

مَا وَرَاءَ الْإِنْفَعَالِ كَمُنْبِيٍّ بِالصَّلَابَةِ النَّفْسِيَّةِ لَدَى أُمَّهَاتِ الْأَطْفَالِ
ذَوِي الْإِعَاقَةِ الْعَقْلِيَّةِ

إعداد

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد

باحثة ماجستير بكلية التربية "بنات" بالقاهرة - جامعة الأزهر

د/ إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية "بنات" بالقاهرة - جامعة الأزهر

أ.د/ ممدوح محمود مصطفى بدوي

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية "بنين" بالقاهرة - جامعة الأزهر

٢٠٢٤ - ١٤٤٦ هـ

ما وراء الانفعال كمنبئ بالصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد^١، ممدوح محمود مصطفى بدوي^٢، إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن^١.

^١ قسم الصحة النفسية، كلية التربية بنات القاهرة، جامعة الأزهر، مصر .

^٢ قسم الصحة النفسية، كلية التربية بنين القاهرة، جامعة الأزهر، مصر .

البريد الإلكتروني للباحث الرئيس: fatemaabdelmegeed@gmail.com

المستخلص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على علاقة ما وراء الانفعال بالصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية ومدى إمكانية التنبؤ بالصلاية النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، بلغ عدد المشاركات في البحث (٢٩٢) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المترددات على بعض مراكز رعاية الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بمحافظة القاهرة والجيزة، وتراوحت أعمارهن بين (٢٣ - ٤٤) عامًا، بمتوسط قدره ٣٢,٦٧ عامًا، وانحراف معياري قدره ٥,٧١. كما تطلب القيام بهذا البحث استخدام أداتين لقياس المتغيرات لدى العينة حيث استخدم (أداة لقياس ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وأداة أخرى لقياس الصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية) وكلاهما من إعداد الباحثين، وأسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين ما وراء الانفعال جميع الأبعاد (الوعي بالانفعالات، تقييم الانفعالات، قمع الانفعالات السلبية، تنظيم الانفعالات، الدرجة الكلية) والصلاية النفسية جميع الأبعاد (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية)، كما أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالصلاية النفسية جميع الأبعاد (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) تنبؤًا دالًا إحصائيًا من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، حيث قام الباحثون باستخدام بعض الأساليب الإحصائية مثل تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للتحقق من دلالة التنبؤ بالصلاية النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

الكلمات المفتاحية: (ما وراء الانفعال - الصلاية النفسية - أمهات - الأطفال ذوي الإعاقة العقلية)

Meta-Emotion as a Predictor of Psychological Hardiness Among Mothers of Children with Intellectual Disabilities

*Fatema Raafat Mahmoud Abdel Majeed¹, Mamdouh Mahmoud Mustafa Badawy², Eman Ahmed Abdel Salam Abdel Rahman¹

¹Department of Mental Health, Faculty of Education for Girls Cairo, Al-Azhar University, Egypt.

²Department of Mental Health, Faculty of Education for Boys Cairo, Al-Azhar University, Egypt.

*Corresponding author's email: fatemaabdelmegeed@gmail.com

Abstract:

The study aimed to identify the relationship between meta-emotion and psychological hardiness among mothers of children with intellectual disabilities and the possibility of predicting psychological hardiness through knowledge of meta-emotion among these mothers. The study included 292 mothers of children with intellectual disabilities who frequented some care centers for children with intellectual disabilities in Cairo and Giza governorates. Their ages ranged from 23 to 44 years ($Mage = 32.67$, $SD = 5.71$). The research required the use of two instruments to measure the variables: an instrument to measure meta-emotion among mothers of children with intellectual disabilities and another instrument to measure psychological hardiness among mothers of children with intellectual disabilities. The results revealed a statistically significant positive correlation between meta-emotion in all dimensions (emotional awareness, emotional evaluation, negative emotion suppression, emotion regulation, total score) and psychological hardiness in all dimensions (stress tolerance, commitment to principles, facing challenges, total score). Moreover, the results showed the possibility of statistically significant prediction of psychological hardiness in all dimensions (stress tolerance, commitment to principles, facing challenges, total score) through meta-emotion among mothers of children with intellectual disabilities. The researchers used statistical methods such as stepwise multiple regression analysis to verify the significance of predicting psychological hardiness through meta-emotion among mothers of children with intellectual disabilities.

Keywords: Meta-emotion, psychological hardiness, mothers, children with intellectual disabilities.

مقدمة:

مر ذوو الاحتياجات الخاصة بمراحل طويلة عبر الزمان حتى وصل بهم الحال إلى العصر الحالي والذي نال فيه أغلب المعاقين حقوقهم أو بعضها، فقد تطورت النظرة المجتمعية لهذه الفئة نظرًا للأهمية الكبرى لهم داخل المجتمع، وذلك باستغلال ما لديهم من قدرات، وفهم طبيعتهم والاعتراف بحقوقهم في الرعاية الصحية والتعليمية والتأهيلية، وكذلك الاهتمام بالجوانب الانفعالية التي تتأثر لدى بعضهم بطبيعة الإعاقة التي يعانون منها، وخاصة الإعاقة العقلية التي تؤثر في صاحبها وفيمن حوله كذلك (عبد المطلب القريطي، ٢٠٠٥، ١)، (السيد بريك، ٢٠١٦، ٨٦).

وتعد القدرة العقلية أهم ما يميز الإنسان عن سائر المخلوقات، فذكاؤه هو الذي يؤهله للتعايش مع البيئة المحيطة به فيتمكن من التأثير فيها لصالحه؛ مما يجعله أقل معاناة في التعامل مع أحداث الحياة، فالفرد لا يستطيع أن يعيش في عزلة عن الآخرين، ولا يستطيع العيش دون تعامل مع الجهات التي تحيط به، وهذا يؤكد أنه بحاجة إلى التواصل والتفاعل والتكيف مع متطلبات المجتمع، أما إذا ضعفت قدرته العقلية فإنها تترك آثارًا نفسية عميقة عليه وعلى أسرته أيضًا (محمد الإمام وفؤاد الجوالدة، ٢٠١٠، ٣٠)، (هدى جمال، ٢٠٢٠، ٢٣٦).

كما أن إنجاب طفل ذي إعاقة يشكل صدمة كبيرة للوالدين وبخاصة للأمهات، والذي يتزامن مع مشاعر الغضب والانزعاج عند تشخيص الطفل، وقد تلجأ بعض الأمهات إلى إنكار وجود مشكلة من الأساس، ونظرًا للمشكلات التي قد تواجهها أمهات الأطفال المعاقين بسبب بعض السلوكيات التي يقوم بها الطفل المعاق في الأماكن العامة والتي قد تستدعي ردود أفعال سلبية من المحيطين؛ فرعاية طفل يعاني من إعاقة عقلية قد ينتج عنها ضغط كبير على كاهل الأم باعتبارها أكثر ارتباطًا والتصاقًا به.

وتختلف النظرة إلى الطفل المعاق باختلاف حالة الإعاقة ودرجتها ونوعها، ودرجة وعي الأسرة بهذه الإعاقة وحجمها، بالإضافة إلى الجوانب الاجتماعية والاقتصادية، فالإعاقة العقلية البسيطة ليست كالإعاقة العقلية الشديدة، كما أن معدل النمو والتطور يختلف باختلاف الإعاقة حتى في حال تقديم الرعاية والعناية الخاصة (قحطان الظاهر، ٢٠٠٨، ٣٨).

ومن هنا تعد الصلابة النفسية Psychological hardiness جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، حيث تخلق نمطًا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ليصل إلى مرحلة التوافق، وتنتظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة يملؤها الأمل والتفاؤل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثاليًا للاستحسان (وائل غنيم، ٢٠١٥، ٣٢٢).

ومن هنا كان الفرد الذي يتصف بالصلابة تبرز لديه عدة خصائص تتضمن الإحساس بالالتزام أو النية

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد /د. ممدوح محمود مصطفى بدوي /د. إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

لدفع الذات للانخراط في أية مستجدات، والاعتقاد بالسيطرة والإحساس أن الشخص نفسه سبب الحادث الذي حدث في حياته، ولهذا فإن هذا الشخص يستطيع أن يؤثر على بيئته، والرغبة في إحداث التغيير، ويعكس لديه نمطاً معرفياً وسلوكياً وانفعالياً عند مقاومة الضغوط (حمدان الشامي، ٢٠٢٠، ١٣)، (فتحية ذكي وآخرون، ٢٠٢١، ٤٨).

فالصلابة النفسية تعد جوهر الشخصية السوية التي تخلق لدى الفرد روح التحدي، وتقوي من عزيمته ليتطلع نحو مستقبل أفضل للحياة، وليكون أكثر إيجابية في مواجهة الأحداث الضاغطة؛ لذلك كانت الصلابة النفسية عند الفرد عاملاً مهماً وحيوياً من العوامل الشخصية التي تمكن الفرد من استغلال قدراته الكامنة الاستغلال الأمثل لتحسين أدائه والمحافظة على صحته النفسية والجسدية، وهي مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية الناتجة عن الأحداث والأزمات (جمعة غيث، ٢٠٢١، ٦٧٤، ٦٧٥).

والأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطاً ومبادأة وضبطاً داخلياً وصموداً ومقاومة لأحداث الحياة الضاغطة، وأشد واقعية وقدرة على تفسير الأحداث أكثر من أولئك الأقل صلابة الذين يجدون الحياة حولهم بلا معنى، ويشعرون بالتهديد المستمر والضعف في مواجهة أحداثها، ويكون للظروف الشاقة أثر سلبي على الحالة الصحية والنفسية لهم؛ وذلك لعجزهم عن تخفيف الأثر السيء الناتج عن التعرض لهذه الأحداث، كما يتسمون - أيضاً - بالقدرة على تنظيم انفعالاتهم واستخدام استراتيجيات مختلفة لإدارة هذه الانفعالات بكفاءة (زينب راضي، ٢٠٠٨، ٣٧)، (صفية فتح الباب، ٢٠٢٢، ٦).

ويمكن القول إن الأفراد الذين يتسمون بقدر من الصلابة النفسية يتوقع أن يكون لديهم كثير من المتغيرات الإيجابية في شخصيتهم قد تساعدهم على مجاوزة الكثير من المشكلات - وبخاصة أسر ذوي الإعاقات لتتعد وتشعب المشكلات الواقعة عليهم- وقد يكون لديهم القدرة على ضبط وترتيب وتنظيم انفعالاتهم قبل حدوث الانفعال نفسه إزاء ما يواجهونه من توقعات واتجاهات سلبية من الآخرين.

و من هنا فإن ما وراء الانفعال Meta Emotional من المصطلحات الحديثة نسبياً في مجال علم النفس والصحة النفسية، وهو أيضاً من المصطلحات التي تلعب دوراً مهماً في جميع جوانب حياة الأفراد سواء كانوا عاديين أو غير عاديين، فالفرد في جميع مجالات حياته يحتاج قدرًا من الترتيب والوعي بالانفعالات والمشاعر والمعتقدات الإيجابية التي تساعده في فهم وتقبل المحيطين به، والتي ربما تقوم بدور مهم في التواصل الجيد مع الآخرين؛ بحيث يقترب من عالمهم والوعي بهم وتنظيم هذه الانفعالات - ومن ثمَّ السلوك - وفقاً لهذا الوعي.

فما وراء الانفعال من أهم متطلبات تطوير الذات، ومن السهل نسبياً تعليم الفرد أية مهارة جديدة أو تعديل جوانب السلوك لديه، لكن توظيف انفعالاته وتعلم كيفية التعامل معها واستخدامها في التنظيم الذاتي يحتاج إلى استخدام مهارات ما وراء الانفعال، ودخوله إلى أعماق الفكر ليصدر الاستجابة المناسبة، وبالتالي يصبح الانفعال

محور تفكيره فيقوم بتنظيمه والوعي به وتقييمه بشكل جيد؛ مما يساعده في تنظيمه الذاتي ورفع مستوى الكفاءة الانفعالية لديه (رابعة عبد الناصر، ٢٠٢١، ٤٥٢ - ٤٥٩).

كما يتضمن ما وراء الانفعال مجموعة من العمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي يقوم بها الفرد لإدارة انفعالاته وضبطها والتحكم فيها، لا سيما الانفعالات السلبية التي يستجيب بها الفرد غالبًا في المواقف الحياتية الصعبة أو الضاغطة، كما يتضح أيضًا أن هذه العمليات تتوقف على مهارات الفرد المعرفية والسلوكية، كوعيه بتلك الانفعالات وفهمه لها ومعرفته بطرق التعبير عنها، ويتضح كذلك أن هذه العمليات يتم استخدامها من قبل الفرد بشكل واعٍ ومقصود بهدف تحقيق أهداف يسعى هو إلى تحقيقها (منال الحملوي، وأسماء توفيق، ٢٠٢١، ٣٤٨). ولهذا يصاحب حدوث ما وراء الانفعال مستوى ما وراء العمليات المعرفية التي تكوّن الخبرة الانفعالية للأفراد نحو انفعالاتهم وتؤثر في كيفية تنظيمهم لها، ويتجاوز ما وراء الانفعال ما وراء المعرفة؛ حيث يتضمن وعي الفرد بتفكيره وعملياته المعرفية التي تتركز على الانفعال، إلى جانب ما ينتج عن ذلك من حالة انفعالية تعود على الانفعال نفسه، وما يتبعها من تنظيم الانفعال، والذي يعد بمنزلة ما وراء الخبرة أو ما وراء المعرفة المتعلقة بالانفعال (بسمة حامد، ٢٠٢١، ٩٨).

من هنا تتمثل أبعاد ما وراء الانفعال في: **الوعي الانفعالي**؛ وهو إدراك الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين من خلال دراسة العلاقة بين الأفكار الداخلية والخارجية والانفعالات الصادرة أثناء المواقف المختلفة، و**ترتيب وتنظيم الانفعالات**: وهي قدرة الفرد على إثارة انفعالاته واستعمالها في الوقت المناسب وتوجيه عملياته المعرفية وانتباهه وتفكيره في التركيز على انفعالاته لأداء مهام معينة، و**مراقبة وتقييم الانفعالات**: أي القدرة على مراقبة مشاعره والتمييز بين انفعالاته واستخدام العمليات المعرفية والتفكير في توجيهها وبالتالي سلوكه (رابعة عبد الناصر، ٢٠٢١، ٤٥٢ - ٤٥٩).

كما أن الآباء الذين يتمتعون بمهارات أفضل في تنظيم انفعالاتهم هم أعلى في سلوكيات الأبوة والأمومة الإيجابية ولديهم أيضًا أطفال يتمتعون بتنظيم أفضل للانفعالات، كما أنه يعد عاملاً رئيسًا في دعم الأطفال والقدرة على تحقيق الصلابة النفسية للوالدين وللطفل، بالإضافة إلى أن الآباء يحتاجون إلى الصلابة من أجل التكيف مع الحياة، وتنظيم الانفعال - كأحد أبعاد ما وراء الانفعال - يعمل على دعم الصلابة النفسية والقدرة على التعبير عن المشاعر السلبية والإيجابية بشكل أكثر كفاءة (Lu, et al., 2023, 2).

وتأسيسًا على ما سبق يتبين أن البناء النفسي القادر على مواجهة التحديات والمشكلات يتطلب أن يكون لديه قدر متزن من الطرق التي يتعامل بها انفعاليًا مع هذه المواقف، وقد يكون لبعض المتغيرات مثل الصلابة النفسية دور في ظهور الاستجابة المناسبة في المواقف، وربما تتمكن من أبعاد ما وراء الانفعال قد يغير اتجاه هذه العلاقة

وفقًا لدرجة الصلابة التي يمتلكونها، وهذا ما يحاول الباحثون التعرف عليه من إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية أبعاد ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

مشكلة البحث:

إن وجود طفل معاق في الأسرة يؤدي إلى التغيير في الاستراتيجيات أو الطرق التي يتفاعل بها الأفراد سواء مع الطفل نفسه أو بشكل عام في كل ما يواجهونه في أمور حياتهم، وبالتالي تظهر معظم آثار الضغوط على الأسرة في الجانب الانفعالي سواء كانت بالإنكار أو الكبت أو الصراع أو الإحساس بالذنب... ووفقًا للطريقة التي يتعاملون بها مع الطفل انفعاليًا ومدى وعيهم بهذه الطرق ربما يتحدد كثير من المتغيرات أو السمات الأخرى التي تساعد على سير النمط الأسري بشكل آمن.

ومن هنا تكمن مشكلة البحث الحالي في كونها تتناول أمهات فئة ليست بالقليلة من أبناء المجتمع المصري وهم الأطفال ذوو الإعاقة العقلية، والذين يحتاجون إلى معاملة خاصة؛ نظرًا لاعتمادهم الأكثر على الآخرين، وهذه المعاملة تشكل شخصية الطفل؛ وقد بلغ عدد المعاقين في مصر حوالي (١٠,٥) مليون معاق، على اعتبار أن عدد سكان مصر عام ٢٠٢٢ حوالي (١٠٥) مليون نسمة، وتحتل الإعاقة العقلية المرتبة الأولى من حيث معدلات ونسب الانتشار، فقد أقر الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء أن الإعاقة العقلية بمختلف فئاتها هي أعلى نسب الإعاقات في مصر بمعدل ٦٠٪ من إجمالي نسب الإعاقة في مصر، كما أنهم في تزايد مستمر وفقًا للتقارير (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠٢٢).

وكذلك أشارت بعض الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليًا ارتباطها بكثير من المتغيرات الإيجابية في الشخصية؛ فارتبطت إيجابًا بالمرونة كما في دراسة (Salehian & Sarvari, 2021)، وأيضًا بالتوافق كما في دراسة (فتحية ذكي وآخرون، ٢٠٢١) التي توصلت إلى وجود علاقة بين الصلابة النفسية للأمهات والتوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهن ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، وعدم وجود فروق لدى أمهات المعاقين على مقياس الصلابة حسب مستوى التعليم.

وأشار (صادق المخلافي، ٢٠١٣) إلى ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد عينة البحث، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أمهات المعاقين عقليًا وفقًا لأعمارهن ومستواهن التعليمي والترتيب الميلادي للمعاق عقليًا ونوعه، كما ارتبطت سلبًا ببعض المتغيرات الأخرى مثل القلق كما في دراسة، Ben Zur et al. (2015) التي توصلت إلى وجود ارتباط دال بين الصحة النفسية والصلابة والقلق والدعم الاجتماعي، واستنتج أن امتلاك الأمهات للجوانب الشخصية والاجتماعية والانفعالية الإيجابية يكون مفيدًا للصحة النفسية وللصلابة لديهن.

وتوصلت دراسة Hammarlund, et al. (2021) إلى أن مهارات التفسير الانفعالي - وهو أحد أبعاد ما وراء

الانفعال - لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً كانت أقل دقة مقارنة بأمهات الأطفال العاديين، كما كانت أمهات الأطفال المعاقين عقلياً أكثر عرضة لسوء تفسير انفعالي الخجل والغضب، والذي ارتبط على نحو موجب دال إحصائياً بمعايشة خبرات الصدمة لدى الأمهات.

وتوصلت نتائج دراسة Armstrong & Dagnan (2011) إلى أن الأمهات قيمن أنفسهن بالقدرة على ضبط سلوكيات أطفالهن، وأشارن إلى مسئوليتهن عن هؤلاء الأطفال، بينما عبرن عن غضبهن بالعقاب لما يرتكبه الأطفال من مشكلات سلوكية.

وبالاطلاع على الدراسات السابقة للمتغيرات تبين وجود علاقة بين الصلابة النفسية والانفعال الموجب والتنظيم الانفعالي - كإحدى مهارات ما وراء الانفعال - كما في دراسة (Zadeh & Homaei, 2018; Bashghareh, 2020).

مما سبق يتضح أن ما وراء الانفعال والصلابة النفسية لهما أهمية خاصة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وأشارت الدراسات السابقة إلى وجود علاقة دالة بينهما؛ لذلك يتجه البحث الحالي إلى معرفة مدى إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية أبعاد ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وذلك حتى يمهد المجال أمام الباحثين إلى عمل الدراسات التدخلية أو الإرشادية لتنمية الصلابة النفسية وغيرها من الجوانب الإيجابية لدى الأمهات حتى تستطيع التغلب على المشكلات التي تواجههن. ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلين التاليين:

١. ما العلاقة بين ما وراء الانفعال والصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؟
٢. ما إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية أبعاد ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؟

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية أبعاد ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

أهمية البحث:

- من الناحية النظرية: يعزز البحث من الفهم النظري للعلاقة بين ما وراء الانفعال والصلابة النفسية؛ فالبحث فيما وراء الانفعال يمكن أن يعمق الفهم الأكاديمي لكيفية تأثيره على الصلابة النفسية، كما يمكن أن يضيف إلى الأدبيات العلمية في مجال علم النفس الإيجابي والإعاقة من خلال استكشاف الصلابة النفسية كمفهوم من

مفاهيم علم النفس الإيجابي في سياق الإعاقة العقلية، ودراسة كيفية مواجهة الأمهات لل صعوبات وتحقيق النمو الشخصي بالرغم من التحديات.

- **ومن الناحية التطبيقية:** قد يساعد البحث في تقديم إرشادات عملية لدعم الأمهات؛ إذ يمكن استخدام نتائجه في تطوير برامج إرشادية وتدريبية تهدف إلى تعزيز مهارات ما وراء الانفعال والصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ومثل هذه البرامج قد تشمل تدريب الأمهات على تقنيات ما وراء الانفعال التي تساعد في تحسين الصلابة النفسية، كما يمكن أن يستفيد المعالجون النفسيون من نتائج البحث لتصميم تدخلات علاجية موجهة نحو تعزيز الصلابة النفسية لدى الأمهات؛ مما يساعدهن على التعامل بشكل أفضل مع الضغوط اليومية المرتبطة برعاية الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

مصطلحات البحث:

- **ما وراء الانفعال Meta emotion**، يعرفه الباحثون بأنه: العمليات العقلية التي تسبق الانفعال حتى تساعد الفرد على توجيه تفكيره وسلوكه بطريقة تحسن من أدائه، كما أن وعي الفرد بانفعالاته وانفعالات الآخرين يساعده على إظهار سلوكيات سوية تتوافق مع السياق الاجتماعي؛ مما يحقق التوافق والانسجام بين الفرد ونفسه وبينه والآخرين، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الأم في المقياس المعد لذلك.

ويعكس هذا التعريف الأبعاد التالية (الوعي بالانفعالات - تقييم الانفعالات - قمع الانفعالات السلبية - تنظيم الانفعالات).

- **الصلابة النفسية psychological Hardiness**، يعرفها الباحثون بأنها: قدرة أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على تحمل ضغوط إعاقة الطفل، والالتزام بالمبادئ والأهداف، والقدرة على ضبط الذات والسيطرة على الظروف الصعبة من أجل مواجهة التحديات والشدائد، وتقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها الأم في المقياس المعد لذلك.

ويعكس هذا التعريف الأبعاد التالية (تحمل الضغوط - الالتزام بالمبادئ - مواجهة التحديات).

- **أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية mothers of children with mental disabilities**، يقصد بهن في هذا البحث: أمهات الأطفال الذين يظهرون نقصاً واضحاً في قدراتهم العقلية بناء على ما تظهره نتائج اختبارات الذكاء، وما يتم تسجيله من ملاحظة سلوكهم ومدى قدرتهم على التفاعل.

حدود البحث:

- **الحدود الموضوعية:** ما وراء الانفعال - الصلابة النفسية.
- **الحدود البشرية:** تتمثل في أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- **الحدود المكانية:** تشمل بعض مراكز رعاية الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بمحافظة القاهرة والجيزة.

- الحدود الزمانية: خلال شهري يناير وفبراير من عام ٢٠٢٤م.

الإطار النظري للبحث:

أولاً: أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية Intellectual Disability

تعد الإعاقة العقلية من أخطر المشكلات متعددة الجوانب التي تواجه الطفل، فهي مشكلة طبية ووراثية وقانونية واجتماعية وتربوية ونفسية، وتتداخل تلك الجوانب مع بعضها البعض مما يجعلها مشكلة مميزة في تكوينها، إلى جانب حاجة الطفل المعاق عقلياً إلى الرعاية والمتابعة والاهتمام من جانب الآخرين المحيطين به، إضافة إلى ما يمكن أن تتركه مثل هذه الإعاقة من آثار نفسية لدى أسرة هذا الطفل (عادل محمد، ٢٠١١، ٥٧).

مفهوم الإعاقة العقلية:

الإعاقة العقلية أو الذهنية تعتبر حالة من عدم اكتمال النمو العقلي أو توقفه، ويظهر ذلك أثناء دورة النمو، كما أنه يؤثر في المستوى العام للذكاء والقدرات المعرفية والاجتماعية والحركية.

تصنيفات الإعاقة العقلية:

تم تصنيف الإعاقة العقلية وفقاً للدليل التشخيصي والإحصائي (DSM-5, 2013, 37) كما يلي

الإعاقة العقلية البسيطة: Mild Retardation

وهي الفئة التي حصلت على درجة ذكاء ما بين (٥٥ - ٧٠) وهم من يستطيعون تعلم بعض المهارات التعليمية الأساسية، ويجب أن تكون مناهجهم الدراسية مبسطة ومعدة خصيصاً لهم بما يتناسب مع درجة ذكائهم.

الإعاقة العقلية المتوسطة: Moderate Retardation

وهي الفئة التي حصلت على درجة ذكاء ما بين (٤٠ - ٥٥) ويعتبر أصحاب هذه الفئة غير قادرين على تعلم المهارات التعليمية، ولكن يمكن تدريبهم وتأهيلهم على القيام ببعض المهارات الحياتية والمهنية البسيطة.

الإعاقة العقلية الشديدة: Sever Retardation

وهي الفئة التي حصلت على درجة ذكاء ما بين (٢٥ - ٤٠) ويطلق عليهم الأشخاص الاعتماديون، أي يعتمدون على الآخرين في شؤونهم الحياتية لعدم قدرتهم على تعلم المهارات اليومية، فهذه الفئة غير قابلة للتعليم ولا للتأهيل فهم بحاجة إلى رعاية ومتابعة مستمرة.

الإعاقة العقلية الشديدة جداً (العميقة): Profound Retardation

وهي الفئة التي حصلت على درجة ذكاء أقل من (٢٥) درجة وهذه الفئة تعتبر أشد درجات الإعاقة العقلية.

أسباب الإعاقة العقلية:

قسم كل من فؤاد حامد الموافي، فوقية راضي (٢٠٠٥، ٢٦)، وماجدة عبيد (٢٠١٣، ٥١) أسباب الإعاقة

العقلية إلى ثلاث مجموعات:

أسباب ما قبل الولادة: وتنقسم إلى عوامل جينية - أي مورثة - وعوامل غير جينية، أي البيئية التي تحدث أثناء الحمل.

أسباب أثناء الولادة: وهي مجموعة العوامل التي تحدث أثناء الولادة وتؤثر على المولود؛ مثل الولادة المبكرة وعسر الولادة.

أسباب ما بعد الولادة: وتشمل الحوادث والأمراض التي قد يتعرض لها الطفل خلال السنوات الأولى من عمره، وتسبب تلفاً في الجهاز العصبي.

خصائص وسمات المعاقين عقلياً:

ذكرت هدى جمال (٢٠٢٠، ٢٣٨، ٢٣٩) خصائص المعاقين عقلياً، وهي:

الخصائص الجسمية: حيث يتسمون بتأخر النمو الجسمي وبطنه وصغر الحجم بشكل عام، كما أن وزنهم أقل من العاديين ولديهم - أحياناً - تشوهات في حجم الجمجمة والعين والفم والأطراف.

الخصائص الاجتماعية: تظهر في ضعف القدرة على التكيف الاجتماعي، كما أنهم يتميزون بنقص في الميول والاستعدادات، وعدم تحمل المسؤولية، والانسحاب والعدوان.

الخصائص العقلية: وتتخلص في تأخر النمو العقلي، وتدني نسبة الذكاء بحيث تقل عن ٧٠ درجة، وتأخر النمو اللغوي إلى حدٍ كبير، وكذلك الأمر في العمليات العقلية الأخرى مثل ضعف الذاكرة والانتباه والإدراك والتخيل والتفكير، ونتيجة لذلك يكون هناك ضعفاً في التحصيل ونقصاً في المعلومات والخبرة.

الخصائص الانفعالية: أشارت إلى أنهم يتسمون بعدم الاتزان الانفعالي، كما يغلب عليهم التبدل الانفعالي واللامبالاة.

أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية:

الأم هي أكثر أفراد الأسرة مسؤولة عن تلبية وتنفيذ احتياجات ورغبات طفلها المعاق، مما يجعلها مشغولة معظم الوقت عن باقي أفراد الأسرة، الأمر الذي يدعو إلى المزيد من إلقاء الضوء والاهتمام على سماتها الشخصية وجوانبها المختلفة.

وللأم دور كبير في حياة الطفل ذي الإعاقة العقلية باعتبارها المسؤولة عنه هي والأب، وما يتم تقديمه من حنان واهتمام ورعاية؛ لذلك تحتاج الأسرة إلى أن تكون على قدر عالٍ من أساليب التفكير والمهارات الإيجابية المختلفة كالتفاوض والأمل عند التطلع إلى مستقبل الطفل، كما تحتاج الأسرة أن تكون أكثر انضباطاً للنفس ليستطيعوا مواجهة الضغوط الحياتية، ومساعدة الطفل المعاق عقلياً في تعلم المهارات اللازمة لكي يتعايش مع المجتمع (مروة فتوح، ٢٠٢٢، ٨٦٢).

ومن هنا كان من الأهمية بمكان أن يتم البحث ودراسة المتغيرات الإيجابية والانفعالية لدى الأمهات والتي تساعدن على إظهار النواحي أو الجوانب الإيجابية في شخصياتهن، والقدرة على التغلب على المشكلات اللاتي يتعرضن لها.

ثانياً: الصلابة النفسية Psychological Hardiness

ظهر مفهوم الصلابة النفسية في البداية على يد "Kobasa" في عام ١٩٧٩، وهي أحد علماء النفس الأمريكيان، حيث استطاعت التوصل إليه من خلال إجراء العديد من الدراسات والتي هدفت إلى معرفة المتغيرات والأسباب النفسية الكامنة وراء احتفاظ الفرد بصحته النفسية والجسمية رغم تعرضه للضغوط.

أ- مفهوم الصلابة النفسية:

وردت الصلابة في اللغة بمعنى "صلب"، أي شديد، وصلب الشيء صلابة، فهو صلب أي شديد، ورجل صلب أي ذو صلابة، وأرض صلبة، ويقال تصلب فلان أي تشدد، والصلب الشديد من الحجارة، وأشدها صلابة. (ابن منظور، ١٩٩٠، ٢٤٧٦، ٢٤٧٧)

وعرفتها سلوى عبد الغني (٢٠١٤، ٥٤) أنها مصدر من المصادر الشخصية الذاتية والتي تجعل والدي الأطفال المعاقين يستطيعون مقاومة الآثار السلبية للإعاقة والتخفيف منها ومقاومتها حفاظاً على الصحة النفسية والجسمية لديهم، والتصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية والتعايش معها بنجاح، وأبعادها: الالتزام والتحكم والتحدي.

وعرفها كل من أمال قرني، وهدي جمال، وفايزة عبد العظيم (٢٠٢١، ٤٤) أنها امتلاك الفرد مجموعة السمات الشخصية الإيجابية المكتسبة التي تجعل الفرد قادر على عملية التكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والضغوط والصدمات مع بقاء الأمل.

وعرفها كل من عبد الحميد إبراهيم وآخرين (٢٠٢٣، ٦٦٨، ٦٦٩) أنها بناء للشخصية ونمط شخصي يحتوي على مجموعة من السمات تساعد الفرد على مواجهة الضغوط التي تعيق مسار حياته، حيث يلعب الفرد دور الوسيط بين تقييمه للسلوك واستعداده للمواجهة وذلك من خلال الالتزام والتحكم والتحدي والتي تعمل كحاجز نفسي مقاوم في مواجهة الظروف العصيبة.

ب- أبعاد الصلابة النفسية:

حيث أشار كل من Mehrparvar et al. (2018, 818)، و(نورا عشعش، ٢٠١٨، ٤٤٢) أن الصلابة النفسية تقوم على ثلاثة أبعاد، وهي:

- الالتزام، ويراد به مجموعة المعتقدات المرتبطة بقدرة الفرد على إدراك قيمته، وأهدافه، وتقدير إمكانياته ليكون

- قادرًا على اتخاذ القرارات التي تدعمه وتقوي توازنه وتماسكه النفسي والعضوي.
- **التحكم**، ويراد به مجموعة المعتقدات المرتبطة بقدرة الفرد على توظيف الأنشطة السلوكية والوجدانية والمعرفية العليا للتحكم بالمواقف الضاغطة بشكل يسهم في سلامة اتخاذ القرارات من بين مجموعة من المثيرات النفسية والبيئية.
 - **التحدي**، ويراد به مجموعة المعتقدات المرتبطة بقدرة الفرد على قبول التغييرات الحياتية كضرورة للنمو أكثر من كونها مشكلة مهددة لحياته ومسببة لأزمات له.
- وعليه فإن الباحثون بعد اطلاعهم على البحوث والدراسات السابقة قاموا بتحديد بعض الأبعاد للصلابة النفسية تتسق مع أهداف البحث والعينة وهي كما يلي:
- ✓ **البعد الأول: تحمل الضغوط**، ويعني قدرة الأم على التكيف والتحمل للمواقف الصعبة والضغوط، والاستجابة لها، دون التعرض لمواقف سلبية وأضرار كبيرة.
 - ✓ **البعد الثاني: الالتزام بالمبادئ**، وهو التزام الأم بالقيم والمعايير والأهداف الأساسية والإيجابية، ودعمها لها، والمشاركة الفعالة من أجل مواجهة التحديات.
 - ✓ **البعد الثالث: مواجهة التحديات**، وتعني قدرة الأم على التعامل والتفاعل مع المشكلات والصعوبات والتكيف معها والتغلب عليها بإيجابية، وإدراكها للنكسات كفرص للتحسن والتغيير والتطوير الشخصي وليس باعتبارها تهديد وإعاقة لها.

ج- خصائص وسمات الأشخاص ذوي الصلابة النفسية:

يمكن عرض خصائص الأشخاص ذوي الصلابة النفسية كما جاءت في دراسة (فتحية زكي وآخرون،

٢٠٢١، ١٤٨):

الإحساس بالالتزام أو النية لدفع الذات للانخراط في أيّة مستجدات، والاعتقاد بالسيطرة، والإحساس بأن الشخص نفسه سبب الحادث الذي حدث في حياته، أو أن الشخص يمكنه التأثير على بيئته، كما أن الرغبة في إحداث التغيير ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للنماء والتطوير.

كما قام كل من هشام الفقي، ورضا رزق، وفتحي لطفي (٢٠٢١، ٤٣١) بتقسيم خصائص الصلابة النفسية

إلى قسمين:

الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة:

من الناحية الجسمية لديهم أعراض جسمية قليلة تكاد تكون منعدمة عند التعرض للأحداث الضاغطة نظرًا

لاتزان الجهاز العصبي، وزيادة المقاومة الجسمية للضغوط، كما تزداد صلابتهم النفسية مع التقدم في العمر.

ومن الناحية النفسية لديهم مستويات منخفضة من الاضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق، ولديهم القدرة

على التحكم والسيطرة على الأحداث، وذوي ضبط داخلي، ولديهم القدرة على التحدي وقبول التغيرات واعتبارها فرصة للنمو، ولديهم شعور بالهدف في الحياة والثقة بالنفس. أما من الناحية العقلية فلديهم إدراك إيجابي للضغوط، وحكمة ومرونة في اتخاذ القرارات، كما يتمتعون بالقدرة على وضع الخطط لحل المشكلات والمبادرة بحل ما يواجههم باستخدام المواجهة التحولية، لديهم القدرة على الأداء والإنتاجية، ويتمتعون بالقدرة على القيادة والتحمل الاجتماعي، كما يمتلكون قدرات مرتفعة من التحصيل والاستيعاب.

الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة:

من الناحية الجسمية يتسمون بأعراض جسمية حادة عند التعرض للأحداث الضاغطة مثل الأمراض القلبية والسكر، وزيادة في إفرازات الغدد وعدم انتظام نبضات القلب، وزيادة في معدل التنفس. ومن الناحية النفسية لديهم اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب والقلق والاعتراب، وأقل صموداً وضبطاً للذات، مع الشعور المستمر بالخوف والتهديد، وفقدان الشعور بالهدف في الحياة والمعنى، كما يفضلون ثبات الحياة دون تغيير.

أما من الناحية العقلية فلديهم إدراك سلبي للضغوط، واستخدام المواجهة الارتدادية كالتجنب والإنكار والعجز عن اتخاذ القرارات، كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة، وعجزهم عن تحمل الأثر السيء للأحداث الضاغطة.

د- أهمية الصلابة النفسية:

لخص هشام الفقي وآخرون (٢٠٢١، ٤٣٠) أهمية الصلابة النفسية كما يلي:

- ❖ تعدل الصلابة النفسية مباشرة من مستوى ونوعية الإجهاد الناتج عن أحداث الحياة الضاغطة وتطرح مواجهة ارتدادية يمكن أن يكون لها أثر إيجابي في خفض تأثير تلك الأحداث.
- ❖ تحقيق التوافق الإنساني، وتعد من المصادر التي يعول عليها الفرد لكي تمده بالقوة والقدرة على المقاومة.
- ❖ كما أنها مركب مهم من مركبات الشخصية التي تقي من آثار الضغوط الحياتية المختلفة وتجعل الفرد أكثر مرونة وتقاؤلاً، كما تعمل الصلابة كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.
- ❖ تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة وذلك من خلال استخدام المواجهة الفعالة بدلاً من الهرب والاستسلام.
- ❖ تؤثر في أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

❖ تقود إلى التغيير والتعديل في الممارسات الصحية مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة، وهذا بالطبع يقلل من الإصابة بالأمراض.

ومن خلال ما سبق عرضه يرى الباحثون أن أهمية الصلابة النفسية تكمن في كونها عاملاً إيجابياً في شخصية الأم تسهم في تعزيز الصحة النفسية والجسمية، فهي الوقاية والازدهار تحت الضغط، وتتمثل أهميتها - أيضاً - في أن الأمهات اللاتي يتسمن بالصلابة يدركن الأحداث الإيجابية على أنها ذات معنى، ويكنن نوات نمط معرفي وانفعالي وسلوكي فعال في مقاومة الإحباط.

ثالثاً: ما وراء الانفعال: Meta-emotion

يُعد متغير ما وراء الانفعال من المتغيرات المهمة والحديثة نسبياً في مجال علم النفس والصحة النفسية، حيث لم تكن المشاعر يوماً هي التي تميز الإنسان عن الحيوان، ولكن فهم المشاعر والانفعالات وتنظيمها وتقبلها وإدارتها هي التي تضعنا في قمة التطور الحيوي، كما أن أول من استخدم هذا المفهوم هو (Gottman) في نظريته عن العلاج الأسري، وبالرغم من أن المفهوم منذ بدايته عرف ضمن سياق الأسرة إلا أنه يعمم حالياً على أي فرد، ولقد تعددت التعريفات التي تناولت المفهوم وذلك لأن مجال سيكولوجية ما وراء الانفعال ما زال معقداً للغاية ولم يتم فهمه حتى الآن بشكل كامل.

أ- مفهوم ما وراء الانفعال:

عرفه (Gottman, et al. (1996, 243) أنها مجموعة من المشاعر المنظمة والأفكار حول مشاعر الفرد الخاصة ومشاعر الآخرين حوله، تجعله على دراية بعملياته المعرفية التي يقوم بها أثناء تواصله معهم. وعرفها الفرماوي وآخرون (٢٠٠٩، ٨٧) بأنها الاستبصار الذاتي الذي يبديه الفرد تجاه انفعالاته وانفعالات الآخرين، مما يترتب عليه إحياء عملية إدارة ما وراء الانفعال.

وعرف (Brajša- Zganec (2014, 26) ما وراء الانفعال بأنه الانفعال نحو الانفعال، حيث يشمل ما وراء الانفعال تفكير وتحليل وتنظيم الفرد لانفعالاته وانفعالات الآخرين.

وأشار عبد الفتاح مطر (٢٠١٥، ٨٧) إلى أنه أفكار ومعتقدات ومشاعر الأفراد تجاه انفعالاتهم وانفعالات الآخرين - لا سيما السلبية منها - وكيفية التعامل معها وتنظيمها في ضوء ذلك.

وعرفتها دينا معوض (٢٠١٩، ٩٦٣) بأنها قدرة الفرد على فهم مشاعره وانفعالاته والسيطرة عليها، وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين وحسن التعامل معها، وقدرة الفرد على استغلال انفعالاته في الأداء الجيد وإقامة علاقة جيدة مع الآخرين.

كما عرفته زينب أمين (٢٠٢٠، ٢١١) بأنه مستوى وعي الفرد بانفعالاته تجاه انفعالاته الذاتية وتجاه انفعالات المشاركين له في المهام المختلفة، ومدى قدرته على مراقبتها وتنظيمها بما يساعده في توجيه عملياته

العقلية أثناء تنفيذ تلك المهام.

كما عرف كل من عبد الصبور منصور، وإبراهيم رفعت، ودينا خفاجي (٢٠٢١، ٥٤٣) الميتا انفعالية بأنها قدرة الفرد على إدارة انفعالاته وانفعالات الآخرين، وذلك من خلال مجموعة من مهارات الوعي، والأداء، والتقييم للعمليات المعرفية والانفعالية التي تتم قبل وبعد وأثناء المواقف الانفعالية.

وقد ذكر السيد بريك (٢٠٢٣، ٣٢٦) أن مفهوم ما وراء الانفعال يتضمن ثلاثة مستويات هي وعي الفرد بانفعالاته الشخصية، ووعي الفرد بانفعالات الآخرين، وترجمة الوعي بالانفعالات الشخصية وانفعالات الآخرين إلى سلوكيات تتفق مع السياق الاجتماعي بما يحقق التوافق والانسجام بين الفرد ونفسه من جهة، وبين الفرد والآخرين من جهة أخرى.

ب- أبعاد ما وراء الانفعال:

يعد (Gottman et al. 1996, 243) أول من تناول مفهوم ما وراء الانفعال ومكوناته أو أبعاده، ولقد أشار أيضًا كل من نبيل السيد (٢٠٢٠، ٤١٣)، وعلاء الدين النجار وآخرون (٢٠٢٢، ١٦٩، ١٧٠)، وزينب أمين (٢٠٢٠، ٢٢٩) إلى أبعاد ما وراء الانفعال كما يلي:

- **الوعي بالانفعال:** ويعرف بأنه انتباه الفرد وإدراكه وتمييزه لانفعالاته وانفعالات الآخرين، وتسميتها لفظيًا، ووصفها، والوعي بالعلاقة بين الأفكار والانفعالات والأحداث الخارجية، والتعبير عن هذه الانفعالات.
 - **التقييم الشخصي للانفعال:** وهو الحكم الذي يصدره الفرد على انفعالاته وانفعالات الآخرين بالسلب والإيجاب وذلك في ضوء معايير الشخصية.
 - **تنظيم الانفعال:** وهي الاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد لتعديل شدة أو نوعية الانفعالات التي يشعر بها أو المثيرات التي تسبب هذه الانفعالات وخاصة السلبية منها.
- وعليه فإن الباحثة بعد اطلاعها على البحوث والدراسات ترى أن أبعاد ما وراء الانفعال تتمثل في:
- **البعد الأول: الوعي بالانفعالات:** وهو مهارة الأم في القدرة على التعرف على الانفعالات وفهم أسبابها وإدارتها بشكل فعال.
 - **البعد الثاني: تقييم الانفعالات:** فهم الأم وقياسها وتحليلها للجوانب المختلفة لانفعالاتها مثل شدتها ومدتها وتنوعها وتطويرها لمعرفة تأثيراتها على صحتها النفسية والعقلية والجسدية.
 - **البعد الثالث: قمع الانفعالات السلبية:** محاولة الأم التحكم أو السيطرة بشكل واعي في التعبير عن الانفعالات السلبية.
 - **البعد الرابع: تنظيم الانفعالات:** العمليات التي تستخدمها الأم لمراقبة وفهم وتعديل انفعالاتها، وتصنيفها

وضبط شدتها ومدتها من أجل التكيف مع المواقف المختلفة، والاستجابة لها بطريقة صحية.

ج- خصائص وسمات ما وراء الانفعال:

لخص نبيل السيد (٢٠٢٠، ٤١٨، ٤١٩) خصائص ما وراء الانفعال كما يلي:

➤ يتجاوز ما وراء الانفعال ما وراء المعرفة، حيث يشتمل على وعي الفرد بتفكيره وعملياته المعرفية التي تتركز على الانفعال، إلى جانب ما يترتب على ذلك من حالة انفعالية ترتد على الانفعال ذاته، وما يتبعها من تنظيمه للانفعال.

➤ إمكانية تنمية ما وراء الانفعال من خلال التدريب على أبعاد ما وراء الانفعال؛ حيث إن تدريب الأفراد على ما وراء الانفعال قد يساعدهم على التحكم في عواطفهم وإدارتها؛ مما يسهم بشكل كبير في نجاحهم الأكاديمي والمهني.

➤ يختلف الأفراد في نوع ما وراء الانفعال؛ حيث قد تكون أفكارهم ومشاعرهم وسلوكياتهم سلبية أم إيجابية تجاه انفعالاتهم وانفعالات الآخرين، خاصة السلبية منها.

➤ تأثير الانعكاسية، عندما تكون خاصية التأثير الانعكاسي إحدى السمات الرئيسة لما وراء الانفعال تؤهله ليكون مفهوماً منفصلاً ومميزاً في نظرية الانفعالات، أي أن معرفة ما وراء الانفعال ترتد على الانفعال في المقام الأول، والذي ينعكس على الخبرة الانفعالية وتغيرها.

➤ يعتبر ما وراء الانفعال بمنزلة ما وراء المعرفة المتعلقة بالانفعال أو ما وراء الخبرة.

➤ كما أنه يختلف من فرد لآخر وفقاً لمبدأ الفروق الفردية التي فطر الله تعالى الكون عليها، وطبقاً لأفكار ومشاعر وسلوكيات كل فرد، كما تصاحب ما وراء الانفعال حالة انفعالية تنعكس على الانفعال نفسه.

وأشار أحمد كيشار (٢٠١٨، ٩) إلى أن خصائص ما وراء الانفعال تتلخص في الخاصية التأملية فهي بمثابة مجموعة من الخصائص الضرورية لإدارة وتعديل الانفعالات لدى الفرد من خلال الوظائف التنظيمية، كما أنها تلعب دوراً مهماً في تعلم الفرد، ثم لا تلبث تلك الانفعالات السلبية أن تتحول إلى انفعالات إيجابية، فيكون لدى الفرد حينئذ القدرة على حل المشكلات والتحكم في الانفعالات بطرق وأساليب جديدة.

د- ما وراء الانفعال والصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية:

تعتبر الإعاقة من أهم المشكلات والأحداث الضاغطة التي تتعرض لها الأسرة بعد إنجاب طفل مختلف عن الآخرين ممن هم في نفس عمره، كما أن لها دور بارز في التأثير على استقرارها من جميع النواحي، وهذا التأثير يكون بمستويات حسب قوة الصلابة النفسية للأسرة، فمن هنا يسهم ما وراء الانفعال والجانب النفسي في زيادة قدرة الأسرة على التحمل والتكيف والمواجهة؛ مما قد يساعدهم على استخدام أساليب معاملة مناسبة في التعامل مع الطفل من تنظيم وتقييم الانفعالات.

كما أن أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية يتعرضون لخطر ضعف الصلابة النفسية بسبب المشكلات التي يعاني منها هؤلاء الأطفال؛ حيث يحتاجون إلى مهارات للتعامل مع احتياجات أطفالهم من التدريبات العلاجية التي تضمن صحتهم العقلية، كما أنهم بحاجة إلى محاكاة المشاعر والتشجيع الذاتي، وإلى الاستراتيجيات التي تستخدم لرفع واستدامة المكونات الانفعالية من أجل فهم الانفعالات وضبطها وتجربتها والتعبير عنها. (Ercis, 2021, 781).

والأمهات اللاتي تتصفن بالصلابة النفسية كن أكثر قدرة على تنظيم انفعالاتهن، وهي إحدى أبعاد ما وراء الانفعال، كما استخدمن مهارات ما وراء الانفعال لإدارة انفعالاتهم الإيجابية والسلبية بكفاءة. (صفحة فتح الباب، ٢٠٢٠، ٦)

ويميل الذين يتمتعون بتنظيم انفعالي مثالي إلى أن يكونوا أكثر صلابة في مواجهة الضغوط والشدائد مقارنة بالأشخاص ذوي التنظيم الانفعالي المنخفض، فإذا تمكنت الأم من تنظيم انفعالاتها بشكل جيد ستكون قادرة على دعم وتنمية صلابتها النفسية عند مواجهة المواقف العصيبة وفق أدوارها المتعددة - (Azara, et al., 2022, 223-224)

ولقد تنوعت الدراسات السابقة التي تناولت كل من: ما وراء الانفعال والصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ونوضحها فيما يلي:

أولاً: الدراسات السابقة التي تناولت ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية:

دراسة (Armstrong and Dagnan (2011)

سعت الدراسة نحو استقصاء الإعزات السببية والاستجابات الانفعالية والسلوكية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً في ضوء خصائص وشدة الإعاقة، وتألقت العينة من (٥٦) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية اللاتي قمن بتقدير إعزاتهن السببية واستجابتهن الانفعالية والسلوكية، وأوضحت النتائج أن الأمهات قimen أنفسهن بالقدرة على ضبط سلوكيات أطفالهن، وأشرن إلى مسئوليتهم عن هؤلاء الأطفال، بينما عبرن عن غضبهن عما يرتكبه الأطفال من مشكلات سلوكية حيث تقوم الأمهات بمعاينة الأطفال على ارتكابها.

دراسة (SuKyoung and Soon-Ohk (2017)

استهدفت الدراسة تقصي العلاقة بين ما وراء الانفعال والتواصل بين الأم - الطفل وفعالية الذات الوالدية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وشملت العينة (١٤٤) من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة مباشرة دالة إحصائياً بين ما وراء الانفعال بالمتغيرات التالية: فعالية الذات الوالدية والتقبل العاطفي، والدعم الوالدي، ووجود علاقة مباشرة دالة إحصائياً بين ما وراء الانفعال والتواصل بين الأم - الطفل.

دراسة (Hosseininik et al. (2018)

كان الهدف من الدراسة هو تحديد العلاقة بين تحمل الضغوط والتوافق (الأسري، الصحي، الانفعالي، الاجتماعي، والمهني) لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً، وشاركت بالدراسة (٩٤) من أمهات الأطفال المعاقين عقلياً و(٩٤) من أمهات الأطفال العاديين، واستجابت المشاركات على مقياس بيل للتوافق ومقياس جاهير لتحمل الضغوط، وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين مجموعتي الدراسة في القدرة على تحمل الضغوط (الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية: التحمل، الاستيعاب، التقويم) والتوافق (الأسري، الصحي، الانفعالي، الاجتماعي، والمهني) لصالح أمهات الأطفال العاديين.

دراسة (Thompson et al. (2018)

هدفت الدراسة إلى إجراء تحليل بعدي لاستقصاء التعبير الانفعالي لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وتضمنت العينة (٧) دراسات أجريت على أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ومتلازمة داون، واضطراب طيف التوحد، وأوضحت النتائج ارتفاع مستوى التعبير الانفعالي لدى (٤٠٪) من أولياء الأمور المشاركين بالدراسة، وهو ما ارتبط بالمزيد من المشكلات السلوكية وتدني المهارات الحياتية لدى أطفالهم.

دراسة (Moosavi and Homaei (2019)

حاولت الدراسة إجراء تحليل بعدي لتحديد العلاقة بين أساليب المواجهة والتنظيم المعرفي للانفعال واليقظة العقلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وتألفت العينة من (٢٠) دراسة أجريت على أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية واستخدمت المتغيرات سالفه الذكر، ومن أبرز نتائج تلك الدراسة: وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مهارات اليقظة العقلية (الملاحظة، الوصف، الوعي، والتقبل دون إصدار أحكام) وقصور تنظيم الانفعال، وتوسعت فعالية الذات الخاصة بالواجهة العلاقة بين المتغيرين المذكورين سلفاً، وكانت هناك علاقة موجبة دالة إحصائياً بين تنظيم الذات والرفاهية النفسية.

دراسة (Hammarlund et al. (2021)

هدفت الدراسة إلى استقصاء التفسير الانفعالي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وتألفت العينة من (٢٣) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة و(٢٥) من أمهات الأطفال العاديين، واستجابت هؤلاء المشاركات على مقاييس التفسير الانفعالي وصدمة تشخيص الطفل بالإعاقة العقلية ومظاهر التعلق لدى الأطفال، وأوضحت النتائج أن مهارات التفسير الانفعالي لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً كانت أقل دقة مقارنة بأمهات الأطفال العاديين، كما كانت أمهات الأطفال المعاقين عقلياً أكثر عرضة لسوء تفسير انفعالي الخجل والغضب، والذي ارتبط على نحو موجب دال إحصائياً بمعايشة خبرات الصدمة لدى الأمهات والتعلق الآمن لدى الأطفال.

دراسة (Bhalerao 2022)

سعت الدراسة نحو استقصاء مستوى الذكاء الانفعالي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وأمهات الأطفال العاديين، وشاركت بالدراسة ثلاث مجموعات: الأولى قوامها (١٠٠) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة (ن = ٥٠) والمتوسطة (ن = ٥٠)، وتكونت المجموعة الثانية من (١٠٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد البسيط (ن = ٥٠) والمتوسط (ن = ٥٠)، وشملت المجموعة الثالثة (١٠٠) من أمهات الأطفال العاديين، وتم تطبيق مقياس Hyde للذكاء الانفعالي، ومن أبرز نتائج الدراسة ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لدى أمهات الأطفال العاديين عن أقرانهم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية أو اضطراب طيف التوحد، وكانت مستويات الوعي الذاتي، والتعاطف، والدافعية الذاتية، والاستقرار الانفعالي، وإدارة العلاقات، والتكامل، وتطوير الذات، والالتزام والإيثار مرتفعة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية عن باقي أبعاد الذكاء الانفعالي.

دراسة (Keleynikov et al. 2023)

استهدفت الدراسة استقصاء التنظيم الانفعالي لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة، وتمثلت العينة في (٣٣) من الدراسات التي أجريت على أولياء أمور الأطفال المعاقين عقلياً، وكشفت نتائج تحليل تلك الدراسات بعيداً عن ارتفاع مستور قصور التنظيم الانفعالي لدى أولياء أمور الأطفال المعاقين عقلياً، وهذا بدوره ارتبط بالعديد من المخرجات السالبة لدى أولياء الأمور أنفسهم وأطفالهم، وأمكن عزو زيادة مستوى قصور تنظيم الانفعال لدى أولياء أمور الأطفال المعاقين إلى فرط الانفعالات السالبة التي يعايشونها، وقصور مصادرهم المعرفية، وزيادة مستوى المشكلات التفاعلية بين الوالد - والطفل.

ثانياً: الدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية:

دراسة صادق المخلافي (٢٠١٣)

والتي هدفت إلى قياس مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات المعاقين عقلياً في ضوء بعض المتغيرات، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وطبق مقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحث على مجموعة مشاركة قدرها (٤١) أمّاً لأبناء معاقين عقلياً ممن يتلقون التعليم بمركز الأمل بمدينة تعز، وقد توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد عينة البحث مقارنة بمستواها في المجتمع، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى أمهات المعاقين عقلياً وفقاً لأعمارهم ومستواهم التعليمي والترتيب الميلادي للمعاق عقلياً ونوعه.

دراسة (Kumar and Deepalatha 2019)

سعت الدراسة إلى المقارنة بين أمهات وآباء الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وتألفت العينة من (٦٥)

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد /د. ممدوح محمود مصطفى بدوي /د. إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

(٢٩ أبا) و(٣٦ أمًا)، وتم جمع البيانات عن طريق المقابلات المقننة والتي طبق فيها مقياس تأثير الإعاقة NIMH Disability Impact Scale، وأشارت النتائج إلى معاناة الأمهات من المشكلات ذات الصلة بتشخيص أحد أبنائهن بالإعاقة العقلية مقارنة بالآباء، إلا أنهم كن أكثر توافقًا مع هذه الخبرة، وأكثر تمتعًا بالصلابة النفسية مقارنة بالآباء.

دراسة (Arakkathara and Bance (2020)

حاولت الدراسة تحديد العلاقة بين الصلابة النفسية والضغط لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وشاركت بالدراسة (١٧٤) من الأمهات اللواتي تراوحت أعمارهن بين (٢٥ - ٤٠) عامًا، وتم القياس باستخدام مقياس الضغوط الوالدية ومقياس كونر دافيدسون للصلابة النفسية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية والضغط الوالدية، وأسهمت الصلابة النفسية بنسبة (٦٥٪) من التباين في الضغوط الوالدية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

دراسة فتحية زكي وآخرون (٢٠٢١)

حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية لأمهات المعاقين عقليًا القابلين للتعلم والتوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهن، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة مشاركة قدرها (٣٦) طفلًا تراوحت أعمارهم ما بين (٦ - ٩ سنوات) ونسبة ذكائهم من (٥٥-٧٠)، وأمهم، وطبق عليهم مقياس الصلابة النفسية عند الأمهات (إعداد: عماد مخيمر، ٢٠٠٢)، ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي للأبناء (إعداد: عبد الله جودة، ٢٠١١)، واستمارة المستوى الاجتماعي التعليمي (إعداد: فايزة يوسف، ١٩٨٠)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الصلابة النفسية للأمهات والتوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهن ذوي الإعاقة العقلية البسيطة، وعدم جود فروق لدى أمهات المعاقين على مقياس الصلابة حسب مستوى التعليم.

دراسة (Indriasari (2022)

سعت الدراسة نحو تحديد العلاقة بين الضغوط الوالدية والصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية خلال جائحة كورونا، وأجريت الدراسة على عينة عمدية قوامها (٣٨) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بإندونيسيا، وتم جمع البيانات باستخدام مقياس الصلابة النفسية - النسخة المختصرة (Smith et al., 2008) ومقياس الضغوط الوالدية (Abidin, 1995)، وأشارت النتائج إلى ارتباط الصلابة النفسية بالضغط الوالدية على نحو دال إحصائيًا.

دراسة (Singh and Kumar (2022)

سعت الدراسة نحو تحديد العوامل المرتبطة بالصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية أو الحركية بالهند، وتألقت العينة من (٣٠٠) من أمهات الأطفال المعاقين عقليًا (ن = ١٠٠)، وأمهم الأطفال المعاقين

حركياً (ن = ١٠٠)، وأمهاة الأطفال العاديين (ن = ١٠٠)، وتم تطبيق مقياس الصلابة النفسية المعد بالدراسة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية بين أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وأمهاة الأطفال ذوي الإعاقة الحركية وأمهاة الأطفال العاديين، وكانت أبرز العوامل المرتبطة بالصلابة النفسية لدى أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية ممثلة في الدعم الأسري وتوافر خدمات الرعاية.

دراسة (Arora and Shetgovekar (2023)

هدفت الدراسة إلى المقارنة بين أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وأمهاة الأطفال العاديين في الصلابة النفسية وجودة الحياة الزوجية، وأجريت الدراسة على مجموعتين: إحداهما قوامها (٥٠) من أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، والأخرى تكونت من (٥٠) أمًا من أمهاة الأطفال العاديين، وتم تطبيق مقياس الصلابة النفسية (Kobasa & Maadi, 1984) ومقياس جودة الحياة الزوجية (Shah, 1995)، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في الصلابة النفسية وجودة الحياة الزوجية بين مجموعتي الدراسة.

فرضا البحث:

في ضوء الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات ما وراء الانفعال ودرجات الصلابة النفسية لدى أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
٢. يمكن التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

إجراءات البحث:

- منهج البحث: يستخدم البحث الحالي المنهج الوصفي؛ نظرًا لأنه يتسق مع طبيعة أهدافه.

المشاركون في البحث:

أ- عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات:

قام الباحثون بتطبيق أدوات البحث على مجموعة التحقق من الخصائص السيكومترية والتي بلغت (١٠٠) من أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المترددات على بعض مراكز رعاية الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بمحافظة القاهرة والجيزة، وتراوح أعمارهن بين (٢٧ - ٤٠) عامًا، بمتوسط قدره ٣٠,٤١ عامًا، وانحراف معياري قدره ٤,٩٣.

ب- عينة البحث الأساسية:

تكونت من (٢٩٢) من أمهاة الأطفال ذوي الإعاقة العقلية المترددات على بعض مراكز رعاية الأطفال ذوي الإعاقة العقلية بمحافظة القاهرة والجيزة، وتراوح أعمارهن بين (٢٣ - ٤٤) عامًا، بمتوسط قدره ٣٢,٦٧.

عامًا، وانحراف معياري قدره ٥,٧١.

• أدوات البحث:

تطلب القيام بهذا البحث استخدام أداة لقياس ما وراء الانفعال، وأخرى لقياس الصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ونظرًا لعدم وجود مقاييس في البيئة العربية تناسب عينة الدراسة؛ لذا قام الباحثون بإعداد أداة لقياس كل متغير منهما لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وفيما يلي عرض لهاتين الأداةين وكيفية التحقق من خصائصهما السيكومترية:

(١) مقياس ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية (إعداد: الباحثين):

ويهدف إلى قياس ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وقد قام الباحثون بصياغة مجموعة من العبارات بلغ عددها (٤٨) عبارة تغطي تعريف الباحثين لما وراء الانفعال، ثم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بعد تطبيقه على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات، وذلك على النحو التالي:

- قام الباحثون بإجراء التحليل العاملي لمقياس ما وراء الانفعال، الذي أسفر عن أربعة عوامل، بجذور كامنة لها على الترتيب: (٩,٧٦٨)، (٧,٥١٢)، (٦,٥٤٦)، (٥,٦٠٩) ونسب تباين لها على الترتيب: (٢٠,٣٥٠)٪، (١٥,٦٥٠)٪، (١٣,٦٣٧)٪، (١١,٦٨٥)٪، وقد تبين أن هناك عبارتين لم يتشبعوا على أيٍّ من العوامل أربعة؛ ومن ثمَّ تم حذفهما، وفي ضوء مضمون مواقف كل عامل تمت تسمية العوامل الأربعة على النحو التالي: الوعي بالانفعالات (١١ عبارة)، تقييم الانفعالات (١١ عبارة)، قمع الانفعالات السلبية (١٢ عبارة)، تنظيم الانفعالات (١٢ عبارة).

- تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكانت كلها دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١).

- تم التحقق من الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات (١٠٠) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على مقياس ما وراء الانفعال المعد للبحث الحالي ودرجاتهن على مقياس ما وراء الانفعال (إعداد: حمزة الربابعة، ومروة الخطيب، ٢٠٢٢)، وبلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكلا المقياسين (٠,٧٤٩).

- تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وإعادة تطبيق الاختبار بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له باستخدام معامل ألفا كرونباخ بين (٠,٦١٧)، (٠,٧٨٨)، وباستخدام إعادة تطبيق الاختبار تراوحت بين (٠,٥٩٩)، (٠,٧٦٥)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائيًا؛ مما يدعو إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس.

(٢) مقياس الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية (إعداد: الباحثين):

- ويهدف إلى قياس الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وقد قام الباحثون بصياغة مجموعة من العبارات بلغ عددها (٣٠) عبارة تغطي تعريف الباحثين للصلابة النفسية، ثم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بعد تطبيقه على عينة التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات، وذلك على النحو التالي:
- قام الباحثون بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الصلابة النفسية، الذي أسفر عن ثلاثة عوامل، بجذور كامنة لها على الترتيب: (٥,٦٧٠)، (٤,٦١٢)، (٣,٩٢١)، ونسب تباين لها على الترتيب: (١٨,٩٠٠)٪، (١٥,٣٧٣)٪، (١٣,٠٧٠)٪، وقد تبين أن هناك عبارة واحدة لم تتشعب على أيٍّ من العوامل الثلاثة؛ ومن ثم تم حذفها، وفي ضوء مضمون عبارات كل عامل تمت تسمية العوامل الثلاثة على النحو التالي: تحمل الضغوط (١٠ عبارات)، الالتزام بالمبادئ (١٠ عبارات)، مواجهة التحديات (٩ عبارات).
 - تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وكانت كلها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).
 - تم التحقق من الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات (١٠٠) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على مقياس الصلابة النفسية المعد للبحث الحالي ودرجاتهن على مقياس الصلابة النفسية (إعداد: عماد مخيمر، ٢٠٠٢)، وبلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكلا المقياسين (٠,٧١٧).
 - تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وإعادة تطبيق الاختبار بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية له باستخدام معامل ألفا كرونباخ بين (٠,٥٨٨)، (٠,٧٦٩)، وباستخدام إعادة تطبيق الاختبار تراوحت بين (٠,٥٦١)، (٠,٧٢٤)، وجميعها معاملات ثبات مقبولة إحصائياً؛ مما يدعو إلى الثقة في النتائج التي يمكن التوصل إليها عند استخدام المقياس.

نتائج البحث:

▪ نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات ما وراء الانفعال ودرجات الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية"، واختبار هذا الفرض قام الباحثون بحساب معامل الارتباط البسيط لـ "بيرسون" بين درجات أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على مقياس "ما وراء الانفعال" ودرجاتهن على مقياس "الصلابة النفسية"، وقد جاءت قيم معاملات الارتباط كما هي موضحة بجدول (١) التالي:

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد أ.د./ ممدوح محمود مصطفى بدوي د/ إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجات أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على مقياس "ما وراء الانفعال" ودرجاتهن على مقياس "الصلاية النفسية" ن = ٢٩٢

الدرجة الكلية للصلاية النفسية	مواجهة التحديات	الالتزام بالمبادئ	تحمل الضغوط	الصلاية النفسية ما وراء الانفعال
** ٠,٨٢٥	٠,٧١٢ **	٠,٦٠٥ **	٠,٥ *١٢ *	الوعي بالانفعالات
** ٠,٨٠٢	٠,٦٠٩ **	٠,٦١٤ **	٠,٥ *٠١ *	تقييم الانفعالات
** ٠,٧٨٦	٠,٥٥٨ **	٠,٥٤٣ **	٠,٧ *٠٦ *	قمع الانفعالات السلبية
** ٠,٨٢٠	٠,٥٨٩ **	٠,٦١٠ **	٠,٦ *٣٥ *	تنظيم الانفعالات
** ٠,٨٤٤	٠,٧٧٦ **	٠,٨١٢ **	٠,٧ *٢١ *	الدرجة الكلية لما وراء الانفعال

** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (١) ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الوعي بالانفعالات - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - والصلاية النفسية (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب (٠,٥١٢، ٠,٦٠٥، ٠,٧١٢، ٠,٨٢٥)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١).

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **تقييم الانفعالات** - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - والصلابة النفسية (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب (٠,٥٠١، ٠,٦١٤، ٠,٦٠٩، ٠,٨٠٢)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **قمع الانفعالات السلبية** - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - والصلابة النفسية (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب (٠,٧٠٦، ٠,٥٤٣، ٠,٥٥٨، ٠,٧٨٦)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **تنظيم الانفعالات** - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - والصلابة النفسية (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب (٠,٦٣٥، ٠,٦١٠، ٠,٥٨٩، ٠,٨٢٠)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين **الدرجة الكلية لما وراء الانفعال والصلابة النفسية** (تحمل الضغوط، الالتزام بالمبادئ، مواجهة التحديات، الدرجة الكلية) لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت معاملات الارتباط على الترتيب (٠,٧٢١، ٠,٨١٢، ٠,٧٧٦، ٠,٨٤٤)، وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

تفسير نتائج الفرض الأول:

- بالنسبة للوعي بالانفعالات وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية: أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الوعي بالانفعالات - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - وكل أبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الوعي بالانفعالات هو القدرة على التعرف على المشاعر والانفعالات الذاتية وفهمها بشكل عميق، وهو ما يساعد أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية على التعامل بفعالية مع المواقف الصعبة؛ ومن ثم فإن الأمهات اللاتي يتمتعن بوعي عالٍ بانفعالاتهن يكن أكثر قدرة على التفاعل مع المواقف الضاغطة بطريقة فعالة، وذلك لأنهن يستطعن التعرف على المشاعر التي تثير الضغوط؛ ومن ثم إدارتها بشكل مناسب، كما أن الوعي بالانفعالات يمكن الأمهات من تجنب الانفعال الزائد أو الاستسلام للضغوط؛ حيث يمكنهن تبني استراتيجيات للتعامل مع الضغوط مثل تقليل التوتر عبر ممارسة تقنيات مختلفة مثل التنفس العميق أو التفكير الإيجابي ونحوها؛ ونتيجة

لذلك، فإن هذا الوعي بالانفعالات يمكن أن يعزز من قدرة الأم على تحمل الضغوط بشكل أكبر × مما يؤدي إلى تعزيز الصلابة النفسية لديها.

• بالنسبة لتقييم الانفعالات وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقييم الانفعالات - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - وكل أبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن تقييم الانفعالات يشير إلى القدرة على تحليل وفهم الانفعالات الشخصية والانفعالات التي تحدث في المواقف المختلفة، ويعد هذا البعد ضروريًا لتحمل الضغوط، حيث إنه يسمح للأم بالتعرف على طبيعة المشاعر التي تنتابها في المواقف الضاغطة، وتقييم مدى تأثير هذه المشاعر على أدائها النفسي والاجتماعي، وعندما تستطيع الأم تقييم انفعالاتها تكون قادرة على التعامل بشكل أكثر فعالية مع الضغوط؛ لأنها تتمكن من تحديد العوامل التي تسبب التوتر والتعامل معها بطرق مناسبة، وعلى سبيل المثال، قد يساعد تقييم الانفعالات في تقليل التوتر العاطفي عبر تجنب التصرفات المتسارعة أو ردود الفعل الانفعالية المفرطة، ومن ثم يرتبط هذا التقييم الإيجابي للانفعالات بزيادة القدرة على تحمل الضغوط والمرونة في مواجهة التحديات، مما يعزز الصلابة النفسية.

• بالنسبة لقمع الانفعالات السلبية وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين قمع الانفعالات السلبية - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - وكل أبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن قمع الانفعالات السلبية يشير إلى القدرة على كبح أو التحكم في المشاعر السلبية مثل الغضب والقلق والإحباط، ويلعب هذا البعد دورًا مهمًا في مساعدة الأمهات على التعامل مع الظروف الضاغطة دون الانهيار أو الاستسلام للمشاعر السلبية، وعندما تكون الأم قادرة على قمع مشاعر مثل القلق أو الإحباط، فإنها تصبح أكثر قدرة على التركيز على الحلول بدلاً من الانفعال، وقد يقلل هذا من التأثير السلبي للضغوط، ويعزز من قدرتها على الصمود أمام التحديات اليومية، كما يرتبط قمع الانفعالات السلبية إيجابًا بزيادة قدرة الأم على تحمل الضغوط؛ لأنها تتمكن من إدارة مشاعرها بشكل أكثر فعالية؛ مما يؤدي إلى زيادة الصلابة النفسية.

• بالنسبة لتنظيم الانفعالات وعلاقته بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تنظيم الانفعالات - أحد أبعاد ما وراء الانفعال - وكل أبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن تنظيم الانفعالات يشير إلى القدرة على التحكم في المشاعر وإدارتها بطرق تساعد الشخص على التكيف مع المواقف الضاغطة بشكل أفضل، وبالنسبة لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، فإن تنظيم الانفعالات يلعب دورًا مهمًا في تحمل الضغوط، فعندما تكون الأم قادرة على تنظيم انفعالاتها فإنها تصبح أكثر قدرة على التعامل مع

الظروف الصعبة بكفاءة؛ حيث لا تسيطر عليها تلك المشاعر السلبية التي قد تجعلها تشعر بالعجز أو الإرهاق، فبدلاً من الاستجابة الفورية للضغوط بانفعال مفرط، فإن الأم تتمكن من استجماع نفسها وتحديد أفضل طريقة للتعامل مع الموقف، ويعزز هذا التنظيم الانفعالي من قدرتها على التكيف مع التحديات اليومية، ويزيد من قدرتها على تحمل الضغوط كأحد أبعاد الصلابة النفسية.

• بالنسبة للدرجة الكلية لما وراء الانفعال وعلاقتها بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجة الكلية لما وراء الانفعال وكل أبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الدرجة الكلية لما وراء الانفعال تشمل مجموعة من المهارات التي تتعلق بالوعي، والتقييم، وتنظيم الانفعالات، وقمع الانفعالات السلبية، وتسهم هذه المهارات بشكل كبير في تحمل الضغوط؛ حيث إن الأمهات اللاتي لديهن وعي عالٍ بانفعالاتهن وقدرة على تنظيمها بشكل جيد يكن أكثر قدرة على التكيف مع الظروف الضاغطة، ويساعد ما وراء الانفعال الأم على فهم مشاعرها وإدارتها بطرق تسهم في تخفيف حدة التوتر؛ مما يمنحها القدرة على التعامل مع الضغوط بشكل أكثر فعالية، فعندما تواجه الأم مواقف ضاغطة، تكون أكثر قدرة على التفاعل بشكل هادئ ومتزن إذا كانت تمتلك مهارات متقدمة في تنظيم وتقييم انفعالاتها، بما يزيد من مرونتها النفسية وقدرتها على الصمود في مواجهة التحديات اليومية المرتبطة بتربية طفل من ذوي الإعاقة العقلية، وبالتالي، فإن ما وراء الانفعال - بجميع أبعاده - يلعب دوراً مهماً في تعزيز الصلابة النفسية ككل؛ حيث يسهم في تمكين الأم من التعامل مع مواقف الحياة المختلفة بثبات ومرونة؛ مما يؤدي إلى زيادة قدرتها على الصمود أمام الضغوط النفسية والعاطفية.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Ben Zur, et al., 2015)، و(Bashghareh, 2018)، ودراسة (Sadeghifard & Asgharnejad, 2022) والتي أظهرت وجود علاقة بين الصلابة النفسية والانفعال الموجب والتنظيم الانفعالي كأحد أبعاد ما وراء الانفعال، واستنتجت أن امتلاك الأمهات للجوانب الشخصية والاجتماعية والانفعالية الإيجابية يكون مفيداً للصحة النفسية وللصلابة لديهن وبهذا يمكن قبول الفرض الأول للبحث.

نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "يمكن التنبؤ بالصلابة النفسية تنبؤاً دالاً إحصائياً من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثون باستخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للتحقق من دلالة التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهو ما يوضحه جدول (٢).

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد أ.د./ ممدوح محمود مصطفى بدوي د/ إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

جدول (٢) دلالة التنبؤ بالصلاية النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية
(ن = ٢٩٢)

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغير المتنبأ به
٠,٠١	٢٩٧,٦٧٥	٢٥٥٣,٢٩٧	*٢	٥١٠٦,٥٩٤	الانحدار	تحمل الضغوط
		٨,٥٧٧	٢٨٩	٢٤٧٨,٨٨٦	البواقي	
			٢٩١	٧٥٨٥,٤٧٩	المجموع	
٠,٠١	٥٣٧,٣٤٨	٤٦٣٨,٢٣٩	*١	٤٦٣٨,٢٣٩	الانحدار	الالتزام بالمبادئ
		٨,٦٣٢	٢٩٠	٢٥٠٣,١٩٩	البواقي	
			٢٩١	٧١٤١,٤٣٨	المجموع	
٠,٠١	٢٨١,٣٥٢	١٦١١,٤٨٦	*١	١٦١١,٤٨٦	الانحدار	مواجهة التحديات
		٥,٧٢٨	٢٩٠	١٦٦١,٠١٧	البواقي	
			٢٩١	٣٢٧٢,٥٠٣	المجموع	
٠,٠١	٣٨٨,٩١٦	١٥٠٦٣,٢١٦	*٢	٣٠١٢٦,٤٣١	الانحدار	الدرجة الكلية للسلاية النفسية
		٣٨,٧٣١	٢٨٩	١١١٩٣,٣٣٣	البواقي	
			٢٩١	٤١٣١٩,٧٦٤	المجموع	

*درجات الحرية لعدد المتغيرات المدروسة التي دخلت معادلة الانحدار

يتضح من جدول (٢) ما يلي:

- أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ ببعدها "تحمل الضغوط" من خلال معلومية المتغيرات المدروسة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما يتضح أيضاً فاعلية متغيرين من المتغيرات المدروسة في التنبؤ ببعدها "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ ببعدها "الالتزام بالمبادئ" من خلال معلومية المتغيرات المدروسة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما يتضح أيضاً فاعلية متغير واحد من المتغيرات المدروسة في التنبؤ ببعدها "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

- أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ ببعيد "مواجهة التحديات" من خلال معلومية المتغيرات المدروسة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما يتضح أيضاً فاعلية متغير واحد من المتغيرات المدروسة في التنبؤ ببعيد "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ بالدرجة الكلية للصلابة النفسية من خلال معلومية المتغيرات المدروسة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما يتضح أيضاً فاعلية متغيرين من المتغيرات المدروسة في التنبؤ بالدرجة الكلية للصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- وفي ضوء النتائج التي تضمنها جدول (٢) اقتصر الباحثون على المتغيرات المدروسة التي دخلت معادلة الانحدار ذات الدلالة في التنبؤ بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ وذلك لمعرفة الإسهام النسبي لها من خلال استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج، وهو ما يوضحه جدول (٣).
- جدول (٣) الإسهام النسبي للمتغيرات المدروسة التي دخلت معادلة الانحدار ذات الدلالة في التنبؤ بأبعاد الصلابة النفسية ودرجتها الكلية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية (ن = ٢٩٢)

المتغير المتنبأ به	المتغيرات المتنبئة	"ر" المتعدد	"٢ر" المتعدد	"٢ر" النموذج	قيمة الثابت	B	Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تحمل الضغوط	تنظيم الانفعالات الواعي	٠,٨٢٠	٠,٦٧٣	٠,٦٧١	١,١٨٥	٠,٩٤٢	٠,٧١٩	٢٠,٩٨٣	٠,٠١
	بالانفعالات					٠,٣٢٦	٠,٢٧٩	٨,١٢٩	٠,٠٥
الالتزام بالمبادئ	قمع الانفعالات السلبية	٠,٨٠٦	٠,٦٤٩	٠,٦٤٨	١,٧٣٤-	١,٠٢٤	٠,٠٤٤	٢٣,١٨١	٠,٠٥
مواجهة التحديات	تقييم الانفعالات	٠,٧٠٢	٠,٤٩٢	٠,٤٩١	٦,٤١٢	٠,٥٣٩	٠,٧٠٢	١٦,٧٧٤	٠,٠١
الدرجة الكلية	تقييم الانفعالات الواعي	٠,٨٥٤	٠,٧٢٩	٠,٧٢٧	١١,٣٤٤	٢,١٥٣	٠,٦٩٧	٢٢,٣٥٢	٠,٠١
	بالانفعالات					١,٠٤٠	٠,٣٨١	١٢,٢١٥	٠,٠١

يتضح من جدول (٣) ما يلي:

أن هناك متغيرين من المتغيرات المدروسة يسهمان إسهامًا دالًّا إحصائيًّا في التنبؤ ببعـد "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما (تنظيم الانفعالات، الوعي بالانفعالات)، وأن هذين المتغيرين يسهمان بنسبة (٦٧,٣%) من التباين في بعـد "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت قيمة معامل التحديد ($r = ٠,٦٧٣$)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{بعـد "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية} = ٠,٩٤٢ \times \text{تنظيم الانفعالات} + ٠,٣٢٦ \times \text{الوعي بالانفعالات} + ١,١٨٥$$

كما أن هناك متغير واحد من المتغيرات المدروسة يسهم إسهامًا دالًّا إحصائيًّا في التنبؤ ببعـد "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهو (قمع الانفعالات السلبية)، وأن هذا المتغير يسهم بنسبة (٦٤,٩%) من التباين في بعـد "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت قيمة معامل التحديد ($r = ٠,٦٤٩$)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{بعـد "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية} = ١,٠٢٤ \times \text{قمع الانفعالات السلبية} - ١,٧٣٤$$

وهناك متغير واحد من المتغيرات المدروسة تسهم إسهامًا دالًّا إحصائيًّا في التنبؤ ببعـد "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهو (تقييم الانفعالات)، وأن هذا المتغير يسهم بنسبة (٤٩,٢%) من التباين في بعـد "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت قيمة معامل التحديد ($r = ٠,٤٩٢$)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{بعـد "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية} = ٠,٥٣٩ \times \text{تقييم الانفعالات} + ٦,٤١٢$$

وتبين كذلك أن هناك متغيرين من المتغيرات المدروسة يسهم إسهامًا دالًّا إحصائيًّا في التنبؤ "بالدرجة الكلية للصلابة النفسية" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما (تقييم الانفعالات، الوعي بالانفعالات)، وأن هذين المتغيرين يسهمان بنسبة (٧٢,٩%) من التباين في "الدرجة الكلية للصلابة النفسية" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية؛ حيث بلغت قيمة معامل التحديد ($r = ٠,٧٢٩$)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

$$\text{الدرجة الكلية للصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية} = ٢,١٥٣ \times \text{تقييم الانفعالات} + ١١,٣٤٤ \times \text{الوعي بالانفعالات} + ١,٠٤٠$$

ويوضح جدول (٤) قيمة "ت" للمتغيرات التي لم تدخل معادلة الانحدار الخاصة بالتنبؤ بالصلابة النفسية من خلال معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

جدول (٤) قيمة "ت" للمتغيرات التي لم تدخل معادلة الانحدار الخاصة بالتنبؤ بالصلابة النفسية من خلال

معلومية ما وراء الانفعال لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية (ن = ٢٩٢)

المتغير المتنبأ به	المتغيرات المنبئة	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تحمل الضغوط	تقييم الانفعالات	-	غير دالة
	قمع الانفعالات السلبية	٠,٢١٦	غير دالة
الالتزام بالمبادئ	الوعي بالانفعالات	-	غير دالة
	تقييم الانفعالات	٠,٢٤٥	غير دالة
	تنظيم الانفعالات	-	غير دالة
مواجهة التحديات	الوعي بالانفعالات	٠,١٨٤	غير دالة
	قمع الانفعالات السلبية	-	غير دالة
	تنظيم الانفعالات	١,٨٣٣	غير دالة
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	الوعي بالانفعالات	١,٠٤٤	غير دالة
	قمع الانفعالات السلبية	-	غير دالة
	تنظيم الانفعالات	٠,٥٥٧	غير دالة
	قمع الانفعالات السلبية	١,١٣٥	غير دالة
	تنظيم الانفعالات	١,٧٣٠	غير دالة
	تنظيم الانفعالات	-	غير دالة
		٠,٠٥٨	غير دالة

يتضح من جدول (٤) ما يلي:

- أن هناك متغيرين لم تكن لهما دلالة إحصائية في التنبؤ ببعد "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما (تقييم الانفعالات، قمع الانفعالات السلبية).
- أن هناك ثلاثة متغيرات لم تكن ذات دلالة إحصائية في التنبؤ ببعد "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهي (الوعي بالانفعالات، تقييم الانفعالات، تنظيم الانفعالات).
- أن هناك ثلاثة متغيرات لم تكن لها دلالة إحصائية في التنبؤ ببعد "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهي (الوعي بالانفعالات، قمع الانفعالات السلبية، تنظيم الانفعالات).
- أن هناك متغيرين لم تكن لهما دلالة إحصائية في التنبؤ بالدرجة الكلية للصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما (قمع الانفعالات السلبية، تنظيم الانفعالات).

تفسير نتائج الفرض الثاني:

• بالنسبة للتنبؤ ببعد "تحمل الضغوط":

أسفرت نتائج الفرض الثاني عن أن هناك متغيرين من المتغيرات المدروسة يسهمان إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ ببعد "تحمل الضغوط" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما "تنظيم الانفعالات، والوعي بالانفعالات"، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن الأمهات اللاتي يتمتعن بقدرة جيدة على تنظيم انفعالاتهن يكن أكثر قدرة على مواجهة المواقف الصعبة؛ حيث يمكنهن معالجة المشاعر السلبية مثل القلق والغضب وتوجيهها نحو استراتيجيات تكيف إيجابية، وعندما تكون الأم قادرة على التحكم في انفعالاتها، فإنها تصبح أقل عرضة للانغماس في الاستجابات العاطفية التي قد تزيد من شعورها بالتوتر والضغط، وبدلاً من ذلك، تستطيع التركيز على استخدام تقنيات مثل التفكير الإيجابي، والتحليل المنطقي للمواقف، والتخطيط لحلول فعالة، ويساعد هذا التنظيم الانفعالي على تطوير استجابة متوازنة للتحديات اليومية؛ مما يعزز من قدرتها على تحمل الضغوط بشكل مستدام وفعال، وبالتالي، فإن تنظيم الانفعالات يعد عاملاً مهماً في التنبؤ بمدى قدرة الأم على تحمل الضغوط؛ حيث إنه يعزز من مرونتها النفسية ويقلل من تأثير المشاعر السلبية على استجاباتها في المواقف الصعبة.

كما أن الوعي بالانفعالات يعتبر مهماً لتحمل الضغوط؛ لأنه يساعد الأمهات على تحليل مشاعرهن في لحظات التوتر، مما يمكنهن من اتخاذ قرارات أفضل وأكثر استنارة في مواجهة الظروف الضاغطة، وعندما تكون الأم واعية بمشاعرها، يمكنها تحديد المواقف التي تثير التوتر ومعرفة متى وكيف تبدأ مشاعر القلق أو الإحباط بالظهور، وهذا الفهم العميق لمشاعرها يتيح لها اتخاذ خطوات استباقية للتعامل مع الضغوط بطريقة أكثر فاعلية، مثل استخدام تقنيات الاسترخاء أو طلب المساعدة عند الحاجة، كما أن الوعي بالانفعالات يساعد الأمهات على تقبل مشاعرهن السلبية دون السماح لها بالتحكم في تصرفاتهن، مما يعزز من القدرة على التكيف مع التحديات المختلفة، كما أنه

قد يسهم الوعي بالانفعالات إسهامًا مباشرًا في تحسين قدرة الأمهات على تحمل الضغوط؛ حيث يوفر لهن أساليب نفسية للتعامل مع المواقف الضاغطة بشكل أكثر صحة وفاعلية.

• بالنسبة للتنبؤ ببعء "الالتزام بالمبادئ":

أسفرت نتائج الفرض الثاني عن أن هناك متغير واحد من المتغيرات المدروسة يسهم إسهامًا دالًا إحصائيًا في التنبؤ ببعء "الالتزام بالمبادئ" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهو "قمع الانفعالات السلبية"، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن قمع الانفعالات السلبية يلعب دورًا مهمًا في الحفاظ على الالتزام بالمبادئ، خاصة في الأوقات التي تكون فيها الحياة مليئة بالتحديات والمواقف الضاغطة، وعندما تستطيع الأم قمع انفعالاتها السلبية، فإنها تكون قادرة على اتخاذ قرارات أكثر توازنًا ومسؤولية، مستندة إلى مبادئها وقيمها، بدلًا من السماح لمشاعر الغضب أو الإحباط بالتأثير على سلوكها، كما أن الأمهات اللاتي يتمتعن بقدرة على قمع الانفعالات السلبية يكن أكثر قدرة على الحفاظ على هدوئهن في مواجهة المواقف الصعبة؛ مما يساعدهن في الالتزام بمبادئهن في التعامل مع التحديات؛ فعندما تواجه صعوبة تتعلق برعاية طفلها، قد تشعر الأم بمشاعر قوية من الإحباط، ولكن بفضل قدرتها على قمع هذه المشاعر السلبية، تكون أكثر قدرة على الاستمرار في اتخاذ القرارات التي تتماشى مع قيمها ومعتقداتها الأساسية، مثل الصبر والعناية والمتابعة، بالإضافة إلى ذلك، فإن قمع الانفعالات السلبية يعزز من استقرار الأم العاطفي؛ مما يمكنها من النظر إلى المواقف بطريقة أكثر موضوعية وواقعية، وهذا يعزز من التزامها بالمبادئ؛ لأنها تصبح قادرة على التركيز على القيم طويلة الأمد بدلًا من الانفعال بالضغوط الحالية، ومن ثم فإن قمع الانفعالات السلبية يسهم بشكل كبير في تعزيز الالتزام بالمبادئ لدى الأمهات؛ مما يعزز من قدرتها على التكيف مع التحديات اليومية ويضمن أن قراراتها تتماشى دائمًا مع معتقداتها العميقة وأخلاقياتها الشخصية.

• بالنسبة للتنبؤ ببعء "مواجهة التحديات":

أسفرت نتائج الفرض الثاني عن أن هناك متغير واحد من المتغيرات المدروسة تسهم إسهامًا دالًا إحصائيًا في التنبؤ ببعء "مواجهة التحديات" لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهو "تقييم الانفعالات"، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن تقييم الانفعالات يلعب دورًا حاسمًا في تعزيز قدرة الأمهات على مواجهة التحديات، وخاصة الأمهات اللواتي يعنين بأطفال ذوي إعاقات عقلية، حيث يواجهن بشكل مستمر مواقف تحتاج إلى التكيف والصمود، وعندما تتمتع الأم بقدرة جيدة على تقييم انفعالاتها، فإنها تكون قادرة على تحديد مشاعر القلق أو الخوف أو الإحباط التي قد تنشأ في مواقف التحدي، وتقوم بتقييم مدى تأثير هذه المشاعر على قدرتها على الاستجابة بشكل فعال، كما يعزز تقييم الانفعالات من قدرة الأم على التفكير بوضوح في لحظات الضغط، ويتيح لها الفرصة لاتخاذ قرارات واعية مبنية على تحليل موضوعي للموقف بدلًا من الاستجابة بناءً على المشاعر اللحظية فقط، وعلى سبيل المثال،

في حالة مواجهة تحديات تتعلق برعاية طفلها ذي الإعاقة العقلية، يساعدها تقييم الانفعالات على التفريق بين المشاعر المؤقتة والضغط الفعلية؛ مما يمكنها من استعادة هدوئها واتخاذ خطوات إيجابية للتعامل مع الموقف، كما يساعد الأم على أن تصبح أكثر قدرة على مواجهة التحديات بثقة ومرونة؛ حيث تعرف متى تكون المشاعر حاجزاً ومتى تكون دافعاً، كما يمكنها تجاوز العقبات النفسية والعاطفية بسهولة أكبر؛ مما يزيد من فرصها في مواجهة التحديات بنجاح ويعزز من مرونتها النفسية واستعدادها للتعامل مع مواقف مشابهة في المستقبل؛ ومن ثم فإن الأمهات اللاتي يتمتعن بقدرة عالية على تقييم انفعالاتهن يكن أكثر استعداداً وقوة في مواجهة التحديات اليومية المرتبطة برعاية أطفالهن.

• بالنسبة للتنبؤ بالدرجة الكلية للصلابة النفسية:

أسفرت نتائج الفرض الثاني عن أن هناك متغيرين من المتغيرات المدروسة يسهمان إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالدرجة الكلية للصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، وهما "تقييم الانفعالات، والوعي بالانفعالات"، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن تقييم الانفعالات يمثل القدرة على فهم المشاعر الخاصة بالفرد وتفسيرها بشكل صحيح في ضوء المواقف التي يمر بها، وبالنسبة للأمهات اللواتي يعتنين بأطفال ذوي إعاقات عقلية، تعد هذه القدرة مهمة جداً لزيادة الصلابة النفسية، وعندما تتمكن الأم من تقييم مشاعرها بوعي، فإنها تصبح أكثر قدرة على التعامل مع مشاعرها بشكل فعال بدلاً من الانجراف وراء مشاعر سلبية قد تؤثر على سلوكها واستجاباتها للتحديات اليومية، وعلى سبيل المثال، فإن القدرة على تحديد متى يكون الغضب أو الإحباط مبرراً ومتى يجب التعامل معه بطريقة هادئة يساعدها في الحفاظ على توازنها العاطفي، ويساعد هذا التقييم الأمهات على مواجهة الضغوط النفسية بنظرة أكثر عقلانية؛ حيث يفهمن تأثير مشاعرهن على قراراتهن ويعملن على اتخاذ خطوات توازن بين العاطفة والمنطق، كما أن تقييم الانفعالات يزيد من درجة الصلابة النفسية لأن الأمهات يصبحن أكثر وعياً بكيفية استخدام مشاعرهن كأداة لتحسين قدرتهن على التكيف مع الظروف الصعبة، ويساعدهن هذا الوعي العاطفي على التعامل مع الضغوط بشكل أفضل والاستفادة من مشاعرهن كمصدر للقوة والتحفيز بدلاً من أن تكون عائقاً؛ مما يعزز من صلابتهن النفسية.

كما يشير الوعي بالانفعالات إلى القدرة على التعرف على المشاعر الذاتية وفهماها بشكل عميق، وتعتبر هذه المهارة أساسية لتعزيز الصلابة النفسية؛ لأنها تساعد الأم على فهم جذور مشاعرها وكيفية التحكم بها، فالأمهات اللواتي لديهن وعي عالٍ بانفعالاتهن يكنّ أكثر قدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة بطريقة متزنة، فعندما تستطيع الأم إدراك أنها تشعر بالتوتر أو القلق، يمكنها التحكم في تلك المشاعر واتخاذ قرارات أكثر هدوءاً وتفكيراً، ويمكن هذا الوعي الأم من عدم الانقياد خلف انفعالات سريعة وغير مدروسة؛ مما يعزز من استقرارها النفسي ويزيد

من قدرتها على التكيف مع الضغوط والتحديات، ويساعد الوعي بالانفعالات الأمهات على التحلي بالتوازن النفسي؛ حيث يصبحن قادرات على تحليل مشاعرهن والتعامل معها بطريقة إيجابية، مما يؤدي إلى تحسين مرونتهن النفسية.

توصيات البحث:

بناءً على النتائج التي توصل إليها البحث يمكن التوصية بما يلي:

- تدريب الأمهات على مهارات ما وراء الانفعال من خلال تقديم برامج تدريبية للأمهات تساعد في تطوير مهارات الوعي بالانفعالات وتقييمها؛ مما يساهم في تعزيز قدرتهن على تحمل الضغوط والمواقف الصعبة.
- تقديم ورش عمل تستهدف تعليم الأمهات كيفية تنظيم انفعالاتهن السلبية والابتعاد عن الاستجابات الانفعالية الفورية؛ مما يساهم في تعزيز الصلابة النفسية والمرونة.
- إدراج أنشطة لتعزيز قدرة الأمهات على تقييم مشاعرهن وانفعالاتهن ضمن البرامج التي تقدم لهن الدعم النفسي؛ لتعزيز قدرتهن على مواجهة التحديات.
- إنشاء مجموعات دعم ومناقشة بين الأمهات لتبادل التجارب وتقديم الدعم العاطفي؛ مما قد يساعد في تخفيف الضغوط وزيادة الالتزام بالمبادئ في ظل التحديات.
- توجيه الأمهات نحو استخدام تقنيات مثل التنفس العميق، التأمل، واليقظة الذهنية لتخفيف الضغوط وتحسين قدرتهن على التعامل مع المشاعر السلبية.
- تشجيع الأمهات على تحديد المشاعر وفهمها؛ إذ يمكن أن تساعد البرامج التربوية الأمهات في تحسين وعيهم بمشاعرهن المختلفة وفهم كيفية تأثير هذه المشاعر على سلوكهن وقراراتهن اليومية.
- تطوير برامج تدخل نفسية مخصصة للأمهات تعتمد على تعزيز أبعاد الصلابة النفسية مثل الالتزام بالمبادئ وتحمل الضغوط ومواجهة التحديات.
- تشجيع الأمهات على بناء تواصل عاطفي قوي مع أطفالهن؛ مما قد يساهم في تحسين قدرتهن على التعامل مع الضغوط وتحقيق توازن انفعالي أفضل.
- تقديم استشارات فردية للأمهات لمساعدتهن في تعلم استراتيجيات فعالة لقمع المشاعر السلبية والتحكم بها بشكل صحي.

بحوث ودراسات مقترحة:

في ضوء نتائج البحث يمكن اقتراح البحوث والدراسات التالية:

- برنامج تدريبي لتنمية ما وراء الانفعال وأثره على تحسين الصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد أ.د./ ممدوح محمود مصطفى بدوي د/ إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

- تحسين تنظيم الانفعالات وأثره على جودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- قمع الانفعالات السلبية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- تحسين الوعي بالانفعالات وأثره على الصلاية النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- فعالية العلاج المعرفي السلوكي في تحسين تقييم الانفعالات وخفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
- ما وراء الانفعال لدى أمهات ذوي الإعاقة - دراسة مقارنة.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ابن منظور (٧١١). *لسان العرب*، دار المعارف، القاهرة.
- أحمد عبد الهادي ضيف كيشار (٢٠١٨). فعالية برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات ما وراء الانفعال في تنظيم الذات الأكاديمي لدى طلاب الدبلوم التربوي بجامعة الطائف. *مجلة كلية التربية - جامعة أسيوط*، ٣٤ (١٢)، ١-٤٠.
- السيد رمضان بريك (٢٠١٦). مهارات ما وراء الانفعالات لدى الطلاب ذوي الإعاقة السمعية والبصرية، *مجلة التربية الخاصة والتأهيل - جامعة الملك سعود*، ٤ (١٣)، ٨٣-١١٨.
- السيد عبد القادر شريف (٢٠١٤). *مدخل إلى التربية الخاصة*. القاهرة. دار الجوهرة للنشر والتوزيع.
- الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠٢٢). *مصر في أرقام ٢٠٢٢*. القاهرة. الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء.
- آمال محمود محمد محمد قرني، هدى جمال محمد، فايزة يوسف عبد العظيم. (٢٠٢١). الصلابة النفسية للأممات وعلاقتها بالانفعال لأبنائهن مرضى السكري. *مجلة دراسات الطفولة - جامعة عين شمس*، ٢٤ (٩٢)، ٤٣-٤٩.
- بسمة عبد الله حامد جاد الله. (٢٠٢١). ما وراء الانفعالات لدى أمهات الأطفال المتلجلجين وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية - جامعة حلوان*، ٢٧، ٨٢-١١٩.
- جمعة عبد الرحمن غيث. (٢٠٢١). الصلابة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة بني وليد. *مجلة العلوم الإنسانية - جامعة المرقب*، (٢٣)، ٦٦٧-٦٩٦.
- حمدان ممدوح الشامي. (٢٠٢٠). نمذجة العلاقات السببية بين الذكاء الروحي والصلابة النفسية وسلوك التتمرد لدى طلاب كلية التربية جامعة الأزهر. *المجلة التربوية لتعليم الكبار - جامعة أسيوط*، ٢ (١)، ١-٤٤.
- حمدي على الفرماوي، وليد رضوان حسن. (٢٠٠٩). *الميتا انفعالية لدى العاديين وذوي الإعاقة الذهنية*، عمان. دار صفاء للطباعة والنشر.
- دينا صلاح الدين إبراهيم معوض. (٢٠١٩). مهارات ما وراء الانفعال وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، ١٠٧ (٢)، ٩٥٩-١٠٠٢.
- رابعة عبد الناصر مسحل. (٢٠٢١). ما وراء الانفعال في ضوء التنظيم الذاتي والكفاءة الانفعالية والهزيمة النفسية لدى عينة من لاعبي كرة السلة. *مجلة التربية - جامعة الأزهر*، ١٩١، ٤٤٨-٥١٣.

ما وراء الانفعال كمتنبئ بالصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية

فاطمة رأفت محمود عبد المجيد / أ.د. ممدوح محمود مصطفى بدوي / د/ إيمان أحمد عبد السلام عبد الرحمن

زينب محمد أمين محمد. (٢٠٢٠). الإسهام النسبي لأبعاد هندسة الذات والبخل المعرفي وما وراء الانفعال في التنبؤ بجوانب السلوك جراء جائحة كورونا "COVID-19" لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٤ (٤)، ١٩٥-٣٠٠.

زينب نوفل راضي. (٢٠٠٨). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات (رسالة ماجستير). الجامعة الإسلامية بغزة.

سلوى عبد السلام عبد الغني. (٢٠١٤). الذكاء الروحي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى والدي الأطفال المعاقين، *المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال - جامعة بورسعيد*، (٥)، ٤٣-١١٤.

صادق عبده المخلافي. (٢٠١٣). الصلابة النفسية لدى عينة من أمهات المعاقين عقلياً في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة بحوث ودراسات تربوية - جامعة تعز، ٨، ١١٣-١٣٦.

صفية فتح الباب سيد. (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي بين الشخصي وعلاقته بالصلابة النفسية والرضا عن الصداقة. مجلة بحوث كلية الآداب - جامعة المنوفية، ٣١ (١٢٢)، ٣-٢٣.

عبد الصبور منصور محمد، إبراهيم رفعت إبراهيم، دينا محمد خفاجي. (٢٠٢١). فعالية برنامج إرشادي انتقائي في تنمية مهارات الميتا انفعالية لدى التلاميذ الموهوبين الصم. مجلة كلية التربية - جامعة بورسعيد، (٣٣)، ٥٣٧-٥٨٠.

عبد المطلب أمين القريطي. (٢٠٠٥). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم. (ط.٤)، القاهرة: دار الفكر العربي.

عادل عبد الله محمد. (٢٠١١). مقدمة في التربية الخاصة. القاهرة. دار الرشد للنشر والتوزيع.

عبد الحميد صفوت إبراهيم، سحر منصور القطاوي، أيمن حلمي عويضة، سحر محمد حسن. (٢٠٢٣). أبعاد الصلابة النفسية المنبئة بصراع الأسرة - العمل لدى معلمي التعليم العام بالسويس. مجلة كلية التربية - جامعة بورسعيد، (٤٣)، ٦٥٨-٦٩٤.

عبد الفتاح رجب علي مطر. (٢٠١٧). سيكولوجية ما وراء الانفعال لدى العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، عمان. دار بداية للنشر والتوزيع.

علاء الدين السعيد عبد الجواد النجار، إحسان نصر عطا الله هنداوي، إلهام إبراهيم محمد إبراهيم. (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس ما وراء الانفعال لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية - جامعة كفر الشيخ، (١٠٧)، ١٦٣-١٨٦.

فؤاد حامد الموافي، فوقيه محمد راضي. (٢٠٠٥). سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة، (ط.٢)، المنصورة. دار الحارثي للطباعة والنشر.

- فتحية ذكي رمضان، وليلى كرم الدين، وحنان السيد زيدان، وأحمد فخري هاني. (٢٠٢١). الصلابة النفسية لدى الأمهات وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لأبنائهن ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم. *مجلة العلوم البيئية- جامعة عين شمس، ٥٠ (٣)، ١٣٩-١٦٧.*
- قحطان أحمد الظاهر. (٢٠٠٨). *مدخل إلى التربية الخاصة، (ط.٢)، عمان. دار وائل للنشر والتوزيع.*
- منال منصور الحملوي، وأسماء توفيق مصطفى. (٢٠٢١). إستراتيجيات إدارة انفعالات الأبناء كمتغير وسيط بين صعوبات تنظيم الانفعال للأمهات والكفاءة الانفعالية الاجتماعية للمراهقين. *مجلة البحث العلمي في التربية- جامعة عين شمس، ٢٢، ٣٣٨-٤٢٩.*
- محمد صالح الإمام، وفؤاد عيد الجوالده. (٢٠١٠). *الإعاقة العقلية ومهارات الحياة في ضوء نظرية العقل، عمان. دار الثقافة للنشر والتوزيع.*
- محمد إسماعيل حميدة. (٢٠١٩). تنظيم الانفعال وعلاقته بالشفقة بالذات وما وراء الانفعال وفاعلية الذات الانفعالية ومهارات اتخاذ القرار لدى عينة من المديرين. *مجلة الإرشاد النفسي- جامعة عين شمس، ٥٨، ١٢٣-٢٣٦.*
- مصطفى نوري القمش. (٢٠١١). *الإعاقة العقلية. النظرية والممارسة. عمان. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.*
- ماجدة السيد عبيد. (٢٠١٣). *الإعاقة العقلية، (ط.٣)، عمان. دار صفاء للنشر والتوزيع.*
- مروة حسن فتوح حسن. (٢٠٢٢). أساليب التفكير وعلاقتها بوصمة الذات لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية. *مجلة كلية الآداب بالوادي الجديد، (١٦)، ٨٦٠-٩٠٢.*
- نورا محمود حسنين شعث. (٢٠١٨). استخدام أساليب مواجهة الضغوط النفسية في تنمية الصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية التربية- جامعة بورسعيد، (٢٣)، ٤٣١-٤٦٣،*
- نبيل عبد الهادي أحمد السيد. (٢٠٢٠). أثر التفاعل بين ما وراء الانفعال والمستوى التعليمي في مهارات التفكير المستقبلي لدى طلاب كلية التربية جامعة الأزهر بالقاهرة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٩)، ٤٠٧-٤٦٠،*
- هشام علي القطب محمد الفقي، رضا رزق إبراهيم حبيب، فتحي السيد محرز لطفي. (٢٠٢١). الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة. *مجلة التربية جامعة الأزهر، ٤ (١٩١)، ٤٢١-٤٥٧،*
- هدى جمال. (٢٠٢٠). العلاقة بين المناعة النفسية والشعور بالوصمة لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة. *مجلة البحث العلمي في الآداب، ٢١، ٢٢٩-٢٦٩.*

وائل ماهر غنيم. (٢٠١٥). الضغوط وأساليب مواجهتها وعلاقتها بالصلاية النفسية والمساندة الاجتماعية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. *مجلة الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس*, ٤٤، ٣٠١ - ٣٦١.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Arakkathara, J. G., & Bance, L. O. (2020). Resilience as a predictor of parental stress among selected mothers of children with intellectual disability in Kerala, India. *The International Journal of Indian Psychology*, 8(1), 72-79.
- Armstrong, H., & Dagnan, D. (2011). Mothers of children who have intellectual disability: Their attributes, emotions and behavioral responses to their child's challenging behavior. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 24(5), 459-467.
- Arora, S., & Shetgovekar, S. (2023). Psychological Hardiness and Marital Quality in Mothers Having Children with or without Intellectual Disability: A Comparative Study. *Indian Journal of Positive Psychology*, 14(1), 63.
- Azara, F., widyatno, A., Bisri, M. & Hapsari, A. (2022). the relationship Between emotion regulation and resilience in single mothers possessing multiple roles in Malang city. *Kne social sciences*, 2021, 222-229.
- Bashghareh, A. (2018). *The Role of Positive and Negative Emotions and Emotion Regulation in Anticipation of Resilience and Coping Strategies in Mothers of Children with Mental disabilities* (Unpublished Doctoral dissertation). University of Mohaghegh Ardabili.
- Ben-Zur, H., Duvdevany, I. & Lury, L. (2005). Associations Of social support and hardiness with mental health among mothers of adult children with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, 54-62.
- Bhalerao, D. A. (2022). Emotional intelligence among the mothers of children with intellectual disability, mothers of autistic children and normal children. *International Journal of Creative Research Thoughts*, 10(5), 478-487.
- Brajsa- Zganec, A. (2014). Emotional life of the family: Parental meta- emotions, children's temperament and internalizing and externalizing problems. *Drustvena Istrazivanja*, 23, 25-45.
- DSM-5. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (Vol. 5, No. 5). Washington, DC: American psychiatric association.
- Ercis, S. (2021). Comparison of the effect of shoemaker's self-encouragement training and emotion regulation on resilience of mothers with disabilities children. *pjmhs*, 15(2), 781-786.
- Gottman, J. M., Katz, L., & Hooven, C. (1996). Parental meta- emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data, *Journal of family Psychology*, 10(3), 243-268.
- Hammarlund, M., Granqvist, P., & Forslund, T. (2021). Mothers with mild levels of intellectual disability: Emotion-interpretation, traumatization, and child attachment representations. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 126(4), 341-356.

- Hosseininik, S. S., Amiri, F., & Rad, R. M. (2018). Comparison of distress tolerance and adjustment of mothers of intellectual disability children and mothers of normal children in Yasouj city (Iran). *NeuroQuantology*, 16(1), 7-13.
- Indriasari, F. N. (2022). Resilience and Parenting Stress in Mothers who have Children with Mental Retardation during the COVID-19 Pandemic. *Journal Keperawatan Soedirman*, 17(2), 63-68.
- Keleynikov, M., Benatov, J., & Cohen, N. (2023). Emotion Regulation among Parents Raising a Child with Disability: A Systematic Review and Conceptual Model. *Journal of Child and Family Studies*, 32(3), 858-875.
- Kumar, K., & Deepalatha, R. (2019). Resilience and Vulnerability in Parents of Child with Intellectual Disability (ID). *International Journal of Health Sciences and Research*, 9(5), 322-331.
- Lu, Y, B., Wu, W, F. & Zhao, Sh, Y. (2023). How does parental emotion regulation influence Chinese migrant children's resilience? the chain mediating role of self-efficacy and hope. *current psychology*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04454-y>
- Mehrpavar A., Moghaddam A. & Raghibi M (2018). A comparative study of psychological hardiness and coping strategies in female athlete and non-athlete students. *International Research Journal of Applied and Basic Sciences*, 3(4), 817-821.
- Moosavi, A.K., & Homaei, R. (2019). The relationship between coping strategies, cognitive emotion regulation and mindfulness with quality of life in mothers of children with intellectual disabilities Afshin Moosavi. *Except Educ*, 2(157), 9–20.
- Sadeghifard, S., & Asgharnejad, S. (2022). The relationship between emotion regulation strategies and life expectancy and resilience in the mothers of children with intellectual disability. *MEJDS*, 43, 11-109.
- Salehian, M. H., & Sarvari, S. (2021). The relationship between psychological hardiness and resilience and its role in the actual well-being of mothers with handicapped children. *Journal of Psychopathology*, 27, 163-169.
- Singh, K. K., & Kumar, A. (2022). Resilience in Mothers having Children with Disabilities. *Chettinad Health City Medical Journal (E-2278-2044 & P-2277-8845)*, 11(3), 23-29.
- SuKyoung, S., & Soon-Ohk, H. (2017). The Study of Structural Relationship Between Maternal Meta-emotion Philosophy in Mothers of Young Child with Developmental Disability, Mother-child Communication and Parenting Efficacy. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 8, 1209-1224.
- Thompson, T., Coleman, J., & Olmos, A. (2018). The expressed emotion of parents of children with developmental disabilities: A meta-analysis. *Life span and disability*, 21(2), 177.