جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلميّ
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الإنسانيّة
قسم العلوم التربويّة والنفسيّة

أثر برنامج أرشادي قائم على الوعي بـ (هنا والآن) في تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال

رسالة مقدمّة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانيّة في جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في العلوم التربوية والنفسيّة (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي)

من قبل الطالبة

رفل صبحي مولان غيدان

بأشراف

الأُستاذ الدكتور

سناء حسين خلف

١٤٤٧هـ ٢٠٢٥م

مستخلص البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على (**أثر برنامج ارشادي قائم على الوعي بـ (هنا والآن) في تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال**)، ولتحقيق هذا الهدف من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المعلمات في المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الكيمياء العاطفية.

يتحدد البحث الحالي بمعلمات رياض الأطفال للروضات الحكومية والاهلية في محافظة ديالى ـ مركز قضاء بعقوبة التابع للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى للعام الدراسي (٢٠٢٤– ٢٠٢٥ م).

ولغرض اختبار فرضيات البحث استخدمت الباحثة التصميم التجريبي للمجموعتين التجريبية والضابطة، وتكونت عينة التحليل الاحصائي من (٢٠٠) معلمه تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من الروضات الحكومية والأهلية في مركز قضاء بعقوبة التابعة لمديرية العامة لتربية محافظة ديالى للعام الدراسي (٢٠٢٥ـ٢٠٢٤)، قامت الباحثة ببناء مقياس الكيمياء العاطفية وفق نظرية (Bennett,2002) وتكونت عدد فقراته بالصيغة

الأولية من (٣٠) فقرة، وتحققت الباحثة من الخصائص السايكومترية له، إذ بلغت عدد فقراته بالصيغة النهائية من (٣٠) فقرة.

أما عينة تطبيق البرنامج الارشادي تكونت من (٢٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال اللواتي لديهن ضعف في الكيمياء العاطفية حيث بلغت درجاتهن أقل من المتوسط الفرضي البالغ (٩٠) درجة، موزعة بطريقة عشوائية على مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة وبواقع (١٠) معلمات في كل مجموعة، وقد تم إجراء التكافؤ في بعض المتغيرات وهي (**العمر، التحصيل الدراسي للمعلمة، عدد سنوات الخدمة، الحالة الاجتماعية للمعلمة**).

وقامت الباحثة ببناء برنامج ارشادي بأسلوب الوعي بـ (هنا والآن) في تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال، وفق نظرية الجشطالت لـ (بيرلز) وبناء البرنامج الإرشادي وفق انموذج (بوردرز دوري، ١٩٩٢) وتكون من (١٢) جلسة ارشادية، واستغرق زمن كل جلسة (٤٥) دقيقة بواقع (جلستان) في الاسبوع.

واستخدمت الباحثة في تحليل بيانات البحث برنامج التحليل الإحصائي (SPSS) للعلوم الإنسانية والاجتماعية، إذ توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات معلمات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيمياء العاطفية ولصالح الاختبار البعدي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات معلمات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيمياء العاطفية.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسط درجات معلمات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الكيمياء العاطفية ولصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

وفي ضوء نتائج البحث خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات.

الفصل الأول

التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث

ثانياً: أهمية البحث

ثالثاً: هدف البحث وفرضياته

رابعاً: حدود البحث

خامساً: تحديد المصطلحات

أولاً: **مشكلة البحث** (The Problem the research)

في حياتنا اليومية تواجهنا كمية لا تحصى من التحديات والمعضلات التي تثير عواطفنا فعلى المستوى العصبي مثلا تواجهنا طاقة الغضب وهي الأكثر أُلفةً وتعني الاصرار على رؤية واحدة للأمور وهي الدفاعية والعدائية الشائكة ويكونون منغلقون عن وجهات نظر الآخرين وهذا مرتبط بالكيمياء العاطفية بكونه يمثل طريقة الفرد في تعامله مع محيطة لذلك تدعي الحاجة إلى أن يصبح الفرد مرنا و قادرا على رؤية الأمور من عدة زوايا (Bennett,2002:504).

وإن ردود الأفعال العاطفية عمل يتطلب الشجاعة في البحث عن مخاوفنا وارتباطاتنا ونفي الفرار منها أو كبت مشاعرنا لكن الشعور الكبير بالأشفاق حول نفسنا والاخرين يحول دون ذلك وأنه الأمر معتمد على كيفية استخداماتها لتجاربنا في الحياة العاطفية (Bennett,2002:514).

وإن مجتمعاتنا اصبحت منغمسة في العاطفة إلى حد الإغراق، حتى تدخلت – العاطفة في صناعة قراراتنا، ومواقفنا، وحكمنا على الأشياء، في مختلف القضايا الخاصة، والعامة، فأصبحت المستشار، والمقرر، والحاكم، والشاهد، مما أثر على التفكير المنطقي المنضبط وآلياته، فنأت الموضوعية، والعدالة، والحياد عن الكثير من قراراتنا ومواقفنا وتعامينا عن أخطاء من نهواه ونرتضيه فرداً كان أو جماعة وأصبحت العاطفة السيد المطاع، وأصبح العقل تابعاً لها، لا متبوعة له، تأمره فيأتمر وتنهاه فينتهي ومن جهة أخرى نعاني من الجفاف والفراغ العاطفي على أكثر من صعيد وآخر، ممّا تسبب في استفحال الكثير من المشاكل والأزمات النفسية والسلوكية على مستوى الفرد والمجتمع والأمة (المشرف، ٢٠١٢: ١٧).

وقد أشار (Elias,2004) إلى إن الأفراد الذين لا يستطيعون إدارة عواطفهم بشكل جيد مع الأطفال يؤدي الى تمركزهم حول ذواتهم، ولا يستطيعون تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، كما أنهم غير قادرين على تنظيم عواطفهم وانفعالاتهم ، ولديهم شعور بالقلق والإحباط نتيجة لضعف قدرتهم على التعامل مع الصراعات والمشكلات التي قد تنشأ بينهم وبين الآخرين مما يؤدي إلى ظهور مشاعر الغضب والعدوانية (Elias,2004:8).

حيث أشار (داود، ٢٠٢٢) إن الفرد الذي لا يتمتع بالكيمياء العاطفية يجد صعوبة بتحويل الانفعالات والعواطف إلى وسيلة لإرشاد القلب، والعواطف المضطربة تمثل المصدر الأساسي للسلوكيات السلبية وتعد أساس الشعور بالقلق والارتباك مما يؤدي بالفرد إلى صعوبة فهم عواطفه ومشاعره وقت حدوثها وتجعله ينتقد نفسه والشعور بالذنب والنقص والغضب، وهذه الأمور في حد ذاتها تزعج الفرد وتكون افكاره ومشاعره العاطفية سلبية حيال تلك الأمور التي تسبب له الانزعاج وتؤثر الأفكار والمشاعر العاطفية السلبية على تفكير الفرد وهي وراء مأساته مما يتطلب من الفرد أن يواجه الأفكار والمشاعر المؤلمة التي تتداعى عليه بين فترة وأخرى ويدركها والوعي بها وقت حدوثها والتغلب عليها والتحرر منها من أجل توفير رحابة في العقل تنير تلك الظلمة وتوسع الرؤية وتخلق مساحة من الوضوح (داود، ٢٠٢٢: ٤).

وبينت دراسة (داود، ٢٠٢٢) إن بعض الأفراد يعانون من الارتباك العاطفي والإحساس بالقصور والشعور بصراع العواطف الداخلية وفقدان فرصة الاهتمام بالصفات الأساسية المطلوبة وفقدان التوازن العاطفي وصعوبة اكتشاف الحياة العاطفية الداخلية وضعف أدراك الأمور والتفاصيل والأشياء على حقيقتها وكما هي، وصعوبة تحرير الأفكار والانفعالات المضطربة وتشتت الانتباه الذي يغذي الأفكار العاطفية السلبية وظهور القوى العاطفية الجامحة مثل الرغبات اليائسة وصعوبة العيش مع اللحظة الحالية وسيطرة

العواطف على حياة الفرد، وبعض الأفراد يواجهون صعوبات في مواجهة الضغوط النفسية وتضعف طاقتهم على مواجهة التحديات وصعوبة تحقيق أهدافهم (داود، ٢٠٢٢: ٣).

وأظهرت دراسة (الشمري، ٢٠٢٣) انخفاض قدرة معلمات رياض الأطفال في تحقيق التحكم بالانفعالات وبالتالي هذا الانخفاض قد يؤثر سلبا على جودة التفاعل مع الاطفال خاصة في المواقف التي تتطلب ضبطا عاطفيا عاليا (الشمري، ٢٠٢٣: ٥٢).

وكذلك من خلال إحساس الباحثة بالمشكلة وذلك لأنها متخصصه في مجال الارشاد النفسي والتوجيه التربوي، ولكي تتحقق الباحثة من إحساسها بوجود المشكلة قامت بتوجيه استبانة استطلاعية ملحق (٢) موجه إلى (٣٠) معلمة من المعلمات اللواتي يعملن في روضات مركز قضاء بعقوبة وكانت النسبة (٧٠٪) فأكثر من اجاباتهن تؤكد وجود مشكلة في الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال، ومن هنا برزت مشكلة البحث التي تسعى الباحثة لدراستها وكذلك تكمن في الاجابة عن التساؤل الاتي: **هل للبرنامج الارشادي بأسلوب الوعي بـ(هنا والآن) تأثير في تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال؟**

ثانياً: **أهمية البحث** (The Importance of Research)

إنّ عملية الإرشاد يجب ان تحدد كعملية مساعدة حيث تساعده على أن يفهم نفسه بالتعرف على الجوانب الكلية المشكلة لشخصيته، حيث يتمكن من اتخاذ قرارات بنفسه وحل مشكلاتهم بموضوعيه مجردة مما يسهم في نموه الشخصي والاجتماعي والتربوي والمهني ويتم ذلك من خلال علاقة تعاونيه بين المرشد والمسترشد ولكي تنجح العلاقة لابد من تعاون الطرفين وتفاعل بينهم واحترام خصوصية المسترشد (ابو اسعد، ٢٠٢٠: ٢٤٣).

ومن أهم أهداف الارشاد النفسي هي مساعدة الفرد للوصول إلى التوافق، والكشف عن طبيعة العمليات التي يتحقق بها التوافق، والتأكيد على عملية التأثير المتبادل بين الفرد وبيئته وهو من أجل هذا الهدف يهتم بمجال الفرد قابليته للتأثر وقدرته على التأثير (احمد، ٢٠٠٠: ٩-١٠).

وإن عملية تخطيط البرنامج تعد وسيلة يتعلم المسترشدون الكثير منها خلال مساهمتهم في تجميع الحقائق والقيام بتحليها واختيار المشاكل البارزة والعمل على حلها بأنفسهم، وكذلك يساعد البرنامج الارشادي في تنمية القدرات الذهنية في كيفية التعامل والتفكير العلمي الصحيح مع المشكلات التي يواجهها واختيار أفضل البدائل لحل هذه المشاكل (صالح، ٢٠١٦: ٥٤).

وإن للبرامج الإرشادية اهدافها الخاصة ومنها تحقيق الذات والتوافق والصحة النفسية وتحسين العملية التربوية وتحقيق استراتيجية الإنماء والوقاية والعلاج وتنفيذ الجانب النظري تحقيق أفضل مستوى من النمو النفسي مع الاهتمام بمفهوم الذات (الفرخ وتيم، ١٩٩٩: ١٧٩).

ويصمم البرنامج الإرشادي في ضوء اسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة فرديا وجماعيا لجميع الأفراد الذين تضمهم المؤسسة تربوية كانت ام علاجية، وذلك بهدف مساعدتهم على تحقيق النمو السليم السوي عن طريق استخدام استراتيجيات إرشادية محددة وبالتالي تحقيق الصحة النفسية داخل المؤسسة وخارجها، ويقوم بتخطيط البرنامج الإرشادي وتنفيذه وتقيمه لجنة وفريق من المختصين، يلعب المرشد الدور الاهم من بينهم (ابو زعيزع، ٢٠٠٩: ٣٢٩).

وقد أسهمت نظرية بيرلز إسهاماً كبيراً في عملية الإرشاد النفسي، وهناك عدة تقنيات مستخدمة في النظرية للإرشاد، كما أن للمرشد في العلاج الجشطالتي دوراً مميزاً يختلف عنه في أنظمة الإرشاد النفسي (بلان، ٢٠١٥: ١٦٢).

وهنالك العديد من الاساليب التي يمكن استعمالها لذا يجب وضع فنيات بديلة في حالة فشل الفنيات البديلة المتبعة بالإرشاد ومن الشروط التي يجب ان تؤخذ بعين الاعتبار عند اختيار الاسلوب هو الالمام الكامل بتطبيق الفنية والقدرة على التعامل مع مخرجاته ومناسبتها للحالة والموقف و لا تتناقض مع تقنية اخرى مستخدمة في نفس الوقت وتطبيقها بشكل كامل ومراعاة الوقت الذي تحتاج الية التقنية (ابو اسعد والازايدة، ٢٠١٦: ٥٠).

ومن بين الأساليب الإرشادية اختارت الباحثة أسلوب الوعي بـ (هنا والآن) وهو الذي يتطلب من المسترشد أن يعايش مشكلاته الآن ويلامس خبراته الشخصية قدر الإمكان فمهمة المرشد هنا هي جذب اهتمام المسترشد إلى سلوكياته وخبراته ومشاعره، وليس تفسير هذه الجوانب. وكذلك ليس استكشاف "لماذا؟" وإنما هو معرفة كيف يمنع المسترشد الوعي بالأعمال الغير منتهية أو غير الكاملة، وبالتالي ايجاد الوعي في المسترشد ليستجمع الأجزاء المبعدة من شخصيته ويدمج بينها (بلان، ٢٠١٥: ١٨٠).

قد اثبت نجاح أسلوب الوعي بـ (هنا والآن)، على أساس ما توصلت إليه بعض الدراسات ومنها دراسة (قدوري، ٢٠٢٠)؛ إذ توصلت على تأثر البرنامج الإرشادي بأسلوب الوعي بـ (هنا والآن) في تخفيض تناقض الذات لدى طلاب المرحلة المتوسطة، ودراسة (النصري، ٢٠٢٢) التي أظهرت نتائج دراسته (النصري، ٢٠٢٢) اثر برنامج ارشادي بأسلوب الوعي بـ (هنا والآن) في تنمية التسامح الفكري لدى طلاب المرحلة الإعدادية، لذا فأن معلمات رياض الأطفال تحتاج إلى استعمال مثل هذه الأساليب لتنمية مفهوم الكيمياء العاطفية لهم لأهميته في حياتهم.

فالعواطف تؤدي دوراً هاماً في حياة الإنسان، وهي مصدر دوافعنا وجهودنا، إن العواطف تعمل دائما على أن تنظم الانفعالات لدى الفرد قلو ترك إنسان ما دون تنظيم لانفعالاته، لا انسجام فيها ، كما أن للعواطف أهمية في توجيه السلوك، فلو تأملنا عاطفة الأم نحو طفلها، وكيف تصوغ هذه العاطفة حياتها وتشكلها وكيف تحدد كل سلوكها وتحفظ هذا السلوك من أجله، وحتى آخر لحظة من لحظات حياتها وكيف تتحمل المتاعب والصعاب في سبيله دون أن تشكو مرة لو تأملنا هذا لأدركنا معنى العاطفة (احمد، ٢٠٠٠: ٧٠).

وأشار (داود ،٢٠٢٢) في دراسته إن الكيمياء العاطفية تساعد الفرد على الشعور بالأفكار والمشاعر السلبية والتعاطف معها ومع الاحتياجات العاطفية قبل تغييرها والتحرر منها والوعي الكامل بالعواطف يساعده على رؤية الأمور والأشياء كما هي دون محاولة تغييرها وتساعده على تحليل ردود الانفعالات والعواطف وفهمها والتعاطف معها والتأثير فيها، وتنمية الوعي التأملي الذي ينمي القدرة على رؤية الأشياء والأمور كما هي ومقاومة تشتت الانتباه وتوسيع نطاق الوعي بالعواطف وتحسين دقته (داود، ٢٠٢٢: ٦).

و أكدت (Bennett,2002) أن الكيمياء العاطفية تستعمل كوسيلة روحية لتحويل تلك الطاقات من طبيعة مضللة عصبية إلى أخرى حكيمة متنورة، بهذا المنطق يعتبر هذا المنهج قريبا من الكيمياء العاطفية في تحويل عاداتنا العاطفية، لكنها ترتقي بها للمستوى التالي في الكيمياء الروحية وفي حياتنا اليومية يواجهنا العالم بكم لا يحصى من التحديات والمعضلات التي تثير طاقات عواطفنا فإن استطعنا توجيه هذه الطاقات لنهايات إيجابية (Bennett,2002:500).

وإن معلمة رياض الأطفال هي الأساس في برنامج التعليم بالروضة حيث تقوم بأدوار مختلفة لتحقيق الأهداف التربوية لأطفال الروضة فلا تستطيع الروضة المزودة

بأحدث وسائل التعليم وأرقى الإمكانات أن تحقق أهدافها دون معلمة متخصصة ومؤهلة تأهيلاً علمياً في جميع المجالات المهنية والتربوية والأكاديمية والثقافية فهي المحرك الأساس في النظام التربوي، لذا تؤدي معلمة رياض الأطفال دوراً رئيسياً في فعالية العملية التعليمية وتشكل إحدى المدخلات التربوية المهمة التي تؤثر على المستويات المعرفية والانفعالية لدى الطفل (أحمد، ٢٠١٨: ٢٦٩).

حيث يتطلب هذا الدور أن تقوم المعلمة بدور الأم فتعزز القيم والمفاهيم والمواقف الإنسانية السائدة في المجتمع، وتكرس العادات السلوكية الإيجابية، وتكون قدوة حسنة في سلوكها ومشاعرها الإنسانية الصادقة، لينشأ الطفل محباً لمجتمعه وراغباً في بنائه وتطويره، ولا تستطيع المعلمة القيام بهذا الدور إلا إذا كانت قادرة على التواصل الاجتماعي مع الطفل وأسرته، وهذا يلقي على عاتق المعلمة مسؤولية العمل مع أسر الأطفال سواء بشكل فردي أو جماعي لتبادل الآراء حول أفضل أساليب التربية للطفل في مرحلة رياض الأطفال (شريف، ٢٠١٤: ١١٨).

ومن ذلك يمكن تلخيص أهمية البحث الحالي وكالآتي:

أولاً: الجانب النظري

١. اضافة معرفية لموضوع الكيمياء العاطفية كبحث تجريبي.

٢. اثارة اهتمام المرشدين التربويين بأهمية دراسة الكيمياء العاطفية ونتائجه الايجابية على معلمات رياض الأطفال.

٣. المساهمة في تسليط الأضواء على أهمية الإرشاد النفسي.

٤. أهمية العينة وهي معلمات رياض الأطفال.

ثانياً: الجانب التطبيقي

١. تزويد المعلمات في رياض الاطفال بمقياس(الكيمياء العاطفية) والذي قامت ببنائه الباحثة ويمكن تطبيقه على معلمات رياض الأطفال.

٢. تزويد المرشدين التربويين ببرنامج ارشادي يعتمد أسلوب الوعي بـ (هنا والان) والذي يمكن تطبيقه على معلمات رياض الأطفال في حال ثبوت نجاح البرنامج.

ثالثاً: هدف البحث وفرضياته (The objective of Research&hypotheses)

هدف البحث الحالي الى معرفة أثر برنامج ارشادي بأسلوب الوعي بـ (هنا والآن) في تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الآتية:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال .

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الكيماء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المعلمات في المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الاطفال.

رابعاً: **حدود البحث** (The Limits of Research)

يتحدد البحث الحالي بـ (معلمات رياض الأطفال) في الروضات الحكومية والأهلية التابعة لمحافظة ديالى – مركز قضاء بعقوبة والتابع للمديرية العامة لتربية ديالى للعام (٢٠٢٤ –٢٠٢٥).

خامساً: **تحديد المصطلحات** (Assigning the Terms)

١- أثر: **عرّفه**

- **الحنفي (١٩٩١):** إنه مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه للمتغير المستقل (الحنفي، ١٩٩١: ٢٥٣).

٢- البرنامج الارشادي (Guidance program): **عرّفه كلاً من** :

- **بوردرز ودراري (Borders&Drury,1992):** مجموعة من الفنيات والنشاطات التي يقوم بها المسترشد في تفاعل وتعاون، بما يعمل على توظيف طاقاتهم وإمكاناتهم، بما يتفق مع حاجاتهم واستعدادهم في جو يسوده الأمن والطمأنينة والألفة بينهم وبين المرشد (Borders&Drury,1992:461).
- **عبد العظيم (٢٠١٢):** البرامج التي تهدف إلى إرشاد الطلاب وتوجيههم وتوعيتهم بموضوعات تتعلق بمراحلهم العمرية المختلفة وكذلك بالبيئة النفسية المحيطة بهم في المنزل والمدرسة والمجتمع بصفة (عبد العظيم، ٢٠١٢: ١٥).
- **صالح (٢٠١٦):** هو عبارة عن مجموعة من الخبرات التي تقدم بشكل مباشر أو غير مباشر لمساعدة المسترشد على اتخاذ القرارات السليمة في حياتهم لتحقيق النمو السوي والسليم والتوافق النفسي والاجتماعي (صالح، ٢٠١٦: ١٩).

- **التعريف النظري للبرنامج الإرشادي:** تتفق الباحثة مع تعريف (Borders&Drury,1992).
- **التعريف الإجرائي للبرنامج الإرشادي:** هو مجموعة من الجلسات التي تستخدمها المرشدة وفق خطة منظمة وعلمية وهي تستند إلى إطار نظري لغرض تحقيق هدف البحث الحالي من خلال استعمال أسلوب الوعي بـ (هنا والآن) من أجل تنمية الكيمياء العاطفية لدى معلمات رياض الأطفال.

٣- اسلوب الوعي بـ (هنا والآن) (Here and now awareness style):

- **(Perls,Hefferline&Goodman,1951):** "هو تركيز الانتباه الكامل على الخبرة الحاضرة التي يعيشها الفرد في اللحظة الراهنة، من خلال إدراك ما يشعر به، ويفكر فيه، ويفعله، دون اجترار للماضي أو قلق بشأن المستقبل (Perls,Hefferline&Goodman,1951:70).
- **بلان (٢٠١٥):** هي جذب اهتمام المسترشد إلى سلوكياته وخبراته ومشاعره، وليس تفسير هذه الجوانب وكذلك ليس استكشاف "لماذا؟" وإنما هو معرفة كيف يمنع المسترشد الوعي بالأعمال غير المنتهية أو غير الكاملة، وبالتالي ايجاد الوعي في المسترشد ليستجمع الأجزاء المبعدة من شخصيته ويدمج بينها (بلان، ٢٠١٥: ١٨٠).
- **التعريف النظري للوعي بـ (هنا والآن):** اعتمدت الباحثة تعريف **(Perls,Hefferline&Goodman,1951):** في هذا البحث لأنه يتلاءم مع الفنيات المستعملة في هذا البحث تتفق مع طبيعة المتغير المدروس.
- **التعريف الإجرائي للوعي بـ (هنا والآن):** أسلوب إرشادي قائم على نظرية الجشطالت تستعمله الباحثة لمساعدة المسترشدة على تنمية الكيمياء العاطفية عن طريق مجموعة

من الفنيات الآتية (التركيز على المشاعر في اللحظة الحالية، استخدام الحواس، الحديث بلغة الحاضر، المبالغة , التسمية دون تقييم).

٤- الكيمياء العاطفية (Emotional chemistry)

- **(Bennett,2002)**: وهي الوعي بالمشاعر والقدرة على تحويل مسار العواطف السلبية إلى إيجابية والاستفادة من كل التجارب لكي نرتقي بالعلاقات العاطفية واتخاذها جزءا من المسار الروحي (Bennett,2002:500).
- **التعريف النظري للكيمياء العاطفية:** تبنت الباحثة تعريف **(Bennett,2002)** للاعتماد على نظريتها في بناء اداة بحثها المقياس.
- **التعريف الاجرائي للكيمياء العاطفية:** هو الدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة من أفراد عينة البحث عن طريق اجاباتهن على فقرات مقياس الكيمياء العاطفية الذي قامت الباحثة في بنائه.

٥- معلمة الروضة:

هي التي تتعامل مع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة ما بين (٣) – (٦) سنوات، وتقوم بتنفيذ المنهج وتكييف المواقف التعليمية، وتختار طريقة التعلم المناسبة للطفل بما يحقق الأهداف التربوية للروضة (فهمي، ٢٠١٩: ٣٣).

٦- رياض الاطفال:

- **وزارة التربية (١٩٩٠)**: ((هي مؤسسة تربوية تقبل الأطفال في عمر يتراوح بين (٤-٦) سنوات تهدف إلى تنمية شخصياتهم من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية والروحية والوطنية)) (وزارة التربية، ١٩٩٠: ١٩).