

جامعة القاهرة

معهد الدراسات والبحوث التربوية

قسم علم النفس التربوي

أثر برنامج تدريبي لبعض المهارات الوالدية
في تنمية توافق الأطفال بالمدرسة الابتدائية

The Effect Of Maternal Skills Training Program
In Enhancing Elementary School Children Adjustment

رسالة مقدمة من الباحثة

سوزان نبيل علي محمد الهادي

للحصول علي درجة الماجستير في التربية

قسم علم النفس التربوي

إشراف

أ. د/ مني حسن السيد
أستاذ بقسم علم النفس التربوي
معهد الدراسات التربوية
جامعة القاهرة

أ. د/ جابر عبد الحميد جابر
أستاذ متفرغ بقسم علم النفس التربوي
معهد الدراسات التربوية
جامعة القاهرة

٢٠١٤م

أثر برنامج تدريبي لبعض المهارات الوالدية
في تنمية توافق الأطفال بالمدرسة الابتدائية

The Effect Of Maternal Skills Training Program
In Enhancing Elementary School Children
Adjustment

رسالة مقدمة من الباحثة

سوزان نبيل علي محمد الهادي

للحصول علي درجة الماجستير في التربية

قسم علم النفس التربوي

لجنة المناقشة والحكم

مشرفاً ورئيساً

أ. د. جابر عبد الحميد جابر

أستاذ متفرغ بقسم علم النفس التربوي بالمعهد

عضواً

أ. د. رجاء محمود ابو علام

أستاذ متفرغ بقسم علم النفس التربوي بالمعهد

مشرفاً وعضواً

أ. د. - مني حسن السيد

أستاذ بقسم علم النفس التربوي بالمعهد

عضواً

أ. د. فوقية عبد الفتاح

أستاذ علم النفس التربوي كلية تربية جامعة بني سويف

٢٠١٤م

الشكر والتقدير

أتوجه إلى الله عز وجل بالثناء والحمد ، كما ينبغي لجلال وجه وعظيم سلطانه على ما وفقني إليه ، وما اختاره لي ويسره لي حتى أف أف أمامكم الآن ، فالحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه حتى يبلغ الحمد منتهاه .

ولا يسعني إلا أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير والاحترام والإجلال ومنتهي العرفان بالجميل لأستاذي الجليل العالم الأستاذ الدكتور / جابر عبد الحميد جابر على كل ما قدمه لي من علم ، وتوجيه ، وإرشاد ، ومعونة بكامل الصبر ، ولقد شرفت عظيم الشرف بقبوله الإشراف على دراستي كما قد شرفت من سنوات بتتلميذي على يديه ، فكما هو قامة لا تخفي على أحد في العلم ، و هو أيضاً قامة في الأخلاق الحميدة ، ورمز للعطاء و التواضع.

ولا يسعني كذلك إلا أن أتوجه بخالص الشكر والتقدير والاحترام والإجلال ومنتهي العرفان بالجميل لأستاذتي العالمة الحانية الأستاذة الدكتورة /مني حسن بدوي على كل ما قدمته لي من علم ، وتوجيه، ومساندة ، وعطف ، وحلم حتى استطيع القيام بهذا العمل، وتشرفت بإشرافها على دراستي عظيم الشرف. وأتقدم بخالص الشكر والامتنان إلى الأستاذ الدكتور/ رجاء محمود أبو علام، الأستاذ بقسم علم النفس التربوي بالمعهد، أستاذنا الجليل الذي تتلمذنا من كتبه ، واستقيننا من علمه الغزير لتفضل سيادته بمناقشة هذه الدراسة فله مني كل التقدير .

وأتقدم بخالص الشكر والتقدير والامتنان إلى الأستاذة الدكتورة / فوقية السيد عبد الفتاح، أستاذة علم النفس بكلية التربية بجامعة بني سويف ، والتي تكرمت بالموافقة على مناقشتي ؛ لأستفيد من علمها الغزير فلها مني أسمى آيات الشكر والتقدير.

كما أتوجه بالشكر لأسرة معهد الدراسات والبحوث التربوية عميداً ووكيلاً وأعضاء هيئة التدريس وإلى أسرة علم النفس التربوي وخالص الشكر للأستاذة الكرام : أ / محمد حلمي و أ / نشوي نعيم القائمين على شؤون الطلاب بالمعهد على مساعدتهم الدائمة المخلصة ، وتيسير كل ما نحتاج إليه أنا وزملائي دون كلل أو تراخي.

وأتقدم بخالص الشكر لأستاذتي الكرام جميعاً بقسم علم النفس بكلية الآداب جامعة عين شمس على كل ما تعلمته منهم في سنوات الدراسة ، وأخص بالشكر الأستاذ الدكتور / محمود أبو النيل ، و الأستاذة الدكتورة / نيفين زيور ، والأستاذة الدكتورة / إيمان القماح ، والأستاذة الدكتورة / منال شحاتة ، والأستاذة الدكتورة / مني أبو طيرة، والأستاذ الدكتور/ أحمد خليل ، والأستاذ الدكتور / محمد خيرى ، والأستاذة الدكتورة/ إيناس حشاد ، والأستاذة الدكتورة / رشا الديدي أدام الله عطائهم وزادهم علماً .

وأُتوجه بالشكر والدعاء بالرحمة لوالدي الحبيب الغالي د / نبيل الهادي على حسن تربيته لي ، وكنت أتمني أن يكون حاضراً معنا ؛ ليسعد بابنته ، و أُتوجه بالشكر لوالدتي د / ناهد حافظ الحبيبة الغالية التي لن توفيهما كل كلمات الشكر حقها لما بذلته وقدمته لي ولأخوتي بارك الله لنا فيها ، فكانت ومازالت هي العون والسند ، والسعادة ، والأمان لنا بعد الله عز وجل .

واعترافاً مني بالجميل أتقدم بخالص الشكر لزوجي العزيز م / أيمن فتحي علي مساندته الدائمة لي ، ولابني الحبيب الغالي " ياسين أيمن " على تحمله معي سنوات الدراسة ، وتحمل الحضور معي إلى الجامعة .

والشكر لصديقاتي الأعزاء اللاتي طالما ساندوني: أ / رانيا محمد عبد الحافظ، وأ / دينا خالد .
ولكل من ساهم بإنجاز هذا العمل، والذين لم يدخروا جهداً في تقديم المساعدة والتشجيع، إليهم جميعاً جزيل الشكر .

وختاماً فإنني أدعو الله أن أكون قد وفقت فيما قصدت ، وإن كان الأمر كذلك فله الحمد والشكر ، وإن كنت قد قصرت فحسبي أنني اجتهدت. وذلك فضل الله يؤتيه من يشاء والله ولي التوفيق.

الباحثة

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مشكلة الدراسة
- الهدف من الدراسة
- أهمية الدراسة
- مصطلحات الدراسة
- حدود الدراسة

المقدمة :

إن علاقة الأم بطفلها و علاقة الطفل بأمه علاقة خاصة وفريدة ، تبدأ منذ أن كان الطفل جنينًا في رحم أمه، وتزداد هذه العلاقة إلتحامًا وخصوصية بعد ولادته يومًا بعد يوم .

فللأم دور رئيسي وخطير في تنشئة الطفل ، فإلى جانب ما تقدمه له من رعاية جسدية من تغذية و رعاية صحية ؛ فإنها تلعب دورًا هامًا في العملية التربوية ؛ حيث إنها تُعد الطفل للحياة في المجتمع الكبير ، وتقدم له من خبراتها ، وسلوكها ، وأعمالها النماذج السلوكية التي عليه أن يقتضي بها ويتشربها ، كذلك تزوده بالقيم ، والاتجاهات التي عليه أن يؤمن بها ، ويدافع عنها ؛ ولذلك فإن العملية التربوية التي تتم بواسطة الأم، وكذلك الطريقة التي تتم بها وخاصةً في السنوات الأولى من حياة الطفل تلعب دورًا هامًا في التأثير على تكوينه النفسي والاجتماعي أو بمعنى آخر على تكوين شخصيته وسلوكه التوافقي.

وعلى الرغم من أنَّ الأمومة من الدوافع الفطرية القوية التي تتمتع بها كل أنثى إلا أن هذا الدافع لا يكفي في الكثير من الأحيان لتوفير الجو التربوي المناسب للأطفال ،فالتدريب علي مهارات الأمومة يظل مطلبًا هامًا من مطالب الأمهات ، أي : التدريب أثناء العمل كما أسماه سيد عثمان (١٩٩٤ : ٢٣١) و نجده يؤكد على أهمية التدريب علي الأمومة أو التدريب أثناء الأمومة و يؤكد أيضًا علي أنَّ الأم مهما امتدت خبرتها في تربية أطفالها إلا وهي محتاجة إلي مساعدة و توجيه أو على أقل تقدير استشارة ؛ وبالتالي من ضروري وجود دور رعاية الأمومة أو رعاية الأسرة يكون ضمن مهامها تدريب الأم على المهارات الوالدية.

ويُعرف جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي (١٩٨٨ : ٦٥ : ٦٨) التوافق بأنه : "عملية تعديل الاتجاهات والسلوك ؛ لكي توفي بمطالب الحياة بشكل فعال ، مثل : إقامة علاقات شخصية بناءة مع الآخرين والتعامل الكفاء مع المواقف المشككة أو الضاغطة وتحمل المسئوليات وتحقيق الحاجات والأهداف الشخصية " .

ويُعرف حامد زهران (١٩٧٧) التوافق بأنه : "عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك، والبيئة الطبيعية ، و الاجتماعية وبالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته" .

كما يُعرفه أيضًا " انجلش وانجلش" في معجمهما ، بأنه : " حالة يستطيع فيها الفرد أن يتكيف مع نفسه ويكون راضيًا عن هذا التكيف ، ولا يعاني من صراعات داخلية ، ولا يجد صعوبة في الاختيار أو اتخاذ القرار ويكون في نفس الوقت قادرًا على التكيف مع الآخرين بطريقة حسنة يرضاها المجتمع"

إنَّ مرحلة الطفولة تُعد فترة حاسمة أكثر من أي مرحلة عمرية أخرى في حياة الإنسان ، فإن الطفل يكون أكثر عرضه و استهدافًا لنمو أشكال السلوك الدال على التوافق (هويدة الحلوجي، ٢٠٠٦) و نجد أنَّ اعتماد الطفل على نفسه و شعوره بالانتماء و قدرته على التعبير عن مشاعره و تحرره من الانطواء من دلائل التوافق الشخصي للطفل ، وتحرر الطفل من الميول المضادة للمجتمع، و اكتسابه للمهارات الاجتماعية ، و تكوينه لعلاقات اجتماعية في المدرسة، و أماكن ممارسة الأنشطة ، مثل : النادي أو مراكز التدريب من دلائل التوافق الاجتماعي للطفل ، و لأنَّ الأم تُمثل المنبه الأول والمستجيب الأول للطفل كما يذكر سيد عثمان (١٩٩٤) فلا بد من أن تكون الأم لديها المهارات الوالدية اللازمة للتفاعل مع طفلها تفاعلًا تبادليًا بين الإثارة و الاستجابة ؛ حتى تساعده على تحقيق التوافق .

إنَّ من أسباب وقوع الأمهات في الأخطاء التربوية هو عدم معرفتها ببعض المهارات الوالدية وانطلاقًا من هذا وانطلاقًا أيضًا من توصيات الدراسات بعمل برامج تدريب سلوكي للآباء توجههم فيما يتعلق بمعاملة الوالدين و تدريبهم على أهم الأساليب السوية للتنشئة الاجتماعية لأبنائهم (حنان محمد صالح ، ٢٠٠١) و التوصية بتدريب الوالدين لتنمية المهارات المطلوبة للنجاح بالأدوار الزوجية و الوالدية و الاجتماعية المطلوبة لنجاحهما الزوجي وتحقيق درجات مُرضية من التوافق النفسي لأبنائهما (عائشة أحمد ناصر ، ٢٠٠٧) ، كذلك لأنَّ البرامج الموجهة للأطفال فقط لا تحقق النتيجة المرجوة ؛ لذا من الضروري تدريب الوالدين أو أحدهما (منال عبد النعيم ، ٢٠٠٨) على نشأة الحاجة لعمل برنامج تدريبي للأمهات لتدريبهم على المهارات الوالدية ؛ مما يحقق لأبنائهم التوافق .

أولاً : مشكلة الدراسة:

يُعد عدم معرفة الآباء والأمهات بمطالب وحاجات الطفولة وكذلك عدم معرفتهم بالأساليب السليمة في تربية الأطفال مشكلة خطيرة ؛ يترتب عليها كثير من الأخطاء التي تؤثر على نمو أطفالهم جسميًا ونفسيًا ، وتُشير معظم الدراسات في مجال التربية الوالدية إلي عدم قدرة الآباء على القيام بدورهم كمربين لأطفالهم من خلال مواهبهم الفطرية فقط ، وأنَّ هناك حاجة إلي إعدادهم لهذه المهمة كما توضح أيضًا

هذه الدراسات أنَّ سبب التحاق الآباء ببرامج التربية الوالدية ، هو حاجتهم إلي تعلم طرق جديدة لتربية الأطفال ، حيث اكتشفوا أن طرقهم التقليدية لم تعد تناسب تنشئة الأطفال في العصر الحاضر (حصة ، ١٩٩٩ : ٢١ : ٢٢) .

وقد لاحظت الباحثة أنَّ هناك العديد من الأمهات يلجأن لخدمة الاستشارة التربوية حتى يستطعن التعامل مع أطفالهن بشكل صحيح ، و لقد لاحظت الباحثة كذلك غياب الوعي التربوي لدى بعض الأمهات وافتقادهن للمهارات الوالدية المبنية على الأسس التربوية العلمية القائمة على فهم المراحل العمرية المختلفة للأطفال وكيفية التعامل معها بالشكل المناسب ، وطرق استخدام الثواب والعقاب ؛ لذلك فإنَّ الباحثة تعتقد أنه من الهام أن تلتحق الأم ببرنامج تدريبي يساعدها على اكتساب المهارات الوالدية اللازمة ؛ ليتحقق لأطفالها التوافق النفسي ، وتتمثل مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على التساؤلات التالية:

- ١- ما مدي فاعلية البرنامج التدريبي في اكتساب الأمهات للمهارات الوالدية ؟
- ٢- ما مدي فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية التوافق النفسي للأطفال ؟

ثانيًا : الهدف من الدراسة :

- ١- التعرف على بعض المهارات الوالدية اللازمة في تربية الأطفال في مرحلة الطفولة الوسطي .
- ٢- الكشف عن أثر البرنامج التدريبي للأمهات في تنمية توافق أطفالهن بالمدرسة الابتدائية .

ثالثًا : أهمية الدراسة:

- ١- تقديم الخدمة الإرشادية للأمهات لمساعدتهن على فهم أبنائهن، وتربيتهم بالطرق العلمية الصحيحة.
- ٢- يمكن للأخصائيين النفسيين العاملين في مجال الأسرة الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في عمل ورش تدريبية للتدريب على المهارات الوالدية .
- ٣- يمكن الاستفادة من هذا البرنامج في تنمية المهارات الوالدية لدى المتقدمات لشغل وظيفة الأم البديلة.

رابعًا : مصطلحات الدراسة :

وتعرف الباحثة إجرائيًا المهارات الوالدية : Parent skills

" مجموعة الأنشطة والمهارات السلوكية والانفعالية وأساليب المعاملة الإيجابية التي تُمارسها الأم أثناء تربيتها لأطفالها والتي تحقق لها القيام بدورها الأمومي بشكل فعال وإيجابي ؛ مما ينعكس على أطفالها بالتوافق النفسي و يحقق لهم الشعور بالأمن والطمأنينة ويُنمي لديهم الثقة والرغبة في الإنجاز بالإضافة إلي سلوك الطاعة كاستجابة لشعورهم بالحب والتقبل " . وتتمثل هذه المهارات في هذه الدراسة : الحب

والحزم ، الإنصات الفعال ، قص الحكايات ، إدارة الوقت ، ضبط السلوك ، اللعب مع الطفل ، التعليم عن طريق القدوة ، تعليم الطفل التفكير وحل المشكلات ، التعزيز والمكافآت.

التعريف التوافقي النفسي إجرائياً : Adjustment

هو أن يخبر الطفل علاقات اجتماعية متناغمة ، أقرب إلى السواء دون صراعات حاده ، مع قدر من التحكم في سلوكه ورغباته ، ومع شعوره الداخلي بالثقة والأمان والرضا ومع الرغبة في التعلم واكتساب المعارف .

خامساً : حدود تعميم نتائج الدراسة :

أ - عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (٦٠) أم لطلاب الصف الأول والثاني والثالث الابتدائي (٦ - ٩) سنوات ، و تراوحت أعمارهم الزمنية من (٢٦ - ٣٢) وسوف يتم تقسيمهم بالتساوي إلي مجموعتين ، المجموعة الأولى : مجموعة تجريبية ويتم تطبيق البرنامج المقترح عليها ، والمجموعة الثانية : مجموعة ضابطة تترك دون تطبيق .

كذلك تكونت عينة الدراسة من ال (٦٠) طفل من طلاب الصف الأول والثاني والثالث الابتدائي (٦ - ٩) سنوات ، أطفال الأمهات عينة الدراسة بمعدل طفل واحد لكل أم .

ب- المهارات التي تناولتها الدراسة :

اقتصرت هذه الدراسة على تدريب الأمهات على المهارات الوالدية التالية : (مهارة إدارة الوقت ، ومهارة اللعب مع الطفل ، ومهارة قص الحكايات ، ومهارة التعزيز و المكافأة ، ومهارة ضبط سلوك الطفل ، ومهارة تعليم الطفل التفكير في حل المشكلات ، ومهارة الإنصات الفعال ، ومهارة تعليم الطفل عن طريق القدوة ، ومهارة استخدام أسلوب الحب والحزم معاً).

ج - الأدوات المستخدمة في الدراسة :

١- مقياس المهارات الوالدية (إعداد الباحثة) .

٢- قائمة تقدير التوافق للأطفال العاديين / ذوي الإعاقة السمعية (إعداد وتقنين : عبد الوهاب محمد كامل) .

٣- مقياس المستوي الاقتصادي - الاجتماعي - الثقافي (إعداد : معمر نواف الهوارنة) .

٤ - اختبار القدرة العقلية العامة (إعداد : اوتيس - لينون) .

٥- البرنامج التدريبي (إعداد الباحثة) .

الفصل الثاني

المفاهيم الأساسية للدراسة

– المحور الأول : المهارات الوالدية .

– المحور الثاني : التوافق النفسي .

– المحور الثالث : مرحلة الطفولة الوسطي .

مقدمة :

سوف تقوم الباحثة في هذا الفصل بتناول الإطار النظري لمتغيرات الدراسة من خلال ثلاث محاور .

المحور الاول : يتناول مفهوم المهارات الوالدية ، وكذلك أبعاد المهارات الوالدية وهي : مهارة إدارة الوقت ، ومهارة اللعب مع الطفل ، ومهارة قص الحكايات ، ومهارة التعزيز والمكافأة ، ومهارة ضبط سلوك الطفل ، ومهارة تعليم الطفل التفكير في حل المشكلات ، ومهارة الإنصات الفعال ، ومهارة تعليم الطفل عن طريق القدوة ، و مهارة استخدام أسلوب الحب والحزم معاً .

المحور الثاني : يتناول المتغير الثاني وهو التوافق النفسي ، أبعاد التوافق النفسي ، الفرق بين التوافق والتكيف مظاهر السلوك التوافقي ، العقبات التي تقف في سبيل التوافق النفسي .

المحور الثالث : يُلقي الضوء على مرحلة الطفولة الوسطي (٦ - ٩) سنوات من خلال عرض لخصائص النمو الجسمي والحركي ، وخصائص النمو العقلي ، وخصائص النمو الانفعالي ، وخصائص النمو الاجتماعي .

المحور الأول: المهارات الوالدية (Parent skills) :

مفهوم المهارات الوالدية :

يخاطب مصطفى أبو السعد (٢٠٠٣ : ٢٧) الآباء قائلاً " إذا أردت أن تصبح مربيًا إيجابيًا فلا يكفي التخلي عن الأساليب السلبية في التربية ولكن لابد من اكتساب مهارات وخطوات التربية الإيجابية " ، وكما يوضح عبد المطلب القريطي (١٩٩٩ : ٤٤٨) لأن استخدام الوالدين لأساليب تربية سوية مع الأبناء خلال عملية التنشئة الاجتماعية له آثار إيجابية على نمو شخصيات تتسم بالاتزان الانفعالي ، و أن الأساليب والطرق التي يتبعها الوالدان في معاملة الطفل تؤثر في توافقه النفسي وصحته النفسية .

فإن التدريب على الوالدية عملية تنمية تهتم بالفرد وحاجاته من جهة والمجتمع من جهة أخرى ، أي: " إنها عملية تنشئة اجتماعية لمجتمع الراشدين تهدف إلى ترجمة قيم وفلسفة المجتمع فيما يتعلق بتربية الأطفال إلى مجموعة من العادات ، والمهارات ، والاتجاهات لدي الآباء ؛ لكي يعدلوا من دورهم ويؤدوا واجبهم كمربين لأطفالهم على أكمل وجه " (J. Lamb and W. Lamb 13) .

ويؤكد إبراهيم سلامة (١٩٩٢) على أن أفضل طريقة لمساعدة الصغار هي مساعدة الأبوين ، فإذا لم يحب الأبوان ما يعملهم صغارهم فلن يكن الصغار فقط هم الذين يجب أن يتغيروا ؛ لأن كما يذكر ماكس (Maks) الآباء يلعبون دوراً مهماً في توافق أولادهم وخصوصاً فيما يتصل بنموهم الصحيح نفسياً ونمو هويتهم (Maks ، 1997) .

وتؤكد (منال طه ، ٢٠٠٨ ، ١٤١) على ضرورة تدريب الوالدين على المهارات الوالدية الضرورية لرعاية أطفالهم ؛ حيث إن اضطراب سلوك الأطفال إنما هو نتيجة لأساليب والديه الخاطئة أو المسيئة للطفل ولذا لا بد من تغيير هذه الأساليب .

والبحث الحالي يخص تدريب الأم على بعض المهارات الوالدية ؛ لأن الأم كما يؤكد (علي سليمان، ٢٠٠٥) هي أهم من تتلقي الطفل بعد مولده من البيئة الاجتماعية فهي المربية ، وهي التي تمنح الحب ، والحنان ، والغذاء . وعلاقة الطفل بأمه وطبيعة هذه العلاقة هي التي تمهد للسواء أو المرض النفسي للطفل.

ويذكر (حامد الفقي ، ١٩٩٥ : ٣٠٥) أن : " دور الأم في تنشئة الطفل من أهم العوامل المؤثرة في سلوكه وشخصيته ، وأن الأمومة هي صناعة للإنسان وأن الطفل يحتاج إلي الأمومة السليمة من أجل حياته ونموه ومستقبله" .

"إن جهل الكثير من الأمهات بمطالب النمو والإشباع لحاجات الطفولة وعدم معرفتهم الأساليب السليمة في تربية الأطفال ؛ يوقعهن عن غير قصد في كثير من الأخطاء التي تؤثر على أطفالهم أسوأ الأثر وتسبب سوء توافقهم ومعاناتهم لكثير من المشاكل السلوكية التي تلازمهم طوال حياتهم " (فوزية دياب ، ١٩٩٧) .

ويشير يوسف قطامي (٢٠٠٨ : ١٨٢) إلي أن: " الأمومة خبرة نفسية يمكن أن تصقل وتهذب وفق برامج تربية ذات أهداف محددة قابلة للتحقيق ، ومحددة المعايير" .

وأشار (السيد عثمان ، ١٩٩٤ ، ٢٣١) في هذا الصدد إلي مصطلح التدريب على الأمومة في الأمومة أو التدريب في أثناء الأمومة ، قياساً على ما أستخدم على تسميته التدريب في أثناء العمل ، وذكر أن: " ما من أم مهما امتدت خبرتها في تربية أطفالها أو أطفال غيرها إلا وهي محتاجة إلي مساعدة وتوجيه أو حتلى الأقل الاستشارة " . وأكد هنا على ضرورة وجود رعاية الطفولة أو رعاية الأمومة أو رعاية الأسرة في كل منطقة من المناطق السكنية يكون ضمن مهامه تدريب الأم وتوجيهها أو إتاحة الفرصة لها للتحدث ، وتبادل الرأي مع إنسان مختص أو مع أم مثلاً ، وفي هذه الدور أو هذه المكاتب تقوم الموجهات بتوجيه الأم وتدريبها لا على الأساسيات في رعاية الطفل صحياً بل على الأساليب التي تساعد الأم على أن تكون أمّاً مؤثرياً نفسياً للطفل عن طريق تهيئة وسط مناسب ، وعن طريق أساليب سلوكية والتي تحقق مثل هذا الثراء .

تعريفات المهارات الوالدية :

يعرف (إميل إسحق ، ٢٠٠٣ : ٤٣) المهارات الوالدية بأنها : " المهارات التي يجب تنميتها وتطويرها لدي الوالدين من خلال تدريبهما ، وتزويدهما بالمعلومات ؛ لكي يصبحوا كمرشدين لأطفالهم ، ولكي تزيد من قدرتهما على التعامل مع أطفالهما بطرق إيجابية وفعالة " .

وتعرفها (منال طه ، ٢٠٠٨ : ١٤١) بأنها : " مصطلح يضم مجموعة كبيرة من المهارات التي يمكن أن يستخدموها في تربية أطفالهما ، وتشمل : أساليب التأديب الوالدية ، ومهارات التعزيز ، واستخدام العقاب ، وأساليب ضبط السلوك المضطرب لدى الأطفال " .

ويشير (لافي ، ١٩٦٥ : ٦٨٥) إلى أن المهارات الوالدية ، هي : " مجموعة المهارات التي يمكن تنميتها للآباء ؛ لتساعدهم على التعامل مع أطفالهم " .

وتعرفها كريس (Kris) بأنها: " المهارات التي من الضروري تنميتها لدى الوالدين ؛ للتعامل مع المطالب التربوية للأطفال ، وتضمن تلك المهارات : الاستجابات اللفظية والانفعالية ، ومشاركة الوالدين لأطفالهم ، وتجنب الطرق التقليدية في العقاب (Kris , 1992 , P162) " .

وذكرت كارول (karoll kumpfer) أن المهارات الوالدية ، هي : " تلك المهارات التي يحتاجها الوالدين أثناء تربية أطفالهم ، مثل : استخدام المكافآت ، التعزيز الإيجابي للسلوك ، عقد الاجتماعات الأسرية ، أساليب ضبط السلوك المختلفة (Karoll Kumpfer , 2001 : P2) " .

وبناءً على التعريفات ووجهات النظر السابقة تعرف الباحثة المهارات الوالدية إجرائياً على إنها:

" مجموعة الأنشطة ، والممارسات السلوكية ، والانفعالية ، وأساليب المعاملة الإيجابية التي تمارسها الأم أثناء تربيتها لأطفالها ، والتي تحقق لها القيام بدورها الأمومي بشكل فعال وإيجابي ؛ مما ينعكس على أطفالها بالتوافق النفسي ، و يحقق لهم الشعور بالأمن وينمي لديهم الثقة والرغبة في الإنجاز بالإضافة إلى سلوك الطاعة كاستجابة لشعورهم بالحب والتقبل " . وتتمثل هذه المهارات في هذه الدراسة : مهارة إدارة الوقت ، مهارة اللعب مع الطفل ، مهارة قص الحكايات ، مهارة التعزيز والمكافأة ، مهارة ضبط سلوك الطفل ، مهارة تعليم الطفل سلوك حل المشكلات ، مهارة الإنصات الفعال ، مهارة تعليم الطفل عن طريق القدوة و مهارة استخدام أسلوب الحب والحزم معاً .

ولقد أثرت الباحثة اختيار هذه المهارات دون غيرها من خلال ملاحظتها أثناء عملها كأخصائي نفسي باحد العيادات النفسية في مجال تعديل سلوك الأطفال ، أن معظم الأمهات المترددات علي العيادة مع أطفالهن يفتقرون لتلك المهارات الوالدية خاصة ، وأن تدريبهن علي تلك المهارات ساهم بشكل ملحوظ في تعديل سلوك أطفالهن .

أبعاد المهارات الوالدية :

أولاً : مهارة إدارة الوقت:

لقد لاحظت الباحثة أن هناك عدد من الأمهات لا يجيدن إدارة الوقت ، ولا يستخدمن بعض المهارات الوالدية مع أبنائهن نظراً لضيق وقتهن ؛ ولذلك أضافت الباحثة مهارة إدارة الوقت للمهارات الوالدية وبدأت بها قبل أي مهارة أخرى ؛ لتساعد الأمهات على تنظيم أوقاتهم ، ومن ثم يجدن الوقت الكافي ليمارسن

بعض المهارات الوالدية التي تطلب وقتًا خاصًا ، مثل : اللعب مع الطفل ، و الإنصات الفعال للطفل ، و قص الحكايات .

قد نخسر كثيرًا عندما نهدر ثرواتنا ومواردنا ، لكن الخسارة تكون أكبر عندما نهدر حياتنا بأيدينا ، وهذا ما يحدث فعلاً عندما نهدر الوقت ، فإذا ضاع الوقت ضاع عمرك ، والوقت هو أهم مورد لديك ، والاستفادة منه بشكل جيد ؛ ستجعل حياتك أكثر إنتاجًا وفعالية (طارق السويديان ، ومحمد أكرم ، ٢٠٠٣ : ٧) .

وإذا كان النجاح في أي مجال هدفًا يسعى وراءه الجميع ؛ فإن سر النجاح هو الاستفادة من الوقت الذي يعد عجلة النجاح التي تدور بنا إلى الأمام محققين بها نجاحنا الذي هو سر سعادتنا ، أو ترجع بنا إلى الخلف لتبقى أهدافنا أحلام غير محققة ، إذا كان الوقت هو الحيز الذي نقيس فيه نجاحنا والذي يسير بنا إلى تحقيق أهدافنا (منى عز الدين باقر ، ٢٠٠٨ : ٥)

تعريف إدارة الوقت:

لمفهوم إدارة الوقت معانٍ وتفسيرات مختلفة ومتباينة ، وذلك اعتمادًا على نوع النشاط وطبيعته. ويتناسب التعريف الآتي مع موضوع الدراسة الحالية :
فيعرف " بون " (Boone,1992,p140) إدارة الوقت بأنها : " العملية التي توزع الوقت بفعالية بين المهام المختلفة، بهدف إنجازها في الوقت الملائم والمحدد ".

خصائص الوقت (Time characteristics) :

ويذكر رعد حسن (٢٠٠٠) خصائص الوقت فيما يلي :

١- لا شيء أطول من الوقت ؛لأنه مقياس الخلود ، ولا أقصر منه ؛لأنه ليس كافيًا لتحقيق جميع ما يريده الفرد ، ولا شيء في شعورنا أطول منه لمن ينتظر، ولا أسرع منه لمن هو في سرور ومتعة.

٢- الوقت لا يحترم أحدًا، فلا يمكن لأحد تغييره أو تحويله بغض النظر عما يريد تحقيقه.

٣- أنه مورد نادر لا يمكن تجميعه، وما مضى منه لا يعود ، ولا يعوض فهو أنفس ما يملكه الإنسان .

٤- يختلف الوقت عن الموارد الأخرى الرئيسية، كالقوى العاملة والأموال والأجهزة والمعدات.

٥- أنه مورد يملكه جميع الناس بالتساوي، ولا يستطيع أحد زيادته فكل إنسان يملك (٢٤) ساعة في اليوم، و(١٦٨) ساعة في الأسبوع، و (٨٧٦٦) ساعة في السنة.

٦- رغم أن الوقت مورد فريد ، ورغم خصائصه التي تميزه عن غيره من الموارد، إلا أنه يمكن سرقة (رعد حسن ، ٢٠٠٣ : ١٧٦ : ١٧٧) .

خطوات ومبادئ الإدارة الناجحة للوقت:

تتلخص خطوات ومبادئ الإدارة الناجحة للوقت بالآتي :

١ - مراجعة الأهداف والخطط والأولويات :

يجب على الإنسان أن يراجع أهدافه وخططه وأولوياته ؛ لأنه بدون أهداف واضحة ، وخطط سليمة ، وأولويات مرتبة لا يمكن له أن ينظم وقته ، ويديره إدارة جيدة .

٢ - الاحتفاظ بخطة زمنية أو برنامج عمل:

الخطوة الثانية في إدارة وقتك بشكل جيد، هي أن تقوم بعمل برنامج عمل زمني (مفكرة) ؛ لتحقيق أهدافك على المستوى القصير .

الأعمال والمهام والمسؤوليات التي سوف تتجزأها، وتواريخ بدايتها، ونهاية إنجازها، ومواعيدها الشخصية... إلخ ويجب أن تراعي في مفكرتك الشخصية أن تكون منظمة بطريقة جيدة تستجيب لحاجاتك ومتطلباتك الخاصة، وتعطيك بنظرة سريعة فكرة عامة عن الالتزامات طويلة المدى .

٣ - وضع قائمة إنجاز يومية :

الخطوة الثالثة في إدارة وقتك بشكل جيد، هي أن يكون لك يوميًا قائمة إنجاز يومية تفرض نفسها عليك كلما نسيت أو كسلت.

٤ - سد منافذ الهروب :

وهي المنافذ التي تهرب بواسطتها من مسؤولياتك التي خططت لإنجازها (وخاصة الصعبة والثقيلة فتصرفك عنها (مثل : الكسل ، والتردد ، والتأجيل ، والتسويف ، والترويح الزائد عن النفس) .

٥ - استغلال الأوقات الهامشية :

والمقصود بها الأوقات الضائعة بين الالتزامات وبين الأعمال (مثل: استخدام السيارة والانتظار لدى الطبيب، والسفر، وانتظار الوجبات، وتوقع الزوار)، وهي تريد كلما قل تنظيم الإنسان لوقته وحياته.

٦ - عدم الاستسلام للأمور العاجلة غير الضرورية :

لأنها تجعل الإنسان في برامج الآخرين وأولوياتهم (ما يرون أنه مهم وضروري)، وتسلبه فاعليته ووقته (من أكبر مضيعات الوقت) ، ويتم ذلك عندما يضعف في تحديد أهدافه وأولوياته ، ويقل تنظيمه لنفسه وإدارته لذاته (عامر الكبيسي، ٢٠٠٧) .

ثانيًا : مهارة اللعب مع الطفل :

يعد اللعب من أهم السمات المميزة للأطفال وهو نشاط محبوب لهم ، ويؤكد وينينجر (Winner) على أن اللعب - بالنسبة الأطفال - يُعد مطلبًا تربويًا وحققًا طبيعيًا لهم ويتحتم على الآباء والمربين تهيئة