

العلاج بالفن كمدخل لتخفيف الآثار النفسية لوباء كورونا علي الأطفال

"Art therapy as an approach to alleviate the
psychological effects of the COVID-19
pandemic on children"

إعداد

الباحثة / سماح طلعت احمد ابو زيد

مدرس مساعد - قسم العلوم النفسية

كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

إشراف

أ.م.د/ رضوان رضوان علي زحام

استاذ مساعد بقسم العلوم الاساسية
كلية التربية للطفولة المبكرة
جامعة المنصورة

أ.د/ جمال عطيه فايد

استاذ الصحة النفسية - قسم العلوم
النفسية - كلية التربية للطفولة المبكرة
جامعة المنصورة

المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

المجلد الحادى العاشر - العدد الأول

يوليو ٢٠٢٤

العلاج بالفن كمدخل لتخفيف الآثار النفسية لوباء كورونا علي الأطفال

"Art therapy as an approach to alleviate the psychological
effects of the COVID-19 pandemic on children"

*سماح طلعت احمد ابو زيد

المستخلص :

يهدف البحث التالي إلي التعرف علي العلاج بالفن وأهميته والتعرف علي الآثار النفسية السلبية لوباء كورونا علي الأطفال وتأثير العلاج بالفن علي تخفيف الآثار النفسية المترتبة علي وباء كورونا لدي الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة حيث تناولت عينة البحث الأطفال وبشكل خاص الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة ، وتوصل البحث إلي عدة نتائج مهمة منها : أهمية العلاج بالفن ودوره في تخفيف الآثار النفسية لوباء كورونا وتحسين الصحة النفسية لدي الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة.

* مدرس مساعد - قسم العلوم النفسية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

Abstract :

This study aims to explore art therapy and its significance, as well as to identify the negative psychological effects of the COVID-19 pandemic on children. It examines the impact of art therapy on alleviating these psychological effects in early childhood. The research sample focused specifically on young children. The study found several important results, including the significance of art therapy in mitigating the psychological impacts of the COVID-19 pandemic and its role in improving the mental health of children in early childhood.

العلاج بالفن كمدخل لتخفيف الآثار النفسية لوباء كورونا علي الأطفال

"Art therapy as an approach to alleviate the psychological
effects of the COVID-19 pandemic on children"

*سماح طلعت احمد ابو زيد

مقدمة:

نظرا لما عاشه العالم من تداعيات الوباء العالمي لفيروس كورونا المستجد علي جميع جوانب الحياة ، يعد الإهتمام بالصحة النفسية في مثل هذه الفترات العصبية أمرا في غاية الأهمية ، حيث نتج عنه آثارا سلبية علي الصحة النفسية للأفراد وعلي الأطفال بشكل خاص وذلك أثناء فترات العزل والحجر الصحي والتباعد الإجتماعي وغيرها من الإجراءات التي تم اتخاذها للتعامل مع الوباء واستمرت لفترات طويلة، مما أدى إلي ظهور العديد من الإضطرابات النفسية والسلوكية لدي كلا من البالغين والأطفال وخاصة الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة .

فقد أشارت دراسة (Natarajan Kathirvel،2020) أنه من المتوقع أن يرتفع معدل انتشار اضطرابات الصحة النفسية الشائعة خلال فترة ما بعد الجائحة نتيجة للآثار طويلة المدى للوباء ، والتدابير الاحترازية مثل التباعد الاجتماعي والحجر الصحي والآثار الاجتماعية والاقتصادية. مما يمكن أن يكون له تأثير على الصحة النفسية طويل الأمد ، واتفقت معها دراسة

* مدرس مساعد - قسم العلوم النفسية - كلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة المنصورة

(Brooks et al.2020) حيث ذكرت الآثار النفسية السلبية بما في ذلك القلق والغضب والاكتئاب وأعراض اضطراب ما بعد الصدمة والتغيرات السلوكية مثل تجنب الأماكن المزدحمة وغسل اليدين بحذر.

والأطفال هم أكثر الفئات تأثراً بالوباء لأنهم يعتمدون بشكل كبير على مقدمي الرعاية الذين تأثروا بالتبعية بالوباء وانعكس ذلك على الأطفال، وبما أن الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة لا يستطيعون التعبير عن أنفسهم بشكل جيد بسبب المهارات اللغوية المعرفية والتعبيرية المحدودة مما يصعب عليهم التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بسلاسة، وللتعامل مع ذلك بنجاح يشير (كمال خضر، ٢٠١٤) أن العلاج بالفن أسلوب علاجي ناجح مع الأطفال، وأن الرسم كعمل فني تعبيرى يقوم به الطفل يعتبر بديل عن الكلام وشكل من أشكال التواصل غير اللفظي وأيضاً من أشكال التنفيس.

العلاج بالفن

أ- مفهوم العلاج بالفن :

عرف عبد المطلب القريطي العلاج بالفن بأنه هو ذلك النوع من العلاج الذي تُطَوَّرُ فيه الأنشطة الفنية التشكيلية، كالرسم، والمجسمات ثلاثية الأبعاد. وتوظيفها بطريقة منظمة مخططة هادفة، بشكل فردي أو جماعي؛ عن طريق معالج بالفن، مؤهل لتمكين المسترشد أو المريض من ترجمة مشاعره وانفعالاته وأفكاره، وطرح خبراته الداخلية التي قد لا يمكنه التعبير عنها بوسيلة أخرى؛ من خلال أنشطة حرة (اختيارية) أو مقيدة (موجهة) وفقاً لأهداف العملية العلاجية، وتطور مراحلها، وأغراض المعالج، وحاجات العميل.

(عبد المطلب القريطي، ٢٠١٢، ٣)

تشير الجمعية البريطانية للعلاج بالفن (٢٠١٥) إلى العلاج بالفن بأنه شكل من أشكال العلاج النفسي، يقدمه معالجون مدربون بالفن/ معالجون نفسيون بالفن. فهو مصمم لمساعدة أي شخص، بما في ذلك أولئك الذين تأثرت حياتهم بتجارب سلبية، أو مرض، أو إعاقة؛ من خلال دعم احتياجاتهم الاجتماعية، والعاطفية، والعقلية.

(British Association of Art Therapists,2015)

العلاج بالفن هو أحد العلاجات الفنية الإبداعية، جنبًا إلى جنب مع العلاج بالموسيقى، والعلاج بالدراما، والعلاج بالرقص. حيث تختلف علاجات الفن الإبداعي عن العلاجات الأخرى في طبيعتها التجريبية وغير اللفظية؛ فمن سمات العلاج بالفن الاستخدام المنهجي للوسائل الفنية، مثل: الرسم، والتلوين، والكولاج، والنحت؛ للتعبير عن المشاعر، والأفكار، والذكريات.

(Ketarin Alice Schouten,et.al.2015,220)

تعرف الجمعية الأمريكية للعلاج بالفن (American Art Therapy Association)(AATA) بأنه علاج يستخدم الفن بأنماطه المختلفة، ضمن علاقة مهنية، من قبل الناس الذين يعانون من المرض، أو الصدمات النفسية، أو التحديات في المعيشة، أو الناس الذين يبحثون عن التنمية الشخصية، من خلال خلق الفن، وانعكاس آثاره على المنتجات والعمليات التي يؤديها. ويمكن أن يستخدم زيادة الوعي الذاتي، والتعامل مع الأعراض والإجهاد، والتجارب المؤلمة، وتعزيز القدرات المعرفية، والتمتع بمباهج الحياة.

(بسام ناصر، ٤٥، ٢٠١٩)

العلاج بالفن هو الاستخدام الهادف لمواد الفن المرئي والوسائط المختلفة في التدخل والتشخيص، والعلاج النفسي، وإعادة التأهيل. ويُستخدم مع الأفراد من جميع الأعمار والعائلات والمجموعات.

(Cathy A. Malchiodi,2020,15)

كما أن هناك العلاج الجماعي بالفن، وهو علاج نفسي يجمع بين العلاج الفني والجماعي على وجه التحديد، يتيح للمشاركين الفرصة للتعبير عن مشاعرهم وخيالاتهم من خلال الأعمال الفنية التي تظهر إبداعهم. وتساهم التفاعلات المعقدة في العلاج النفسي الجماعي في السمات العلاجية، مثل: التماسك الجماعي، والفهم الذاتي الانعكاسي. ويمكن للمعالجين في العلاج الجماعي بالفن مساعدة العملاء؛ من خلال تقديم رؤى يمكن أن تؤدي إلى حلول للمواقف التي يواجهونها، أو من خلال بناء بيئة داعمة داخل المجموعة لتشكيل مجموعة مستقرة. (Se-Ryun Park,et,al.,2023,2)

ب- أنواع العلاج بالفن:

عند التحدث عن أنواع العلاج بالفن، فيمكننا التمييز بين العلاج بالرسم، والعلاج بالموسيقى، والعلاج بالرقص والحركة، والعلاج بالدراما، والعلاج بالقصص الخيالية، والعلاج الكتابي، والعلاج بالرمل، والعلاج بالألعاب، والعلاج بالألوان، والعلاج بالضوء، والعلاج بالدمى، والأوريغامي. ويوجد الآن مزيد من الاتجاهات الجديدة التي تقف عند مفترق طرائق العلاج بالفن وغيرها من مجالات العلاج النفسي وما إلى ذلك. وتشمل الأنواع الأكثر شيوعًا للعلاج بالفن: الرسم، والموسيقى، والرقص، والعلاج الحركي، والعلاج الكتابي، والعلاج بالألوان. (Azimova Fotima 2020:59-60)

فالنون الإبداعية (CAT) مصطلح خاص بمهن الرعاية الصحية التي تستخدم الإبداع، والعملية التعبيرية لصناعة الفن؛ لتحسين الرفاهية النفسية والاجتماعية وتعزيزها للأفراد من جميع الأعمار والظروف الصحية. في (CAT) تُستخدم العملية التعبيرية الإبداعية كقوة ديناميكية وحيوية للنمو والتغيير للعميل (العملاء) المشاركين في هذه العملية. وهي عملية تعبيرية تنطوي على الانفعالات الفسيولوجية والعواطف والإدراك، تسهل الترميز اللفظي وغير اللفظي، والسرد، والتعبير عن النزاعات الواعية أو اللاواعية، وصنع المعنى من خلال الحوار الداخلي والخارجي، والتواصل بين الذات والآخرين.

(Bruggen Ruffi Monique, Benkmil F, et al., 2022,3)

ج- أهداف العلاج بالفن :

على عكس تعليم الفن، لا يهتم العلاج بالفن بنقل القدرات الفنية؛ فالهدف من العلاج بالفن هو الاستفادة من العملية الإبداعية لقيادة الأفراد للتعبير عن الذات. نتيجة لذلك يمكن للمرء أن يكون قادرًا على تجربة طرائق جديدة للتعبير عن عالمه الداخلي، والتخلص من المخاوف والقلق والإحباطات والصدمات؛ مما يسمح له باكتشاف مهارات جديدة للتعامل مع أحداث الحياة، على سبيل المثال: الإجهاد الشديد، والأحداث المؤلمة. (Lousa, T.; Hughet, M.,2022,805)

للعلاج بالفن أهداف متعددة، تختلف تبعًا لاحتياجات المسترشدين والمرضى التي يحددها المعالج، وتتخلص أهداف العلاج بالفن فيما يلي:

١. تحسين صورة الذات، ورفع مستوى تقدير الذات وتقبلها.

٢. تنمية الاستقلالية، والمقدرة علي اتخاذ القرارات.

٣. الحد من الشعور بالعزلة الاجتماعية.
٤. تحسين عملية التواصل، والمهارات الاجتماعية.
٥. تحسين التأزر الحركي، والمهارات اليدوية.
٦. تحسين الوعي واليقظة العقلية من خلال تشجيع الخيال، وزيادة الانتباه والتركيز، والتذكر البصري، والمقدرة على حل المشكلات.
٧. زيادة تحكم الفرد في ذاته، وزيادة الضبط الداخلي.
٨. تنمية الثقة بالنفس، والشعور بالمتعة والإنجاز.
٩. التنفيس عن المشاعر والانفعالات، وتفرغ الطاقة الحركية الزائدة.
١٠. خفض مستوى اضطرابات القلق، والانطواء، والمخاوف المرضية، والعدوانية وغيرها.
١١. تحقيق النمو الإدراكي، والانفعالي، والإبداعي.
١٢. مساعدة المرضى على إعادة بناء الطرق التي ينظمون بها حياتهم ويعيشونها ويدركونها.
١٣. طرح الخبرات الحياتية المؤلمة وغير المرغوب فيها، واستبدالها بخبرات معلمة مثمرة ذات قيمة.
١٤. تحريك المريض من حالات الشعور بالاغتراب، واهتزاز الهوية أو فقدانها، والتمركز حول الذات، إلى حالات أخرى تسودها مشاعر الحب، والتعاطف، والثقة بالنفس، والرغبة في التعلم، والنمو، والإقبال على الحياة، والشعور بالتوازن، والسلام الداخلي.

١٥. تقليل الشعور بالذنب ومشاعر الخجل لدى ذوي الاحتياجات الخاصة، ومنحهم شعوراً بالاحترام والتقدير الاجتماعي.

(عبد المطلب القريطي، ٩، ٢٠١٢-١٠)، (أمل حسونة وآخرون، ١٢٠، ٢٠١٦)، (وفاء رشاد ، ٢٠٢٠، ١٩٤)

أما بالنسبة لأهداف العلاج بالفن وأثره في نمو الطفل نذكر منها ما يلي:

- (١) اكتساب الطفل المهارت اليدوية التي تتطلبها الحياة اليومية.
- (٢) ممارسة فك الصور، وجمعها، وقصها، ولصقها.
- (٣) تنمية قدرة الطفل على استخدام بعض الأدوات البسيطة؛ كالفرشاة، والورق، والإسفنج، والألوان، وغيرها من الخامات.
- (٤) الرسم الحر؛ فيرسم ما يشعر به، وما يحيط به من ظواهر.
- (٥) طبع نماذج من أشكال الحيوانات وأنواع النباتات المختلفة وغيرها.
- (٦) التشكيل بخامات مختلفة.
- (٧) تنمية ذوق الطفل الجمالي؛ من خلال الرحلات المتنوعة للطبيعة، وزيارة المتاحف والمعارض الفنية، وتشجيع الطفل على الإنتاج الفني، وعرض إنتاجه في معرض يضم الإنتاج الفني للطفل.

(رانيا محمود ، ٢٠٢٠، ٢٠٢١)

د- أسس ومبادئ العلاج بالفن (أسس استخدام العلاج بالفن كوسيلة تشخيصية علاجية):

يستند العلاج بالفن إلى عدة مبادئ أو أسس مهمة، منها ما يلي:

١. يساعد الفرد على اكتشاف ذاته والوعي بها من ناحية، وعلى الاعتراف بهذه المواد التي طفت من أعماق اللاشعور إلى دائرة التفكير الشعوري وتقبلها ومواجهتها من ناحية أخرى، بدلاً من إنكارها وكبتها؛ لأن المشاعر والأفكار اللاشعورية يسهل التعبير عنها تلقائياً في صور أكثر مما يعبر عنها في كلمات.
٢. يعمل إسقاط الصراعات والمخاوف الداخلية في صور بصرية علي بلورتها في شكل ملموس ثابت يقاوم النسيان، ويكون دليلاً على انطلاق الصراعات من اللاشعور.
٣. إن إسقاط الفرد لصراعاته الداخلية في صورة بصرية لا يحتاج إلى مهارة أو تدريب فني.
٤. إن التعبير الفني المنتج في العلاج بالفن يجسد المواد اللاشعورية، مثل: الأحلام، والصراعات، وذكريات الطفولة، والمخاوف.
٥. الفن وسيلة تعويضية لما يشعر به الفرد من عجز وقصور نفسي، أو جسمي، أو اجتماعي.
٦. التعبير الفني وسيلة ميسورة للاتصال الرمزي، وخاصة بالنسبة للذين يجدون صعوبة ما أو يعجزون عن الاتصال اللفظي، ويعانون من الوحدة والانغلاق على أنفسهم. فعملية صنع الفن والعمل الفني نفسه مكونان أساسيان للعلاج، يساعدان على فهم الاتصال اللفظي وغير اللفظي واستنباطهما، والتواصل ضمن علاقة علاجية منسجمة.

٧. يكسب التعبير الفني الفرد شعورًا متزايدًا بالنجاح، والمقدرة علي الإنجاز، وهو ما يمثل أهمية بالغة لمن لم يتمكنوا من اكتساب مشاعر الثقة بأنفسهم.
٨. التعبير الفني عند الطفل له فوائد ارتقائية وفنية وتربوية وعلاجية تشخيصية، يمكن من خلالها معرفة الطبيعة الإنسانية الفردية والجماعية.
٩. توضح لنا الرسوم كيف ينمو ويرتقي الطفل عقليًا، وفكريًا، وجماليًا، ووجدانيًا، واجتماعيًا. فهي تعكس لنا إدراك الطفل للعالم من حوله.
- (عبد المطلب القريطي، ١٢، ٢٠١٢)، (ديننا مصطفى، ٢٠١٥،
(١١٦)، (سناء علي، ١٣، ٢٠١٦-١٤)، (King JL, Kaimal G., 2019, 2)،
وفاء رشاد، ١٩٤، ٢٠٢٠-١٩٥).

هـ- أهمية العلاج بالفن في المجال العلاجي:

- أكدت عديد من الدراسات التطبيقية أن للفن التشكيلي أهمية كبيرة في المجال العلاجي، منها ما يلي:
١. الفن التشكيلي تظهر أهميته في الحالات التي لا تحسن التعبير عن نفسها لفظيًا.
 ٢. يُعدُّ الفن التشكيلي أساسًا من أسس التشخيص والعلاج للمرضى النفسيين، وهما عمليتان متضامتان؛ ففي التعبير يتم التفيس، ومن خلال النتائج يتم التشخيص.
 ٣. تجارب العلاج بالفن يكون لها تأثير إيجابي في المريض، من حيث: تركيز الانتباه، وهي أنشطة عقلية لها أهداف علاجية.

٤. العلاج بالفن وسيلة لإشباع الحاجات بالنسبة للمريض، فكل المواقف تناسب حاجاته، وقدرات الطفل المعاق بوجه عام .

٥. العلاج بالفن يدعم التجارب المتواصلة للاتصال بالبيئة، وبالفريق المعالج بالفن، والتفكير، والشعور، والعمل. وييسر فرصة اختيار المهارات المختلفة عند المريض، ويعطي الفرصة للتعرف إلى قدراته، وقابليته للحصول على تقدير المعالج أو الجماعة التي يعمل معها.

٦. لكل رمز في الرسم تاريخه الذي نشأ عنه، وهو تاريخ دينامي منظم، فكل رمز ينتج في مجال فريد والرمز نفسه عند فرد آخر قد يكون نتاجاً لمجال مختلف.

٧. سلوك المريض أثناء قيامه بالتعبير من خلال وسائل الفن التشكيلي يؤخذ في الاعتبار، وكذا تعليقاته اللفظية التلقائية. أو أثناء استجوابه عما رسم، وتعبيرات الوجه، وطرائق تناوله القلم والورقة، وحركات جسمه. إذ يفترض أن هذا السلوك يمثل استجابة المريض الانفعالية للعلاقات، والمواقف، والحاجات، والضغوط التي يشعر بها. (عبد العزيز عبد الرحمن الدقيل، ٢٣٠، ٢٠٢٠)

(٦) استخدامات العلاج بالفن (المشاكل التي يعالجها العلاج بالفن):

يلعب العلاج بالفن دوراً إيجابياً بشكل متزايد باعتباره مفيداً وفعالاً في التخفيف من عديد من حالات الصحة العقلية والجسدية. على سبيل المثال: أظهر العلاج بالفن فعاليته كعلاج لإصابات الدماغ مثل: الفصام، القلق، الاكتئاب، الإدمان، الاعتداء الجنسي، اضطراب ما بعد الصدمة، فرط الحركة، قلة الانتباه، الشيخوخة والهرم، السرطان، مرض القلب، سكر الأطفال، فقدان الشهية، النهام

العصر
(البوليميا)، اضطرابات الأكل، قضايا الأسرة أو العلاقات، بالإضافة إلى عديد من الحالات الأخرى من أجل تعزيز الصحة العامة والفعالية الذاتية.

(Bitonte,R.A. and Santo,M.D.,2014,18),(L.MoayerToroghi,2015)،(هنا زيدان، ٢٣١، ٢٠٢١-٢٣٢) (Liu,Z.;Yang,et,al.,2022,2)،

يمكن أن يكون العلاج بالفن في المستشفيات والأماكن السريرية مفيداً جداً للمساعدة في العلاج، وتعزيز التواصل بين المرضى والطاقم الطبي في الموقع بطريقة غير لفظية. (Hu J,et,al.,2021,7)

امتد العلاج بالفن إلى ما وراء الإعدادات السريرية ليشمل المؤسسات التعليمية؛ حيث يُستخدم في العمل مع الأطفال الذين يعانون من مشاكل مثل تأخر النمو، والأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم، والأطفال المضطربين عاطفياً، كذلك المحرومين اجتماعياً مثل أطفال الأحياء الفقيرة. ومع ذلك أصبح المربون — تدريجياً — أكثر انسجاماً مع تطور الشخص ككل، وأصبح العلاج بالفن يجد مكاناً في تعليم ما يسمى بالأطفال العاديين. (Harriet Wadeson,2010,17)

استخدمت دراسة (Ramin alavinezhad (2014) العلاج بالفن ك تدخل فعال لتقليل الغضب وزيادة احترام الذات لدى الأطفال العدوانيين، الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و ١١ عاماً. حيث إن التواصل اللفظي صعب على الأطفال وأكثر صعوبة للأطفال العدوانيين. وكشفت نتائج هذه الدراسة أن العلاج بالفن هو وسيلة فعالة للحد من الغضب وأبعاده. وتتفق مع أظهرته الدراسات البحثية الأخرى من أن تأثيرات العلاجات بالفنون غالباً ما يتم التعبير عنها من

حيث: تقليل العدوانية، والغضب، والتوتر، والتشوه المعرفي. (Ramin alavinezhad,2014,112)

يوفر العلاج بالفن وسيلة لضحايا الصدمات للوصول إلى الذكريات من مسافة آمنة بدلاً من التحدث مباشرة عن تجاربهم؛ حيث تُستخدم علاجات الفنون الإبداعية لتقليل القلق، والسماح بالإبداع، وإنشاء شعور بالأمان للمساعدة في معالجة المشاعر المعقدة والمخيفة التي لا توفرها العلاجات المعرفية وحدها. (Jacqueline P. Jones,et,al.,2019,19)

هذا ما أكدته دراسة (Haeyen S, Staal M.,(2020) بعنوان: "العلاج الفني القائم على التجربة التصويرية: علاج كوابيس ما بعد الصدمة في العلاج بالفن". تمثلت القيمة المضافة لاستخدام العلاج بالفن في علاج الصدمات في أن المرضى قادرون على الوصول إلى التجارب المؤلمة وتجربة المشاعر وكسر التجنب، ويحدث التعرض وإعادة الكتابة في العلاج بالفن بطريقة غير مباشرة وتجريبية مرحة في بعض الأحيان، وبفضل ذلك قد يكون التجنب أقل تواتراً ويمكن أحياناً اختراقه؛ حيث يمكن دراسة قصة الكابوس المرتبط بالصدمة عن كثب، وتجربتها ورسمها وإعادة كتابتها في العمل الفني، بينما يوفر الخيال واللعب مساحة إبداعية للتعبير. (Haeyen S, Staal M.,2020,11)

كما أشارت (Rastogi,et,al. (2022 إلى أن العلاج بالفن يحسن الرفاهية الجسدية والعقلية والعاطفية خاصة للأطفال المصابين بالسرطان؛ فهو يساعد على التعامل مع مرضهم وعلاجهم، ويحسن المزاج، ويقلل من مستويات القلق والألم.

أشارت دراسة (Sun X.,2022) إلى فعالية العلاج الفني للرسم الزيتي على المرضى الذين يعانون من نوبات اكتئاب، ووجدت نتائج الدراسة أن العلاج كان من المرجح أن يقلل الاكتئاب، واستمر التأثير لمدة تصل إلى أسبوعين بعد انتهاء العلاج، كما تحسن المرضى بشكل ملحوظ، وتمكنوا من التواصل بسلاسة، وأشاروا إلى أنهم سيستمرون في المشاركة في دورات العلاج بالرسم الزيتي في المستقبل، وبدأوا في أن يكونوا أكثر ثقة عن حياتهم في المستقبل، وأضافت عملية العلاج بالفن للرسم الزيتي جواً من الثقة المتبادلة والرعاية لتحسين مرونة المريض. وتضاف نتائج هذه الدراسة إلى فعالية العلاج الفني بالرسم على المرضى الذين يعانون من أمراض نفسية إكلينيكية وقياس مدى تأثيره. (Sun X.,2022,9)

أظهرت نتائج دراسة (Verlunmun Celestine Gever,et,al.,2023) أن العلاج بالفن القائم على وسائل التواصل الاجتماعي يمكن أن يحسن الحالة المزاجية، ويساعد الأشخاص الذين يعانون من الصدمات على التعافي، ويصبحوا مواطنين أفضل لأنفسهم وللمجتمع. حيث يستفيد العلاج بالفن من استراتيجيات الاتصال الإبداعية في تزويد الأفراد بوسائل مفيدة لتوصيل أفكارهم، والتعافي من الصدمات العاطفية في هذه العملية؛ فيشارك عقول الناس، ويساعدهم في الشفاء عقلياً، وبالتالي يساعدهم في المضي قدماً في حياتهم بعد حادث مؤسف. فالعلاج بالفن استراتيجية مفيدة لمعالجة قضايا الصحة النفسية بين الأطفال. (Verlunmun Celestine Gever,et,al.,2023,97-100)

و- مراحل عملية العلاج بالفن:

تمضي عملية العلاج بالفن في مراحل متداخلة ذات بداية ووسط ونهاية، لكن بدون فواصل أو حدود واضحة. وقد تقصر أو تطول وفقاً لحالة العميل، وطبيعة مشكلته، واحتياجاته، وأهداف العملية العلاجية. وتشمل أنشطة فنية مقصودة يتم التخطيط لها مسبقاً، ويطلب من العميل القيام بها، إضافة إلى أنشطة فنية أخرى حرة وفقاً للحاجة إلى جمع المعلومات، ومدي تقدم العملية العلاجية، واستجابة العميل.

(عبد المطلب القريطي، ٢٠١٢، ٢١)

كما أن تفاصيل العملية العلاجية بالفن تأتي بدلالة حية على العلاقة بين المعالج بالفن والأشكال الفنية المنفذة، ومزيد من الموضوعات العامة، تشمل:

(١) قيمة الفن بالنسبة للطفل قبل تعلمه الكلام.

(٢) الدور الوقائي للعلاج بالفن في المدارس.

(٣) نمو التخيل في الأطفال الذين يعانون صعوبة في الانسجام والتوافق، ويتصفون بالعناد الشديد.

(٤) أهمية العمل مع الأسرة وشبكة العمل المهنية في المؤسسات المختلفة في قطاعات الصحة، والخدمات الاجتماعية، والتعليم والعمل التطوعي (مصطفى عبد العزيز، عفاف فراج، ٢٠٢٢، ٢)

الآثار النفسية لوباء كورونا في الاطفال

- فيروس كورونا :

تشتق فيروسات كورونا اسمها من الكلمة اللاتينية "كورونا" التي تعني التاج، ويشير الاسم إلى المظهر الفريد للفيروس تحت المجهر الإلكتروني كجسيمات مستديرة مع حافة من الإسقاطات تشبه الهالة الشمسية. (Dhar Chowdhury, S., et, al. 2020)

- تعريف فيروس كورونا:

فيروس كورونا (COVID-19) هو مرض تنفسي شديد العدوى يسببه فيروس كورونا، ويتميز بأعراض الحمى، والسعال، وآلام العضلات، وصعوبة تدرجية في التنفس. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية فإن فيروس كورونا هو: عائلة من الفيروسات التي تسبب أمراضاً تتراوح من نزلات البرد إلى أمراض أكثر خطورة، مثل: متلازمة الجهاز التنفسي الحادة الوخيمة (سارس)، ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس). وانتقلت هذه الفيروسات في الأصل من الحيوانات إلى البشر. (Oyinlola Abodurin, et, al., 2020, 13)

حيث تسبب هذا المرض في حدوث أزمة وبائية، ووجود أعداد كبيرة من المصابين، والوفيات المرتبطة بـ COVID-19 في بلدان متعددة في جميع أنحاء العالم. (Coccia, Mario, 2021, 433)

أ- الآثار النفسية لوباء كورونا :

تركت الإجراءات المتخذة لتجنب انتشار فيروس كورونا الجديد بصماتها على نفسية المواطنين في جميع أنحاء العالم؛ حيث كان ما يقدر بنحو ٢.٦ مليار

شخص — أو ثلث سكان العالم — يعيشون في ظل نوع من الإغلاق أو الحجر الصحي، وقد أحدث التكيف مع الظروف الجديدة غير المسبوقه تغييراً في الروتين اليومي والعادات، وفرض آثاراً سلبية على المواطنين، مثل: الخوف من الموت، ونهاية الإنسانية، والوحدة والعزلة في المنزل، والحزن والقلق لليوم التالي وعلي المستقبل، هذه الآثار تُعد من أسباب الاضطرابات النفسية. (John Hiscott,et,al.2020,3)

تنقسم الآثار النفسية لوباء كورونا إلي: آثار نفسية ذات انعكاسات اجتماعية، منها: الخوف من الآخر كخطر كامن مهدد، والبعد الاجتماعي، ونقص المساندة الاجتماعية. ونفسية، منها: اضطرابات القلق، والصدمة، والاكتئاب وغيرها من الاضطرابات. (سامر جميل ٢٠٢٠، ٣٩)

حيث أكدت نتائج دراسة سنوسي بومدين وجلولي زينب (٢٠٢٠) على انخفاض مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا، وكان من أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية الخوف الشديد من الإصابة بهذا الوباء، والشعور بالعجز من حماية أفراد العائلة. (سنوسي بومدين وجلولي زينب، ٢٠٢٠، ٦٧)

فقد تولد لدى الإنسان تداعيات نفسية من قبيل القلق واضطراب في المزاج والنوم؛ فأصيب البعض بـ "وسواس المرض"، وهو خوف وقلق شديد من الإصابة بفيروس كورونا، وخاصة مع صعوبة السيطرة والتحكم في الفيروس، وهو ما أدى بدوره إلي ارتفاع معدل الإصابة بالاضطرابات النفسية العقلية خلال مرحلة انتشار الفيروس. (شرين جابر، ٢٠٢٠، ١٢١)

وتتضمنت ردود الفعل المحتملة المرتبطة بالإجهاد استجابةً لوباء فيروس كورونا، تغييرات في التركيز، والتهيج، والقلق، والأرق، وانخفاض الإنتاجية، والصراعات الشخصية. وتعتمد شدة هذه الأعراض على مدة الحجر الصحي، ومداه، ومشاعر الوحدة، والخوف من الإصابة، ومدى توافر المعلومات الكافية.

(Christiaan H. Vinkers, et, 2020, 14)

ب- الآثار النفسية لوباء كورونا على الأطفال:

مما لا شك فيه أن الأطفال أول الفئات وأكثرها تأثراً في فترة الأزمات والكوارث؛ كونهم أكثر الفئات ضعفاً وهشاشة. ولم تقتصر تداعيات هذه الجائحة على الجانب الصحي للطفل فقط، بل شملت الجانب النفسي، والتعليمي، والاجتماعي، والاقتصادي؛ بسبب صعوبة فهم الطفل كل ما يتعلق بـ COVID-19، ونقص مهارات التعبير عن الذات. (Akat, M. & Karataş, K, 2020, 4)

وضح Shah K, et al. (2020) أن الأحداث المؤلمة، مثل: الانفصال عن العائلة والأصدقاء، أو رؤية أفراد مصابين بأمراض خطيرة بفيروس كورونا، أو وفاة أحبائهم، أو التفكير في أنفسهم أنهم ربما يموتون بسبب الفيروس. كانت لها تأثير ضار في الصحة العقلية للأطفال تماماً مثل التجارب الصادمة الأخرى التي قد يواجهها البشر.

كما ذكر Nipunie Rajapakse (2020, Devika Dixit,) أن توفير الرعاية للأطفال الذين أصيب والداهم أو مقدمو الرعاية الأساسيين لهم بمرض COVID-19 - يمثل - أيضاً - تحدياً فريداً لم تُحدّد حلول واضحة له. لذا

يجب العناية بتقليل مخاطر نقل العدوى إلى هؤلاء الأطفال، وموازنة الأثر النفسي للانفصال عن الوالدين.

حيث ينظر الأطفال إلى التعرض لسلوك غير مفسر وغير متوقع على أنه تهديد؛ مما يؤدي إلى حالة من القلق. حتى الأطفال الذين تقل أعمارهم عن عامين سيلاحظون عدم وجود مقدمي رعاية منتظمين (مثل الأجداد)، ويصبحون مضطربين ومنزعجين، ويطلبون عودتهم. وقد يظهر قلق الأطفال في شكل تحدّ للسلوكيات الخارجية، مثل: التصرف، أو الجدل، بدلاً من الاستجابات المفترضة عادةً، مثل: البكاء، أو الحزن، أو القلق. لذلك فإن الاستماع إلى ما يعتقده الأطفال حول انتقال COVID-19 أمر ضروري، كما يجب تزويد الأطفال بالمعلومات الدقيقة مع الأخذ في الاعتبار عمر الطفل ومستوى فهمه؛ فالتواصل الفعال حول الأمراض التي تهدد الحياة له فوائد كبيرة للصحة النفسية للأطفال وعائلاتهم على المدى الطويل.

(Louise Dalton ,et al.,2020,346-347)

وظهر انتشار كبير للقلق وأعراض الاكتئاب لدى الأطفال واضطرابات النوم والشهية؛ بسبب الوباء، والعزلة الاجتماعية، وتوتر الوالدين. وكان الشعور بالخوف والعصبية والحزن والأرق المرتبط بالقلق أعلى لدى الأطفال المعزولين، مقارنة بأقرانهم الذين لم يخضعوا للحجر الصحي.

(Deolmi M, Pisani F.,2020,2) (Imran N, Zeshan M, Pervaiz Z.,2020,2)

فقد حدثت تغييرات في الحالة العاطفية للأطفال وسلوكياتهم أثناء الإغلاق، وكان الملل أكثر الأعراض المبلغ عنها عند الأطفال من قبل أسرهم،

يليه الشعور بالوحدة والإحباط، والتهيج، والأرق، والغضب، والقلق، والحزن، والجدال مع بقية أفراد الأسرة. وأمضي الأطفال وقتاً أطول في استخدام الشاشات، ووقتاً أقل في ممارسة النشاط البدني والنوم، وتعرضت الأسر لعدد من الضغوط النفسية ارتبطت بشكل كبير بالضغوط النفسية لأطفالهم؛ لذا من الضروري تطوير برامج الوقاية للتخفيف من تأثير جائحة COVID-19 في الصحة النفسية للأطفال وعائلاتهم.

(Evren Morgül,et,al.,2020,46).

كما أشارت دراسة سها عبد الوهاب (٢٠٢١) أنه ترتب علي جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد ١٩) ظهور الاكتئاب النفسي لدي الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، ويرجع ذلك لعدة عوامل منها: عامل النوع لصالح الإناث، وعامل عدد الإخوة لصالح الأطفال بدون إخوة، وعامل درجة التباعد الاجتماعي لصالح التباعد الكلي. وأوصت بضرورة عمل منهج يتناسب مع جميع المراحل التعليمية لكيفية التعامل مع الأزمات والكوارث، وعقد ورش عمل لتدريب الآباء والأمهات على كيفية التعامل مع حالات الاكتئاب والقلق عند أبنائهم.

مما سبق يمكن تلخيص الآثار النفسية السلبية لوباء كورونا في الأطفال فيما يلي:

- القلق.
- الوسواس القهري.
- الإحباط.
- الاكتئاب.
- التهيج والملل.
- الشعور بالوحدة.
- الخوف.
- اضطراب ما بعد
- قلة التفاعل الاجتماعي.
- الصدمة.

- التوتر.
- اضطرابات النوم.
- اضطرابات المزاج.
- الحزن.
- اضطرابات الشهية.
- السلوك العدواني.
- الغضب.
- ضعف الانتباه.

كما أجمع كل من (منى محمد، ٩٤١، ٢٠٢٠)، (سها عبد الوهاب، ٧٧١، ٢٠٢١) أن كثيرًا من الأطفال عانوا من مجموعة استجابات سجلت ظهورها بشكل مفاجيء أو بشكل حاد خلال انتشار فيروس كورونا المستجد، من هذه الاستجابات مايلي:

١. الضجر، والبكاء الزائد، وتقلب المزاج.
٢. يخاف يجلس وحده، أو لا يجلس إلا في وجود الآخرين.
٣. الخوف من الظلام، والأبواب المغلقة، النوم بمفرده.
٤. زيادة الحركة، أو نقصها.
٥. السلوك العدواني.
٦. عدم التركيز، والشرود الذهني.
٧. مشكلات في النوم: (الأحلام المزعجة، تقطع النوم).
٨. مشكلات في الأكل: عزوف، أو إفراط في الأكل، أو ظهور الأكل المحدود الخيارات (يرفض الأكل إلا نوعًا معينًا).
٩. عدم الكلام، أو الكلام الكثير المفرط، وكثرة الأسئلة.
١٠. صعوبات في الكلام (تأتأة، تلعثم).
١١. زيادة في نوبات الغضب (البكاء، أو العناد، وسلوكيات التحدي).

١٢. رفض السلوك الروتيني المنزلي والمعتاد يوميًا، أو الفشل في إنجازه بعكس المعتاد.
١٣. أعراض جسدية بسيطة متكررة: شكل من الأعراض النفس جسدية، مثل: الحساسية، أو المغص.
١٤. في حالة وجود تاريخ مرضي للطفل، قد يظهر نكوص وانحدار في المهارات أو السلوكيات، أو ظهور جديد لسلوكيات سلبية أو مرضية سابقة.
١٥. مشاكل في الإخراج.

د- دور الوالدين في مساعدة الأطفال على التكيف خلال فترة وباء كورونا:

أدى وباء (فيروس كورونا المستجد) إلى إجبار الناس على الالتزام بقيود عديدة لم تؤخذ في الحسبان لحماية أنفسهم وأسرهم من المرض؛ فأصبح علي كل فرد مسئولية اتباع إجراءات الوقاية، كالبقاء في المنزل، وعدم الخروج إلا للضرورة القصوى. الأمر الذي أدى إلى عدم القدرة على ممارسة المهنة بشكل مريح، والحرص على تعقيم كل ما يأتي من الخارج، وزيادة الحذر عند التعامل مع أفراد الأسرة.

(سعيد سالم، ٢٠٢٠، ٢٦٧)

ووجد الآباء أنفسهم أمام تحدي الدعم لأبنائهم من خلال التهيئة النفسية، والتعامل مع الأعراض المزاجية الطارئة على سلوكيات الطفل، والتهيئة المادية بتوفير الحاجات اللازمة للطفل وتشجيعهم، وصرف نظرهم عن مشاعر القلق

والخوف لممارسة أنشطة محببة إليهم إلى غاية انتهاء الحجر المنزلي، وعودة الحياة إلى طبيعتها. (أمينة عبد السلام، ٢٠٢٠، ٥)

لذا يعتبر دور الوالدين مهماً بشكل خاص لتخفيف الآثار النفسية الضارة للوباء؛ لأن الأطفال يعتمدون على البالغين الموثوق فيهم للحماية، وكمراجع لتقييم الخطر وإسناد معنى للأحداث. وبالتالي يمكن أن يكون مخيفاً بشكل خاص للطفل أن يدرك أن الوالد يشعر بالضيق وغير قادر على منع وقوع حدث صادم؛ فهناك صلة قوية بين الصحة العقلية للوالدين والطفل، مما يؤكد على الدور الحاسم للوالدين في الحد من الآثار المؤلمة للوباء، وعواقبه على أطفالهم. وقد تنعكس الإدارة الناجحة للضيق النفسي لدى الوالدين بشكل إيجابي على الصحة العقلية لأطفالهم. (Davico C, et, al., 2021, 5-6)

فيما يلي بعض النصائح التي يمكن أن تساعد الوالدين على تكيف أطفالهم خلال فترة وباء كورونا:

- طمأنة الطفل بأن الأسرة ستحميه، وستبقيه في أمان. وتهدئة الطفل في هذا السن تستوجب مزجاً بين: الكلام والحديث. أيضاً يستوجب الاتصال الجسدي، مثل: الاحتضان.
- تشجيع التعبير عن المشاعر والخبرات؛ من خلال اللعب، والتمثيل، وسرد القصص.
- الصبر والتسامح مع سلوكيات الأطفال وتصرفاتهم ما دامت ضمن الممكن.

- نشاطات رياضية منزلية يومية، ويفضل لو كانت حصة رياضية جماعية ويومية للأسرة.
 - السماح بالتغييرات البسيطة في ترتيب النوم.
 - عمل خطط وأنشطة للهدوء والراحة قبل النوم.
 - المحافظة على روتين سلوكي منظم للأسرة.
 - الابتعاد عن التعرض لوسائل الإعلام وأخبار الفيروس.
 - تفعيل نموذج العلاج السلوكي.
 - لا تتردد في طلب المساعدة من المتخصصين عند وجود الحاجة الملحة.
- (مركز نمو الطفل، ٢٠٢٠، ٤-٥)

* العلاقة بين العلاج بالفن والآثار النفسية لوباء كورونا :

مما سبق اتضح أن العلاج بالفن مدخل فعال لكل من التشخيص والعلاج حيث تتحسن عن طريقه قدرتهم علي التعبير عن أنفسهم عبر ما ينتجونه من أعمال فنية يسقطون من خلالها أفكارهم ومشاعرهم التي لا يستطيعون التحدث عنها بما يساعد علي تكوين مفهوم إيجابي عن أنفسهم ، وتظهر فعاليته عندما يستخدم في علاج العديد من الإضطرابات النفسية وخاصة عند الأطفال والتي منها : القلق والإكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة وفقدان الشهية وفرط الحركة وتشتت الإنتباه وغيرها من المشاكل السلوكية .

بما أنه نتج عن كورونا العديد من الإضطرابات والآثار النفسية السلبية علي الأطفال والتي كان من أكثرها انتشارا : القلق ، الأكتئاب ، اضطراب ما بعد الصدمة ، بعض أعراض وسلوكيات الوسواس القهري ، وفرط الحركة

وتشتت الانتباه ، وأصبحت هناك حاجة ملحة لتحديد استراتيجيات التدخل المناسبة للتعامل مع الآثار المترتبة علي الوباء .

لذا تظهر أهمية استخدام العلاج بالفن ودوره الإيجابي كأحد طرق العلاج المفيد والفعالة التي ستساعد علي الحد من الآثار النفسية المترتبة علي الوباء وتخفيفها بما يساعد علي تحسين صحة الأطفال النفسية .

* التوصيات :

في ضوء ما سبق عرضه من الأدبيات والدراسات السابقة تم إستخلاص التوصيات التالية:

- إجراء دورات تدريبية للتعبير بالرسم ضمن المدارس وبإشراف متخصصين للتعامل مع الآثار المترتبة علي الوباء.
- إنشاء مراكز مجتمعية صحية للإرتقاء بالصحة النفسية الهدف منها وقائي وليس علاجي.
- فتح دورات تأهيلية للعلاج بالفن تستهدف الاختصاصيين والمعلمات والآباء.
- الإهتمام بعمل ورش فنية للأطفال المتضررين من وباء كورونا لتحسين حالتهم النفسية ودعم ثقتهم بأنفسهم.
- دراسة فعالية العلاج بالفن في خفض اضطراب ما بعد الصدمة المترتب علي وباء كورونا عند أطفال مرحلة الطفولة المبكرة.
- دراسة فعالية العلاج بالفن في خفض الإكتئاب المترتب علي وباء كورونا عند أطفال مرحلة الطفولة المبكرة.

المراجع :

- المراجع باللغة العربية:

- أمل حسونة وآخرون (٢٠١٦): فعالية برنامج إرشادي باستخدام العلاج بالفن لخفض بعض المظاهر الانفعالية السلبية للأطفال المرضى بحساسية الصدر في سن ما قبل المدرسة ، مجلة كلية رياض الأطفال، جامعة بورسعيد ، كلية رياض الأطفال، العدد ٩ ، ص ١١٢-١٥٣.
- أمينة عبد السلام (٢٠٢٠): تأثير الحجر المنزلي علي الأطفال في ظل وباء كورونا، مجلة كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية - قسم علوم الإعلام والاتصال ، جامعة محمد بوضياف - المسيلة .
- بسام ناصر (٢٠١٩): دور الفنون الإبداعية في استعادة الصحة النفسية والعقلية للمرضى من وجهة نظر المعالجين بالفن، دراسة تجريبية ، مجلة بحوث في العلوم والفنون النوعية - جامعة الاسكندرية - كلية التربية النوعية ، العدد ١٢ .
- دينا مصطفى (٢٠١٥): العلاج بالفن وتنمية المهارات الإجتماعية لدي الأطفال ذوي اضطراب التوحد، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (٤) . العدد (٤) .
- رانيا محمود (٢٠٢١): طرق العلاج النفسي من التحليل النفسي إلي الواقع الافتراضي، ط١، المؤسسة الدولية للكتاب، الجيزة، مصر .
- سامر جميل (٢٠٢٠): علم النفس في مواجهة تأثير أزمة كورونا covid-19 علي الصحة النفسية .مجلة علم النفس، الهيئة المصرية للكتاب ، ١٢٥ (٣٣) ، ص ٣٧-٤٥.

- سعيد سالم (٢٠٢٠): مهددات الصحة النفسية المرتبطة بالحجر المنزلي
أثر فيروس كورونا المستجد (covid-19)، المجلة العربية للدراسات
الأمنية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، المجلد ٣٦ ، العدد ٢
،ص٢٦٥-٢٧٨.
- سناء علي (٢٠١٦): رسوم الأطفال (التحليل والدلالة)، دار الزهراء،
الرياض .
- سنوسي بومدين وجلولي زينب (٢٠٢٠): الصحة النفسية في ظل
انتشار فيروس كورونا كوفيد -١٩ والتباعد الإجتماعي واستمرار
الحجر الصحي، مجلة التمكين الإجتماعي، المجلد الثاني، العدد الثاني .
- سها عبد الوهاب (٢٠٢١): الإكتئاب النفسي المترتب علي جائحة
فيروس كورونا المستجد (كوفيد -١٩) لدي الأطفال في مرحلة
الطفولة المبكرة، مجلة بحوث ودراسات الطفولة، كلية التربية للطفولة
المبكرة، جامعة بني سويف ، ٣(٥) يونيو ٢٠٢١.
- شرين جابر (٢٠٢٠): عالم ما بعد ال "كورونا " رؤية استشرافية،
تداعيات الجائحة : رؤي تحليلية ونقدية لتداعيات جائحة كورونا لعام
٢٠٢٠، مركز الدراسات الاستراتيجية، مكتبة الأسكندرية، مصر
٢٠٢٠.
- عبدالعزيز الدقيل (٢٠٢٠): أهمية العلاج بالفن التشكيلي وتطبيقاته
التجريبية المختلفة، مجلة الفنون والعلوم التطبيقية، المجلد السابع العدد
الرابع، أكتوبر ٢٠٢٠، كلية الفنون التطبيقية، جامعة دمياط .

- عبد المطلب القريطي (٢٠١٢). العلاج بالفن، مفهومه وأسسسه وأهداف وفنياته، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد ٧٧ - المجلد الثاني والعشرون أكتوبر ٢٠١٢ .
- كمال خضر (٢٠١٤): العلاج بالفن - أسلوب علاجي ناجح مع الأطفال ، مجلة نشر الثقافة النفسية ، كلية الآداب ، جامعة بنها ، مجلد ٩ .
- مركز نمو الطفل (٢٠٢٠): الأطفال في سن ما قبل المدرسة : تكيف الأطفال واستراتيجيات التجاوز في ظل فيروس كورونا - كوفيد -١٩ . مستشفى الملك عبد الله بن عبد العزيز الجامعي .
- مصطفى عبدالعزيز، عفاف فراج (٢٠٢٢): العلاج بالفن : من الطفولة حتي المراهقة ، مجلة بحوث في التربية الفنية والفنون، المجلد ٢٠، العدد ٢، الصفحة ٦٨٧-٧٠٤.
- مني محمد (٢٠٢٠): فعالية برنامج إرشادي لخفض بعض المخاوف المرضية المستحدثة لدى الأطفال من جائحة فيروس كورونا المستجد، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة - جامعة بورسعيد، العدد السابع عشر ٢٠٢٠.
- هناء زيدان (٢٠٢١): الفن وصحة النفس - التشخيص - التوجيه والإرشاد - العلاج بالفن، دار الكتاب الحديث، القاهرة .
- المراجع باللغة الأجنبية: -
- Akat, M. & Karataş, K. (2020). Psychological effects of Covid-19 Pandemic on society and its reflections on education. **Turkish Studies**, 15(4), 1-13. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44336>.

- Azimova Fotima(2020).The influence of art and art therapy on people, International, **Journal on Integrated Education**, Volume 3, Issue VI, June 2020 | 59.
- Bitonte, R.A. and Santo, M.D. (2014). "Art therapy: an underutilized, yet effective tool", **Mental Illness**, Vol. 6 No. 1, pp. 18-19. <https://doi.org/10.1108/mi.2014.5354>.
- British Association of Art Therapists (2015). **What is Art Therapy?** Available online at: <https://www.baat.org/About-Art-Therapy> [Google Scholar] [Ref list]
- **Brooks et al., 2020: The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence** , Lancet, 395 (2020), pp. 912-920.
- Bruggen Ruffi Monique, Benkmil F, et al.,(2022). The Benefits of Music, Dance/Movement - and Art Therapy on Improving and Retrieving Cognition and Memory with People Suffering from Korsakoff Syndrome , **Medical Research Archives**, [online] 10(4).
- Cathy A. Malchiodi,(2020). **Trauma and Expressive Arts Therapy Brain, Body, And Imagination in The Healing Process**,A Division of Guilford Publications, Inc.
- Christiaan H. Vinkers, Therese van Amelsvoort, Jonathan I. Bisson, Igor Branchi, John F. Cryan, Katharina Domschke, Oliver D. Howes, Mirko Manchia, Luisa Pinto, Dominique de Quervain, Mathias V. Schmidt, Nic J.A. van der Wee,(2020). Stress resilience during the coronavirus pandemic, **European**

- Neuropsychopharmacology**, Volume 35, 2020, Pages 12-16, <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2020.05.003>.
- Coccia, Mario.(2021). "Pandemic Prevention: Lessons from Covid-19" **Encyclopedia** 1,no.2:433-444. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia1020036>
 - Davico C, Ghiggia A, Marcotulli D, Ricci F, Amianto F and Vitiello B,(2021). Psychological Impact of the Covid-19 Pandemic on Adults and Their Children in Italy. **Front. Psychiatry** 12:572997. doi: 10.3389/fpsyt.2021.572997
 - Deolmi M, Pisani F.(2020). Psychological and psychiatric impact of COVID-19 pandemic among children and adolescents. **Acta Biomed.** 2020 Nov 10;91(4):e2020149. doi: 10.23750/abm.v91i4.10870.
 - Dhar Chowdhury, S., & Oommen, A. M. (2020). Epidemiology of Covid-19. **Journal of Digestive Endoscopy**, 11(1), 3–7. <https://doi.org/10.1055/s-0040-1712187>
 - Edeh Michael Onyema, Nwafor Chika Eucheria , Faith Ayobamidele Obafemi , Shuvro Sen,Fyneface Grace Atonye,. Aabha Sharma, Alhuseen Omar Alsayed(2020)Impact of Coronavirus Pandemic on Education , **Journal of Education and Practice** , Vol.11, No.13, 2020 .
 - Evren Morgül, Angeliki Kallitsoglou, & Cecilia A. Essau (2020). Psychological effects of the Covid-19 lockdown on children and families in the UK , **Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes** , Vol.

7 n°. 3- Septiembre 2020 - pp 42-48 , doi: 10.21134/rpcna.

- Haeyen S, Chakhssi F, Van Hooren S.(2020) Benefits of Art Therapy in People Diagnosed With Personality Disorders: A Quantitative Survey. **Front Psychol.** 2020 April 15;11:686. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00686.
- Harriet Wadeson (2010). **Art Psychotherapy**, Second Edition, Published by John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, Published simultaneously in Canada.
- Hina Ayaz Habib, Uzma Ali (2015). Efficacy of Art Therapy in The Reduction of Impulsive Behaviors of Children with Adhd Comorbid Intellectual Disability , Institute of Clinical Psychology, University of Karachi, Pakistan **Journal of Psychology**, December 2015, 46, 2, 23-33.
- Hu J, Zhang J, Hu L, Yu H, Xu J. (2021). Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders. **Front Psychol.** 2021 Aug 12;12:686005. doi: 10.3389/fpsyg.2021.686005.
- Imran N, Aamer I, Sharif MI, Bodla ZH, Naveed S. Psychological burden of quarantine in children and adolescents: A rapid systematic review and proposed solutions. **Pak J Med Sci.** 2020 Jul-Aug;36(5):1106-1116. doi: 10.12669/pjms.
- Jacqueline P. Jones, Jessica M. Drass, Girija Kaimal (2019). Art therapy for military service members with post-traumatic stress and traumatic brain injury: Three case reports highlighting trajectories of treatment

- and recovery, **The Arts in Psychotherapy**, Volume 63, Pages 18-30, <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.04.004>
- John Hiscott, Magdalini Alexandridi, Michela Muscolini, Evelyne Tassone, Enrico Palermo, Maria Soultioti, Alessandra Zevini, The global impact of the coronavirus pandemic, **Cytokine & Growth Factor Reviews**, Volume 53, Pages 1-9, ISSN 1359-6101, <https://doi.org/10.1016/j.cytogfr.2020.05.010>
 - Karin Alice Schouten, Gerrit J. de Niet , Jeroen W. Knipscheer , Rolf J. Kleber , and Giel J. M. Hutschemaekers(2015). The Effectiveness of Art Therapy in the Treatment of Traumatized Adults: A Systematic Review on Art Therapy and Trauma ,**Trauma, Violence, & Abuse** 2015, Vol. 16(2) 220-228.
 - King JL, Kaimal G. (2019). Approaches to Research in Art Therapy Using Imaging Technologies. **Front Hum Neurosci**. 2019 May 17;13:159. doi: 10.3389/fnhum..
 - Liu, Z.; Yang, Z.; Xiao, C.; Zhang, K.; Osmani, M. (2022). An Investigation into Art Therapy Aided Health and Well-Being Research: A 75-Year Bibliometric Analysis. **Int. J. Environ. Res. Public Health** 2022, 19, 232. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010232>
 - L. Moayer Toroghi(2015).The Effectiveness of Art Therapy On Housewives General Health, Anxiety and Self-efficacy in Tehran ,**European Psychiatry**

،Volume 30, Supplement، Page852
،[https://doi.org/10.1016/S0924-9338\(15\)30665-9](https://doi.org/10.1016/S0924-9338(15)30665-9).

- Louise Dalton , Elizabeth Rapa ,Alan Stein , 2020 , Protecting the psychological health of children through effective communication about COVID-19, VOLUME 4, ISSUE 5, P346-347, MAY 01, 2020,[https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30097-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30097-3)
- Lousa, T.; Hughet, M.(2022): Case Study First Aid with Art Therapy and its liberating role in Bosnia and Herzegovina Temporary Reception Centers for Migrants and Refugees, **Arte, indiv. soc.** 34(2), 2022: 799-816.
- Maria Nicola, Zaid Alsafi, Catrin Sohrabi, Ahmed Kerwan, Ahmed Al-Jabir, Christos Iosifidis, Maliha Agha, Riaz Agha(2020). The socio-economic implications of the coronavirus pandemic (COVID-19): A review،**International Journal of Surgery**، Volume 78، Pages 185-193،<https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2020.04.018>.
- **Natarajan Kathirvel,2020** : Post COVID-19 pandemic mental health challenges، Asian Journal of Psychiatry، Volume 53، 2020,
- Nipunie Rajapakse , Devika Dixit(2020). Human and novel coronavirus infections in children: **a review** , Pages 36-55,<https://doi.org/10.1080/20469047.2020.1781356> .<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2046>

- Nordin, M. H. A., Nordin, N. A., Rahman, M. F. A., Jaafar, N. A. M., Tarmizi, N. A., & Saberi, N. S. N.(2022). Case Report Analysis: Art Therapy as a Tool During the Exploration Phase in Individual Psychotherapy. **International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development**, 11(4), 1173–1182.
- Oyinlola Abodunrin , Gbolahan Oloye & Bola Adesola (2020). Coronavirus Pandemic and its Implication on Global Economy, **International Journal of Arts, Languages and Business Studies (IJALBS)**, Vol.4; pg13-23.
- QIU, W. et al.(2017). The Pandemic and its Impacts. **Health, Culture and Society**, [S.l.], p. 1-11, dec. 2017. doi:<https://doi.org/10.5195/hcs.2017.221>.
- Ramin alavinezhad, Masoumeh Mousavi, Nadereh Sohrabi(2014). Effects of Art Therapy on Anger and Self-esteem in Aggressive Children, **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, Volume 113, Pages 111-117, <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.016>
- Se-Ryun Park, Yu-Jung Cha(2023). Effects of online group art therapy on psychological distress and quality of life after family bereavement: In Covid-19 pandemic, **The Arts in Psychotherapy** ,Volume82 ,<https://doi.org/10.1016/j.aip.2022.10>.
- Sun X. The Practical Application of Oil Painting in the Treatment of Mental Illness. **Occup Ther Int**. 2022 Jun

17;2022:1727507. doi: 10.1155/2022/1727507. PMID: 35821712; PMCID: PMC9232304

- Verlunmun Celestine Gever, Timothy Onosahwo Iyendo, Udoka O. Obiugo-Muoh, Joshua Kayode Okunade, Ngozi Agujiobi-Odoh, Ngozi Udengwu, Felix Olajide Talabi, Peter N. Nwokolo(2023). Comparing the effect of social media-based drama, music and art therapies on reduction in post-traumatic symptoms among Nigerian refugees of Russia's invasion of Ukraine, **Journal of Pediatric Nursing**, Volume 68, Pages 96-102, <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.11.018>.