جامعة إدلب

كلية التربية

قسم الإرشاد النفسي

برنامج إرشادي نمائي لتنمية المهارات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الابتدائية

إعداد الطالب : بكري رمضان

إشراف الأستاذ : محيي الدين جمعة

2026/2025

الفهرس

مقدمة :

تُعدّ المهارات الاجتماعية من أهم الجوانب النمائية في حياة الطفل، إذ تمثّل الأساس الذي يقوم عليه تكوين الشخصية السوية والتفاعل الإيجابي مع الآخرين. فالطفل في المرحلة الابتدائية يبدأ بالانتقال من الاعتماد على الأسرة إلى الانخراط في بيئة أوسع هي المدرسة، حيث يتعلّم كيف يتواصل، ويتعاون، ويعبّر عن ذاته ضمن جماعة الأقران.

ومع التغيرات الاجتماعية والتربوية المعاصرة، أصبحت الحاجة إلى تنمية المهارات الاجتماعية لدى الأطفال ضرورة تربوية ونفسية، كونها تُسهم في تكوين علاقات إنسانية سليمة، وتعزز الثقة بالنفس، وتقلّل من السلوكيات السلبية كالانعزال أو العدوانية أو ضعف التواصل.

ومن هنا جاءت فكرة إعداد برنامج إرشادي نمائي يهدف إلى تنمية المهارات الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الابتدائية، من خلال مجموعة من الأنشطة الإرشادية والتفاعلية التي تساعد الأطفال على اكتساب مهارات التواصل، التعاون، ضبط الانفعال، وحلّ المشكلات الاجتماعية بطريقة بنّاءة.

إن هذا البرنامج يسعى إلى بناء قاعدة اجتماعية سليمة للطفل، تمهّد له مستقبلاً نفسياً واجتماعياً متوازناً، وتُسهم في تحسين توافقه الشخصي والمدرسي.

تعريف المهارات الاجتماعية :

تُعرَّف المهارات الاجتماعية بأنها مجموعة من السلوكيات المكتسبة التي تمكّن الفرد من التفاعل الإيجابي مع الآخرين في المواقف المختلفة بطريقة تُعبّر عن الاحترام والتفاهم المتبادل، وتساعده على بناء علاقات ناجحة وتجنب الصراعات غير البنّاءة (عقل، 1998، صـ57).

وتُعرَّف المهارات الاجتماعية بأنها قدرة الفرد على إدراك المواقف الاجتماعية وتفسيرها بشكل صحيح، ثم اختيار السلوك المناسب للتعامل معها بما يحقق التفاعل الإيجابي والتوافق مع الآخرين (الزعبي، 2005، صـ112).

كما تُعرَّف بأنها مجموعة من السلوكيات اللفظية وغير اللفظية التي تساعد الطفل على التواصل الفعّال، والتعبير عن مشاعره وأفكاره بطريقة مقبولة اجتماعياً، وتمكنه من تكوين علاقات قائمة على التعاون والاحترام المتبادل (عبد اللطيف، 2012، صـ84).

أهمية المهارات الاجتماعية:

تُعدّ المهارات الاجتماعية من أهم الجوانب التي تُسهم في بناء شخصية الطفل وتشكيل سلوكه في مراحل النمو الأولى، فهي تمثل الأساس الذي يتعلم من خلاله الطفل كيف يتفاعل مع الآخرين بطريقة إيجابية، ويُعبّر عن ذاته بشكل مقبول ومتوازن. فالطفل في المرحلة الابتدائية لا يكتسب المعرفة فقط، بل يتعلم أيضاً كيف يكون جزءاً من جماعة، وكيف يتواصل ويتعاون ويُظهر احترامه للآخرين، وهي مهارات تُكسبه الثقة بالنفس وتساعده على الاندماج في الحياة الاجتماعية (عقل، 1998، صـ57).

ولا تقتصر أهمية المهارات الاجتماعية على بعدها الشخصي فحسب، بل تتجاوز ذلك لتؤثر في توافق الطفل الأكاديمي والنفسي داخل المدرسة. فالأطفال الذين يمتلكون مهارات اجتماعية جيدة غالباً ما يتمتعون بعلاقات إيجابية مع زملائهم ومعلميهم، ويكونون أكثر انضباطاً وتعاوناً ومشاركة في الأنشطة الصفّية. كما أن تنمية هذه المهارات تقي الطفل من السلوكيات السلبية مثل العدوانية أو الانسحاب أو الخجل المفرط، وتمنحه القدرة على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بطريقة مناسبة، مما يعزز صحته النفسية ويُسهم في تكوين شخصية متوازنة قادرة على التكيف مع المواقف المختلفة (الزعبي، 2005، صـ114).

تتجلى أهمية المهارات الاجتماعية في عددٍ من الجوانب التي تسهم في نمو الطفل وتكيفه، ومن أبرزها ما يلي:

1. تساعد الطفل على التفاعل الإيجابي مع الآخرين داخل الأسرة والمدرسة والمجتمع.
2. تُسهم في تنمية الثقة بالنفس وتعزيز القدرة على التعبير عن المشاعر والأفكار بطريقة مقبولة.
3. تُعدّ وسيلة فعالة لـ الوقاية من المشكلات السلوكية والانفعالية مثل العدوانية أو الانعزال.
4. تُساعد الطفل على تكوين صداقات ناجحة قائمة على التعاون والاحترام المتبادل.
5. تُعزّز من قدرة الطفل على ضبط انفعالاته والتكيّف مع المواقف الاجتماعية المختلفة.
6. تُسهم في تحسين التوافق المدرسي وزيادة الدافعية للتعلّم والمشاركة في الأنشطة الصفّية (الزعبي، 2005، صـ115)

النظريات المفسرة :

1. النظرية السلوكية

تعتمد النظرية السلوكية، التي يُمثّلها كثيرً، على أن السلوك يُعلّم أو يُعدّل من خلال التفاعل بين الفرد وبيئته، وتحديداً عبر مبدأي المثير والاستجابة ثم التعزيز أو العقاب

النظرية تفترض أن الطفل أو الفرد إذا استجاب لاستجابة كانت متبوعة بتعزيز إيجابي، فسيزيد احتمال تكرار هذه الاستجابة في المستقبل، وكذلك الاستجابة التي تليها عقاب ستقل احتمالية تكرارها.

في سياق المهارات الاجتماعية، تُطبق هذه النظرية في المواقف التي يُكافأ فيها الطفل على سلوك تفاعلي إيجابي (مثلاً التعاون أو الاحترام) فيزيد من استخدامه لهذا السلوك، أو تُعاقَب السلوكيات غير الملائمة فيتعلم تجنّبها. المقال العربي "نظرية السلوك في علم النفس" يشرح أنّ "السلوك ... يتم تغيّره بسبب استجابة لمثير خارجي" (روان أحمد، 2024، ص142)

لذا يمكن القول: تنمية المهارات الاجتماعية وفق هذه النظرية تعتمد على تجزئة السلوك المطلوب، ثم تدريبه، وتعزيزه مراراً حتى يتثبّت.

2. النظرية الاجتماعية للتعلم

قدمها باندورا وتُعرف أيضاً بالنظرية المعرفية-الاجتماعية. تفترض أن التعلّم يحدث بالملاحظة والنمذجة، أي أن الفرد راقب سلوك نموذج (مثل معلم، زميل، أو حتى شخصية عامة)، رأى نتائجه، وفي حال كان ما حصل للنموذج إيجابياً، فإن الفرد يميل إلى تكرار ذلك السلوك. النظرية تربط بين البيئة، الملاحظة، والإدراك المكتسب داخلياً، فتجمع بين البُعد السلوكي والمعرفي.

في التطبيق، مثلاً، الطفل يشاهد زميلاً يتعاون مع المعلم ويحصل على مديح، فيتعلم أن التعاون يُؤدّي إلى نتائج إيجابية، ويبدأ بمحاكاة هذا السلوك. المقالة "نظرية التعلم الاجتماعي" تقول: "يرى باندورا أن معظم السلوك الإنساني يتم تعلمه من خلال الملاحظة (النموذج)" (مُحمّد لوُتي، 2020) وأيضاً "التعلم الاجتماعي هو: تعلم الفرد لاستجابات جديدة من خلال ملاحظته للآخر" (الحبالي، 2010، ص 14)

إذًا: تنمية المهارات الاجتماعية وفق هذه النظرية تستلزم توفير نماذج إيجابية يُشاهدها الأطفال، ثم يُمنحون فرصاً لتطبيقها وملاحظتها تتكرر، مع تعزيز مناسب.

3. النظرية المعرفية-الاجتماعية

هذه النظرية تُعدّ امتدادًا لنظرية باندورا، لكنها تُشدّد أكثر على العمليات المعرفية الداخلية مثل (الانتباه، الاحتفاظ، إعادة الإنتاج، والدافعية) كما أشار باندورا نفسه: فالفرد ليس مجرد مقلّد سلبي، بل يُفكّر ويُقيّم قدرته ("الفعالية الذاتية") وقدرته على تنفيذ السلوك، وهذا يؤثّر كثيراً في ما إذا كان سيتقمّده أو لا.

في سياق المهارات الاجتماعية، تعني أن الطفل ليس فقط يُقلّد سلوكاً إيجابياً، بل يُدرك: "هل أنا قادر أن أفعل هذا؟ هل سيؤدي هذا إلى نتيجة جيدة؟" فإذا كانت إجابته إيجابية، فسيبدأ بالمبادرة. دراسة "تطبيقات نظرية فعالية الذات لباندورا" تقول إن النظرية "أثبتت أن لديها القدرة في تفسير أداء الأفراد ... بالاستناد إلى فعالية الذات" (بوجرادة ومحمد بن عبد المالك، 2020)

إذًا: تنمية المهارات الاجتماعية من هذا المنظور تتطلّب رفع فعالية الطفل الذاتية (أن يُؤمن بقدرته)، تدريباً على التفكير فيما إذا كان يمكنه تطبيق السلوك، وتعزيز تجربته بنجاحات صغيرة ليبني ثقته داخلياً.

مراحل نمو المهارات الاجتماعية:

تمرّ المهارات الاجتماعية بعدّة مراحل تتطور فيها قدرات الطفل على التفاعل مع الآخرين، وتختلف هذه المراحل تبعًا لعمر الطفل ونضجه العقلي والانفعالي، ويمكن تلخيصها فيما يلي:

1. مرحلة الطفولة المبكرة (من الميلاد حتى 6 سنوات):

في هذه المرحلة يبدأ الطفل بتكوين أولى علاقاته الاجتماعية، وغالبًا ما تكون مع الوالدين أو الإخوة. ويظهر اهتمامه باللعب المشترك ومشاركة الآخرين في الأنشطة البسيطة.

يشير الحبالي (2010، صـ25) إلى أن الطفل يتعلم في هذه الفترة أسس التفاعل الاجتماعي من خلال الملاحظة والتقليد، إذ يراقب سلوك الكبار ويعيد تمثيله في مواقف مشابهة، مما يسهم في تكوين صورته الأولى عن السلوك المقبول اجتماعياً. كما أنّ باندورا يرى أن الملاحظة للنماذج المحيطة تُشكّل البذرة الأولى للتعلم الاجتماعي عند الأطفال (

2. مرحلة الطفولة المتوسطة (من 7 إلى 12 سنة):

تُعتبر هذه المرحلة الأهم في نمو المهارات الاجتماعية، إذ يبدأ الطفل بالانخراط في جماعات الأقران والتفاعل المدرسي، ويتطور لديه الإحساس بالمسؤولية والانتماء. (محمد لوُتي، 2020، صـ33)

4. مرحلة الرّشد المبكّر (من 19 إلى 25 سنة):

تعُدّ مرحلة انتقالية بين المراهقة والنضج، حيث يبدأ الفرد في بناء علاقات أكثر استقراراً ومواجهة مواقف اجتماعية ومهنية بصورة أوسع. ففي هذه المرحلة، تؤكد الأبحاث أن فعالية الذات (إيمان الفرد بقدرته على التصرف الاجتماعي) تبدأ تأخذ دوراً بارزاً، إذ يرى الباحثان بو جرادة وبن عبد المالك أنّ "فعالية الذات تعد مفتاحاً لفهم كيف يختار الفرد سلوكه الاجتماعي ويطبقه بثقة" (بو جرادة ومحمد بن عبد المالك، 2020، صـ105).

كما تشير دراسة أخرى إلى أنّ الفرد في هذه السن يعتمد على تجاربه الاجتماعية السابقة، ويبدأ يستخدمها لتقييم مواقفه ومعاملاته مع الآخرين، مما يعزّز قدرته على التكيّف الاجتماعي بوعي أكبر (دخيل الله، 2010، صـ112).

5. مرحلة الرّشد المتوسط (من 26 إلى 40 سنة):

في هذه المرحلة، يستقرّ الفرد في الحياة المهنية والعائلية، وتُصبح مهاراته الاجتماعية أكثر نضجاً وتوازناً. وتبيّن الأبحاث أن العلاقات الاجتماعية فيه

لا تُبنى فقط على التفاعل والاتصال، بل أيضاً على قدرته على حلّ المشكلات الاجتماعية المعقّدة والتعامل مع ضغوط الحياة والتغيّرات المجتمعية (دخيل الله، 2010، صـ118).

أيضاً، يرى بو جرادة وبن عبد المالك أن النموّ في هذه المرحلة يرتبط بتحسين الكفاءة الاجتماعية—أي قدرة الفرد على استخدام عاداته ومعتقداته الاجتماعية في مواقف الحياة الواقعية—وبالتالي فإن من يمتلك مهارات جيدة في هذه السن يصبح قادراً على بناء شبكة علاقات داعمة تسهم في نجاحه الشخصي والاجتماعي (بو جرادة ومحمد بن عبد المالك، 2020، صـ108).

6. مرحلة الرّشد المتأخّر (من 41 سنة فما فوق):

تتميّز هذه المرحلة باتساع الخبرة الاجتماعية والتجارب الحياتية، حيث يميل الفرد إلى مراعاة جودة العلاقات بدلاً من كميتها، ويُركّز على القيم مثل التعاطف والحكمة الاجتماعية. وفقاً لدخيل الله، فإنّ الفرد في هذه السنّ "يُقدّر الفعالية الاجتماعية ليست كمقدرة على التصرف فحسب، بل كمظهر للنضج النفسي والاجتماعي الذي ينضج بتراكم الخبرة" (دخيل الله، 2010، صـ123). كما يشير «بو جرادة وبن عبد المالك» إلى أن الحفاظ على علاقات اجتماعية إيجابية يرتبط بفعالية الذات العالية، أي بقدرته على التفاعل بمرونة وتقبّل تغيّرات الحياة مع مرور الزمن (بو جرادة ومحمد بن عبد المالك، 2020، صـ111).

العوامل المؤثرة في نمو المهارات الاجتماعية:

تتأثر المهارات الاجتماعية بعدّة عوامل مترابطة تتكامل فيما بينها لتشكّل شخصية الطفل الاجتماعية، وهذه العوامل يمكن تصنيفها إلى أسرية، ومدرسية، ومجتمعية، وفردية.

أولاً: العوامل الأسرية

تُعدّ الأسرة البيئة الأولى التي يكتسب منها الطفل خبراته الاجتماعية، فهي تشكّل الأساس في بناء شخصيته وتنمية مهاراته في التواصل والتفاعل.

فالأسلوب التربوي الذي يتبعه الوالدان يلعب دوراً محورياً؛ فالتربية القائمة على الحوار والاحترام المتبادل تشجع الطفل على التعبير عن نفسه بثقة، في

حين أن القسوة أو الإهمال تؤدي إلى ضعف التواصل والخوف من التفاعل مع الآخرين.

كما أنّ الجوّ الأسري الدافئ والعلاقات الإيجابية بين أفراد الأسرة تساعد الطفل على تعلّم قيم التعاون والمشاركة، بينما تؤدي الصراعات الأسرية والتوتر المستمر إلى ظهور أنماط سلوكية انعزالية وعدوانية لدى الطفل.

(مرعي، 2017، ص 74)

ثانياً: العوامل المدرسية

المدرسة هي الامتداد الطبيعي للأسرة، وتُعدّ من أهم المؤسسات الاجتماعية التي تسهم في صقل مهارات الطفل الاجتماعية.

فمن خلال تفاعله اليومي مع المعلمين والزملاء يتعلّم الطفل أسس التعاون والانضباط واحترام القوانين، كما تُعتبر الأنشطة الصفّية واللامنهجية مجالاً واسعاً لتنمية روح الجماعة والمشاركة.

ويلعب المعلم دوراً رئيسياً في هذا الجانب، إذ يساهم بأسلوبه في التواصل، وطريقته في حل النزاعات، في غرس قيم الاحترام وتقبّل الآخر لدى الطلاب.

(زيتون، 2014، ص 121)

ثالثاً: العوامل المجتمعية والثقافية

يلعب المجتمع بمؤسساته وثقافته دوراً بارزاً في تحديد الإطار العام للسلوك الاجتماعي المقبول.

فالقيم والمعايير الاجتماعية السائدة تحدد ما يعتبر سلوكاً مقبولاً أو مرفوضاً، وتؤثر في تشكيل أسلوب الطفل في التعامل مع الآخرين.

كما تؤدي وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي الحديثة دوراً متزايداً في تشكيل أنماط التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال، حيث قد تتيح فرصاً للتواصل الإيجابي، لكنها أحياناً تنقل سلوكيات سلبية تقلل من مهارات التواصل الواقعي.

(السيد، 2019، ص 92)

رابعاً: العوامل الفردية والنفسية

تختلف درجة امتلاك المهارات الاجتماعية من طفل لآخر تبعاً لخصائصه الفردية والنفسية.

فالذكاء الاجتماعي والقدرة على فهم مشاعر الآخرين يلعبان دوراً مهماً في تكوين علاقات ناجحة، كما أن الثقة بالنفس والمستوى الانفعالي المستقر يساعدان الطفل على التفاعل بثبات وتقبّل النقد.

في المقابل، فإن الخجل المفرط أو القلق الاجتماعي يعيقان نمو المهارات الاجتماعية، ويحدان من قدرة الطفل على الاندماج في المواقف الاجتماعية المختلفة.

(مرعي، 2017، ص 78)

دور المرشد النفسي في تنمية المهارات الاجتماعية:

يُعدّ المرشد النفسي أحد العناصر الأساسية في العملية التربوية، إذ يضطلع بدور فاعل في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطلاب، من خلال البرامج الإرشادية الوقائية والنمائية والعلاجية التي يخطط لها وينفذها داخل البيئة المدرسية.

يعمل المرشد على مساعدة الطلبة في فهم ذواتهم والتعرف إلى نقاط القوة والضعف في شخصياتهم، ويقدّم الدعم النفسي والاجتماعي الذي يُمكّنهم من تحسين تفاعلهم مع الآخرين. كما يساهم في تدريب الطلاب على مهارات التواصل الفعّال، وضبط الانفعالات، والتعاون، واتخاذ القرارات الاجتماعية السليمة.

إضافةً إلى ذلك، يُشرف المرشد النفسي على تهيئة بيئة مدرسية داعمة تشجع على الحوار والاحترام المتبادل بين الطلبة والمعلمين، ويشارك في وضع الخطط الوقائية للحد من السلوكيات السلبية كالعزلة أو العدوان.

ويُعتبر دوره تكاملياً مع دور الأسرة والمعلمين، إذ يسعى لخلق منظومة متجانسة تُعزز الصحة النفسية والاجتماعية للطفل داخل المدرسة وخارجها.

(زيتون، 2014، ص 135)

مراحل اكتساب المهارة الاجتماعية

ويرى أدلر وتاون أن اكتساب الفرد للمهارة الاجتماعية على وجه التحديد يمر بأربع مراحل، هي:

بداية الوعي بالمهارة.

البراعة والتمهر.

غياب الإتقان.

التكامل.

أولا : بداية الوعي

الخطوة الأولى في تعلم أي مهارة تبدأ بتنامي الوعي بالمهارة.

إذ إنها نقطة البداية التي يتعلم فيها الفرد أن هناك طريقة جديدة أفضل للتصرف. فمثلاً، عندما تحسن الإنصات لمحدثك ينمو لديك وعي بأن الإنصات طريقة مفيدة تحسن من قبول الآخرين لك. وتعرضك للتمارين المختلفة في سياق فصول هذا الكتاب قد تسهم في زيادة وعيك حول أهمية تطوير مهاراتك في التفاعل مع الآخرين.

ثانيا : غياب البراعة والإتقان:

تظهر المحاولات الأولية للتدرب على مهارة ما عدم إتقان أو براعة في ممارسة المهارة. ويتجلى ذلك في شكل ارتباك وعدم ارتياح إلى درجة يبدو فيها المتدرب أخرق. ولا يعني ذلك أن الفرد قد أخطأ في اكتسابه للمهارة

أكثر من أنها إشارة إلى حاجته لمزيد من الخبرة من خلال التدريب والممارسة. وقد قيل: اسأل مجربا، ولا تسأل طبيبا».

ثالثاً : البراعة والتمهر:

يبلغ المتدرب هذه المرحلة عند مواصلته التغلب على مظاهر عدم الإتقان من ارتباك وعدم ارتياح التي ظهرت إبان محاولاته الأولية. وخلال هذه المرحلة يبدو المتدرب متمهرا.

إذ تتجلى قدرته على التعامل مع نفسه والتحكم في تصرفاته مع حاجته إلى مزيد من التفكير حول عمله. وحاله حال من يتعلم لغة جديدة غير لغته. فبداية التمهر في إتقان اللغة تبدأ مع القدرة على مراعاة قواعد اللغة في بناء الجمل وحسن اختيار المفردات. وتتميز هذه المرحلة من مراحل اكتساب المهارة بقدر كبير من التفكير والتخطيط والنتائج الإيجابية تأثيرا لهذه العملية.

رابعاً : التكامل :

بعد فترة من التمهر يجد المتدرب نفسه عند نهاية الاكتساب للمهارة، حيث التكامل في إتيان السلوك الماهر.

ويظهر التكامل في شكل إتقان الإتيان بالتصرف دون حاجة للتفكير فيه. ويصبح السلوك تلقائياً وجزءاً من ذات الشخص.

فالمجيد للغة غير لغته يستطيع التحدث بطلاقة دون حاجة إلى الترجمة من لغته إلى اللغة الثانية التي أجادها. والماهر في تواصله مع الآخرين يعبر عن أفكاره ومشاعره بارتياح وثقة تامة (الدخيل لله ،٢٠١٤، ص١٨)

يصنف ببلاك وآخرون المهارة الاجتماعية إلى ثلاث مكونات هي :

أ_ مهارات الإدراك الاجتماعي :

الفرد الذي لديه مهارات الإدراك الاجتماعي هو الشخص الذي يستطيع أن يعرف متى وأين وكيف يصدر الاستجابات المختلفة ، وتشمل فهم الإشارات الاجتماعية ، والانتباه ، والتنبؤ أثناء التفاعل

ب_ مهارات المحادثة :

الفرد الذي لديه مهارات المحادثة هو الشخص الذي يستطيع أن يبدأ المحادثة ويستمر فيها وينهيها ، وتشمل مهارة الاستمرار في المحادثة ثلاثة عناصر هي إلقاء الأسئلة على الآخرين - إعطاء معلومات للآخرين

الاستماع الجيد) .

ج – المهارات التوكيدية :

الفرد الذي لديه المهارات التوكيدية هو الشخص الذي يستطيع أن يعبر بحرية عما يريد ، وتقسم المهارات التوكيدية إلى نوعين هما :

. مهارات التوكيد الموجب : وهى المشاعر الايجابية نحو الآخرين مثل مهارات المجاملة من مدح وثناء على الآخرين لإنجازاتهم وما يمتلكونه من أشياء مادية ، ومهارات التعاطف وهي المشاركة الوجدانية للآخرين في مواقف الفرح والألم، وتقديم مبررات للسلوك الذي يسلكه الشخص عندما يخطئ في حق الآخرين .

. مهارات التوكيد السلبي : وهى مشاعر الرفض والاستياء والدفاع عن النفس : مثل رفض الطلب غير المنطقي ، والاحتجاج ، وطلب سلوكيات جديدة ، والتعبير عن الغضب ، والتفاوض للوصول إلى الحل .

) حواس ،٢٠١٩،ص٣١-٣٢)

مكونات المهارات الاجتماعية :

تعددت البحوث والدراسات التي قام بها علماء التربية وعلم النفس للتوصل إلى مكونات المهارات الاجتماعية واختلفت الآراء والاتجاهات النظرية من

عالم إلى آخر طبقا لمنطقية النظرية وخلفيتها العلمية، حيث نظر بعض العلماء والدارسين إلى المهارات الاجتماعية بوصفها المهارات الأساسية واللازمة للفرد المواجهة الحياة الدراسية أو الأسرية أو التعامل مع الأفراد وزملاء الدراسة والعمل

وقد توصل أنتوني إلى ستة مهارات أساسية يمكن تلخيصها في الآتي:

مهارات اجتماعية أولية مثل مهارات الإصغاء والتساؤل والقدرة على التحاور.

مهارات اجتماعية متعددة، مثل طلب المساعدة، والقدرة على التعامل مع الآخرين وإصدار التوجيهات والتعليمات، أو تنفيذها والتقدم بالأعذار، والقدرة على إقناع الآخرين.

مهارات خاصة بالتعامل مع المشاعر والأحاسيس : تشمل القدرة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها، وتفهم مشاعر وأحاسيس الآخرين وتقديرها.

مهارات تمثل بدائل للمشاعر العدائية مثل مساعدة الآخرين والدفاع عن حقوقهم وتجنب المشاجرات أو القدرة على المنافسة، والقدرة على الاستجابة للإثارة والمضايقات باستخدام ضبط الأنفس والسيطرة على المشاعر الانفعالية.

مهارات أساسية وضرورية للاستجابة لعوامل الضبط والإجهاد : وتتمثل في القدرة على التعامل مع الموقف الخاص بالتذمر والشكاوي، وعلى التعامل مع مواقف الأفراح، والقدرة على التعرف على صديق ، والقدرة على التجاوب مع الإقناع.

مهارات التخطيط أو العمل من أجل المستقبل وتتمثل في وضع الأهداف وتحديد أسباب المشكلات وتحديد الفرد لقدراته وتجميع المعلومات وترتيب المشكلات بحسب أهميتها والقدرة على اتخاذ القرار في الوقت المناسب، والتركيز على أداء مهمة معينة

(الجهني،٢٠١١ ، ص٢١١)

الأبعاد المكونة للمهارات الاجتماعية

أكد زيميرمان وريجيو على أن أي تفاعل اجتماعي ناجح لا يحدث داخل أي منظومة اجتماعية إلا إذا تميز أفرادها بمهارات عالية من التواصل اللفظي وغير اللفظي

ويمكن الإشارة إلى مهارات التواصل على النحو التالي :

مهارات التواصل غير اللفظي وتتمثل في:

١. التعبير الانفعالي : الذي يشير إلى إرسال الرسائل الانفعالية من خلال تعابير ملامح الوجه و الجسد

٢. الحساسية الانفعالية : هي مهارة استقبال انفعالات الآخرين وقراءة وتفسير رسائلهم الانفعالية غير اللفظية

٣. الضبط الانفعالي: والذي يشير إلى القدرة على ضبط وتنظيم التعبيرات غير اللفظية والانفعالية، ويشمل القدرة على إخفاء الملامح الحقيقية للانفعالات.

ب مهارات التواصل اللفظي وتتمثل في:

١. التعبير الاجتماعي : ويشير إلى القدرة على لفت أنظار الآخرين عند التحدث في المواقف الاجتماعية كما يشير إلى الطلاقة اللفظية والقدرة على البدء بالمحادثات والتحدث بتلقائية في موضوع ما

2. الحساسية الاجتماعية : والمتمثلة في القدرة على الإنصات والاستقبال اللفظي والوعي بالقواعد المستترة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي.

3. الضبط الاجتماعي : وهو مهارة لعب الدور وتحضير الذات اجتماعياً بحيث يقوم الفرد بأدوار اجتماعية متنوعة بكل حنكة وثقة بالنفس في المواقف الاجتماعية المختلفة)محمود، ٢٠١٣، ص ٣٣٤)

مطالب التدريب على المهارات الاجتماعية

أولا : الإلمام بالمبادئ العامة لاكتساب السلوك حتى يؤتي التدريب على المهارات الاجتماعية أكله، ويمكن من انتقال المهارة بوصفها سلوكا مكتسباً إلى المستهدف بالتدريب عليها ، يجب أن يكون التدريب عليها مبنياً على معرفة ذات معنى أو قاعدة من المعارف حول خصائص سلوك المتدرب بوصفه من البشر في سياقه الاجتماعي العام والمحدد وقوام المعرفة فهم سليم للمبادئ النفسية التي تحكم السلوك البشري (١). ومن أمثلة تلك المبادئ ما يحكم تعلم الفرد لأي سلوك في مختلف المواقف، حيث تمثل القاعدة الأساس للتدرب على المهارات من ذلك:

أن الأصل في سلوك الأفراد الاجتماعي الاكتساب عن طريق التعلم. وأن الأفراد لديهم قابلية لتعلمه.

أن الفهم والاستيعاب من خصائص الأفراد والخبرة تزيد من هذه القدرة. وهذا يجعل من عملية تغيير طريقة الأفراد في الاستجابة للمواقف الاجتماعية المختلفة ممكنة.

أن الفرد يملك إمكانية تحديد مواقفه وتقرير مصيره، وتقع عليه مسؤولية أن يقرر ما الذي يمكن له تعلمه، وكيف، ولماذا ، ولأي مدى، ومتى؟

أن الأصل في المهارة الاجتماعية سلوك تم تطويره بعد اكتسابه. فالسلوك يكتسب عبر مراحل نمو الفرد المختلفة. ومن مصادر الاكتساب له التقليد والمحاكاة عن طريق الملاحظة لسلوك الآخرين كما هي الحال في تقليد ومحاكاة الطفل لوالديه. ويرى ألبرت باندورا، (١٩٧٢) (٢) صاحب نظرية التعلم بالملاحظة أن اكتساب السلوك عن طريق الملاحظة يتم عبر مراحل، وهي:

الانتباه والملازمة عند تعلم الفرد عن طريق الملاحظة يلازم من يراه نموذجا وقدوة مركزاً على القرائن والخصائص المميزة لسلوكه التي تقود إلى الإثابة المتوقعة من تقليده ومحاكاته.

احتباس الخبرة والتدرب عليها: إن مجرد ملاحظة سلوك النموذج لا يقود بالضرورة إلى محاكاة وتقليد النموذج في سلوكه ما لم يحتفظ المتدرب بما

يلاحظ من سلوك النموذج، وأن يحاول الإتيان به بالطريقة نفسها التي تم للنموذج إتيانه بها . كذا التمرن على ممارسة السلوك. ومحاولة المتدرب تصويب ما يرتكب من الأخطاء ذاتياً، كما هي الحال في إتقان مهارات خطابية أو إدارية. وقد يلجأ الفرد إلى المصطلحات اللغوية لإيجاز تعلمه لسلسلة معقدة من التصرفات حتى يسهل عليه حفظها. ومن ثم التدرب عليها . ويمثل التسجيل اللغوي على هذا النحو الطريقة الأكثر فاعلية للاحتفاظ بالمعلومات المتعلقة بالسلوك الذي يرغب الفرد في تعلمه والتدرب عليه. ولاجتياز المتدرب هذه المراحل بنجاح شروط ومطالب. ومن الشروط والمطالب

1 . التجانس في الاستعدادات والقدرات بين المتدرب والنموذج الذي يحاكيه، ويقلده في سلوكه بوصفه قدوة. فلا يمكن – مثلا – لرجل عادي أن يحاكي لاعب كرة محترفا في قدراته الرياضية على تسديد الضربات وتحقيق الأهداف ما لم يملك نفس الاستعدادات والقدرات اللازمة لإتقان مهارة لعب كرة القدم. وإن اجتهد الرجل العادي في تدقيق النظر المهارات اللاعب، واحتفظ بخبراته، فإنه لن يستطيع تقليد اللاعب. فاللاعب المحترف لديه من اللياقة البدنية والمهارات الفنية ما ليس لدى الرجل العادي.

2. لتدريب والممارسة توافر الاستعدادات الشخصية والقدرات العقلية والخصائص الجسمية لا يكفي. فاكتساب السلوك بمهارة يتطلب عدداً من محاولات التدريب والممارسة حتى يتسنى للمتدرب إتيان السلوك بمهارة.

3. الدعم والتعزيز : لا بد للمتدرب من أن يعي عواقب الإتيان بالسلوك موضوع التعلم والتدريب؛ لأن معرفة الفرد بالعواقب يبصره بنوع الثواب أو العقاب المتوقع من محاكاته وتقليده للسلوك المستهدف بالتدريب، ومن ثم تعمل العواقب المتوقعة لمحاكاة السلوك أو تقليده معززاً لاكتساب السلوك أو تجاهله. وعلى أي حال، السلوك في حالة المكافأة أو العقاب يتم ملاحظته ويحتفظ به ويتم تقليده. وممارسته تتوقف على نوع المكافأة المترتبة على الإتيان به.

إن مراعاة مثل هذه المبادئ عند التدريب يمثل قاعدة انطلاق لبناء اتجاهات إيجابية نحو التدريب على المهارات الاجتماعية، وتقبل وقبول المتدرب لفكرة التدرب على المهارة واقتناع المتدرب بالتدرب على المهارة له أثره

في قبوله الانخراط في برنامج للتدريب عليها ومواصلة التدريب ومدى الفاعلية في التدريب عليها .

)الدخيل لله ، ٢٠١٤، ص٢٢)

ثانياً : المعلومات واستخدامها

تؤدي المعلومات دوراً رئيساً في التدريب على المهارات الاجتماعية. وتختلف طريقة استخدامها في التدريب على المهارات عن طريقة استخدامها في تعلم الحقائق المتضمنة في البرامج الدراسية المختلفة، إذ تستخدم المعلومة في تحفيز المتدرب على فهم ذاته وفهم الآخرين. فضلا عن فهمه للأحداث والوقائع اليومية، ما هو طارئ منها أو مستجد. والمعلومات مطلب رئيس لحل ما يعترض الفرد من مشكلات عند تفاعله مع الغير. هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى، فإن أكثر أنواع المعلومات فائدة وفاعلية لفهم الذات وفهم الآخرين تلك المعلومات المبنية على جهد ذاتي قوامه الاستكشاف والاستبصار والتمارين المستخدمة في التدريب عادة ما تقوم على أساس:

استكشاف الذات.

وضوح الهدف من التدريب على المهارة.

إمكانية التطبيق خلال التدريب.

تهذيب المهارة وإتقان التدرب عليها من خلال الإمداد بالمعلومات حول الذات والآخر (0) . يدخل في ذلك ما يصل المتدرب من تغذية راجعه حول

ما تم له التدرب عليه. وتقع على المدرب مسؤولية تعريف المتدرب بقنوات المعلومات ذات العلاقة بإتقان المهارة. وكيفية الاستفادة منها بطريقة بناءة. وقد يكون المدرب أحيانا هو المصدر المباشر للمعلومة. ويحتاج الأفراد أيضا إلى معلومات تساعدهم على حل مشكلاتهم. قد تكون معلومات حول المعلومات نفسها : كما ونوعا ومصدرا ، وإلى من يتجه الفرد طلبا للمشورة أو النصح في محاولة حل مشكلة واجهها أو صعوبة اعترضت طريقه عند تدريبه. فضلا عن أن تفسير التمارين من حيث علاقتها بالهدف الكلي للتدريب يعد مصدراً آخر للمعلومة حول اكتساب الفرد للمهارة، إذ تزداد القيمة التطبيقية للتمارين عندما تقدم في إطار عمل برنامج شامل يكشف عن العلاقة بين التمرين والهدف من التدريب. ومن الأهمية بمكان أن يقدم كل تمرين بطريقة يقترن فيها بالهدف من التدريب.

ثالثاً : الوعي بالذات

أن يعي الفرد بذاته مطلب مهم من مطالب الكفاءة الاجتماعية، إذ الوعي بما يقوم به الفرد من تصرفات ضمان السلامة تلك التصرفات. والغالبية من الأفراد يغرق في التورط بالإتيان بالتصرف مما يحول دون الوعي بكيفية الإتيان به. والسبب في الإغراق أن الفرد قد يألف إتيان التصرف، لكن دون مهارة. ومن ثم لا يعير بالاً للخلل الذي يصحب إتيانه له. ومن مطالب التدريب على المهارة أن يكون المتدرب على وعي بالتصرف الذي يأتيه، إذ التدريب غير الأداء، فالتدريب يمنح الفرد فرصة لإدراك الأخطاء في أي سلوك يأتيه والفرد عند التدريب يجب أن يكون واعيا بالتصرف موضوع التدريب. ومادام واعيا به، فإنه سوف يسعى لاستدراك جوانب القصور فيه.

ومن سبل الاستدراك للقصور أن يحتفظ الفرد بسجل مراجعة لتصرفاته ليتمكن بذلك من معرفة أخطائه واستدراكها

)المرجع السابق ص٢٣)

قائمة المراجع

1. الدخيل لله، عبد الله بن محمد. (2014). الإرشاد النفسي: الأسس النظرية والتطبيقية. الرياض: دار الزهراء للنشر والتوزيع.

2. الجهني، أحمد بن محمد. (2011). الإرشاد النفسي والتربوي: أسسه وأساليبه. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

3. حواس، محمد عبد القادر. (2019). الذكاء الاجتماعي وعلاقته بتنمية المهارات الحياتية لدى الأطفال. القاهرة: دار الفكر العربي.

4. زيتون، كمال عبد العزيز. (2014). التربية الاجتماعية وتنمية التفاعل الإنساني في المدرسة. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

5. السيد، أحمد عبد الرحمن. (2019). تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال في المراحل التعليمية الأولى. القاهرة: دار الفكر العربي.

6. عبد الغني، سعاد محمد. (2018). تنمية المهارات الاجتماعية والانفعالية لدى الأطفال. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

7. مرعي، توفيق يوسف. (2017). علم نفس النمو: دراسة في مراحل النمو الإنساني. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

8. نصار، فاطمة محمود. (2020). برامج الإرشاد النفسي ودورها في تنمية المهارات الحياتية. بيروت: دار الرافدين للطباعة والنشر.

9. يوسف، سمير عبد اللطيف. (2016). الاتجاهات الحديثة في الإرشاد النفسي والتربوي. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

برنامج إرشادي نمائي لتنمية المهارات الاجتماعية (توسع مفصل — طفل 8 سنوات)

المدّة: 12 جلسة — كل جلسة 45–60 دقيقة
الأسلوب: لعب أدوار، أنشطة تفاعلية، قصص مصوّرة، مهام جماعية، تعزيز إيجابي
المواد: لوح سبورة / ورق كبير، أوراق عمل، أقلام ألوان، مكعبات/بازل، بطاقات تعزيز (نجوم)، كرة ناعمة، مصوّرة. "عقد سلوك"صور/بطاقات مشاعر، استيكرات، بطاقات

شكل كل جلسة (قالب عام)

1. **الاستقبال والدفء (5–7 دق)** — تحية، تمرين تنفّس قصير، سؤال افتتاحي بسيط للتفاعل.
2. **نشاط تمهيدي/كسر جليد (5–8 دق)** — لعبة قصيرة ترتبط بموضوع الجلسة.
3. **النشاط الرئيسي (20–30 دق)** — التعلّم العملي (لعب أدوار، نشاط جماعي، قصة).
4. **التلخيص والتطبيق المنزلي (8–10 دق)** — ملخص بسيط، واجب بسيط للأهل/الطفل، بطاقة تعزيز.
5. **وداع إيجابي (دقاق قليلة)** — كلمة تشجيع، توزيع استيكر أو نجمة.

التقييم والمتابعة

- **تقييم قبلي (قبل الجلسة الأولى)**: استمارة بسيطة للأهل/المعلّم تتضمن 8 بند (مثلاً: يصاحب الأطفال بسهولة، يشارك باللعب، يستمع للآخرين، يعبر عن رأيه) يقيّم كل بند من 1–5.
- **تقييم بعدي (بعد الجلسة 12)**: نفس الاستمارة لقياس التغيير.
- **ملاحظة سلوكية أسبوعية**: مراقبة 3 سلوكيات يختارها المرشد والأهل، تسجيل (تحسّن/لا تغيير/تدهور).
- **مقابلة قصيرة مع الطفل الأسبوع 6 و12**: سؤالين/ثلاثة عن شعوره بالبرنامج وأي شي تعبّه.

نظام تعزيز عملي (مقترح)

- **بطاقات النجوم**: كل مرة يعرض فيها الطفل سلوك اجتماعي جيد (مشاركة، احترام، استماع) يأخذ نجمة.
- **عقد سلوكي مبسّط (جلسة 11)**: الطفل يختار 1–2 سلوك يلتزم فيهن، والأهل يوقعوا. عند جمع 10 نجوم يتحصل على شيء بسيط (لعبة صغيرة، وقت لعب إضافي، نشاط مع الأهل).

أوراق عمل وأمثلة جاهزة (نصّية تختصر وتطبع)

- ورقة: "أنا وخواصّي الإيجابية" — اكتب 3 شغلات بتحبها بنفسك وارسم وجه مبتسم.
- ورقة: "كيف بنستعمل الكلمات الطيبة" — مواقف قصيرة واختيارات (أنا بقول: شكراً / بصرخ).
- ورقة حل مشكلة: "المشكلة — شو صار؟ — شو ممكن أعمل؟ — الخيار الأفضل".

تفصيل كل جلسة — شرح موسّع خطوة بخطوة

الجلسة 1 — التعارف وبناء الألفة

الهدف: خلق جو أمان وثقة بالمجموعة.

الزمن: 45–60 دق

الخطوات:

1. المرشد: "مرحباً! أنا فلان، شو اسمك؟ شو بتحب؟" (نبرة بسيطة) استقبال واسم/ابتسامة
2. لعبة **كرة الاسم** (10 دق): ترمي الكرة لطفل، بيقول اسمه وشغلة بحبها.
3. نشاط رسم سريع: "ارسم شي بتحبو" وشارك الطفل بخبر إيجابي على الرسم.
4. نكتب 3 قواعد بسيطة (نحكي بنعطي دور، نحترم بعض، نساعد بعض) "قانون الصف" — لعبة ونعلّقها.
5. واجب منزلي بسيط للأهل: شجعوا الطفل يحكي لأهل البيت عن اسم صديق جديد من المجموعة.

نص للمرشد: "هالبرنامج لنساعد بعض نتعلم ونمرح، كلنا بنغلط ونتعلم — المهم نحترم بعض."

الجلسة 2 — فهم الذات (الصفات الإيجابية)

الهدف: معرفة نقاط القوة وتعزيز الذات.

الخطوات:

1. نشاط: "لوح الصفات" (15 دق): كل طفل يكتب/يرسم 3 صفات يحبوها.
2. لعبة مرآة: يقف الطفل قدام المرآة ويقول صفة إيجابية بصوت عالي (يساعد البناء الذاتي).
3. نشاط تبادل: طفل يذكر صفة إيجابية لزميله.
4. واجب: رسم "بطاقة صفاتي" يوريها للأهل ويحكي عن صفة.

ملاحظة: ساعد الأطفال الخجولين بتوجيه أسئلة بسيطة ("هل أنت سريع؟ هل بتحب تساعد؟").

الجلسة 3 — مهارات الاستماع والتكلم الواضح (التواصل اللفظي)

الهدف: تحسين القدرة على التحدث بوضوح والإصغاء.

الخطوات:

1. نشاط "المحادثة المنتقلة": قسم الأطفال لأزواج، كل زوج يحكي عن لعبة مفضّلة 2 دق، والآخر يلخّص.
2. ورقة checklist: تمرين الإصغاء النشط. للملاحظ (ينتبه هل ينظر المتكلم، لا يقاطع، يرد بجملة).
3. لعب أدوار قصيرة: سيناريو بسيط (طلب مشاركة لعبة) — نمذجة من المرشد ثم التطبيق.
4. "شو الفرق بين السمع والإنصات؟" تلخيص: يختصروا بكلمة.
5. واجب: حدث أمثلة في البيت عن الاستماع الجيد — الأهل يسجلوا موقف واحد.

سيناريو لعب دور (نموذج):

- محمد: "ممكن أستعمل القلم بعدك؟"
- سامي: "أيوة بس بسام بستخدمه هلأ، ممكن ننتظر دورك أو نقترح لعبة تانية."

علّم الطفل كيف يطلب بلطف.

الجلسة 4 — التواصل غير اللفظي (لغة الجسد والوجوه)

الهدف: التعرف على تعبيرات الوجه والإشارات الجسدية.

الخطوات:

1. لعبة تمثيل صامت: المرشد يمثّل 4 مشاعر، الأطفال يخمّنوا.
2. نشاط صور المشاعر: يوزع بطاقات وجوه ويطلب وصف موقف يناسب كل وجه.
3. تمرين "نبرة الصوت" — نفس الجملة بنبرات مختلفة (حزين/فرح/غاضب) والنقاش.
4. واجب: الأم تلاحظ وتدوّن مرة وحدة لما الطفل يقرأ شعور حدا من تعابيره.

الجلسة 5 — التعاون والعمل الجماعي

الهدف: تعليم التخطيط والمشاركة وحل المهام المشتركة.

الخطوات:

1. نشاط بناء مجموعة: فرق صغيرة تبني برج من مكعبات خلال وقت معين.
2. قبل النشاط: كل فريق يخطط دور كل عضو (مفكر، ناسق، يبني).
3. بعد النشاط: مناقشة عن شو نجحوا وشو صعوبات.
4. تعزيز: من يعطي مساعدة واضحة يحصل نجمة إضافية.
5. واجب: لعبة منزلية صغيرة مع الأهل تتطلب تعاون (تنظيف لعبة معاً).

ملاحظة تطبيقية: راقب من يقود بشكل إيجابي ومن يتراجع، وعطي أدوار متغيرة للمساعدة بالتوازن.

الجلسة 6 — ضبط الانفعالات وإدارة الغضب

الهدف: إعطاء أدوات للتحكم بالغضب والانفعالات.

الخطوات:

1. أمثلة. "الجسم بيحس قبل ما نتصرّف" — شرح مبسّط:
2. تدريب تنفّس 4-4-4 (نفس عبر الأنف 4 ثواني — امسك 4 — ازفر 4) مع لعبة "نط البالون" (تمثيل).
3. عبر سيناريوهات: المعلم أخد لعبة، شو بتعمل؟ "توقف – فكّر – تصرّف" تقنية
4. لعب أدوار: تطبيق الهدوء بدل الصراخ.

5. واجب: يجرّب الطفل التقنية مرة بالبيت ويخبر المرشد بالأسبوع القادم.

مع أمثلة مصوّرة. "توقف—فكّر—تصرف"**ورقة عمل**: خطوات

الجلسة 7 — احترام الآخرين (الآراء، الدور، الملكية)

الهدف: غرس قيمة الاحترام والتعامل مع الاختلاف.
الخطوات:

1. قصة قصيرة عن طفل فقد صديق لأنو ما احترم رأيه.
2. مناقشة: شو كان ممكن يعمل؟ قائمة خيارات.
3. لعب أدوار: طالب يريد تغيير اللعبة والمدرّس يقترح تسوية.
4. نشاط: "بطاقة الاعتذار" — كيف نعتذر لما نغلط.
5. واجب: يكتب الطفل موقفًا اعتذر فيه أو شاف حدا اعتذر.

الجلسة 8 — حل المشكلات الاجتماعية (مهارات تفاوض)

الهدف: تعلم خطوات بسيطة لحل نزاعات يومية.
الخطوات:

1. شرح طريقة 4 خطوات: (1) تحديد المشكلة، (2) اقتراح حلول، (3) اختيار حل مناسب، (4) تنفيذ وتجربة.
2. تمرين جماعي على مثال حقيقي (أحدهم لا يريد مشاركة لعبة).
3. لعب أدوار لتطبيق الحلول.
4. تقييم الحل: شو نجح؟ شو ممكن نغير؟
5. واجب: الطفل يجرب حل مشكلة بسيطة مع زميل أو أخ ويكتب النتيجة.

ورقة عمل: جدول 4 خطوات مع أمثلة مبسطة برسومات.

الجلسة 9 — تقبّل الاختلاف (التنوع والخاصية الشخصية)

الهدف: تعزيز القبول والتسامح مع الاختلاف.

الخطوات:

1. نشاط صور: عرض أطفال مختلفين بالهوايات/اللبس/القدرات.
2. مناقشة: كل طفل يذكر شي مميز بحالته.
3. : مجموعات تبحث عن 3 أشياء مشتركة بينهم رغم الاختلاف."نقاط مشتركة"لعبة
4. — كل واحد يلصق صورته ويرسم شي ميّزه. "كلنا مميزون"نشاط فني: لوحة
5. واجب: يحكي الطفل لأهله عن صديق مختلف وعجبو شي فيه.

الجلسة 10 — التعاطف ومساعدة الآخرين

الهدف: تدريب على مهارة التعاطف وفهم مشاعر الآخرين.

الخطوات:

1. قصة وجدانية عن طفل حزين وكيف ساعده صديقه.
2. "إذا كنت بمكانه رح أحس...": المرشد يقرأ موقف، والطفل يجيب "أحط مكانه"تمرين
3. لعب أدوار: الطفل يتصرف كصديق مواسٍ أو مساعد.
4. نشاط عملي: صنع بطاقة صغيرة لشخص محتاج (مدرّس، زميل مريض).
5. واجب: عمل فعل صغير من اللطف خلال الأسبوع وتسجيله.

الجلسة 11 — تعزيز السلوك الاجتماعي الإيجابي (عقود وتعهدات)

الهدف: تثبيت السلوكيات وتشجيع الاستمرارية.

الخطوات:

1. مراجعة كل المهارات المكتسبة — لعبة سؤال وجواب.
2. مصوّر: الطفل يختار 1–2 سلوك يلتزم فيهم (مثلاً: أحترم دور الآخرين، بشارك "عقد صغير"إعداد باللعب).
3. التوقيع الرمزي: الطفل والمرشد والأهل (يمكن إرسال صورة للعقد للأهل).
4. توزيع بطاقات النجوم وبداية عدّ النقاط للعقد.

واجب: تنفيذ العقد بالبيت وحضور الأهل لتوثيق. 5.

الجلسة 12 — التقييم والختام والاحتفال

الهدف: تقييم التغيّر، تكريم الجهد، ودعم الاستمرارية.

الخطوات:

1. إعادة تقييم عبر استمارة الأهل (نفسها من البداية).
2. نشاط "أنا صرت أقدر" — كل طفل يقول شي صار يقدر يعمله.
3. توزيع شهادات رمزية/بطاقات شكر وملخص النجوم.
4. دعوة الأهل لحضور 10–15 دقيقة للعرض النهائي (مشهد لعب أدوار أو لوحة).
5. خطة متابعة: 1–2 ملاحظة للأهل عن كيف يدعموا استمرار المهارات.

مواد/أدوات مطبوعة أقدملك صيغة بسيطة لتنسخها

1. استمارة تقييم (8 بنود، 1–5).
2. ورقة عقد سلوكي مصور (مكان لتوقيع الطفل والأهل).
3. ورقة حل مشكلة (4 خطوات).
4. بطاقات مشاعر (فرح، حزن، غضب، خوف، حياد).
5. بطاقة الواجب الأسبوعي (سطرين يكتب فيهم الطفل/الأهل نتيجة التطبيق).

ي

نصائح عملية للمرشد والأهل

- **لغة بسيطة**: استعمل جمل قصيرة ومباشرة مع طفل 8 سنوات.
- **المدح التفصيلي**: بدلاً من "حلو إنك انتظرت دورك اليوم — هالشي بساعد الكل."، قل "شاطر".
- **التكرار**: كرر نفس التقنية بأمثلة مختلفة لتعزيز الفهم.
- **التحفيز البصري**: استخدم نجوم/بطاقات لأن الأطفال يحبّوا المكافآت المرئية.

- **مشاركة الأهل**: ارسَل نشاط بسيط كل أسبوع للأهل (1–2 جملة حول كيف يساعدوا).
- **التعامل مع مقاومة الطفل**: لو رفض، ابدأ بنشاط محبب إله لبناء الثقة قبل النشاط الأصعب.

مخاطرات محتملة وكيف تتعامل معها

- لمدة 5 دقائق فقط لتفريغ الطاقة. "قائد دوري"**طفل يسيطر على المجموعة**: أعطه دور
- **طفل خجول جداً**: استخدم نشاطات فردية صغيرة أولاً ثم انتقال للمجموعة.
- **توتر بين أطفال**: استخدم ورقة حل المشكلة 4 خطوات فوراً وادعُ الأهل لوضع خطة.