



كلية التربية

قسم الصحة النفسية والإرشاد النفسي

**فاعلية برنامج إرشادي والدي لتنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من**

**آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد بسلطنة عُمان**

رسالة مقدمة من

كفالة بنت حمود بن حمد العميرية

للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في التربية

(تخصص صحة نفسية وإرشاد نفسي)

إشراف

**د. أحمد السيد عبد المنعم**

**أ.د. ابراهيم زكي قشقوش**

مدرس الصحة النفسية والإرشاد النفسي

أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي

كلية التربية- جامعة عين شمس

كلية التربية- جامعة عين شمس

**د. سعاد بنت محمد اللواتية**

أستاذ مشارك بقسم علم النفس

كلية التربية- جامعة السلطان قابوس

## مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي والدي لتنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لدى عينة من آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد بسلطنة عمان. واستخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج شبه تجريبي، وتكون مجتمع الدراسة من آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد بمحافظة مسقط، وتألفت عينة الدراسة من (10) من آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد في محافظة مسقط لعام 2017/2018م. وقد قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين المجموعة التجريبية والتي تكونت من (5) من الآباء والأمهات الذين تلقون برنامج إرشادي والدي لمدة ثمانية أسابيع بمعدل جلستان أسبوعياً مدة كل جلسة (60 إلى 90) دقيقة، والمجموعة الضابطة والتي تكونت من (5) من آباء وأمهات لم يتلقوا البرنامج الإرشادي. وقد تم تطبيق مقياس الضغوط النفسية ومقياس التعامل مع الضغوط النفسية. وبعد التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، تم التطبيق القبلي والبعدي على مجموعتي الدراسة وقد أظهرت نتائج تحليل التباين ( $2*3$ )، أنه يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي/بعدي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة علي مقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد. يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي / بعدي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية.

وأوصت الدراسة بتطبيق البرنامج الإرشادي الوالدي والاستفادة منه لدى المرشدين والقائمين على إعداد البرامج الإرشادية وأوصت بإجراء مزيد من البحوث والدراسات الميدانية حول أثر التوحد على الأسرة والمجتمع.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي والدي، الضغوط النفسية، آباء وأمهات ذوي التوحد.

## مقدمة

يواجه الوالدين ضغوطاً كبيرة عند القيام بدورهما نحو رعاية الطفل التوحد، وهذه الضغوط تتعلق بغموض الدور، والصراع الناتج عن ذلك، والأعباء الزائدة التي تقع على كاهل الوالدين، والتي تختلف باختلاف المقاييس الثقافية في المجتمع، وقد يجد الوالدان نفسيهما غير مؤهلين لتحمل أعباء النمط الجديد من الحياة وتحديدها، وتنقصهم المعلومات والمهارات اللازمة لأداء الأدوار المتعددة والتوافق مع متطلبات الحياة، خاصة مع وجود طفل ذوي إعاقة؛ فالوالدين يسعيان للقيام بدورهما اتجاه الطفل التوحد ولكنهما لم ينتهياً كل منها بالقدر الكافي للقيام بهذا الدور، فهما يريدوا الطفل ويحبوه؛ إلا أنهم في نفس الوقت يواجهون مصاعب يفرضاها القيام بالدور المنوط لهما (مصطفى القمش، 2017: 76).

وهناك بعض الضغوطات التي تخص الوالدين في رعاية الطفل التوحيدي، وذلك في تلبية احتياجاته ومتطلباته، وما زالت هذه الرعاية مستمرة؛ لذلك نجد أن الاعتمادية على الوالدين في تلبية حاجات الطفل التوحيدي كبيرة، كما أن مشكلات الوالدين أو اهتماماتهما مع الطفل التوحيدي تتبع الحاجات النمائية والتغذية للطفل. ويعتبر تعليم الطفل التوحيدي مصدرا من مصادر الضغط النفسي، وأن الوالدين يعانون من ضغط نفسي كبير نتيجة التفكير كيف ستكون رعاية الطفل في الأيام القادمة، وأيضا حول قدرة الطفل على القيام بالوظائف الاستقلالية، وتقبل المجتمع له (خولة يحيى، 2017: 62)

ويأتي هنا دور الإرشاد الوالدي ليقوم بدور أساسي لمساعدة الوالدين على التعرف على قدرات الطفل والصعوبات التي يواجهها في الحياة اليومية، وطرق التغلب عليها، كما يلعب الإرشاد النفسي دورا هاما في مساعدة الوالدين للتخفيف من حدة الضغوط النفسية، وإكسابهم الأساليب الايجابية في التعامل معها، ويساعدهما على تقبل الطفل ومساعدته على التوافق مع مجتمعه. (حامد زهران، 2002: 117)

وفي ضوء ما تقدم تظطلع الدراسة الحالية بتناول اضطراب التوحد من حيث التعريف وأسبابه وتشخيصه، والكشف عن أنواع الضغوط اضطراب التوحد والبحث عن أنواع أساليب التعامل مع هذه الضغوط لدى لوالدي أطفال التوحد، فضلا عن تقديم برنامج إرشادي يستهدف خفض حدة تلك الضغوط وتنمية الأساليب الايجابية للتعامل معها؛ لأن هذه الضغوط قاسية وتتهك الوالدين جسديا ونفسيا وبالتالي فإن التدخل عامل هام في مساعدة الوالدين على مواجهة هذه الضغوط المزمنة.

## مشكلة الدراسة

تتحدد مشكلة الدراسة في طبيعة الاضطراب التي تسعى لدراسته؛ وهو اضطراب التوحد، حيث يرى العديد من الباحثين أن هذا الاضطراب قد أصبح في الوقت الحالي أكثر اضطرابات النمو الشاملة شيوعا، سواء في المجال البحثي أو المجال الاكلينيكي، وخاصة أن معدل انتشار هذا الاضطراب، يعد ثالث الاضطرابات النمائية شيوعا، حيث أظهرت الإحصائيات العالمية تزايدا كبيرا في نسبة وجود الطفل التوحيدي والتي وصلت حوالي 3% من أعداد الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وتعتبر هذه النسبة كبيرة بالمقارنة بغيرها من الاضطرابات المرتبطة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. (Mestay, 2001)

ومن خلال مراجعة الباحثة لعدد من الدراسات، كشفت نتائج الدراسات الضغوط التي يعاني منها والدي أطفال ذوي اضطراب التوحد، فقد لوحظ أن والدي ذوي اضطراب التوحد كانت أكثر ضغطا وخاصة المرتبطة باصطحاب الطفل إلى الأماكن العامة واعتماده كلياً على والديه والافتقار إلى فرص الحصول على الخدمات الخاصة (حسن محمد، 2018: 287)

كذلك نبعت مشكلة الدراسة من خلال مسح تراث علم النفس، والإطلاع على الدراسات السابقة التي تعرضت لمشكلات التوحيدين، والضغوط النفسية التي يتعرض لها الوالدين نتيجة التعامل مع مشكلات الطفل التوحيدي لإعداد برنامج إرشادي لتنمية مهارات التعامل مع الضغوطات النفسية. وعلى ذلك فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في الإجابة على السؤال التالي:

ما مدى فاعلية برنامج إرشادي والدي في تنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال ذوي التوحد بسلطنة عمان؟

## فروض الدراسة

- هل يوجد تأثير دال إحصائيا لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة ) أو متغير القياس (قبلي/ بعدي/تتبعي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد؟

- هل يوجد تأثير دال إحصائيا لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة ) أو متغير القياس (قبلي /بعدي/تتبعي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد ؟

## أهداف الدراسة

إن قيمة الدراسة العلمية تتجلى في أهداف محددة تسعى الباحثة إلى تحقيقها، ويمكن تحديد أهداف هذه الدراسة في النقاط التالية:-

- هدف قياسي، ويتمثل في إعداد المقاييس السيكولوجية وتوفير الخصائص السيكومترية لها .

- هدف إنمائي علاجي: ويتضح هذا الهدف من خلال إعداد برنامج إرشادي والذي للتعامل مع الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد ، ثم تقييم فاعلية البرنامج من حيث:

- تنمية أساليب التعامل الايجابية مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد.

- خفض أساليب التعامل السلبية مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد.

- خفض حدة الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد.

- تنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد.

- رفع أساليب التعامل الايجابية مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد.

- هدف فارق: ويتمثل في الكشف عن الفروق بين أداء المجموعة التجريبية قبل وبعد البرنامج.

## حدود الدراسة

إن ثمة محددات رئيسية التي في ضوء ذلك يمكن تحديد حدود الدراسة كالتالي:

## - عينة الدراسة

تتمثل عينة الدراسة ل(2) أب لطفل توحد و(3) أم لطفل توحد ، وأن يكون الطفل التوحد في الفئة العمرية من(3-10) سنة ؛ بسبب الضغوط التي يواجهها الوالدين أثناء هذا السن حيث يحتاج إلى نوع من التعليم الخاص وإدراكهم عدم قدرة الطفل على التعلم وفقا للنظام التعليمي التقليدي.

## - أدوات الدراسة

اعتمدت الدراسة على نوعين من الأدوات يمكن تناولها على النحو التالي:

1- أدوات سيكومترية: تهدف إلى قياس مستوى الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد وهو مقياس الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد من اعداد الباحثة.

بيد أن هناك وفرة في المقاييس السابقة والتي تقيس الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها، إلا أن بناء مقاييس جديدة لهذه الدراسة، يعزى إلى مجموعة من الاعتبارات، يأتي في صدارتها، أن الظواهر السلوكية ظواهر متغيرة من الصعب ضبطها بشكل كامل ودقيق، لذلك فإن المقياس الذي يناسب تشخيص ظاهرة في وقت سابق، لا يمكن أن يشخص الظاهرة ذاتها في وقت لاحق.

كما أن بناء مقاييس جديدة من شأنه أن يثري المكتبة السيكومترية بمقاييس جديدة متخصصة لقياس مستوى الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها لوالدي أطفال التوحد. كما أن بناء مقياس جديد يشكل موقفا تعليميا للباحثة للإلمام بمهارة بناء وإعداد وتقنين المقاييس.

2- أدوات علاجية: يتمثل في برنامج إرشادي والدي للتعامل مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد من إعداد الباحثة.

### - منهج الدراسة

تعتمد هذه الدراسة على المنهج شبه تجريبي حيث يتم توظيف هذا المنهج باعتباره أفضل الطرق على الإطلاق لتحديد العلاقة السببية بين متغيرين، ويرجع هذا إلى الضبط الكبير للمتغيرات الخارجية، وقوة معالجة المتغيرات المستقلة، فالبحوث التجريبية هي الطريقة الوحيدة لاختبار الفروض حول العلاقة السببية بشكل مباشر. وقد تم الاعتماد على هذا المنهج في الإجابة على الفروض التي تتمثل في التحقق من فعالية البرنامج الإرشادي الوالدي في تنمية مهارات التعامل مع الضغوط النفسية لوالدي أطفال التوحد وفي تنمية الأساليب الإيجابية في التعامل مع هذه الضغوط.

### إجراءات الدراسة

مرت الدراسة الحالية بعدة إجراءات يمكن نبلورها على النحو التالي:

- استقراء التراث النظري والدراسات العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها لدى آباء وأمهات أطفال التوحد، وذلك بهدف صياغة الفروض واختيار العينة والأدوات وتحليل ومناقشة النتائج.

- إجراء المسح الكافي على الأدوات والاختبارات التي تتناول قياس الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها لدى آباء وأمهات أطفال التوحد، مما يترتب عنه استخلاص مقومات ومكونات المقاييس التي ستعتمد في الدراسة الحالية.

- الاطلاع على البرامج التي تناولت خفض الضغوط النفسية، وبرامج تنمية أساليب التعامل مع الضغوط والاستفادة منها في بناء البرنامج الحالي.

- إعداد وبناء مقياسي الدراسة وهما مقياس الضغوط النفسية لأباء وأمهات أطفال التوحد، ومقياس أساليب تنمية التعامل مع الضغوط النفسية لأباء وأمهات أطفال التوحد، على أن يوفر لهما المصادقية في نتائجهما.

- اختيار وانتقاء عينة الدراسة من آباء وأمهات أطفال التوحد بحيث تتوفر في هذه العينة المتغيرات الديموجرافية الأساسية التي تخدم متغيرات الدراسة وتحقق أهدافها.

- طرح الفروض على نحو واضح الصياغة ومنطقي قابل للتطبيق. معتمد على أطر ومنطلقات نظرية تساعد على تفسير الفروض ومناقشتها.

- إجراء التطبيق القبلي لأدوات الدراسة، وقد تم إجراء هذا التطبيق أثناء القيام بإجراءات الدراسة الاستطلاعية وذلك بهدف انتقاء الآباء والأمهات الذين حصلوا على أعلى الدرجات في مقياس الضغوط النفسية ليمثلوا عينة الدراسة التجريبية، وقد تم تطبيق هذه الأدوات في الإجراء القبلي بشكل فردي على الآباء وأمهات أطفال التوحد في مواقع اختيار العينة والتي سنوضحها لاحقاً.

- إعداد البرنامج وتطبيقه.

- إجراء تطبيق الاختبار البعدي للتأكد من نتائج البرنامج وفاعليته.

- إجراء التطبيق التتبعي للتأكد من ثبات نتائج البرنامج وفاعليته.

- التحقق من فروض الدراسة ومعالجة البيانات بالأساليب الإحصائية الملائمة لحجم العينة وطبيعة البيانات ونوعية الفروض المطروحة.

- مناقشة النتائج وتفسيرها.

- استخلاص التوصيات والبحوث المقترحة في ضوء ما أسفرت عنه هذه الدراسة من نتائج.

## نتائج الدراسة

- يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي/ بعدي/تتبعي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد.

- يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي /بعدي/تتبعي) أو التفاعل بينهما في تباين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية.

## التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة من نتائج وكذلك معاينة الشواهد الميدانية فإنه يمكن طرح التوصيات الآتية:

- ضرورة توفير وتقديم الخدمات المعرفية وأمهات أطفال ذوي التوحد ، والتي من شأنها توفير وتقديم معلومات لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد عن اضطراب طيف التوحد ، وخصائص الطفل التوحدي، ومشكلاته وكيفية التغلب عليها.

- إنشاء المراكز والجهات التي تهتم بمشكلات وهموم آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد وتقديم الدعم والتوجيه والإرشاد لهم؛ لمساعدتهم على التخفيف من هذه المشكلات، وعلاجها إن أمكن.

- الاهتمام بتبصير آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد بالخدمات المجتمعية المقدمة لأطفال التوحد وأهمية الاستفادة منها.

- ضرورة توفير برامج نفسية وعلاجية توجه لآباء وأمهات أطفال ذوي التوحد الذين يعانون من الآلام واضطرابات نفسية شديدة، للحيلولة دون تفاقم تلك الاضطرابات، ولتفادي آثارها السلبية التي قد تؤثر في طفلهم فضلا على صحتهم وسلامتهم.

- توجيه مزيد من اهتمام وسائل الإعلام المختلفة بتعديل اتجاهات المجتمع السلبية نحو أطفال التوحد.

- ينبغي أن يعتمد الإرشاد المقدم لآباء وأمهات أطفال ذوي التوحد على النظرة التكاملية التي تأخذ في اعتبارها النواحي السلوكية والمعرفية والوجدانية لهم، إضافة إلى تفهم الواقع الاجتماعي والاقتصادي لآباء وأمهات أطفال ذوي التوحد ، الأمر الذي يفيد في إثراء هذه البرامج، وبالتالي يعود بالنفع والفائدة عليهم.

- الاهتمام بتكوين جماعات مساندة اجتماعية من شأنها الاهتمام بآباء وأمهات أطفال ذوي التوحد وتوفير الخدمات لهم، علاوة على تبين مشكلاتهم واحتياجاتهم والإسهام في اشباعها وتلبيتها.

- مشاركة آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد في تصميم البرامج، واستطلاع آرائهم فيما يرونه أهمية من أنشطة ومواقف، حيث أن الوالدين هم أكثر دراية بطفلهم.

- ضرورة متابعة المسيرة البحثية في مجال الضغوط النفسية لدى آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد باستخدام مقاييس أخرى للضغوط النفسية تكون أكثر تخصصية؛ وذلك لتحديد مدى اختلاف آباء وأمهات أطفال ذوي التوحد على متغير الضغوط النفسية.

- إجراء المزيد من البحوث والدراسات الميدانية حول أثر التوحد على الأسرة والمجتمع.

### الدراسات المستقبلية:

في ضوء ما تم استعراضه ومناقشته من دراسات سابقة، وفي ضوء ما أفضت إليه الدراسة الحالية من نتائج، فإنه يمكن اقتراح عدة دراسات مستقبلية نصوغها على النحو التالي:

- تنمية الحب الوالدي لخفض الإساءة الوالدية على الطفل التوحدي.

- أساليب العلاج النفسي والسلوكي للطفل التوحدي في المجتمع العربي.

- تنمية مهارات الصمود لدى آباء وأمهات أطفال التوحد لخفض أعراض المصاداة لدى أطفالهم.

- دراسة العلاقة بين تفاؤل الوالدين، وتقبل الطفل التوحيدي للعلاج السلوكي.

- تنمية مهارات تقبل الآخر لدى آباء أمهات أطفال التوحد.

- البرامج العلاجية وتأثيرها على الوالدين في علاج الاضطرابات الناتجة عن اضطراب طيف التوحد.

- تأثير اضطرابات أمهات اطفال التوحد العاملة على الكفاءة المهنية والأداء المعرفي.

- تأثير الاضطرابات النفسية لوالدي الطفل التوحيدي ومدى كفاءة العلاقة الزوجية.

- تأثير الضغوط والاضطرابات النفسية في ارتباط الأم بطفلها.

- دراسة طولية لتتبع الآباء والأمهات الذين تم تطبيق البرنامج عليهم، ومدى بقاء أثر البرنامج على مدار فترات زمنية متتالية.

- دراسة مسحية لعدد من آباء وأمهات المصابين بأعراض التوحد في سلطنة عمان، ونوع الخدمات التي يحصلون عليها، ومدى جدوى هذه الخدمات.

- دراسة مقارنة بين أمهات الاطفال الذكور والإناث التوحيديين بدرجات مختلفة من شدة التوحد على الضغوط النفسية لدى الأمهات.

- دراسة الضغوط النفسية لدى والدي التوحيديين في مرحلة المراهقة بعد توقف برنامجهم التعليمي في المدرسة.

- دراسة مقارنة في العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى الأمهات العاملات وغير العاملات اللاتي لديهن أطفال توحيديون.

- اتجاهات والدي الطفل التوحيدي نحو الدعم الاجتماعي المقدم لهن في سلطنة عمان.



Faculty of Education

Department of Mental Health

**The Effectiveness of a Parental Guidance Program for Developing Stress Management Skills in  
a Sample of Parents of Children with Autism in the Sultanate of Oman**

Dissertation Submitted by  
**Kafala Hamood Hamed Al 'Omairi**

to obtain a Ph.D. in Education  
(mental health and psychological counseling specialization)

**Supervision**

**Dr. Ahmed El Sayed Abdel Moneim**

**Prof. Ibrahim Zaki Ali Kashkoush**  
Professor of Mental Health and  
Psychological Counseling  
Ain shamsUniversity- Faculty of Education

Lecturer of Mental Health and  
Psychological Counseling  
Ain shamsUniversity- Faculty of  
Education

**Dr. Suad Mohamed Ali Sulaiman al Lawati**

Associate Professor, Department of Psychology

College of Education - Sultan Qaboos University

**ABSTRACT**

**The Effectiveness of a Parental Counselling Program for Developing Stress Management Skills in a Sample of Parents of Children with Autism in Oman**

by

**Kafala Hamood Hamed Al 'Omairi**

**Supervision**

**Prof. Ibrahim Zaki Ali Kashkoush**

The aim of the study is to know the effectiveness of a parental guidance program to develop psychological stress management skills in a sample of parents of children with autism in Oman. In this study, the researcher used the semi-experimental method. The study population was taken from parents of autistic children in Muscat Governorate. The study sample was randomly selected and consisted of 10 parents of autistic children in Muscat Governorate for 2017/2018. The study sample consisted of 5 groups of parents who received an eight-week parental counseling program with two sessions per week, each session (60 to 90 minutes) while the control group consisted of (5) parents who did not receive the program Guidance. The psychological stress scale and the psychometric measure were applied. After verifying the psychometric properties of the study tools, the pre and post application was applied to the two study groups and the results of the analysis of variance (2 \* 3) showed that there was no statistically significant effect on the group variable (experimental / control) or the measurement variable (pre-post / post / trace) or the interaction between them in the variation of the scores of the sample of the study on the scale of methods of dealing with psychological stress among parents of children with autism.

The study recommended the application of the parental guidance program and its use by mentors and those who prepare the guidance programs; in addition,

recommended further research and field studies on the impact of autism on the family and society.

Keywords: parental guidance program, psychological stress, parents of children with autism.