



أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد

محمد نجار علي محمد

طالب دراسات عليا بقسم علم النفس

كلية الآداب - جامعة جنوب الوادي

د. حسين أبوالجد سيد عويضة

مدرس بقسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة جنوب الوادي

DOI: 10.21608/qarts.2023.237154.1761

مجلة كلية الآداب بقنا - جامعة جنوب الوادي - العدد (٥٨) يناير ٢٠٢٣

الترقيم الدولي الموحد للنسخة المطبوعة ISSN: 1110-614X

الترقيم الدولي الموحد للنسخة الإلكترونية ISSN: 1110-709X

<https://qarts.journals.ekb.eg>

موقع المجلة الإلكتروني:

أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال

اضطراب طيف التوحد

الملخص:

يهدف البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين أبعاد تنظيم الذات والمرونة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٨٠) من الآباء والأمهات لأطفال اضطراب طيف التوحد، وتتراوح أعمارهم بين (٢٥-٦٠ عامًا)، طبق عليهم مقياس أبعاد تنظيم الذات من إعداد الباحث، ومقياس المرونة النفسية إعداد سهير كامل التونى (٢٠١٧)، وأظهرت النتائج وجود علاقة بين أبعاد تنظيم الذات والمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد، ولا يوجد اختلاف بين أبعاد تنظيم الذات والمرونة النفسية بين آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد باختلاف (السن- النوع- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي- المستوى الاقتصادي)، كما يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال أبعاد تنظيم الذات لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد.

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، تنظيم الذات، اضطراب طيف التوحد.

مقدمة :

تعتبر أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية لدي آباء وأمهات أطفال إضطراب طيف التوحد موضوعاً هاماً في مجال الصحة النفسية. إن طيف التوحد هو اضطراب تطوري يؤثر على التواصل والتفاعل الاجتماعي للأفراد المصابين به. وبالنظر إلى صعوبات التواصل والتفاعل الاجتماعي المميزة للأطفال ذوي التوحد، فإن الآباء والأمهات يواجهون تحديات فريدة في تنظيم حياتهم وتلبية احتياجات أطفالهم.

تشمل أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية لآباء وأمهات أطفال التوحد

العناصر التالية:

١. الوعي الذاتي: يتضمن القدرة على التعرف على مشاعرهم واحتياجاتهم النفسية والعاطفية وتأثيرها على تفاعلهم مع أطفالهم.
٢. التحكم العاطفي: يتعلق بالقدرة على إدارة وتنظيم المشاعر السلبية والإيجابية، والتعامل مع التوتر والضغوط الناجمة عن التحديات التي تواجههم.
٣. المرونة العقلية: يتعلق بالقدرة على تطوير واعتماد نمط تفكير مرن وإيجابي يمكنه تحويل الصعوبات إلى فرص للتعلم والنمو. يتضمن ذلك تحديد الاعتقادات السلبية وتغييرها إلى اعتقادات إيجابية ومحفزة.
٤. التواصل الفعال: يعتبر التواصل الفعال مع الشركاء والمجتمع المحيط أمراً هاماً للآباء والأمهات. يجب عليهم تعلم استراتيجيات التواصل الفعالة وتطبيقها مع أطفالهم والمختصين والمجتمع بشكل عام.

٥. بناء الدعم الاجتماعي: يعتبر الحصول على الدعم الاجتماعي من العائلة والأصدقاء والمجتمع المحلي أمرًا حيويًا للآباء والأمهات. يمكن أن يساعد الدعم الاجتماعي في تقديم المساعدة والمشورة وتخفيف الضغوط النفسية.

٦. الرعاية الذاتية: يجب على الآباء والأمهات أن يولوا اهتمامًا لصحتهم العقلية والجسدية. ينبغي عليهم تخصيص وقت لأنشطة تهدئة والاسترخاء وممارسة الرياضة والحفاظ على نمط حياة صحي.

باستخدام هذه الأبعاد، يمكن للآباء والأمهات تعزيز مرونتهم النفسية وتنظيم الذات في تعاملهم مع أطفالهم ذوي التوحد. يساعد ذلك على تقديم الدعم الشامل والمناسب لاحتياجات الأطفال وتعزيز نموهم الشامل ورفاهيتهم النفسية.

ويرى كلٌّ من شنك وزيمرمان (Chunk & Zimmerman, 2007) أن تنظيم الذات من الأفكار والمشاعر التي تتولد ذاتيًا عند الفرد، من خلال إجراءات يتم التخطيط لها وتعديلها لتحقيق أهداف معينة، أي أن يصنع الفرد أهدافًا معينة يسعى للوصول إليها ثم يقوم بوضع الخطة والإستراتيجيات المناسبة لتحقيق تلك الأهداف، وبعد ذلك يقيم الفرد أدائه ذاتيًا، وبالتالي يستفيد من هذه الخبرات والتقييم في المستقبل، ويرتبط مفهوم تنظيم الذات بمفاهيم أخرى ذات أهمية كبرى في كيفية إدارة الفرد لذاته وتخطيطه للأهداف المستقبلية ومن أكثر هذه المفاهيم الكفاءة الذاتية والطموح المستقبلي والمرونة الفعلية والمرونة النفسية.

وتعد المرونة النفسية نعمة من النعم الكثيرة التي منّ الله عز وجل بها علينا ، حيث على الإنسان أن يقوم بتوظيف هذه النعمة في حياته وتطويرها وذلك من خلال النظر إلى الأمور الحياتية بزوايا مختلفة، ويتقبل وجهات النظر المختلفة ويتقبل

الاختلاف بينه وبين الآخرين فيغير ويطور من ذاته ومن نظرتة للأمور والمواقف الحياتية (سامي فحجان، ٢٠١٠).

فالمرونة النفسية فرصة وقدرة للأفراد للإبحار في مسار توظيف المصادر النفسية والاجتماعية والبدنية والثقافية لمواجهة والتوافق الإيجابي الفعال مع الضغوطات وأحداث الحياة الصادمة، مع المحافظة على الهدوء والاتزان النفسي والثبات الانفعالي وسرعة التخلص من التأثيرات السلبية لهذه الضغوط والأحداث الصادمة والعودة سريعاً إلى الإحساس بجودة الحياة. (محمد نظيرة، ٢٠٢٢).

فعندما يولد الطفل تعم الفرحة أسرته سواء كان ذكراً أم أنثى ولكن عندما تكتشف الأسرة أن طفلها معاق، فإنها تمر بمرحلة الصدمة، غير مصدقة ما يدور حولها، ثم مرحلة الإنكار والهروب من الحقيقة المرة، وتليها مرحلة التجاهل، إما تجاهل الحالة أو تجاهل الطفل وتنتهي بمرحلة الاستسلام للواقع مهما كان مرّاً وهذا الاستسلام قد يكون عن رضا أو قناعة بما قدره الله لهم، وهذا يجعل الوالدان في حالة من الاستقرار النفسي ويستطيعان القيام بدورهما بفاعلية، أما إذا كان استسلام مقهور فإن ذلك يجعل الأسرة بأكملها في حالة من التوتر من آن لآخر (سهير كامل التوني، ٢٠١٧).

أولاً: مشكلة البحث :

تكمن مشكلة البحث في محاولة الإجابة علي التساؤلات الآتية:

ما مدى اسهام أبعاد تنظيم الذات في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى آباء وأمّهات أطفال اضطراب طيف التوحد؟

ثانياً : أهمية البحث:

وتتبدى أهمية البحث في عدد من المؤشرات أهمها:

- **من الناحية النظرية:** فإن هذا البحث يساهم في فهم مفهوم تنظيم الذات والمرونة النفسية، وعلاقتها بالصحة النفسية والعائلية في ظل وجود طفل يعاني من اضطراب طيف التوحد. وتساعد هذه الدراسة في تعزيز فهمنا للعوامل المؤثرة على تنظيم الذات والمرونة النفسية للآباء والأمهات.
- **ومن الناحية التطبيقية:** فإن هذا البحث يساعد في تحسين الرعاية الصحية والعائلية للأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد، حيث يمكن للمعالجين والمرشدين الصحيين والاجتماعيين والأسريين استخدام نتائج الدراسة لتوفير الدعم اللازم للآباء والأمهات في تحسين تنظيم الذات والمرونة النفسية لديهم، وبالتالي تحسين جودة حياتهم وصحتهم النفسية، وتحسين جودة الرعاية التي يتلقاها الأطفال المصابون باضطراب طيف التوحد.
- إعداد الباحث لمقياس تنظيم الذات.

ثالثاً: أهداف البحث:

- (١) الكشف عن إسهام أبعاد تنظيم الذات في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد.

مفاهيم البحث

أولاً: تنظيم الذات^١:

يعرف تنظيم الذات بأنه ذلك المصطلح الذي يستخدم للإشارة إلى أي جهد يقوم به الفرد لكي يغير من استجاباته ويتحكم في إندفاعاته ويستبدلها بأخرى تقوده نحو تحقيق أهدافه والوصول إليها، فهو مدى واسع من العمليات المسبقة التحديد والتي يمارس الفرد من خلالها نوعاً من الضبط للبيئة المحيطة واستثمار عمليات تجهيز

¹ Self-regulation

المعلومات والتحكم في الانتباه وكذلك في الانفعال، وهو خاصية ثابتة نسبياً لدى الفرد ترتبط بخصائص أخرى مثل مستوى الكفاءة الذاتية العامة وأسلوب المواجهة والقدرة على ضبط الانفعالات السالبة. (Luszczynska et al., 2004, 556- 558).

وعليه يعرف الباحث تنظيم الذات بأنه عملية معرفية يسعى الفرد من خلالها إلى تحقيق الأهداف المخطط لها من خلال مجموعة من العمليات والإستراتيجيات التي تساعده في الوصول إلى الأهداف وتحقيقها، وتخطى جميع الصعوبات التي تواجهه بنجاح.

التعريف الإجرائي للتنظيم الذاتي: هو الدرجة التي يحصل عليها الآباء والأمهات في مقياس تنظيم الذات من إعداد الباحث الحالي.

أهمية تنظيم الذات وتأثيره على الأفراد:

تتميز إستراتيجية تنظيم الذات عن غيرها من الإستراتيجيات بأنها تتم من قبل الفرد نفسه، ولا تحتاج إلى تكلفة مادية، فإذا اكتسب الفرد مهارات هذه الإستراتيجية، فإنه يستطيع التحكم في انفعالاته، ومشاعره، وأفكاره الخاصة، ومن ثم تطبيق هذه الإستراتيجية في العديد من المواقف والمشكلات التي تواجهه، يساعد على زيادة وعي الفرد للأفكار السلبية التي تؤثر على أدائه وزيادة فاعليته في تقييم المواقف، والوقوف على الأسباب الحقيقية للأهداف. (نجلاء أبوسليمة، ٢٠١٠، ٤٤٥).

نظريات ونماذج تنظيم الذات:

أسهمت العديد من النظريات في تفسير تنظيم الذات، وكان منها النظريات البيولوجية التي منها نظرية علم الأعصاب المعرفي للتنظيم الذاتي لواجنز وهيثرون (واجنز & هيثرون، ٢٠١٧).

أولاً - النظرية المعرفية الاجتماعية² لألبرت باندورا (Albert Bandura, 1986)

يرى باندورا بأن تنظيم الذات يمثل قابلية الفرد وقدرته على تنظيم الأنماط السلوكية التي يقوم بها في ضوء النتائج التي يتوقعها من جراء القيام بهذه الأنماط السلوكية وتفسير التغيرات المصاحبة بطريقة عمليات تنظيم الذات وليس بطريقة الرابطة بين المثير والاستجابة (Bandura, 1991).

ثانياً: نظرية الضبط والتحكم الذاتي لكارفر وسكاير (1998):³

تتمحور نظرية الضبط الذاتي لكارفر وشاير حول فكرة أن الأفراد يملكون مجموعة من الموارد الذاتية التي تمكنهم من تحديد أهدافهم وتوجيه سلوكهم نحو تحقيق هذه الأهداف، ويتم ذلك عبر آليات الانتباه والتقييم الذاتي والتحفيز الذاتي. وتشير النظرية إلى أن هذه العمليات تتأثر بعوامل داخلية وخارجية، مثل الثقة بالنفس والتحدي والمكافأة والعقاب.

تتألف النظرية من ثلاث مراحل رئيسية وهي:

- 1- تحديد الأهداف: يقوم الفرد بتحديد الأهداف التي يريد تحقيقها، ويتأثر هذا الأمر بعدة عوامل، مثل الرغبات والاحتياجات والأهداف الخارجية.
- 2- المراقبة الذاتية: يتمثل هذا المرحلة في تقييم الأداء الذاتي ومراقبة تقدم الفرد نحو تحقيق الأهداف، ويتم ذلك عبر آليات الانتباه والتقييم الذاتي.
- 3- التحفيز الذاتي: تتمثل هذه المرحلة في استخدام المكافآت والعقوبات الذاتية لتحفيز الفرد وتحفيزه على بذل المزيد من الجهد لتحقيق الأهداف المحددة.

² Social cognitive theory

³ The theory of control Carver & Scheier (1998)

تعتبر نظرية الضبط الذاتي من النظريات المؤثرة في مجال النفس وتطبيقاتها متعددة في مختلف المجالات، بما في ذلك التربية والتدريب والصحة النفسية وإدارة الأعمال وغيرها.

ثالثاً: نظرية جان بياجيه للتنظيم الذاتي:

يرى جان بياجيه أن عامل تنظيم الذات من أهم العوامل المسؤولة عن التعلم المعرفي، لما يؤديه من دور أساسي في النمو أو التعديل المستمر في التراكيب المعرفية، فحينما يتفاعل الطفل مع بيئته، قد يصادف مثيراً غريباً عليه أو مشكلة تتحدى فكرة فيحاول أن يستعمل التراكيب المعرفية المناسبة للموقف، فإنه يكون في حالة إستتارة عقلية أو اضطراب أو حالة عدم اتزان قد تؤدي به إلى الانسحاب بعيداً عن المثير أو المشكلة، أو قيامه بمجموعة من الأنشطة يحاول من خلالها فهم هذا المثير أو حل المشكلة (كوثر الشريف، ٢٠٠٩).

وقد أشار بياجيه وانهيلدر إلى ثلاثة أنواع من تنظيم الذات وهي:

١- تنظيم الذات الواعي: يتميز بأن الفرد يكون واعياً لأهدافه ومعتزف بها، ويتمتع بالقدرة على التخطيط والتنظيم واتخاذ القرارات بشكل مستقل.

٢- تنظيم الذات المشروط: يحدث هذا النوع من تنظيم الذات عندما يتم تعزيز سلوك معين من خلال العواقب الناتجة عنه، مثل الثناء أو الانتقادات. ومع مرور الوقت، يتعلم الفرد تنظيم سلوكه بشكل أكثر فعالية وفعالية.

٣- تنظيم الذات الطبيعي: وهو تنظيم الذات الذي يحدث عندما يكون الفرد متحمساً للقيام بنشاط معين بشكل طبيعي دون أي حوافز خارجية. فالفرد يشعر بالرضا والإنجاز الشخصي عند تنفيذ هذا النشاط.

ويعتبر بياجيه أن تنظيم الذات الواعي هو الأكثر فعالية ويساعد الفرد على تحقيق أهدافه بشكل أفضل، في حين يكون تنظيم الذات المشروط والطبيعي أقل فعالية في بعض الأحيان.

(Piaget, Inhelder, 1969)

رابعًا: نظرية المصير الذاتي:

وتستند هذه النظرية إلى مفهوم المنفعة الذاتية والتي تتم من خلال تحقيق الذات كمحك أساسى في الوجود الأفضل للفرد إنطلاقاً من أن البشرية تشترك في الحاجات النفسية الأساسية التي يجب أن تشبع لتحقيق نمائها وانسجامها، إذ أنه كلما أشبعت هذه الحاجات أحس الأفراد بالحيوية والانسجام الداخلي والاندماج النفسي (أزهار السباب، ٢٠١٦).

ويمكن تلخيص نظرية المصير الذاتي بالقول إنها تركز على أهمية تلبية الحاجات النفسية الأساسية للإنسان وتوفير بيئة تسمح للأشخاص بتحقيق إمكاناتهم والتحكم في حياتهم واتخاذ القرارات الخاصة بهم، وذلك من أجل تحقيق الإشباع الذاتي والرضا النفسي والسعادة (Deci & Ryan, 1985).

خامسًا: نظرية الحفز السلوكية:

تشير نظرية الحفز السلوكية التي قدمها النفساني الأمريكي "سكينر" عام ١٩٥٣ إلى أن السلوك يتم تحفيزه من خلال المحفزات الخارجية، مثل العواقب الإيجابية والسلبية التي تترتب على السلوك، ولا يعتمد على الحاجات الداخلية للفرد.

ويمكن للعوامل الداخلية أيضًا أن تؤثر في تنظيم الوالدين لحياتهم اليومية، مثل الحاجات النفسية الأساسية للفرد. ويمكن للوالدين تحسين مستوى تنظيم الذات لديهم عن

طريق تحقيق هذه الحاجات النفسية الأساسية وتعزيز المحفزات الداخلية لديهم، والتي تشمل الحاجة إلى التحكم الذاتي والإشباع الذاتي والكفاءة والتحقق من الذات.

ويجب الإشارة إلى أن هذه النظرية ليست النظرية الوحيدة التي تستخدم في دراسة تنظيم الذات للوالدين، وإنما هناك العديد من النظريات الأخرى التي تفسر هذه الظاهرة من منظور مختلف. (Skinner, 1953)

أبعاد تنظيم الذات:

يتفق كل من شنك وزيمرمان (Schunk & Zimmerman, 2007)، والسعيد دردة (٢٠٠٨)، وعيسى سلطان (٢٠١٥)، وعبداللطيف عبد الكريم وقاسم محمد (٢٠١٦)، أن أبعاد تنظيم الذات هي كالاتي:

١. تحديد الأهداف^٤:

٢. الملاحظة الذاتية^٥:

٣. الحكم الذاتي^٦:

٤. رد الفعل الذاتي^٧:

ثانيًا: المرونة النفسية^٨:

هي قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط والمواقف الصعبة، وهي عملية توافق جيد ومواجهة إيجابية للشدائد والصدمات والضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد فهي

⁴ goals setting

⁵ self- observation

⁶ self- judgment

⁷ self- reaction

⁸ Psychological Flexibility

استجابة انفعالية وعقلية تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع المواقف المختلفة (APA, 2002,62).

النظريات المفسرة للمرونة النفسية:

من خلال الدراسات السابقة والمنتوعة حول المرونة النفسية يمكن تلخيص

النظريات المفسرة لها فيما يلي:

• نظرية التحليل النفسي:

يعتبر فرويد (freud) مؤسس مدرسة التحليل النفسي ويرى أن الشخصية تتكون من ثلاث قوى وهي: الهو والانا والأنا الأعلى، ووظيفة الأنا التوفيق بين ضغط الغرائز وضغط الأنا الأعلى من جهة أخرى، حيث إن مواجهة المشكلات مرتبطة بقوة الأنا وقدرتها ونجاحها على أحداث التوازن والتوافق بين متطلبات الهو والانا الأعلى الذي يخضع لمبدأ الواقع ووظيفتها الدفاع عن الشخصية والعمل على توافقها مع البيئة وحل الصراعات. فالسلوك التوافقي للإنسان هو سلوك موجه للتغلب على عقبات الحياة، كما أن آليات توافقه التي يتعلمها هي الاستجابة المضادة التي يسيير عليها لإشباع حاجاته، وارضاء الدوافع وتخفيف التوتر.

• نظرية التحليل النفسي الاجتماعي:

قدم أدلر مفهوم في التحليل النفسي الاجتماعي من خلال تنمية المشاعر الاجتماعية وذلك بأن تأخذ تلك المشاعر صورة النشاط التعاوني، والأفراد الذين يؤدون أعمالاً مفيدة ويعيشون وفقاً لمبادئ مع إمكانية تغييرها وفقاً للظروف الواقعية والتوجه نحو تحقيق أهداف تتفق مع المصلحة الاجتماعية لا يوفرون لأنفسهم القوت والرزق فقط لكنهم يستشعرون الإحساس الذي يقدره ذواتهم ثم مجتمعهم ذلك ما يسهم في تقدم المجتمع بشكل إيجابي وذلك من خصائص المرونة الإيجابية. فالشخص المرن من

وجهة نظر أدلر لا يفقد رؤية الواقع ويمتلك خطة حياة واقعية، ويرتبط بعلاقات إجتماعية متبادلة. طور أدلر مصطلح أسلوب الحياة والذي يعني إتجاهات الفرد نحو المجتمع والعمل والحب وهو حركة الفرد المستمرة والمتسقة نحو الأهداف الواقعية التي يحددها الفرد لنفسه والأفكار التي يتبناها وينميها منذ طفولته، ويضيف إلى أن أسلوب الحياة يوجه نمو الشخصية، وتتيح الشخصية من نشاط القوة المبدعة للفرد، وهى العملية التي من خلالها تصنع مفاهيمنا وأفكارنا عن ذواتنا وعن عالمنا (علاء الدين كفاكى، ٢٠١٣).

• نظرية السمات:

تعتبر نظرية السمات التي اقترحها هانز أيزنك (Hans Eysenck) جزءًا من نظريته الشهيرة للشخصية، وهي تعتمد على فكرة أن السلوك الإنساني يمكن تفسيره باستخدام عدد قليل من الأبعاد الأساسية، وهذه الأبعاد تعكس سمات الشخصية الأساسية التي يمكن قياسها وتصنيفها.

وتتكون نظرية السمات التي اقترحها هانز أيزنك من ثلاثة أبعاد رئيسية، وهي:

١. النوعية^٩: وتعكس هذه السمة مدى وجود الخصائص السلبية في شخصية الفرد، مثل العدوانية والتمرد والتفكير الغير تقليدي.
٢. الانفتاح^{١٠}: وتعكس مدى وجود الخصائص المبتكرة والإبداعية في شخصية الفرد، وتشمل القدرة على التعبير عن الأفكار الجديدة والتفكير الابتكاري والحس الفني.
٣. الاستقرار العاطفي^{١١}: وتعكس مدى وجود الاضطرابات العاطفية في شخصية الفرد، وتشمل القلق والتوتر والاكتئاب والحزن.

⁹ Psychoticism

¹⁰ Openness

¹¹ Neuroticism

صفات الأفراد ذوي المرونة النفسية:

أشار أشرف شريت (٢٠٠٨) من صفات ذوي المرونة النفسية مايلي:

• نظرة الفرد لنفسه:

• الواقعية:

• شعور الفرد بالأمن:

• المواجهة الصحيحة للأزمات:

• الاستفادة من الخبرة:

ثالثاً: اضطراب طيف التوحد^{١٢}:

يعرف بأنه اضطراب نمائي عصبي، يتميز بانخفاض في التواصل الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي المتبادل والأنماط السلوكية المتكررة، ويظهر لدى الطفل في مرحلة الطفولة المبكرة، واضطراب طيف التوحد لديه معايير تشخيصية محددة، يتم تعريفها في الدليل الإحصائي والتشخيصي الخامس للاضطرابات العقلية. (APA, 2013,50:59).

يتجلى اضطراب طيف التوحد في نواح كثيرة، يمكن ذكر الأعراض التالية التي يمكن ملاحظتها في سلوك الطفل المصاب باضطراب طيف التوحد كما على النحو التالي:

١- يسعى الطفل المصاب باضطراب طيف التوحد دائماً لعزل نفسه عن الناس من حوله.

¹² Autism Spectrum Disorder

- ٢- لا يستطيع محادثة الأطفال ممن هم من نفس عمره، كما يواجه صعوبات في تكوين صداقات والحفاظ عليها.
- ٣- يواجه صعوبات في تفسير مشاعر الآخرين، فضلاً عن تفسير مشاعره.
- ٤- لديهم صعوبات في التواصل اللفظي والتواصل الغير لفظي. (Choque Olsson, Rautio, Asztalso, Stoetzer& Bolte, 2016).

خصائص الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

ينظر لفئة الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، بأنهم فئة غير متجانسة في خصائصها، فقد يكون لطفلين ذوي اضطراب طيف التوحد التصنيف والتشخيص نفسه إلا أن خصائصهم قد تختلف وتتنوع. (محمد الجابري، ٢٠١٤).

توضح المصادر المعتمدة لتشخيص اضطراب طيف التوحد، مثل الإصدار الخامس من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM-5)، مجموعة من الصعوبات التي قد يواجهها الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وتشمل هذه الصعوبات:

١- صعوبة في التواصل الاجتماعي: يواجه الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد صعوبة في التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، وغالبًا ما يبدو غير مهتمين بالأشخاص الآخرين. يمكن أن يظهروا صعوبة في تبادل الإبتسامات أو النظر إلى وجوه الآخرين، ويمكن أن يتحدثوا قليلاً أو بشكل محدود.

٢- صعوبة في التفاهم واستخدام اللغة: يواجه الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد صعوبة في فهم لغة الآخرين واستخدام اللغة بشكل صحيح، ويمكن أن يتحدثوا

بشكل متكرر بطريقة محددة أو يستخدمون مفردات غير عادية. يمكن أن يظهروا صعوبة في فهم المعاني الاجتماعية للكلمات والعبارات، ويمكن أن يصعب عليهم الحفاظ على محادثات طويلة.

٣- **تكرار السلوكيات والأنشطة:** يميل الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد إلى تكرار سلوكيات وأنشطة بشكل متكرر ومحدود، ويمكن أن يركزوا بشكل كبير على تفاصيل صغيرة ويظهرون اهتماماً غير عادي بأشياء محددة. يمكن أن يشمل ذلك إنشاء أنماط ثابتة في اللعب أو الأنشطة الأخرى، والتمسك بروتين يومي معين.

٤- **الحساسية للتغيرات:** يمكن أن يكون الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد حساسين للتغيرات في الروتين والبيئة المحيطة بهم، ويمكن أن يعانون من صعوبة في التأقلم مع التغيرات الجديدة. يمكن أن يشمل ذلك تغييرات في الجدول الزمني أو التغيرات في المكان أو الأشخاص الذين يحيطون بهم.

٥- **المهارات الحركية:** يمكن أن يواجه الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد صعوبة في المهارات الحركية الدقيقة، مثل الكتابة والرسم، ويمكن أن يتحركوا بطريقة غير عادية أو يظهرون حركات متكررة أو غير طبيعية. وقد يواجهون صعوبة في الحفاظ على التوازن أو الإشارة بشكل دقيق.

٦- **الحساسية الحسية:** يمكن أن يظهر الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد حساسية للأصوات والأضواء والروائح واللمس، ويمكن أن يرفضوا ارتداء الملابس بسبب الحساسية الحسية. ويمكن أن يظهروا حساسية لللمس والنكهات والروائح والأصوات بشكل غير عادي.

الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت تنظيم الذات وعلاقته بالمرونة النفسية :

دراسة **ميرا بادي، مينا هايهارن، أوشا تشيفوكولا، براغنيا (٢٠٢٢)**

هدفت الدراسة لفحص العلاقة بين تنظيم الذات والمرونة والرفاهية النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٢٠٧٧) مشاركًا، تم تطبيق مقياس تنظيم الذات، ومقياس المرونة، ومقياس الرفاهية النفسية، وأوضحت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين تنظيم الذات والمرونة والرفاهية النفسية.

دراسة **حسن سعد عابدين وفتحي محمد الشرقاوي (٢٠١٦)**

لقد هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية، والاختلافات فيها باختلاف متغيرات النوع والتخصص والفرقة الدراسية، وتحديد إسهام كل من مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية في التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية لدى (٤٦٧) طالبًا وطالبة من التخصصات الأدبية والعلمية ومن الفرقتين الأولى والرابعة بكلية التربية جامعة الإسكندرية واستخدم مقياس تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية وجودة الحياة الأكاديمية وقد توصلت النتائج إلى: وجود ارتباط موجب ودال بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من مهارات تنظيم الذات الأكاديمية والمرونة النفسية.

دراسة **مروة عبدالإله (٢٠١٩)**

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين مستوى تنظيم الذات والمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي في

الجامعات الفلسطينية، وتكونت عينة الدراسة من (٢١١) طالبًا وطالبة من ثلاث جامعات فلسطينية، وهي (جامعة الوطنية، جامعة القدس، جامعة الخليل)، حيث تم مراعاة الجنس والمستوى الدراسي في هذه العينة القصدية، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي في الدراسة لجمع البيانات من خلال استخدام مقياسي تنظيم الذات ومقياس المرونة النفسية التي تم تطويرهما لتحقيق أهداف الدراسة بالإجابة على أسئلتها. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين تنظيم الذات والمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الفلسطينية، حيث بلغ معامل الارتباط (٠,٦٩) وهي علاقة ارتباطية دالة إحصائياً، وأن هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مجالات مقياس تنظيم الذات، باستثناء مجال مراقبة الذات وملاحظتها.

دراسة حفيظة سليمان وأحمد البراشدية (٢٠٢٢)

هدفت الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين المرونة النفسية والتنظيم الانفعالي وعلاقتها بالوالدية الإيجابية لدى عينة من الآباء والأمهات العمانيين خلال فترة إنتشار جائحة كورونا، والتعرف على تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية في المرونة. وتكونت عينة الدراسة من (٤٤٢) من الآباء والأمهات، منهم (٥٥,٩%) من الإناث. طبقت عليهم استبانة المرونة النفسية للوالدين لبورك وموور (Burke & Moor, 2015)، ومقياس التنظيم الانفعالي للوالدين للوربر وآخرين (Lorber et al., 2017)، ومقياس الممارسات الوالدية الإيجابية من إعداد الباحثة. أوضحت النتائج وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين المرونة النفسية للوالدين والتنظيم الانفعالي، في حين لم تظهر أية ارتباطات دالة إحصائياً بين المرونة وأبعادها والتنظيم الانفعالي وأبعاده وبين ممارسات الوالدية الإيجابية، ماعدا بُعد الإخماد. كما بينت النتائج أن

مستوى المرونة النفسية والتنظيم الإنفعالي لدى الوالدين العمانيين خلال فترة جائحة كورونا كان عاليًا، كما وجدت فروق بين الوالدين في المرونة النفسية، وفقًا لمتغيرات مستوى الجنس وعدد الأبناء والسكن، في حين لم تظهر فروق بين الوالدين في المرونة النفسية تعزى لمتغيري مستوى التعليم والدخل.

تعليق عام:

- ندرة الدراسات في حدود علم الباحث التي تناولت العلاقة بين المرونة النفسية وأبعاد تنظيم الذات لدى آباء وأمّهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، مما شكل الدافع للباحث القيام بالدراسة الراهنة.
- تنوع المقاييس المستخدمة في الدراسة فيما يتعلق بتنظيم الذات مما دفع الباحث لإعداد مقياس حديث يتناسب مع عينة الدراسة.
- اختلاف عينات الدراسة ما بين (طلاب الجامعات، والمرضى، والمراهقين، والامهات والآباء).

فروض الدراسة:

- يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال أبعاد تنظيم الذات لدى آباء وأمّهات أطفال اضطراب التوحد.

إجراءات البحث

المنهج :

اعتمد البحث الحالي علي المنهج الوصفي الارتباطي

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٨٠) مشاركًا من آباء وأمهات أعينة الدراسة أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وهم أولياء الأمور المقابلين لأطفالهم ذوي اضطراب طيف التوحد

أدوات البحث

أولاً: مقياس أبعاد تنظيم الذات (إعداد الباحث):

قام الباحث بإعداد مقياس أبعاد تنظيم الذات، يتضمن المقياس في صورته الأولية على ٤٣ عبارة، تم توزيعهم على أربعة أبعاد كالتالي :-

١ - وضع الأهداف وتحديدها :

٢ - مراقبة الذات وملاحظتها

٣ - التقييم والحكم الذاتي

٤ - الاستجابة الذاتية

تصحيح المقياس:

يتم الإجابة عن هذا المقياس من خلال ولى الأمر عن طريق الاختيار من بين ثلاث بدائل هي: (لا تنطبق، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة كبيرة) بوضع علامة (√) على الاختيار الذي يتناسب مع سلوكه الخاص، علماً بأن الدرجات المحتسبة لهذه الإجابات الثلاثة هي على الترتيب (١-٢-٣).

الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

أولاً: مقياس تنظيم الذات:

أولاً: الثبات:

اعتمد الباحث على ثلاث طرق لحساب الثبات وهما: ألفا كرونباخ والقسمة
النصفية وطريقة إعادة

ثانياً الصدق:

١- صدق المحكمين:

٢- صدق الاتساق الداخلي

٣- صدق المقارنة الطرفية:

وصف المقياس في صورته النهائية

أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٣٥) بند بدلاً من (٤٣) بند،
موزعة على (٤) أبعاد:

- وضع الأهداف وتحديدها

- البعد الثاني مراقبة الذات وملاحظتها:

- البعد الثالث التقييم والحكم الذاتي:

- البعد الرابع الاستجابة الذاتية:

ثانياً: مقياس المرونة النفسية:

مقياس المرونة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة، أعد
المقياس سهير كامل التونى (٢٠١٧) في نسخته الموجهة لأولياء الأمور أطفال ذوي
الإحتياجات الخاصة، يهدف إلى قياس المرونة النفسية لأولياء أمور الأطفال ذوي
الإحتياجات الخاصة .

وصف المقياس:

يتكون هذا المقياس من (٣٠) عبارة وقد روعي وضوح العبارات ودقتها في وصف المرونة النفسية لدى أولياء الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة، يتم الإجابة عليهم وفق مقياس ليكرت الرباعي بإختيار بديل من أربعة بدائل (موافق بشدة- موافق- موافق إلى حد ما- غير موافق).

تصحيح المقياس:

يتم الإجابة على هذا المقياس من خلال الآباء والأمهات عن طريق اختيار إجابة واحدة على كل عبارة من عبارات المقياس وذلك وفقا لقائمة ليكرت تبعًا للتدرج الرباعي (موافق بشدة=٤ درجات، موافق=٣ درجات، موافق إلى حد ما = درجتان، غير موافق = درجة واحدة).

الخصائص السيكومترية للمقياس في دراسته الأصلية:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ حيث تبين أن معامل الثبات بلغ (٠.٨٧)، وتم حساب الصدق بطريقة صدق المحكمين وبطريقة الصدق العاملي والذين أوضحا صلاحية المقياس للتطبيق.

الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

أولاً: الثبات:

اعتمد الباحث على ثلاث طرق لحساب الثبات وهما: ألفا كرونباخ والقسمة النصفية وطريقة إعادة الاختبار.

ثانياً الصدق:

١- صدق الاتساق الداخلي :

٢- صدق المقارنة الطرفية

الصورة النهائية للمقياس

بعد إتمام الصدق والثبات للمقياس أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٢٨) فقرة، وأقصى درجة يحصل عليها المفحوص هي (٨٤)، وأدنى درجة يحصل عليها هي (٢٨).

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

يعتمد إجراء التحليلات الإحصائية على استخدام البرنامج الإحصائي المعروف بإسم البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية النسخة (١٦)٣ ، للتحقق من فروض الدراسة، وتم استخدام الطرق والأساليب الإحصائية التالية:

١. تحليل التباين الأحادي.

٢. تحليل الإنحدار.

٣. اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق.

٤. معامل الارتباط.

نتائج البحث ومناقشتها:

مقدمة:

إن الهدف الرئيس من إجراء البحث الراهن هو معرفة مدى إسهام أبعاد تنظيم الذات في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد.

نتائج الفرض الأول

نص الفرض الأول أنه: "يمكن التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال أبعاد تنظيم

الذات لدى آباء وامهات أطفال اضطراب طيف التوحد". وللتحقق من صحة هذا

¹³ SPSS Version(16)

الفرض قام الباحث باستخدام اختبار تحليل الانحدار المتعدد للتحقق من التنبؤ بالمرونة النفسية من خلال أبعاد تنظيم الذات لدى آباء وامهات أطفال اضطراب طيف التوحد.

جدول (٢١) يوضح انحدار أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية

مربع الارتباط	الارتباط	الدلالة	ف	متوسط المربعات	د.ح	مجموع المربعات	مصدر التباين	
0.548	0.740	0.001	94.491	471.221	1	471.221	الانحدار	وضع
				4.987	78	388.979	الخطأ	الاهداف
0.270	0.519	0.001	28.798	231.954	1	231.954	الانحدار	مراقبة الذات
				8.054	78	628.246	الخطأ	
0.088	0.297	0.01	7.539	75.817	1	75.817	الانحدار	الحكم الذاتي
				10.056	78	784.383	الخطأ	
0.116	0.341	0.001	10.280	100.170	1	100.170	الانحدار	الاستجابة الذاتية
				9.744	78	760.030	الخطأ	
0.379	0.616	0.001	47.678	326.331	1	326.331	الانحدار	الدرجة الكلية
				6.844	78	533.869	الخطأ	

وتبين من الجدول (٢١) أن أبعاد تنظيم الذات تتنبأ بالمرونة النفسية، ويعرض

الجدول (٢٢) نسبة إسهام أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية.

جدول (٢٢) يوضح نسبة إسهام أبعاد تنظيم الذات المنبئة بالمرونة النفسية

المتغيرات	ثابت الانحدار			المعامل البنائي	الوزن النسبي بيتا	قيمة ت	الدلالة	اسهام المتغير
	المعامل البنائي	قيمة ت	الدلالة					
وضع الاهداف	7.465	3.659	0.001	0.698	0.740	9.721	0.001	54.8%
مراقبة الذات	16.647	8.397	0.001	0.460	0.519	5.366	0.001	27.0%
الحكم الذاتي	19.718	7.224	0.01	0.337	0.297	2.746	0.01	8.8%
الاستجابة الذاتية	16.782	5.159	0.001	0.472	0.341	3.206	0.001	11.6%
الدرجة الكلية	7.962	2.849	0.001	0.202	0.616	6.905	0.001	37.9%

يتبين من جدول (٢٢) إسهام أبعاد تنظيم الذات بالمرونة النفسية، حيث أسهم بعد وضع الأهداف بنسبة (٥٤.٨%) من النسبة الإجمالية للتنبؤ بالمرونة النفسية، ثم تتبأ بعد مراقبة الذات بنسبة (٢٧.٠%) من النسبة الإجمالية للتنبؤ بالمرونة النفسية، ويتبأ بعد الحكم الذاتي بنسبة (٨.٨%) من النسبة الإجمالية للتنبؤ بالمرونة النفسية، ويتبأ بعد الاستجابة الذاتية بنسبة (١١.٦%).

يفسر الباحث قدرة أبعاد تنظيم الذات على التنبؤ بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد، بأنه يعزو إلى الجانب الإيجابي لأبعاد تنظيم الذات بما يتضمنه من تحديد الأهداف والملاحظة الذاتية والحكم الذاتي ورد الفعل الذاتي، بما يساعد الآباء والأمهات على مواجهة الضغوط النفسية الناجمة عن اضطراب أبنهم، بما يسهم في تعزيز مرونتهم النفسية، وهو ما يفسر قدرة أبعاد تنظيم الذات على التنبؤ بالمرونة النفسية لآباء وأمهات أطفال اضطراب طيف التوحد، أن

قدرة أبعاد تنظيم الذات تلعب دورًا مهمًا في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى آباء وأمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد. يشير مصطلح "أبعاد تنظيم الذات" إلى القدرة على التحكم في العواطف والسلوكيات والتفكير بطريقة مناسبة وفعالة. ويمكن أن تشمل هذه القدرات القدرة على التحكم في الضغط العاطفي، والتعامل مع المواقف الصعبة بطريقة هادئة ومنطقية، وتحديد الأهداف وتنظيم الوقت بشكل فعال.

يرى الباحث أن الآباء والأمهات الذين يتمتعون بمهارات تنظيم الذات القوية هم أكثر عرضة لتطوير المرونة النفسية، وهي القدرة على التأقلم مع المواقف الصعبة والتغيرات في الحياة. وعلى الرغم من أن الأبحاث في هذا المجال ليست كثيرة، إلا أن الدراسات الحالية تشير إلى أن الآباء والأمهات الذين يتمتعون بمهارات تنظيم الذات القوية قد يكونون أكثر قدرة على التأقلم مع التحديات التي تواجههم في تربية أطفالهم المصابين باضطراب طيف التوحد.

ويمكن أن يساعد تنظيم الذات أيضًا في تعزيز العلاقات العائلية الإيجابية وتحسين الصحة النفسية للآباء والأمهات. فعندما يكون الآباء والأمهات قادرين على التحكم في العواطف والتعامل مع المواقف الصعبة بطريقة بناءة، يمكنهم توفير بيئة أكثر تفهمًا ودعمًا لأطفالهم المصابين باضطراب طيف التوحد.

وبشكل عام، يمكن القول إن القدرة على تنظيم الذات تؤدي دورًا مهمًا في تنبؤ المرونة النفسية لدى الآباء والأمهات الذين يرعون الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، ويمكن أن يؤدي تحسين هذه القدرات إلى تحسين التأقلم مع المشكلات وتحسين الصحة النفسية للأسرة بأكملها.

ومما يدعم وجهة النظر هذه ما بينته نتائج دراسة (رمضان عاشور وحسين سالم، ٢٠٢٠) حيث أسفرت النتائج أنه يمكن التنبؤ بدرجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسية بمعلومية الدرجة على الأبعاد الستة لليقظة العقلية والشفقة بالذات. وجاءت نتائج دراسة (هالة خير، ٢٠١٧) لتوضح أن اليقظة العقلية أسهمت في التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلاب كلية التربية. ومما يدعم النتيجة الحالية أيضًا ما أوضحته بعض الدراسات من قدرة بعض المتغيرات الإيجابية في التنبؤ بالمرونة النفسية، حيث أظهرت نتائج دراسة (علي بن سعد القحطاني، ٢٠٢٢) أنه أمكن للكفاء الأخلاقي التنبؤ بالمرونة النفسية.

وأيضًا مما يدعم النتيجة الحالية ما بينته نتائج دراسة (سماح إبراهيم، ٢٠١٦) فقد أوضحت نتائج الدراسة في قدرة التفكير الإيجابي على التنبؤ بالمرونة النفسية. كما أمكن للتنظيم الذاتي القدرة على التنبؤ ببعض المتغيرات، كما جاء في دراسة (حفيظة البراشدية، ٢٠٢٢) حيث كشفت النتائج إمكانية التنبؤ بالوالدية الإيجابية من خلال ممارسة الوالدين لإستراتيجية الإخماد للتنظيم الانفعالي. وانققت أيضًا مع نتائج دراسة (نبيل وليم، ٢٠٢١) حيث أوضحت أن الكفاءة الذاتية تسهم وبشكل دال في التنبؤ بالمرونة النفسية.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يمكن الخروج بالتوصيات التالية:

١. توفير برامج تدريبية وتعليمية للآباء والأمهات الذين يعيشون مع أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد، لتعزيز تنظيم الذات والمرونة النفسية لديهم وتحسين جودة حياتهم وصحتهم النفسية.

٢. توفير الدعم النفسي والعائلي للأسر التي تعيش مع أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد، بما في ذلك توفير الاستشارة النفسية والعائلية، والتوجيه النفسي، والدعم الاجتماعي.
٣. تشجيع الإدارات الصحية والتربوية على توفير الدعم المناسب للأطفال الذين يعانون من اضطراب طيف التوحد، بما في ذلك توفير الخدمات الصحية والتعليمية المتخصصة والمناسبة للأطفال.
٤. تشجيع البحوث المستقبلية على استكشاف العوامل المرتبطة بتنظيم الذات والمرونة النفسية للآباء والأمهات الذين يعيشون مع أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد، وتحديد العوامل المؤثرة على تنظيم الذات والمرونة النفسية لديهم.
٥. توفير الدعم المالي والموارد اللازمة للبحوث المستقبلية في مجال الصحة النفسية والعائلية للأسر التي تعيش مع أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد، وذلك لتحسين جودة الرعاية التي يتلقاها الأطفال وأفراد عائلاتهم.

المراجع

أولا المراجع العربية:

أزهار محمد (٢٠١٦). التفكير وعلاقته بتنظيم الذات لدى طلبة المرحلة الأولى، كلية الآداب، مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بغداد، م(٢)، ع (٢١٩)، ص ص ٤٠٩ : ٤٤٠.

أشرف محمد (٢٠٠٨). الصحة النفسية بين الإطار النظري والتطبيقات الإجرائية. الإسكندرية، مؤسسة حورس الدولية.

حسن سعد، فتحي محمد (٢٠١٦). مهارات تنظيم الذات والمرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، م(٦) ع (٢٦)، ص ص ١٥٣ : ٢٣٤ . Doi:

[10.21608/jealex.2016.203102](https://doi.org/10.21608/jealex.2016.203102)

حفيظة سليمان (٢٠٢٢). المرونة النفسية والتنظيم الانفعالي وعلاقتها بالوالدية الإيجابية لدى الوالدين العمانيين خلال فترة انتشار جائحة كورونا، مجلة العلوم التربوية، جامعة قطر، م(١٩) ع(١٩)، ص ص ٨٠ : ١١٣.

سامي خليل (٢٠١٠). التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

سهير كامل (٢٠١٧)، أثر المساندة الاجتماعية على المرونة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. دراسات في الطفولة والتربية، كلية التربية للطفولة، جامعة أسيوط، م(٢)، ع(٢)، ص ص ٨٩ : ١٥٤.

صموئيل حبيب (١٩٩٥). كيف تكون علاقات ناجحة. القاهرة، دار الثقافة.

- عبداللطيف عبدالكريم، قاسم محمد (٢٠١٦). التنظيم الذاتي لدى عينة من الطلبة الجامعيين وقدرته التنبؤية في تحصيلهم الدراسي، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن، م(٣)، ع(١٠)، ص ص ٤٦١ : ٤٧٥.
- علاء الدين أحمد (٢٠١٣). المبادئ الأساسية لنظرية ألفريد أدلر وتطبيقاتها في العلاج النفسي. مجلة الدراسات الاجتماعية والإنسانية، ع(٣٢)، ص ص ١٢٥ : ١٤٢.
- عيسى سلطان، محمد خليل (٢٠١٥). المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية في بئر السبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتي (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.
- كوثر عبدالرحيم (٢٠٠٩). نظريات التعلم المعرفي المخل المنظومي والبناء المعرفي في التدريس، كلية التربية، بسوهاج. جامعة جنوب الوادي
- محمد السيد (١٩٩٨). نظريات الشخصية. القاهرة، دار قباء.
- محمد سليمان (٢٠١٥). القيمة التنبؤية لتنظيم الذات وحل المشكلات للتنبؤ بالتحصيل الأكاديمي لدى طلاب كلية المعلمين بجامعة الملك سعود. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، السعودية ع (٣٨)، ص ص ٧١:١٣.
- محمد عبدالفتاح (٢٠١٤). التوجهات الحديثة في تشخيص اضطرابات طيف التوحد في ظل المحكات التشخيصية الجديدة. ورقة عمل مقدمة للملتقى الأول للتربية الخاصة: الرؤى والتطلعات المستقبلية، جامعة تبوك، المملكة العربية السعودية، ص ص ٢ : ١٨.
- مروة عبد الاله (٢٠١٩). التنظيم الذاتي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الفلسطينية (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل.

نجلاء فتحى، عمرو رفعت، شرين محمد، إبراهيم هشام (٢٠١٠). إدارة الغضب وعلاقتها بالضبط الذاتي لدى طلاب الجامعة بجامعة بورسعيد. *مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد*، ع(٨)، ص ص ٤٣٥ : ٤٦٤.

نظيرة صالح (٢٠٢٢) التفكير الإبداعي لدى طلاب الصف الأول الملتحقين بها روضة أطفال وغير ملتحقين (دراسة مقارنة) ، *مجلة كلية التربية للإنسان علوم ، جامعة تكريت* ، م(٢٩) ، ع(٣).

Badi, M. Hariharan, M. H., Chivukula. U., Rao. P. (2022). Self-regulation, resilience, and psychological well-being: A study among Indian adults. *Current Psychology*, 41(1), 472-482. doi.org/10.1007/s12144-020-01112-0 .

Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248-287. doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L.

Brugha, T. S., McManus, S., Bankar, J., Gullon-Scott, F., Purdon, S., Smith, J., & Meltzer, H. (2011). Epidemiology of autism spectrum disorders in adults in the community in England. *Archives of General Psychiatry*. 68(5), 459-466. doi: 10.1001/archgenpsychiatry.2011.38

Skinner.B.F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York, The Free Press.

Sills.L.C., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 99-585. doi.org/10.1016/j.brat.2005.05.001.

- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. In A. Baum, S. Newman, J. Weinman, R. West, & C. McManus (Eds.),
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press.
- Luszczynska, A., Gibbons, F. X., Piko, B., & Tekozel, M. (2004). *Self-regulatory cognitions, social comparison, and perceived peers' behaviors as predictors of nutrition and physical activity: A comparison among adolescents in Hungary, Poland, Turkey, and USA*. *Psychology & Health*, 19(5), 577-593. [<https://doi.org/10.1080/0887044042000205844>].
- Olsson, N. C., Rautio, D., Jenny, A., Stoetzer, U., & Bölte, S. (2016). *Social skills group training in high-functioning autism: A qualitative responder study*. *Autism*, 20(8), 995-1010. doi:10.1177/1362361315621885
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (2007). *Influencing children's self-efficacy and self-regulation of reading and writing through modeling*. *Reading & Writing Quarterly*, 23(1), 7-25. doi:10.1080/10573560600837578

Dimensions of Self-regulation Predicting Psychological Flexibility for Parents of Children with Autism Spectrum Disorder

Abstract

The current research aims at investigating the relationship between dimensions of self-regulation and psychological flexibility. The study sample consisted of (80) participants from parents and mothers of children with autism spectrum disorder. Their ages ranged between (25-60 years), and they were administered to a measure of the dimensions of self-regulation which was applied to them. This scale was prepared by the researcher, and a measure of psychological flexibility was also applied to them. This scale was prepared by Suhair Kamel El-Touny (2017). The results indicated that there is a relationship between dimensions of self-regulation and psychological flexibility among parents and mothers of children with autism spectrum disorder. In addition, the findings indicated that there is no difference between dimensions of self-regulation and psychological flexibility among parents and mothers of children with autism spectrum disorder depending on (age, gender, marital status, educational level, and economic level). Moreover, psychological flexibility can also be predicted through dimensions of self-regulation among parents and mothers of children with autism spectrum disorder.

Keywords: psychological flexibility, self-regulation, autism spectrum disorder