JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ
العدد الرابع والثلاثون
(٢٤٩) (٢٦٥)

عدد خاص بوقائع مؤتمر رياض الاطفال المؤسوم

بـ(الاتجاهات المستقبلية لإطفال ماقبل الدراسة)

التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال تجاه الأطفال فاقدي الام او الاب

م.د.قاهرة علوان صيوان الزهيري

جامعة العميد/ الكلية التربية الأساسية للبنات/ القسم رياض الاطفال

kaheraalameed@gmail.com

المستخلص:

يهدف البحث الحالي التعرف على (التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال تجاه الأطفال فاقدي الام اوالأب)

١- مستوى التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال اتجاه الأطفال فاقدي الاب او الام .

٢- مستوى التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال حسب متغير فاقدي الام والأب من الأطفال.

وتوصلت الباحثة الى النتائج الاتية :-

١- توصلت الباحثة ان معلمات رياض الأطفال لديهن تعاطف ذاتي وبدرجة عالية .

٢- ان وظيفة معلمة الروضة وظيفة مهمة وحساسة لتماسها مع الأطفال بصورة مباشر وتعاطفها معهم.

٣- كما توصلت الباحثة الى ان التعاطف الذاتي تجاه الأطفال فاقدي الام أكبر من التعاطف الذاتي للأطفال فاقدي الاب .

(الكلمات المفتاحية \ التعاطف الذاتي ,معلمة الروضة).

The current research aims to identify kindergarten teachers' self-compassion toward children who have lost their mother or father

Dr .Qahira Alwan Siwan Al-Zuhairi

Al-Ameed University/College of Basic Education for Girls/Kindergarten Department

kaheraalameed@gmail.com

Abstract:

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

1. The level of self-compassion among kindergarten teachers toward children who have lost their mother or father.
2. The level of self-compassion among kindergarten teachers according to the variable of whether the children have lost their mother or father.
3. The researcher reached the following results:
4. The researcher reached the following conclusions:
5. The researcher concluded that kindergarten teachers possess a high degree of self-compassion.
6. The job of a kindergarten teacher is an important and sensitive one, as she communicates directly with the children and empathizes with them.
7. The researcher also concluded that self-compassion toward children who have lost their mothers is greater than self-compassion for children who have lost their fathers. Keywords: self-compassion, kindergarten teacher

الفصل الاول التعريف بالبحث

مشكلة البحث

تعتبر معلمات رياض الأطفال مرتكزا مهما في رياض الأطفال وان مهنة معلمة الروضة تتطلب منها جهدا عاطفيا واكاديميا ونفسيا وحركيا ذلك لان مرحلة رياض الأطفال تعتبر مرحلة مهمة في حياة الطفل حيث يحتاج الأطفال القدر الكافية من العطف حيث تتعامل معلمات رياض الأطفال مع الأطفال بصورة مباشرة ومستمرة في مراحل نمو حساسة وفي ظروف اجتماعية ونفسية وضغوط العمل المرتبطة بالبيئة التعليمية وان تعدد مسؤوليات معلمة الروضة جعل منها محورا مهما في عملية التعليم والتعلم ، ان الاتصال المباشر لمعلمة الروضة مع الأطفال وخاصة الأطفال فاقدي الاب او الام وعملية التواصل مع هذه الفئة المحرومة مما جعل مهنتها صعبة ومهمة حيث ا التعامل بشكل مباشر مع الأطفال اكسبها بعض أنواع التعاطف الذاتي الذي يمكنها من النجاح في مهنتها ان ارتفاع مستوى التعاطف لدى معلمات رياض الأطفال يؤدي او ينعكس على الأداء المهني لديها .

فحسب دراسة مطاوع (٢٠٢٠) ان التعاطف مع الذات يتضمن الانخراط في أنشطة ممتعة ، والحفاظ على نظرة إيجابية ، والتواصل مع الاخرين بإيجابية والعمل على تحسين الذات وجعلها جذابة للاخرين ، وتقبل الذات والتوازن العاطفي ، كما انه يرتبط بتجاوز المشكلات اليومية والتعامل معها بتوازن ومرونة وإيجابية.(مطاوع ، ٢٠٢٠ : ٢)

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

أهمية البحث:-

تكمن أهمية البحث في النقاط الاتية :-

١- ان أهمية التعاطف الذاتي هو المساعدة على تقليل القلق والاكتئاب ويعزز التوان الإيجابي النفسي .

٢- التعاطف الذاتي يوفر للمعلمة حماية جيدة ضد الانهاك العاطفي الناتج عن الضغوط التي تتعرض لها اثناء العمل .

٣- التعاطف الذاتي يساعد معلمة الروضة على ان تتقبل الأخطاء التي تحدث اثناء العمل والاعتراف بها بحدود قدراتها دون ان تقسو على ذاتها .

٤- انه يزيد معلمة الروضة من التعاطف مع المحيطين بها مما يؤدي الى خلق بيئة إيجابية داخل الصف او المؤسسة التربوية .

٥- ان معلمات الروضة الذين يمتلكن نسبة عالية من التعاطف الذاتي هن اكثر قدرة على الاستمتاع بالعمل والشعور بالطمانينة .

٦- ان التعاطف الذاتي يؤدي الى حالة إيجابية من التركيز وقدرة المعلمة على اتخاذ القرارات تربوية مهمة ومدروسة .

٧- تعتبر معلمة الروضة نموذج مهم للأطفال بحث يحتذى به من قبلهم وتعلمون منها السلوكيات الجيدة مشابهة تجاه انفسهم .

٨- ان التعاطف الذاتي يقوم في بناء المرونة النفسية لدى المعلمة والتي بدورها تساعد على تجاوز كل الازمات والضغوط في العمل .

مجلة العلوم الانسانية
للعلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الانسانية

حدود البحث:-

يتحدد البحث الحالي بمعلمات رياض الأطفال في مدينة بغداد بجانبيها الكرخ والرصافة للعام الدراسي ٢٠٢٤ -٢٠٢٥.

اهداف البحث:-

يهدف البحث الحالي التعرف على :

١- مستوى التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال اتجاه الأطفال فاقدي الاب او الام .

٢- مستوى التعاطف الذاتي لدى معلمات رياض الأطفال حسب متغير فاقدي الام والأب من الأطفال.

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

تحديد المصطلحات

التعاطف الذاتي عرفه كل من

-Wu & Zhang1 (٢٠٢٣)

قدرة الفرد على التعامل مع الفشل والإحباط بالفهم والقبول ورؤيتها كجزء طبيعي من تجربة الحياة بدلا من الهروب منها والانغماس فيها . (Wu& Zhang, 2023: 324)

٢ عبيدي (٢٠١٧)

التفاعل مع الذات برحمة ولطف ولين اثناء مواجهة تجارب مؤلمة ومحبطة .(عبيد،٢٠١٧: ٥٥)

٣- الضبع (٢٠١٨)

هو شكل من اشكال المساندة الذاتية والدعم الموجه من الذات للذات تجاه المعوقات او الازمات والضغوط او انه الدعم الموجه من الذات للذات في أوقات الازمات والذي يمثل الحنو الى الذات والرفق بها والبعد عن النقد الذاتي وتعامله مع أي من الازمات بموضوعية ورؤيتها في اطار خبرات إنسانية مشتركة والوعي بالافكار والمشاعر والانفعالات ومراقبتها بانفتاح وتفهم دون اصدار حكم تلقائي سلبي (الضبع ، ٢٠١٨: ١٠)

-Raes,Pommier,Neff,Gucht (2011)5

استراتيجية إيجابية لعلاقة الذات بالذات في أوقات المعاناة والشدة سواء كانت المعاناة ناتجة عن الفشل ام عدم الكفاءة المدركة او الصعوبات المتعلقة بالحياة العامة وعبر عنه بالحنو تجاه الذات مقابل الحكم عليها والإنسانية المشتركة مقابل العزلة واليقظة مقابل التوحد مع الألم .

(Raes,Pommier,Neff,Gucht, 2011: 398)

-Coetz.al (2010) 6

شعور الفرد بالحنو والاهتمام بمعانات وآلم الاخرين مما يحفز لديه الرغبة في تقديم المساعدة لاحقا .

(Coetz, 2010: 675)

معلمة الروضة

عرفها

١-عبد العال (٢٠٠٢)

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

انها مربية محترفة في مجال الطفولة وتربية اطفال ما قبل المدرسة والتي تعمل على حماية وتربية الأطفال ورعايتهم الرعاية الصحية السليمة الناجحة وتسهم بقدر كبير في تنمية شخصية الطفل تنمية شاملة جسمياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً ولُغوياً وسلوكياً ودينياً (عبد العال ، ٢٠٠٢: ١٢٥)

الفصل الثاني

اطار نظري ودراسات سابقة

المحور الاول / مفهوم التعاطف الذاتي

ان مفهوم التعاطف مع الذات من احدث المفاهيم الإيجابية والتي ترتبط بالذات ، وانه يمثل اتجاهات صحية للتعامل مع الذات ، ولكن الاهتمام بهذا المتغير بدا بالتزايد الاهتمام به مؤخرا كما ان كثيرا من البحوث تناولت المفهوم وباتجاهات مختلفة منذ عام (٢٠٠٣) حيث نشرت العالمة الامريكية كرستين نيف ، وهي أستاذة مشاركة في التنمية البشرية بجامعة تكساس ، والتي كشفت عن طبيعة وابعاد التعاطف الذاتي مستندة في ذلك الى الدراسات والفلسفة البوذية ووضحت عن ارتباطات وتأثير المفهوم على الشخصية ، وهي من وضع اول مقياس لقياس التعاطف الذاتي . (Neff, 2003 a :250)

ان التعاطف مع الذات يعتبر عملية سلوكية وجدانية معرفية، تتكون من خمسة عناصر تعمل معا، والتي تتضمن الاعتراف بالمعاناة الشخصية او إدراك، ان المعاناة عامة بين البشر والشعور بمعاناة الأشخاص، والتواصل وجدانيا مع محنهم، وتحمل أي مشاعر غير مريحة اثارت الاستجابة للمعاناة كالخوف والضيق والتنمر ووجود دافع للعمل على تخفيف المعاناة، ويتضمن التعاطف مع الذات الاعتراف بالمعاناة، وأدراك عمومية المعاناة والشعور بمعاناة الشخص والدافع للعمل لتخفيف المعناة (مطاوع ، ٢٠١٩: ١٠)

يعتبر التعاطف الذاتي قدرة الفرد على التفاعل مع الاخرين بفاعلية حيث ان مصطلح التعاطف أطلق على الأشخاص الذين يأخذون في اعتبارهم مشاعر وأفكار الاخرين ويتفهمون ما يمرون به ويستجيبون لمعاناتهم (Hassan ,2009: 551)

اما (Neff) فهي من العلماء الأوائل الذين أبدوا اهتماما واضحا بموضوع التعاطف الذاتي، ففي احدى الدراسات التي قامت بها والتي تستند الى مفهوم التعاطف مع الذات والتعاطف مع الاخرين والذي يعد بدوره مفهوما شاملا للتفاعل بين الذات والاخرين كما يعكس العديد من الاتجاهات. وقد

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

عرفته بانه " مفهوما يشير الى كيفية تعاملنا مع أنفسنا عندما نواجه الفشل وعدم الكفاءة او تجارب شخصية صعبة، او القدرة على فهم ومعاناة ومصاعب الاخرين. (Neff, 2023a: 102)

ويرتبط الذات مع التعاطف ارتباطا وثيقا بالوعي الموضوعي، وتقبل الازمات والاحداث المؤلمة والمرهقة للنفس وفهم التجارب السلبية والتعرف على العواطف كجزء طبيعي من التجربة الإنسانية فهو يؤكد عدم تجاهل الافراد لعواطفهم، بل الاعتراف بها بموضوعية وتقبلها. (Williamson, 2020: 1537)، ان الانسان في كثير من الأوقات يجد نفسه في حالة من التشويش في رؤية الأمور بوضوح، ولا يتمتع بقدرة كبيرة على التميز بين التعاطف الحقيقي والتعاطف الزائف، بغض النظر عن الظروف التي تحيط بالفرد والتي يكون في امس الحاجة الى التعاطف سواء كان في أوقات الرخاء او في أوقات الشدة، او في أوقات السعادة او في أوقات الحزن فالتعاطف يؤدي دورا أساسيا في توطيد العلاقات الإنسانية وتعزيز التفاهم والتواصل بين الأشخاص بشكل عام (نوفل ، ٢٠١٩: ٧٧)

كما ان الأشخاص الذين يمارسون التعاطف مع انفسهم في الظروف الضاغطة يظهرون اختلافا في سماتهم الشخصية مقارنة بالافراد الذين لا يمارسون التعاطف فهم يتسمون بدرجة مرتفعة من المرونة والانفتاح على تجاربهم الشخصية ويظهرون مزيدا من العقلانية في التعامل مع كافة الظروف مما يجعلهم ينظرون الى انفسهم بنظرة تفهم وانسجام وعطف، دون مبالغة في تقدير انفسهم او ممارسة النقد الشديد لذواتهم عند مواجهتهم لمواقف صعبة (الحربي ، ٢٠٢٠ :٢٣٠).

وتؤكد (Neff & Dahm , 2015) ان التعاطف الذاتي له دور في تعزيز الأداء الشخصي بمعنى ان الافراد ذوي التعاطف الذاتي المرتفع اكثر ارتباطا واستقرارا عاطفيا وقبولا واستقلالية، اما في حين انهم اقل انفصالا وعزلة وعدوانية، واقل عرضة للإصابة باضطرابات الشخصية كما يشير (Unger,2016) انهم يملكون درجة عالية من الرضا عن الذات ويتمتعون بذكاء عاطفي ويتجنبون النقد الذاتي واقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق (Unger, 2016 :345)

ان تعرض الانسان خلال مراحل حياته المختلفة لمتغيرات خارجية او داخلية عديدة لها تاثير مباشر على الحالة الانفعالية للفرد والسلوكية والاجتماعية في حيته حيث ان ازدياد هذه المؤثرات هو نتيجة للتغيرات الذاتية والخارجية للفرد ونتيجة ذلك وجود فجوة كبيرة بين المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد والحاجات النفسية والاجتماعية التي يطمح بها ، ان هدف الفرد هو ضبط وإدارة حالاته الانفعالية التي يعيشها ويشمل ذلك على زيادة او خفض او المحافظة على الانفعالات الإيجابية

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

والسلبية على حد سواء والتاثير على الاستجابة الانفعالية ومكوناتها التي تشمل السلوك والتغيرات الفسيولوجية والأفكار والمشاعر .

كما اكدت (Neff &Germer,2013) ان التعاطف مع الذات نوع من علاقة الذات بالذات ، ويعني اللطف الموجه الى الداخل ويرتبط بادراك أوجه القصور الشخصية والاخطاء والفشل عند مواجهة مواقف حياتية مؤلمة خارج سيطرة الفرد ويتضمن التوازن بين استجابات التعاطف واللاتعاطف مع الذات لحالة المعاناة .(Neff&Germer ,2013 :867)

مكونات التعاطف الذاتي

١- العطف على الذات مقابل الحكم على الذات

يعني ان يتفهم الفرد نفسه ويتعامل مع ذاته برفق ولين وبشكل مبني على الرحمة مع الذات دون اطلاق الاحكام عليها ويتضمن هذ البعد الفهم والدفء العاطفي نحو الذات بدلامن نقده وخصوصا عند مواجهة معاناة او عند الفشل .

٢- العمومية الإنسانية مقابل العزلة

وهي ان يرى الشخص التجارب الخاصة به المؤلمة والسعيدة بانها ليست تجارب شخصية بل هي تجارب إنسانية مشتركة التي يمكن ان تحدث مع غيره من الافراد بدلا من رؤيتها في سياق منفصل وادراكها بانها تجربة شخصية ، وهي عنصر أساسي في التعاطف مع الذات ويتضمن هذا البعد الوعي بان الافراد غير كاملين بل عرضة للفشل وارتكاب الأخطاء .

٣- اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط مع الذات

وهو على الفرد ان يكون على وعي مسبق بتقبل المواقف المؤلمة دون التاثر بها ان هذا البعد من التعاطف الذاتي يتجسد في حالة من الوعي المتوازن تجنب الفرد النقيضين من التوحد الكامل الهوية الذاتية ، وعدم الارتباط بالخبرة كذلك الانفتاح على الأفكار السلبية والاحاسيس والمشاعر المؤلمة والخبرات غير السارة لدى الأشخاص وأيضا معايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بتوازن ورصانة ، دون الحكم او تجنب او قمع ،(كفا ، ٢٠١٧ : ١٢)

أهمية التعاطف مع الذات

ان من اهم مركبات الشخصية هو التعاطف مع الذات والتي تساعد الشخص في مواقف الألم او الفشل او المعاناة ، كما انها تقي الانسان من أي اثار جانبية لاحداث الحياة الضاغطة ، وانها تجعل الشخص اكثر عطفا مع نفسه في مواقف الفشل والاخفاق ، كما يكون اكثر عقلانية ومرونة

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

وانفتاحا وقابلية للتغلب على مشكلاته وهمومه ، فالتعاطف مع الذات له أهمية بالغة في مختلف جوانب حياة الفرد النفسية والشخصية والاجتماعية ويمكن ان نعرض أهمية التعاطف مع الذات بالنقاط الاتية :-

١- التعاطف مع الذات والوظائف النفسية

ان التعاطف الذاتي يلعب دورا مهما في الصحة النفسية للفرد وهو له بعدا أساسيا من ابعاد البناء النفسي للفرد ، وأيضا سمات الشخصية الإيجابية وكذلك حاجز نفسي من الاثار الحياة الضاغطة السلبية عندما يعيش الفرد حالة من حالات الفشل او عدم الكفاية الشخصية في حل أي مشكلة .

٢- التعاطف مع الذات والوظائف الشخصية

ان التعاطف مع الذات له أيضا دورا أساسيا وهاما من الناحية النفسية للشخص وأيضا له دور في تحسين العلاقة الشخصية ، اذا هو قضية تشاركية بين الفرد والافراد الاخرين والتي يمكن عدها جزءا من الخبرة الإنسانية المشتركة (كفا ، ٢٠١٧: ١٥)

نظريات التي فسرت التعاطف الذاتي

أولا :- نظرية الجوانب المعرفية للعقليات الاجتماعية

يعتبر جيلبرت مؤسس النظرية حيث أشار ان البشر مجموعة متنوعة من الجوانب المعرفية التي تؤهلهم لاستكشاف وتشكيل أنماط محددة من العلاقات الاجتماعية كما تتضمن هذه الجوانب المعرفية تنظيم العمليات النفسية المتنوعة مثل (الادراك – الطرق –الانتباه – التفكير – والدوافع) من خلال توجيه محدد يسهم في تكوين أنماط محددة من العلاقات الاجتماعية كما ان هذه الجوانب تنقسم الى نمطين رئيسيين :

النمط الأول:- هو تقديم الرعاية والاهتمام وذلك عندما تسيطر عليها الجوانب المعرفية على عملية تفكير الفرد .

النمط الثاني :- هو السعي للرعاية حيث ان السعي للحصول على تغذية راجعة واستجابة إيجابية من الافراد الذين نسعى لمساعدتهم وتخفيف المعاناة عليهم ودعمهم وهذا ما أشار اليه (Gilbert) عندما نقدم الرعاية والدعم والاهتمام ونتلقاها ونشعر بالرضا والسعادة أي اننا قادرون على التعبير عن مشاعر الاهتمام والرعاية التي نتلقاها وتقديمها للأخرين ونعطي لأنفسنا الفهم للمشاعر وان نتعامل معها بفاعلية .اما في حالة عدم قدرتنا على تلبية احتياجات الاخرين الاجتماعية او تحقيق

JOBS مجلة العلوم الأساسية Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

النمط الاجتماعي فهذا يجعل الفرد يشعر بالغضب والضيق والاستياء وقد يصل في بعض الأحيان الى الاكتئاب وقد نصدر احكام سلبية .

ثانيا:- نظرية العلاج المتمركز حول الذات

وهي النظرية التي يطلق عليها بنظرية الذات للعالم (كارل روجرز ، ١٩٥١) تفسر النظرية بان التعاطف الذاتي بوعي الذات وهذا ما يساعد الفرد على ان يفهم الخبرات الإيجابية والسلبية غير المفهومة في نفس الفرد والاخرين ويستخدم التعاطف للحصول على معلومات حول الجانب الذاتي للأفراد الاخرين ، فكان دور التعاطف الذاتي في هذا المنهج يأتي من الفهم العميق والمقبول للذات بمختلف جوانبه بما فيها الإيجابية والسلبية والمعقدة وذلك من خلال البيئة الداعمة والحاكمة ، ان العلاج الممركز حول ذات العميل يعزز التعبير الحر للشخص عن مشاعره وافكاره بدون خوف من الانتقاد او الحكم السلبي .(Rogers, 1951: non)

ثالثا :- نظرية ثيودور لبس

أشار (لبس) الى ان التعاطف الذاتي ناتج عن استجابة تقليدية فعند ملاحظة شخص شخصا أخرى وهو واقع تحت تاثير شعور ما ، فان الشخص يقلد تقليدا تلقائيا بتغيرات بسيطة وفي الوضع او تعابير الوجه التي تعطي علامات تسهم في فهم مشاعر الشخص الاخر ، فضلا عن التقويم الذهبي الذي يصبح ضروريا لظهور حالة التعاطف ، كما اكد (لبس) الى ان التعاطف هو المعرفة بمشاعر وشخصية الافراد الاخرين وتتم هذه المعرفة عن طريق :-

-المعرفة بالذات : وهو معرفة الفرد بذاته وامكاناته وقدراته وقابلياته ومصدرها الادراكي الداخلي .

-المعرفة بالاخرين : وهي قدرة الفرد على فهم مشاعر الاخرين وهو مصدر التعاطف .

-المعرفة بالاشياء .: وهي المواقف المختلفة التي يمر بها الفرد وتكون المصدر الادراكي الحسي له (العبيدي ،٢٠١١: ١٣٩) .

المحور الثاني / الدراسات السابقة التي تناولت التعاطف الذاتي

١-دراسة محمد (٢٠٢٣)

هدفت الدراسة التعرف على (اجترار الأفكار وعلاقته بالتعاطف مع الذات لدى طلبة جامعة الزقازيق وتكونت عينة الدراسة من (٣٣٧) طالب وطالبة وتم تطبيق مقياسي (اجترار الأفكار – التعاطف الذاتي) واظهرت نتائج الدراسة وجدود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات لطلبة الجامعة في مستوى اجترار الأفكار وكانت لصالح الاناث بالمقابل لم تكن هناك فروق ذات

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات الجامعة في مستوى التعاطف مع الذات كما أظهرت الدراسة وجود علاقة سلبية بين اجترار الأفكار وابعاده الفرعية ، والتعاطف الإيجابية (الحنو على الذات ، الإنسانية المشتركة ، واليقظة العقلية) فيما وجدت علاقة موجبة بين اجترار الأفكار وابعاده الفرعية والتعاطف مع الذات وابعاده الفرعية السلبية .(محمد ، ٢٠٢٣: ٢٨٧- ٣٤٨)

٢-دراسة الجمعات وعلي (٢٠٢٣)

هدفت الدراسة التعرف على (التعاطف مع الذات وعلاقته باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلبة كليتي التربية والحقوق بجامعة دمشق) وتكونت عينة الدراسة من (١٨٠) طالبا وطالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من طلبة كليتي التربية والحقوق واعدت الباحثة مقياس التعاطف ومقياس التنظيم الانفعالي من اعداد عفانة (٢٠١٨) وتم تطبيقه على العينة وتم اعتماد المنهج الوصفي وأشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التعاطف مع الذات وابعاد مقياس استراتيجيات التنظيم الانفعالي ووجود فروق دالة احصائيا تبعا لمتغير الاختصاص ولصالح طلبة كلية التربية .(الجمعات وعلي ،٢٠٢٣: ١٣١)

٣-دراسة نيف واخرون (٢٠١٩)

هدفت الدراسة التعرف على (الفروق بين الجنسين في التعاطف مع الذات) فحص دور وتوجيه دور النوع الاجتماعي ، وتكونت عينة الدراسة (٥٠٤) وتم تطبيق مقياس (Neff) للتعاطف الذاتي ومقياس لبدور الجنسي وسمات الشخصية وكانت نتائج الدراسة حيث توصلت الى وجود فروق دالة بين الجنسين في التعاطف مع الذات لصالح الذكور وعدم وجود فروق دالة بين الذكور (طالب – راشد) وعدم وجود فروق دالة بين الاناث (طالبات – راشدات) في التعاطف مع الذات ووجود فروق في التعاطف مع الذات ترجع الى الدور الجنسي (ذكوري – انثوي) لصالح الدور الجنسي الذكوري١١٣٦) .(Yarnell,l...Neff,K,2019:

٤-دراسة الضبع (٢٠١٣)

هدفت الدراسة التعرف على (التعاطف مع الذات كمبنى بأسلوب الحياة الصحي لدى عينة من طلاب الجامعة) وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٧) طالب وطالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية كما قامت الباحثة باعداد مقياسي (التعاطف الذاتي وأسلوب الحياة) وكانت نتائج الدراسة حيث توصلت الباحثة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين التعاطف مع الذوات وأسلوب

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

الحياة الصحي واظهرت أيضا فروق في التعاطف مع الذات لصالح الذكور .(الضبع ، ٢٠١٣ : ٣٧- ٨١).

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءته

اعتمدت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي ذو العلاقة الارتباطية وهي من الطرق المنهجية المعتمدة في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية

مجتمع البحث

يتحدد البحث الحالي بمعلمات رياض الأطفال في مدينة بغداد بجانبيها الرصافة والكرخ والبالغ عددهن (٧٩١٢) معلمة في المديريات الست (رصافة ١- رصافة ٢- رصافة ٣- كرخ ١- كرخ ٢- كرخ٣).

عينة البحث

تم اختيار عينة البحث من معلمات رياض الأطفال في المديريات التربية التابعة لجانب الرصافة كعينة بحث قصدية بواقع (٢٠٠) معلمة ممن لديهن في صفوفهن أطفال فاقدي الاب او الام والجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١) يمثل عينة البحث

المديرية	عدد المعلمات
الرصافة الاولى	٥٧
الرصافة الثانية	٦٨
الرصافة الثالثة	٧٥
المجموع	٢٠٠

أدوات البحث

تبنت الباحث مقياس التعاطف الذاتي (Neff, 2003a) المترجم للعربية بعد عمل بعض التعديلات عليه ليتكيف مع البيئة المحلية لمعلمات رياض الأطفال حيث تضمن المقياس (٣٥) فقرة ببدائل (دائما ، أحيانا ، ابدا) .

الصدق الظاهري

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

بعد اكمال متطلبات المقياس تم عرض المقياس بصورته الأولية على لجنة من المختصين في العلوم التربوية والنفسية للتأكد من صلاحية المقياس بعد اجراء التعديلات عليه وتم الحصول على نسبة اتفاق (٨٢%) وهي نسبة جيدة .

تميز الفقرات مقياس التعاطف الذاتي

ولغرض حساب القوة التميزية لفقرات المقياس بحيث تبقى الفقرات المميزة واستبعاد الفقرات غير المميزة ، ولأجل تحقيق ذلك تم تطبيق المقياس التعاطف الذاتي على عينة البحث البالغة (200) معلمة واختيرت نسبة 27%)) المجموعة العليا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا تراوحت حدود الدرجات للمجموعة العليا 73 –65)) ، ونسبة (٢٧%) المجموعة الدنيا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا تراوحت حدود الدرجات للمجموعة الدنيا (٤٤–٦٠) وبلغ عدد الاستمارات (٥٤) استمارة لكل مجموعة وبذلك يكون مجموع الاستمارات (١٠٨) استمارة، ثم استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وأظهرت النتائج بان جميع الفقرات مميزة ما عدا الفقرات (١,٢,٤,٦,٨,١٠,١٦,٣٥)غير دالة احصائياً (انظر جدول 2).

جدول (٢) تمييز فقرات مقياس

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		الاختبار التائي	مستوى الدلاله
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1.	2.0370	.58157	1.8519	.71129	1.481	غير دالة
2.	1.9074	.55859	1.6852	.69565	1.830	غير دالة
3.	1.9074	.62249	1.5370	.53950	3.304	.001
4.	1.7222	.65637	1.7222	.56357	.000	غير دالة
5.	2.0741	.50849	1.6111	.52903	4.636	.001
6.	1.8889	.66351	1.8148	.55198	.631	غير دالة
7.	1.9444	.62696	1.5370	.60541	3.435	.001
8.	1.8889	.63444	1.7593	.58067	1.108	غير دالة
9.	2.0185	.56604	1.6481	.67733	3.083	.001
10.	1.7778	.60397	1.6111	.62696	1.407	غير دالة
11.	1.9630	.58157	1.5000	.54079	4.284	.001
12.	1.9815	.56604	1.7037	.63334	2.403	.001
13.	1.9074	.59140	1.6481	.58785	2.285	.001
14.	1.9259	.50849	1.7037	.63334	2.011	.001
15.	1.8704	.43638	1.5185	.57432	3.585	.001
16.	1.8704	.58427	1.6667	.61430	1.766	غير دالة
17.	1.9259	.63992	1.5926	.63002	2.728	.001

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

18.	2.0185	.45519	1.5000	.54079	5.390	.001
19.	1.7963	.59494	1.4815	.57432	2.798	.001
20.	1.8704	.55103	1.5926	.65929	2.376	.001
21.	2.0370	.58157	1.6481	.58785	3.456	.001
22.	2.0370	.51259	1.6667	.54944	3.622	.001
23.	1.9259	.57796	1.5556	.60397	3.256	.001
24.	1.9815	.53167	1.4444	.53787	5.218	.001
25.	1.9259	.57796	1.4815	.57432	4.008	.001
26.	2.0556	.59611	1.5185	.57432	4.768	.001
27.	1.9259	.57796	1.5556	.60397	3.256	.001
28.	1.9074	.55859	1.4259	.56974	4.434	.001
29.	1.9630	.61316	1.5370	.63582	3.543	.001
30.	2.0370	.61316	1.4630	.53950	5.165	.001
31.	1.9630	.54817	1.4444	.57188	4.810	.001
32.	1.9259	.54433	1.4815	.50435	4.401	.001
33.	1.9074	.55859	1.4444	.53787	4.387	.001
34.	2.0185	.45519	1.6852	.57705	3.333	.001
35.	1.8333	.63691	1.6481	.61911	1.532	غير دالة

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية

لإيجاد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية ولإيجاد الصدق البنائي لمقياس التعاطف الذاتي ، والذي يعني أن الفقرة تقيس ما تقيسه الدرجة الكلية اذ يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً مما يدل على ان المقياس يمتلك صدقاً بنائياً(Anastasi&Urbina, 1997, p.174)، اذ أظهرت النتائج إن جميع الفقرات ترتبط معنوياً مع درجة المقياس الكلية (انظر جدول٣).

جدول(٣) معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التعاطف الذاتي

الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	الارتباط	مستوى الدلالة
3	.225	.001	22	.255	.001
5	.359	.001	23	.317	.001
7	.221	.001	24	.324	.001
9	.240	.001	25	.273	.001
11	.290	.001	26	.363	.001
12	.182	.001	27	.252	.001
13	.199	001	28	.351	.001
14	.247	.001	29	.256	.001

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

15	.238	.001	30	.364	.001
17	.199	.001	31	.361	.001
18	.332	.001	32	.350	.001
19	.257	.001	33	.387	.001
20	.249	.001	34	.344	.001
21	.316	.001			

معامل الثبات

تم التحقق من معامل الثبات لمقياس التعاطف الذاتي وذلك من خلال استخدام الباحثة معامل الفا كرونباخ واظهرت النتائج ان قيمة معامل الفاكرونباخ تساوي (٠,٧٣٣).

الوصف النهائي للمقياس

بعد اجراء التحليل الاحصائي لفقرات المقياس التعاطف الذاتي والذي كان يتكون من (٣٥) فقرة وبعد اجراء تميزا لفقرات المقياس تم حذف عدد من الفقرات وهي (1,2,4,6,8,16,35)حيث كان المقياس بصورته النهائية من (٢٧) فقرة حيث ان درجات المجموعة العليا تراوحت بين (٦٥- ٧٣) اما درجات المجموعة الدنيا فتراوحت بين (٤٤- ٦٠) وكان الوسط الفرضي للمقياس(٥٤).

الفصل الرابع

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي من قبل الباحثة كونه يتناسب مع البحث الحالي وهو منهج متبع في كثير من البحوث العلمية وحسب المناهج البحثية.

الهدف الاول: قياس مستوى التعاطف الذاتي لدى المعلمات رياض الأطفال

تحقيقاً لهدف للبحث الأول قامت الباحثة بتطبيق مقياس التعاطف الذاتي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال ،حيث ان لا توجد فروق دالة احصائيا في متوسط درجاتهم على المقياس التعاطف الذاتي بلغ (٦٢,٠٧٥) درجة وبانحراف معياري مقداره (٥,١٢٥) درجة ، وعند موازنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٥٤) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفروق دالة إحصائيا ولصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢٢,٢٨٠) اعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (٢,٥٧٦) بدرجة حرية (١٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) والجدول (٤) يوضح ذلك .

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

جدول (٤) القيمة التائية لمقياس التعاطف الذاتي لمعلمات الروض

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	الاختبار التائي		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
200	62.075	5.125	54	199	22.280	2.576	.001

ويتضح من الجدول أعلاه القيمة التائية المحسوبة البالغة (٢٢,٢٨٠) اعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (٢,٥٧٦) بدرجة حرية (١٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) يبين ان لدى معلمات رياض الأطفال تعاطفا ذاتيا قويا وهذ يتوافق مع دراسة الضبع (٢٠١٣) ودراسة الجمعات وعلي (٢٠٢٣) .

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق في التعاطف الذاتي لدى المعلمات على وفق متغير اتجاه فاقدي (الام – الاب).

تحقيقاً لهدف للبحث الثاني قامت الباحثة بتطبيق مقياس التعاطف الذاتي على أفراد عينة البحث البالغ عددهم (٢٠٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال تجاه الأطفال فاقدي الام والأب ،حيث ان لا توجد فروق دالة احصائيا في متوسط درجاتهم على المقياس التعاطف الذاتي بلغ (٥٨,٤١٢) للأطفال فاقدي الاب وبانحراف معياري مقداره (٥,٠٥٠) درجة اما الأطفال فاقدي الام فكانت متوسط درجاتهم (٦٤,٥١٦) درجة وانحراف معياري(٣,٤٥٩) ، وباستعمال الاختبار التائي (t–test) لعينة واحدة تبين أن الفروق دالة إحصائيا ولصالح المتوسط الحسابي ، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٠,١٤٧) اعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (٢,٥٧٦) بدرجة حرية (١٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) والجدول (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥) القيمة التائية لمقياس التعاطف الذاتي لمعلمات رياض الأطفال فاقدي (الام – الاب)

العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الاختبار التائي		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
فاقدي الاب	80	58.412	5.050	198	10.147	2.576	.001
فاقدي الام	120	64.516	3.459				

ويتضح من الجدول أعلاه ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (١٠,١٤٧) اعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (٢,٥٧٦) بدرجة حرية (١٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) وذلك لصالح الأطفال فاقدي الام حيث ان اتجاه معلمة الروضة لفاقدي الام اكثر تعاطفا وبدرة كبيرة وهذا نتيجة كون

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

معلمة الروضة الام الثانية لطفل الروضة حيث يقضي معظم النهار معها وباتصال مباشر ، وان فاقدي الام من الأطفال يحاول ان يعوض جزاءً عبر علاقته القوية مع معلمة الروضة وبالتالي فان هذه العلاقة تنعكس إيجابيا على سلوكيات الطفل داخل الروضة .

الاستنتاجات

١- توصلت الباحثة ان معلمات رياض الأطفال لديهن تعاطف ذاتي وبدرجة عالية .

٢- ان وظيفة معلمة الروضة تتطلب وجود تعاطف ذاتي مع الأطفال لحاجتهم لذلك .

٣- كما توصلت الباحثة الى ان التعطف الذاتي تجاه الأطفال فاقدي الام اكبر من التعاطف الذاتي للأطفال فاقدي الاب .

التوصيات

١- يجب ان تكون معلمة ممن تمتلك مستوى عالي من التعليم التي يواكب العصر الحالي .

٢- يجب اخضاع معلمة الروضة الى جلسات نفسية لمعرضة مدى الصحة النفسية لمعلمة الروضة والتي يجب ان تكون في صحة نفسية جيدة .

المقترحات

١- عمل بحوث مماثلة لمعلمات الصف الأول كونهم اقرب الى أطفال الرياض وكون البعض منهم لم يلتحق بالروضة .

٢- عمل بحوث مماثلة في التعاطف الذاتي وبمتغيرات أخرى .

المصادر

١. الجمعات ، يمامة ايمن ، وعلي ، بشرى (٢٠١٨) ، التعاطف مع الذات وعلاقته باستراتيجيات التنظيم الانفعالي لدى طلبة كليتي التربية والحقوق جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث ، المجلد ٤٥، العدد ١٦.

٢. الحربي ، جابر محمد (٢٠٢٠) ، التعاطف مع الذات وعلاقته بالاحتراق الاكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية ، مجلة شباب البحثين في العلوم التربوية ،٣(٣) .

٣. الضبع ، فتحي عبد الرحمن (٢٠١٣) ، التعاطف مع الذات كمبنى بأسلوب الحياة الصحي لدى عينة من طلاب الجامعة ، المجلة العلمية ، ١١(٢) .

٤. العبيدي ، عفراء إبراهيم خليل (٢٠١١) ، طبيعة العلاقة الارتباطية بين التعاطف والسلوك العدواني دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة المرحلة المتوسطة من مدارس بغداد الرسمية ، مجلة جامعة دمشق ، (٢٧) ٣+٤).

٥. عبيد ، عفراء (٢٠١٧) ، الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة العلوم الاجتماعية ، (٢٦).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

٦. كفا ، رازان (٢٠١٧) ، التعاطف مع الذات وعلاقته بالشيخوخة الناجحة لدى المسنين ، دراسة ميدانية لدى عينة من المسنين في محافظتي اللاذقية والسويداء ، رسالة دكتوراه ، جامعة دمشق .

٧. محمد ، ايمان (٢٠٢٣) اجترار الأفكار وعلاقتها بالتعاطف مع الذات لدى عينة من طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية جامعة الفيوم ، (١٥) .

٨. مطاوع ، محمد مسعد عب الواحد (٢٠٢٠) ، التعاطف مع الذات كمبنى بالتدفق الاكاديمي وكفاءة الذات للتعلم الالكتروني وكفاءة الذات الاكاديمية لدى طلبة الجامعة ذوي الإعاقة السمعية ، المجلة التربوية (٨٠).

٩. نوفل ، مرام محمد شكري (٢٠١٩) ، التعاطف الذاتي وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينةمن كبار السن في محافظة الخليل ، رسالة ماجستير ، جامعة الخليل ، فلسطين .

المصادر الاجنبية :-

10.Germer ,C..& Neff K..(2013) self- compassion in cilincal peaetice . Journal of clinical psychology insession ,69,(8.(

11.Goetz IL.. Keltner .D& Simon- thomas .E(2010 : compassion an evolutionary analysis and empirical review : Psychologist bull 136(3. (

12.Hassan .W (2009) Emputhy and its Relationship to self- Esteem Egocentrism and perception of arnily cohesion among University students (unpublished master tgesis) ain shams University Ewypt.

13.Neff,K ,D (2003a) . Development and validation of a scale to measure self – compassion . self and ldentity)2.)

14.Rogers.C. R. (1951) chent – centered therapy its current practice imptications and theory Houghton M IFFLIN.

15.Unger,M.(2016) THE Relationship between Self- compassion sleep Quatity and Perceived stress among undergraduate and graduate student (unpublished doctoral diseition) Philadelphia college of osteopathic medicine Pennsylvania geoigia.

16.Williamson . I. (2020) Ettects ota self- compassion brea; induction on self- reported stress self – compassion and depressed mood psychologied reports 123(5.(

17.Wu . Z.& Zhang (2023) Intthiences on the development of self – compassion in adolescents international Journal of education and humanities 10.(1.(

18.Yarnell .LL . Neff .K.. Davidson O..& Mullarkey M..(2019) gender differenees in self – compassion examining the role of gender role orientation .Mindfulness (10).

JOBS
مجلة العلوم الأساسية
Journal of Basic Science
Print -ISSN 2306-5249
Online-ISSN 2791-3279
العدد الرابع والثلاثون
٢٠٢٥م /١٤٤٧هـ

مجلة العلوم الاساسية
للعلوم التربوية والنفسية وطرائق التدريس للعلوم الاساسية