

الأبعاد التشكيلية لزهور الباخ والإفادة منها لإثراء الأعمال التصويرية والمشغولات الفنية ودراسة أثرها في العلاج بالفن

The Plastic Dimensions of Bach flowers and their use to
Enrich Painting Works and Artistic Crafts and Study their
Impact on Art therapy

إعداد

د/دينا محمد عادل حسن رحومة

مدرس الأشغال الفنية
كلية التربية النوعية - جامعة الإسكندرية

أ.م.د/ أميرة أحمد المندوم

أستاذ الرسم التصوير المساعد
كلية التربية النوعية - جامعة الإسكندرية

Blind Reviewed Journal

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي إلى إنتاج لوحات تصويرية ومشغولات فنية وظيفية ذات قدرة شفاءية. و يعد العلاج بالفن من أهم العلاجات التكميلية للبرامج العلاجية للمريض النفسي، لما له من تأثير في تقدم الحالات المرضية، إلى جانب العلاج الدوائي، والجلسات النفسية، و يستهدف مساعدة الفرد في الشعور الإيجابي تجاه نفسه، وتحسين تواصله مع الآخرين. كما استخدمت الباحثتان إختبار لوشر بالألوان، ، فهو اختبار نفسي "عميق علي الرغم من سهولته " ، وقد تم تطويره لإستخدام الأطباء النفسيين وعلماء النفس. ويمكن للشخص العادي استخدامه بنفسه . وقد طبقت الباحثتان تجربتهما في ضوء نظرية لوشر للالوان حيث الألوان والاستجابات البشرية فلقد ابتكر الدكتور "ماكس لوشر" طريقة لتحليل الشخصية عام ١٩٤٠ من خلال معرفة اللون المفضل ، حيث لاحظ إن الألوان التي يفضلها الشخص ما ؛ لها علاقة بالحالة النفسية لهذا الإنسان ، و هذا العلم يسمى الآن بـ"بسيكولوجية الألوان والعلاج بالفن". وقد تم تناول زهور الباخ ، وهي مستخلصات نباتية تساعد على تحسين الحالة النفسية ، وهي علاج بديل أو تكميلي يستخدم للمشاكل العاطفية و الألم النفسي، وهي مصنوعة من مستخلصات مخففة من زهور النباتات البرية.

إنطلاقاً مما سبق إستخلصت الباحثتان مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- ١ - كيف يمكن الإستلham من زهور الباخ لإنتاج أعمال تصويرية مستحدثة ذات قدرة شفاءية ؟
- ٢ - ما مدى إمكانية الإستفادة من زهور الباخ في إبتكار مشغولات فنية ذات قدرة شفاءية ؟

Research Summary

The current research aims to produce pictorial paintings and functional artifacts with a healing ability. Art therapy is one of the most important complementary therapies to the treatment programs for the mental patient, because of its impact on the progression of disease states, in addition to drug therapy and psychological sessions, and aims to help the individual feel Positive attitude towards himself, and improve his communication with others. The two researchers also used the color-coded Luescher test, which is a "deep though easy" psychological test that was developed for the use of psychiatrists and psychologists. The average person can use it himself. The two researchers applied their experience in the light of Luescher's theory of colors in terms of colors and human responses. Dr. "Max Luescher" devised a way to analyze personality in 1940 by knowing the preferred color, where he noticed that the colors that a person prefers; It is related to the psychological state of this person, and this science is now called color psychology and art therapy. Bach flowers were taken, which are plant extracts that help improve the psychological state, and they are an alternative or complementary treatment used for emotional problems and psychological pain, and it is made of diluted extracts of Wild plants flowers. Based on the foregoing, the researchers concluded the research problem in the following questions:

- 1- How can inspiration from Bach flowers be used to produce new figurative works with healing power?
- 2 -What is the possibility of benefiting from Bach flowers in creating artifacts with healing power?

مقدمة:

العلاج بالفن مجال هجين حيث المزاجية بين الفن وعلم النفس ، ومعالجة النزاعات العاطفية التي لم يتم حلها وتحسين المهارات الإجتماعية . و يهدف العلاج بالفن في المقام الأول إلى مساعدة الأفراد الذين يواجهون تحديات عاطفية ونفسية . كما إستخدم الفن كوسيلة للإتصال والتعبير عن الذات والتفاعل الجماعي والتشخيص وحل النزاعات عبر التاريخ منذ آلاف السنين ، وقد أدرجت الثقافات والعقائد في جميع أنحاء العالم إستخدام التماثيل المنحوتة ، فضلاً عن اللوحات والرموز المقدسة ، في عملية الشفاء . ولم يتم إنشاء العلاج بالفن كنهج علاجي فريد ومقبول علناً إلا مؤخراً ، في منتصف القرن العشرين .و يعتبر إستخدام زهور الباخ أحد العلاجات لتخفيف الإنزعاج النفسي الذي يكمن وراء الأعراض الجسدية ، حيث أن الجسد والعقل مرتبطان إرتباطاً وثيقاً ببعضهما البعض ، كما أنها علاج طبيعى من مستخلصات نباتية تساعد على تحسين الحالة النفسية حيث أشار باخ أنه من خلال تحويل المشاعر من السلبية إلى الإيجابية ، يمكن أيضاً تغيير حالة الفرد النفسية والجسدية حيث أن أن شفاء المشاعر السلبية يساعد الجسم على شفاء نفسه .

نظراً لأن العلاج بالفن يسمح للأشخاص بالتعبير عن مشاعرهم حول أي موضوع من خلال العمل الإبداعي بدلاً من الكلام ، فمن المعتقد أنه مفيد بشكل خاص لأولئك الذين يشعرون بأنهم بعيدون عن عواطفهم أو مشاعرهم . والأفراد الذين يواجهون صعوبة في مناقشة أو تذكر التجارب المؤلمة قد يجدون أيضاً أن العلاج بالفن مفيداً بشكل خاص.

من المعروف أن الألوان تؤثر في الحالة النفسية و العقلية للإنسان ، فمثلاً اللون الأحمر يعبر عن الاندفاع و الإثارة عوضاً عن أنه قد ينبه بالخطر، و لطالما نصح أطباء علم النفس بإختيار الألوان المناسبة للحالة المزاجية للإنسان كوضع حائط برتقالي في المنزل لشخص يعاني من الاكتئاب مثلاً . و من هنا جاءت الفكرة فكما تؤثر الألوان في الحالة النفسية يمكن أن تؤثر أيضاً في خلايا الجسم و تقضي على المرض.

ويعد إختبار لوشر من أهم الإختبارات النفسية حيث يقوم إختبار لوشر التشخيصى للالوان بقياس الحالة النفسية الجسدية للشخص وكذلك ايضا يقيس قدرته على مواجهة الضغوط والتواصل والاداء كما يكشف الضغوط النفسية التى تؤدى الى الامراض الجسدية.

ولهذا تم إختياره من قبل الباحثان لما له من مميزات والتي تتمثل في:

- ١- مدته قصيرة قد لا تتعدى من ٥ الى ١٠ دقائق .
- ٢- لاختبار يعتمد على اختيار الالوان وليس على اختيار كلمات او جمل.
- ٣- وبما انه غير منطوق فهو لا مجال لاي سوء فهم فيه.
- ٤- امكانية فهم وتفسير سلوك الانسان بدقة لانه يعتمد على علم النفس التصنيفي والتحليلي.
- ٥- تحديد جوانب الاضطراب بدقه فى مختلف نواحي حياة الانسان مما يسهل على المعالج او المختص على اعادة اتزانها مرة اخرى.
- ٦- امكانية قياس الضغوط الجسمانية النفسية بدقة غير مسبوقة مما يساعد على فهم الحالة ومعرفة تقييمها جيداً.

٧- امكانية متابعة الحالات المرضية لادارة الجلسات العلاجية بكفاءة.

من هنا جاءت مشكلة البحث من خلال التساؤلات الآتية:

- ١ -كيف يمكن الإستلھام من زھور الباخ لإنتاج أعمال تصويرية مستحدثة ذات قدرة شفائية ؟
- ٢- ما مدى إمكانية الإستفادة من زھور الباخ في إبتكار مشغولات فنية ذات قدرة شفائية ؟

فروض البحث :

- أنه يمكن إنتاج أعمال تصويرية مستحدثة ذات قدرة شفائية من خلال الإستلھام من زھور الباخ .
- ٢- أنه يمكن إبتكار مشغولات فنية مستوحاة من زھور الباخ ذات قدرة شفائية.

أهداف البحث :

- ١ -دراسة نظرية حول العلاج بالفن ، العلاج بالالوان ، نظرية لوشر وصولاً إلى زھور الباخ .
- ٢ -إنتاج أعمال تصويرية مستحدثة ذات قدرة شفائية من خلال الإستلھام من زھور الباخ .
- ٣ -الإستفادة من الإمكانيات المتنوعة للأشكال المختلفة لزھور الباخ في إنتاج كروت فنية ذات قدرة شفائية.

- ٤- إستحداث مشغولات فنية وظيفية ذات قدرة شفائية مستوحاه من زھور الباخ .

أهمية البحث :

ترجع أهمية البحث إلى:

١- تناول زهور الباخ كمجال خصب والتي يمكن من خلال الإستلها م منها إثراء مجالي التصوير والأشغال الفنية.

٢- تمثل الدراسة الحالية عملية دمج بين مجالي علم النفس والفنون ، فتعد من الدراسات البينية التي تسعى بشكل إيجابي في تنمية المجتمع وتطوره .

حدود البحث :

تقتصر الدراسة على:

- ١ -الإفادة من الإمكانيات التشكيلية من زهور الباخ في إنتاج اعمال تصويرية ذات قدرة شفاءنية.
 - ٢ -الدراسة النظرية لزهور الباخ (Bach Flowers) ، وإختبار لوشر (Lüscher test) ، العلاج بالفن ، والعلاج بالألوان.
 - ٣ -تطبيق الجانب العملي من البحث على طلاب الفرقة الرابعة قسم التربية الفنية ، كلية التربية النوعية ، جامعة الأسكندرية لمدة ثلاثة أشهربواقع أربع محاضرات في الأسبوع .
 - ٤ -إستحداث مشغولات فنية ذات قدرة شفاءنية مستوحاه من زهور الباخ.
 - ٥ -التأكد من فاعلية القدرة الشفاءنية لزهور الباخ من خلال الجانب الإحصائي للبحث .
- منهجية البحث : يتبع البحث الحالي المنهج التجريبي للتأكد من فاعلية القدرة الشفاءنية المستلهمة من زهور الباخ .

قامت الباحثتان بتقسيم منهجية البحث طبقاً للمحاور الآتية :

الإطار النظري :

أولاً : العلاج بالفن :

العلاج بالفن طريقة فعالة في علاج الاضطرابات النفسية لدي الفرد الذي يعبر سلوكيا بالفن أكثر من تعبيره لفظيا كما أنه فرصة كبيرة للابتكار والابداع والسعي نحو الإتقان ، إن خبرة مراجعة ما يعمل الانسان بيده خبرة عظيمة خاصة عندما يستطيع أن يعبر بيده عما في عقله ، فالمريض النفسي عندما يعبر فإنه يعبر عن العالم الداخلي له أو العالم من حوله أو عالم جديد برؤية خاصة ذاتية للمريض

تمت صياغة مصطلح "العلاج بالفن" في عام ١٩٤٢ من قبل الفنان البريطاني أدريان هيل ، الذي اكتشف الفوائد الصحية للرسم ، والرسم أثناء التعافي من مرض السل في الأربعينيات من القرن الماضي ، من هنا بدأ العديد من الكتاب في مجال الصحة النفسية في وصف عملهم مع الأشخاص الذين يتلقون العلاج بأنه "علاج بالفن". فلقد ثبت أن العلاج بالفن يفيد الناس من جميع الأعمار حيث تشير الأبحاث إلى أن العلاج بالفن يمكن أن يحسن التواصل والتركيز ويمكن أن يساعد في تقليل مشاعر العزلة . وقد ثبت أيضًا أن هذا النوع من العلاج يؤدي إلى زيادة احترام الذات والثقة والوعي بالذات ، غالبًا ما يمكن تحقيق النتائج الإيجابية في العلاج بالفن من قبل أولئك الذين يواجهون مشكلات مثل:

- قلق
- كآبة
- الاعتماد على المادة
- إجهاد
- إجهاد ما بعد الصدمة
- فرط الحركة ونقص الانتباه
- الشيوخة وقضايا الشيوخة
- سرطان
- مرض قلبي
- فقدان الشهية
- الشره المرضي
- اضطرابات الأكل الأخرى
- إدراكيا
- قضايا الأسرة أو العلاقة

وتشير الأبحاث الحديثة إلى أن العلاج بالفن قد يساعد الأفراد المصابين بالفصام على رؤية تحسن في بعض أعراضهم ، على الرغم من استمرار إجراء التجارب ، فعادةً ما يكون لدى

المعالجين بالفنون المعتمدين فهم شامل للتأثير القوي الذي يمكن أن تحدثه العملية الإبداعية على أولئك الذين يخضعون للعلاج. فغالبًا ما يستخدم المعالجون بالفنون النظريات النفسية والروحية والفنية جنبًا إلى جنب مع العلاجات السريرية لتحقيق النتيجة العلاجية المرغوبة. ولقد أثبت هذا النهج أنه مفيد حتى للأفراد الغير قادرين على التعبير اللفظي والفنانين المحترفين وتشمل الأساليب الشائعة المستخدمة في العلاج ما يلي:

- تلوين
- الرسم بالأصابع
- العبث
- الخربشة
- النحت
- رسم
- مشغولات فنية
- استخدام صب الطين
- نحت
- صنع الفخار
- صنع البطاقات
- استخدام المنسوجات
- صنع الفن التصويري

من هنا يمكن أن يساعد العلاج بالفن الأشخاص في التعبير عن تلك الأفكار والعواطف والتجارب التي قد يصعب التحدث عنها.

ثانيًا : العلاج بالألوان:

يطلق عليه أحيانًا العلاج بالأضواء الملونة أو علم الألوان أو المعالجة بالكرومات، هو طريقة طبية بديلة تُصنف مع العلوم الزائفة كما يدعي المعالجون بالألوان أنهم قادرون على استخدام الضوء

الملون من أجل موازنة «الطاقة» التي يفتقر إليها جسم الشخص ، سواء كان ذلك على المستوى الجسدي أو العاطفي أو الروحي أو العقلي.

اعتبر ابن سينا (٩٨٠-١٠٣٧) اللون ذا أهمية حيوية في التشخيص والعلاج، ناقش العلاج بالألوان في كتابه القانون في الطب، إذ كتب: «اللون هو أحد أعراض المرض التي يمكن ملاحظتها»، وطور أيضًا مخططًا يربط اللون بدرجة حرارة الجسم وحالته الجسدية وكان رأيه أن اللون الأحمر يحرك الدم ، أما اللون الأزرق أو الأبيض فيبرده، ويقلل اللون الأصفر من آلام العضلات والتهاباتها.

ويعد اللون طاقة مشعة لها طول موجي معين تقوم المستقبلات الضوئية في الشبكية بترجمتها إلى ألوان ، وتحتوي الشبكية على ثلاثة ألوان هي الأخضر والأحمر والأزرق وبقية الألوان تتكون من مزج هذه الألوان الثلاثة ، وعندما تدخل طاقة الضوء إلى الجسم فإنها تنبه الغدة النخامية والجسم الصنوبري مما يؤدي إلى إفراز هرمونات معينة تحدث مجموعة من العمليات الفسيولوجية ، ولكل كائن حي ولكل نظام من أنظمة الجسم لون خاص يثيره وينبه ، وآخر يكبح عمل ذلك العضو أو النظام . فقد أشار الباحثون إلى أن الألوان الرئيسية التي تؤثر على جسم الإنسان هي التدرجات اللونية لقوس قزح من ألوان الطيف التي تشمل الأحمر/الأرجواني، البرتقالي، الأصفر، الأزرق، النيلي، البنفسجي والأبيض.

وقد قُسمت إشعاعات هذه الألوان إلى قسمين:

ألوان موجبة: إشعاعاتها منشطة ومثيرة وهي: الأحمر، البرتقالي، الأصفر ويضاف لهم اللون الأسود ودرجاتهم.

ألوان سالبة: وتمتاز بتفاعلاتها القلوية وإشعاعاتها تكون باردة ومهدئة: الأزرق ، الأخضر، البنفسجي ، النيلي والأبيض ودرجاتهم.

وبناءً على ماسبق فإن المعالجون يقومون بداية بموازنة مراكز الطاقة في جسم الشخص لتعمل بشكل سليم من حيث التذبذبات والاهتزازات ونتأكد بأن الحالة الجسدية تعمل بشكل صحيح. ومن ثم يقومون بإرسال طاقة على شكل ألوان لعضو الجسم المصاب أو المريض ومحاولة التأكد من أن هذا العضو إستعاد لونه الطبيعي.

ثالثاً : إختبار لوشر:

ولد العالم الفيزيائي ماكس لوشر عام ١٩٢٣ م في سويسرا وتوفي عام ٢٠١٧ م . قام لوشر بدراسة الطب النفسي وحصل على درجة الدكتوراه في علم النفس برسالة كانت بعنوان (الالوان وسيلة التشخيص النفسى) واكتسب شهرة كبيرة في مجاله .

يعد إختبار لوشر إختبار نفسي "عميق" ، على الرغم من سهولة وسرعة إجرائه ، تم تطويره لاستخدام الأطباء النفسيين وعلماء النفس والأطباء إن مبدأ إختبار Luscher Color Test هو أنه يمكن اكتساب معلومات نفسية دقيقة عن الشخص من خلال إختياراته ورفضه من الألوان . يمكن أخذ نسخة مبسطة من الإختبار وتفسيرها بسرعة ويمكن للشخص العادي إدارتها لنفسه ، حيث يهدف إختبار لوشر إلى معرفه النفس البشريه عن طريق الالوان وقام العالم ماكس لوشر بإجراء أول إختبار نفسى بالألوان عام ١٩٤٧ م ، فيتم استخدام هذا الإختبار من قبل الأطباء والإخصائيين النفسيين

يبدأ إختبار Lüscher من خلال ربط نظرية الألوان الأساسية والتكميلية ، مع الاحتياجات الأساسية التي تتدخل بشكل غير مباشر في الآليات النفسية، وبعبارة أخرى ، فإنه يأخذ في علم النفس من الألوان لإنشاء علاقة بين التفاعلات النفسية والمحفزات اللونية ، حيث يفترض أن كل فرد يتفاعل نفسيا في وجود لون معين وهكذا يمكن أن يحدث تنشيط لوني لردود الفعل التي تحدث عن الارتياح ، أو عدم الرضا ، من الاحتياجات النفسية الأساسية.

يقوم إختبار لوشر التشخيصى للألوان بقياس الحالة النفسية الجسدية للشخص وكذلك أيضا يقيس قدرته على مواجهة الضغوط والتواصل والأداء كما يكشف الضغوط النفسية التى تؤدى الى الأمراض الجسدية.

إختبار لوشر التشخيصى يتكون من تسع إختبارات مدة إجرائها جميعا لايتعدى العشر دقائق.كل إختبار يكشف جانب معين من جانب حياة الشخص ، حيث اوجد العالم فى هذا الإختبار علاقة ما بين الالوان وبين المشاعر التى يشعر بها الانسان بمعنى ان الانسان عندما ينظر للون معين فقط يشعر باحساس معين وعن طريق حسابات ومعادلات رياضية معقدة جدا يستطيع ان يستنتج نتائج دقيقة عن الشخصية وعن جوانب حياة الشخص .

من الممكن ان نذكر بعض مزايا استخدام اختبار لوشر فى النقاط التالية:

- ١- مدته قصيرة قد لا تتعدى من ٥ الى ١٠ دقائق
- ٢- الاختبار يعتمد على اختيار الالوان وليس على اختيار كلمات او جمل.
- ٣- وبما انه غير منظوق فهو لا مجال لاي سوء فهم فيه.
- ٤- امكانية فهم وتفسير سلوك الانسان بدقة لانه يعتمد على علم النفس التصنيفى والتحليلى.
- ٥- تحديد جوانب الاضطراب بدقه فى مختلف نواحي حياة الانسان مما يسهل على المعالج او المختص على اعادة اتزانها مرة اخرى.
- ٦- امكانية قياس الضغوط الجسمانية النفسية بدقة غير مسبوقه مما يساعد على فهم الحالة ومعرفة تقييمها جيدا.
- ٧- امكانية متابعة الحالات المرضية لادارة الجلسات العلاجية بكفاءة.

فيما يلي الألوان الاساسية لاختبار Lüscher:

الأزرق والأخضر والأصفر والأحمر.

اللون	الموقف المتناقض المضطرب	حالة الاتزان	الموقف المتجاوز المضطرب
الازرق	١- - يشير الي موقف ساخط الغير راضي	الرضا والقبول والتعاطف المريح فاللون الازرق عمق المشاعر والاهتمام بفهم الذات وحفظ السلام.	١++ يشير الي موقف قلق من عدم القبول يؤدي الي التفريط في نفسه لمحاولة تمكينه من قبول الاخرين له
الأخضر	٢-- الشعور بالنقص الشخصي	يتميز بتقدير الذات فيحتاج إلى التقدير والاحترام وشعوره بقيمته الشخصية	٢++ يحتاج إلى تقدير واحترام كفرد استثنائي ، من أجل زيادة تقديره وشعوره بقيمته الشخصية. يقاوم الرداءة ويضع لنفسه معايير عالية. يعمل على ترسيخ مكانته وتقويتها.

٣++ يقيس احترام الناس له بإنجازاته ومقارنتها بإنجازات الآخرين فالأهداف التي يريدتها تدفعه إلى لعب دوره بكثافة عالية وبشكل فوق قدراته يسبب الاضطراب فالخوف من أنه قد يُمنع من تحقيق الإنجازات يسبب خيبة الأمل بسبب عدم تحقيق أمله والخوف من أن صياغة أهداف جديدة لن يؤدي إلا إلى مزيد من الانتكاسات أدى إلى قلق كبير. إنه يحاول الهروب من هذا إلى علاقة سلمية ومتناغمة ، تحميه من عدم الرضا ونقص التقدير	يشير الي حالة الإنجاز , إلى القوة الحيوية والرغبة والفاعلية؛	٣-- الشعور بالعجز الذي يعرضه للاتفاعلات والضيق الشديد. ويحاول الهروب من ذلك بالتخلي عن النضال فقد يفتقرون إلى الحيوية أو مهمومون بسبب مشاكل في حياتهم..	الأحمر
٤++ حالة يتجنب فيها الشخص الواقع ويهرب منه بعالم افتراضي من خياله عالم سحري خيالي.	الأصفر الفاقع هو خيار أولي مستحسن، وفقاً للوشر؛ فهؤلاء الأشخاص يتسمون بالذكاء، ولديهم آمال وتوقعات هائلة، فهم يسعون إلى السعادة ولديهم من الفلسفات التي تقدم التنوير لأصفر هو لون خاص بالفرح والعفوية والاهتمام بالآخرين. الأشخاص الذين يختارون ذلك في المواضيع الأولى عادة ما يكونون متفانين للغاية ، ومرتاحين ، ويميلون إلى الفرار من المخاوف والمشاكل لتجنب المرارة.. غالباً ما يكون هؤلاء الأشخاص موجهون نحو المستقبل ، معتقدين أن جميع التجارب التي تأتي ستكون إيجابية وتساعدهم على أن يكونوا أكثر سعادة	٤ - - يضع العراقيين والقيود فعنده خوف شديد من المستقبل وخيبة أمل وكآبة مع نظرة تشاؤمية نحو المستقبل كما أنه إشارة على خيبة الأمّل في الحياة والعزلة والشك	الأصفر

رابعاً : زهور الباخ :

زهو باخ هي طرق علاجية بالزهور ابتكرها الطبيب البريطاني و عالم الأحياء الدقيقة المعالج إدوارد باخ (١٨٨٦-١٩٣٦) تسمى أحيانا "خلاصات الزهور" أو "علاجات الزهور" وفي أوائل القرن

العشرين إستخدمت الفكرة وراء زهور باخ المعالجة ، لكنهم يستخدمون مواد أقل و لا يعملون بشكل مباشر على الأعراض الجسدية ، و لكن بدلا من ذلك على العواطف .

توصل باخ إلي أن الندى الموجود على بتلات الزهور يحتفظ بالخصائص العلاجية المفترضة لهذا النبات ويستخدم كميات صغيرة من المواد الطبيعية ، مثل: النباتات و المعادن ، لعلاج الجسم أو العقل ، نظرا لطبيعتها ، فهي مناسبة أيضا للأشخاص الذين يعانون من رهاب العقاقير ، أي أولئك الذين يخشون العلاج بالأدوية التقليدية ، لكن تعمل هذه القطرات فقط في حالات الاضطرابات النفسية و العاطفية ، مثل (القلق و الاكتئاب و نوبات الهلع و الأرق) .

يتطلب تحضير هذه العلاجات إجراءات طويلة و معقدة ، بحسب د.إدوارد باخ يجب أن يتم جمع الزهور في ظروف إضاءة خاصة ، و فقط في الساعات الأولى من الصباح ، ويجب بعد ذلك وضع الأزهار في وعاء به مياه الينابيع و تركها لتستقر في الشمس ، ويحتوي كل خليط بداخله على جميع خصائص الأزهار التي تم إنشاؤه بها ، وبالتالي يجب إدارته بناء على وجود أعراض محددة و مميزة ، لذلك فإن الغرض الرئيسي من أزهار باخ ، هو تخفيف الانزعاج النفسي الذي يكمن وراء الأعراض الجسدية ، بطريقة تقلل الأخير كنتيجة مباشرة .

ويعتبر أحد المبادئ الأساسية لهذا الفكر فكرة أن الجسد و العقل مرتبطان ارتباطاً وثيقاً ببعضهما البعض ، و بالتالي يتكيف كل منهما مع الآخر ، وذلك من خلال تحويل المشاعر من السلبية إلى الإيجابية ويمكن أيضا تغيير حالة الرفاهية العامة للجسم ، كما ذكر باخ أن شفاء المشاعر السلبية يساعد الجسم على شفاء نفسه وقد أصبح مقتنعا بأن معظم الأمراض البشرية ناتجة عن حالات نفسية سلبية ، مثل: (الخوف و الغيرة و اليأس) ، لذلك حدد ٣٨ علاجا يعتمد كل منها على زهرة أصلية واحدة ، و التي وفقا لقناعته من شأنها أن تخفف من هذه المشاعر السلبية و بالتالي تستعيد الصحة .

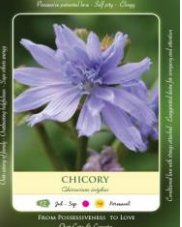
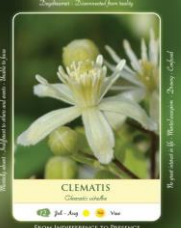
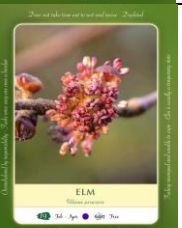
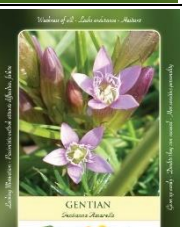
كيفية إختيار زهور الباخ :

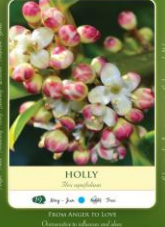
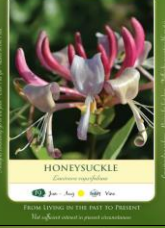
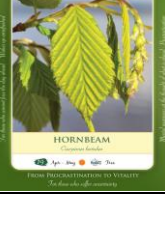
- ١- الخطوة الأولى هي أن يسأل الفرد عن مخاوفه ، و الإضطرابات الداخلية له ، لفهم ما هي أنسب زهرة لأمرضه .
- ٢- بمجرد تحديد نقاط الإضطراب يتم إختيار الزهرة .

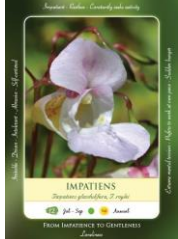
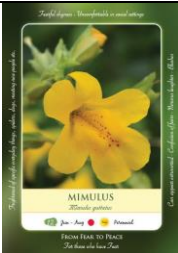
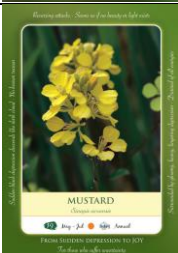
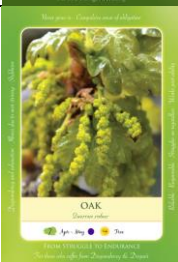
- ٣- عند الاقتراب من أزهار باخ ، عادة ما يتم توجيه الأشخاص إلى الاعتقاد بأنهم بحاجة إلى أي نوع تقريبا ، على الرغم من أنه من الممكن مزج عدد كبير من أزهار باخ معا ، من أجل الاستمتاع بتأثير دقيق و مستهدف ، فمن المستحسن تركيز الانتباه على المشكلات الرئيسية .
- ٤- تم تقسيم الأنواع العديدة الموجودة إلى مجموعات على أساس الاضطراب الذي تمت الإشارة إليه من أجله ، لهذا السبب من الممكن العثور على أزهار باخ التي تساعد في التعامل مع حالات التوتر و الخجل و الذعر و الشعور بالذنب .
- فيما يأتي ستعرض القائمة الكاملة لجميع الأنواع و الحالات العاطفية الخاصة بكل منها و التي يمكنها إعادة التوازن :

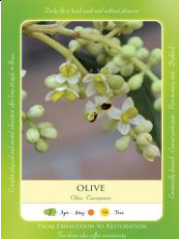
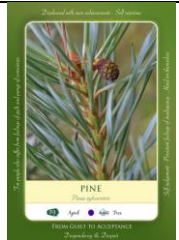
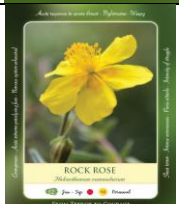
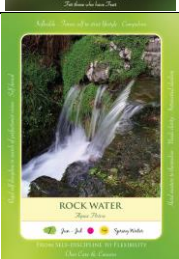
م	زهورباخ	أعراض الحالة العاطفية	• صورة الزهرة
١.	Agrimony	العذاب العقلي و القلق من خلال البهجة و الفكاهة	
٢.	Aspen	مخاوف و اهتمامات مجهولة المصدر	

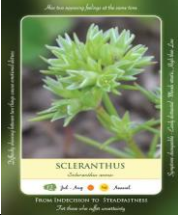
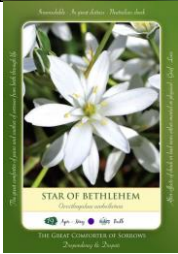
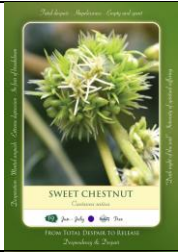
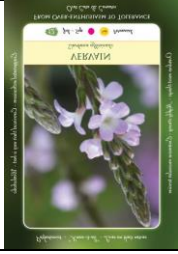
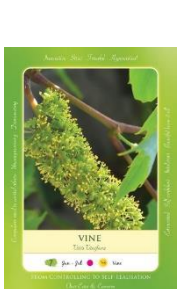
	 BEECH <i>Fagus sylvatica</i> FROM FRUITFULNESS TO FRUITFUL THOUGHTS The more you know, the more you grow.		التعصب و التهيج و الحس النقدي المفرط لكل شيء و كل شخص	Beech	٣.
	 CENTAURY <i>Centauria erythraea</i> (C. erythraea) FROM FRUITFULNESS TO FRUITFUL THOUGHTS The more you know, the more you grow.		الخضوع و الضعف	Centaury	٤.
	 CERATO <i>Centauria erythraea</i> FROM FRUITFULNESS TO FRUITFUL THOUGHTS The more you know, the more you grow.		قلة الثقة بالنفس لتكون قادرا على اتخاذ القرارات بأنفسهم ، و طلب المشورة و التأكيد من الآخرين	Cerato	٥.
	 CHERRY PLUM <i>Prunocerasus</i> FROM FRUITFULNESS TO FRUITFUL THOUGHTS The more you know, the more you grow.		الخوف من فقدان السيطرة و القيام بأعمال لا يمكن إصلاحها	Cherry Plum	٦.
	 CHESTNUT BUD <i>Castanea sativa</i> FROM FRUITFULNESS TO FRUITFUL THOUGHTS The more you know, the more you grow.		عدم القدرة على تعلم دروس الحياة من خلال الأخطاء التي ارتكبت ، و ارتكاب نفس الأخطاء في مناسبات مختلفة	Chestnut Bud	٧.

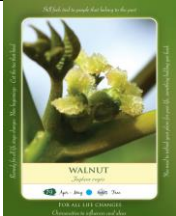
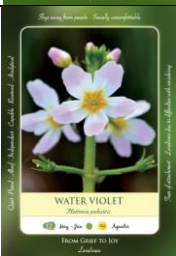
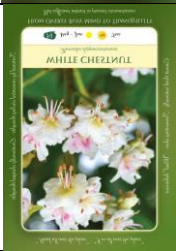
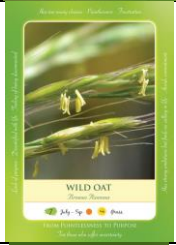
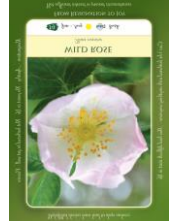
		الأنانية ، التملك ، العناية القصوى بالأحباء ، التطفل	Chicory	٨.
		حالم ، يلجأ إلى عالمه الداخلي	Clematis	٩.
		الشعور بالعار وسوء العلاقة مع النفس	Crab Apple	١٠.
		فانض من المسؤولية ، الخوف من الإحباط	Elm	١١.
		إحباط سريع أمام العوائق	Gentian	١٢.

	انعدام الأمل	Gorse	١٣.
	الحاجة للآخرين	Heather	١٤.
	الكراهية و الحسد و الغيرة و العطش لانتقام	Holly	١٥.
	يعيش في الماضي ، و يعتقد أنه كان أفضل بكثير من الحاضر	Honeysuckle	١٦.
	الإرهاق العقلي و الكسل والتعب و رفض العمل	Hornbeam	١٧.

		نفاد الصبر و يريد كل شيء على الفور	Impatiens	١٨.
		عالقًا بسبب نقص الثقة بالنفس ، يقيم نفسه معتقدا أن الآخرين أفضل منه ، و يعيش مع هاجس دائم من الفشل	Larch	١٩.
		الخوف من إحياء التجارب المعروفة بالفعل	Mimulus	٢٠.
		الحزن العميق و البأس و الاكتئاب و الكآبة دون معرفة السبب ، و هي حالة من فرط الحساسية	Mustard	٢١.
		مدمن العمل ، يمكن أن يصاب في بعض الأحيان بالإرهاق بسبب إحساسه بالواجب	Oak	٢٢.

		التعب والتهيج والألم الجسدي ونقص الطاقة	Olive	٢٣.
		الشعور بالذنب ، يتهم نفسه و يعاقب نفسه ، تدمير الذات	Pine	٢٤.
		خوف على سلامة الآخرين ، تشاؤم ، قلق ، هوس ، خوف	Red Chestnut	٢٥.
		نوبات الهلع غير المنضبط و سرعة ضربات القلب و شلل الحركة المؤقت و عدم القدرة على الرد	Rock Rose	٢٦.
		الجمود العقلي و ضبط النفس المفرط للوصول للكمال ، و القمع ، و تصور الحياة وفقا لإملاءات صارمة و خاضعة للمراقبة	Rock Water	٢٧.

	SCLERANTHUS		صعوبة الاختيار في اتخاذ القرار عند مواجهة بدليلين ، عدم التوازن و عدم الاستقرار ، و انعدام الأمن	Scleranthus	٢٨ .
	STAR OF BETHLEHEM		صدمة حديثة مرتبطة بأحداث سابقة ، تسبب التعاسة حتى بعد مرور بعض الوقت	Star Of Bethlehem	٢٩ .
	SWEET CHESTNUT		معاناة نفسية شديدة و اليأس العميق ، و التشاؤم	Sweet Chestnut	٣٠ .
	VERVAIN		الحماس المفرط و التعصب و عدم التسامح مع آراء الآخرين و الضغط المستمر و محاولات فرض المثالية على الآخرين	Vervain	٣١ .
	VINE		الهيمنة ، و التعطش للسلطة ، و الثقة بالنفس التي لا حدود لها ، والاستبداد على الآخرين من أجل ردود الفعل الشخصية	Vine	٣٢ .

			عدم الاستقرار والتردد عند مواجهة المواقف الانتقالية ، وتغيير الرأي بسبب التأثيرات الخارجية	Walnut	٣٣.
			البحث عن العزلة و الصعوبة في الارتباط بالآخرين ، و موقف الاستعلاء تجاه الأشياء التي تحيط به	Water Violet	٣٤.
			الأفكار التي لا يمكنك الهروب منها و الهموم و الأفكار السبينة التي تؤدي إلى الارتباك و فقدان الطاقة و النوم	White Chestnut	٣٥.
			عدم الرضا و عدم القدرة على اتخاذ قرار بشأن دور الفرد في الحياة	Wild Oat	٣٦.
			اللامبالاة و خيبة الأمل في الناس من حولها و فقدان الاهتمام و الحزن و الاكتئاب	Wild Rose	٣٧.

			إحساس بسوء الحظ ، و أنه ضحية ، و شخص ضعيف و سلبي ، و شعور بالعيش في عالم غير عادل لا يخصه	Willow	٣٨ .
--	---	--	--	--------	------

- وقد سبق أن قامت الفنانة (سوزانا ويمبيرج Susanne Winberg) بالإستلهام من زهورالباخ في إنتاج لوحات تصويرية عددهم ٣٨ لوحة للتعبير عن رؤيتها الخاصة التي تشكلت عندما قامت بدراسة أزهارالباخ .

تعتبر سوزانا أم لطفلين ، أصلهما من ألمانيا ، وتعيش الآن مع عائلتها في السويد ، وقد أنهت دراستها في جامعة لايبزيغ ، ألمانيا ، وحاصلة على ماجستير في علم الأعراق وعلم الاجتماع ، أطروحة عن مصنع الطب في بيرو .

- كما طبق (جودرون بينسليين Gudrun Penselin) تجربة فريدة من نوعها من خلال تصميم كتاب تلوين شفائي يهدف إلى تحرير أنفسنا من تقييد المعتقدات والعواطف من عيش حياتنا إلى أقصى إمكاناتنا ويوفر هذا المزيج فرص هائلة للشفاء والتحول .

وقد حصل جودرون على ماجستير في طب الأعشاب وهو خبير ورائد في هذا المجال وتخصص في العلاج بالضوء والألوان وتحسين نمط الحياة حيث يعد معالج عشبي معتمد وممارس لزهور باخ .

الإطار العملي : في ضوء الدراسة النظرية يتم :

١- تم إختيارعينة البحث بحيث يكون الطلاب الذين يقومون بإنتاج الأعمال الفنية هم أنفسهم أصحاب الإضطراب مثل (الخوف - القلق - الاكتئاب - نوبات الهلع - الأرق) ويتم ذلك من خلال إختيار الزهرة الأنسب لكل طالب حسب نوع إضطرابه فيتم عمل تصميم ذا قدرة شفائية في ضوء نظرية لوشر للألوان وذلك لمدة ثلاثة أشهربواقع أربع محاضرات في الأسبوع ، المحاضرة الواحدة ٤ ساعات .

٢- عرض الدراسة النظرية للعلاج بالفن والدراسات السابقة الخاصة بزهورالباح والدراسات البحثية لنظرية لوشر لإنتاج أعمال فنية ذات قدرة شغائية ، على عينة من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية النوعية جامعة الأسكندرية.

٣- إستخدام مقياس لوشر كإختبار قبلي لتشخيص نوع الاضطراب.

٤- عقد مجموعة من المحاضرات في مجال التصوير ذات قدرة شغائية مستلهمة من زهور الباخ ، على عينة البحث .

٥- عمل محاضرات لتصميم بطاقات علاجيه باستخدام الحاسب الالى ببرامج جرافيك متخصصة ، أهد أوجه هذه البطاقات الصورة الأصلية للزهرة مع كتابة إسمها والوجه الآخر للبطاقة جملة توكيدية لعلاج إضطراب الحالة مع اللوحة التصويرية الشغائية التي تناسب الإضطراب ، بحيث وضع خطة للسلوك التوكيدي والذي نريد للشخص تطبيقه حسب حالته وظروفه النفسية حيث ممارسة أسلوب الإعادة والتكرار مما يجعل من هذا الإسلوب قدرة أكثر على تحقيق الأهداف والإحساس بالراحة والأمان .

٦- تدريب الطلاب علي تصميم وعمل مشغولات فنية وظيفية ذات قدرة شغائية تجمع بين القيمة الجمالية والوظيفة النفعية من خلال توظيف اللوحات التصويرية (بداية من توظيف التصميم إلى مرحلة الوصول للمنتج النهائي) .

٧- تطبيق اختبار لوشر كإختبار بعدي لقياس مدي فاعلية الأعمال التصويرية والمشغولات الفنية ذات القدرة الشغائية .

٨- تحليل البيانات الإحصائية للتأكد من فاعلية القدرة الشغائية المستلهمة من زهور الباخ .

الهدف من التجربة :

الإفادة من الأبعاد التشكيلية لزهور الباخ لإثراء الأعمال التصويرية والمشغولات الفنية ودراسة أثرها في علاج الإضطرابات النفسية مثل (الخوف - القلق - الاكتئاب - نوبات الهلع - الأرق) وذلك من خلال الجمل التوكيدية المصاحبة للممارسات الفنية .

أولاً : مخرجات اللوحات التصويرية ذات القدرة الشفائية:

إنتاج لوحات تصويرية ذات قدرة شفائية مسئلهمة من زهور الباخ .







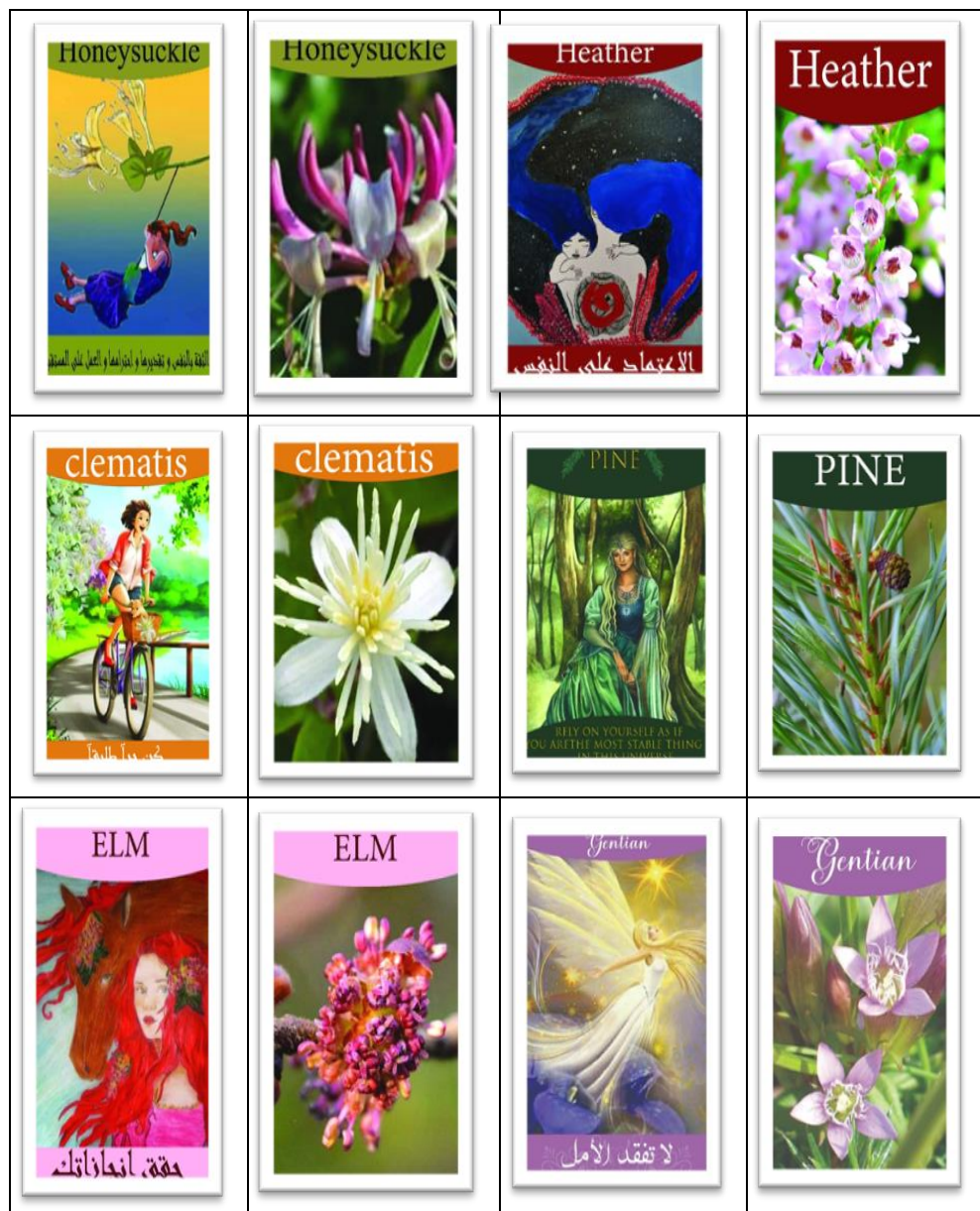


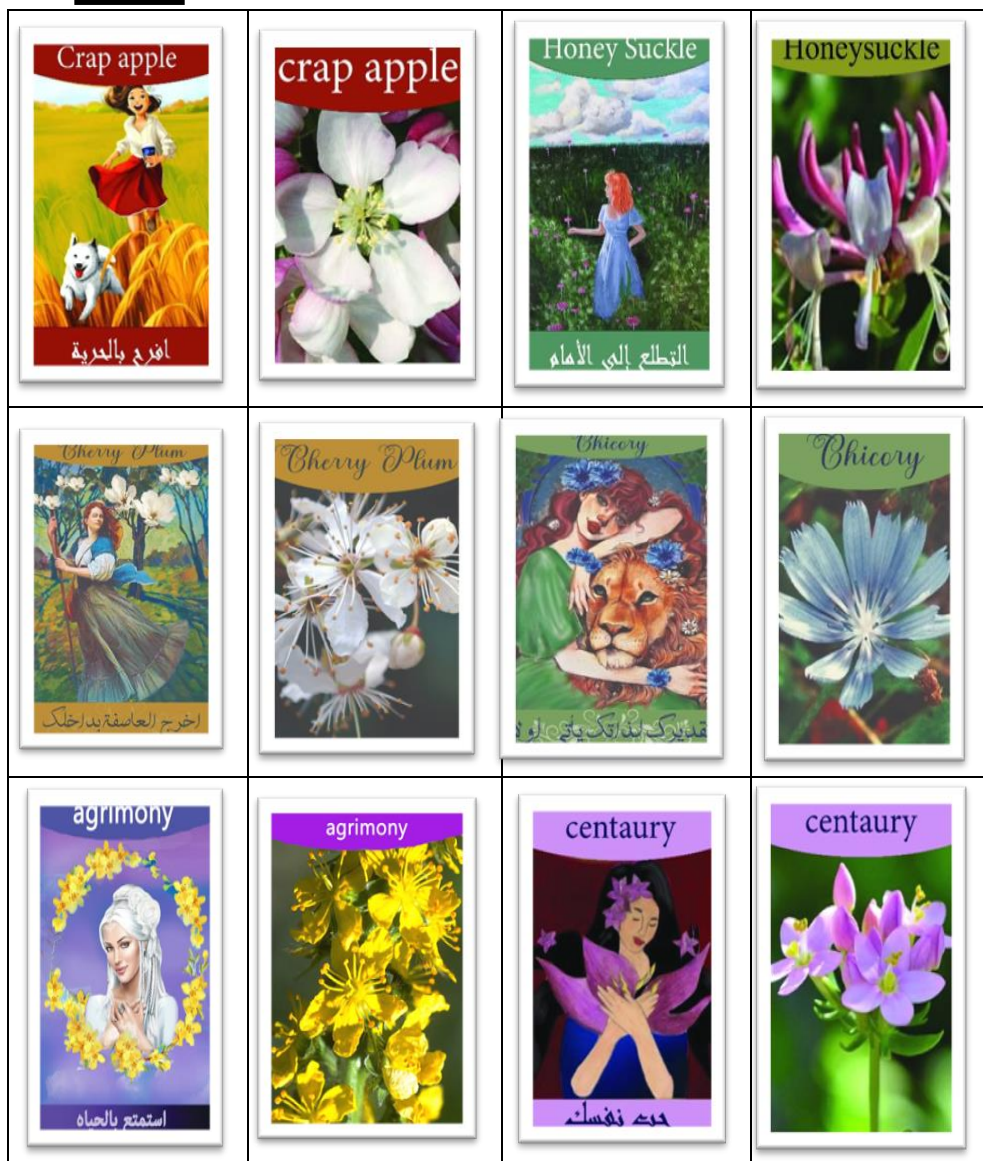


ثانياً : بطاقات ذات قدرة شفائية باستخدام الحاسب الالى بأستخدام برامج جرافيك متخصصة:
تصميم بطاقات علاجيه باستخدام الحاسب الالى بأستخدام برامج جرافيك متخصصة مع وضع
الجمال التوكيدية المصاحبة للممارسات الفنية .





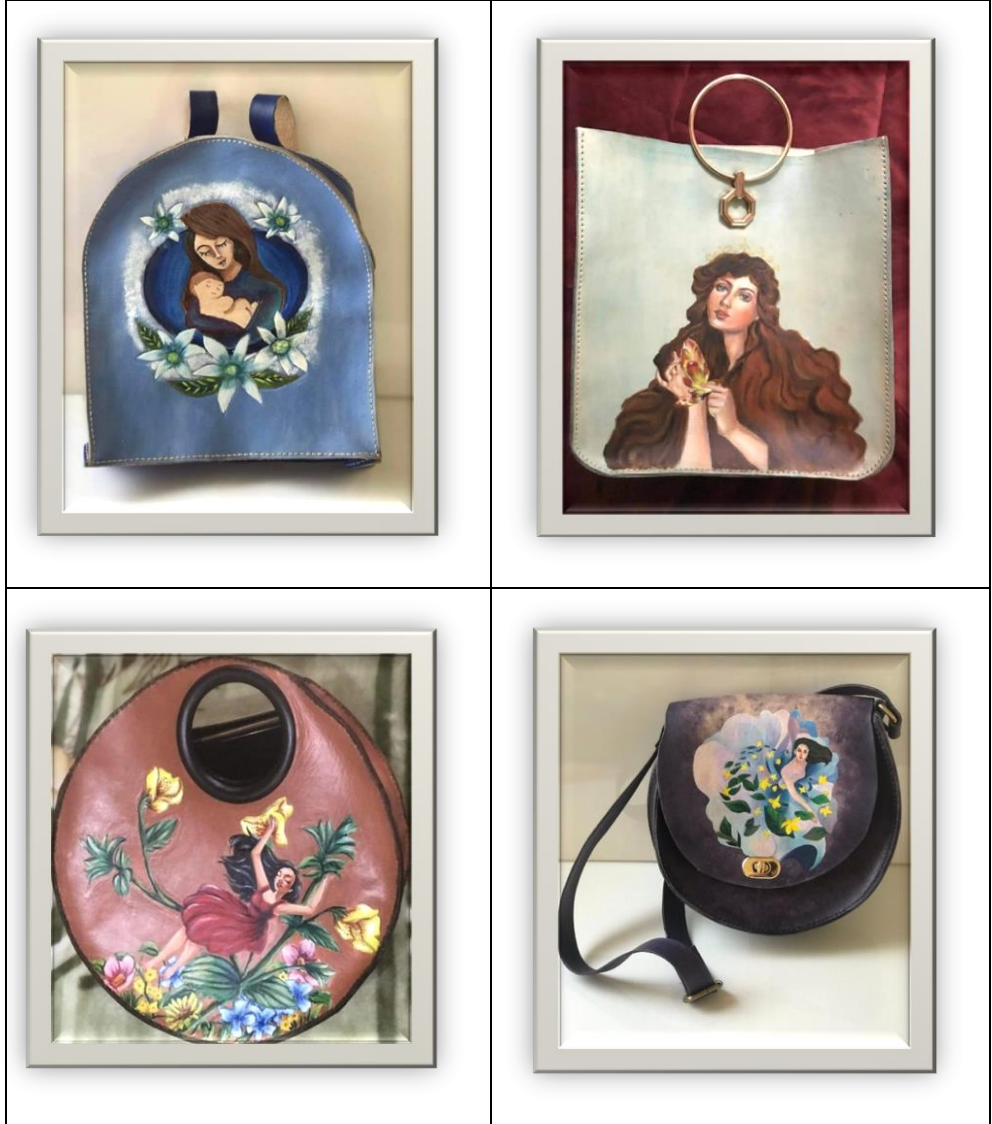






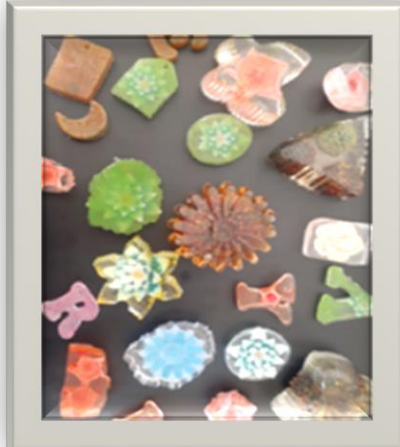
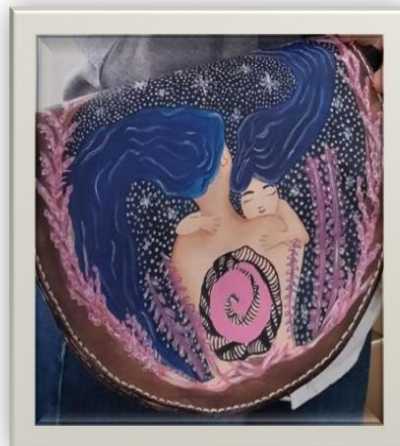
ثالثاً : مشغولات فنية ذات قدرة شفائية لخدمة المشروعات الصغيرة:

تنفيذ مشغولات فنية ذات قدرة شفائية تساعد في خدمة المشروعات الصغيرة.











الجانب الإحصائي لبحث استحداث لوحات تصويرية ومشغولات فنية ذات قدرة شفاءية مستلهمة

من زهور الباخ

للتأكد من فعالية القدرة الشفاءية المستلهمة من زهور الباخ ؛ تم صياغة الفرض الآتي:
توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات في القياسين القبلي والبعدي
ومجموعها الكلي لصالح القياس القبلي".

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" t_Test للمجموعات المرتبطة لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي ومجموعها الكلي. كما تم استخدام حجم التأثير (η^2) للتعرف على حجم تأثير القدرة الشفائية المستلهمة من لزهور الباخ ذات القدرة الشفائية لدى عينة من الطالبات المشاركات، والنتائج يوضحها جدول (١):

جدول (١) نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق وقيمة حجم التأثير بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي لزهور الباخ ومجموعها الكلي (ن=٢٧)

المتغيرات	القياس القبلي		القياس البعدي		دلالة الفروق		حجم التأثير (η^2)	
	م	ع	م	ع	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	القيمة	الدلالة
استعادة خبرة الإضطراب النفسي.	15.89	1.48	8.93	2.88	11.085	0.01	0.825	مرتفع
تجنب خبرة الإضطراب النفسي.	22.81	2.76	12.15	2.73	16.830	0.01	0.916	مرتفع
الاستثارة.	16.15	1.68	8.67	3.04	11.831	0.01	0.843	مرتفع
المجموع الكلي لأبعاد الإضطراب النفسي	54.85	2.93	29.74	4.20	24.480	0.01	0.958	مرتفع

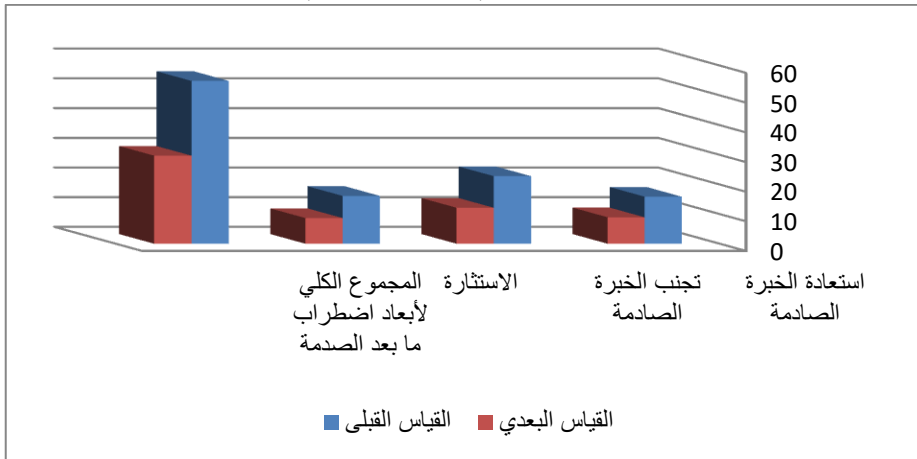
يلاحظ من جدول (١) أنه:

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي لبعد استعادة خبرة الإضطراب النفسي لصالح القياس القبلي؛ حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١١.٠٨٥) وهى قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٠١).
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي لتجنب خبرة الإضطراب النفسي لصالح القياس القبلي؛ حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١٦.٨٣٠) وهى قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٠١).

• توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي **لبعد الاستثارة** لصالح القياس القبلي؛ حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (١١.٨٣١) وهى قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١).

• توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي **للمجموع الكلي لأبعاد الإضطراب النفسي** لصالح القياس القبلي؛ حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة (٢٤.٤٨٠) وهى قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١).

ويوضح شكل (١) الأعمدة البيانية لمتوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي لأبعاد اضطراب خبرة الإضطراب النفسي ومجموعها الكلي.



شكل (١) الأعمدة البيانية لمتوسطي درجات الطالبات المشاركات فى القياسين القبلي والبعدي لأبعاد اضطراب ما بعد الصدمة ومجموعها الكلي

وفيما يختص بحجم تأثير القدرة الشفائية المستلزمة من زهور الباخ لدى عينة من الطالبات المشاركات؛ يلاحظ من جدول (١) أن:

➤ حجم تأثير القدرة الشفائية المستلزمة من زهور الباخ في علاج **استعادة خبرة الإضطراب النفسي** لدى الطالبات المشاركات بلغ (٠.٨٢٥) وهو حجم تأثير مرتفع، أي أن نسبة التباين فى **استعادة خبرة الإضطراب النفسي** والتي ترجع للقدرة الشفائية المستلزمة من زهور الباخ هي (٨٢.٥%).

- حجم تأثير القدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ في علاج تجنب خبرة الإضطراب النفسي لدى الطالبات المشاركات بلغ (٠.٩١٦) وهو حجم تأثير مرتفع، أي أن نسبة التباين في تجنب خبرة الإضطراب النفسي والتي ترجع للقدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ هي (٩١.٦%).
- حجم تأثير القدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ في علاج الاستثارة لدى الطالبات المشاركات بلغ (٠.٨٤٣) وهو حجم تأثير مرتفع، أي أن نسبة التباين في الاستثارة والتي ترجع للقدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ هي (٨٤.٣%).
- حجم تأثير القدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ في علاج المجموع الكلي لأبعاد الإضطرابات النفسية لدى الطالبات المشاركات بلغ (٠.٩٥٨) وهو حجم تأثير مرتفع، أي أن نسبة التباين في المجموع الكلي لأبعاد الإضطرابات النفسية والتي ترجع للقدرة الشفائية المستلهمة من زهور الباخ هي (٩٥.٨%).

النتائج :

- ١ -إن دراسة زهور الباخ تساعد دارسي الفن على إنتاج أعمال فنية متنوعة ذات صياغات وتنظيمات تشكيلية جديدة .
- ٢ -يمكن إثراء مجالي الرسم والتصوير والأشغال الفنية واليدوية بالإستلهام من زهور الباخ.
- ٣ -يمكن أن تكون للوحات التصوير ومنتجات الأشغال الفنية ذات قدرة شفائية بإستخدام زهور الباخ وفقاً لإختبار لوشر .
- ٤ -الممارسة والتجريب من خلال الدمج بين مجالي علم النفس والفنون أضاف خبرة مباشرة لدارسي الفن .
- ٥ -إيجاد مداخل جديدة لتشجيع وتشويق الطلاب على ممارسة تشكيلات جديدة في إنتاج الأعمال الفنية .
- ٦ -إستخدام الباحثين التنوع في أشكال الأعمال الفنية الناتجة يساعد في الوصول إلى حلول تشكيلية مبتكرة.

٧- إعداد جيل جديد من دارسي الفن يستطيع التعامل مع مجالات الحياة المتنوعة بمفهوم تقني يثري الجانب التشكيلي والتعبيري لأعمالهم الفنية .

التوصيات : من خلال نتائج البحث توصي الباحثان بالآتي :

- ١ -تشجيع البحث في مجال علم النفس وربطه بمجال الفنون التشكيلية .
- ٢ -الإهتمام بالبحوث التجريبية في مجالي التصوير والأشغال الفنية .
- ٣ -إختيار مداخل جديدة لتدريس مادتي التصوير والأشغال الفنية .
- ٤ -تشجيع أساتذة مقررات التصوير والأشغال الفنية على إعتداد أساليب تدريس تستثير التصورات الذهنية والخبرات البصرية مع الإرتقاء بالجوانب المهارية والتوظيفية .
- ٥ -تشجيع مؤسسات العلاج بالفن بإستخدام زهور الباخ كمدخل يساعد على العلاج من العديد من الإضطرابات النفسية .
- ٦ - تصميم كتب تلوين بإستخدام زهور الباخ مثل كتب الماندالا لتصبح أداة ممتعة للعمل على الشفاء من أنواع الإضطرابات النفسية المختلفة .

مصطلحات البحث:

إختبار لوشر:

هو إختبار تشخيصي للالوان بقياس الحالة النفسية الجسدية للشخص وكذلك ايضا يقيس قدرته على مواجهة الضغوط والتواصل والاداء كما يكشف الضغوط النفسية التي تؤدي الى الامراض الجسدية.

العلاج بالفن :

هو مجال هجين يتأثر إلى حد كبير بتخصصات الفن وعلم النفس ، يستخدم العملية الإبداعية ، وقطعا فنية تم إنشاؤها في العلاج ، وأعمالا فنية لطرف ثالث لمساعدة الأشخاص في العلاج على تطوير الوعي الذاتي ، واستكشاف العواطف ، ومعالجة النزاعات العاطفية التي لم يتم حلها وتحسين المهارات الاجتماعية وزيادة احترام الذات ويهدف العلاج بالفن في المقام الأول إلى مساعدة الأفراد الذين يواجهون تحديات عاطفية ونفسية على تحقيق الرفاهية الشخصية وتحسين مستويات الوظيفة.

زهور الباخ :

هي طرق علاجية بالزهور ابتكرها الطبيب البريطاني و عالم الأحياء الدقيقة المعالج إدوارد باخ (١٨٨٦-١٩٣٦) تسمى أحيانا "خلاصات الزهور" أو "علاجات الزهور" وفي أوائل القرن العشرين إستخدمت الفكرة وراء زهور باخ المعالجة ، لكنهم يستخدمون مواد أقل و لا يعملون بشكل مباشر على الأعراض الجسدية ، و لكن بدلا من ذلك على العواطف .

الدراسات السابقة:

١- أميرة أحمد الهندوم : اختبار لوشر كمدخل لتدريس التصوير وتنمية الوعي بالمهارات الحياتية لطلاب التربية الفنية المجلة العلمية لجمعية امسيا التربية عن طريق الفن ،المجلد السابع العدد السابع والعشرون يوليو ٢٠٢١.

تهدف هذه الدراسة الإستفادة من نظرية لوشر للألوان كمدخل لتدريس مادة التصوير لطلاب التربية الفنية .

وتمت الإستفادة من هذا البحث ما يخص إختبار لوشر لقياس حالات الإضطراب .
ويختلف البحث الحالي مع هذه الدراسه في أنه إستخدم مقياس لوشر في قياس مدى فاعلية الأبعاد التشكيلية لزهور الباخ لإثراء أعمال تصويرية ومشغولات فنية ودراسة أثرها في علاج الإضطرابات النفسية مثل (الخوف - القلق - الاكتئاب - نوبات الهلع - الأرق) وذلك من خلال الجمل التوكيدية المصاحبة للممارسات الفنية .

٢-جودرون بيسيلين : Healing with Bach Flower Mandalas: Coloring Book
Illustration by Yana-Lee Kratschat

يتضمن هذا الكتاب مقدمة لإدوارد باخ وزهور الباخ ومعلومات عامة عن الماندالا كما قدم إقتراحات حول كيفية العمل مع ماندالا زهرة الباخ وعمل ماندالا لكل زهرة .
وقد تم الإستفادة من هذا الكتاب من خلال الجزء الخاص بزهور الباخ .
ويختلف مع البحث الحالي في أنه لم يستخدم الماندالا ولكنه إستخدم زهور الباخ في إنتاج أعمال تصويرية ومشغولات فنية

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- الفن في المستشفى: تأثيره على المشاعر والحالة العاطفية للمرضى الذين يدخلون وحدة الطب الباطني. مجلة الطب البديل والتكميلي ، ١٦ (٨) ، ٨٥٣-٨٥٩.
- حلمي الفيل (٢٠١٨). التحليل الإحصائي للبيانات باستخدام SPSS التنظير والتطبيق والتفسير". الإسكندرية: دار الوفاء ل"دنيا الطباعة والنشر.
- سعيد غنى نوري : "سبلوجية علم الألوان ، ٢٠١٩ ، القاهرة .
- عفاف محمد القادوم: برنامج مقترح في العلوم لتنمية المهارات الحياتية لدي التلاميذ ذوي الاعاقة العقلية ، رسالة دكتوراه فلسفة التربية ، قسم المناهج وطرق تدريس العلوم ٢٠٠٨ ، ٧٣ .
- فيربيرين ، ترجمة صفية مختار : الألوان والاستجابات البشرية ، مؤسسة هنداوي للنشر والتوزيع ، ٢٠١٧.
- كارول ريتنجر: " الحب وجوه الأنتلاف والأختلاف ، دار الفاروق للإستثمارات الثقافية ، القاهرة .
- Stuckey ، HL & Nobel ، (2010). ل.العلاقة بين الفن والشفاء والصحة العامة: مراجعة الأدبيات الحالية. المجلة الأمريكية للصحة العامة ، ١٠٠ (٢) ، ٢٥٤-٢٦٣.

ثانيا :المراجع الأجنبية :

- combined teacher student, basic books, new York.
- Healing with Bach Flower Mandalas: Coloring Book Illustration by Yana-Lee Kratschat.
- Heegner's (1992) : life skills across, the curriculum ٢٤-
- -Max Lüscher : “ Colour Test the remarkable test that reveals personality through colour Translted and edited by lan scott based on the Original German text p54-65
- Corder, G; Foreman, D(٢٠٠٩١) .- Nonparametric statistics for non-statisticians A Step-by-Step Approach. USA. New Jersey: john Wiley & Sons. Sons, Hoboken

ثالثا : مواقع الإنترنت :

- <https://ar.yestherapyhelps.com/the-l-uscher-test-what-it-is-and-how-it-uses-colors-15030>
- <https://ar.yestherapyhelps.com/the-l-uscher-test-what-it-is-and-how-it-uses-colors>
- جمعية العلاج بالفن الأمريكية. (اختصارالثاني).التاريخ والخلفية. تم الاسترجاع من <http://www.americanarttherapyassociation.org/aata-history-background.html>
- جمعية العلاج بالفن الأمريكية. (٢٠١٣). ما هو العلاج بالفن؟ تم الاسترجاع من <http://www.arttherapy.org/upload/whatisarttherapy.pdf>
- مجلس أوراق اعتماد العلاج بالفن. (اختصار الثاني). حول أوراق الاعتماد. تم الاسترجاع من <http://www.atcb.org/Public/AboutTheCredentials>
- مركز الصحة والشفاء. (٢٠١١). العلاج بالفن - التاريخ والفلسفة. تم الاسترجاع من http://www.healthandhealingny.org/complement/art_history.asp
- علاجات الفنون. (٢٠١٤ ، ٢٧ سبتمبر). تم الاسترجاع من http://www.mentalhealthcare.org.uk/arts_therapies