

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
جامعة 8 ماي 1945 قالمة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم الاجتماع
ينظم:

الملتقى الوطني الأول حول: تأثير صحة الأم والطفل على وفيات
الأطفال بالجزائر

2025/04/24

المحور الرابع: المحددات النفسية لصحة الأم والطفل.

عنوان المداخلة: مدى فعالية برنامج تدريبي للام في مجال التربية الإيجابية وتأثيره على صحتها النفسية
وصحة أطفالها. (دراسة اجرائية في مركز بصمة للتدريب والاستشارات. قالمة).

الإسم واللقب: عجرود محمد

الجامعة: جامعة 8 ماي 1945 قالمة.

البريد الالكتروني:

Moh-adjroud@hotmail.com

الإسم واللقب: بوسطحة آمال

الجامعة: جامعة 08 ماي 1945

قالمة

البريد الالكتروني:

amel-boussatha@hotmail.com

مقدمة : تشكل التربية الإيجابية أحد الأساليب التربوية الحديثة التي تسعى إلى بناء علاقة متينة بين الوالدين وأطفالهم، قائمة على التفاهم، الدعم العاطفي، وتشجيع الطفل على اكتساب مهارات حياتية تساعد في النمو النفسي والاجتماعي السليم ، وقد أثبتت الأبحاث التربوية أن الأساليب التربوية التقليدية التي تعتمد على العقاب القاسي أو القسوة المفرطة قد يكون لها انعكاسات سلبية على شخصية الطفل، حيث يمكن أن تؤدي إلى انخفاض تقديره لذاته، وزيادة مستويات القلق والتوتر لديه، بل وحتى تعزيز السلوكيات العدوانية.

في المقابل، تقدم التربية الإيجابية بدائل عملية لكيفية التعامل مع الطفل من خلال وضع حدود واضحة ولكن بأسلوب داعم ومحترم، وتعزيز السلوكيات الجيدة من خلال التشجيع والتواصل الفعال بدلاً من اللوم والعقاب. ومع ذلك، لا تزال هناك فجوة معرفية وتحديات تواجه الأمهات في تبني هذا النهج، نظراً لعدة عوامل منها الضغوط الحياتية، التوتر النفسي، وعدم توفر الدعم التربوي الكافي.

لذلك، كان من الضروري تصميم برامج تدريبية موجهة للأمهات لمساعدتهن على فهم الأساليب التربوية الإيجابية، وتمكينهن من تطبيقها بفعالية، وتعزيز ثقتهم في قدرتهن على تربية أطفالهن بطريقة صحية تساهم في تنشئة جيل أكثر استقراراً نفسياً وعاطفياً. من هذا المنطلق، جاءت هذه الدراسة لتقييم مدى فعالية برنامج تدريبي موجه للأمهات حول التربية الإيجابية، مقدم في مركز بصمة للتدريب والاستشارات، من خلال قياس تأثيره على الصحة النفسية للأم ومدى انعكاسه على سلوكيات أطفالها.

الإشكالية : تُعتبر العلاقة بين الصحة النفسية للأم والأسلوب التربوي الذي تنتهجه في تربية طفلها من أهم العوامل المؤثرة في نمو الطفل وتطوره السلوكي والاجتماعي ، فالأم التي تعاني من التوتر النفسي، أو الضغوط العائلية، أو حتى الإرهاق المستمر، قد تجد نفسها في بعض الأحيان تلجأ إلى أساليب تربوية تقليدية أو سلبية، مثل العقاب الجسدي، التوبيخ المستمر، أو حتى تجاهل حاجات الطفل العاطفية ، هذه الأساليب يمكن أن تؤدي إلى تدهور العلاقة بين الأم والطفل، وزيادة احتمال ظهور مشكلات سلوكية مثل العدوانية، العناد، وفرط الحركة.

وفي المقابل، تشير الأبحاث إلى أن الأمهات اللاتي يحصلن على دعم نفسي وتدريب حول التربية الإيجابية يتمتعن بقدرة أفضل على التعامل مع المواقف التربوية المختلفة بطريقة أكثر هدوءاً، مما يساعدهن في بناء علاقة متوازنة مع أطفالهن قائمة على التفاهم والاحترام، غير أن هناك نقصاً في الدراسات التطبيقية التي تبحث في تأثير البرامج التدريبية الموجهة للأمهات على صحتهم النفسية وسلوك أطفالهن بشكل مباشر.

السؤال الرئيسي: إلى أي مدى يساهم البرنامج التدريبي حول التربية الإيجابية في تحسين الصحة النفسية للأم وتقليل المشكلات السلوكية لدى أطفالها؟

الأسئلة الفرعية:

- 1- هل يؤدي التدريب على التربية الإيجابية إلى خفض مستويات التوتر والضغط النفسي لدى الأمهات؟
- 2- إلى أي مدى يساعد البرنامج التدريبي في تعزيز مهارات التواصل بين الأم والطفل؟
- 3- هل يمكن أن يؤدي تطبيق مبادئ التربية الإيجابية إلى تقليل المشكلات السلوكية للأطفال مثل العناد والعدوانية وفرط النشاط؟
- 4- هل تسهم المتابعة النفسية بعد التدريب في دعم استمرارية الأمهات في تطبيق استراتيجيات التربية الإيجابية؟

الفرضيات:

- 1- هناك علاقة إيجابية بين التدريب على التربية الإيجابية وتحسن الصحة النفسية للأمهات.
- 2- يساهم البرنامج التدريبي في تحسين جودة العلاقة بين الأم والطفل من خلال تعزيز التواصل الفعال.
- 3- تؤدي التربية الإيجابية إلى انخفاض معدلات المشكلات السلوكية لدى الأطفال، مثل العناد والعدوانية.
- 4- تسهم المتابعة النفسية بعد انتهاء التدريب في ضمان استمرار الأمهات في تطبيق استراتيجيات التربية الإيجابية بفعالية.

أهمية البحث :

1- الأهمية العلمية:

- ✓ يساهم البحث في إثراء الدراسات المتعلقة بتأثير التربية الإيجابية على الصحة النفسية للأمهات وسلوكيات الأطفال.
- ✓ يقدم تحليلًا علميًا دقيقًا لمدى فعالية البرامج التدريبية في تعزيز الوعي التربوي لدى الأمهات.
- ✓ يعتمد البحث على حصص الكتابة النفسية كأداة تحليلية لفهم التغيرات في إدراك الأمهات لمفاهيم التربية قبل وبعد التدريب.

2- الأهمية التطبيقية:

- ✓ يساهم في وضع نموذج تدريبي يمكن تطبيقه في مراكز الاستشارات التربوية لدعم الأمهات.
- ✓ يوفر أدوات عملية تساعد الأمهات على إدارة سلوكيات أطفالهن بشكل أكثر وعيًا وهدوءًا.
- ✓ يعزز الوعي حول أهمية الدعم النفسي المستمر للأمهات بعد خضوعهن للتدريب.

الجانب النظري :

التربية الإيجابية وتأثيرها على الصحة النفسية للأم والطفل :

تعد التربية الإيجابية منهجًا تربويًا يقوم على التواصل الفعال، والتشجيع، وتعزيز السلوكيات الإيجابية بدلاً من العقاب أو التوبيخ (Baumrind, 1991: 24) ، ويُنظر إلى هذا النهج كوسيلة فعّالة لدعم نمو الأطفال نفسيًا واجتماعيًا، حيث يؤدي إلى تحسين الثقة بالنفس، وتطوير مهارات حل المشكلات، وتعزيز الذكاء العاطفي.. (Gershoff, 2002: 56)

من ناحية أخرى، أظهرت الدراسات أن تطبيق التربية الإيجابية يقلل من مستويات التوتر والضغط النفسي لدى الأمهات، مما يساهم في تحسين جودة العلاقات الأسرية واستقرار الأطفال نفسيًا (Nelsen, 2006: 89)، لذا، يتطلب تبني هذا النهج برامج تدريبية موجهة للأمهات مع توفير متابعة نفسية لضمان استدامة هذه الممارسات التربوية (علي، 2019: 77)

1- التربية الإيجابية: المفهوم والأسس النظرية :

أ. تعريف التربية الإيجابية : تُعرف التربية الإيجابية بأنها منهج تربوي قائم على احترام الطفل، تعزيز ثقته بنفسه، وتحفيزه لتطوير مهاراته الاجتماعية والعاطفية من خلال الدعم الإيجابي، بدلاً من العقوبات التقليدية (Nelsen, 2006: 31)، وتؤكد هذه الفلسفة على دور البيئة الداعمة في تنمية استقلالية الطفل، وزيادة وعيه بسلوكياته دون فرض سيطرة صارمة. (Montessori, 1912: 14).

ب. الأسس النظرية للتربية الإيجابية :

تعتمد التربية الإيجابية على عدة نظريات علمية أثبتت فعاليتها في توجيه سلوكيات الأطفال وتعزيز نموهم النفسي والاجتماعي.

1- نظرية التعلم الاجتماعي :

وفقًا لنظرية التعلم الاجتماعي، فإن الأطفال يكتسبون سلوكياتهم من خلال النمذجة والتقليد، حيث يتعلمون من البيئة المحيطة، وخاصة والديهم (Bandura, 1977: 42) ، وبالتالي، فإن الأمهات اللواتي يعتمدن التربية الإيجابية يزرعن في أطفالهن سلوكيات إيجابية قابلة للتكرار وتعزيز.

2- نظرية التعلق العاطفي :

تشير نظرية التعلق العاطفي إلى أن الطفل يحتاج إلى علاقة مستقرة وداعمة مع والديه لضمان نمو نفسي صحي (Bowlby, 1969: 29)، وأظهرت الدراسات أن الأطفال الذين يحصلون على دعم عاطفي قوي يكونون أكثر قدرة على تكوين علاقات صحية لاحقًا وأقل عرضة للقلق والاكتئاب.

1- نظرية التعزيز الإيجابي :

يؤكد Skinner (1953: 112) على أهمية تعزيز السلوكيات الإيجابية من خلال المكافآت، حيث يؤدي ذلك إلى زيادة احتمالية تكرار هذه السلوكيات في المستقبل، وتشير الأبحاث إلى أن استخدام المكافآت والتشجيع يزيد من احتمالية تصرف الأطفال بشكل مسؤول ومستقل.

2- نظرية الضبط الذاتي :

توضح (Mischel, 1989: 61) أن الطفل الذي يتم تدريبه على ضبط النفس واتخاذ قرارات مدروسة منذ الصغر يكون أكثر قدرة على التحكم في مشاعره وسلوكياته لاحقًا، مما يعزز من استقلاله.

2- الأساليب التربوية وتأثيرها على الطفل :

تختلف الأساليب التربوية بين الأسر، وقد أظهرت الأبحاث أن النهج الذي تتبعه الأم في تربية طفلها يلعب دورًا رئيسيًا في تشكيل شخصيته وسلوكياته الاجتماعية. (Baumrind, 1991: 87).

أ. التربية السلطوية وتأثيرها على الطفل :

تعتمد على فرض القواعد دون استماع لرأي الطفل، مما يؤدي إلى نشوء شخصية مترددة وخائفة من اتخاذ القرارات. (Gershoff, 2002: 58).

وجدت دراسة أن الأطفال الذين تربوا في بيئات سلطوية كانوا أكثر عرضة للقلق والاكتئاب في مرحلة المراهقة. (Baumrind, 1991: 72).

ب. التربية المتساهلة وتأثيرها على الطفل :

يفتقد هذا الأسلوب إلى الحدود الواضحة والتوجيه السليم، مما يؤدي إلى عدم انضباط الأطفال وضعف قدرتهم على تحمل المسؤولية (Maccoby & Martin, 1983: 45).

ج. التربية الإيجابية كبديل فعال : تعتمد على تشجيع الطفل على اتخاذ قراراته الخاصة، مع تقديم توجيه داعم دون استخدام العقاب (Nelsen, 2006: 31).

تشير الدراسات إلى أن الأطفال الذين ينشؤون في بيئات إيجابية يكونون أكثر قدرة على التكيف مع التحديات الحياتية وأقل عرضة للسلوكيات العدوانية. (Deci & Ryan, 2000: 97).

3- تأثير الصحة النفسية للأم على أسلوبها التربوي :

أ. العلاقة بين التوتر النفسي للأم واستخدام العقاب : وجدت الأبحاث أن الأمهات اللواتي يعانين من ضغوط نفسية شديدة يكن أكثر ميلًا لاستخدام العقوبات البدنية أو التوبيخ المتكرر.

(Nomaguchi& Milkie,2003: 93).

ب. أهمية الدعم النفسي والتدريب للأمهات : وفقًا لدراسة، فإن الأمهات اللواتي حصلن على دعم نفسي خلال برامج التربية الإيجابية أظهرن تحسنًا بنسبة 60% في تفاعلهن مع أطفالهن.

(Coyne et al ,2010: 58).

4- استراتيجيات دعم الأمهات لتطبيق التربية الإيجابية :

أ. البرامج التدريبية وتأثيرها على الأمهات :

تشير دراسة إلى أن 70% من الأمهات اللواتي شاركن في برامج تدريبية حافظن على تطبيق التربية الإيجابية بعد ستة أشهر (Sanders et al,2000: 118).

ب. المتابعة النفسية والتربوية :

وأظهرت الأبحاث أن المتابعة النفسية للأمهات تساعد في استمرارية تطبيق مبادئ التربية الإيجابية.

(Pennebaker,1997: 79).

الجانب الميداني :

يعتبر الجانب المنهجي من أهم الأجزاء في أي بحث علمي، حيث يحدد الأساليب والإجراءات التي سيتم اتباعها لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها. ويهدف هذا القسم إلى توضيح المنهج المستخدم، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات، وإجراءات التحليل، لضمان المصداقية والموضوعية في النتائج.

منهج الدراسة :

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، نظرًا لكونه الأنسب لدراسة العلاقة بين التربية الإيجابية والصحة النفسية للأم، وتحليل مدى تأثير البرامج التدريبية على استمرارية تطبيق التربية الإيجابية. (Creswell,2014: 112)، ويتميز هذا المنهج بقدرته على وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليلها بعمق، دون التدخل في متغيراتها بشكل تجريبي.

كما تم استخدام المنهج شبه التجريبي لتقييم فعالية البرنامج التدريبي المقدم للأمهات في تحسين ممارسات التربية الإيجابية، حيث تم تطبيق أدوات القياس قبل وبعد التدريب لقياس التحولات في السلوك التربوي والصحة النفسية. (Campbell & Stanley, 1963: 55) ،

مجتمع وعينة الدراسة :

1.مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من الأمهات اللواتي لديهن أطفال تتراوح أعمارهم بين 3 إلى 10 سنوات، والمسجلات في مراكز التدريب التربوي والاستشارات الأسرية في المنطقة. وقد تم اختيار هذا المجتمع نظرًا لأن هذه الفئة هي الأكثر انخراطًا في أساليب التربية، ولأن هذه المرحلة العمرية حساسة في تشكيل شخصية الطفل وسلوكياته.. (Cohen et al, 2018: 98) .

2.عينة الدراسة :

تم اختيار عينة الدراسة باستخدام أسلوب العينة القصدية، حيث تم اختيار مجموعة من الأمهات المشاركات في برنامج تدريبي حول التربية الإيجابية.

أ. حجم العينة :

بلغ حجم العينة (100) أم، وتم تقسيمها إلى مجموعتين:

✓ المجموعة التجريبية (50 أمًا): خضعن للبرنامج التدريبي في التربية الإيجابية.

✓ المجموعة الضابطة (50 أمًا): لم تتلق أي تدريب، وتمت متابعتهم بنفس أدوات القياس للمقارنة بين المجموعتين.

ب. معايير اختيار العينة :

تم اختيار العينة وفق المعايير التالية:

1. أن تكون الأم مسؤولة مباشرة عن تربية طفلها.

2. أن يكون لديها طفل واحد على الأقل يتراوح عمره بين 3 و10 سنوات.

3. أن تكون مهتمة بالمشاركة في برامج التدريب التربوي.

4. ألا تكون قد خضعت سابقًا لتدريب مكثف في التربية الإيجابية.

ثالثًا: أدوات جمع البيانات

تم الاعتماد على أدوات متنوعة لجمع البيانات، لضمان الدقة والموضوعية في النتائج، وقد شملت الأدوات التالية:

1. الاستبيان :

تم إعداد استبيان موجه للأمهات، مكون من (30) بنداً، موزعة على ثلاثة محاور رئيسية: الممارسات التربوية (10 بنود): تهدف إلى قياس مدى تبني الأمهات لمبادئ التربية الإيجابية

(Nelsen, 2006: 65).

الصحة النفسية للأم (10 بنود): تقيس مستوى القلق، التوتر، والرضا عن العلاقة مع الطفل (Goldberg & Williams, 1988: 45).

التغيرات بعد التدريب (10 بنود): تقارن بين سلوكيات الأمهات قبل وبعد البرنامج التدريبي (Sanders et al, 2000: 112) ،

2. المقابلات شبه الموجهة :

تم إجراء مقابلات مع (15) أمًا من العينة التجريبية بهدف فهم تجاربهن الشخصية مع التربية الإيجابية وتأثير التدريب على ممارساتهن اليومية. وقد تم تحليل إجاباتهن نوعيًا لاستخلاص أهم التحديات والتحديات التي مررن بها بعد التدريب. (Kvale. 2007: 39) .

3. حصص الكتابة النفسية:

تم استخدام حصص الكتابة النفسية كأداة تحليلية إضافية، حيث طُلب من الأمهات في المجموعة التجريبية كتابة تجاربهن ومشاعرهن حول التربية الإيجابية قبل وأثناء وبعد التدريب. وقد أظهرت دراسات سابقة أن الكتابة النفسية تساعد في تقييم التغيرات العاطفية والفكرية لدى المشاركين، وتوفر فهمًا أعمق لتحولاتهم النفسية. (Pennebaker ; 1997: 79) ،

رابعًا: إجراءات البحث

1. مرحلة الإعداد :

✓ إعداد أدوات البحث (الاستبيان، المقابلات، وحصص الكتابة النفسية)

✓ اختيار العينة والتنسيق مع مركز التدريب التربوي لتنفيذ الدراسة.

2. مرحلة جمع البيانات :

- ✓ تطبيق الاستبيان الأولي على المجموعتين التجريبية والضابطة قبل بدء التدريب.
- ✓ إجراء المقابلات الأولى مع بعض الأمهات من المجموعة التجريبية لفهم تصوراتهن الأولية حول التربية الإيجابية.
- ✓ تنفيذ البرنامج التدريبي على مدار (4 أسابيع)، بواقع جلستين أسبوعيًا، مدة كل جلسة (90 دقيقة)

3. مرحلة التقييم والتحليل :

- تطبيق الاستبيان بعد انتهاء التدريب لقياس التغيرات في الممارسات التربوية والصحة النفسية.
- تحليل المقابلات وحصص الكتابة النفسية لاستخلاص النتائج النوعية.
- مقارنة نتائج المجموعة التجريبية مع المجموعة الضابطة باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة (SPSS) (Field;2013: 101)،

خامسًا: الأساليب الإحصائية المستخدمة

1. التحليل الكمي:

تم استخدام برنامج SPSS لإجراء التحليلات الإحصائية التالية:

- اختبار "ت" للعينة المستقلة: (Independent Sample T-test) لمقارنة الاختلافات بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد التدريب. (Field;2013: 121) ،
- تحليل التباين الأحادي: (ANOVA) لاختبار تأثير العوامل المختلفة على نتائج التدريب

(Tabachnick&Fidell;2019: 76).

- حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية: لتوضيح الفروق بين استجابات الأمهات قبل وبعد التدريب.

2. التحليل النوعي:

- تم تحليل البيانات المستخلصة من المقابلات وحصص الكتابة النفسية باستخدام التحليل الموضوعي، وذلك من خلال:

استخراج التكرارات والأنماط السلوكية والتغيرات العاطفية.

تصنيف البيانات إلى محاور رئيسية لفهم تطور وعي الأمهات بالتربية الإيجابية وتأثيرها على تفاعلهن مع أطفالهن. (Braun & Clarke ;2006: 83) .

سادساً: معايير الصدق والثبات

1. الصدق (Validity)

لضمان صدق أدوات البحث، تم:

عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء في علم النفس التربوي للتأكد من مدى ملاءمته لموضوع الدراسة . (Creswell ;2014: 134)

إجراء دراسة استطلاعية على عينة مكونة من (15) أمًا للتأكد من وضوح الأسئلة وإجراء التعديلات اللازمة.

2. الثبات (Reliability) : تم حساب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) لقياس ثبات الاستبيان، حيث بلغ (0.87) مما يشير إلى مستوى عالٍ من الثبات. (Field ;2013: 141) ،

تحليل وتفسير النتائج :

يهدف إلى عرض وتحليل نتائج الدراسة بناءً على البيانات التي تم جمعها من خلال الاستبيانات، المقابلات، وحصص الكتابة النفسية، ومن ثم تفسير هذه النتائج في ضوء النظريات النفسية والتربوية والدراسات السابقة. سيتم تقديم تحليل كمي لنتائج الاستبيانات باستخدام الأساليب الإحصائية، وتحليل نوعي للمقابلات وحصص الكتابة النفسية لفهم التغيرات التي طرأت على الأمهات بعد تطبيق التربية الإيجابية.

أولاً: التحليل الكمي للبيانات المستخلصة من الاستبيانات

1. مقارنة بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة

أ. تحليل البيانات قبل التدريب

عند إجراء الاستبيان الأولي على الأمهات في كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة)، أظهرت النتائج ما يلي:

80% من الأمهات في المجموعة التجريبية كنّ يعتمدن على أساليب تقليدية مثل العقاب الجسدي والتوبيخ الصارم.

75% من الأمهات في المجموعة الضابطة استخدمن نفس الأساليب دون وعي بمفهوم التربية الإيجابية.
68% من الأمهات في كلا المجموعتين أبلغن عن مستويات مرتفعة من التوتر والقلق أثناء التعامل مع أطفالهن.

ب. تحليل البيانات بعد التدريب

بعد انتهاء البرنامج التدريبي، أظهرت نتائج الاستبيان تغيرات ملحوظة لدى الأمهات في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة:

85% من الأمهات في المجموعة التجريبية بدأن في استخدام أساليب التربية الإيجابية بانتظام، بينما لم يتغير نهج الأمهات في المجموعة الضابطة.

70% من الأمهات في المجموعة التجريبية أبلغن عن انخفاض ملحوظ في التوتر والقلق، مقارنة بـ 20% فقط من المجموعة الضابطة.

90% من الأمهات لاحظن تحسناً في استجابة أطفالهن للسلوكيات الإيجابية بعد تغيير أساليب التربية.

ج. تحليل اختبار "ت" للعينة المستقلة :

تم إجراء اختبار "ت" (Independent Sample T-test) للمقارنة بين المجموعتين التجريبية والضابطة، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($p < 0.05$) لصالح المجموعة التجريبية، مما يؤكد أن التربية الإيجابية والتدريب عليهما لهما تأثير كبير في تحسين العلاقة بين الأم والطفل وتقليل المشكلات السلوكية. (Field;2013: 121).

ثانياً: التحليل النوعي لنتائج المقابلات وحصص الكتابة النفسية:

1. تحليل المقابلات شبه الموجهة:

تمت مقابلة 15 أمًا من المجموعة التجريبية بعد انتهاء التدريب، وتضمنت الأسئلة استكشاف التغيرات في أساليب التربية، مستوى التوتر النفسي، والعلاقة مع الطفل.

أ. التغيرات في أساليب التربية :

أبلغت معظم الأمهات عن تقليل استخدام العقاب الجسدي والتوبيخ، والاعتماد بشكل أكبر على الحوار والتشجيع الإيجابي.

إحدى الأمهات قالت: "لم أكن أعتقد أن طفلي يمكن أن يستجيب لي بدون صراخ، لكن بعد التدريب، بدأت أستخدم أسلوب النقاش وألاحظ أنه أكثر هدوءًا وتعاونًا."

ب. التغيرات في الصحة النفسية للأمهات

عبّرت العديد من الأمهات عن تحسن نفسي واضح بعد تطبيق أساليب التربية الإيجابية، حيث أصبحن أكثر صبرًا وثقة في تعاملهن مع أطفالهن.

إحدى الأمهات صرّحت: "أشعر أنني أصبحت أكثر قدرة على التحكم في أعصابي وأقل توترًا، مما جعل علاقتي بطفلي أكثر دفئًا."

2. تحليل حصص الكتابة النفسية: تم تقسيم تحليل كتابات الأمهات إلى ثلاث مراحل:

أ. الكتابات قبل التدريب :

معظم الأمهات كتبن عن مشاعر الإحباط والضغط النفسي بسبب صعوبة التعامل مع أطفالهن.

تكررت عبارات مثل: "لا أستطيع التحكم في تصرفات طفلي"، "أشعر أنني أفقد أعصابي باستمرار."

ب. الكتابات أثناء التدريب

بدأت تظهر إشارات على التحول في الفهم والإدراك، حيث كتبت إحدى الأمهات: "بدأت أرى الأمور من منظور طفلي، وأصبحت أكثر وعيًا بتأثير كلماتي عليه."

ج. الكتابات بعد التدريب :

عبّرت معظم الأمهات عن تحسن كبير في علاقتهم بأطفالهن، وانخفاض مستويات التوتر لديهن.

إحدى الأمهات كتبت: "لم أعد أستخدم العقاب، وألاحظ أن طفلي أصبح أكثر استجابة لي بطريقة إيجابية."

ثالثًا: تفسير النتائج في ضوء النظريات النفسية والتربوية

1. نظرية التعلم الاجتماعي (باندورا، 1977)

تؤكد النتائج أن الأطفال يتعلمون من خلال تقليد سلوك والديهم، وهو ما يفسر تحسن سلوك الأطفال بعد أن تبنت الأمهات أساليب أكثر إيجابية.

2. نظرية التعلق العاطفي (بولبي، 1969)

تحسن العلاقة بين الأم والطفل بعد التدريب يؤكد صحة هذه النظرية، حيث أن الاستجابة العاطفية الدافئة من الأم تعزز من ثقة الطفل وسلوكياته الإيجابية.

3. نظرية التعزيز الإيجابي (سكينر، 1953)

تشير النتائج إلى أن استخدام المكافآت والتشجيع الإيجابي زاد من احتمالية تكرار السلوكيات الجيدة لدى الأطفال، مما يتماشى مع نظرية التعزيز الإيجابي.

رابعاً: تفسير النتائج في ضوء الدراسات السابقة

1. أوجه الاتفاق :

أكدت الدراسة أن التربية الإيجابية تقلل السلوكيات العدوانية عند الأطفال، وهو ما يتوافق مع نتائج (Nelsen 2006: 45).

تحسن الصحة النفسية للأمهات بعد التدريب، مما يدعم ما توصلت إليه (Coyne et al. 2010: 58).

2. أوجه الاختلاف:

العوامل الثقافية والاجتماعية أثرت على تطبيق التربية الإيجابية في هذه الدراسة، حيث واجهت بعض الأمهات مقاومة من أسرهن عند تغيير أساليبهن التربوية، وهو ما لم يتم التطرق إليه بوضوح في الدراسات الغربية.

استدامة التغيرات بعد التدريب كانت موضع تساؤل، حيث أظهرت بعض الأمهات صعوبة في الاستمرار بتطبيق التربية الإيجابية دون دعم مستمر.

الخاتمة

خلصت الدراسة إلى أن التربية الإيجابية ليست مجرد أسلوب تربوي، بل هي نهج شامل يؤثر بشكل مباشر على صحة الأم النفسية وسلوك الطفل. وقد أثبتت النتائج أن التدريب على التربية الإيجابية يساعد في تحسين مهارات الأمهات التربوية وتقليل مستويات التوتر والقلق لديهن. ومع ذلك، فإن استدامة هذه التغيرات تتطلب دعماً نفسياً مستمراً، وبيئة داعمة تشجع على تبني هذه الأساليب على المدى الطويل.

بناءً على هذه النتائج، يوصى بضرورة تعزيز برامج التدريب النفسي والتربوي للأمهات

قائمة المراجع :

1. علي، م. (2019) ، التربية الإيجابية في ضوء علم النفس الحديث. القاهرة: دار الفكر العربي.
2. الشناوي، أ. (2020). التحديات التربوية في الأسرة العربية. مركز دراسات الأسرة.
3. Bandura, A. (1977). Social learning theory. Prentice Hall.
4. Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
5. Bowlby, J. (1969). Attachment and loss: Vol. 1. Attachment. Basic Books.
6. Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
7. Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). Experimental and quasi-experimental designs for research. Houghton Mifflin.