



جامعة المنصورة  
كلية التربية



## فعالية برنامج ارشادي لخفض الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال إضطراب التوحد بدولة الكويت

إعداد

سلوى مشعان المطيري

دكتورة الفلسفة في التربية

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة

العدد ١١٩ – ابريل ٢٠٢٢

---

## فعالية برنامج ارشادي لخفض الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال إضطراب التوحد بدولة الكويت

سلوى مشعان المطيري

دكتورة الفلسفة في التربية

### ملخص

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج ارشادي في تخفيف الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد في دولة الكويت، وقد تكونت عينة البحث من (٤٠) من أمهات الأطفال تراوحت أعمارهم الزمنية بين (٤٠ - ٤٥) سنة، وقد تم إختيار العينة من أمهات الأطفال بمدرسة السلوك التوحد التابعة لوزارة التربية بمحافظة حولي في دولة الكويت، وقد تم تقسيم العينة بالتساوي إلى مجموعتين: تجريبية، وضابطة، وتمثلت أدوات البحث في مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الاطفال ذوي إضطراب التوحد (إعداد الباحثة)، والبرنامج الإرشادي لتخفيف الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد (إعداد الباحثة)، وقد توصلت نتائج البحث إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح القياس البعدي، بينما توصلت نتائج البحث إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد، وقد أوصت الباحثة باستخدام البرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالي لخفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد.

الكلمات المفتاحية : برنامج ارشادي - ضغوط نفسية - أمهات الأطفال - إضطراب التوحد

### Abstract

The current research aimed to verify the effectiveness of a counseling program in relieving psychological stress among parents of children with autism spectrum disorder in the State of Kuwait. The research sample consisted of (40) teachers whose ages ranged between (40-45) years. The sample was chosen from the parents Children at the School of Autistic Behavior of the Ministry of Education in Hawalli Governorate in the State of Kuwait, and the sample was divided equally into two groups: experimental and control, and the research tools

---

were the psychological stress scale for the parents of children with autism (prepared by the researcher), and the counseling program to relieve psychological stress for my parents Children with autism disorder (prepared by the researcher), and the results of the research found that there were statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group and the control group in the dimensional measurement of the psychological stress scale for the parents of children with autism spectrum disorder in favor of the experimental group, and there were statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group. The scores of the experimental group in the pre and post measurements on the psychological stress scale for parents of children with autism spectrum disorder in favor of the post measurement, while the results of the research concluded that there is no Statistically significant differences between the mean ranks of the experimental group scores in the two post and follow-up measurements on the psychological stress scale for the parents of children with autism spectrum disorder.

**Keywords:** Counseling program - psychological stress - parents of children - Autism spectrum disorder

#### المقدمة :

تشير الإحصائيات العالمية إلى أن ٨٠% من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، وأن ٥٠% من مشكلات المرضى المرتادي على الأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، وقد حظي الضغط النفسي الناتج عن الإصابة بالإعاقة بإهتمام العديد من الباحثين لأنه غالباً ما تمتد الإعاقة إلى أبعد من إصابة الفرد لتشمل أفراد الأسرة والأقارب والجيران (ثامري السعيد، ٢٠١٩، ١)

ويعد اضطراب التوحد سبباً مباشراً في ضغوط كبيرة لدى العائلات التي لديها هؤلاء الأطفال، حيث يصنف من بين أكثر الإضطرابات النمائية التي تسبب ضغوطاً نفسية مرتفعة لأسر المصابين منه. (Khuan, et al., 2202, 87)، وقد ازدادت حدة الضغوط والضييق النفسي لدى والدي الأطفال المصابين بإضطراب التوحد نتيجة لظهور لجائحة كوفيد-١٩ (COVID-19) والتي كانت سبباً في زيادة خوف أولياء الأمور على أبنائهم ورغبتهم في إبقاء أطفالهم آمنين في المنزل بعيداً عن المخاطر المحتملة لهذا الفيروس (Wang, et al., 2021, 82)

وهناك كثير من الحيل الدفاعية للوالدين، ومنها ما يعرف بمرحلة الإنكار، والتي تنتج عن ردة الفعل للحدث الصادم والقوة الضاغطة، وقد يحدث أيضاً العتاب وإسقاط اللوم، بعد تلك المراحل، وتبدأ الأسرة بالدخول في مرحلة التقبل والرضوخ للأمر الواقع، وتعد هذه المرحلة أولى الخطوات في طريق شاق ممثلي بالعوائق والصعوبات النفسية للوصول إلى التوافق والتكيف

وتقبل الطفل التوحدي ووضع ضوابط للتعامل معه (نايف الزراع، ٢٠٠٥)، وتؤثر الضغوط النفسية التي يتعرض لها والدي الأطفال ذوي اضطراب التوحد على علاقات الفرد المختلفة بما في ذلك علاقاته الإجتماعية وتفاعلاته مع زملائه وأصدقائه وجيرانه، حيث يمتد أثرها إلى الأسرة فتفوق قدرتها على الإحتمال مما قد يعرضها للانهايار وخاصة الوالدين حيث أنهما يمثلان عمودا الأسرة، (حسام محمود، ٢٠٠٨، ١٩، حسن شحاته، زينب النجار، ٢٠٠٣، ٢٠٨، عصام زيدان، ٢٠٠٤، ١٢١)

ويعتبر تأثير الضغوط النفسية على والدي الأطفال ذوي اضطراب التوحد تأثيراً سلبياً على الصحة والسعادة الذاتية وعلى التفاعلات الأسرية في حياة الطفل (Dabrowska, A 2008)، وتتطلب تلك الضغوط تقديم مساعدة للأسرة، لتقبل الطفل ذي اضطراب التوحد، وتجاوز الازمة النفسية المرتبطة بوجوده. (نسرين ملحم، ٢٠١٤، ٢)، حيث يعاني والدي الأطفال ذوي اضطراب التوحد من مشاعر اليأس والإحباط والإكتئاب وشعور منخفض بالقدرة على التماسك وهو ما يؤثر سلباً على الطفل، وهذا ما يجعلهم يتخذون استراتيجيات متعددة تتمثل في اللجوء إلى الدعم الإجتماعي والمراقبة الذاتية، وبما يزيد من تقبل المسؤولية وإعادة تقييم الذات (فاطمة نواسية، ٢٠١٣)

كما أن تأثير هذه الضغوط يكون على جميع أفراد الأسرة، ولا يقتصر أثرها على الوالدين فقط، وهو ما يتطلب من الأسرة التكيف مع نمط حياته وانفعالاته، حيث إن العلاقة بين الطفل والأسرة علاقة تبادلية، (سهى أمين، ٢٠١٢)، ونتيجة لذلك بدأ حديثاً الإهتمام بتقديم الخدمات المتخصصة في مجال الإرشاد والتأهيل والعمل الإجتماعي مع أسر الأطفال ذوي اضطراب التوحد وأمهاتهم، حيث أن وجود طفل ذي اضطراب التوحد في الأسرة قد يسبب كثيراً من المشكلات الأسرية. (ثامري السعيد، ٢٠١٩)، وقد شهدت دولة الكويت في السنوات الأخيرة تطورات متنوعة وكثيرة عززت من الحاجة للجانب الإرشادي داخل أسرة الطفل ذي اضطراب التوحد، كما أظهرت أهمية الدور المجتمعي في تربية الأطفال التربية الصحيحة، وتنشئة أجيال قوية ومبدعة، مهما كانت العوائق والضغوطات النفسية.

#### مشكلة البحث

أصبح العصر الذي نعيشه هو عصر الضغوط النفسية وفي حال تفاقم هذه الضغوط تؤدي إلى تراجع وتدهور الجانب الصحي نتيجة إختلال التوازن البيولوجي والنفسي والإجتماعي، وتصبح هذه الضغوط سبباً رئيسياً للوفيات، (احمد الشخابنة، ٢٠١٠، ٥٠)، كما تتزايد نسبة

---

إصابة ذوي اضطراب التوحد بشكل ملحوظ وكبير خصوصاً في الآونة الأخيرة، ويجمع اضطراب التوحد بين الإعاقة العقلية والاجتماعية مما يؤثر تأثيراً سلبياً على الحياة الطبيعية للأسرة، وخاصة عندما يصاحبها قصور في المهارات الوالدية الفاعلة إذ تتأثر طريقة تفكير الوالدين وتزيد ضغوطهما فتقل التفاعلات الأسرية وتزيد الضغوط النفسية على الوالدين (مصطفى القمش، ٢٠١١، ٧٥)

وقد حظي موضوع اضطراب التوحد بإهتمام الباحثين في السنوات الأخيرة على المستويين العربي والعالمي، فازدادت الأبحاث في هذا المجال كماً ونوعاً ورافقها تطور في البرامج والخدمات، وركزت هذه الأبحاث بوضوح على الجانب السيكولوجي للأفراد ذوي الحاجات الخاصة نظراً لما لهذه الإضطرابات من تأثيرات مباشرة وغير مباشرة على النواحي النفسية لدى هؤلاء الأفراد وأسرهم، وبدأت الدراسات الإرشادية والنفسية في مجال التربية الخاصة بالتركيز على تقديم الخدمات للأسر بدلاً من التركيز على ذوي اضطراب التوحد فقط (نسرين ملحم، ٢٠١٤)

فالدعم الاجتماعي الرسمي أو غير الرسمي مصدراً مهماً من مصادر مواجهة الضغوط الناجمة عن الإعاقة، فهو يزيد من قدرة الوالدين على تحمل مسئولية رعاية الطفل ومن ثم قدرتهما على مواجهة الضغوط المرتبطة بمشكلاته (خولة يحيي، ٢٠٠٣، ٤٥)، لذا ظهرت الحاجة إلى استهداف والدي الأطفال ذوي اضطراب التوحد بتقديم خدمة الإرشاد لهم استناداً إلى نظم الإرشاد الأسري والذي ينظر للأسرة باعتبارها نظام إجتماعي ديناميكي يؤثر ويتأثر بكل عضو من أعضائها وتفاعلاتهم، وأن هذه التفاعلات تخلق ضغوطات والتي بدورها تؤثر على والتماسك الأسري، والأداء الوظيفي الأسري وبالتالي الأداء الوظيفي الشخصي لكل عضو (Dhar, 2009)

ووفقاً لهذا المنحى فإن وجود مشكلة في واحد من أعضاء الأسرة مثل اضطراب التوحد فإنها تترك أثراً على جميع أفراد الأسرة من جهة، ومن جهة أخرى فإن التحسن الذي يطرأ على أي عضو من أعضائها سيؤثر على جميع الأعضاء. إضافة إلى أنه من المتوقع أن ينعكس التحسن لدى والدي الاطفال الذين يخضعون للبرنامج الإرشادي على صحتهم النفسيه وتكيفهم الشخصي، كما سيمتد أثره إلى التكيف النفسي للأبن ذي اضطراب التوحد، أي أنها عملية تبادلية طردية تصب كل منها في اتجاه الأخرى (Kirch,2012, 10) (Sunal, 2013, 231)

---

ومن خلال عمل الباحثة بوزارة التربية والتعليم الكويتية ومن خلال ملاحظتها لما يعانیه أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد من عدم فهم لطبيعة السلوكيات الظاهرة على أبنائهم وأسبابها، مما يتسبب في ضغوطاً نفسية كبيرة عليهم، كما لاحظت الباحثة بأنه ليس لدى أمهات المعرفة الكافية بأساليب مواجهة تلك الضغوط النفسية بالشكل المناسب، بما يسبب ضغوطاً على الأمهات يصعب تحملها والتي قد يظهر أثرها في طريقة تعاملهم مع طفلهم أو مع إخوته ، وبناء على ما سبق تأتي هذه الدراسة لمحاولة التعرف على فعالية برنامج إرشادي في خفض درجة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بدولة الكويت، وبشكل أكثر تحديداً حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية :

١. ما هي الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد ؟
٢. ما هي الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد؟
٣. هل توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية في مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد ؟

#### **أهداف البحث**

يهدف البحث الحالي إلى ما يأتي :

١. التحقق من فعالية البرنامج الإرشادي في تخفيف الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد
٢. تتبع مدى إستمرارية فعالية البرنامج الإرشادي في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد

#### **أهمية البحث**

تتمثل الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة فيما يلي :

- يعد البحث إضافة لإستراتيجيات التعامل مع أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد حيث هناك ندرة في البحوث التي تناولت البرامج الإرشادية الموجهة للضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بدولة الكويت

- يعد البحث إضافة للمختصين في مجال رعاية الأطفال ذوي اضطراب التوحد بدولة الكويت وتقديم برنامج للتخفيف من الضغوط النفسية لأمهات هؤلاء الأطفال بما يساعدهم على تقديم الرعاية لأطفالهم ويساعدهم في ضبط إنفعالاتهم في مجال حياتهم الأسرية
- تقديم الخدمات الإرشادية لأهالي الأطفال ذوي اضطراب التوحد بالإستناد إلى المنهج العلمي وبما يزيد الثقة بمستوى ونوعية الخدمات النفسية والإرشادية، وبما يتيح فرصة التقويم الموضوعي للخدمات من جانب المهنيين القائمين على تقديم مثل تلك الخدمات

### مصطلحات للبحث

تحدد مصطلحات البحث الحالية على النحو التالي:

- ١- **إضطراب التوحد:** "إضطراب نمائي عصبي يصاحب الشخص مدى الحياة، وإن أسبابه غير معروفة، وتستند معايير تشخيصه إلى وجود أوجه قصور في التواصل والتفاعل الإجتماعي وعدم المرونة في التفكير والسلوك، والسلوكيات المحدودة والنمطية". (إبراهيم عبد الله، ٢٠١٥: ١٠٥)
- ٢- **الضغوط النفسية :** " مجموعة ردود أفعال الفرد الجسدية والنفسية والمعرفية والسلوكية نتيجة إدراكه مثيرات أو عوامل بيئية داخلية أو خارجية وتفاعله معها عى أنها مرهقة تتجاوز قدرته على التكيف وتهدد وجوده وتعرف هذه العوامل باسم مصادر الضغط النفسي أو مسببات الضغط النفسي". (هدايه صالح، ٢٠١٥)
- ٣- **البرنامج الإرشادي :** تعرفه الباحثة بأنه "عملية مخططة ومنظمة تقوم على مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية، كما يشتمل على مجموعة من الأنشطة والمهام التي يتم تقديمها لعينة الدراسة من أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد بهدف خفض الضغوط النفسية لديهم".

### حدود البحث:

تتمثل حدود البحث فيما يأتي:

- ١- **حدود منهجية:** اتبع البحث الحالي المنهج التجريبي ذي التصميم (قبلي/ بعدي/ تتبعي) لمجموعتين تجريبية وضابطة، وذلك لملاءمته لطبيعة البحث.

٢- **حدود مكانية:** تم إجراء البحث بمدرسة السلوك التوحيدي التابعة لوزارة التربية بمحافظة حولي في دولة الكويت.

٣- **حدود زمانية:** تم إجراء البحث خلال الفترة من مارس حتى مايو ٢٠٢٢م.

٤- **حدود بشرية:** تم إجراء البحث على (٤٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد .

٥- **حدود قياسية:** استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس الضغوط النفسية لأمهات إضطراب التوحد (إعداد الباحثة)، برنامج إرشادي لتخفيف الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد (إعداد الباحثة).

#### **الدراسات السابقة :**

**هدفت دراسة سنجال: (Singhal, 2010)** للتعرف على مستويات الضغوط النفسية وأساليب التكيف ومركز الضبط لدى أمهات أطفال التوحد وآبائهم، وقد استخدمت الدراسة المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين احدهما تجريبية والأخرى ضابطة، وقد تضمنت عينة الدراسة (٨٠) أب وأم، وقد أسفر تطبيق الإختبار القبلي للدراسة عن أن آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لديهم مستويات عالية من الضغوط النفسية، ودعم اجتماعي أقل، ومركز ضبط خارجي، وقد اوصت الدراسة بإستخدام الأمهات الإستراتيجيات المناسبة والتي تساعده على التكيف مع مستوى الضغوط النفسية الناجمة عن اصابة أبنائهم بالتوحد.

كما هدفت دراسة **عبيير عرفة (٢٠١٦)** إلى معرفة مصادر الضغوط النفسية ومستواها لدى امهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد ، ومعرفة احتياجاتهم ودرجاتها للتخفيف من حدة الضغوط لديهم، وكذلك معرفة طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية والإحتياجات، وقد تكونت عينة الدراسة من ١٧٤ أما من امهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد الملتحقين بأحد مراكز التأهيل، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أهم خمسة مصادر للضغوط النفسية، حيث احتلت ضغوط خصائص سلوك الطفل المرتبة الأولى، وجاءت الضغوط الإنفعالية في المرتبة الثانية، فيما كان أقل مستوى للضغوط السلوكية والذهنية، كما أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الإحتياجات لدى امهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، حيث جاءت الإحتياجات المجتمعية في المرتبة الأولى، تلتها في المرتبة الثانية الإحتياجات المعرفية والتدريبية، وجاءت في المرتبة الثالثة الإحتياجات الإجتماعية، بينما جاءت في المرتبة الأخيرة الإحتياجات المادية، وفيما يتعلق بالعلاقة بين الضغوط والإحتياجات أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية.



---

وقد أُطلقت دراسة (Miranda, A., et al 2019) إلى معرفة أثر المشكلات السلوكية لدى الأطفال ذوي اضطراب التوحد على الضغوط الوالدية واستراتيجيات المواجهة والتكيف، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٢) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، وقد استخدمت الدراسة عدداً من الأدوات لتحقيق أهداف الدراسة من بينها استبانة الضغوط الوالدية، استبانة التكيف مع المشكلات التي تواجه الوالدين، استبيان نقاط القوة والصعوبات، واستبانة الدعم الاجتماعي، وأسفرت نتائج الدراسة أن الإجهاد الوالدي يرتبط ارتباطاً إيجابياً بأعراض اضطراب التوحد لدى الأطفال وبمشكلاتهم السلوكية، وقد كان هناك ارتباط سلبي بين الضغوط النفسية لدى الأمهات والتعامل مع الطفل ودعمه في المهارات اليومية والمهارات الاجتماعية، فكلما زادت الضغوط التي تعاني منها الأمهات قل إهتمامها بالطفل وتعليمه، كما أظهرت النتائج حاجة الأمهات لتعزيز تعاملهن مع أطفالهن وتحفيز مشاركتهن.

بينما هدفت دراسة ثامري السعيد (٢٠١٩) إلى التعرف على أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد، وذلك بالقيام بدراسة ميدانية في مدارس أطفال التوحد، وذوي الإحتياجات الخاصة ببوسعادة، وقد اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي، حي تكونت عينة الدراسة من (٣٠) أما من امهات الأطفال التوحديين، وقد توصلت الدراسة إلى أن امهات الأطفال التوحديين تستخدم أساليب لمواجهة الضغط النفسي، كما أن مستوي إدراك الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال التوحديين بمدرسة أطفال التوحد متوسط، كما توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات التوحديين تعزى إلى مستوي إدراك الضغط النفسي لديهن، كما أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى امهات التوحديين بمدرسة أطفال التوحد تعزى إلى عامل سن الأم.

كما هدفت دراسة (Abdullahi, 2018) إلى التحقق من استراتيجيات التعامل مع الضغوط التي يمكن إستخدامها من قبل آباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد من أجل إدارة المواقف العصبية والحفاظ على حياة أفضل، وقد قامت الدراسة بتحليل (٩) مقالات تم الحصول عليها من خلال مراجعة الأدبيات وقد تم استخدام المنهج الإستقرائي، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن استراتيجيات المواجهة الدينية فعالة لبعض الآباء، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن الوالدين الذين يعانون من مستوى عال من الضغوط هم الذين يستخدمون أفكار وتقييمات سلبية لأنفسهم مثل الاعتقاد بأنهم لا يستطيعون تغيير أعراض وسلوك طفلهم ذي اضطراب التوحد، ويعملون

---

على تجنبه، أو إتجاهات سلبية تجاه طلب المساعدة من أفراد الأسرة أو الأصدقاء أو المجتمع، أو المتخصصين في الرعاية الصحية والجماعات الدينية.

### فروض البحث

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح المجموعة التجريبية.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح القياس البعدي.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

### الطريقة والإجراءات

#### أولاً – منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتحقق من فعالية البرنامج الإرشادي (كمتغير مستقل) في خفض الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد (كمتغير تابع) في دولة الكويت، وقد تم إستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة مع إجراء القياسات (القبليّة والبعديّة والتتبعيّة)

#### ثانياً – عينة البحث:

تضمنت عينة البحث الكلية (٦٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بدولة الكويت، وقد قامت الباحثة بإختيار عدد ( ٢٠ ) فرد للعينة الاستطلاعية بنسبة بلغت ٣٣,٣٣% تقريباً من إجمالي عينة البحث الكلية ، وقد بلغ حجم العينة الأساسية (٤٠) من أمهات الأطفال تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٤٠-٤٥) عاماً ، وتقسمهن إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين حيث تضمنت المجموعة التجريبية (٢٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، كما تضمنت المجموعة الضابطة (٢٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد

### ثالثاً - أدوات البحث

إستخدمت الباحثة في البحث الحالي الأدوات التالية :

(أ) مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد في دولة الكويت (إعداد: الباحثة)

قامت الباحثة بتصميم مقياس لقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد لعدم ملائمة المقاييس المتوافرة في الميدان لطبيعة البحث، وقد قامت الباحثة بإعداد المقياس من خلال:

١- الإطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد.

٢- الإطلاع على عدد من المقاييس التي إستخدمت لقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

وفي ضوء ذلك تضمنت الصورة الأولية للمقياس (٤١) مفردة كما هو مبين بملحق (١/٢) تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء (المحكمين) في مجال الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة .

وقد اعتمدت الباحثة مقياس ليكرت الخماسي لقياس درجة الموافقة (موافق بشدة، وموافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) ومن ثم قامت الباحثة بإعطاء درجات للإجابات تتراوح بين (٥) موافق بشدة، و (١) غير موافق بشدة. يليها القيام بالعمليات الحسابية والإحصائية للوصول إلى النتائج.

### الشروط السيكومترية للمقياس

#### حساب الصدق

#### ١- الصدق الظاهري

بعد إعداد مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد في صورته الأولية تم عرضه على (١٠) محكمين من ذوي الإختصاص في مجال الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة (ملحق ١)، وذلك لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول عبارات المقياس ومدى مناسبة تلك العبارات للفرض الذي وضعت من أجله ومدى وضوح العبارات ومدى سلامة صياغتها، وإنتماء تلك العبارات للبعد الذي تقيسه ، وفي ضوء ملاحظات السادة المحكمين ومعايير الحكم على عبارات المقياس ، فإنه تم قبول العبارات التي حصلت علي نسبة (٨٠%)

من آراء السادة الخبراء ، وفي ضوء ذلك تم حذف (٣) فقرات هي العبارات (١٦، ١٧، ٤١) ليصبح المقياس في صورته النهائية مكونا من (٣٨) فقرة كما هو مبين بملحق (٢/٢).

## ٢- الصدق التمييزي

قامت الباحثة بالتحقق من الصدق التمييزي لمقياس الضغوط النفسية وذلك من خلال المقارنة بين متوسطات درجات (٢٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، (٢٠) من أمهات الأطفال العاديين، ويوضح جدول (١) قيم (ت) ودلالاتها الإحصائية بين متوسطات درجات أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد وأمهات الأطفال العاديين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية.

### جدول ( ١ )

متوسطات الرتب والمتوسطات الحسابية ومجموع الرتب ، وقيمة مان ويتني وقيمة Z وقيمة الدلالة للتعرف على الفروق بين أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد أمهات الأطفال

العاديين على مقياس الضغوط النفسية ن=٤٠

م	أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	قيمة مان ويتني u	قيمة Z	قيمة الدلالة
١	الضغوط الشخصية	أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد	٢٠	٢٩,٤٣	٤,١٥	٥٨٨,٥٠	٢١,٥٠	٤,٨٤	٠,٠٠١
		أمهات الأطفال العاديين	٢٠	١١,٥٨	١,٦٤	٢٣١,٥٠			
٢	ضغوط العمل	أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد	٢٠	٢٨,٠٠	٣,٨٦	٥٦٠,٠٠	٥٠,٠٠	٤,٠٧	٠,٠٠١
		أمهات الأطفال العاديين	٢٠	١٣,٠٠	١,٧٨	٢٦٠,٠٠			
٣	الضغوط الإجتماعية	أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد	٢٠	٢٩,٢٨	٣,٦٣	٥٨٥,٥٠	٢٤,٥٠	٤,٧٦	٠,٠٠١
		أمهات الأطفال العاديين	٢٠	١١,٧٣	١,٥٧	٢٣٤,٥٠			
٤	الدرجة الكلية	أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد	٢٠	٢٩,٣٠	٣,٨٨	٥٨٦,٠٠	٢٤,٠٠	٤,٧٦	٠,٠٠١
		أمهات الأطفال العاديين	٢٠	١١,٧٠	١,٦٦	٢٣٤,٠٠			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطات الرتب لمجموعتي (أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، وأمهات الأطفال العاديين) ولصالح أمهات الأطفال العاديين في مقياس الضغوط النفسية، مما يشير إلى صدق مقياس الضغوط النفسية

#### حساب ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد في دولة الكويت باستخدام طريقة إعادة الاختبار Test – retest Method بفواصل زمنية قدره (١٥) يوم وذلك على عينة قوامها (٢٠) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد من خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم استخراج معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني باستخدام اختبار بيرسون وكانت جميع معاملات الارتباط لأبعاد المقياس دالة عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ما يشير إلى أن المقياس يعطي نفس النتائج تقريباً إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة، كما تم حساب الثبات بطريقة الفا كرونباخ، ويبين جدول (٢) نتائج حساب ثبات المقياس

#### جدول (٢)

نتائج الثبات لمقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال

ذوي اضطراب التوحد في دولة الكويت ن=٢٠

الأبعاد	الثبات بطريقة الفا كرونباخ	معامل الارتباط بطريقة إعادة الإختبار
الضغوط الشخصية	**٠,٩٣٣	**٠,٩٢
ضغوط العمل	**٠,٩٦٨	**٠,٨٠
الضغوط الإجتماعية	**٠,٩٤١	**٠,٨٩
الدرجة الكلية	**٠,٩٨	**٠,٩١

\*\* مستوى الدلالة (٠,٠١)

ر الجدولية عند مستوي (٠,١) = ٠,٧٠٨

---

## الصورة النهائية لمقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (٣٨) فقرة تقيس أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

### طريقة تصحيح المقياس:

اعتمدت الباحثة على تقسيمة ليكرت في قياس درجة الموافقة من خلال تقسيمته الخماسية (موافق بشدة، وموافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) ومن ثم قامت الباحثة بإعطاء درجات للإجابات تتراوح بين (٥) موافق بشدة، و(١) غير موافق بشدة. يليها القيام بالعمليات الحسابية والإحصائية للوصول إلى النتائج.

### (٢) البرنامج الإرشادي (إعداد: الباحثة).

#### التخطيط للبرنامج:

جاء البرنامج الإرشادي في هذه البحث، ليكون الممارسة الإرشادية المنظمة والمتناسقة تخطيطاً وتنفيذاً وتقيماً والمستمدة من الإتجاه الإنتقائي التكاملي لأساليب وفنيات إرشادية متنوعة، ثم تنسيق مراحلها، وأنشطتها، وخبراتها، وإجراءاتها وفق جدول زمني متتابع، لتشكل منظومة تكاملية تقدم في صورة جلسات إرشادية جماعية، وفي ضوء علاقة إرشادية، وجو نفسي، واجتماعي آمن يتيح لأعضاء المجموعة الإرشادية المشاركة الإيجابية، والتفاعل المثمر بهدف تنمية السلوك التوكيدي وأبعاده لدى عينة البحث من أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد ، ويعتمد البرنامج الحالي على طريقة الإرشاد الجماعي بأساليبها المختلفة.

#### أهداف البرنامج:

بعد التعرف على الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد في دولة الكويت من خلال المقياس الذي وضعته الباحثة تم وضع البرنامج الإرشادي لتحقيق الهدف الأساسي التالي :

"خفض الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد" .

وما يتفرع عنه من الأهداف الآتية :

➤ توعية أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد بأهمية التقبل لحالة طفلهم مما سيساعدهم

في التكيف والبحث عن الحل

- 
- 
- أن تعرف الأمهات المقصود باضطراب التوحد ومستوياته
  - أن تعرف الأمهات الأطفال التعامل الصحيح مع السلوكيات النمطية والتكرارية للأطفال ذوي اضطراب التوحد.

### مصادر بناء البرنامج

- تم بناء البرنامج إعتماً على عدد من المصادر أهمها:
- البرامج الإرشادية النفسية والسلوكية المرتبطة بذوي إضطرابات التوحد.
- آراء المتخصصين في مجالات الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- الإطلاع على بعض البرامج ذات العلاقة بمتغيرات مشكلة البحث الحالي ومنها دراسات :

ثامري السعيد (٢٠١٩م)، عبير عرفة (٢٠١٦)، Miranda, A., et al (2019)

### الفنيات والأساليب الإرشادية المستخدمة في البرنامج:

تضمن البرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالي مجموعة من الأساليب والفنيات الإرشادية تم إنتقاؤها ودمجها بشكل تكاملي لخدمة أهداف البرنامج، حيث وجدت الباحثة أن هذه الفنيات هي الأنسب في تخفيف الضغوط النفسية، كما أنها أكثر ملاءمة لطبيعة موضوع البحث، فهو يعتمد على فنيات إنتقائية على الوجه التالي :

#### ١. المحاضرة والمناقشات الجماعية

هي إحدى فنيات الإرشاد السلوكي المعرفي، وتتضمن المحاضرة والنقاش الجماعي المشكلات المشتركة لأعضاء المجموعة يتم طرحها في شكل نشاط جماعي بأسلوب يستثير الأعضاء للمشاركة والتفاعل الإيجابي وتبادل الأدوار. ويقدم هذا الأسلوب أجواء نفسية وإجتماعية صحية لأعضاء المجموعة الإرشادية يعبرون من خلالها عن ذواتهم ومشاعرهم وأفكارهم ويستشعرون أهميتهم وقيمتهم وقيمة ما يقدمونه. (صالح باقرة، ٢٠٠١: ١٤٠)

#### ٢. التحصين ضد الضغوط

من الأساليب الفنية التي ترجع للإتجاه المعرفي، وتقوم على أساس أن الضغط يحدث عندما يدرك الفرد وجود تفاوت بين الأشياء المطلوبة وموارده الشخصية، ويركز على تزويد الفرد بأكبر قدر من المعلومات والوسائل التي يستطيع بها مواجهة الموقف الضاغط. (رثيفة رجب ٢٠٠١: ٩٩)،

---

وتتفق هذه الفنية مع كل الفنيات الإرشادية التي تنتمي للإتجاه المعرفي السلوكي، والتي تحاول مساعدة المسترشد في تحسين طريقة التفكير والإدراك الواعي للذات والآخرين والعالم الخارجي.

### ٣. شعور المسترشد بالمسئولية وتحملها

من الأساليب الفنية الإرشادية التي تنتمي للإرشاد الجشطلتي في تكوين المسئولية ، وهو بذلك يتفق مع الإتجاه الإنساني الذي يتزعمه "روجرز" إرشادياً ومع النظرية الواقعية "جلاسر" من حيث التركيز على أهمية شعور المسترشد بالمسئولية وتحملها. (حامد عبد السلام ٢٠٠٥: ٢٧٤)

### ٤. التنفيس الإنفعالي

وهو أحد الأساليب الفنية التي تنتمي للإتجاه التحليلي وتكتسب أهمية خاصة في نظرية فرويد التحليلية النفسية. فهو تطهير داخلي للصراعات المكبوتة ولذلك يطلق عليه "التفريغ الإنفعالي" أو "التطهير الإنفعالي، ويعرف (التنفيس الإنفعالي بإعتباره تصريفاً أو تفريغاً للشحنة الإنفعالية عند المسترشد). فالتنفيس بمثابة إخراج الخبرات المؤلمة ومعالجتها (نبيل صالح ٢٠٠٤: ٢٨٧).

### ٥. المناقشة والحوار

وهي إحدى فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي ويتم من خلال طرح المرشدة على المشاركين مجموعة من التساؤلات الإستفهامية حول موضوع الجلسة ومحاولة الإجابة عنها للوصول إلى فكرة موحدة ويطلق عليه أيضاً حوار سقراط، حيث يتم فيه توليد الحقيقة في عملية التواصل بين موضوعين، لا يوجد لأي منهما تأكيد مسبق من الإجابات، لكن في الوقت نفسه كلاهما مستعدان لتقديم مختلف الحجج والحقائق وطرح أسئلة معينة للوصول في النهاية إلى الاستنتاجات الصحيحة. (صالح باقرة، ٢٠٠١: ١٤)

### ٦. الإقناع المنطقي

وهذه الفنية ضمن الفنيات السلوكية التي تتضمن تعديل السلوك غير المرغوب فيه إلى سلوك مرغوب فيه بما يحقق تعديل سلوكيات الفرد ، ضمن نظريات إيس في الإرشاد العقلاني الإنفعالي، ويتضمن الإقناع المنطقي فنيات سلوكية مثل الدحض والإقناع والواجبات المنزلية وتدعم هذه الفنية أسلوب المحاضرات والمناقشات والحوارات (حامد عبد السلام ٢٠٠٥: ٢٧٤) .



## ٧. التعزيز الإيجابي

تقديم مدعمات (ثناء-تشجيع-مدح) على الإجابات الصحيحة، والهدف منه حث المشاركين على السلوك والتفكير الصحي ما يؤدي إلى تقوية الإستجابة وتكرار السلوك حيث يصبح جزءاً من حياة المشاركين بالبرنامج. (بترس حافظ ، ٢٠١٠: ١٧٠)

## ٨. حل المشكلات

يعتبر التدريب على حل مشكلات فنية معرفية أسلوب فعال في التعامل مع المواقف والأحداث الضاغطة، وتتضمن هذه الفنية عدة خطوات تتمثل في التعرف على المشكلة أو الموقف الضاغط وجمع البيانات ثم وضع بدائل وحلول متعددة ليتعامل مع المشكلة وتقديم الحلول البديلة ووضع الحل النهائي موضعاً للتنفيذ، ويتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تدريب المشاركين في البرنامج على مهارات حل المشكلة وممارستها (رثيفة رجب ٢٠٠١: ١١٣).

## المدى الزمني للبرنامج

تم تنظيم البرنامج بحيث يتم تطبيقه على مدار (٢٤) جلسة ملحق (٣/٣)، بمعدل جلسان أسبوعياً، مدة كل جلسة (٦٠ - ٩٠) دقيقة، وقد استغرق تطبيق البرنامج ثلاثة شهور (١٢ أسبوع) ابتداءً من يوم الأحد الموافق (٦) مارس وحتى الخميس الموافق (٢٦) مايو لعام (٢٠٢٢م)

## إعداد البرنامج

قامت الباحثة بإعداد الصورة الأولية للبرنامج تتضمن (٢٤) جلسة تمهيداً لعرضها على السادة المحكمين (الخبراء) في مجال الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة بغرض تحديد مدى مناسبة محددات ومحتوي جلسات البرنامج للهدف منه ولطبيعة عينة البحث ، وقد تم تصميم استمارة تحكيم صممت خصيصاً لهذا الغرض (ملحق ١/٣) ، وقد قامت الباحثة بإستبعاد المحددات والجلسات والتي لم تحصل على نسبة موافقة (٨٠%) من آراء السادة المحكمين وفي ضوء ذلك فقد تمت الموافقة على جميع محددات ولسات البرنامج.

### محتوى جلسات البرنامج:

تم ترتيب جلسات البرنامج التدريبي بشكل منطقي ومتسلسل ويتناسب مع طبيعة خطوات البرنامج وكانت عدد الجلسات (٢٤) جلسة بواقع جلستان أسبوعيا ، ، ولمدة (١٢) أسبوع ، بدأت من يوم الأحد الموافق (٦) من شهر مارس وحتى الخميس الموافق (٢٦) مايو لعام (٢٠٢٢م)، وكان زمن كل جلسة (٦٠ - ٩٠) دقيقة ، وقد تتضمنت الجلسات الموضوعات المشار إليها بالجدول رقم (٣) :

### جدول رقم (٣)

#### موضوعات جلسات البرنامج الإرشادي

الجلسة	الموضوع	الجلسة	الموضوع
الأولى	التعارف وبناء العلاقة الإرشادية	الثانية	ماهية اضطراب التوحد
الثالثة	السلوكيات النمطية التكرارية	الرابعة	ردود الأفعال النفسية لأمهات الطفل المصاب بـ اضطراب التوحد
الخامسة	المشاعر المتعلقة بطفل التوحد	السادسة	استبدال الأفكار الغير المنطقية
السابعة	الحاجات النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد	الثامنة	الدعم الاجتماعي كمصدر للمواجهة والمقاومة
التاسعة	الاسترخاء وعلاقته بتخفيف الضغوط	العاشرة	تأكيد الذات
الحادية عشرة	تأكيد الذات	الثانية عشرة	استراتيجية مواجهة الضغوط
الثالثة عشرة	استبدال الأفكار السالبة بأخرى موجبة	الرابعة عشرة	استبدال الأفكار السالبة بأخرى موجبة
الخامسة عشرة	جودة الحياة	السادسة عشرة	جودة الحياة
السابعة عشرة	جمع المعلومات	الثامنة عشرة	جمع المعلومات
التاسعة عشرة	نحو نظرة جديدة إلى الطفل ذي اضطراب التوحد	العشرون	مفهوم الذات
الحادية والعشرون	مفهوم الذات	الثانية والعشرون	المراقبة الذاتية
الثالثة والعشرون	المراقبة الذاتية	الرابعة والعشرون	الإحهاء والتقييم

#### رابعاً: الأساليب الإحصائية

إعتمدت الباحثة على استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية وفقاً لطبيعة البحث، وحجم العينة، وقد تمثلت هذه الأساليب فيما يلي:

- ١- المتوسط
- ٢- الإنحراف المعياري
- ٣- معامل الارتباط
- ٤- مانني ويتني
- ٥- ولكوكسون
- ٦- قيمة Z

#### خطوات البحث:

تم إجراء البحث وتنفيذه حسب الخطوات الآتية:

- بناء إطار نظري والإطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث.
- تطوير مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، والتحقق من دلالات صدقه وثباته.
- تصميم البرنامج الإرشادي.
- تحديد المجموعة التجريبية التي ستخضع للدراسة.
- تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية في الفترة (٢٠٢٢/٣/٦ - ٢٠٢٢/٥/٢٦).
- إجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة واستخراج النتائج.
- إجراء القياس التتبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر واحد.
- تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها، والخروج بالتوصيات والدراسات المقترحة.

#### نتائج البحث : مناقشتها وتفسيرها

أولاً : إختبار ومناقشة نتائج الفرض الأول " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح المجموعة التجريبية"

ولإختبار صحة هذا الفرض إستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية اللابارامترية وهي إختبار مان ويتني (U) Mann-Whitny وقيمة (Z) وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي

رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

#### جدول ( ٤ )

متوسطات الرتب والمتوسطات الحسابية ومجموع الرتب ، وقيمة مان ويتني وقيمة Z وقيمة الدلالة للتعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد

ن=٤٠

م	أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	قيمة مان ويتني u	قيمة Z	قيمة الدلالة
١	الضغوط الشخصية	التجريبية	٢٠	٢٩,٤٣	٣,٣٩	٥٨٨,٥٠	٥,٠٠	٥,٢٨	٠,٠٠١
		الضابطة	٢٠	١١,٥٨	١,٧٦	٢٣١,٥٠			
٢	ضغوط العمل	التجريبية	٢٠	٢٨,٠٠	٣,١٩	٥٦٠,٠٠	٣٩,٠٠	٤,٣٧	٠,٠٠١
		الضابطة	٢٠	١٣,٠٠	١,٨٢	٢٦٠,٠٠			
٣	الضغوط الإجتماعية	التجريبية	٢٠	٢٩,٢٨	٣,١٣	٥٨٥,٥٠	٤٤,٠٠	٤,٢٦	٠,٠٠١
		الضابطة	٢٠	١١,٧٣	١,٦٣	٢٣٤,٥٠			
٤	الدرجة الكلية	التجريبية	٢٠	٢٩,٣٠	٣,٢٤	٥٨٦,٠٠	٢٠,٥٠	٤,٨٦	٠,٠٠١
		الضابطة	٢٠	١١,٧٠	١,٧٤	٢٣٤,٠٠			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطات الرتب للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد

يتضح من نتائج جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد حيث تراوحت قيمة اختبار مان ويتني ما بين (٥,٠٠ : ٤٤,٠٠) كما تراوحت قيمة (Z) ما بين (٤,٢٦ : ٥,٢٨) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى تحسن جميع أبعاد الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بالمجموعة التجريبية بالمقارنة

---

بالمجموعة الضابطة، وتتفق تلك النتائج مع دراسة عبد الجواد محمد (٢٠٠٦)، احمد كامل (٢٠١٥)، جاسبر وانجيلا (2008) Jasper & Angela، كونييل (2016) Mary، كنج King (2014) والتي توصلت إلى ظهور تأثير للبرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة

كما تعزي الباحثة انخفاض الضغوط النفسية بالمجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة إلى البرنامج الإرشادي الذي تعرضت له المجموعة التجريبية دون المجموعة الضابطة والذي وفر للمشاركين جو مناسب للتدريب على مواجهة الضغوط النفسية، وتوفير أساليب منظمة تساعد المشاركين على انتقال اثر التعلم خارج الجلسات الإرشادية، كما أن خبرة الإنضمام لمجموعة متجانسة من المشاركين قد ساهم في تحقيق الهدف من البرنامج الإرشادي بتخفيف الضغوط على المشاركين، حيث شعر المشاركون بأنه بالرغم من معاناتهم بوجود ابن مصاب بإضطراب التوحد إلا أن هناك آباء آخرين يعيشون نفس المشكلة، وأنهم لا يعيشون تلك الأوضاع الحياتية والضغوط النفسية بمفردهم.

فالبرنامج الإرشادي ساهم في تكوين روابط إجتماعية بين المشاركين والتي ساهمت في تخفيف الضغوط النفسية، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه (محمد محمد، ٢٠١٠، ٥٨) من أن الدعم النفسي الإجتماعي يلعب دوراً هاماً في بناء الذات، وزيادة إحساس الفرد بذاته فقد تبين أن الأفراد الذين لديهم علاقات إجتماعية يتبادلونها مع غيرهم، ويدركون ان هذه العلاقات موثوق بها أفضل من الناحية النفسية من أولئك الذين يفتقدون هذه العلاقات

كما قد يرجع تحسن نتائج المجموعة التجريبية إلى ما تضمنه البرنامج الإرشادي من فنيات كانت سبباً في خفض الضغوط النفسية لدى المشاركين بالمجموعة الإرشادية، حيث تم الإستناد في تطوير محتويات البرنامج على نتائج الدراسات السابقة التي بحثت في الإستراتيجيات الأكثر نجاحاً مع آباء وأمهات الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة، مما كان له الأثر في زيادة فاعلية البرنامج الإرشادي وخفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد ويتفق ذلك مع دراسة دكماك (2009) Dukmak) ودابروسكا (2008) Dabroska) وبرتيزلاف (2001) pritzlaff) والتي أشارت إلى ان الإستراتيجيات المتمركزة حول الإنفعالات مثل التعبير عن المشاعر، وإستراتيجية حل المشكلات، وإعادة التسمية تساهم في خفض الضغوط النفسية وأن هذه الإستراتيجيات هي الأكثر فعالية حيث تم إستخدامها من قبل الآباء المعتنين بالأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة .

ثانياً : إختبار ومناقشة نتائج الفرض الثاني "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد لصالح القياس البعدي "

ولإختبار صحة هذا الفرض إستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية اللابارامترية وهي إختبار ولكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z) وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والقبلي للمجموعة التجريبية لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد.

#### جدول ( ٥ )

إختبار ولكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطات الرتب للتطبيقات البعدي والقبلي لدى أفراد المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في أبعاد مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

ن=٢٠

م	أبعاد المقياس	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
١	الضغوط الشخصية	الرتب السالبة	١١,٩٤	٢٠٣,٠٠	٣,٦٦	٠,٠٠١
	الرتب الموجبة	٢,٣٣	٧,٠٠			
٢	ضغوط العمل	الرتب السالبة	١١,٨٢	٢٠١,٠٠	٣,٥٩	٠,٠٠١
	الرتب الموجبة	٣,٠٠	٩,٠٠			
٣	الضغوط الإجتماعية	الرتب السالبة	١٠,٠٠	١٩٠,٠٠	٣,٨٢	٠,٠٠١
	الرتب الموجبة	٠	٠			
٤	الدرجة الكلية	الرتب السالبة	١٠,٩٥	٢٠٨,٠٠	٣,٨٥	٠,٠٠١
	الرتب الموجبة	٢,٠٠	٢,٠٠			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطات الرتب للتطبيقات البعدي والقبلي لأفراد المجموعة التجريبية ولصالح التطبيق البعدي في أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

---

يتضح من نتائج جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والقبلي في جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد حيث تراوحت قيمة (Z) ما بين (٢,٦٧ : ٢,٩٤) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى تحسن جميع أبعاد الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بالمجموعة التجريبية وقد أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه دراسة الهيل (٢٠٠٢) والمجدلاوي (٢٠٠٥) والعريبات (٢٠٠٥) والتي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية بين التطبيق البعدي والقبلي للبرنامج الإرشادي في جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية. وتعزي الباحثة انخفاض الضغوط النفسية بالقياس البعدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد إلى استخدام مهارات سلوكية كالإسترخاء وتأكيد الذات وتحليل الموقف الضاغط وتشجيع المشاركين على استخدام تلك المهارات خارج الجلسات التدريبية والذي كان من شأنه المساعدة في تخفيف الضغوط على المشاركين بالمجموعة التجريبية والسيطرة على المشاعر السلبية، والإحتفاظ بالقدر المناسب من الشعور بالسيطرة والقدرة على التحكم في أمور حياتهم، الأمر الذي يعزز من ثقة المشاركين بأنفسهم ويمنحهم الدافع للإستمرار في استخدام هذه المهارات.

فإنخفاض مستوى الضغوط النفسية لدى المجموعة التجريبية يرجع إلى المهارات التي اكتسبها المشاركون بالبرنامج وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة يحيى الدهيمات (٢٠٠٨) من أن البرنامج الإرشادي الجمعي القائم على تعليم مهارات تكيفية مشتقة من العلاج المعرفي السلوكي ساهم في إنخفاض الضغوط النفسية التي تعاني منها السيدات المشتركات في المجموعة التجريبية.

كما قد يرجع انخفاض الضغوط النفسية بالقياس البعدي إلى مساعدة البرنامج الإرشادي المشاركين في إدارة الضغوط النفسية المتعلقة بمشاعر اليأس والإحباط، إذ تم استخدام المشاعر في البرنامج الإرشادي من خلال تقديم تعليم وتنقيف المشاركين على تحليل الموقف الضاغط وجمع المعلومات وضبط الإنفعالات والإسترخاء والتي ساهمت في تخفيف الضغوط النفسية للمشاركين، كما أن تركيز البرنامج على المشكلات التكيفية التي تتعرض لها أسرة طفل التوحد وطرق التعامل معه قد يكون سببا في خفض الضغوط النفسية.

ثالثاً : إختبار ومناقشة نتائج الفرض الثالث " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد "

ولإختبار صحة هذا الفرض إستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية اللابارامترية وهي إختبار ولكوكسون Wilcoxon (W) وقيمة (Z) وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والتتبعي لأبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد.

#### جدول (٦)

إختبار ولكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطات الرتب للتطبيقين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد

ن=٢٠

م	أبعاد المقياس	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
١	الضغوط الشخصية	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١,٦٠	٠,١٠٩
	الرتب السالبة	٣	٢,٠٠	٦,٠٠		
٢	ضغوط العمل	١	١	١	١,٠٩	٠,٢٧٦
	الرتب السالبة	٢	٢,٥٠	٥,٠٠		
٣	الضغوط الإجتماعية	٠	٠,٠٠	٠,٠٠	١,٦٣	٠,١٠٢
	الرتب السالبة	٣	٢,٠٠	٦,٠٠		
٤	الدرجة الكلية	١	٢,٥٠	٢,٥٠	١,٩٥	٠,٠٥١
	الرتب السالبة	٦	٤,٢٥	٢٥,٥٠		

يتضح من نتائج جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي في جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد حيث ترواحت قيمة (Z) ما بين (١,٠٩ : ١,٩٥) وتبين تلك النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية، وبما يشير إلى إستمرار أثر



---

البرنامج التدريبي المقترح على تخفيف الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، وتتفق تلك النتائج ودراسة محمد مزنونق (٢٠٠٥)، حدة يوسفى (٢٠١٢) ودراسة كنج king(2014) والتي توصلت نتائج دراستهم إلى استمرار أثر البرامج الإرشادية بعد مرور فترة من شهر إلى شهرين من المتابعة

وتعزى الباحثة ذلك إلى استمرار التحسن الذي وصلت إليه المجموعة التجريبية نتيجة لتأثير البرنامج الإرشادي إعداد الباحثة وما تضمنه من الأساليب التي تم تنفيذها خلال الجلسات الإرشادية والمحفزة على المشاركة والإنخراط في البرنامج بدلاً من التلقي السلبي للمهارات وذلك من خلال الحوار والمناقشة والإقناع والواجبات المنزلية والتنقيس الإنفعالي وحل المشكلات والتي ساهمت في زيادة دافعية المشاركين على الإستفادة من البرنامج الإرشادي، ونقل أثر التعليم والتعميم لما تم تعلمه خارج اوضاع الجلسات الإرشادية، وهو ما يمكن أن يفسر استمرار نتائج الدراسة والمتمثلة في انخفاض مستوى الضغوط النفسية بعد شهر من الإنتهاء من تطبيق الدراسة، حيث تؤكد الدراسات على أن المهارات المعرفية والسلوكية مهارات حياتية قابلة للتعميم خارج الجلسات الإرشادية والمجموعات المصممة لإكساب المشاركين مثل هذه الأساليب في إدارة الحياة والتعامل مع صعوباتها وضغوطاتها المختلفة ، ومن جهة أخرى فإن ممارستها تزيد من اقتناع الفرد بها، وإعتياده على استخدامها ونزعه لإدراك الأمور وفق مبادئها مما يعني استمرارية تحقيق مشاعر، وتقديم استجابات منتجة ووظيفية في إدراك عقلائي ومنطقي لأحداث الحياة المتنوعة وضغوطاتها.

ويبين ذلك أهمية إتباع أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وبما يتوافق مع شخصياتهم، لما لها من تأثير في خفض الضغوط النفسية ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دابروسكا (Dabrowska, 2008) إلى أن آباء الأطفال الذي يعانون إعاقات جسدية أو عقلية أو حركية يستخدمون استراتيجيات متنوعة للتعامل مع الضغط النفسي والوالدي المترتب على رعاية الأطفال وأن الآباء ذوي الإحساس العالي بالتماسك يفضلون استخدام استراتيجيات المواجهة والحل المنظم للمشكلات، في حين يميل الآباء ذوي الإحساس المنخفض بالتماسك إلى استخدام التجنب كإستراتيجية أساسية للتوافق.

## ملخص نتائج البحث

في ضوء نتائج الفروض خلصت الباحثة إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها فيما يلي :

١. وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح المجموعة التجريبية
٢. وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد لصالح القياس البعدي.
٣. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد.
٤. ساهم البرنامج الإرشادي في زيادة معرفة أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بالضغوط النفسية المصاحبة لإصابة أبنائهم
٥. ساهم البرنامج الإرشادي إعداد الباحثة في زيادة قدرة أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد بالسيطرة على مشاعرهم السلبية

## التوصيات

١. إجراء المزيد من الدراسات التجريبية لتحديد مدى فاعلية البرامج الإرشادية في تخفيض الضغوط النفسية على الفئات المتعاملة مع ذوي الإعاقات المختلفة عقلية أو جسدية أو حركية
٢. إجراء المزيد من الدراسات لتحديد مدى فاعلية البرامج الإرشادية في متغيرات لها علاقة بالصحة النفسية لدى الآباء والأمهات وأشقائهم الأطفال ذوي اضطراب التوحد.
٣. إجراء دراسات مقارنة بين فاعلية بعض الطرق الإرشادية في تخفيف الضغوط النفسية
٤. عقد ندوات ودورات لتوعية أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية
٥. الإهتمام بتوفير خدمات الرعاية النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد من خلال المراكز الإرشادية

٦. إهتمام مراكز الإرشاد النفسي بالخدمات المقدمة لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد للمساعدة في حل المشكلات المباشرة وغير المباشرة مع طفلهم، بما يزيد من قدرتهم على مواجهة المشاكل والضغوط النفسية وتبني وجهات نظر أكثر إيجابية

#### قائمة المراجع

١. إبراهيم عبد الله (٢٠١٥م): خصائص أداء الأطفال المصابين بالتوحدية على الاختبارات التحصيلية،. مجلة الحياة الطبيعية حق للمعوق ، العدد ( ٤٩ ) ، السنة الرابعة عشر ، القاهرة: اتحاد هيئات رعاية الفئات الخاصة والمعوقين ، ١٠٥
٢. أحمد عبد المنعم العربيات (٢٠٠٥): فعالية برنامج إرشادي يستند إلى استراتيجية حل المشكلات في تخفيف الغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والإجتماعية والإنسانية، ع (٢)، مج ١٧، ص ٢٤٦ - ٢٩٠.
٣. أحمد عيد مطيع الشخابنة (٢٠١٠): التكيف مع الضغوط النفسية ، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.
٤. أحمد كامل (٢٠١٥) : فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض الضغوط النفسية لدى طلاب جامعة بنها، مجلة كلية التربية النوعية، جامعة بنها، المجلد (٢٤)، العدد (٥)
٥. أمينة إبراهيم الحسن الهيل (٢٠٠٢): دراسة فعالية برنامج للإرشاد العقلاني الإنفعالي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بدولة قطر، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة عيش شمس.
٦. بطرس حافظ (٢٠١٠) : تعديل وبناء سلوك الأطفال، الأردن دار المسرة للنشر والتوزيع عمان، ص ١٧٠
٧. ثامري السعيد (٢٠١٩) : أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد، رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، الجزائر.
٨. حامد عبد السلام (٢٠٠٥م) : التوجيه والإرشاد النفسي ، عالم الكتب ، القاهرة ، ص ٢٧٤
٩. حدة يوسف (٢٠١٢): فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة البحرين

- 
١٠. حسام محمود نكي (٢٠٠٨) : الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنيا.
١١. حسن شحاته، زينب النجار (٢٠٠٣) : معجم المصطلحات التربوية والنفسية ، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
١٢. خولة احمد يحيي (٢٠٠٣) : إرشاد أسر ذوي الإحتياجات الخاصة، دار الفكر للطباعة، عمان
١٣. رثيفة رجب: ضغوط المراهقين ومهارات المواجهة : التشخيص والعلاج ، مكتبة النهضة المصرية ، ٢٠٠١ ، ص٩٩-١١٣
١٤. سهى أحمد أمين (٢٠١٢) : فعالية برنامج إرشادي جمعي قائم على البرمجة اللغوية العصبية في خفض حدة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد، مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية.
١٥. صالح باقرة (٢٠٠١): المشكلات الإرشادية، مطبعة دار السلام، ص١٤٠.
١٦. عبد الجواد محمد (٢٠٠٦) : فاعلية برنامج تدريبي معرفي سلوكي لخفض الضغوط النفسية لدى الممرضين ، مجلة العلوم التربوية، جامعة بنها، العدد (٨)
١٧. عبير عرفة الديب (٢٠١٦): الضغوط النفسية واحتياجات أمهات الأطفال ذوي إضطراب التوحد والعلاقة بينهما في دولة الإمارات ، رسالة ماجستير، جامعة الإمارات
١٨. عصام محمد زيدان (٢٠٠٤) : الإنهاك النفسي لدى آباء وأمهات الأطفال التوحديين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والأسرية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنصورة، ١٢٠-١٦٧
١٩. فاطمة عبد الرحيم نواسية (٢٠١٣) : الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة ، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان
٢٠. ماهر يوسف المجدلوي (٢٠٠٥). برنامج ارشادي نفسي لتخفيف الضغوط النفسية الناجمة عن الإحتلال لدى طلبة المدرسة الثانوية، رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة القاهرة.
-

- 
٢١. محمد محمد عودة (٢٠١٠) : الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية، غزة.
٢٢. محمد مزنونق (٢٠٠٥) : مدى فاعلية برنامج عقلائي إنفعالي في خفض الضغوط النفسية لدى المراهقين، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، المجلد (١٠)، العدد (٦)
٢٣. مصطفى نوري القمش (٢٠١١) : اضطرابات التوحد الأسباب التشخيص والعلاج، دراسات علمية ، دار المسيرة للنشر. عمان
٢٤. نايف عابد الزراع (٢٠٠٥) : قائمة تقدير السلوك التوحدي، دار العلوم للحققيق والطباعة والنشر والتوزيع، لبنان.
٢٥. نايف عابد الزراع (٢٠١٧) : المدخل إلى اضطراب التوحد - المفاهيم الأساسية وطرق التدخل، ط٤، دار الفكر، عمان
٢٦. نبيل صالح (٢٠٠٤م) : المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي ، ايتراك للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ص ٢٨٧
٢٧. نسرين بيه ملحم (٢٠١٤) : فاعلية برنامج تدريبي قائم على تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي في خفض مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال التوحد، رسالة دكتوراة، كلية التربية ، جامعة دمشق.
٢٨. هاشم الخولي (٢٠٠٤) : فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تخفيف حدة الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد بجامعة عين شمس
٢٩. هداية صالح (٢٠١٥) : الضغط النفسي وتأثيره على التوافق المدرسي لدى المراهق المتمدرس، مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية ، ع (١١)
٣٠. يحيى الدهيمات (٢٠٠٨): مستويات الضغط النفسي لدى أسر الأطفال المعاقين سمعياً وفاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفضهما في مدينة عمان، رسالة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن
-

- 
- 
31. **Abdullahi, M. (2018):** stress coping strategies used by parents of children with Autism Spectrum Disorder and the role of Nurses. Degree Programme in Global Health Care, Arcada, Professional College.
  32. **Dabrowska, A. (2008):** Sense of coherence and Coping with stress in fathers of children with developmental disabilities, Polish Psychological Bulletin, 39(1), 29-34.
  33. **Dhar, R. (2009) :** Living with developmentally disabled child, Attitude of family members in India, the social science Journal, Volume 46, Issue 4
  34. **Dukmak, S. (2009):** Parent adaptation to and parenting satisfaction with children disability in the united Arab Emirates, Journal of Intellectual and Developmental disability, 34(4), 324-328
  35. **Jasper & Angela (2008) :** the efficacy of cognitive behavioral intervention from redacting, journal of abnormal psychology, Vol (11), P 104 – 106
  36. **Khuan, L. et al., (2022) :** Coping Mechanism among Parents of Children with Autism Spectrum Disorder: A Review, Iran Journal child Neurol,16(1):9-17.
  37. **King, A. (2014) :** the effectiveness of cognate behavioral therapy program, Journal of psychology (44)
  38. **Kirch, Y. (2012):** Evaluating the performance and knowledge of teachers of children with autism, Journal of Autism and Developmental Disorders ; Vol ( 28 ) ; No. ( 6 ) p. 10 – 20
  39. **Mary, B., (2016):** comparative Effectiveness of Cognitive Therapy and Dynamic Psychotherapy for Major Depressive Disorder in a Community Mental Health Setting: A Randomized Clinical Noninferiority Trial, JAMA Psychiatry journal, Vol (32), P (27)

- 
- 
40. **Miranda, A. et al., (2019).** Parenting stress in mothers of children with autism without intellectual disability. Mediation of behavioral problems and coping strategies. *Frontiers in psychology*, 10, 464
  41. **Pritzlaff, A. (2001):** Examining the coping strategies of parents who have children with disability. Master degree thesis, University of Wisconsin-stout, Menomonee, WI54751.
  42. **Singhal, N. (2010):** Parents of Children with Autism: Stresses and Strategies, Paper presented at the International Meeting for Autism Research (IMFAR), Philadelphia, USA.
  43. **Sunal, R. (2013) :** Teaching Parents And Paraprofessional How To Provide Behavioral Intensive Early Intervention For Children With Autism And Perspire Developmental Disorder ,University Of California Los Angeles Degree, PH.,p231
  44. **Wang, L. et al., (2021) :** The relationship between 2019-nCoV and psychological distress among parents of children with autism spectrum disorder, *Global health Journal*, doi: 10.1186/s12992-021-00674-8