واستخدمت مقياس معنى الحياة إعداد الباحث، والبرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي المستخدم في تنمية معنى الحياة لدى المرشدين التربويين.

كما هدفت دراسة زكي وآخرين (2023) التي هدفت إلى التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي قائم على استخدام فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الكفاءة الاجتماعية، وخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية على عينة تكونت من (25) تلميذاً، واستخدمت مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الكفاءة الاجتماعية إعداد مجدي حبيب (2003)، والبرنامج الإرشادي القائم على استخدام فنيات علم النفس الإيجابي، وأسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج التدريبي القائم على فنيات علم النفس الإيجابي في تحسين الكفاءة الاجتماعية، وخفض القلق لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية.

ودراسة تيرنر وآخرين (2023) Turner et al التي هدفت إلى استعراض الأدبيات المتعلقة بالعلاقة

بين أبعاد

نموذج (بيرما PERMA) (المشاعر الإيجابية، الاندماج، العلاقات، المعنى، الإنجاز) وكلٌّ من رفاه الأطفال، والمرونة النفسية، والصحة النفسية، واعتمدت الدراسة على منهج المراجعة المسحية، إذ تم تحليل (190) دراسة من أصل أكثر من (20 ألف) دراسة جرى فحصها، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين مكونات (بيرما PERMA) ومستويات الرفاه، والمرونة لدى الأطفال، وعلاقة سلبية مع أعراض الاضطرابات النفسية، ووجود فجوات بحثية في بعض الأبعاد خاصة بعدي الاندماج والمعنى، وأن نموذج (بيرما PERMA) يمثل إطاراً واعداً لتعزيز الصحة النفسية، والوقاية من المشكلات النفسية في مرحلة الطفولة.

ثانيًا: الدراسات ذات الصلة بالسلوك الانسحابي:

هدفت دراسة بوث-لافورس وأوكسفورد (2008) Booth-LaForce and Oxford إلى الكشف عن مسارات تطور السلوك الانسحابي لدى الأطفال من الصف الأول إلى السادس، والتنبؤ به في ضوء بعض العوامل المبكرة مثل أساليب التربية الوالدية، والتعلق، والمزاج، واعتمدت المنهج الطولي باستخدام بيانات (1092) طفلاً ضمن مشروع الدراسة الوطنية لرعاية الطفولة المبكرة وتنمية الشباب، كما استندت إلى تقارير المعلمين في قياس السلوك الانسحابي عبر الصفوف من الأول إلى السادس، وأظهرت النتائج وجود ثلاثة أنماط لمسار السلوك الانسحابي تمثلت في: نمط طبيعي لدى معظم الأطفال بنسبة (86٪) إذ ظل مستوى السلوك الانسحابي منخفضاً ومستقرًا، ونمط متناقص بنسبة (5٪) إذ كان مستوى السلوك الانسحابي مرتفعاً ومن ثم أخذ في الانخفاض، ونمط متزايد بنسبة (9٪) إذ كان مستوى السلوك الانسحابي منخفضاً ثم أخذ في الارتفاع مع مرور الوقت، كما أظهرت أن بعض العوامل المبكرة مثل الخجل في مرحلة ما قبل المدرسة، وضعف الضبط الكايح، وأساليب التربية غير الحساسة تسهم في التنبؤ بمسارات السلوك الانسحابي، وأن الأطفال في المسار المتزايد كانوا أكثر عرضة للشعور بالوحدة والاستبعاد من قبل الأقران.

وهدف دراسة فضل الله وآخرين (2017) إلى إعداد برنامج إرشادي معرفي سلوكي لخفض السلوك الانسحابي لدى عينة من التلاميذ العاديين، والمتأخرين دراسياً بالصف السادس الابتدائي، وتحسين مستوى التحصيل الدراسي لديهم، وتكونت عينة الدراسة من (30) تلميذاً وتلميذة من المتأخرين دراسياً والعاديين بالمرحلة الابتدائية، الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس السلوك الانسحابي للأطفال، واستخدم الباحثون القدرة العقلية إعداد فاروق عبدالفتاح (1989)، وكذلك مقياس السلوك الانسحابي للأطفال إعداد الباحثين، و البرنامج المعرفي السلوكي لخفض السلوك الانسحابي، وتوصلت إلى أن: البرنامج الإرشادي فعال في تحسين التحصيل الدراسي لدى التلاميذ، وخفض السلوك الانسحابي لديهم وترجع فضل الله ذلك إلى: تعديل بعض الأفكار السلبية لدى التلاميذ، و مواجهة الضغوط المدرسية، والتدريب على التعاون، والمشاركة، والتفاعل الاجتماعي، وتكوين صداقات، وارتفاع تقدير الذات لديهم، مما ينعكس ايجابياً على مجمل حياة هؤلاء التلاميذ، ويحسن من توافقهم، وصحتهم النفسية، وبالتالي يعمل على تحسين مستواهم التحصيلي.

ودراسة محمد (2020) التي هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج قائم على أنشطة اللعب لتحسين مهارات التفاعل الاجتماعي لدى أطفال ما قبل المدرسة ذوي السلوك الانسحابي، من خلال التطبيق على (24) طفلاً من ذوي السلوك المنسحب، واستخدمت مقياس السلوك الانسحابي إعداد طه محمد، ومقياس التفاعل الاجتماعي إعداد الباحثة، وبرنامجاً قائماً على أنشطة اللعب، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج في تحسين التفاعل الاجتماعي لأطفال ما قبل المدرسة ذوي السلوك الانسحابي.



ودراسة محمد وآخرين (2022) التي هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج تدريبي للحد من مظاهر السلوك الانسحابي لدى أطفال ما قبل المدرسة المحرومين من الرعاية الأسرية، وأجريت على (8) أطفال من الذكور والإناث، واستخدمت الدراسة بطاقة ملاحظة للسلوك الانسحابي لأطفال ما قبل المدرسة المحرومين من الرعاية الأسرية إعداد الباحثين، والبرنامج الإرشادي، وتوصلت إلى: فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض مظاهر القلق والسلوك الانسحابي، من خلال أنشطة التكامل الحسي التي أعدت لهذه الفئة من الأطفال، التي أثبتت فاعليتها معهم.

كما هدفت دراسة سوزا وآخرين (2023) Sousa, et al إلى اختبار فاعلية برنامج تعلّم اجتماعي وعاطفي

شامل (PAUMS SEL Program) في خفض الانسحاب، والقلق الاجتماعي لدى المراهقين، مع فحص مناخ المدرسة كعامل مؤثر في فاعلية البرنامج، وشملت العينة (704) تلاميذ من الذكور والإناث من الصفين السابع، والثامن في المدارس البرتغالية، خضعوا لتقييم قبلي وبعدي وتابعت بعد سبعة أشهر، باستخدام تقارير ذاتية وتقارير معلمين، وظهرت النتائج تحسناً ملحوظاً في كل من الانسحاب، والقلق الاجتماعي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، كما تبين أن العلاقات الإيجابية بين المعلم، والتلميذ كانت عاملاً مساعداً على زيادة فاعلية البرنامج في خفض القلق الاجتماعي.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح استعراض الدراسات السابقة المرتبطة بالدعم النفسي الإيجابي والسلوك الانسحابي وجود اهتمام بتوظيف البرامج الإرشادية القائمة على تنمية الجوانب الإيجابية في شخصية الطفل بوصفها مدخلاً وقائياً وعلاجياً، فقد أكدت دراسات مثل هواب وفابيلا (2019) Huab and Fabella، وجبريل وشواش (2020)، وزكي وآخرين (2023) فاعلية البرامج المستندة إلى مبادئ علم النفس الإيجابي في تعزيز الرفاه النفسي، وتنمية المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى التلاميذ. كما أظهرت دراسة هواب وفابيلا (2019) Huab & Fabella، ودراسة تيرنر وآخرين (2023) Turner et al ارتباط نموذج (بيرما PERMA) إيجابياً بمستويات الرفاه، والمرونة النفسية لدى الأطفال، مما يدعم ملاءمته في البرامج الإرشادية المدرسية.

أما فيما يتعلق بالسلوك الانسحابي، فقد أشارت دراسة بوث-لافورس وأوكسفورد (2008) Booth-

LaForce

and Oxford إلى تأثره بعدد من العوامل النفسية والأسرية، مؤكدة أهمية التدخل المبكر، كما بينت دراسات تدخلية مثل سوزا وآخرين (2023) Sousa et al، وفضل الله وآخرين (2017)، ومحمد (2020) فاعلية البرامج الإرشادية في خفض السلوك الانسحابي، مع ذلك، تشير الأدبيات -بحسب إطلاع الباحثة- إلى

ندرة الدراسات التي تناولت خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية من خلال برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي المستند إلى نموذج (بيرما PERMA) ، وهو ما تسعى إليه الدراسة الحالية.

فروض الدراسة:

1-توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي باتجاه المجموعة التجريبية.

2-توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي باتجاه القياس البعدي.

3- لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياسين البعدي، والتبقي على مقياس السلوك الانسحابي.

إجراءات الدراسة:

أولاً/ منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج شبه التجريبي الذي يهدف إلى التحقق من فاعلية برنامج قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.

ثانياً/ عينة الدراسة:

عينة التحقق من الخصائص السيكومترية:

هدفت الدراسة الاستطلاعية للتأكد من فهم من يقوم بتطبيق المقياس (المعلم، أو الاختصاصي، أو أحد الوالدين) على التلميذات (عينة البحث) لتعليمات مقياس السلوك الانسحابي المستخدم في الدراسة الحالية، وفهم كيفية الاستجابة عليه، والتأكد من وضوح عبارات المقياس وفهم المستجيب لكل عبارة من عبارات المقياس، والتأكد من الخصائص السيكومترية من صدق وثبات للمقياس، وتكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (144) تلميذة، من الصف الأول، والثاني، والثالث الابتدائي، تراوحت أعمارهن بين (6) إلى (9) أعوام، بمتوسط عمري (7.67) عامًا، وانحراف معياري (0.65)، وطبق عليهن المقياس في الفصل الأول للعام الدراسي 1447هـ، وفيما يأتي جدول تفصيلي لعينة الدراسة الاستطلاعية:



جدول (1)

عينة الدراسة الاستطلاعية:

الصف	العدد
أول ابتدائي	39 تلميذة.
ثاني ابتدائي	42 تلميذة.
ثالث ابتدائي	63 تلميذة.

عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (12) تلميذة، ممن أظهرن درجة مرتفعة في مستوى السلوك الانسحابي على المقياس، وتم تقسيم التلميذات إلى مجموعتين إحداهما تجريبية تكونت من (6) تلميذات، والأخرى ضابطة تكونت أيضاً من (6) تلميذات، وللتحقق من تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة، تم استخدام اختبار (مان-ويتني Mann-Whitney) لمقارنة درجتهما في القياس القبلي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغت قيمة الدلالة الإحصائية ($p=0.065$)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($a=0.05$)، مما يدل على تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

الأدوات المستخدمة في الدراسة:

أولاً: مقياس السلوك الانسحابي للأطفال (الأطفال العاديون وذوو الاحتياجات الخاصة) إعداد

محمد (2008):

تم إعداد المقياس للتعرف بشكل دقيق على السلوك الانسحابي لدى الأطفال من مرحلة الروضة وخلال مرحلة

الطفولة وحتى نهايتها، ويتألف من (20) عبارة موزعة على بعدين هما:

البعد الأول: الانسحاب من المواقف الاجتماعية، ويتمثل في العبارات: (1-4-5-8-9-11-13-14-16-

19).

البعد الثاني: الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية، ويتمثل في العبارات: (2-3-6-7-10-12-15-17-

20-18).

طريقة تصحيح المقياس:

تطبيق المقياس يتم عن طريق الاختصاصي النفسي، أو أحد المعلمين وثيقي الصلة بالطفل، أو أحد الوالدين، ويوجد أمام كل عبارة ثلاثة خيارات هي (نعم - أحياناً - مطلقاً) تحصل على الدرجات (2-1-صفر) على التوالي، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس بين صفر-40 درجة، إذ إن الدرجة المرتفعة تعكس

زيادة معدل ومستوى السلوك الانسحابي لدى الطفل، وكلما قلت الدرجة على المقياس يقل معدل السلوك الانسحابي.

الخصائص السيكومترية للمقياس في دراسته الأصلية محمد (2008): 1-الصدق:

بلغت نسبة اتفاق المحكمين على عبارات المقياس بين 95-100٪، وأظهرت نتائج الصدق التلازمي وجود ارتباط دال إحصائيًا عند (0.01) بين درجات أفراد العينة (ن=74) في المقياس الحالي وبين درجاتهم على مقياس التفاعلات الاجتماعية للأطفال لمعد المقياس الحالي بلغت قيمته (-0.763). كما بلغت قيمة معامل الارتباط بين تقدير الاختصاصي وتقديرات أولياء الأمور (0.624)، أما بالنسبة للصدق التمييزي الذي يقيس قدرة المقياس على التمييز فقد بلغت قيمة (ت) الدالة على ذلك (9.39) وذلك بعد تقسيم درجات أفراد العينة بعد ترتيبها تنازليًا إلى مستويين يمثل الأول منها نسبة ال (50%) الأعلى (ن=37. م =30.55. ع=91.6) ويمثل الثاني نسبة ال (50%) الأدنى (ن=37. م =12.17. ع =11.5) ومن الجدير بالذكر أن جميع هذه النسب دالة إحصائيًا عند (0.01)، ومن ناحية أخرى فقد أوضحت نتائج التحليل العاملي أن عبارات هذا المقياس تشبع على عاملين إثنين هما الانسحاب من المواقف الاجتماعية، والانسحاب من التفاعلات الاجتماعية، ويوضح الجدول الآتي قيم تشبعات عبارات المقياس على العاملين وذلك بعد التدوير المتعامد بطريقة فاريمكس.

جدول (2)

مصفوفة العوامل المستخرجة من المصفوفة الارتباطية لبنود مقياس السلوك الانسحابي للأطفال
بعد التدوير المتعامد (بطريقة فاريمكس)

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	قيم الشبوع
1	0.57	0.11	0.34
2	0.24	0.73	0.58
3	0.31	0.50	0.35
4	0.62	0.17	0.41
5	0.67	0.22	0.50
6	0.23	0.59	0.41
7	0.34	0.68	0.58
8	0.53	0.19	0.31
9	0.68	0.39	0.61
10	0.16	0.70	0.52



0.38	0.11	0.60	11
0.37	0.52	0.31	12
0.31	0.28	0.48	13
0.54	0.20	0.71	14
0.40	0.60	0.21	15
0.34	0.21	0.55	16
0.45	0.66	0.12	17
0.23	0.54	0.21	18
0.42	0.12	0.64	19
0.22	0.54	0.16	20
8.47	4.17	4.28	الجذر الكامن
42.35	20.85	21.40	نسبة التباين

وبذلك يتضح أن هذا المقياس يتمتع بمعدلات صدق وثبات مناسبة يمكن الاعتماد والوثوق بها.
2-الثبات:

تدل معدلات الثبات التي تم التوصل إليها على أن هذا المقياس يتمتع بمعدلات ثبات مناسبة يمكن الاعتماد بها إذ بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الاختبار على عينة (ن=74) من أطفال الروضة والمرحلة الابتدائية وذلك بعد مرور ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول (0.743) وباستخدام معادلة KR-20 بلغ (0.662)، وبطريقة (ألفا كرونباخ Cronbach Alpha) (0.691) وبطريقة التجزئة النصفية بلغ (0.678)، وجميعها نسب دالة عند (0.01)

وأوضحت نتائج الاتساق الداخلي أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.22 – 0.94).

جدول (3)

قيم (ر) بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي)

م	ر	م	ر	م	ر	م	ر
1	0.91	6	0.75	11	0.55	16	0.62
2	0.94	7	0.41	12	0.87	17	0.22
3	0.47	8	0.63	13	0.58	18	0.53
4	0.88	9	0.86	14	0.93	19	0.28
5	0.29	10	0.90	15	0.47	20	0.85

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

تم حساب معاملات الصدق والثبات في الدراسة الحالية كما يأتي:

أ. الصدق:

تم حساب معاملات الصدق لمقياس السلوك الانسحابي للأطفال من إعداد محمد (2008) في الدراسة الحالية بأكثر من طريقة، إذ تم حساب الصدق الظاهري، أو صدق المحكمين، وذلك للتأكد من سلامة صياغة العبارات ومناسبتها لموضوع الدراسة ولطبيعة العينة التي سيتم تطبيق المقياس عليها، كما تم حساب الاتساق الداخلي للتأكد من تجانس العبارات مع الأبعاد، والأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، وفيما يلي وصف ذلك:

صدق المحكمين:

تم عرض المقياس على (5) محكمين من المحكمين المختصين في علم النفس، بهدف الحصول على آرائهم حول مدى وضوح العبارات، وسلامة صياغتها اللغوية، وملاءمتها للبيئة السعودية، وطبيعة الفئة المستهدفة، والحصول على رأيهم في مناسبة العبارات لأبعاد المقياس وموضوعه، وبعد مراجعة آراء المحكمين واحتساب نسبة الاتفاق فيما بينهم، بلغت نسبة الاتفاق (80%) فأعلى، وبناءً على ذلك لم تجز أي تعديلات على أي من عبارات المقياس، إذ لم تصل نسبة الاتفاق بين المحكمين للنسبة المطلوبة للتعديل.

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين درجات العبارات لكل بعد، والدرجة الكلية للبعد بعد حذف درجات العبارات، وعن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجات الأبعاد، وكانت قيم معاملات الارتباط كما يأتي:

جدول (4)

قيم معاملات ارتباط العبارات بالدرجات الكلية للأبعاد التي تنتهي إليها (بعد حذف درجات العبارات من

درجة البعد الخاص بها) على مقياس السلوك الانسحابي:

البعد الأول		البعد الثاني	
الانسحاب من المواقف الاجتماعية		الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	0.895	2	0.854
4	0.906	3	0.810
5	0.875	6	0.881
8	0.808	7	0.868



البعد الأول		البعد الثاني	
الانسحاب من المواقف الاجتماعية		الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية	
9	0.892	10	0.864
11	0.882	12	0.823
13	0.869	15	0.826
14	0.835	17	0.760
16	0.921	18	0.877
19	0.780	20	0.865

يتضح من الجدول (4) أنه عند حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة، والدرجة الكلية للبعد بعد

حذف درجة

العبارة، قد تراوحت الدرجة لمعامل الارتباط بين (0.92) و (0.76) وجميعها كانت أعلى من (0.30)، مما يشير

إلى تجانس، واتساق عبارات كل بعد من أبعاد المقياس فيما بينها.

جدول (5)

قيم معاملات ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس (بعد حذف درجة البعد من الدرجة الكلية للمقياس):

البعد الأول	البعد الثاني
الانسحاب من المواقف الاجتماعية	الانسحاب من التفاعلات الاجتماعية
0.975	0.975

دالة عند مستوى (0.01)

يتضح من الجدول (5) أن معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد، والدرجة الكلية للمقياس بعد

حذف درجة البعد منها معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) مما يدل على الاتساق الداخلي

لأبعاد المقياس.

ب. الثبات:

تم حساب معاملات الثبات لمقياس السلوك الانسحابي للأطفال في الدراسة الحالية بطريقة (ألفا

كرونباخ Cronbach Alpha)، وكانت معاملات الثبات كما يأتي:

جدول (6)

قيمة معامل الثبات (ألفا كرونباخ Alpha Cronbach) لمقياس السلوك الانسحابي للأطفال:

عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
20	0.984



يتضح من جدول (6) أن لمقياس السلوك الانسحابي للأطفال قيمة معامل ثبات مرتفعة إذ تشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة ممتازة من الثبات، مما يؤكد إمكانية استخدامه في الدراسة الحالية.

ت. تصحيح المقياس في الدراسة الحالية:

في الدراسة الحالية لم تختلف طريقة تصحيح المقياس ومدى الدرجات (أصغر درجة وأكبر درجة) عن طريقة تصحيحه ومدى الدرجات في الدراسة الأصلية لمحمد (2008). ملحق (1).

ثانيًا: البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي لخفض السلوك الانسحابي، (إعداد

الباحثة).

الفئة المستهدفة:

تلميذات المرحلة الابتدائية ذوات السلوك الانسحابي.

مكان تنفيذ البرنامج الإرشادي:

مدارس التعليم العام لتلميذات المرحلة الابتدائية في مدينة بريدة.

فلسفة البرنامج الإرشادي:

اعتمد البرنامج الحالي على الدعم النفسي الإيجابي في ضوء نموذج الازدهار (PERMA) الذي

قدمه

سليجمان (Seligman) في نظرية الرفاه النفسي، الذي يفترض أن تعزيز الانفعالات الإيجابية، وتنمية الاندماج، وبناء العلاقات الإيجابية، وإيجاد المعنى، وتحقيق الشعور بالإنجاز، يسهم في رفع مستوى الرفاه النفسي، وتحسين التكيف السلوكي، والاجتماعي، ويستهدف البرنامج تنمية هذه الأبعاد الخمسة من خلال مجموعة من الأنشطة التفاعلية، والألعاب الجماعية، والقصص التربوية، والتدريبات العملية الملائمة للخصائص النمائية لتلميذات المرحلة الابتدائية، بما يسهم في تعزيز الثقة بالنفس، وتنمية المهارات الاجتماعية، وزيادة المشاركة الصفية، ومن ثم خفض حدة السلوك الانسحابي لديهن، وبذلك يمثل البرنامج محاولة تطبيقية تستند إلى إطار نظري معاصر، وتوظف استراتيجيات إيجابية عملية، بهدف دعم النمو النفسي، والاجتماعي للتلميذات في هذه المرحلة الحساسة من النمو.

مراحل البرنامج وفق نموذج (بيرما PERMA):

اعتمد البرنامج الإرشادي على مراحل تطبيقية منظمة، تم في كل مرحلة تفعيل أحد أبعاد نموذج

(بيرما PERMA)

الخمسة، وفق تسلسل منظم، وكانت كالآتي:

المرحلة الأولى: المشاعر الإيجابية (Positive Emotions)

المرحلة الثانية: الاندماج (Engagement)



المرحلة الثالثة: العلاقات (Relationships)

المرحلة الرابعة: المعنى والغرض (Meaning and Purpose)

المرحلة الخامسة: الإنجاز (Achievement)

محتوى البرنامج الإرشادي:

التدخلات النفسية الإيجابية المستخدمة في البرنامج:

حسب ما أشار إليه باركس وتيتوفا (2022/2016) فيمكن تقسيم التدخلات النفسية الإيجابية إلى

سبع فئات رئيسة وهي كالآتي:

1- التذوق Savoring: التركيز الواعي على الخبرات الإيجابية، وتعزيز الاستمتاع بها، مما يسهم في

إطالة أثر المشاعر الإيجابية المرتبطة بالمواقف اليومية.

2- الامتنان Gratitude: تنمية مشاعر الشكر والتقدير تجاه الأشخاص، والمواقف الإيجابية، من

خلال أنشطة تساعد على ملاحظة الجوانب الإيجابية في الحياة.

3- اللطف Kindness: تشجيع القيام بسلوكيات إيجابية قائمة على العطاء، والمساعدة، بما يعزز

المشاعر الإيجابية، والعلاقات الاجتماعية.

4- التعاطف Empathy: تنمية القدرة على تفهم مشاعر الآخرين، ومشاركتهم وجدانيًا؛ مما يسهم في

تعزيز التفاعل الاجتماعي الإيجابي.

5- التفاؤل Optimism: تعزيز التفكير الإيجابي نحو المستقبل، وبناء توقعات إيجابية؛ مما يدعم

الأمل والدافعية.

6- نقاط القوة Strengths: المساعدة في التعرف على نقاط قوة الشخصية، وتوظيفها في المواقف

المختلفة.

7- المعنى Meaning: تعزيز فهم ما يضيف معنى وقيمة لحياة الفرد، والإحساس بقيمة ما يقوم به،

وربطه بمعنى أوسع؛ مما يسهم في شعوره بالرضا، والالتزان النفسي.

وقد تم توظيف هذه التدخلات بصورة تطبيقية، بما يتناسب مع طبيعة البرنامج وأهدافه، ومراحله.

الفنيات المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

1- المناقشة الجماعية Group Discussion: عملية المناقشة في جماعة صغيرة تتيح فرصة المشاركة

بين الأعضاء وبين المرشد، إلى جانب تنشيط التفاعل الاجتماعي والتأثير المتبادل بين أفراد الجماعة

الإرشادية؛ إذ يصبح كل فرد من أفراد الجماعة مصدرًا من مصادر الإرشاد، إضافة إلى إمكانية تعزيز شعور

الأفراد بالأمن والثقة (فوضيل، 2016).



2-التعزيز الإيجابي Positive Reinforcement: "أي فعل يؤدي إلى تكرار، وزيادة ممارسة الفرد

لسلوك معين نتيجة للنتائج الإيجابية التي تعود عليه مثل: كلمات المديح، أو إعطائه بعض الحلوى" (محمد، 2020، ص766).

3-الواجب المنزلي Homework: تؤكد ما اكتسبه الفرد أثناء البرنامج الإرشادي، وتعبّر عن الممارسة

العملية لما يتم في البرنامج الإرشادي، أي التطبيق العملي لما اكتسبه الفرد في الجلسات في حياته العادية (الحميري، 2020).

4-العصف الذهني Brainstorming: "أسلوب تعليمي يعمل على إثارة التفكير في كل الاتجاهات

لتوليد أكبر عدد من الأفكار حول موضوع معين" (الزبيدي، 2010، ص411).

5- لعب الدور Role Playing: "يمثل منهجًا من مناهج التعلم الاجتماعي، يدرّب بمقتضاه الطفل

على تمثيل جوانب من المهارات الاجتماعية حتى يتقنها" (محمد، 2020، ص767).

6- التغذية الراجعة Feedback: "استجابة ضمن نظام يعيد إلى المعطى جزءًا من الناتج، وهذه

الاستجابة تؤثر على استمرار النشاط، واستمرار الإنتاجية لذلك النظام" (سلطان، 2008، ص24).

7- الاسترخاء Relaxation: "هو شعور بالاستقرار النفسي عن طريق إرخاء عضلات، وأعصاب

الجسم تمامًا، ويشير للتوقف الكامل لكل الانقباضات، والتقلصات العضلية المصاحبة للتوتر" (الغامدي، 2016، ص256).

الاساليب الارشادية المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

1-الألعاب المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

- منها ما كان بالرجوع إلى وكالة الأمم المتحدة لإغاثة، وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى (2016) وهي الألعاب الآتية: (لعبة تقليد التصفيق، الممثل البار، تسرب البالون البطيء، قلم في زجاجة، الحلقة المتجولة).

- منها ما كان من إعداد الباحثة وهي الألعاب الآتية: (لعبة رمي البالون، لعبة تحديد الهدف).

- منها ألعاب متعارف عليها ولم يكن لها مرجع معين وهي الألعاب الآتية:

(مكعبات المشاعر، تحديد الفروقات بالصور، لعبة المهن).

2-الأنشطة المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

- منها ما كان بالرجوع إلى وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى (2016) وهي الأنشطة الآتية:

(لوحة الإعلانات المتحركة، تحدياتنا حلولنا، رسم المنزل والشجرة والشمس، أنا لذي وأستطيع).



- منها ما نشر في مقطع تيك توك وهو النشاط الآتي: الماء العكر. نشر في مقطع تيك توك (Nour (Arida, 2023).
- منها ما كان من إعداد الباحث وهي الأنشطة الآتية:
(أين أنا، صنع هدايا للصديقات، مشاعر الصندوق سنان، تصميم بطاقة شكر ومحبة).
- منها ما أعدته الباحثة بعد الرجوع إلى ما ذكره باركس وتيتوفا (2022/2016) عن التدخلات النفسية الإيجابية (التذوق، والامتنان) وهي الأنشطة الآتية: (نشاط طعامي المفضل، نشاط أحب مدرستي).
- منها أنشطة متعارف عليها ولم يكن لها مرجع معين وهي الأنشطة الآتية: (مفاجأة الصندوق، العجلة الدوارة).
- منها ما تم نشره على أحد الصفحات الإلكترونية وهو النشاط الآتي: سلم الأهداف (Ashley (Cullins,2025).

3-الأنشطة القصصية المستخدمة في البرنامج الإرشادي:

- 1-شعور فاطمة بالخوف والحزن. (كتابة الباحثة)
- 2- إكمال قصة الأرنبة ميمي. (إعداد الباحثة)
- 3- لانا لم تعد وحيدة. (الوادي، 2024)
- 4- لا تخش العقبات. نشر في مقطع فيديو على يوتيوب (قصص بالعربي، 2024)
- 5- الصبر والمثابرة. (الرويشد، 2010)

تقييم البرنامج الإرشادي:

تم تقييم البرنامج باستخدام مقياس السلوك الانسحابي للأطفال (العاديون وذوو الاحتياجات الخاصة) إعداد عادل عبد الله محمد (2008) على عدة مراحل وهي كالآتي: (تقييم قبلي وبعدي وتتبعي)، كما تم تقييم البرنامج أثناء الجلسات الإرشادية، تقييم مرحلي من خلال التغذية الراجعة، وتوجيه بعض الأسئلة للتأكد من فهم، واستيعاب التلميذات لمحتوى الجلسة.

المدة الزمنية للبرنامج: تضمن البرنامج (17) جلسة، تم تنفيذها خلال شهرين بواقع جلستين إلى ثلاث جلسات في الأسبوع، وتتراوح المدة الزمنية للجلسة من (30) إلى (55) دقيقة.

مصادر إعداد البرنامج:

اعتمدت الباحثة في بناء البرنامج الإرشادي على عدة مصادر منها:

الإطار النظري للدراسة، والاطلاع على مراجع ودراسات ركزت على الدعم النفسي الإيجابي منها (علي

2017

الأسدي 2023)، وكذلك مراجع ودراسات ركزت على الازدهار النفسي والرفاه النفسي منها (نجف 2022)، والاطلاع على دراسات ركزت على نموذج (بيرما PERMA) على وجه التحديد ومنها (هواب وفابيلا 2019 Huab & Fabella؛ تيرنر وآخرون 2023 Turner et al)، والعديد من الدراسات التي تناولت برامج إرشادية للمرحلة العمرية المختارة نفسها ومنها (جبريل وشواش 2020؛ نجف 2022؛ زكي وآخرون 2023)، ودراسات اختبرت فاعلية برامج لعلاج مشكلة السلوك الانسحابي لدى الأطفال ومنها (فضل الله وآخرون 2017؛ محمد 2020؛ محمد وآخرون 2022)، وبعض المراجع والكتب الخاصة بأنشطة وألعاب الأطفال.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

للتحقق من صحة الفروض المحددة والتحقق من الوصول إلى أهداف البرنامج الإرشادي، استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية: (المتوسطات والانحرافات المعيارية، واختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test، واختبار مان ويتني Mann-Whitney Test).

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض نتيجة الفرض الأول:

نص الفرض الأول على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي باتجاه المجموعة التجريبية."

وللتحقق من صحة الفرض، طُبّق اختبار (مان-ويتني Mann-Whitney)، في الكشف عن متوسطي

رتب

درجات المجموعتين التجريبية، والضابطة في القياس البعدي.

ولحساب حجم الأثر في اختبار (مان-ويتني Mann-Whitney) تم استخدام معامل التأثير (r)

$$r = \frac{|Z|}{\sqrt{n}}$$

المستمد من قيمة (z) الناتجة عن الاختبار وفق المعادلة:

حيث تمثل |Z| القيمة المطلقة لـ (Z)، وتمثل (N) العدد الكلي للأفراد في المجموعتين، وتستخدم قيم

(r) لتقدير قوة الأثر وفقاً لمعايير كوين (Cohen)، حيث يشير (r = 0.3 > 0.1) إلى أثر صغير، و (r = 0.5 > 0.3)

إلى أثر متوسط، و (r = > 0.05) إلى أثر كبير (Pallant, 2020; Field, 2018).



جدول (8)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات تلميذات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي:

المجموعة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التجريبية	6	7.67	3.45
الضابطة	6	33.50	3.56

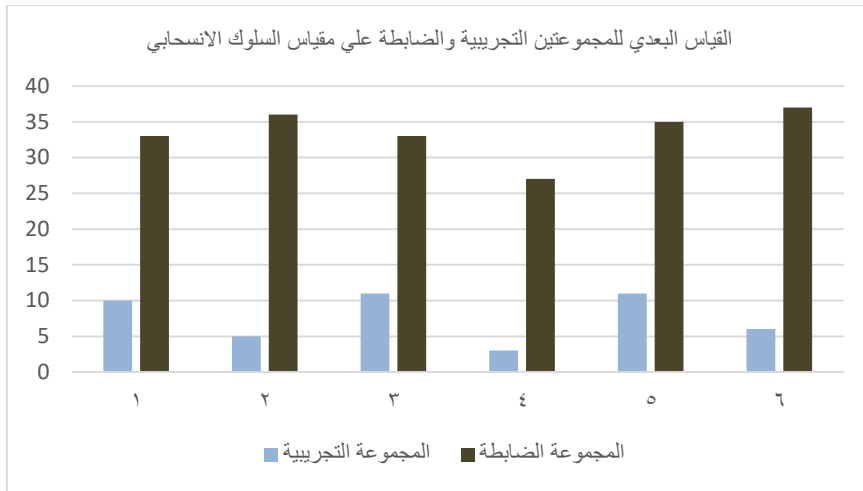
يتضح في الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات تلميذات المجموعتين التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغ المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية ($M=7.67$)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الضابطة ($M=33.50$)، فيلاحظ انخفاض المتوسط الحسابي لدرجات المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، وتتقارب الانحرافات المعيارية بين المجموعتين، إذ بلغ الانحراف المعياري لدرجات المجموعة التجريبية ($SD=3.45$) ولدرجات المجموعة الضابطة ($SD=3.56$)، مما يدل على تجانس نسبي في تشتت الدرجات داخل كل مجموعة.

جدول (9)

نتائج اختبار (مان-ويتني Mann-Whitney) للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي:

المجموعة	عدد الأفراد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
التجريبية	6	3.50	21.00	-2.892	0.004	0.84	كبير
الضابطة	6	9.50	57.00				
المجموع	12	-	-				

أظهرت نتائج اختبار (مان-ويتني Mann-Whitney) في الجدول (9) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلميذات المجموعتين التجريبية، والضابطة في القياس البعدي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغ متوسط الرتب للمجموعة التجريبية (3.50) مقابل (9.50) للمجموعة الضابطة، وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية، إذ بلغت قيمة ($Z=-2.892$)، عند مستوى ($p=0.004$)، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى ($a=0.01$)؛ مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية، كما بلغ حجم الأثر ($r=0.84$) وهو ما يشير إلى حجم أثر كبير للبرنامج في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية، والشكل الآتي يوضح ذلك:



شكل (1)

عرض نتيجة الفرض الثاني:

نص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي باتجاه القياس البعدي". وللتحقق من مدى صحة الفرض، طُبّق اختبار (ويلكوكسون Wilcoxon Test)، في الكشف عن دلالة الفروق

بين متوسطي رتب درجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي، والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي.

جدول (10)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي:

نوع القياس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
القياس القبلي	6	27.83	3.31
القياس البعدي	6	7.67	3.45

يوضح جدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغ المتوسط الحسابي في القياس القبلي (M=27.83) في حين بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي (M=7.67) فيلاحظ انخفاض المتوسط الحسابي في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي، مما يشير إلى تحسن مستوى السلوك



الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، بينما يدل تقارب قيم الانحرافات المعيارية للقياسين، إذ بلغ الانحراف المعياري للقياس القبلي ($SD=3.31$) وبلغ للقياس البعدي ($SD=3.45$)، على تجانس نسبي في تشتت درجات أفراد المجموعة.

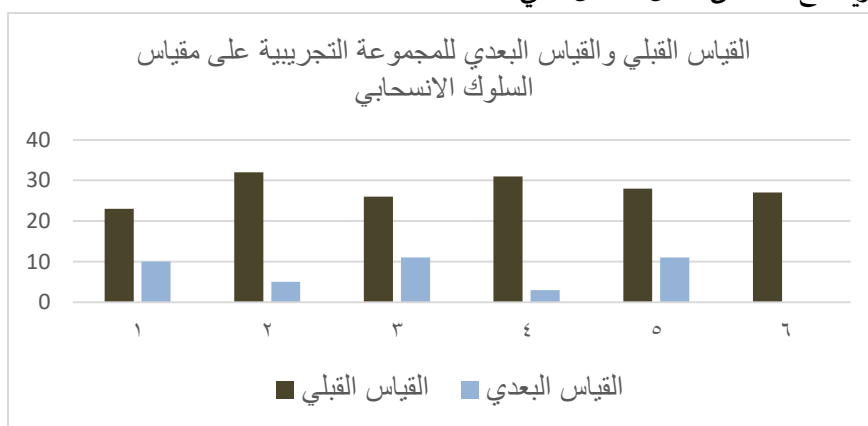
جدول (11)

نتائج اختبار (ويلكوكسون Wilcoxon Test) لاختبار الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي

للمجموعة التجريبية:

القياس	الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	قيمة حجم الأثر	مستوى حجم الأثر
القياسين القبلي والبعدي	السالبة	6	3.50	21	-2.201	0.028	0.90	كبير جدًا
	الموجبة	0	0.00	0				

يتضح من جدول (11) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس السلوك الانسحابي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعد تطبيقه مباشرة، إذ بلغت قيمة $Z = -2.201$ عند مستوى $(p=0.028)$ ، وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى $(a=0.05)$ ، وتشير الرتب السالبة لجميع أفراد المجموعة التجريبية إلى انخفاض درجات السلوك الانسحابي في القياس البعدي مقارنة بالقياس القبلي؛ مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض السلوك الانسحابي، كما بلغ حجم الأثر $(r=0.90)$ ، وهو يشير إلى حجم أثر كبير جدًا للبرنامج في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية، ويتضح ذلك من خلال الشكل الآتي:



شكل (2)

عرض نتيجة الفرض الثالث:

نص الفرض الثالث على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (0,05) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية من تلميذات المرحلة الابتدائية في القياسين البعدي، والتتبعي على مقياس السلوك الانسحابي".

وللتحقق من مدى صحة الفرض، طُبّق اختبار (ويلكوكسون Wilcoxon Test)، في الكشف عن دلالة الفروق

بين متوسطي رتب درجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي على مقياس السلوك الانسحابي.

جدول (12)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس السلوك الانسحابي:

نوع القياس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
القياس البعدي	6	7.67	3.45
القياس التتبعي	6	10.00	4.24

يوضح جدول (12) المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدرجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغ المتوسط الحسابي في القياس البعدي (M=7.67)، في حين بلغ المتوسط الحسابي في القياس التتبعي (M=10.00) فيلاحظ ارتفاع طفيف في المتوسط الحسابي في القياس التتبعي مقارنة بالقياس البعدي، مع زيادة محدودة في الانحراف المعياري، إذ بلغ الانحراف المعياري للقياس البعدي (SD=3.45)، وبلغ للقياس التتبعي (SD=4.24)، مما يشير إلى حدوث تباين بسيط في درجات التلميذات بمرور الوقت، وللتحقق من دلالة هذه الفروق إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي، تم استخدام اختبار (ويلكوكسون Wilcoxon Test).

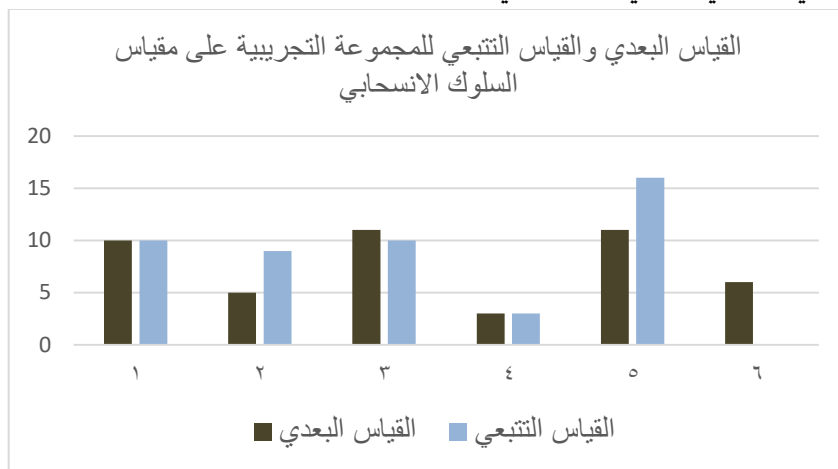
جدول (13)

نتائج اختبار (ويلكوكسون Wilcoxon Test) لاختبار الفروق بين القياس البعدي والقياس التتبعي للمجموعة التجريبية:

نوع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الرتب السالبة	1	1.00	1.00	-1.461	0.144
الرتب الموجبة	3	3.00	9.00		
التعادلات	2	-	-		
المجموع	6	-	-		



يتضح من خلال جدول (13) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات تلميذات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي، والتتبعي على مقياس السلوك الانسحابي، إذ بلغت قيمة $Z = -1.461$ عند مستوى $(p = 0.144)$ ، وهي قيمة غير دالة إحصائية عند مستوى $(\alpha = 0.05)$ ، ويشير ذلك إلى استقرار مستوى السلوك الانسحابي لدى التلميذات خلال فترة المتابعة، وعدم حدوث تغير جوهري بين القياسين البعدي والتتبعي، كما في الشكل الآتي:



شكل (3)

مناقشة نتائج فروض الدراسة:

أسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ما اتسم به البرنامج الإرشادي من كفاءة في البناء، وتنوع في الفنيات، والأساليب، والأنشطة المستخدمة في البرنامج والمناسبة للمرحلة العمرية عينة الدراسة، وكذلك استناد البرنامج الإرشادي إلى أساس نظري شامل تناول جميع الجوانب النفسية، والاجتماعية، والسلوكية ذات الصلة بالسلوك الانسحابي، إلى جانب اعتماده على علم النفس الإيجابي ونموذج (بيرما PERMA) على وجه التحديد مما أتاح تعزيز الجوانب الإيجابية، وبناء القدرات النفسية، والاجتماعية لدى التلميذات بدلاً من الاقتصار على خفض السلوك السلبي، وتتسق نتائج الدراسة الحالية مع المسار العام للأدبيات النظرية، والتجريبية التي تناولت علم النفس الإيجابي، والدعم النفسي الإيجابي، وأيضاً الرفاه النفسي في البيئة المدرسية، ونموذج (بيرما PERMA)، وكذلك السلوك الانسحابي في مرحلة الطفولة والمرحلة الابتدائية، التي أكدت أن السلوك الانسحابي نتيجة لتفاعل منظومة من العوامل النفسية، والاجتماعية، والانفعالية، والبيئية، وقد أوضحت الدراسات النظرية لنموذج الرفاه النفسي مثل دراسة تيرنر وآخرين (Turner et al (2023 أن أبعاد نموذج (بيرما PERMA

ترتبط إيجابيًا برفاه الأطفال، ومرونتهم النفسية، كما ترتبط ارتباطًا سلبيًا مع أعراض الاضطرابات النفسية، وهو ما يوفر إطارًا تفسيريًا لنتائج الدراسة الحالية التي أظهرت انخفاضًا دالًا إحصائيًا في السلوك الانسحابي نتيجةً لتعزيز أبعاد الرفاه النفسي لدى التلميذات.

وفي السياق التطبيقي المدرسي، أكدت عدد من الدراسات فاعلية التدخلات الإيجابية داخل البيئة المدرسية في تحسين التكيف النفسي، والاجتماعي، سواءً تلك التي لم تقم بالتوظيف الصريح لنموذج (بيرما PERMA)، كدراسة جبريل وشواش (2020)، وأيضًا دراسة زكي وآخرين (2023)، أو تلك التي اعتمدت النموذج بصورة مباشرة، مثل دراسة هواب وفابيلا (2019) Huab & Fabella إذ أظهرت هذه الدراسة تحسنًا في الرفاه النفسي، وأظهرت تحسنًا في جميع أبعاد نموذج (بيرما PERMA)، وهي متغيرات وثيقة الصلة بخفض السلوكيات الانسحابية داخل البيئة المدرسية، مما يدعم نتائج الدراسة الحالية التي أشارت إلى فاعلية الدعم النفسي الإيجابي الذي ركز على العديد من الجوانب النفسية، والاجتماعية، والبيئية في خفض السلوك الانسحابي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة فضل الله وآخرين (2017) التي أكدت أن السلوك الانسحابي يرتبط بجوانب اجتماعية، وانفعالية متعددة، وأن التدخلات الإرشادية المدرسية القائمة على تنمية التفاعل الاجتماعي وبناء العلاقات الإيجابية تسهم بفاعلية في خفض هذا السلوك، وهو ما يعكسه الانخفاض الدال في مستوى السلوك الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية في الدراسة الحالية.

ويمكن تفسير التحسن الملحوظ في مستوى السلوك الاجتماعي وانخفاض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المجموعة التجريبية في ضوء اعتماد الدراسة الحالية على الدعم النفسي الإيجابي بوصفه إطارًا تكامليًا يعزز الرفاه النفسي للتلميذات، بدلًا من الاقتصار على تعديل السلوك مباشرةً، وهذا ما أكدته دراسة زكي وآخرين (2023) التي أسهمت في تحسين الكفاءة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية باستخدام فنيات علم النفس الإيجابي.

كما تعزو الباحثة هذا التحسن إلى الفنيات، والأساليب المستخدمة في البرنامج، ولا سيما الأنشطة التفاعلية، والألعاب التعبيرية، والحركية التي أتاحت للتلميذات فرصًا آمنة للتفاعل، والمشاركة، والتعبير عن الذات بعيدًا عن الضغط، أو التقييم المباشر، وهي أساليب تتناسب مع طبيعة المرحلة الابتدائية، وتسهم في جذب انتباه الأطفال وزيادة اندماجهم في الأنشطة المقدمة؛ مما ينعكس إيجابيًا على تفاعلهم الاجتماعي ويحد من سلوكهم الانسحابي، ويتسق هذا التفسير مع ما توصلت إليه دراسة محمد (2020) التي أكدت فاعلية الألعاب التربوية في خفض السلوك الانسحابي لدى الأطفال، من خلال ما توفره من بيئة مشجعة على المبادرة الاجتماعية وبناء العلاقات الإيجابية. وفي ضوء ذلك يمكن القول إن اعتماد الدراسة الحالية على الأنشطة، والألعاب بوصفها أدوات تطبيقية أسهم في تعزيز مشاعر القبول، والأمان،



والانخراط الاجتماعي لدى التلميذات، وهو ما يسهم في تفسير التحسن الملحوظ الدال في القياس البعدي. وخلاصة القول، تؤكد الدراسة الحالية أن فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض السلوك الانسحابي ترجع إلى اعتماده على الدعم النفسي الإيجابي ونموذج (بيروما PERMA) بأبعاده الخمسة، مما أسهم في تعزيز الرفاه النفسي لدى التلميذات داخل البيئة المدرسية، وهو الأمر الذي انعكس إيجابياً على سلوكهن الاجتماعي، ومستوى اندماجهن مع أقرانهن، وبذلك تظهر أهمية تبني برامج إرشادية قائمة على الدعم النفسي الإيجابي ونموذج (بيروما PERMA) في المرحلة الابتدائية، لما لها من دور فعال في تحسين التوافق الاجتماعي، وتعزيز الصحة النفسية للتلميذات.

ثانياً: توصيات الدراسة

- في ضوء نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية، توصي الباحثة بالآتي:
- 1- أن تقوم المراكز الإرشادية بالمملكة بتعزيز الوعي بالسلوك الانسحابي، وأثره على النمو النفسي والاجتماعي لدى الأطفال، من خلال تنفيذ ورش عمل ودورات توعوية للمعلمات، والمرشدات، وأولياء الأمور.
 - 2- على مديري المدارس بالمملكة التوسع في تبني الدعم النفسي الإيجابي كمجال إرشادي حديث في العمل مع الأطفال، وعدم قصره على البالغين، أو المراهقين، لما أظهره من فاعلية في تعزيز الرفاه النفسي، وخفض السلوك الانسحابي كأحد المشكلات السلوكية في المراحل العمرية المبكرة.
 - 3- أن تتولى وزارة التعليم بالمملكة تفعيل دور المدرسة في توفير بيئة نفسية إيجابية داخل الصفوف الدراسية، وبناء علاقات تربوية قائمة على التقبل، والدعم.
 - 4- على وزارة التعليم بالمملكة أن تعزز الشراكة بين المدرسة والأسرة في التعامل مع السلوك الانسحابي، من خلال توعية أولياء الأمور بأهمية الرفاه النفسي وأثره على السلوك الاجتماعي للتلميذات، وتزويدهم بإرشادات عملية لدعم بناتهم نفسياً واجتماعياً.
 - 5- أن تقوم وزارة التعليم بالمملكة بالاهتمام بتنمية المهارات الاجتماعية لدى التلميذات في سن مبكرة، وإدراجها ضمن البرامج والأنشطة المدرسية، لما لها من أثر وقائي في الحد من ظهور السلوك الانسحابي.

ثالثاً: مقترحات الدراسة: استكمالاً لما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج تقترح الباحثة المقترحات البحثية الآتية:

- مقارنة فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي بمجالات إرشادية أخرى في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.

- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض اضطرابات أخرى ك (القلق- الاكتئاب الطفولي الخفيف) لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.
- دراسة العلاقة بين الرفاه النفسي والسلوك الانسحابي لدى الأطفال.
- فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي في خفض السلوك الانسحابي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (الذكور).
- دراسة أثر كل بعد من أبعاد نموذج (بيرما PERMA) على حدة (المشاعر الإيجابية، الاندماج، العلاقات الإيجابية، المعنى، الإنجاز) في خفض السلوك الانسحابي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.
- دراسة مقارنة لفاعلية برامج دعم نفسي إيجابي قصيرة المدى مقارنة ببرامج طويلة المدى في تحسين التفاعل الاجتماعي لدى تلميذات المرحلة الابتدائية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

- الأسدي، سنان سعيد جاسم. (2023). فاعلية البرنامج القائم على الدعم النفسي الإيجابي في تنمية الشعور بمعنى الحياة لدى المرشدين التربويين. *دراسات البصرة*، ع47، ص725-766.
- أكرمان، كورتني. (2022). ما المقصود بعلم النفس الإيجابي ومدى أهميته؟ (محمد أبو حلاوة، مُترجم). *الهيئة المصرية العامة للكتاب (العمل الأصلي نشر في 2020)، 15، (133)*، ص115-131.
- الأنشطة الترفيهية للدعم النفسي والاجتماعي. (2016). *وكالة الأمم المتحدة لإغاثة وتشغيل اللاجئين الفلسطينيين في الشرق الأدنى*.
- باركس، أكاسيا؛ تيتوفا، ليوديميليا. (2022). التدخلات النفسية الإيجابية لمحبة عامة. في وود، أليكس؛ جونسون، جوديث (محرران)، مصنف وإيلي في علم النفس الإيجابي الإكلينيكي (ترجمة أحمد عمرو عبدالله، أحمد الشركسي، راقية الدويك)، تحرير: أحمد عمرو عبدالله. مكتبة الانجلو المصرية. (العمل الأصلي نشر في 2016).
- الباز، حميدة أحمد مسعد؛ الدسوقي، إيناس عبد القادر، ومتولي، عباس إبراهيم علي. (2021). استخدام فنيات علم النفس الإيجابي وأثرها على الثقة بالنفس لدى أطفال الروضة. *مجلة القراءة والمعرفة*، (232)، ص327-351.
- جاد الرب، غادة كامل سويقي. (2019). العلاج بالواقع لخفض السلوك الانسحابي لدى أطفال الروضة المتلعثمين. *دراسات في الطفولة والتربية*، (173)، ص10-292.
- جاسم، سنان سعيد. (2023). فاعلية البرنامج القائم على الدعم النفسي الإيجابي في تنمية الشعور بمعنى الحياة لدى المرشدين التربويين. *مجلة دراسات البصرة*، (47)، ص761-802.
- جبر، طه محمد. (2019). محددات السلوك الانسحابي كما يدركها أمهات الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة. *بحوث ودراسات الطفولة بكلية التربية للطفولة المبكرة بجامعة بني سويف*، 1(2)، ص611-692.



جبريل، مصطفى السعيد السعيد؛ وشواش، هند نبيل علي. (2020). فاعلية برنامج إرشادي قائم على بعض فنيات علم النفس الإيجابي لخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية المتعلمين. *بحوث التربية النوعية*، (59)، ص 377-397.

الحميري، ساهرة قحطان عبد الجبار. (2020). برنامج انتقائي في الدعم النفسي الإيجابي للحد من التنمر الإلكتروني لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بابل. *العلوم الإنسانية بجامعة بابل*، 28(6)، ص 251-275.

الرويشد، خالد. (2010). *الصبر والمثابرة*. دار الفلاح للتوزيع والنشر.

الزبيدي، هيثم أحمد. (2010) فاعلية العصف الذهني في تنمية التفكير الإبداعي. *المؤتمر العلمي العربي السابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين – أحلامنا تتحقق برعاية أبنائنا الموهوبين*، 2، ص 405-448.

زكي، بشوي عبدالملاك توفيق؛ عثمان، فاروق السيد، وعوض، حسام السيد محمد. (2023). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين الكفاءة الاجتماعية وخفض القلق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة التربية في القرن 21 للدراسات التربوية والنفسية*، (30)، ص 135-166.

سلطان، سلوى عبد الأمير. (2008). التغذية الراجعة 1-2 معلم لأول مرة. *مجلة التطوير التربوي*، 7(43)، ص 24 – 25.

علي، هدى الشربيني علي. (2017). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الدعم النفسي الإيجابي لخفض الكمالية العصبية لدى الفانقات بالمرحلة الثانوية. *تطوير الأداء الجامعي*، 5(2)، ص 213-228.

عمار، طاهر سعد حسن. (2016). أثر بعض تدخلات علم النفس الإيجابي في تنمية الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ لدى عينة من طلاب المدارس. *مجلة الإرشاد النفسي*، ع46، ص 309-340.

عمارة، وليد وهدان حميد. (2016). فاعلية برنامج إرشادي في خفض السلوك الانسحابي لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم، *مجلة كلية التربية بجامعة بورسعيد*، (21)، ص 868-902.

الغامدي، حامد أحمد. (2016). أهمية التدريب على الاسترخاء ومبادئه الأساسية وطرقه. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، (1)، ص 255-271.

فضل الله، علياء الدسوقي الدسوقي؛ البنا، إسعاد عبد العظيم محمد؛ والشورى، فؤاد حامد الموافي. (2017). برنامج إرشادي لخفض السلوك الانسحابي لدى عينة من التلاميذ العاديين والمتأخرين دراسياً بالمرحلة الابتدائية ودوره في تحسين مستوى تحصيلهم الدراسي. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة*، 3(4)، ص 239-289.

فوضيل، محمد فؤاد. (2016). أثر استخدام أسلوب الإقناع المنطقي والمناقشة الجماعية في تعديل الاتجاهات الإيجابية نحو التخلي عن الدراسة. *مجلة التواصل*، (47)، ص 110-125.

قاسم، انتصار كمال؛ مجيد، اثمار شاكر. (2022). القبول والرفض الوالدي وعلاقته بالسلوك الانسحابي لدى أطفال المرحلة الابتدائية. *مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 61(3).

قصص بالعربي. (2024). *قصة قصيرة عن النجاح: لا تخش العقبات [مقطع فيديو]*. يوتيوب.

محمد، أسماء عبد المنعم أمين. (2020). برنامج قائم على أنشطة اللعب لتحسين مهارات التفاعل الاجتماعي لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة ذوي السلوك الانسحابي. *مجلة الطفولة والتربية*، 12(44)، ص 738-780.



محمد، أمل محمد حسونة، وجبر، طه محمد مبروك، ومحمد، هبه عاطف عبد الفتاح. (2022). فاعلية برنامج لخفض مظاهر السلوك الانسحابي لدى أطفال ما قبل المدرسة المحرومين من الرعاية الأسرية. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ببورسعيد*, 23(1)، ص 129-173.

محمد، عادل عبد الله. (2008). *مقياس السلوك الانسحابي للأطفال*. دار الرشاد.
مصمودي، زين الدين، وباشا، فاتن. (2016). علم النفس الإيجابي: تناول مفاهيمي. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*, 19، ص 303-324.

نجف، أفراح أحمد. (2022). فاعلية العلاج بالرسم في تنمية الرفاه النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*, 151(1)، ص 229-256.

ثانياً: المراجع الانجليزية

Ashley Cullins. (2025,04 Jan). *7 Fun Goal-Setting Activities for Children*. Big Life Journal.

https://biglifejournal.com/blogs/blog/5-fun-goal-setting-activities-children?srltid=AfmBOorqY_wXj_02ZtCkCcjBF9cOqGl4epPLDT_Cyavgg7WXC7c0EgFC

Booth-LaForce, C., & Oxford, M. L. (2008). Trajectories of social withdrawal from grades 1 to 6: Prediction from early parenting, attachment, and temperament. *Developmental Psychology*, 44(5), 1298–1313. <https://doi.org/10.1037/a0012954>

Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.

Huab, C. A., & Fabella, F. E. (2019, March). Proactive Intervention Program for Students of Sto [Thomas de Villanueva Parochial School Guidance and Counselling]. *Roosevelt College INC*.

Pallant, J. (2020). *SPSS Survival Manual: A Step by Step Guide to Data Analysis using IBM SPSS* (7th ed.). McGraw-Hill Education.

Rubin, K. H., & Barstead, M. G. (2014). Gender differences in child and adolescent social withdrawal: Acommentary. *Sex Roles*, 70(7–8), 274–284.

Ruini, C., & Ryff, C. D. (2016). *Using eudaimonic well-being to improve lives*. In J. Wood & J. Johnson (Eds.), *The Wiley handbook of positive clinical psychology* (pp. 153–166). Wiley. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9781118468197.ch9>

Sousa, V., Ribeiro Silva, P., Romão, A. M. & Coelho, V. A. (July,2023). Can a Universal School-Based Social Emotional Learning Program Reduce Adolescents' Social Withdrawal and Social Anxiety? *Journal of youth and adolescence*, 52(12), 2404-2416. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01840-4>

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well Being*. New York:Free Press.



Turner, J., Roberts, R. M., Proeve, M., & Chen, J. (2023). Relationship between PERMA and children's wellbeing, resilience and mental health: A scoping review. *International Journal of Wellbeing*, 13(2), 15–36. <https://doi.org/10.5502/ijw.v13i2.2515>

ملاحق الدراسة:

ملحق (1) مقياس السلوك الانسحابي للأطفال، إعداد عادل عبدالله محمد (2008)

اسم الطالبة أو الرمز:

الصف:

اسم المدرسة:

أستاذتنا الفاضلة..

فيما يلي بعض السلوكيات التي تصدر عن الطفل في مختلف المواقف التي يتعرض لها خلال اليوم، أرجو منكم تحديد مدى انطباق هذه السلوكيات على الطالبة وذلك بوضع علامة (√) أمام العبارة وتحت الاختيار الذي يتفق معها، فإذا كانت العبارة تنطبق تمامًا على الطالبة ضعي العلامة تحت (نعم)، وإذا كانت تنطبق عليها بعض الأحيان فقط ضعي العلامة تحت (أحيانًا)، أما إذا كانت العبارة لا تنطبق عليها ضعي العلامة تحت (مطلقًا).
علمًا بأنه ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، لكن المهم هو التحديد الدقيق لمدى انطباق العبارات المتضمنة على الطالبة من خلال ما يصدر عنها من أنماط سلوكية مختلفة، مع الأخذ في الاعتبار أن هذه المعلومات سرية للغاية ولن يتم استخدامها إلا لغرض البحث العلمي فقط.
شاكرة لكم تعاونكم.

م	العبارة	نعم	أحيانًا	مطلقًا
1	يقضي معظم الوقت وحيدًا.			
2	يتجنب تقريبًا كل أشكال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.			
3	يبتعد عن أي شخص يحاول الاقتراب منه.			
4	لا يتضايق من وجوده بمفرده.			
5	وجوده وسط أقرانه لا يشعره بالسعادة.			
6	لا يرغب في تكوين صداقات مع الآخرين.			
7	عندما يتحدث أحد أقرانه معه فإنه يتركه ويذهب بعيدًا عنه.			
8	يشعر بالارتباك عندما يقدم عليه أقرانه.			
9	يرفض تلبية مبادرات الآخرين كي يلعب معهم.			
10	تنعدم رغبته في إقامة أي علاقة مع الآخرين.			



11	يميل إلى اللعب بمفرده بمعزل عن الآخرين.
12	عند وجوده مع أقرانه يشعر أنه في واد وهم في واد آخر فيبدو وكأنه لا يراهم ولا يسمعونهم.
13	ينسحب من أنشطة الجماعة ويرفض الاستمرار فيها.
14	يتجنب مساهمة أقرانه والتواجد معهم.
15	يشعر بالخوف من الآخرين ويعمل جاهداً على الابتعاد عنهم.
16	بأبى القيام بأي مهام يشترك فيها مع بعض أقرانه.
17	تتعدى استجابته تقريباً لأي إشارات أو إيماءات اجتماعية تصدر عن الآخرين.
18	لا يبادر بالحديث عند رؤية أحد أقرانه.
19	أناني لا يفكر إلا في نفسه وما يريد.
20	عندما يرى أحد أقرانه لا يبدي أي اهتمام به.

