

فاعلية العزف على آلة البيانو في تحسن بعض حالات اضطراب الصحة النفسية

دعاء عبد المحسن عبد القادر حسين

استاذ البيانو المساعد بقسم التربية الموسيقية - كلية التربية النوعية
- جامعة اسيوط



مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية

معرف البحث الرقمي DOI: 10.21608/JEDU.2023.240707.1946

المجلد التاسع العدد 48 . سبتمبر 2023

الترقيم الدولي

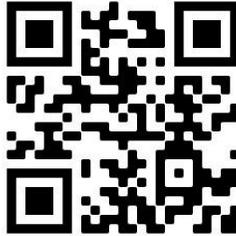
P-ISSN: 1687-3424

E- ISSN: 2735-3346

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري <https://jedu.journals.ekb.eg/>

موقع المجلة <http://jrfse.minia.edu.eg/Hom>

العنوان: كلية التربية النوعية . جامعة المنيا . جمهورية مصر العربية



ملخص البحث:

عرف العلاج بالموسيقى بأنه ذلك الأسلوب الذى يقوم على استخدام الموسيقى كوسيلة يتم عن طريقها تناول مشكلات الافراد الجسمية والانفعالية والمعرفية والاجتماعية لمختلف الاعمار، كما يعمل ايضا على تناول حاجتهم المختلفة في تلك المجالات ويعمل هذا الأسلوب العلاجي على تحسين جودة الحياة لجميع الافراد. ويهدف هذا البحث الى:

1. اعداد برنامج مقترح للعزف على آلة البيانو للمساعدة في تحسن بعض حالات اضطراب الصحة النفسية.
2. التحقق من فاعلية البرنامج المقترح للعزف على آلة البيانو في تحسن بعض حالات اضطراب الصحة النفسية إلى جانب علاج الطب النفسي.

وينقسم البحث الى :

➤ الإطار النظري ويشمل:

- الصحة النفسية (تعريفها- اهدافها- اسباب الاضطراب النفسي)
- العلاج بالموسيقى
- طريقة التدريس بالنموذج

➤ الإطار التطبيقي ويشمل:

الدراسة التجريبية التي تهدف إلى التحقق من مدى فاعلية البرنامج المقترح للعزف على آلة البيانو واثره على تحسن بعض حالات مرضى الصحة النفسية من خلال اجراءات البحث - تطبيق البرنامج المقترح - استراتيجيات التدريس- الاختبار القبلي / البعدي لأفراد العينة واختتمت البحث بالنتائج التي توصلت إليها الباحثة والتوصيات.

الكلمات الرئيسية:

فاعلية، العزف، البيانو، البرنامج

The effectiveness of playing the piano in improving some cases of mental health disorders

Summary Research:

Music therapy is defined as the therapeutic method that is based on the use of music as a means through which the physical, emotional, cognitive and social problems of individuals of all ages are addressed. It also works to address their different needs in these areas and this therapeutic method helps to improve the quality of life for all individuals.

This research aims to:

1. Preparing a suggested program for playing the piano may help improve some cases of mental health disorders
2. Verifying the effectiveness of the proposed piano playing program in improving some cases of patients with mental health disorders in addition to psychiatric treatment.

The search is divided into:

➤ The theoretical framework includes:

- Mental health (definition - goals - causes of disorder)
- Music therapy
- Model learning method

➤ The applied framework includes:

The experimental study that aims to verify the effectiveness of playing the piano and its impact on psychological health through the proposed program for playing the piano - teaching strategy - educational sessions - pre- and post-test for sample members, and the research concluded with results and recommendations.

Key words:

Efficacy , playing, piano, program

مقدمة:

يستهدف علم الصحة النفسية فئات المجتمع التي تعاني من اضطرابات نفسية، وعدم القدرة على التكيف مع الآخرين، فالشخص الذي يعاني من اضطراب في حالاته الصحية والسلوكية يواجه مشاكل عديدة لعل أبرزها الاجهاد والاكتئاب والقلق وقد يعاني من الحزن والادمان وقصور الانتباه، وفرط الحركة وصعوبات في التعلم واضطراب المزاج ، واضطرابات نفسية اخرى يمكن للمرشدين النفسيين والمعالجين ومدربي الحياه وعلماء النفس ومزاولي مهنة التمريض والاطباء ان يساعدوا في ادارة المخاوف النفسية والمخاوف الصحية السلوكية عن طريق معالجتها بطرق مثل جلسات العلاج او الاستشارة او المداومة الميدانية للصحة النفسية العالمية. (1)

كما عرف العلاج بالموسيقى بأنه ذلك الاسلوب الذي يقوم على استخدام الموسيقى كوسيلة يتم عن طريقها تناول مشكلات الافراد الجسمية والانفعالية والمعرفية والاجتماعية لمختلف الاعمار، كما يعمل ايضا على تناول حاجتهم المختلفة في تلك المجالات ويعمل هذا الاسلوب العلاجي على تحسين جودة الحياة لجميع الافراد. (2)

فالموسيقى تساعد على التحكم في الانفعالات المختلفة الى جانب تخفيف حدة التوتر والقلق، كما تعمل الموسيقى أيضا على تكوين اتجاهات ايجابية نحو الاعمال الفنية والمؤلفين الموسيقيين، الى جانب انها تسهم مساهمه جادة في العلاج الطبي والنفسي وفي تحسين سلوكيات الاطفال من الاضطرابات السلوكية. (3) الأمر الذي دعا الباحثة للتفكير في استخدام الموسيقى من خلال العزف على آلة البيانو للمساهمة في تحسن بعض حالات مرضى اضطراب الصحة النفسية بجانب علاج الطب النفسي.

(1) حامد زهران(1999): الصحة النفسية والعلاج النفسي ، الطبعة الاولى، عالم الكتب، القاهرة ، ص 423.

(2) سارة نجيب محمد (2018): برنامج مقترح لتحسين وظائف اليدين عند الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة عن طريق

العزف على آلة البيانو، رسالة دكتوراه، كلية التربية النوعية، جامعة القاهرة، ص73

(3) سحر سيد امين (2008): الموسيقى وذوي الاحتياجات الخاصة، مؤسسه حورس، طبعه واحد، الإسكندرية، ص

مشكلة البحث:

لاحظت الباحثة وجود حالات كثيرة من مرضى اضطراب الصحة النفسية الذي يعاني منه بعض أفراد المجتمع، وبعد الاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي أثبتت أن الموسيقى أداة قوية لتحسن بعض الحالات من الأشخاص الذين يعانون من بعض الاضطرابات النفسية والعصبية، رأَت الباحثة أن العزف على آلة البيانو قد يكون له الاثر في تحسن حالات بعض المرضى (عينة البحث).

أهداف البحث:

1. اعداد برنامج مقترح للعزف على آلة البيانو للمساعدة في تحسن بعض حالات اضطراب الصحة النفسية.
2. التحقق من فاعلية البرنامج المقترح للعزف على آلة البيانو في تحسن بعض حالات اضطراب الصحة النفسية إلى جانب علاج الطب النفسي.

أهمية البحث:

تفعيل البرنامج المقترح للمساعدة في الخدمات المجتمعية من خلال العزف على آلة البيانو، والمساهمة في تحسن بعض الحالات من مرضى اضطراب الصحة النفسية بجانب علاج الطب النفسي.

فروض البحث:

1. تفترض الباحثة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي/البعدي لبطاقة تقييم مستوى أفراد العينة التجريبية في العزف على آلة البيانو لصالح الاختبار البعدي.
2. تفترض الباحثة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة عينة البحث في القياسين القبلي/البعدي لمقياس الصحة النفسية (SCL-90) لصالح أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي.

حدود البحث:

- حدود مكانية:** عيادة دكتور أمراض نفسية وعصبية - بمحافظة أسيوط .
- حدود زمنية:** شهرين ونصف بواقع جلسة اسبوعيا عام (2021- 2022) .

إجراءات البحث:

منهج البحث:

يتبع هذا البحث المنهج التجريبي (دراسة حالة)

عينة البحث:

عينة منتقاه من مرضى اضطراب الصحة النفسية عددهم 10 اشخاص (5 مجموعة ضابطة)، و (5 مجموعة تجريبية) يتراوح اعمارهم بين 16: 22 عام.

أدوات البحث:

1. مقياس الصحة النفسية (SCL- 90) (The Symptom Checklist-90).(*)
2. بطاقة تقييم لقياس مستوى افراد العينة (التجريبية) في العزف على آلة البيانو.
3. المدونات الموسيقية المستخدمة داخل البرنامج المقترح.
4. آلة بيانو رقمي.

مصطلحات البحث:

فاعلية (Efficacy):

هي الأثر الايجابي الذي يحدثه البرنامج على أفراد العينة من خلال تحقيقه للأهداف التي وضعت مسبقاً⁽¹⁾.

البرنامج (Program):

هو المخطط العام الذي يوضح عمليتي التعليم والتدريب في مرحلة التعليم، ينظم من خلال هيئة تعليمية لها برنامج زمني محدد قد تكون شهرا أو ستة أشهر أو سنة وتكون مرتبة وتتماشى مع سنوات نموهم وحاجاتهم ومطالبهم الخاصة.⁽²⁾

(*) قام بوضع المقياس ليونارد. ديروجيتس، ليمان ، لينو كوفي. Derogatis, Ronald, S.Lipman and Linocovi تحت عنوان : **R-SCL- 90 Symptoms Check List**، يتكون المقياس من 90 عبارة تدرج تحت تسعة أبعاد وهي موزعة كالاتي: (الأعراض الجسمية - الوسواس القهري - الحساسية التفاعلية - الاكتئاب - القلق - العداوة - قلق الخواف - بارا نوبيا - الذهانية)، ثم قام أبو هين بتعريب المقياس، وتقنيته علي البيئة الفلسطينية، وذلك بحساب صدق المقياس (أبو هين، 1992).

(¹) حسن شحاتة و زينب النجار (2001): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، ط٢، الدار المصرية اللبنانية ، ص230.

(²) آمال أحمد مختار، عائشة صبري(1997): طرق تعليم الموسيقى، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ، ص48.

التدريب (الممارسة) Practice:

هو شرط من شروط التعلم ويعنى التكرار لأسلوب النشاط مع وجود عملية التعزيز والتوجيه.⁽¹⁾

طريقة التدريس Teaching Method:

الطريقة أو المنهاج التربوي الذى يتبعه المعلم، ويسير على خطاه في شرح المادة التي يقوم بتدريسها للوصول إلى أفضل النتائج.⁽²⁾

الدراسات السابقة المرتبطة بالبحث:

الدراسة الاولى بعنوان: **"Effects of Music in Day Stay Surgery Patient"**^(*)

"اثر الموسيقى على جراحات اليوم الواحد"

هدفت تلك الدراسة الى ملاحظة الاثر الطبي للعلاج بنوعين من الموسيقى لمرضى جراحة اليوم الواحد وهما الموسيقى الكلاسيكية، الموسيقى الشعبية، وأثر كلا منها على المريض وذلك في احدى مستشفيات انجلترا عام ١٩٨٨، وقد اتبعت الدراسة المنهج التجريبي ، وتوصلت نتائج هذه الدراسة الى تأثر المرضى الذين استمعوا الى الموسيقى الشعبية وخرجهم من المستشفى بعد مدة قصيرة، بينما المرضى الذين استمعوا الى الموسيقى الكلاسيكية زاد احساسهم بالاسترخاء وقل توترهم كثيرا عن الذين لم يستمعوا الى الموسيقى، وتتفق هذه الدراسة مع البحث الراهن في استخدام المنهج التجريبي و في ملاحظة الاثر الطبي للعلاج بالموسيقى لتحقيق افضل علاج ويختلف من حيث العينة والكيفية حيث ان البحث الراهن يتناول أداء الأطفال مرضى السكرى على آلة البيانو.

الدراسة الثانية بعنوان: "برنامج مقترح للعزف الثنائي لآلة البيانو (الاربع أيدي)

لتحسين التكيف الاجتماعي لدى الاطفال ذوى التوحد^(**)

(1) إبراهيم وجيه محمود (1990): التعلم أسسه ونظرياته وتطبيقاته، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ص 79.

(2) أحمد زكى صالح (1979): علم النفس التربوي، مكتبة النهضة المصرية، ط ١١، القاهرة، ص 84.

(*) Jean Sussane (1988): **Effects of Music in Day Stay Surgery Patient**, discussion abstracts international .

(**) سحر سيد أمين: رسالة دكتوراة، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان، 2002.

هدفت تلك الدراسة إلى تنمية بعض المهارات الموسيقية لدى الاطفال المتوحدين من خلال التدريب على الاداء الثنائي على آلة البيانو، وتحسين القدرة على المشاركة لدى هؤلاء الاطفال وتنمية بعض الجوانب الاجتماعية لديهم، واشتملت عينة البحث على مجموعة من الأطفال التوحديين وعددهم 4 اطفال، وقد اتبعت هذه الدراسة المنهج التجريبي، وتوصلت نتائج هذه الدراسة الى ان برنامج العزف الثنائي له فاعلية في تحسين التكيف الاجتماعي لدى الاطفال ذوى التوحد.

الدراسة الثالثة بعنوان: "برنامج مقترح لتنمية مهارات متلازمة داون Down Syndrome من خلال تعلم العزف على آلة البيانو"(*)

هدفت تلك الدراسة إلى تنمية المهارات لدى حالات متلازمة داون من خلال ادراجهم في برنامج لتعلم العزف على آلة البيانو، واشتملت عينة البحث على عينة عشوائية من 8 حالات، وقد اتبعت هذه الدراسة المنهج التجريبي ذو المجموعتين الضابطة والتجريبية، وتوصلت نتائج الدراسة الى أن البرنامج الذي أعدته الباحثتان قد ينمي مجموعة من المهارات التي تم اختيارها وذلك عن طريق تحقيق النتائج المستخلصة من الاختبار التحصيلي القبلي البعدي لكلا المجموعتين الضابطة والتجريبية.

الدراسة الرابعة بعنوان:

"Turn-Taking in Music Therapy with Children with Communication Disorders" (**)

دور العلاج بالموسيقى للأطفال الذين يعانون من اضطرابات التواصل هدفت تلك الدراسة إلى اثبات دور الموسيقى في تحسين المهارات اللفظية والمهارات الاجتماعية لدى الاطفال ذو اضطرابات التواصل ، وقد تم اختيار عينة طفل يبلغ من العمر سنتان ونصف اتبع الباحث منهج الوصفي (دراسة الحالة) ،توصلت

(*) نجوى أبو النصر- بدرية العبدلي: بحث منشور بمجلة علوم وفنون الموسيقى، المجلد الخامس عشر، كلية التربية الموسيقية، جامعة حلوان، يناير 2007.

(**) Ulla Holck :PhD, research article, Alborg University,2004

نتائج الدراسة الى وجود فروق إحصائية لصالح عينة البحث مما يدل على فاعلية الموسيقى في تحسين مهارات التواصل لدى حالة الطفل عينة البحث.

الدراسة الخامسة بعنوان :

Music as an Effective Form of Therapy in Parkinson's Disease^(*)

"الموسيقى كشكل فعال من أشكال العلاج لمرض باركنسون"

هدفت تلك الدراسة الى علاج التلعثم في الكلام وعلاج الاكتئاب لدى مريض الشلل الرعاش عن طريق الموسيقى، وقد اتبعت هذه الدراسة منهج دراسة الحالة، و توصلت نتائج الدراسة الى تقدم ملحوظ في طريقة الكلام كما ساعدت الموسيقى في علاج أعراض الاكتئاب لدى مريض الشلل الرعاش عن طريق الموسيقى.

تعليق عام على الدراسات السابقة:

تتفق جميع الدراسات السابقة مع البحث الراهن في تناول العلاج بالموسيقى وايضا في اتباع نفس المنهجية "المنهج التجريبي" واختلف البحث الراهن عن الدراسات السابقة في عينة البحث حيث اتخذت العينة لعشر أفراد من مرضى اضطراب الصحة النفسية.

اولا الإطار النظري:

• تعريف الصحة النفسية:

اختلف تعريف الصحة النفسية باختلاف المدرسة العلمية التي ينتمى لها صاحب التعريف وسوف نعرض بعض تعريفات الصحة النفسية
➤ تعريف علاء الدين كفاقي 1997 الصحة النفسية حاله من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد بأن يتقبل ذاته ويقبله المجتمع بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجه من الرضا والكفاية⁽¹⁾

(*)Jamie Herd(2018): Project Music as an Effective Form of Therapy in Parkinson's Disease. BA Honours Dissertation ,university of London, .

(1) علاء الدين كفاقي 1997: الصحة النفسية، دار هاجر، الطبعة الرابعة، القاهرة، ص.8.

➤ **تعريف بطرس حافظ 2008** فيرى انها حاله التكيف والتوافق والانتصار على الظروف والمواقف يعيشها الشخص في سلام حقيقي مع نفسه وبيئته والعالم من حوله.⁽²⁾

➤ **تعريف احمد عكاشه 2010** الصحة النفسية هي القدرة على التآرجح بين الشك واليقين لان هذا التآرجح يمنح الانسان المرونة فلا يتطرف الى حد الخطأ ولا يتذبذب الى حد الاحجام عن اتخاذ اي قرار فالتآرجح يوفر للفرض المعادلة والقوه اللازمة للانطلاق والخلق والتمتع والتكيف.⁽¹⁾

• **أهداف الصحة النفسية:**

1. تهدف الصحة النفسية الى فهم الانسان لنفسه ومشاعره وميوله والازمات التي تعترضه والامراض النفسية التي قد تصيبه.
2. تبصيره بطرق العلاج وترويض النفس.
3. تساعد في فهم نفوس المجتمع الذي يحيط به وما يختلجهم من مشاعر او ازمات نفسيه .
4. تحقيق التوافق لدى الشخص النفسي والاجتماعي والشعور بالسعادة مع النفس ومع الاخرين.
5. تحقيق الذات لدى الافراد واستغلال قدراتهم بالأسلوب الافضل.
6. تدريبهم على مواجهه الحياه ومصاعبها ومشاكلها.
7. الاخذ بيد الانسان للوصول الى التكامل النفسي اي الشعور بالاطمئنان.⁽²⁾

• **الأسباب التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية ومن أهمها:**

1. العوامل الوراثية: تلعب العوامل الوراثية دورًا هامًا في بعض الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب واضطرابات القلق والهلع.

⁽²⁾بطرس حافظ (2008) التكيف والصحة النفسية للطفل، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ص3.

⁽¹⁾ احمد عكاشه (2010) الطب النفسي المعاصر، الطباعة الاولى، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ص10.

⁽²⁾Cohen, J. (2000): **Stress and mental health: A bio behavioral perspective**, Issues in Mental Health Nursing, 21(2),p 185-202

2. الضغوط النفسية: وهى التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية مثل القلق والتوتر والاكتئاب، الضغط العائلي، العلاقات العاطفية المتأرجحة، الضغوط المهنية أو الاجتماعية والمدرسية.

3. الأحداث الصادمة: تشمل الحوادث والكوارث الطبيعية أو الإنسانية، كما تُعد الأحداث المهمة مثل الوفاة أو الانفصال عن شخص له دور كبير في الحياة (مثل الشريك أو الأم أو الأب).

4. الظروف الطبية: يتعرض الكثيرون للاضطرابات النفسية بسبب الأمراض الطبية، مثل مرض الذئبة الحمراء، النقرس، الهريس النطقي العيني^(*)، وغيرها من الأمراض.

5. الاضطرابات الهرمونية: تؤثر الاضطرابات الهرمونية بشكل مباشر على النظام العصبي، مما يزيد الاحتمالية التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية، وتشمل الاضطرابات الهرمونية المختلفة المتعلقة بالغدة الدرقية، والتي تؤثر على وظائف الجسم والعقل.⁽¹⁾

• امثلة لبعض اضطرابات الصحة النفسية:

- اضطرابات القلق: مثل الهلع والقلق العام واضطراب القلق النوعي واضطراب الوسواس القهري.
- الاكتئاب: الاكتئاب المالي والاضطراب الثنائي القطب و اضطراب الاكتئاب النفسي والمزاج المنخفض.
- الأمراض النفسية الناجمة عن التعرض لصدمة (PTSD): الصدمة النفسية واضطراب ما بعد الصدمة.
- اضطرابات الشخصية: الاكتئاب الشديد والذاتية المعادية و الشخصيات المتعددة.
- اضطرابات الطفولة والمراهقة: اضطرابات السلوك وفرط النشاط واضطرابات تعلم الكلام واضطرابات نطق الكلمات والعقدة الناجمة عن الانفصال المسيء.

^(*)الهريس النطاقي: هو عدوى فيروسية تسبب طفحًا جلدًا مؤلمًا، يمكن أن يصيب أي مكان من الجسم.

⁽¹⁾جيهان علي السيد سويد (2020): الصحة النفسية ومخاطر الاضطرابات النفسية لدى البالغين وكبار السن في ظل

انتشار جائحه فيروس كورونا ،ورقه عمل،JBET، مجلد 9،ص7

وهذه عينة صغيرة من الاضطرابات النفسية المشهورة، ولكن هناك العديد من الاضطرابات النفسية الأخرى مثل الفصام واضطراب العصبية والجانبية العدوانية، وغيرها الكثير.⁽²⁾

• الفرق بين الاضطراب النفسي والمرض النفسي:

➤ **الاضطراب النفسي:** هو حدوث خلل في الوظائف المتعلقة بشخصيه الانسان بسبب تداخل الظروف الخارجية مع الظروف الداخلية وشعور الشخص باليأس وزيادة رغبته في الانتحار لان ليس لديه هدف في الحياه يعيش من اجله فان هذا يعد مرضا نفسيا.

➤ **اما المرض النفسي:** فهو خلل عقلي يشخصه اخصائي الصحة النفسية سواء كان طبيبا ام غيره من خلال تشويش تفكير المريض ومعرفة مزاجه وزيادة شعوره بالألم او الموت او العجز ومعرفة رده فعله التي غالبا ما تكون اكثر حده من الاستجابة المتوقعة، والامراض النفسية فلها درجات ومستويات تتراوح بين الخفيف والمتوسط الذي لا يشكل تهديدا للحياة، والمزمن الذي يهدد حياه المريض اذا لم يتم التدخل الطبي العاجل.

• انواع العلاج:

1. العلاج السلوكي المعرفي (Cognitive Behavioral Therapy – CBT):

يركز على تغيير الأفكار والسلوكيات السلبية وتطوير مهارات التعامل مع المشاعر والتفكير الإيجابي.

2. العلاج الديناميكي: يركز على فهم العواطف الغير معبرة والعلاقات الحالية والسابقة ويعمل على تعزيز التغيير الشخصي وتقبل الذات.

3. العلاج العائلي: يركز على العلاقات الأسرية وتأثيرها على الصحة النفسية ويعمل على تعزيز التواصل وحل المشاكل العائلية.

4. العلاج الجماعي: يركز على العلاقات الاجتماعية وتأثيرها على الصحة النفسية ويعمل على تعزيز التواصل وتطوير مهارات التعامل الاجتماعي.

⁽²⁾Oreilly, Waletynowicz(1981):**Etiological Factors in Cerebral Palsy**, An historical Review, Dev Med Child Neurol, p534.

5. العلاج السيكو ديناميكي: يركز على تحليل وفهم العواطف والأحاسيس اللاواعية وتأثيرها على السلوك والتفكير⁽¹⁾.

العلاج بالموسيقى:

أساليب العلاج بالموسيقى Music Therapy Methods:

➤ العلاج بالتأمل والاستماع للموسيقى :

قبل تشغيل الموسيقى للمرضى يتم اعطائهم سيره ذاتيه للملحن وتفاصيل اخرى حول الموسيقى، قد يتم بشكل فردي او في مجموعه، وهي تعمل على تحسين الحالة النفسية للمرضى.⁽¹⁾

➤ العلاج بالخلفية الموسيقية:

معظمها موسيقي هادئة تسمع في ساعات محددة في العيادات والمستشفيات خاصة النفسية حيث يساعد ذلك المرضى في جلسات العلاج

➤ العلاج بالعزف الموسيقي:

هو العزف على الآلات الموسيقية من اجل تحسين الحالة النفسية، يتم اختيار الآلات الموسيقية المناسبة بهدف علاجي من اجل تحسين وظائف اليدين وقوة التركيز والاستيعاب ، وتكنيك الاصابع، وتنسيق التأزر الحركي للأطراف، والانشغال عن أي ضغوط نفسية.⁽²⁾

➤ العلاج بالأداء الغنائي:

تقنيه تستخدم لإعادة تأهيل المصابين باضطراب الصوت والنطق وذلك من خلال تدريبات الغناء والتنفس وغيرها من تمارين التحكم الصوتية .

⁽¹⁾ اجلال محمد يسرى (2000):علم النفس العلاجي، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة، ص161: 165

⁽¹⁾Dr.Ulas, M.Camsari(2009):**Music Therapy in Psychiatry, Department of Psychiatry, Cleveland Clinic**, p22

⁽²⁾Brianna Cowen(2014):**Neurologic Music Therapy Techniques, A Systematic Review of Current ,Research, Master of Music thesis, Statte University, New York**, p24.

➤ العلاج بالتعبير الحركي الموسيقي:

الموسيقى تنظم الحركات الإيقاعية مثل السير ، كما ان الموسيقى خاصه الايقاع تعمل على تحسين الكفاءة العصبية العضلية لدى الاشخاص الذين يعانون من اضطرابات عصبية او لتعزيز التطور الحركي عند الاطفال.

➤ العلاج بالموسيقى مندمجا:

يتم فيه استخدام المقطوعات الموسيقية التي تناسب المريض وتعزز النتيجة العلاجية، وغالبا ما تكون هذه الموسيقى مصحوبه بالتنويم المغناطيسي الذي يحسن النتيجة العلاجية، ويستخدم هذا النوع من العلاج بالموسيقى مندمجا مع علاجات اخرى مثل العلاج النفسي وعلاج السكتة الدماغية.⁽¹⁾

وفي ضوء التعرف على اساليب العلاج بالموسيقى السابقة فان الاستخدام المنظم لها من شأنه إحداث تغييرات سلوكيه ايجابية في سلوك الافراد ويتم ذلك من خلال جلسات يتم التخطيط لها في ضوء حاجات وقدرات كل فرد حيث تتضمن الجلسات العلاجية المقدمة للأفراد اشكال مختلفة من الأنشطة منها الغناء، العزف على الآلات الموسيقية، الحركة مع الموسيقى، والاستماع للموسيقى وغيرها.

• طريقة التدريس بالنموذج:

يعرف باللغة الإنجليزية Teaching Model وهو أحد أنواع أدوات التدريس المساندة، والتي تقدم ملخصاً عن طريقة التدريس، والوسائل التي تساهم في مساعدة المعلم على تطبيقها.

ويضيف أستاذ علم النفس "عادل عز الدين الأشول" أن التعلم بالنموذج أسلوب تعليمي يقوم من خلاله المعلم بأداء سلوك مرغوب فيه ثم يشجع التلميذ على محاولة أداء السلوك بنفسه متخذاً من السلوك الذي قام به المعلم مثالا يحتذى به.⁽²⁾

أهمية طريقة التدريس بالنموذج:

1. تعمل على إنشاء بيئة تدريسية نموذجية تحتوى على كافة العناصر التي تساهم في تطوير التدريس.

⁽¹⁾Julie Guy, Angella Neve: **Music Therapy & Special Needs**, <http://www.themusictherapy.com>

⁽²⁾ عادل عز الدين الأشول(1987): موسوعة التربية الخاصة، الأنجلو المصرية، القاهرة، ص608.

2. تساعد على زيادة قدرة المعلمين على فهم الوظائف والمهام المطلوبة منهم بشكل محدد وضمن بيئة تدريس معينة.
 3. تعمل على الاستفادة من كافة المحتويات المؤثرة في نظام التعليم.
 4. تقدم الدعم للمعلمين في اختيار نموذج التدريس المناسب للبدء بتطبيقه ضمن المادة الدراسية.
 5. ترفع من مهارة المعلم نفسه في حالة لجوءه لابتكار النموذج.⁽³⁾
- الشروط الواجب توافرها في التدريس بالنموذج:**

1. سلوك النموذج يجب أن يكون مناسباً لمستوى النمو أو مستوى قدرة المتعلم، فإذا كان سلوك النموذج معقداً جداً ربما لا يقدر المتعلم على التعلم منه.
 2. المتعلم يجب عليه الانتباه للنموذج لكي يتعلم السلوك المنمذج، فغالبا ما يجذب المدرس انتباه المتعلم للأوجه الهامة في سلوك النموذج عند نمذجة المهارات مثل (الحزم) يركز انتباه المتعلم كأن يقول النموذج الآن شاهد كيف أقوم بالاتصال بالعين واستخدام نغمة حازمة من الصوت.
 3. السلوك المنمذج يجب أن يكرر حسب الضرورة للمتعلم ليقفده بصورة صحيحة.
 4. المحاكاة الصحيحة للنموذج يجب أن تعزز مباشرة.⁽¹⁾
- الخطوات الثابتة والمتكررة الواجب تطبيقها لتدريس كل نموذج:**
1. يبدأ المعلم بعزف النموذج بشكله المستهدف أمام الدارس عدة مرات لتحفيزه ولعرض النموذج في صورته النهائية.
 2. يقوم المعلم بإعادة عزف النموذج بشكل بطيء حتى يمكن للدارس متابعة خطوات العزف.
 3. يبدأ المعلم في شرح مقطع محدد من النموذج بشكل تفصيلي بأداء كل يد على حدة، مع شرح لأهمية التزام الدارس بتزقيم الأصابع المدون حيث يؤدي دائما لأداء سهل ومتربط.
 4. يطلب المعلم من الدارس أن يقوم بإعادة عزف المقطع باليد اليمنى، مع تصحيح الأخطاء التي قد يقع فيها الدارس.

⁽³⁾Martin, G. & Pear(1996): **Behavior Modification "what it is and How to do it"**,5th Edition, New Jersey, prentice Hall, Upper Saddle River, p(205-208).

⁽¹⁾Martin, G. & Pear,(1996): **Behavior Modification "what it is and How to do it"**,5th Edition, New Jersey, prentice Hall, Upper Saddle River,p222

5. يجب أن يتأكد المعلم أن الدارس قد تمكن من عزف المقطع المستهدف بشكل صحيح وقام بتكرار ذلك عدة مرات قبل الانتقال للمقطع التالي، وحتى يتمكن الدارس من عزف النموذج كاملاً باليد اليمنى.
6. يقوم المعلم بعرض أداء اليد اليسرى بشكل تفصيلي وتكرار ذلك لعدة مرات أمام الدارس، ثم يطلب من الدارس إعادة عزف نفس المقطع المحدد.
7. لا ينتقل المعلم والدارس إلى المقطع التالي إلا بعد أن يتأكد من اجادة الدارس لعزف المقطع المستهدف.
8. بعد التأكد من اجادة الدارس لعزف كل مقاطع النموذج باليد اليمنى، والانتقال للتأكد من اجادة عزف كل مقاطع النموذج باليد اليسرى، يراعى التأكد من صحة أداء ترقيم الأصابع، كما يراعى تسلسل عزف كافة المقاطع بشكل انسيابي دون توقف في كل يد على حدة، يبدأ الدارس في عزف النموذج بكلتا اليدين، مع تقديم المساعدة الفورية للدارس في حال الحاجة إلى ذلك.
9. بعد الانتهاء من عزف النموذج بشكل صحيح، من الضروري أن يقوم الدارس بتكرار عزف النموذج أمام المعلم حتى تمام التأكد من الاستيعاب الكامل لأداء النموذج.

ثانياً الاطار التطبيقي:

تهدف الدراسة التجريبية إلى التحقق من مدى فاعلية البرنامج المقترح للعزف على البيانو واثره على تحسن بعض حالات مرضى الصحة النفسية.

منهج البحث:

يتبع هذا البحث المنهج التجريبي الذي يعتمد على استخدام اسلوب القياس القبلي والبعدي كل على حده.⁽¹⁾ ومنهج دراسة الحالة هو المنهج الذى يركز على دراسة وفهم وتحليل كافة الجوانب التي تتعلق بالتعرف على الظواهر والحالات الفردية وتعميم النتائج على الحالات المشابهة.⁽²⁾

أدوات إجراء التجربة:

(1) آمال صادق فؤاد ابو حطب (1992): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، مكتبة الانجلو المصرية، ص40.

(2) عبد الرحمن بدوي(1977): مناهج البحث العلمي، الطبعة الثالثة، وكالة المطبوعات، الكويت، ص16 .

1. اختبار لقياس مستوى افراد العينة (التجريبية) في العزف على آلة البيانو (قبلي/بعدي).
2. درجات مقياس الصحة النفسية (The Symptom) (SCL- 90 Checklist-90 (قبلي/ بعدي) لجميع أفراد العينة(التجريبية والضابطة).
3. آلة بيانو رقمي.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث من داخل العيادة النفسية لدكتور أمراض عصبية ونفسية بكلية الطب البشري-جامعة اسيوط وذلك لاختيار العينة المناسبة للبحث وقوامها 10 افراد من مرضى الصحة النفسية 5 مجموعة تجريبية و5 مجموعة ضابطة، وقد اتفقت الصفات بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في العمر والحالة والصفات.

استراتيجية تدريس البرنامج:

جاءت استراتيجية تدريس البرنامج قائمة على جلسات تعليمية على النحو التالي:

• طريقة التدريس :

- رأت الباحثة اتباع طريقة التدريس بالنموذج لمحاولة تحقيق نتائج سريعة تحقق أهداف بسيطة وتطبيقية قد تمكن من المساعدة على تعلم العزف على آلة البيانو بشكل سريع.
- قامت الباحثة بتجهيز وإعداد نماذج عزفية قابله للتدريس بشكل مبسط بحيث يتوافر بها الخواص التالية :

 1. يكون النموذج بسيطاً ويتسم بطابع المرح كعنصر جذب فعال.
 2. يكون النموذج قصير لكي يسمح باستيعابه قبل نفاذ تركيز الدارس.
 3. يتصف النموذج بوضوح الفكرة سواء كانت إيقاعية أو لحنية.
 4. يتصف النموذج بالبساطة التي تسمح بسهولة العزف وقابلية الحفظ.
 5. يسمح النطاق الصوتي للنموذج بتقارب اليدين أثناء العزف بحيث يسهل مراقبة كلتا اليدين بسهولة.
 6. تتقاسم اليدين العزف في بعض النماذج لتخفيض مستوى الصعوبة.
 7. تعتمد النماذج بقدر الإمكان على مهارة تقنية غير مركبة.

استعانة الباحثة بالبيانو الرقمي كجزء من البرنامج المقترح لما يتميز به من قابلية للنقل بسهولة في أي مكان، بحيث يتم عمل الجلسات داخل العيادة او خارجها.

• نوع الجلسات :

- جلسة مجمعة: يتم فيها التعارف وقياس مستوى افراد العينة (التجريبية) في العزف على آلة البيانو (قبلي/ بعدي) وتطبيق مقياس الصحة النفسية (SCL-90-The Symptom Checklist) (قبلي/ بعدي) للمجموعتين.
- جلسات تطبيقية فردية: لكل فرد من افراد المجموعة التجريبية على آلة البيانو، يتم فيها تعلم العزف على آلة البيانو وتذليل الصعوبات التي تواجه افراد العينة أثناء التعلم.

• الاختبار القبلي:

➤ اختبار لقياس مستوى افراد العينة (التجريبية) في العزف على آلة البيانو (قبلي/ بعدي)
قامت الباحثة بإجراء اختبار قبلي على طلاب العينة التجريبية وقوامها 5 افراد واتبعت الخطوات الآتية:

- توزيع المدونات الموسيقية لبعض النماذج البسيطة المقرر دراستها اثناء الجلسات.
- قامت الباحثة بتخصيص آلة بيانو رقمي لكي يتمكن كل فرد من التعرف على مكونات المدونة الموسيقية بمجهوده الذاتي وخصص له 30 دقيقة لإنجاز ذلك.
- بعد انتهاء المدة الزمنية تم تقييم الأداء واعتبرت تلك النتيجة اختباراً قبلياً لأفراد العينة.
- كان تقييم المستوى الأدائي وفق استمارة بطاقة التقييم التالية:

بطاقة تقييم مستوى افراد العينة في العزف على آلة البيانو الاختبار القبلي/ بعدي

العمر:

الاسم:

الدرجة العظمى للتقييم: 50 درجة

درجات المحكمين					بنود الاختبار
ممتاز 5	جيد جداً 4	جيد 3	مقبول 2	ضعيف 1	
					1. معرفة الجلسة الصحيحة

درجات المحكمين					بنود الاختبار
ضعيف 1	مقبول 2	جيد 3	جيد جداً 4	ممتاز 5	
					2. معرفة الوضع الصحيح لليدين
					3. أداء النماذج الإيقاعية بدقة
					4. أداء نغمات النموذج بدقة
					5. اختيار ترقيم الأصابع المناسب
					6. الأداء في الطبقات الصوتية الصحيحة
					7. أداء أساليب العزف (المتصل والمنقطع)
					8. أداء التلوين الصوتي بدقة
					9. أداء النموذج كوحدة واحدة وبدون توقف
					10. أداء النموذج بالسرعة المناسبة

شكل رقم(1) يوضح بطاقة تقييم مستوى أفراد العينة في العزف على آلة البيانو الاختبار القبلي/ بعدى

بناء على بطاقة تقييم الاختبار القبلي السابق إيضاحها انحصرت درجات تقييم أفراد العينة في الاختبار القبلي ما بين 12: 15 درجة مما أكد على عدم تمكن أفراد العينة التجريبية من العزف على آلة البيانو.

• القياس القبلي لمقياس الصحة النفسية:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على جميع أفراد العينة بمساعدة الدكتور النفسي وجاء المقياس كما في ملحق رقم (1)، وجاءت نتيجة درجات القياس للمجموعتين موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم(1) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المجموعتين الضابطة

90 - R SCL - والتجريبية في القياس القبلي لمقياس الصحة النفسية المعدل

(ن = 5)

الأبعاد	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأعراض الجسدية	ضابطة	25.60	5.70
	تجريبية	24.20	5.11
الوسواس القهري	ضابطة	32.40	6.13
	تجريبية	26.20	5.77
الحساسية التفاعلية	ضابطة	27.00	5.52
	تجريبية	28.00	5.64
الاكتئاب	ضابطة	33.00	6.51

7.40	34.80	تجريبية	القلق
4.17	22.20	ضابطة	
5.00	25.60	تجريبية	العداوة
6.04	15.00	ضابطة	
5.59	14.20	تجريبية	قلق الخواف
6.91	18.40	ضابطة	
6.30	18.20	تجريبية	بارا نوبيا
2.67	19.00	ضابطة	
2.45	18.00	تجريبية	الذهانية
2.47	14.60	ضابطة	
2.03	14.20	تجريبية	الدرجة الكلية للمقياس
15.82	245.20	ضابطة	
15.30	240.40	تجريبية	

الجلسات التطبيقية:

الجلسة الأولى

زمن الجلسة: 60 دقيقة.

نوع الجلسة: جلسة مجمعة

موضوع الجلسة: جلسة تعارف.

أهداف الجلسة:

1- التعرف على بيانات العينة والصفات الشخصية لهم وتحديد ميولهم واهتماماتهم.

2- التعرف على مكونات آلة البيانو وكيفية اصدار الصوت.

إجراءات الجلسة:

➤ قامت الباحثة بالتعرف على بيانات أفراد المجموعة التجريبية وصفاتهم الشخصية

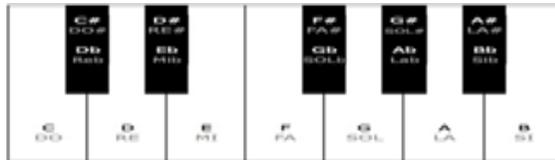
ومعرفة ميولهم واهتماماتهم وذلك لتحقيق الألفة بينهم ولاحظت الآتي:

- الحالة (1):** ذكر 16 عام لديه أفكار سلبية تحيط به من جميع الاتجاهات وذلك بسبب المحيط الاجتماعي الخارجي له من بعض الأشخاص.
- الحالة (2):** انثى 21 عام انطوائية ولا تتعامل مع أحد من الأشخاص سوى أسرته، عدم الثقة بالنفس.
- الحالة (3):** انثى 20 عام لديها أفكار سلبية محبطة تشير أنها السبب في أي شيء خطأ يحدث لأي شخص.
- الحالة (4):** انثى 22 عام انطوائية، عصبية، عنيدة.
- الحالة (5):** ذكر 18 عام يعاني من عدم الثقة بالنفس، يشعر دائماً أنه أقل الموجودين.
- التعرف على مكونات آلة البيانو وميكانيك الآلة من حيث أنها آلة وترية ذات مفاتيح يتم اصدار الصوت فيها من خلال المفاتيح التي تطرق على الأوتار المعدنية كما هو موضح في الشكل رقم (1).



شكل رقم (2) يوضح شكل آلة البيانو

لوحة المفاتيح مكونة من مفاتيح بيضاء ومفاتيح سوداء وكل مفتاح له بعده الصوتي والشكل التالي يوضح ذلك



شكل رقم (3) يوضح نموذج لوحة المفاتيح

- غناء سلم دو للتعرف على اسماء النغمات .

- كلمة Piano هي كلمة ايطالية وتعني لين ورقيق.

تقييم الجلسة:

- الحالة (1): مرن في التعامل، ويستمتع جيدا لما تم شرحه، قام بغناء السلم.
- الحالة (2) انتابتها حالة من التوتر في البداية ثم تفاعلت مع الشرح وغنت سلم دوك.
- الحالة (3): تتصف ببطء الفهم، لذا حاولت الباحثة الاهتمام بها وتكرار المعلومة بأكثر من طريقة حتى يتم استيعابها.
- الحالة (4): تستمتع جيدا لما تم شرحه، وحفظت نغمات السلم بسهولة، ولديها طموح في أن تصبح عازفة.
- الحالة (5): هادئ وخجول جدا، حاول أن يندمج وحاول حفظ نغمات السلم لكنه واجه مشكلة في التعرف على اسماء النغمات.

الجلسة الثانية

زمن الجلسة: 45 دقيقة. نوع الجلسة: جلسة فردية لكل حالة.

موضوع الجلسة: التعرف على البيانو.

أهداف الجلسة:

1- التعرف على الجلسة الصحيحة لآلة البيانو.

2- التعرف على ترقيم أصابع اليد وكيفية وضعها على لوحة المفاتيح.

إجراءات الجلسة:

في البداية قامت الباحثة بالمراجعة على ما تم أخذه في الجلسة السابقة ثم قامت بشرح ما يلي:

➤ **الجلسة الصحيحة على آلة البيانو** قامت الباحثة بتدريب أفراد العينة على طريقة

الجلوس على آلة البيانو وهي كالتالي:

- يجلس الطالب علي المقعد الخاص بآلة البيانو علي النصف الامامي من المقعد مع الالتزام باستقامة الظهر وملاحظة فرد الذراعين حتى تصل قبضة اليد على لوحة المفاتيح.
- يجب ان يكون مقعد البيانو غير متحرك ويكون الجسم في وضع ثابت أثناء العزف.

- ألا يرتكز الجسم على الحافة الخلفية للمقعد لان ذلك يجعل ثقل الجسم على الاقدام فيعوق الحركة، ولا يجب ان يرتكز على حافة المقعد الامامية لان ذلك يجعل ارتكاز الجسم على الايدي وهذا يعوق سهولة حركة اليد اثناء العزف.
- عند اختيار علو المقعد يجب أن يكون الوضع مناسب لكي يسهل العزف بشرط ان يكون الساعد في وضع مواز لسطح المفاتيح أو يعلوه قليلاً مع الإحساس بحرية الحركة.
- المسافة بين الكرسي والبيانو هي مسافة نسبية لا تتوقف على الجزء الأعلى من الذراع فقط بل على مدي طول الساعد أيضاً، حسب الفروق الفردية العضوية لكل شخص. والشكل التالي يوضح ذلك

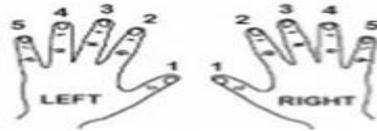


شكل رقم (4) يوضح طريقة الجلسة الصحيحة للعزف على آلة البيانو

➤ ترقيم أصابع اليد وكيفية وضعها على لوحة المفاتيح:

قامت الباحثة بترقيم اصابع اليد وتوضيحها كما بالشكل رقم (5) وكيفية وضعها كما

بالشكل (6)



شكل رقم (5) يوضح ترقيم أصابع اليدين اليمنى واليسرى



شكل رقم (6) يوضح الشكل الصحيح لليد على آلة البيانو

أولاً : إصدار الصوت بأصابع اليد اليمنى:

- اجعل أصابع اليد في حالة استدارة كاملة وغير ملاصقة لبعضها على لوحة مفاتيح البيانو.
- يراعى أن تكون قوة ضغط النغمة مناسب لا تميل إلى الخفوت أو الشدة في بداية التدريب.
- تدريب كل اصبع من اصابع اليد على عزف خمس نغمات صعوداً باليد اليمنى.
- تقوم الباحثة بالعزف امام كل حالة على حده وتقوم الحالة بتكرار ما تم عزفه .



شكل رقم (7) يوضح تمرين مقترح لتدريب اليد اليمنى للعزف على آلة البيانو

ثانياً: إصدار الصوت بأصابع اليد اليسرى:

كرر ما حدث في اليد اليمنى وطبقه على اليد اليسرى كما هو موضح في الشكل التالي



شكل رقم (8) يوضح تمرين مقترح لتدريب اليد اليسرى للعزف على آلة البيانو

ارشادات الأداء في الجلسة:

- 1- تعديل كيفية الجلوس على آلة البيانو للوصول إلى الجلسة الصحيحة في النهاية.
- 2- تحريك أصابع اليدين اليمنى واليسرى على لوحة مفاتيح آلة البيانو بطريقة صحيحة مع ذكر أرقام الأصابع المستخدمة.

تقييم الجلسة:

الحالة (1): استطاع الجلوس بالطريقة الصحيحة، لكنه واجه مشكلة في العزف باليدين للخمس نغمات من أول مرة، كان يشعر بالقلق وعندما تدرّب عليها اتقن أدائها.

الحالة (2): استطاعت الجلوس بالطريقة الصحيحة، لكنها كانت في البداية متوترة، واستطاعت التدريب على عزف الخمس نغمات من دو إلى صول باليدين، لكنها واجهت صعوبة في أداء اليدين معا في البداية.

الحالة (3): استطاعت الجلوس بالطريقة الصحيحة، لكنها واجهت مشكلة في عزف الخمس نغمات من دو إلى صول باليدين معا في البداية، وبعد التكرار استطاعت أن تؤدي باليدين.

الحالة (4): استطاعت الجلوس بالطريقة الصحيحة، واستطاعت عزف الخمس نغمات من دو إلى صول باليدين معا ولكنها كانت أثناء الجلسة عنيدة وعصية.

الحالة (5): استطاع الجلوس بالطريقة الصحيحة، واستطاع عزف الخمس نغمات من دو إلى صول باليدين، لكنه قلق ويجد صعوبة في أداء اليدين معا في البداية .

الجلسة الثالثة

زمن الجلسة: 45 دقيقة. موضوع الجلسة: أداء بعض التمارين من كتاب جون طومسون (*).

أهداف الجلسة:

التدريب على أداء بعض التمارين البسيطة باليدين معا.

إجراءات الجلسة:

➤ قامت الباحثة بمراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة ثم قامت بالاستعانة بكتاب جون طومسون لتدريب أفراد العينة على كيفية الأداء على آلة البيانو باليدين.

➤ قامت الباحثة بتدريبهم على وضع اليد بطريقة صحيحة لإداء التمارين.

➤ وضحت الباحثة وضع اليدين معا مشتركين في نغمة دو الوسطى في منتصف

البيانو وتكون على الخط الاضافي بين مفتاحي صول وفا وتعزف بالأصبع رقم 1

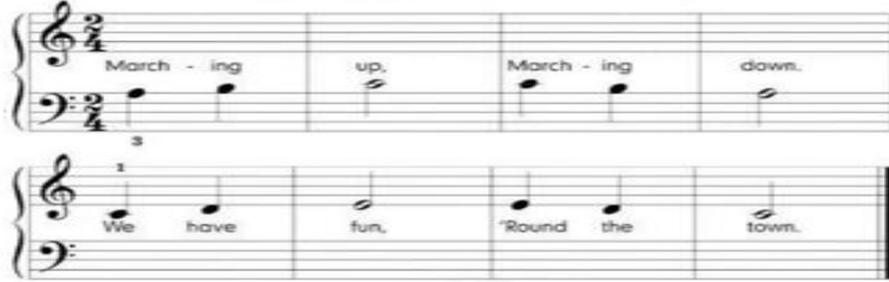
كما هو موضح في الشكل التالي.

(*) جون طومسون John Thompson :عازف بيانو ومعلم أمريكي ولد عام 1889.

March of the Gnomes



شكل رقم (9) يوضح اداء تمرين لليد اليمنى واليسرى من الكتاب الاول لجون طومسون



شكل رقم (10) يوضح تمرين اخر من الكتاب الاول لجون طومسون.

ارشادات الأداء في الجلسة:

1. وضع اليدين بالطريقة الصحيحة وأن يكونا مشتركين بالأصبع الاول على نغمة دو الوسطى والعزف باليدين معا .
2. الالتزام بتقويم أصابع اليدين.
3. تقسيم التمرين الى جزئيين يتم تكرار الجزء الاول عدة مرات حتى تمام الحفظ يليه الجزء الثاني.
4. يتم الجمع بين الجزئيين وعزف التمرين بصورته الكاملة.

تقييم الجلسة:

- كان الاداء في هذه الجلسة أفضل من الجلسة السابقة لدى جميع أفراد العينة.
- الحالة (1):** استطاع أداء التمارين على البيانو ولكن شكل اليدين يحتاج لتدريب اكثر، بدأ يقل شعوره بالقلق وتزيد ثقته بالآخرين.
- الحالة (2):** استطاعت أداء التمارين على البيانو ولكن اليدين كانت ترفع بشكل ملحوظ ولكنها كانت سعيدة خلال الجلسة.

- الحالة(3):** استطاعت أداء التمارين على البيانو ولكن اللحن كان يؤدي بزمن منقطع و بعد التكرار تحسن الاداء وبدأت ثقتها بنفسها تزيد.
- الحالة(4):** استطاعت أداء التمارين على البيانو ولكن أصابع اليدين كانت ترفع بشكل ملحوظ وبدأت تستمع إلى الارشادات وتنفيذها.
- الحالة(5):** استطاع اداء التمارين على البيانو بالشكل المطلوب وزادت ثقته بنفسه.

الجلسة الخامسة

زمن الجلسة: 45 دقيقة. موضوع الجلسة: اداء نموذج (إيقاع الزفة) من اقتراح الباحثة.

أهداف الجلسة:

- تكامل العزف بين اليدين لمحاكاة إيقاع الزفة من خلال النموذج المقترح.
- #### اجراءات الجلسة:

- مراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة، ثم قامت الباحثة بعزف النموذج كامل امام افراد العينة، وتم تقسيم النموذج على جزئيين وعزفه اكثر من مرة امام كل فرد من افراد العينة.
- قامت الباحثة بتدريب افراد العينة على اداء النموذج باليدين اليمنى واليسرى.

كما هو موضح في الشكال التالي



شكل رقم (11) يوضح نموذج من اقتراح الباحثة لإداء إيقاع الزفة

ارشادات الاداء في الجلسة:

1. الالتزام بوضع اليدين بالطريقة الصحيحة.
2. الالتزام بتزقيم أصابع اليدين.
3. تقسيم النموذج الى جزئيين، يتم تكرار الجزء الاول عدة مرات حتى تمام الحفظ يليه الجزء الثاني.
4. يتم الجمع بين الجزئيين ويعزف النموذج بصورته الكاملة.

تقييم الجلسة:

كان الاداء في هذه الجلسة أفضل من الجلسة السابقة لدى جميع أفراد العينة، ولاحظت الباحثة الفرحة على الوجوه أثناء الاداء.

الحالة(1): ادى النموذج على البيانو بمنتهى السهولة وعبر عن فرحته بذلك .

الحالة(2): أدت النموذج على البيانو، ولاحظت الباحثة المشاركة الفعالة منها والتحسين في الاداء.

الحالة(3): ادت النموذج على البيانو، ولكن اللحن كان يؤدي بشكل غير مكتمل ومع التكرار ادت النموذج كامل وقل الخوف من حدوث خطأ فى الاداء.

الحالة(4): أدت النموذج بصورة جيدة و تعاملت بمنتهى الهدوء .

الحالة(5): استطاع أداء النموذج على البيانو بالشكل المطلوب، وزادت ثقته بنفسه.

الجلسة السادسة

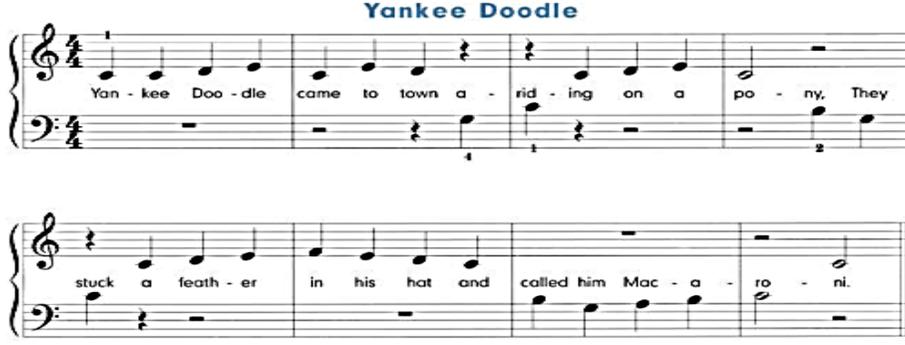
زمن الجلسة: 45 دقيقة. موضوع الجلسة: اداء تمرين جون طومسون

أهداف الجلسة:

- التدريب على تكامل العزف بين اليدين .

اجراءات الجلسة:

- مراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة، قامت الباحثة بعزف التمرين كامل امام افراد العينة، تم تقسيمه على جزئيين وعزفه اكثر من مرة امام كل فرد من افراد العينة
- قامت الباحثة بتدريب افراد العينة على اداء التمرين باليدين اليمنى واليسرى.



شكل رقم(12) يوضح تمرين لأداء تكامل الحركة العزفية في اليدين من الكتاب الاول لجون طومسون

ارشادات الاداء في الجلسة:

1. وضع اليدين بالطريقة الصحيحة وفي المنطقة الصوتية المطلوبة.
2. الالتزام بتقويم الأصابع المدونة.
3. تقسيم التمرين الى جزئيين، يتم تكرار الجزء الاول عدة مرات حتى تمام الحفظ يليه الجزء الثاني.
4. يتم الجمع بين الجزئيين ويعزف التمرين بصورته الكاملة.

تقييم الجلسة:

لاحظت الباحثة وجود حالة من الألفة والثقة أثناء التعامل لجميع أفراد العينة.

الحالة(1): عزف التمرين كامل على البيانو.

الحالة(2): عزفت التمرين على البيانو، ويوجد تحسن كبير في الاداء وأسلوب التعامل.

الحالة(3): عزفت التمرين على البيانو بعد تكراره أكثر من مرة.

الحالة(4): عزفت التمرين بمنتهى السهولة.

الحالة(5): عزف التمرين على البيانو بدون اخطاء.

الجلسة السابعة

موضوع الجلسة: أداء مقطوعة(*) Old MacDonald زمن الجلسة: 45 دقيقة.

أهداف الجلسة:

1- تكامل الاداء باليدين وعزف المسافات الهارمونية كمصاحبة بسيطة باليد اليسرى.

إجراءات الجلسة:

قامت الباحثة بمراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة، ثم قامت بأداء مقطوعة Old MacDonald^(*) أمام العينة أكثر من مرة.



شكل رقم (13) يوضح المدونة الموسيقية لمقطوعة Old MacDonald

ارشادات الاداء في الجلسة:

1. الالتزام بوضع اليد بالطريقة الصحيحة.
2. الالتزام بترقيم أصابع اليدين.
3. نزول النغمتين الهارمونية في اليد اليسرى معا بقوة صوت وزمن متساوي.
3. تقسيم المقطوعة الى جزئين، يتم تكرار الجزء الاول عدة مرات حتى تمام الحفظ يليه الجزء الثاني.
4. يتم الجمع بين الجزئين وتعزف المقطوعة بصورتها الكاملة.

تقييم الجلسة:

- لاحظت الباحثة ان اللحن مألوف لأذان جميع أفراد العينة.
- الحالة(1): عزف المقطوعة على البيانو بمنتهى السهولة واليسر .
- الحالة(2): عزفت المقطوعة على البيانو، ويوجد تحسن كبير في الاداء.
- الحالة(3): عزفت المقطوعة على البيانو، وتحتاج الى تركيز اعلى اثناء الاداء.
- الحالة(4): عزفت المقطوعة بالشكل المطلوب.
- الحالة(5): عزف المقطوعة على البيانو بصورة جيدة.

^(*)مقطوعة Old MacDonald: هي أغنية تقليدية للأطفال، مؤلفها هو فريدريك توماس نيتلينجهام، نشرت عام 1706 ، وسجلت عام 1925، وظهرت كأغنية شعبية في بريطانيا.

الجلسة الثامنة

زمن الجلسة: 45 دقيقة. موضوع الجلسة: اداء نموذج من اقتراح الباحثة

أهداف الجلسة:

- أداء التتابع السلمي في اليد اليمنى بمساندة بسيطة من اليد اليسرى .

إجراءات الجلسة:

- قامت الباحثة بمراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة، ثم قامت بتدريب أفراد العينة على كيفية أداء النموذج المقترح.
- قامت الباحثة بأداء النموذج، ثم قامت بتقسيمه الى اجزاء، وتدريبهم على أداء كل جزء ببطء حتى يتم اتقانه.
- لفتت انتباه افراد العينة لوجود علامة سوداء وهى فا # اثناء العزف.

والشكل التالي يوضح النموذج المقترح:



شكل رقم (14) يوضح نموذج مقترح لإداء التتابع السلمي في اليد اليمنى بمساندة بسيطة من اليد اليسرى
ارشادات الأداء في الجلسة:

- الالتزام بوضع اليدين بالطريقة الصحيحة.
- الالتزام بتريقيم الأصابع لليدين.
- الأداء ببطء ثم التدرج في السرعة للوصول إلى الزمن المطلوب.

تقييم الجلسة:

- لاحظت الباحثة استجابة سريعة وتحسن في الاداء لجميع أفراد العينة.
- الحالة(1): استطاع أداء النموذج باليدين.
- الحالة(2): استطاعت أداء اليدين معا في زمن بطيء.

الحالة(3): استطاعت أداء النموذج بطريقة صحيحة.

الحالة(4): استطاعت أداء النموذج .

الحالة(5): استطاع أداء النموذج ولكنه يحتاج لتدريب أكثر.

الجلسة التاسعة

موضوع الجلسة: أداء مقطوعة *Twinkle. زمن الجلسة: 45 دقيقة.

أهداف الجلسة:

• أداء مقطوعة Twinkle.

إجراءات الجلسة:

- قامت الباحثة بمراجعة ما تم أخذه في الجلسات السابقة، تم تدريب أفراد العينة على أداء مقطوعة Twinkle وتم التعرف على المدونة الموسيقية كما هو موضح بالشكل التالي

Twinkle Twinkle Little Star

Beginner Version

Arranged by Ben Dunnett

Gently

شكل رقم (15) يوضح المدونة الموسيقية لمقطوعة Twinkle

قامت الباحثة بأدائها كاملة، ثم تدريبهم عليها كل مازورتين على حده باليدين معا، وبعد تمام الحفظ يتم جمعهما بما قبلهما حتى يتم اتقان اللحن جيدا، وتم تدريبهم على عزفها ببطء حتى يتم اتقانها بشكل كبير.

ارشادات الأداء في الجلسة:

(*) المقطوعة الغنائية Twinkle: هي تهليل إنجليزي مشهور، كلمات الأغنية مأخوذة من قصيدة إنجليزية في أوائل القرن التاسع عشر كتبها جين تايلور بعنوان "The Star". نشرت القصيدة لأول مرة في عام 1806 في روضة الحضانة، وهي مجموعة من قصائد تايلور وشقيقتها آن.

- الالتزام بوضع اليدين بالطريقة الصحيحة.
- الالتزام بترقيم الأصابع لليدين.
- الأداء ببطء ثم التدرج في السرعة للوصول إلى الزمن المطلوب.

تقييم الجلسة:

- الحالة (1): استطاع أداء المقطوعة باليد اليمنى واليسرى وزادت ثقته بنفسه.
- الحالة (2): استطاعت أداء اليدين معا في زمن بطيء ومع التكرار نجحت في الوصول للزمن المطلوب وزادت ثقته بنفسها.
- الحالة (3): استطاعت أداء المقطوعة بطريقة صحيحة، وهي التي اقترحت عزف تلك المؤلفه.
- الحالة (4): استطاعت أداء المقطوعة ولكن واجهت صعوبة في البداية ومع التكرار تمكنت من الأداء بشكل صحيح.

زادت ثقته بنفسه وقام بأدائها بالشكل الصحيح.

الجلسة العاشرة

موضوع الجلسة: جلسة ختامية. زمن الجلسة: 60 دقيقة.

أهداف الجلسة:

1. الاختبار البعدي لقياس مستوى افراد العينة (التجريبية) في العزف على آلة البيانو (قبلي/ بعدي)
2. القياس البعدي لمقياس الصحة النفسية للمجموعتين التجريبية والضابطة.

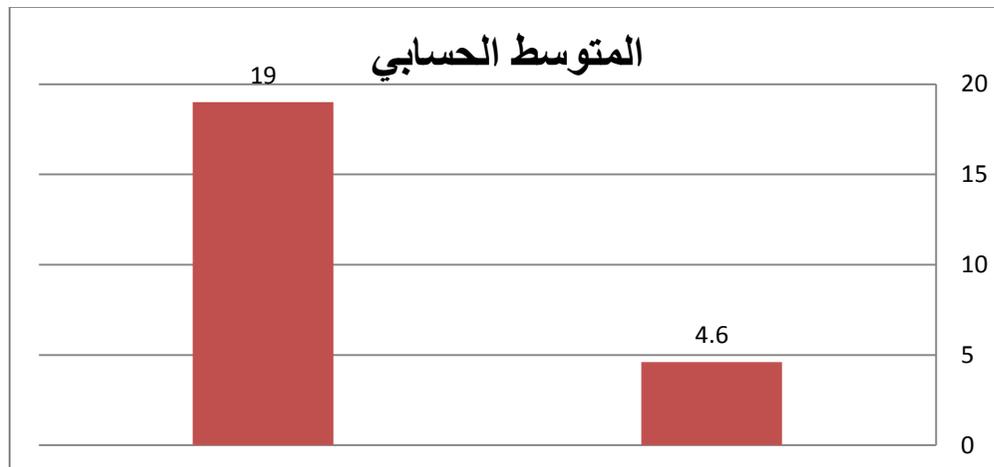
اجراءات الجلسة:

➤ قامت الباحثة بعمل الاختبار البعدي لأفراد المجموعة التجريبية في العزف على آلة البيانو، وسوف تعرض الباحثة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الاختبار القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية والجدول التالي يوضح ذلك

جدول رقم (2) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المجموعة

التجريبية في القياس القبلي والبعدي لتقييم مستوى أفراد العينة في العزف على آلة البيانو (ن=5)

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموعة	الأبعاد
0.55	4.60	قبلي	الدرجة الكلية للاختبار
1.22	19.00	بعدي	



بعدي

قبلي

قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي لمقياس الصحة النفسية لأفراد المجموعتين

التجريبية والضابطة، واستعانت الباحثة بتقرير الطبيب المعالج لنتائج العينة

الضابطة وجاء المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجات كالتالي:

جدول رقم (3) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المجموعتين الضابطة

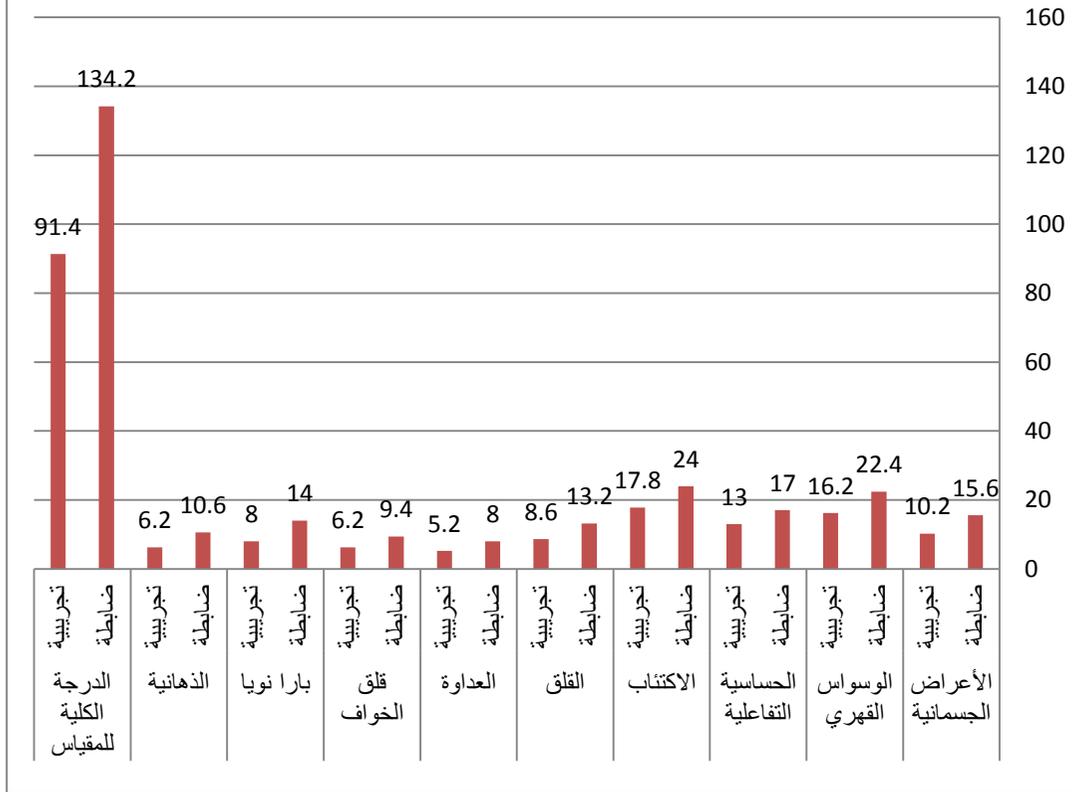
(-R SCL - والتجريبية في القياس البعدي لمقياس الصحة النفسية المعدل

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموعة	الأبعاد
3.70	15.6	ضابطة	الأعراض الجسمانية
2.11	10.2	تجريبية	
3.13	22.40	ضابطة	الوسواس القهري
2.77	16.20	تجريبية	
3.52	17.00	ضابطة	الحساسية التفاعلية
2.54	13.00	تجريبية	
4.51	24.00	ضابطة	الاكتئاب

2.80	17.80	تجريبية	القلق
3.17	13.20	ضابطة	
1.74	8.60	تجريبية	العداوة
3.74	8.00	ضابطة	
2.59	5.20	تجريبية	قلق الخوف
3.91	9.40	ضابطة	
1.90	6.20	تجريبية	بارا نويا
3.67	14.00	ضابطة	
2.25	8.00	تجريبية	الذهانية
3.47	10.60	ضابطة	
1.64	6.20	تجريبية	الدرجة الكلية للمقياس
7.82	134.20	ضابطة	
4.14	91.40	تجريبية	

وهنا نلاحظ وجود علاقة عكسية بين المتوسط الحسابي الخاص بدرجات الاسئلة لمقياس الصحة النفسية ومستوى التحسن، فكلما قلت الدرجة كلما لوحظ التحسن في الحالة والعكس.

المتوسط الحسابي



نتائج البحث: جاءت نتائج البحث للتحقق من صحة فروضه:

➤ للتأكد من صحة الفرض الاول وهو:

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي/البعدي لبطاقة تقييم مستوى أفراد العينة التجريبية في العزف على آلة البيانو لصالح الاختبار البعدي قامت الباحثة بتطبيق البرنامج على العينة التجريبية ومن خلال بطاقة تقييم مستوى افراد العينة في العزف على آلة البيانو جدول رقم (2) و تقييم الجلسات أثناء البرنامج لاحظت الباحثة على أفراد العينة تقدم في الاداء وزيادة الثقة بالنفس وبالأخرين والتحسن في أسلوب التعامل، وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون^(*) والجدول التالي يوضح ذلك

(*) اختبار " ويلكوكسون (Wilcoxon Signed-Ranks Test) الذي يستخدم كاختبار للوسيط لعينة واحدة ، ولدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي.

جدول رقم (4) يوضح نتائج اختبار " ويلكوكسون " لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لاختبار مستوى العينة في العزف على آلة البيانو (ن=

(5

الاختبار	الرتب	العدد	متوسط الرتب	قيمة "z"	الدلالة الإحصائية Sig.	حجم الاثر
العزف على آلة البيانو	قبلي	5	2.22	2.11	دال عند 0.05	0.946
	بعدي	5	5.62			

يتضح من جدول رقم (4) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لاختبار مستوى العينة في العزف على آلة البيانو ، لصالح القياس البعدي وذلك عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على فاعلية البرنامج.

- بلغ حجم الاثر لاختبار العزف على آلة البيانو 0.946 وذلك يؤكد فعالية البرنامج المقترح القائم على الجلسات التعليمية للعزف على آلة البيانو.

➤ للتأكد من صحة الفرض الثاني وهو:

وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة عينة البحث في القياسين القبلي/البعدي لمقياس الصحة النفسية (SCL-90) لصالح أفراد المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي قامت الباحثة بعمل القياس القبلي قبل بداية الجلسات وبعد تطبيق البرنامج المقترح للعزف على آلة البيانو والاستعانة بتقرير الطبيب المعالج لنتائج العينة الضابطة قامت الباحثة بالقياس البعدي لمقياس الصحة النفسية وتطبيقه على المجموعتين الضابطة والتجريبية بمعاونة الدكتور النفسي كما في جدول رقم (3)، استخدمت الباحثة اختبار " مان ويتني " لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي/ البعدي لمقياس الصحة النفسية SCL - 90 (ن = 5) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (5) يوضح نتائج اختبار " مان ويتني " لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس الصحة النفسية SCL - 90 (ن = 5)

الأبعاد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	قيمة "z"	الدلالة الإحصائية Sig.
مقياس الصحة النفسية	ضابطة	5	4.61	2.13	0.05
	تجريبية	5	7.25		

يتضح من جدول رقم (5) انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين الضابطة والتجريبية لصالح القياس البعدي لأبعاد مجموع مقياس الصحة النفسية SCL - 90 لصالح المجموعة التجريبية وذلك عند مستوى دلالة 0.05 مما يدل على فاعلية العزف على آلة البيانو في تحسن المجموعة التجريبية بصورة أفضل من المجموعة الضابطة.

جدول رقم(6) يوضح نتائج اختبار " ويلكوسون " لدلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية المعدل SCL - 90 -R (ن = 5)

الأبعاد	الرتب	العدد	متوسط الرتب	قيمة "z"	الدلالة الإحصائية Sig.	حجم الاثر
الأعراض الجسمانية	موجبة	4	6.40	2.10	0.05	0.941
	سالبة	1	1.25			
الوسواس القهري	موجبة	3	3.26	2.11	0.05	0.946
	سالبة	2	1.65			
الحساسية التفاعلية	موجبة	3	5.62	2.12	0.05	0.950
	سالبة	2	2.26			
الاكتئاب	موجبة	4	6.41	2.19	0.05	0.982
	موجبة	1	1.62			
القلق	سالبة	3	5.62	2.02	0.05	0.905
	موجبة	2	2.69			
العداوة	سالبة	3	4.55	2.04	0.05	0.914
	موجبة	2	2.55			
قلق الخواف	سالبة	4	6.32	2.19	0.05	0.982
	موجبة	1	1.22			
بارا نوييا	سالبة	4	5.69	2.20	0.05	0.986

			1.47	1	موجبة	
0.919	دال عند 0.05	2.05	5.66	4	سالبة	الذهانية
			1.36	1	موجبة	
0.955	دال عند 0.05	2.13	5.98	4	موجبة	الدرجة الكلية للمقياس
			1.32	1	سالبة	

يتضح من جدول رقم (6) ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الصحة النفسية، لصالح القياس البعدي وذلك عند مستوى دلالة 0.05

- تراوح حجم الاثر لمقياس الصحة النفسية بين 0.905 و 0.986 وذلك يؤكد فاعلية البرنامج المقترح القائم على العزف على آلة البيانو في تحسن حالات افراد العينة التجريبية التي تم تطبيق البرنامج عليها بجانب العلاج النفسي.

توصيات البحث:

توصى الباحثة بما يلي:

1. الاهتمام بالموسيقى والانشطة الموسيقية في تعديل السلوك الغير مرغوب فيه داخل المؤسسات والمدارس .
2. زيادة مراكز تعلم الموسيقى للشباب التي تهتم بالعزف على الآلات الموسيقية المختلفة ومنها آلة البيانو.
3. العمل على ادراج العزف على البيانو ضمن برامج العلاج الوظيفي للصحة النفسية.

مراجع البحث:

أولا المراجع العربية:

1. آمال صادق، فؤاد ابو حطب(1992): **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، مكتبة الانجلو المصرية .
2. آمال أحمد مختار، عائشة صبري(1997): **طرق تعليم الموسيقى**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
3. إبراهيم وجيه محمود (1990): **التعلم أسسه ونظرياته وتطبيقاته**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
4. إجلال محمد يسرى (2000): **علم النفس العلاجي**، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة.
5. أحمد زكى صالح (1979): **علم النفس التربوي**، مكتبة النهضة المصرية، ط ١١، القاهرة.
6. أحمد عكاشه(2010) : **الطب النفسي المعاصر**، الطبعة الاولى، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
7. أسماء بوعود(2014): **الاضطرابات النفسية بين السيكلوجية الحديثة والمنظور الاسلامي**، اصدارات لجنة التراث النفسي الحر، عدد 8، مؤسسه العلوم النفسية العربية.
8. حامد زهران(1999): **الصحة النفسية والعلاج النفسي**، الطبعة الاولى، عالم الكتب، القاهرة.
9. حسن شحاتة و زينب النجار(2001): **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، ط٢، الدار المصرية اللبنانية.
10. سحر سيد امين(2008): **الموسيقى وذوي الاحتياجات الخاصة**، مؤسسه حورس، طبعه واحد، الإسكندرية.
11. سليمان عبد الواحد يوسف(2010): **المهارات الحياتية**، إيتراك، القاهرة.
12. عادل عز الدين الأشول(1987): **موسوعة التربية الخاصة**، الأنجلو المصرية، القاهرة.

13. عبد الرحمن بدوي(1977): **مناهج البحث العلمي**، الطبعة الثالثة، وكراله المطبوعات، الكويت.
14. علاء الدين كفاي(1997): **الصحة النفسية**، دار هاجر، الطبعة الرابعة، القاهرة.
15. محمد الخالدي(2000): **المرجع في الصحة النفسية**، الدار العربية للنشر والتوزيع، القاهرة.
16. بطرس حافظ (2008) **التكيف والصحة النفسية للطفل**، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- ثانيا المراجع الأجنبية:**
17. Brianna Cowen(2014):**Neurologic Music Therapy Techniques**, A Systematic Review of Current ,Research, Master of Music thesis, State University, New York.
18. Cohen, J. (2000): **Stress and mental health: A bio behavioral perspective**, Issues in Mental Health Nursing, 21(2).
19. Dr. Ulas, M. Camsari(2009):**Music Therapy in Psychiatry**, Department of Psychiatry, Cleveland Clinic.
20. Jamie Herd(2018): **Project Music as an Effective Form of Therapy in Parkinson's Disease**, BA Honors Dissertation ,university of London.
21. Julie Guy, Angela Nave: **Music Therapy& Special Needs**, http: www.themusictherapy.com
22. Martin, G. & Pear(1996): **Behavior Modification "what it is and How to do it"**,5th Edition, New Jersey, Prentice Hall, Upper Saddle River.
23. Oreilly, Waletynowicz(1981):**Etiological Factors in Cerebral Palsy**, An historical Review, Dev Med Child Neuro.