

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت إعداد

الدكتورة / سلوى مشعان المطيري
دكتورة الفلسفة في التربية

ملخص البحث

هدف البحث الحالي إلى التحقق من فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بإستخدام المجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة وقد تكونت عينة البحث من (40) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون تراوحت أعمارهم الزمنية بين (40- 45) سنة، وقد قامت الباحثة بتصميم البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وتطبيقه على عينة البحث على مدار ستة أسابيع، كما استخدمت الباحثة مقياس اضطراب ما بعد الصدمة (إعداد/ الباحثة)، وقد توصلت نتائج البحث إلى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون واستمرار فعالية البرنامج خلال فترة المتابعة، ، وقد اوصت باستخدام البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المستخدم في البحث الحالي في خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، وإقامة ندوات علمية لتوعية أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون .

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي معرفي سلوكي – اضطراب ما بعد الصدمة – أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

**The effectiveness of a cognitive-behavioral counseling program
in reducing symptoms of post-traumatic
stress disorder among mothers of children
with Down syndrome in the State**

**Submitted by
Salwa Mashaan AlMutairi
Doctor of Philosophy in Education**

Abstract

The current research aimed to verify the effectiveness of a cognitive-behavioral counseling program in reducing symptoms of post-traumatic stress disorder among mothers of children with Down syndrome in the State of Kuwait, The researcher used the experimental method by using the two groups, one experimental and the other control, and the research sample consisted of (40) mothers of children with Down syndrome, their ages ranged between (40-45) years, and the researcher designed the behavioral cognitive counseling program and applied it to the research sample on Over the course of six weeks, the researcher also used the post-traumatic stress disorder scale (prepared by the researcher). The results of the research found the effectiveness of the cognitive-behavioral counseling program in reducing the symptoms of post-traumatic stress disorder in mothers of children with Down syndrome and the continuity of the effectiveness of the program during the follow-up period, and she recommended the use of the cognitive-behavioral counseling program used in the current research to reduce the symptoms of post-traumatic stress disorder in mothers of children with Down syndrome, and the establishment of scientific seminars to educate mothers of children with Down syndrome.

Keywords: Behavioral cognitive counseling program - post-traumatic stress disorder - mothers of children with Down syndrome

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت إعداد

الدكتورة / سلوى مشعان المطيري
دكتورة الفلسفة في التربية

مقدمة

تعد رعاية ذوي الإحتياجات الخاصة من أهم المشكلات التي تواجه المجتمعات، إذ لا يخلو مجتمع من المجتمعات من وجود نسبة لا يستهان بها من أفرادها وقد أصيبوا بنوع أو أكثر من أنواع الإعاقة والتي تقلل من قدرتهم على القيام بأدوارهم في المجتمع على الوجه المقبول مقارنة بالأشخاص العاديين، كما صاحب وجودها تبايناً في وجهات نظر المجتمعات حيث لاقت هذه الفئة من ذوي الإحتياجات الخاصة الكثير من المعاملات التي اختلفت باختلاف فلسفة كل مجتمع من المجتمعات، فتدرجت المعاملة مع هذه الفئة من الإزدراء والقسوة ومحاولة التخلص منهم إلى الإشفاق عليهم، والتوجه إلى رعايتهم تحقيقاً لمبدأ تكافؤ الفرص بين الأفراد.

ومتلازمة داون هي إعاقة ليست نادرة وتمثل نسبة لا يمكن تجاهلها، ولكنها لم تنل حظها من الإهتمام على المستوى البحثي في الدول النامية، في حين أننا نجد إهتماماً متزايداً في الدول المتقدمة، وقد زاد الإهتمام نسبياً بهذه الفئة في البلاد العربية خلال السنوات الأخيرة. (محمد خطاب، 2005: 9)

وتشير كلمة الصدمة في مجال الصحة النفسية إلى التعرض لمستويات الخطر والخوف التي تتجاوز قدرة البشر الطبيعية على التعامل معها. وقد أظهرت نتائج الأبحاث أن غالبية الأشخاص الذين يتعرضون لمثل هذه الصدمات تتطور لديهم أعراض من الضغوط النفسية أو إعاقة في الوظائف اليومية، ومن الواضح ان مفهوم الصدمة هو

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

حدث غير عادي من شأنه أن يسبب ضغط نفسي شديد لدى معظم الناس. (أحمد عكاشة،

طارق عكاشة، 2013، 191) (Fairbank, et al. 2001, 183)

فالصدمة هي حالة من الرعب المخيف التي يتعرض لها الإنسان ويواجهها بصورة مفاجئة وغير متوقعة متضمنة أحداث قاسية عنيفة قد تهدد حياته بطريقة يصعب السيطرة عليها أو التحكم فيها، مما يجعله غير قادر على الإستجابة لها بسلوكيات إيجابية، مهما حاول جاهداً التغلب عليها والتكيف معها (ماهر محمود، 2007، 34)

وقد تم توصيف اضطراب ما بعد الصدمة من جانب جمعية الطب النفسي الأمريكية على أنه اضطراب نفسي يتشكل في الحالات التي يتعرض فيها شخص ما لحدث مؤلم (صدمة) تجاوز حدود الخبرة الإنسانية المألوفة، (أحمد حسنين، حسن عبد السلام، 2016، 156)، وهذا الإضطراب عبارة عن مجموعة من الأعراض تحدث بعد مشاهدة الشخص أو تعرضه أو سماعه عن حادث صادم شديد، وتظهر على الشخص أعراض الخوف والعجز، ويعيش الفرد أعراض هذا الحدث بصورة دائمة ويتجنب تذكره، وتؤثر على جوانب هامة في حياة الشخص مثل علاقاته بأسرته وعلاقات العمل. (سمير زقون وآخرون، 2010، 11)

ويمر الفرد بعدة مراحل عند الإصابة بإضطراب ما بعد الصدمة، تبدأ بمرحلة الرفض ثم التجنب والتي يحاول فيها الأفراد الإبتعاد عما يذكرهم بالتفاصيل، ثم مرحلة الإنسحاب والسيطرة على القلق وربما تترافق هذه المرحلة عند البعض بتعاطي المخدرات أو تناول المهدئات، ثم مرحلة التقبل والإحتواء وهي المرحلة الأخيره وفيها يحدث التحسن في الإستجابة وتحسن حالة المصابين بإضطراب ما بعد الصدمة مع تطور العلاج. (إيهاب الببلاوي، أسماء قنديل، 2020: ص 192)

وهنا يظهر دور الإرشاد المعرفي السلوكي الذي يستند إلى النظرية المعرفية للأمراض النفسية الذي يصف كيفية التصورات المعرفية وعفوية الأفكار حول الفرد

والتي وغالباً ما تكون مشوهة، والتي تنعكس على ردود الفعل العاطفية والسلوكية والفيولوجية. (Ali, 2012: 8)

والإرشاد المعرفي السلوكي بمعناه العريض يتألف من كل المداخل التي من شأنها أن تخفف الكرب النفسي عن طريق تصحيح المفاهيم الذهنية الخاطئة ، ولا يعني تأكيدنا على التفكير أن نغفل أهمية الإستجابات الإنفعالية التي هي المصدر المباشر للإضطراب بصفة عامة، إنما يعني ببساطة أننا نقارب انفعالات الفرد من خلال معرفته أو عن طريق تفكيره، وتصحيح الإعتقادات الباطلة يمكننا أن نخدم أو نغير الإستجابات الإنفعالية الزائدة وغير المناسبة. (أرون بيك، 2000: 172)

مشكلة البحث

يعد تلقي الأسرة وخاصة الأم خبر اصابة طفلها بمتلازمة داون في مرحلة التشخيص من أصعب اللحظات التي تمر بها الأسرة، حيث تصاب الأم بالصدمة وتحاول الإنكار والهروب من هذه الحقيقة، وقد تشعر بالذنب، فتصاب الأم بإضطراب ما بعد الصدمة نتيجة لتعرضها لأذي نفسي كبير يتجاوز قدرة الدفاعات النفسية للفرد على التحمل. (الألمعي، 2012: 12)، وتظهر لدى الأم مشاعر الحزن والغضب والإحساس بالذنب والخجل واليأس، وحتى عدم تقبل الطفل مما قد يتسبب في قيامها بعزل الطفل وإبعاده عن التفاعل مع الآخرين وخاصة في المحيط الإجتماعي، لتجنب الأسئلة المحرجة، وقد تلجأ إلى إخفاء طفلها عن عيون الآخرين، كما قد تتسبب الصدمة التي تتعرض لها أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون في الحد من قدرة الأم على تربية طفل متلازمة داون، فالإنسان في واقع الأمر ليس مبرمجاً من الناحية البيولوجية للعمل خلال الصدمات النفسية الكبيرة كالحرب والإعاقة وغيرها من المواقف الضاغطة، كل هذه الأحداث وغيرها أصبحت تعرف على أنها تمثل أشكالاً لإضطراب ما بعد الصدمة. (أحمد عبد الخالق، 2006، 165)

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

ويتسبب إضطراب ما بعد الصدمة في كسر الإيقاع الطبيعي للحياة الإنسانية، ومن ثم تعد الإستجابة لهذه الصدمات ونظائرها بالإضطراب والسقم والعلة والمرض أمراً طبيعياً وسوياً، فإضطراب ما بعد الصدمة يتضمن مجموعة من الأعراض الإكلينيكية الخطيرة، فقد يؤدي إضطراب ما بعد الصدمة إلى عجز يمتد آثاره إلى أسابيع أو أشهر أو سنوات، مما يجعله صعب المعالجة، وينجم هذا الإضطراب عندما يتعرض الفرد للتهديد بالموقت أو لأذي جسدي شديد قد يؤدي إلى الإعاقة. (جورية طلعت، 2011: 32)

ويعد اضطراب ما بعد الصدمة هو سادس مشكلات الصحة النفسية في العالم، ويؤثر على 4% من البالغين الذي يحدث لديهم اضطراب ما بعد الصدمة في كل عام، وحوالي 7% يصابون به في أي مرحلة من مراحل حياتهم. (فاتن طلعت قنصوه، 2013: 240)

وقد بدأ الإهتمام بدراسة إضطرابات ما بعد الصدمة نتيجة تزايد ضغوط الحياة التي يتعرض لها الإنسان وبخاصة منذ بداية القرن العشرين وهنا تظهر أهمية الإرشاد المعرفي السلوكي الذي يتناول بدقة معالجة الأفكار والمعتقدات السلبية حتى يتمكن الشخص المصدوم من إعادة بناء تجربته وتبديل مفهومه عن نفسه والواقع والآخرين، فالإرشاد المعرفي السلوكي كما يشير (José, F, 2012: 32) يهدف إلى تغيير جميع المستويات كالأفكار التلقائية والسلوكيات أو المعتقدات الشرطية محاولاً المساعدة في تحديدها والعثور على بدائل صحية أكثر مرونة وجعل الفرد يفكر بشكل أكثر منطقية وعقلانية، وتدريب الفرد على كيفية توكيد ذاته في المواقف والأنشطة الإجتماعية المختلفة، فالإرشاد المعرفي السلوكي يجمع بين نوعين ذات فعالية مرتفعة هما الإرشاد النفسي والإرشاد المعرفي السلوكي والتي تساعد على إضعاف الروابط بين الحالات المزعجة وردود الفعل المعتادة الخاصة لهم كالخوف والأكتئاب أو الغضب أو السلوكيات المدمرة ذاتياً.

ومن خلال ملاحظة الباحثة لعدد من امهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون بدولة الكويت تبين لها ظهور مشاعر الضيق والقلق عند الحديث معهم عن حياتهم مع أطفالهم ذوي متلازمة داون، مما كشف تمسكهم ببعض المعتقدات والأفكار السلبية التي قد تزيد من الضغوط لديهم، وتري الباحثة أن برامج الإرشاد المعرفي السلوكي ذات أهمية للأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون باعتبار أن الأم هي الأقرب لطفلها، والاكثر تعاملًا معه وإحتكاكاً به، وتعد المسئولة بدرجة كبيرة عن تلبية إحتياجاته اليومية، فهي بذلك في حاجة ماسة إلى التعامل مع طفلها بشكل سليم، حيث أنه من الأمور المتفق عليها أن أساسيات الصحة النفسية يستمد من العلاقة القوية بين الأم وطفلها، وبشكل أكثر تحديداً حاولت الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

1. ما مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون؟
2. ما مدى إستمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى امهات الأطفال ذوي متلازمة داون في فترة المتابعة؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى :

1. تصميم برنامج ارشادي معرفي سلوكي لخفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.
2. التحقق من مدى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون
3. التحقق من مدى استمرارية فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

أهمية البحث

تتمثل أهمية البحث وفقاً لما يلي

1. القاء الضوء على الصحة النفسية لأمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون، والتي تعد أحد المقاييس لتقدم المجتمعات، خاصة أن إهمال القائمين على تربية هذه الفئة يترتب عليه آثار سلبية في محيط علاقتهم مع المحيطين بهم.
2. تقديم مقياس لإضطراب ما بعد الصدمة يمكن للمرشدين استخدامه في قياس اضطرابات ما بعد الصدمة
3. الاستفادة العلمية من نتائج هذا البحث من قبل المهتمين في مجال الإرشاد المعرفي السلوكي في خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون
4. الإفادة من نتائج البحث الراهن بإمداد الباحثين بالبيانات والمعلومات عن الخصائص النفسية لأمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون بغرض الاستفادة منها في وضع برامج الإرشاد المعرفي السلوكي.

مصطلحات البحث

تحدد مصطلحات البحث الحالية على النحو التالي:

1- إضطراب ما بعد الصدمة Post- Traumatic Stress Disorder : "أحد اضطرابات الصدمة الناجمة عن التعرض لحدث صدمي فجائي ولا يحدث بسبب المواقف الإعتيادية، وإنما يحدث عند تعرض الفرد إلى موقف صدمي أكبر من طاقة الإنسان على الإحتمال وينتج عنه ردود فعل عنيفة مثل الإنفعال والخوف الزائد والعجز، وإضطرابات في النوم، وإعادة معايشة الحدث الصادم لا إرادياً". (إيهاب الببلاوي، أسماء قنديل، 2020: 183)

2- متلازمة داون Down Syndrome : "اضطراب وراثي في الكروموسومات يترتب عنه تأخير في النمو الجسمي والصعوبات اللغوية والتعليمية والذهنية".

(Fidler, 2005: 256)

3- البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي Cognitive-Behavioral

Counseling Program: تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه " مجموعة من الخطوات المنظمة والقائمة على أسس علمية تهدف إلى تقديم الخدمات لمساعدة الأفراد أو الجماعات على فهم مشاكلهم والتوصل إلى حلول، وتنمية مهاراتهم وقدراتهم لتحقيق النمو السوي في شتى مجالات الحياة وتحقيق أعلى مستوى من التوافق والرضا والصحة النفسية، ويتم ذلك في صورة جلسات منظمة في إطار علاقة متبادلة بين المرشد والمسترشد".

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث فيما يأتي:

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

حدود مكانية: تم إجراء البحث على أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت.

حدود زمانية: تم إجراء البحث خلال الفترة من 2023/1/3 حتى 2023 /2/10م.

حدود بشرية: تم إجراء البحث على (40) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون .

حدود قياسية: استخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لامهات الأطفال ذوي متلازمة داون(إعداد الباحثة)، برنامج إرشادي معرفي سلوكي لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون (إعداد الباحثة).

الدراسات السابقة

وقد هدفت دراسة (Garnefski, N., & Kraaij, V, 2009) إلى اكتشاف العلاقة بين إستراتيجيات التكيف المعرفي والضغط عند آباء الأطفال ذوي متلازمة داون، وقد تكونت العينة من 621 مشاركاً أجابو عن الإستبيان التي تم توزيعها عليهم، التي تضمنت أسئلة في التنظيم المعرفي الإنفعالي لقياس التكيف المعرفي وقائمة الضغوط لقياس الضغوط عند الآباء ثم إعادة قياس الضغوط مرة أخرى عند الوالدين بعد ثمانية

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

شهور ، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى الآباء منخفض عما سبق، مما يشير إلى فاعلية إستراتيجيات التكيف المعرفي في خفض الضغوط لدى آباء الأطفال ذوي متلازمة داون.

كما سعت دراسة (محمد العرعير، 2010) إلى معرفة مستوى الصحة النفسية لأمهات أطفال ذوي متلازمة داون في قطاع غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات، وقد تم استخدام إستبيان الصحة النفسية وإستبيان التدين وإستبيان التوافق الزوجي، وقد تكونت عينة الدراسة من (461) أما من امهات أطفال متلازمة داون بنسبة بلغت (98.1) من مجتمع الدراسة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى إرتفاع مستوى الصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون في قطاع غزة، وكذلك توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين مستوى الصحة النفسية بصفة عامة لأمهات أطفال متلازمة داون ومستوى التوافق الزوجي لديهن وكذلك الإلتزام الديني، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى أمهات ذوي متلازمة داون تعزي إلى متغير (درجة الإعاقة، ترتيب المعوق في الأسرة، المستوى الإقتصادي للأسرة، عدد الأبناء في الأسرة، عمر الأم الحالي، عمل الأم، مدة الإلتحاق بخدمات التأهيل)

هدفت دراسة (Fatemehsadat. A., 2015) إلى التعرف علي فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على أعراض اضطراب الاكتئاب والقلق وعلى الذاكرة ، لدى المرضى الذين يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة، وقد تكونت عينة الدراسة من (40) فرداً تم اختيارهم بشكل عشوائي من الذين يعانون من اضطرابات ما بعد الصدمة وقد بلغ متوسط الاعمار (31.65) سنة، وقد استخدم البحث البرنامج الإرشادي وقد تكون من عشرة جلسات جماعية وتراوح زمن الجلسة من (60 : 90) دقيقة على مدار (10) أسابيع ، وقد اظهرت نتائج البحث ان البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي قد ساهم في انخفاض اعراض ما بعد الصدمة فيما يتعلق بالإكتئاب والقلق وتحسن أداء الذاكرة

كما هدفت دراسة **(نجلاء علي، 2015)** إلى وضع برنامج لعلاج الإضطرابات الصوتية والنطقية لدى أطفال متلازمة داون، وتكونت عينة الدراسة من (20) طفلة من المصابين بمتلازمة داون أعمارهم (6-8) سنوات، واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، وقد قامت الباحثة بتصميم برنامج لخفض أعراض الإضطرابات النطقية والصوتية كما استخدمت مقياس الإضطرابات النطقية والصوتية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن أطفال المجموعة التجريبية ممن خضعن لبرنامج خفض أعراض إضطرابات الصوت والنطق للأطفال أكثر استفادة من البرنامج، كما أظهرت تلك النتائج تفوق أطفال المجموعة التجريبية التي واطبت على حضور جلسات البرنامج مقارنة بنظائرهم بالمجموعة الضابطة الذين لم يتعرضوا لجلسات نفس البرنامج.

هدفت دراسة **(عادل مصطفى سلطان، كوثر عبد الرحيم التائب، 2016)** إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من أمهات أطفال متلازمة داون، وتكونت عينة البحث من 10 أمهات أطفال متلازمة داون واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية لأولياء أمور الأطفال المعاقين، وقد توصلت نتائج البحث إلى أن أمهات متلازمة ذوات المستوى التعليمي والإقتصادي المنخفض أكثر ارتفاعاً لمستوى الضغط النفسي، وأن أمهات الأطفال الذكور أكثر ارتفاعاً في مستوى الضغوط النفسية.

وقد هدت دراسة **(زينب عبد الله، 2022)** إلى التعرف على فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي (المباشر والإلكتروني) للتخفيف من أعراض ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من الطلاب السوريين بالمرحلة الثانوية، وقد تكونت عينة الدراسة من (21) طالباً منطلاب المرحلة الثانوية السوريين المقيمين في مصر ، تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات (7) مجموعة تجريبية، (7) مجموعة تجريبية الكتروني، (7) مجموعة ضابطة ، وقد استخدمت الباحثة مقياس ضغوط ما بعد الصدمة والبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، وقد توصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

المباشر والإلكتروني في التخفيف من أعراض ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من الطلاب السوريين بالمرحلة الثانوية، كما أظهرت النتائج تحسن في القياس التبعي مقارنة بالقياس البعدي بالإضافة إلى عدم وجود فروق جوهرية بين كلا من الإرشاد المعرفي السلوكي المباشر والإلكتروني.

كما هدفت دراسة (Weiss, Sullivan and Diamond, 2023) إلى التعرف على الضغوط النفسية وأساليب التكيف لدى آباء الأطفال الذين يعانون من إعاقات نمائية تطويرية وتبحث هذه الدراسة الأداء التكيفي للطفل ذي الإعاقة النمائية التطورية، ومحاولة تحديد خصائص الطفل التي قد تسبب الضغط للآباء، وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعة مختارة عشوائياً من (97) فرداً من ذوي الإعاقات النمائية التطورية، (90) أم، (56) أب من ولاية أونتاريو بكندا، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الضغوط عند الآباء وبين السلوك التكيفي عند الطفل على وجه التحديد، وقد كان من المتوقع الحصول على مستويات أقل من الأداء التكيفي عند الضغوط الشديدة عند الآباء وتم مناقشة عناصر محددة للسلوك التكيفي التي تتعلق بالضغوط لدى الآباء.

فروض البحث

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لصالح المجموعة التجريبية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لصالح القياس البعدي.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.

إستخدمت الباحثة المنهج التجريبي للتحقق من فعالية البرنامج المعرفي السلوكي (كمتغير مستقل) في خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون (كمتغير تابع) ، وقد تم إستخدام التصميم التجريبي لمجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة مع إجراء القياسات (القبلية والبعديّة والتبعية) ثانياً - عينة البحث:

تضمنت عينة البحث الكلية (60) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت، وقد قامت الباحثة باختيار عدد (20) من أم للعينة الاستطلاعية من أمهات الأطفال المترددين على مركز التدخل المبكر للأطفال المعاقين بمدينة الكويت بنسبة بلغت 33.33% تقريباً من إجمالي عينة البحث الكلية، وقد بلغ حجم العينة الأساسية (40) من أمهات الأطفال المترددين على التأهيل المهني تراوحت أعمارهن الزمنية بين (40-45) عاماً، وتقسمهن إلى مجموعتين متساويتين ومتكافئتين.

إستخدمت الباحثة في البحث الحالي الأدوات التالية :

(1) مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون في دولة الكويت (إعداد: الباحثة)

قامت الباحثة بتصميم مقياس ما بعد الصدمة لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لعدم ملائمة المقاييس المتوفرة في الميدان لطبيعة البحث، وقد قامت الباحثة بإعداد المقياس من خلال:

1- الإطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بصفة خاصة.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

2- الإطلاع على عدد من المقاييس التي إستخدمت لقياس إضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً بصفة عامة وأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بصفة خاصة

وفي ضوء ذلك تضمن المقياس (34) عبارة كما هو مبين بملحق (2) تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء (المحكمين) في مجال الصحة النفسية والتربية الخاصة. الشروط السيكومترية للمقياس

حساب الصدق

1- الصدق الظاهري

بعد إعداد مقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون في صورته الأولية تم عرضه على (8) محكمين من ذوي الإختصاص في مجال الصحة النفسية وعلم النفس والتربية الخاصة (ملحق 1)، 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 تمت الموافقة على جميع عبارات الإستبيان

2- الصدق التمييزي

قامت الباحثة بالتحقق من الصدق التمييزي لمقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال وذلك من خلال المقارنة بين متوسطات درجات (20) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، (20) من أمهات الأطفال العاديين، ويوضح جدول (1) قيم مان ويتني ودلالاتها الإحصائية بين متوسطات الرتب لدرجات أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون وأمهات الأطفال العاديين في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.

جدول (1)

متوسطات الرتب والمتوسطات الحسابية ومجموع الرتب ، وقيمة مان ويتني وقيمة Z
 وقيمة الدلالة للتعرف على الفروق بين أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون وأمهات
 الأطفال العاديين على اضطرابات ما بعد الصدمة
 ن=40

م	أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	قيمة مان ويتني u	قيمة Z	قيمة الدلالة
1	اعراض تذكر الأحداث	أمهات الأطفال العاديين	20	29.90	2.85	598.00	12.00	5.53	0.001
		أمهات ذوي متلازمة داون	20	11.10	1.13	222.00			
2	الأعراض الإنسحابية والإنهزامية	أمهات الأطفال العاديين	20	29.85	2.86	597.00	13.00	5.47	0.001
		أمهات ذوي متلازمة داون	20	11.15	1.18	223.00			
3	الأعراض النفسية	أمهات الأطفال العاديين	20	29.78	2.84	595.50	14.50	5.31	0.001
		أمهات ذوي متلازمة داون	20	11.23	1.17	224.50			
4	الأعراض الفسولوجية	أمهات الأطفال العاديين	20	29.88	2.82	597.50	12.50	5.33	0.001
		أمهات ذوي متلازمة داون	20	11.13	1.16	222.50			
5	الدرجة الكلية	أمهات الأطفال العاديين	20	29.73	2.84	594.50	15.50	5.11	0.001
		أمهات ذوي متلازمة داون	20	11.28	1.16	225.50			

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01) بين متوسطات الرتب لمجموعتي (وامهات الأطفال العاديين، أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون) ولصالح أمهات الأطفال العاديين في مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة، مما يشير إلى صدق التمايز لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

حساب ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون في دولة الكويت باستخدام طريقة إعادة الاختبار Test – retest Method بفواصل زمني قدره (15) يوم وذلك على عينة قوامها (20) من أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون من خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم استخراج معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني باستخدام إختبار بيرسون وكانت جميع معاملات الارتباط لأبعاد المقياس دالة عند مستوى معنوية (0.05) مما 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 (2) نتائج حساب ثبات المقياس

جدول (2)

نتائج الثبات لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى امهات الأطفال ذوي متلازمة داون في دولة الكويت

ن=20

معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار	الثبات بطريقة الفا كرونباخ	الأبعاد
**0.989	**0.937	اعراض تذكر الأحداث
**0.981	**0.975	الأعراض الانسحابية والإنهزامية
**0.984	**0.937	الأعراض النفسية
**0.978	**0.973	الأعراض الفسيولوجية
**0.989	**0.986	الدرجة الكلية

** مستوى الدلالة (0.01)

ر الجدولية عند مستوي (0.1) = 0.708

الصورة النهائية لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة

تم التوصل إلى الصورة النهائية للمقياس، والصالحة للتطبيق، وتتضمن (34) فقرة تقيس أبعاد مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون في دولة الكويت.

طريقة تصحيح المقياس:

اعتمدت الباحثة في قياس درجة الموافقة من خلال الإستجابات (دائماً، أحياناً، لا يحدث) ومن ثم قامت الباحثة بإعطاء درجات للإجابات تتراوح بين (3) للإستجابة بدائماً، و(1) لا يحدث وذلك للعبارات الإيجابية، بينما تم إعطاء درجات تتراوح بين (1) للإستجابة بدائماً و(3) لا يحدث بالنسبة للعبارات السلبية. يليها القيام بالعمليات الحسابية والإحصائية للوصول إلى النتائج.

طريقة تصحيح المقياس:

اعتمدت الباحثة في قياس درجة الموافقة من خلال الإستجابات (دائماً، أحياناً، لا يحدث) ومن ثم قامت الباحثة بإعطاء درجات للإجابات تتراوح بين (3) للإستجابة بدائماً، و(1) لا يحدث، بينما تم إعطاء درجات تتراوح بين (1) للإستجابة بدائماً و(3) لا يحدث. يليها القيام بالعمليات الحسابية والإحصائية للوصول إلى النتائج.

(2) البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي (إعداد: الباحثة).

تضمن البرنامج هدف عام، وأهداف إجرائية ثم الإجراءات العملية والمتمثلة في محتوى البرنامج بما تضمنه من أساليب و فنيات وأدوات بما يتناسب مع طبيعة المشكلة التي تعاني منها أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، وتنطلق فنيات البرنامج من النظرية المعرفية السلوكية مع الإستفادة من ملاحظات وتوجيهات السادة المحكمين

الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج إلى خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

الأهداف الخاصة للبرنامج:

1. تزويد أمهات الأطفال بالمعلومات عن اضطرابات ما بعد الصدمة
2. مساعدة الأمهات على فهم حقيقة الأفكار اللاعقلانية فيما بعد الصدمة، وإستبدالها بأفكار عقلانية
3. تدريب الأمهات على مراقبة الأفكار السلبية التي من شأنها زيادة حدة اضطرابات ما بعد الصدمة
4. إستبدال الحوار الذاتي السلبي بحوار إيجابي يساعد في مواجهة الضغوط النفسية.
5. تثقيف الأمهات بأهمية الإسترخاء وتدريبهم على بعض طرق الإسترخاء وتشجيعهم على ممارستها يومياً.

مصادر بناء البرنامج

تم بناء البرنامج إعتماًداً على عدد من المصادر أهمها:

- برامج الإرشاد المعرفي السلوكي المرتبطة بأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.
- آراء المتخصصين في مجالات الصحة النفسية والإرشاد المعرفي السلوكي.
- الإطلاع على بعض البرامج ذات العلاقة بمتغيرات مشكلة البحث الحالي ومنها دراسات فايزة إبراهيم عبد اللاه (2013)، عادل مصطفى سلطان، كوثر عبد الرحيم

Garnefski, N., & Kraaij, V, (2009)، (2016)

الفنيات المستخدمة في البرنامج:

تضمن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي 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 خفض أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، كما أنها أكثر ملاءمة لطبيعة موضوع البحث، فهو يعتمد على فنيات إنتقائية كالمحاضرة والمناقشات الجماعية، بناء الوعي

المعرفي، المراقبة الذاتية، وقف الأفكار اللامنطقية، دحض الأفكار، البحث عن بدائل، التنفيس الإنفعالي، الإسترخاء، المناقشة والحوار، مجموعات العمل، الواجب المنزلي، الإقناع المنطقي، التعزيز الإيجابي، حل المشكلات.

محتوى جلسات البرنامج:

تم ترتيب جلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي بشكل منطقي ومتسلسل بما يتناسب مع طبيعة خطوات البرنامج وكانت عدد الجلسات (12) جلسة بواقع جلسات أسبوعياً، ولمدة (6) أسابيع، بدأت من يوم الإثنين الموافق (3) من شهر يناير وحتى الجمعة الموافق (10) فبراير لعام (2023م)، وتراوح زمن الجلسات ما بين (50- 90) دقيقة، ويبين جدول (3) المخطط التفصيلي للبرنامج :

جدول (3)

مخطط توضيحي لجلسات البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي

الجلسة	موضوع الجلسة	هدف الجلسة	الفنيات المستخدمة
الجلسة الأولى	التعارف وبناء العلاقة الإرشادية	<ul style="list-style-type: none"> - أن تتعارف أفراد المجموعة الإرشادية مع المرشدة - أن توضح المرشدة أهداف البرنامج ومناقشتها - أن توضح الباحثة عدد الجلسات ومواعيدها، للالتزام بها من خلال المواظبة علي الحضور وفي الموعد والمكان المحدد. - أن تتفق المرشدة مع المشاركات على قوانين الجلسات. 	<ul style="list-style-type: none"> - المحاضرة - المناقشة - الجماعية - الحوار - المناقشة

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

الجلسة	موضوع الجلسة	هدف الجلسة	الفنيات المستخدمة
الجلسة الثانية	ماهية إضطراب ما بعد الصدمة	- التعرف على اضطراب ما بعد الصدمة - التعرف على أسباب اضطراب ما بعد الصدمة - التعرف على أعراض إضطراب ما بعد الصدمة - التعرف على الآثار النفسية المصاحبة للصدمة	- المحاضرة - المناقشة الجماعية - الواجب المنزلي
الجلسة الثالثة	تعديل الأفكار والمشاعر المتعلقة بالخبرة الصادمة	- أن تعي المشاركات المعتقدات المرتبطة باضطرابات ما بعد الصدمة - أن تتمكن المشاركات من وقف الأفكار اللامنطقية - أن تتمكن المشاركات من تعديل أفكارهن السلبية	- المحاضرة المبسطة - بناء الوعي المعرفي - تعديل الأفكار - وقف التفكير اللامنطقي
الجلسة الرابعة	الأساليب الإيجابية لمواجهة الإضطرابات	- أن تعرف المشاركات ماهية الأساليب الإيجابية لمواجهة الإضطرابات - أن تدرك المشاركات الأساليب الإيجابية في خفض الإضطراب. - تدريب المشاركات على أسلوب حل المشكلات	- المراقبة الذاتية - أسلوب حل المشكلات - البحث عن بدائل
الجلسة الخامسة	المراقبة الذاتية	- أن تعرف المشاركات ماهية المراقبة الذاتية - تدريب المشاركات على المراقبة الذاتية - تدريب المشاركات على دحض الأفكار اللامنطقية	- المراقبة الذاتية - دحض الأفكار - لعب الأدوار

الدكتورة / سلوى مشعان المطيري

الجلسة	موضوع الجلسة	هدف الجلسة	الفنيات المستخدمة
الجلسة السادسة	أحاديث الذات والحوار الذاتي الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف المشاركات ماهية أحاديث الذات والحوار الذاتي الإيجابي - توعية المشاركات بالعلاقة بين الحوار الذاتي السلبي والمشاعر السلبية والسلوك الخاطئ - تدريب المشاركات على الحوار الذاتي الإيجابي - مساعدة المشاركات على كسر حلقة الأفكار السلبية وإستبدال الحوار الذاتي السلبي بالحوار الإيجابي 	<ul style="list-style-type: none"> - المحاضرة - لعب الأدوار - الواجبات المنزلية
الجلسة السابعة	الحاجات النفسية لأمهات الأطفال ذوي متلازمة داون	<ul style="list-style-type: none"> - أن تدرك المشاركات أهم الحاجات النفسية لأمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون. - أن تدرك المشاركات المشكلات اليومية التي قد يواجهونها عند التعامل مع أبنائهم - أن تكتسب المشاركات القدرة على تلبية تلك الحاجات 	<ul style="list-style-type: none"> - المناقشة - الحوار - التنفيس الإنفعالي
الجلسة الثامنة	التنفيس الإنفعالي	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعبر المشاركات بحرية عن مشاعرهن الصعبة. - أن تتمكن المشاركات من السيطرة على المشاعر السلبية - أن تستخلص المشاركات إجراءات تيسر تعاملهن مع الحياة . 	<ul style="list-style-type: none"> - المحاضرة - حل المشكلات - مجموعات العمل
الجلسة التاسعة	الصلابة النفسية	<ul style="list-style-type: none"> - أن تعرف المشاركات معني الصلابة النفسية - أن تعرف المشاركات مكونات الصلابة النفسية . - أن تدرك المشاركات خصائص الصلابة النفسية 	<ul style="list-style-type: none"> - المناقشة - الحوار - مجموعات العمل - الواجب المنزلي

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

الجلسة	موضوع الجلسة	هدف الجلسة	الفنيات المستخدمة
الجلسة العاشرة	الثقة بالنفس	- أن تعرف المشاركات معني الثقة بالنفس - أن تعرف المشاركات اسباب ضعف الثقة بالنفس - أن تعرف المشاركات كيفية تنمية الثقة بالنفس	- التعزيز الإيجابي - التنشيط الفكري - حل المشكلات
الجلسة الحادية عشر	الاسترخاء وعلاقته بضغط ما بعد الصدمة	- أن تعرف المشاركات أهمية الإسترخاء - أن تعرف المشاركات العلاقة بين تدريبات الإسترخاء وخفض إضطرابات ما بعد الصدمة - أن تتقن المشاركات أداء تدريبات الإسترخاء وكيف وأين يمكن القيام بها	- المحاضرة - الحوار - الإقناع - حل المشكلات - الإسترخاء
الجلسة الثانية عشر	نشاط ترويجي وختام	- مشاركة الامهات في أنشطة ترفيهية مختلفة بوجود أطفالهن ذوي متلازمة داون. - تقييم البرنامج.	- المناقشة - التعزيز الإيجابي - مجموعات العمل

رابعاً: الأساليب الإحصائية

إعتمدت الباحثة على استخدام الأساليب الإحصائية اللابارامترية مان ويتني، ولكوكسون، وقيمة Z وفقاً لطبيعة البحث، وحجم العينة

خطوات البحث:

تم إجراء البحث وتنفيذه حسب الخطوات الآتية:

- بناء إطار نظري والإطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث.
- تطوير مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، والتحقق من دلالات صدقه وثباته.
- تصميم البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي.
- تحديد المجموعة التجريبية التي ستخضع للدراسة.

- تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية في الفترة (من 2023/1/3 حتى 2/10/2023م).

- إجراء القياس البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة واستخراج النتائج.
- إجراء القياس التبعي بعد انتهاء البرنامج بشهر واحد.
- تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها، والخروج بالتوصيات والدراسات المقترحة.

نتائج البحث : مناقشتها وتفسيرها

إختبار ومناقشة نتائج الفرض الأول "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لصالح المجموعة التجريبية"

ولإختبار صحة هذا الفرض إستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية اللابارامترية وهي اختبار مان ويتني (U) Mann-Whitny وقيمة (Z) وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.

جدول (4)

متوسطات الرتب والمتوسطات الحسابية ومجموع الرتب ، وقيمة مان ويتني وقيمة Z وقيمة الدلالة للتعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لأبعاد مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون
ن=40

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	المتوسط الحسابي	مجموع الرتب	قيمة مان ويتني U	قيمة Z	قيمة الدلالة
1 اعراض تذكر الأحداث	التجريبية	20	11.10	1.13	222.00	12.00	5.46	0.001
	الضابطة	20	29.90	2.82	598.00			
2 الأعراض الإنسحابية والإنهزامية	التجريبية	20	11.15	1.18	223.00	13.00	5.35	0.001
	الضابطة	20	29.85	2.83	597.00			

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

قيمة الدلالة	قيمة Z	قيمة مان ويتي U	مجموع الرتب	المتوسط الحسابي	متوسط الرتب	العدد	المجموعة	أبعاد المقياس	
0.001	5.61	4.00	214.00	1.16	10.70	20	التجريبية	الأعراض النفسية	3
			606.00	2.85	30.30	20	الضابطة		
0.001	5.34	12.50	222.50	1.17	11.13	20	التجريبية	الأعراض الفسيولوجية	4
			597.50	2.84	29.88	20	الضابطة		
0.001	5.42	3.00	213.00	1.16	10.65	20	التجريبية	الدرجة الكلية	5
			607.00	2.83	30.35	20	الضابطة		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01) بين متوسطات الرتب للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية في مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون يتضح من نتائج جدول (4) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون حيث تراوحت قيمة اختبار مان ويتي ما بين (3.00 : 13.00) كما تراوحت قيمة (Z) ما بين (5.34 : 5.61) وهي دالة عند مستوى (0.01) مما يشير إلى تحسن جميع أبعاد مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بالمجموعة التجريبية بالمقارنة بالمجموعة الضابطة، وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه (Kar, 2011: 167) وما توصلت إليه دراسات (Wild, 2010) ودراسة (Sloan, et al., 2016) والتي اظهرت أن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي يعتبر أسلوب آمن وفعال لكل من الإضطرابات الصدمية الحادة، والمزمنة لدى الأطفال والبالغين، فبرامج الإرشاد المعرفي السلوكي لها دور واضح ووقائي عبر الثقافات المختلفة.

وتعزي الباحثة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لإضطرابات ما بعد الصدمة إلى ما تضمنه البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية من فنيات كالتدريب على الإسترخاء، والاحاديث الإيجابية والتدريب على حل المشكلات مما ساهم في مواجهة إضطرابات ما بعد الصدمة.

كما تعزي الباحثة تحقيق البرنامج لأهدافه إلى إستخدام فنية الوعي المعرفي والتي ساهمت في تنمية الحديث الذاتي الإيجابي كأحد أساليب إعادة التنظيم للبناء المعرفي والذي من خلاله يتم تحويل السلوك والإنفعالات اللاتكيفية إلى إستجابات تكيفية، وقد اتضح أن استخدام فنية إعادة تنظيم البناء المعرفي للمواقف الضاغطة تؤدي إلى تغيير في إدراك الأحداث بشكل إيجابي، مع تغيير الحوار الداخلي السلبي عن الذات إلى حديث إيجابي. (مرفت صاوي، 2016 : 76)

إختبار ومناقشة نتائج الفرض الثاني "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي بمقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لصالح القياس البعدي " **ولإختبار صحة هذا الفرض** إستخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية اللابارامترية وهي اختبار ولكوكسون (Wilcoxon (W) وقيمة (Z) وذلك لحساب دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات القياسين البعدي والقبلي للمجموعة التجريبية لأبعاد مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدى امهات الأطفال ذوي متلازمة داون.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

جدول (5)

اختبار ولكسون لدلالة الفروق بين متوسطات الرتب للتطبيقين البعدي والقبلي لدى
أفراد المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في أبعاد مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون
ن=20

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	أبعاد المقياس		
0.001	4.01	190.00	10.00	19	الرتب السالبة	اعراض تذكر الأحداث	1
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة		
0.001	3.94	190.00	10.00	19	الرتب السالبة	الأعراض الإنسحابية والإنهزامية	2
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة		
0.001	3.97	190.00	10.00	19	الرتب السالبة	الأعراض النفسية	3
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة		
0.001	3.94	190.00	10.00	19	الرتب السالبة	الأعراض الفسولوجية	4
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة		
0.001	3.86	190.00	10.00	19	الرتب السالبة	الدرجة الكلية	5
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية
(0.01) بين متوسطات الرتب للتطبيقين البعدي والقبلي لأفراد المجموعة التجريبية
ولصالح التطبيق البعدي في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات ما بعد
الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون

يتضح من نتائج جدول (5) وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والقبلي
في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال
ذوي متلازمة داون حيث تراوحت قيمة (Z) ما بين (3.86 : 4.01) وهي دالة عند

مستوى (0.01) مما يشير إلى تحسن جميع أبعاد إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بالمجموعة التجريبية وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت إليه دراسة (شعبان فضل، 2008)، ودراسة (مصطفى شكيب، 2009) وتعزي الباحثة هذه النتائج إلى الأثر الإيجابي للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي والذي عمل على توفير وتهيئة الجو النفسي الآمن وسهل لأعضاء المجموعة التجريبية الإلتزام بالبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي والتفاعل الإيجابي معه، كما ساهم في إعطاء مساحات نفسية وإجتماعية لأعضاء المجموعة التجريبية لرؤية أنماط تفكيرهم من زوايا متعددة وإتاحة الفرصة للحكم على هذه التصرفات وتقييمها ذاتياً. وقد يرجع تحسن نتائج القياسات البعدية للمجموعة التجريبية إلى المشاركة الإيجابية بين أفراد المجموعة التجريبية فيما بينهم البعض، وإلى نمو الشعور الجمعي بالمشكلات والإضطرابات نتيجة للبرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي وما ساهم به في نمو العلاقات وزيادة الثقة بالنفس وإنبعاث الأمل بين افراد المجموعة التجريبية من جهة، وبين أفراد المجموعة والباحث من جهة أخرى مما ساهم في تبديد الوهم بالفردية مما انعكس على الإحساس بالفردية، وهذا في حد ذاته يؤدي إلى خفض العبء النفسي لدى أمهات الأطفال المصابات بمتلازمة داون، كما يؤدي أيضاً إلى التنفيس الإيجابي بحيث تصبح إضطرابات ما بعد الصدمة لديهم خبرة غير مخيفة (ماهر محمود، 2007) كما أن تنوع الأساليب والفنيات المستخدمة في البرنامج كان لها الأثر الواضح في خفض أعراض إضطرابات ما بعد الصدمة، فأسلوب حل المشكلات المستخدم كفنية علاجية ساهم في تنمية قدرة الأمهات من اعضاء المجموعة التجريبية على تحديد مشكلاتهن وإتخاذ ما يلزم من حياها، وكذلك تدريبهن على التكيف مع ما يصادفهم من مشكلات يومية وكذلك التعامل مع أفراد أسرتهن والبيئة المحيطة. (حامد الغامدي، 2005)، كما ساهم استخدام أسلوب حل المشكلات في وضع الأمهات في مواجهة ذاتية

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

مع مشكلاتهن، حيث تمكن الام من مواجهة مشكلاتها والإستبصار بها ووضع الحلول لها مما نمى لديهن مهارات تقدير الذات. (محمود عطية محمود، 2015)

إختبار ومناقشة نتائج الفرض الثالث " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون " وإختبار 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 إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون

جدول (6)

إختبار ولكوكسون لدلالة الفروق بين متوسطات الرتب للتطبيقين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية وقيمة (Z) في أبعاد مقياس إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الاطفال ذوي متلازمة داون

$$n=20$$

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	أبعاد المقياس	
0.18	1.43	3.00	1.50	2	الرتب السالبة	1 اعراض تذكر الأحداث
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
0.16	1.41	3.00	1.50	2	الرتب السالبة	2 الأعراض الإنسحابية والإنهزامية
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
0.317	1.00	1.00	1.00	1	الرتب السالبة	3 الأعراض النفسية
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
0.068	1.83	10.00	2.50	4	الرتب السالبة	4 الأعراض الفسيولوجية
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
0.066	1.84	10.00	2.50	4	الرتب السالبة	5 الدرجة الكلية
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	

يتضح من نتائج جدول (6) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي في جميع أبعاد مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون حيث تراوحت قيمة (Z) ما بين (1.00 : 1.84) وتبين تلك النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية، وبما يشير إلى استمرار أثر البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المقترح على تحسين اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون، وتتفق هذه النتائج مع دراسة (إيهاب الببلاوي، أسماء قنديل، 2020)، (عادل مصطفى، 2016)

وتعزي الباحثة استمرار التحسن الذي وصلت إليه المجموعة التجريبية نتيجة لتأثير البرنامج الإرشادي إعداد الباحثة وما تضمنه من استخدام فنيات معرفية، بالإضافة إلى فعالية أساليب الإرشاد الجماعي المستخدمة والتي تشعر الأعضاء بالانتماء والأهمية والقيمة الشخصية والاجتماعية وإتاحة الفرصة لتعلم أنماط سلوكية جديدة واساليب حل المشكلات وتفرغ المشاعر والإنفاعلات وتنمية الثقة بالنفس ومواجهة الضغوط بشكل مباشر وإيجابي وفعال، وتعلم مهارات التواصل الإيجابي مع الآخرين وتكوين العلاقات وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي من خلال التأثير المتبادل بين الأعضاء.

كما أن تواجد الأم داخل جماعة أتاح لها الفرصة لإظهار العديد من السلوكيات التي قد لا تظهر إلا من خلال تواجدها وسط الجماعة حيث القدرة على سرد الأفكار والتفاعل مع أمهات تعرضوا لنفس الأحداث وتبادل الخبرات المتشابهة مما يؤدي ذلك إلى تلاشي فكرة التفرد بالمشكلة، كما يتم تدعيم الثقة بالنفس والتي غالباً ما تكون منخفضة لدى مضطربي ما بعد الصدمة، كما أن العلاج الجمعي يمد المريض بانطباع عام فحواه أن المشكلة التي يعانها ليست هي الوحيدة فيها.

كما أن البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي المستخدم ساهم في إعادة تنظيم الوعي المعرفي عن طريق إدخال مفاهيم جديدة لما يملكونه مما ساهم في بناء الوعي المعرفي لدى أفراد المجموعة التجريبية ومن ثم تغيير السلوك نحو الأفضل، كما ساهم إعادة

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

الوعاء المعرفي في إستيعاب عينة المجموعة التجريبية إلى إستيعاب الحدث وإعادة تشكيل احداثه وفقا للبناء المعرفي الذي تم تشكيله، مما ساهم في إعادة تشكيل الخبرات والأفكار والاتجاهات المضطربة (لويس مليكة، 2010)

ملخص نتائج البحث

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

1. وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون لصالح المجموعة التجريبية
2. وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.01) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب ما بعد الصدمة لصالح القياس البعدي.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون.

التوصيات

1. إقامة ندوات علمية لتوعية أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون بمفهوم الإصابة وأسبابها والنتائج المترتبة عليها، كي نحد منها قدر الإمكان
2. إجراء المزيد من الدراسات التجريبية لتحديد مدى فاعلية برامج الإرشاد المعرفي السلوكي في تحسين إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات فئات ذوي الإعاقات المختلفة (العقلية أو الجسدية أو الحركية)
3. إجراء المزيد من الدراسات لتحديد مدى فاعلية برامج الإرشاد المعرفي السلوكي في متغيرات لها علاقة بالصحة النفسية لدى الآباء والأمهات وأشقاء الأطفال ذوي متلازمة داون.
4. إشراك الأمهات في عملية التأهيل الشامل بالنسبة للطفل المصاب بمتلازمة داون بحث تصبح الأم عضواً أساسياً في فريق التأهيل.
5. الإهتمام بالإرشاد الجماعي والأنشطة الجماعية التي من شأنها أن تحسن إضطرابات ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون
6. إهتمام مراكز الإرشاد ببرامج الإرشاد المعرفي السلوكي لوالدي الأطفال ذوي متلازمة داون للمساعدة في تحسين إضطرابات ما بعد الصدمة

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

قائمة المراجع

1. إيهاب البيلوي، أسماء قنديل (2020) : اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال ذوي
اضطراب التلعثم، مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة
الزقازيق، ع 33.
2. أحمد حسنين أحمد، حسن عبد السلام العشري (2016): دور أعراض اضطراب
الضغوط التالية للصدمة في التنبؤ بكل من القلق والإكتئاب لدى عينة من طلاب
جامعة مصراتة الليبية بعد أحداث ثورة 17 فبراير، المجلة المصرية لعلم النفس
الإكلينيكي والإرشادي، ج (4)، ع (2).
3. أحمد عكاشة، طارق عكاشة (2013) : الطب النفسي المعاصر، القاهرة، مكتبة الأنجلو
المصرية.
4. أحمد محمد الألمي (2012) : الإضطرابات النفسية ما بعد الصدمة لدى الأطفال،
الإمارات، ورقة عمل مقدمة بمؤسسة التنمية الأسرية.
5. أحمد محمد عبد الخالق (2006): الصدمة النفسية، القاهرة، دار اقرأ الدولية للنشر
والتوزيع
6. آرون بيك (2000): العلاج المعرفي والإضطرابات الإنفعالية، ترجمة عادل مصطفى،
دار الأفاق العربية
7. جورية طلعت فواز (2011): صدمة الحرب أثارها النفسية والتربوية في الأطفال تجربة
حرب تموز نموذجاً، سلسلة الكتاب النفسي التربوي، ط1، بيروت، دار النهضة
العربية.
8. حامد أحمد الغامدي (2005): مدى فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في خفض اضطراب
القلق العام، لدى عينة من المتمردين على العيادات النفسية بمستشفى الصحة
النفسية بالطائف، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، ج (2)
9. زينب عبد الله إبراهيم صحصاح (2022): فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي (المباشر
والإلكتروني) للتخفيف من أعراض ضغوط ما بعد الصدمة لدي عينة من

الطلاب السوريين بالمرحلة الثانوية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية ،
جامعة عين شمس

10. سمير محمد زقون، مريم أبو دفة، ايداد رجب السراج (2010): الآثار النفسية والجسمية
بعيدة المدة للتعذيب لدى الأسيرات الفلسطينيات المحررات بقطاع غزة، جمعية
الدراسات النسوية التنموية الفلسطينية.

11. شعبان محمد فضل (2008): العلاج المعرفي السلوكي الإستراتيجيات والتقنيات، الدار
الجامعية للنشر، غريان.

12. عادل مصطفى سلطان، كوثر عبد الرحيم (2016): الضغوط النفسية لدى عينة من
أمهات أطفال متلازمة داون، مجلة كلية الآداب، جامعة مصراته، ع (7).

13. فاتن طلعت قنصوة (2013): دور الصمود وخطط التعايش في التنبؤ باضطراب ضغوط
ما بعد الصدمة لدى عينة من المعتصبات، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي
والإرشادي، ج (1)، ع (2)

14. فائزة إبراهيم عبد الله (2009): فعالية برنامج علاجي سلوكي في تنمية بعض التعبيرات
الانفعالية لدى عينة من الأطفال التوحديين، مؤتمر نحو استثمار أفضل للعلوم
التربوية والنفسية في ضوء تحديات العصر لكلية التربية بجامعة دمشق ، ع 1،
ج 2 ، 1- 56 .

15. لويس كامل مليكة (2010): العلاج النفسي، القاهرة، دار الفكر.

16. ماهر محمود عمر (2007): التعامل مع الصدمات النفسية رؤية تحليلية لممارسات ماهر
عمر الإرشادية العلاجية، اجراءت ذاتية ومهنية – تخيص وعلاج، إصدارات
ميتشجان للدراسات النفسية

17. محمد أحمد خطاب (2005): سيكولوجية الطفل المعاق، تعريفها – تصنيفها – أعراضها
– تشخيصها – أسبابها – التدخل العلاجي، ط1، عمان، دار الثقافة.

18. محمد العرعر (2010): الصحة النفسية لدى أمهات ذوي متلازمة داون في قطاع غزة
وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية،
غزة، عمادة الدراسات العليا، كلية التربية.

فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى
أمهات الأطفال ذوي متلازمة داون بدولة الكويت

19. محمود عيد مصطفى (2015): العلاج المعرفي السلوكي للإكتئاب، برنامج علاجي
تفصيلي، ط6، سلسلة علم النفس الإكلينيكي المعاصر، القاهرة، دار ايتراك
للطباعة والنشر والتوزيع.

20. مرفت عبد الحفيظ صاوي (2016): فاعلية برنامج تكاملي لعلاج اضطرابات ما بعد
صدمة الطلاق والخلع، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين
شمس

21. مصطفى شكيب (2009): العلاج المعرفي السلوكي لإضطراب كرب ما بعد الصدمة،
مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، ع (24)

22. نجلاء على أحمد (2015): برنامج تدريبي لخفض الاضطرابات الصوتية والنطقية لدى
أطفال متلازمة داون، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب
والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ع(16)، ج (2)

23. **Ali, M(2012):** The Instructor's Manual Aeron Beck on Cognitive
Therapy With Aaron T. Beck, M.D, Published by
Psychotherapy. Net 150 Shoreline Highway, Building A,
Suite 1 Mill Valley, CA 94941.

24. **Fairbank, J, Ebert, L & Cadell, J (2001):** Posttraumatic stress
Disorder, Comprehensive Handbook of Psychopathology,
third edition, Plenum Publishers, New York.

25. Fatemehsadat Akbarian, et al., (2011): The effectiveness of cognitive
behavioral therapy with respect to psychological symptoms
and recovering autobiographical memory in patients suffering
from post-traumatic stress disorder , Neuropsychiatric Disease
and Treatment Journal, Vol (11).

26. **Fidler, D. (2005):** The Emerging Down Syndrome Behavioral
Phenotype in Early Childhood Implications for Practice.
Infants & Young Children, Uppincott Williams & Wilkins,
Inc, 18(2), 86-103.

27. **Garnefski, N., & Kraaij, V (2009):** Cognitive coping and
psychological adjustment in different types of stressful life
events, American Psychological Association, *Individual
Differences Research*, 7(3), 168–181.

28. **José F Fontanari (2012):** A structural model of emotions of cognitive dissonances, [the official journal of the International Neural Network Society](#)
29. **Kar, N (2011):** Cognitive behavioral for the treatment of post-traumatic stress disorder: A review, from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21552319/>
30. **Sloan, D., Unger, W., Beck, G., (2016):** Cognitive- behavioral group treatment for veterans diagnosed with PTSD: Design of a hybrid efficacy- efficacy-effectiveness clinical Trials 47 (2016) 123-130.
31. **Weiss. J A., Sullivan A. & Diamond. (2003):** Parent Stress and Adaptive Functioning of individuals with developmental Disabilities, Journal on Developmental Disabilities, Journal on Developmental Disabilities, volume 10, Number 1.
32. **Wild, J. & Ehler, A . (2010):** Self- Study assisted cognitive therapy for PTSD, a case study, From: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3189692/>