



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 ( $2 \times 3$ )، أنه يوجد تأثير دال إحصائي لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي/ بعدي/تتبعي) 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 إحصائي لمتغير المجموعة (تجريبية / ضابطة) أو متغير القياس (قبلي / بعدي/تتبعي) 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 وتحدياتها، 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 يتهيأ كل منهما بالقدر الكافي للقيام بهذا الدور، فهما يريدوا الطفل ويحبوه؛ إلا أنهم في نفس الوقت يواجهون مصاعب يفرضها 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 الإيجابية في التعامل معها، ويساعدهما على تقبل الطفل ومساعدته على التوافق مع مجتمعه. (حامد زهران، 2002: 117)

وفي ضوء ما تقدم تضطلع 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 الإيجابية 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 الإكلينيكي، 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 الضغوط 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 توحدي و(3) أم لطفل توحدي ، وأن يكون الطفل التوحدي 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