كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=======

"فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لزيادة مهارات التعايش بواقعية لدى امهات الاطفال المعاقين عقليا في منطقة الجوف- السعودية"

إعـداد

د/ مريم نزال سليمان العنزي

أستاذ مساعد الارشاد النفسى والتربوي ، قسم التربية وعلم النفس

كلية العلوم والآداب – جامعة الجوف

﴿ المجلد الخامس والثلاثون– العدد الثالث – مارس ٢٠١٩م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

ملخص الدراسة

تناولت الدراسة الحالية فحص فعالية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لزيادة مهارات التعايش بواقعية لدى امهات الاطفال المعاقين عقليا في منطقة الجوف في المملكة العربية السعودية، نحو تم اختيار عينة تكونت من (٢٢) أمهات لديهن أبناء ذوي اعاقة عقلية بسيطة ومتوسطة، وتم إعداد مقياس لمهارات التعايش بواقعية مكون من (٤٥) فقرة، وتم البرنامج الارشادي لمدة شهرين وتطبيقه على اعضاء المجموعة التجريبية (١١) أما فيما لم تخضع امهات المجموعة الضابطة (١١) لأي تدخل، وقد تبين من خلال النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح أعضاء المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الأبعاد والدرجة الكلية. وقد أوصت الدراسة بضرورة استخدام البرنامج الارشادي لتوعية الامهات في تحسين مهارات التعايش بواقعية مع ابنائهن.

الكلمات المفتاحية: برنامج ارشادي معرفي سلوكي – مهارات التعايش بواقعية – امهات الاطفال المعاقين عقليا

Abstract

The present study examined the effectiveness of a cognitive behavioral counseling program to increase the real-life skills of mothers of mentally disabled children in Al-Jouf region in Saudi Arabia. A sample of 22 mothers with children of simple and moderate mental disabilities was selected. (11) of the experimental group, while the mothers of the control group (11) were not subjected to any intervention. The results showed that there were significant statistical differences between the experimental group and the control group in the measurement Post-Member Benefit And the absence of statistically significant differences between the mean scores of the experimental group in the post-dimensional and sequential measurements in the dimensions and the total score. The study recommended that the extension program should be used to educate mothers to improve the skills of living realistically with their children.

Key words: An counseling cognitive-behavioral program – real-life skills – The mothers of children with mental disabilities.

المقدمة:

تعد الإعاقة إحدى فئات التربية الخاصة التي جذبت اهتمام الباحثين والمرشدين النفسيين، ولا يزال محط الجدل من حيث تشخيصه وأسبابها وأساليبها علاجها، وهو اضطراب غير قابل للتنبؤ به، مما يؤثر بشكل كبير على الأسرة ويعكس العديد من الضغوط النفسية على الآباء ويؤدي إلى صعوبة تلبية الحاجات المرتبطة بتربية الطفل المعاق

ولقد تزايد الاهتمام بدراسة أسر المعاقين والمشكلات التي يتعرضون لها، وتناولت الدراسات موضوع التوتر ومدى تأثيره على أسر المعاقين، وربما كانت الآثار المزعجة قريبة المدى للتوتر والآثار المرضية بعيدة المدى وراء تزايد الاهتمام هذا، حيث أشار الخطيب (٢٠٠١) إلى أن العيش اليومي مع طفل معاق يشكل عبئاً جسمياً ونفسياً لا يعرفه آباء الأطفال العاديين، فأمهات الأطفال المعاقين غالباً ما يقضون أوقاتاً طويلة في تلبية الحاجات الشخصية لأطفالهم مثل مساعدتهم في تناول الطعام، وارتداء الملابس، واستخدام الحمام، لذلك فإن قدراً من الطاقة الجسمية يحول لخدمة الطفل المعاق.

ويركز عموما نموذج التكيف الأسري على النمو والتطور عبر المراحل المختلفة، وعلى القوة والعزم والتكيف بدلاً من التركيز على الصدمة أو ألم الخسارة والفقدان، وهذا النموذج يتألف من ست مراحل هي: الإدراك الأولي، وإدراك الخسارة، واستراتيجيات مواجهة الخسارة، والاكتمال، والحل وإعادة الصياغة، والتكيف (Hill. , Newmwn & , Le Grange, 2003).

وتأتي الدراسة الحالية لمساعدة الأمهات في التكيف مع مشكلات ابنائهن المعاقين خاصة أنهن الاكثر ارتباطا معه، والاكثر اطلاعا على مشكلاته، ويعانين من العديد من الضغوطات نتيجة التعامل معه، ويصعب عليهن التعايش معه، مما يؤثر في حياتهن الشخصية والزواجية والاسرية والاجتماعية.

الاطار النظري:

يعد رعاية الاطفال المعاقين مهمة مجتمعية وليس فقط اسرية، ولكن من دون الاسرة فلا يمكن للمجتمع دعم هؤلاء الاطفال، خاصة ان الامهات يقضون وقتا كبيرا يوميا مع اطفالهن المعاقين عقليا، ومن هنا فان البرامج المختلفة الموجهة للأمهات تسهم بشكل ايجابي في تحسين هؤلاء الاطفال.

وقد عرفت الجمعية الأمريكية للإعاقات العقلية والتطورية (٢٠٠٨)، "الإعاقة الذهنية بأنها إعاقة تتميز بانخفاض ملحوظ في كل من الأداء العقلي والسلوك التكيفي اللذين تمثلهما المهارات المفاهيمية والاجتماعية والتكيفية العملية. وهذه الإعاقة تظهر قبل بلوغ الفرد الثامنة من عمره" (AAIDD, 2008). كما قدمت الجمعية الأمريكية للإعاقة العقلية، التعريف التالي للإعاقة العقلية، كتعريف نفسي حيث أشارت أن الشخص يدخل ضمن فئة الإعاقة الذهنية عندما تتوافر المعايير الثالثة التالية حسب علي (٢٠١٢) حينما يقل مستوى الأداء العقلي (معدل الذكاء) عن "٧٠-٧٥"،

حيث يمثل الوالدان حجر الأساس في حياة الأبناء، لدورهما في ضمان النمو السوي للأبناء وتنشئتهم ليصبحوا أعضاء فاعلين في الاعتماد على أنفسهم، والمساهمة بدورهم في بناء مجتمعهم، واستمرارية رفعته، وتقدمه. ومعاناة الأبناء من الإعاقات، قد يحدث خللاً لوظائف بقية الأعضاء في الوحدة الأسرية، بسبب ما قد يتزامن مع هذه الإعاقات من مسؤوليات وأعباء وضغوط نفسية، وانفعالية، واجتماعية، واقتصادية، للوالدين والأشقاء (النبراوي، ٢٠١٥). وافتقاد الطفل ذوي الاعاقة لأداء دوره يشكل بالضرورة عبئاً على الآخرين، فضلاً عن ردود الأفعال السلبية لعجزه عن أداء دوره، بسبب ما يعانيه، وبالتالي فإن تعرض الآباء للأزمات والضغوط والأزمات يجعل الآباء يركزون على مشاكلهم وتستنفد طاقاتهم وينصرفون عن أطفالهم ومشكلات النمو الخاصة بهم وتضعف قدرتهم على الصبر والتحمل فالأبوة تتطلب وقت وجهد حتى تؤدي وظيفتها بفعالية وكفاءة وتنشئة طفل سليم النمو جسميا ونفسيا واجتماعيا (القريطي، ٢٠٠٥).

وبهذه المجال فقد أكدت (اللقاني، ٢٠١٢) على وجود عبء اجتماعي ونفسي واقع على أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا تتمثل في النشاط الزائد، والتقلب المزاجي، عدم التواصل الاجتماعي مع الأسرة، ونقص القدرات المعرفية. وقد أشارت العديد من الأبحاث إلي أهمية تقديم، الدعم بوجه عام لأسر ذوي الإعاقات، كما دلت على وجود تباين بين الآباء والأمهات في احتياجهم لأنظمة الدعم Support system حيث تُظهر الأمهات –في الغالب– احتياجاً أكبر لأنظمة الدعم الرسمية (سيد ومصطفى، ٢٠٠٧). كذلك فالأسرة تؤدي دورًا بالغ الأهمية تجاه الطفل حيث تقوم بتحويله من كائن بيولوجي إلى كائن اجتماعي، كما أن لها دورًا مؤثرًا في عملية التنشئة الاجتماعية وتوفر الرعاية الاجتماعية والنفسية للطفل والإشباع المنتظم لحاجاته ودوافعه البيولوجية والسيكولوجية مما يؤدي إلى تحقيق النمو السوي والتوافق الاجتماعي (محمد، ٢٠١٢). وتعاني أمهات الأبناء المعاقين عقلياً بنفس معاناة الأم العادية بسبب ضغوط الحياة عامة، وعلاوة علي ذلك معاناتها من تربية طفل ذي إعاقة عقلية، بالإضافة إلي المتطلبات التي تفرضها هذه الظروف عليها مثل توفير رعاية خاصة، والصراع مع المتخصصين، وما ينتج عن ذلك من مشاعر الأسى والحزن (سيد ومصطفى، ٢٠٠٧).

إن الاسر التي لديها أطفال معاقون عقليا لديهم احتياجات واهتمامات معينة، وقد تكون الأسر في حاجة الى وقت لتبتعد فيه عن مسؤولياتها، وكذلك معلومات مفصلة عن نوع الاعاقة التي يعاني منها الطفل، وقد يكون الوالدين بحجة الى استشارة للتعامل مع الاحباط الذي غالبا ما يكون مصاحبا لميلاد الطفل المعاق، أو قد يكون الوالدان بحاجة الى مساعدة مالية بسبب المصروفات الكبيرة التي تتطلبها تربية طفل له احتياجات خاصة (Prian, 2002). لذلك فإن إرشاد الوالدين وخاصة الأم ومساندتها لمواجهة الإعاقة الذهنية والعمل على الحد من تأثيراتها من خلال تحسين الصلابة النفسية يمكن أن يلعب دوراً مهماً بما يعكس عليها وعلى ذويها المعاق في ارتفاع تقدير الذات الذي يرتبط بكيفية رؤيته لنظرة الآخرين له وبالقيمة التي يعطيها لنفسه وسلوكه سلباً أو إيجاباً وبالصورة التي يكونها عن نفسه (Boyd, 2003).

وتشعر الأم في كثير من الأحيان أنها غير قادرة على القيام بالواجبات والأعمال التي تكلف بها من قبل المجتمع المحيط بها، وفي هذه الحالة ينتاب الأم حالة من الإحباط وعدم القدرة على متابعة أعمالها مما يؤدي إلى ظهور الضغوط النفسية لديها، ومن ثم إصابتها بالأزمات النفسية والأمراض المتعددة (عوض، ٢٠٠٠).

ويحمل العديد من الآباء وخاصة الأمهات كثير من الأفكار والتوقعات الكبيرة حول الطفل الخيالي المنتظر من صحة جسدية وعقلية ونفسية، وهذه التوقعات سرعان ما تتلاشى مع قدوم الطفل وهو مصاب بإعاقة أو اضطراب قد يعيق نموه في جوانب مختلفة (دعو وشنوفي، ٢٠١٣).

إن مهارات التعايش Coping Skills هي أحد نماذج السلوك المعرفي، طوره مايكل ماهوني ١٩٧٧م ويركز هذا النموذج على مساعدة الفرد على اكتساب مهارات التعايش مع ظروف الحياة اليومية، وتطوير المهارات التي من شأنها تسهيل عملية التكيف مع المواقف الصعبة التي تتم مواجهتها. ويسمي ماهوني هذا الأسلوب بالعلم الشخصي للإشارة إلى الخطوات التي يشتمل عليها نموذجه العلاجي. إن عناصر مهارات التعايش أو العلم الشخصي لمايكل ماهوني: حدد المشكلة، واجمع البيانات، وحدود الأنماط والمصادر، واختبر الخيارات، وحدد وجرب، وقارن البيانات، وحسن، عدل، استبدل. وغالباً ما يشمل العلاج والتدريب استخدام تكتيكات مختلفة مثل لعب الأدوار، النمذجة، والممارسة المعرفية (ابو اسعد، ٢٠١٥)

وقد عرف هان (Haan) مهارات التعايش بأنها جهد نشط للتغلب على المشكلات الداخلية والخارجية وحلها، ويتصف بخصائص مثل المرونة، والادراك الجيد والمقاومة الانفعالية والبحث عن المعلومات والثقة بالنفس، وتساعد مهارات التعايش في حماية الفرد وتحقيق التوازن لديه (الصمادي، ١٩٨٨). حيث إن مهارات التعايش هي سلوك مكتسب مقبول اجتماعياً، يمكن الفرد من التعامل مع الأخرين تفاعلاً إيجابياً وتوفر له فرص الاتصال بما يمكنه من التفاعل الذكي مع معطيات المجتمع الذي يعيش فيه ويتعايش معه. وفي ظل تطور الحياة وتغيراتها المستمرة وتأثيرها على الحياة الاجتماعية والتواصل بين الناس، أصبحت هناك ضرورة للبحث عن مهارات تساعد أفراد المجتمع الواحد على العيش معاً في ضوء الاختلاف الذي بينهم والتغيرات التي يمر بها المجتمع وهذه المهارات هي:

١-**مهارة مخاطبة قلب وعقل الآخر والتي تتضمن المهارات الفرعية التالية:** الاحترام والتقدير للآخر، والتسامح والبحث عن العذر للآخر (خليل،٢٠٠٨). وفهم وجهة نظر الشخص الآخر، والبحث عن العوامل والأهداف المشتركة مع الآخر(القرزعي، ٢٠١٣). والمجاملة والابتسامة والبشاشة بصدق، ومخاطبة الدوافع النبيلة.

٢-**مهارة التحدث والاقناع:** والتي تتضمن المهارات الفرعية التالية: التحدث أقل والاستماع أكثر والاصغاء باهتمام، وتجنب الاعتقاد بامتلاك الحقيقة المطلقة، وتقييم النفس قبل تقييم الآخرين، والاعتراف بالخطأ وعدم التبرير (القرزعي،٢٠١٣).

ومما سبق يتبين مدى حاجة الاسر للدعم الاجتماعي، وذلك لمساعدتهم في تربية طفل معاق عقليا، وذلك لتحسين قدرتهم على التعامل مع الطفل وتقليل مستويات الضغوط والقلق، وفي سبيل التكيف مع الضغوط المتولدة من ولادة طفل لديه اعاقة عقلية، حيث اشارت الدراسات العديد والتي تم الاشارة اليها أن الوالدين والذين لديهم طفل لديه اعاقة عقلية بحاجة لمزيد من الدعم الاجتماعي أكثر من الوالدين الذين أطفالهم أسوياء.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تعد ولادة طفل معاق عقليا في الأسرة حدثا سلبيا وصدمة قوية للأسرة بشكل عام وللأم بشكل خاص، وكثيراً ما يتولد لدى الام الشعور بالذنب والاكتئاب، وتدني تقدير الذات وعدم السيطرة على ما يدور حولها من أحداث، كما ويترتب على الإعاقة ظهور العديد من المشكلات الأسرية والزواجية التي تتمثل بوجود خلل في التنظيم النفسي، والاجتماعي، والاقتصادي للأسرة. ومما لا شك فيه أنّ للأم دورا حيويا وضروريا في تعليم طفلها وتدريبه، ذلك أنّ تدريب الطفل في المركز لساعات، لا يتعدى منتصف النهار، في حين يقضي الطفل باقي اليوم في المنزل، وفي نهاية الأسبوع في المناسبات، فإذا لم تكن الأم مدربة جيداً على أساليب التعامل مع طفلها؛ فسوف تقلل من قيمة كلّ ما تمّ التدريب عليه داخل المركز. وتخلق الاعاقة في حياة الأسر الكثير من الصعوبات كالعناية اليومية للطفل ومتطلباته، وقد تؤدي هذه الضغوط الى انخفاض مستوى الصحة النفسية لديها ونتيجة ذلك تعمل الباحثة على التحقق من فعالية برنامج ارشادي لزيادة مهارات التعايش بواقعية.

اسئلة الدراسة:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيَّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة والمجموعتين الضّابطة على القياس البَعدي في تنمية مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا؟
٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيَّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة على القياس البَعدي والتتبُّعي في الاحتفاظ بالأثر في مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا؟

أهداف الدراسة

١. استكشاف وجود فروق ذات دلالة إحصائيَّة بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة والمجموعتين الضّابطة على القياس البَعدي في تنمية مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا.

٢. استقصاء استمرار التحسن بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة على القياس البَعدي والتتبُّعي في الاحتفاظ بالأثر في مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا.

أهمية الدراسة:

تكمنُ أهميّة البحث الحالي فيما يلي:

أولا: الأهميّة النّظَرية:

تتبع أهمية الدراسة النظرية من أهمية متغيرات الدراسة النظرية وهي مهارات التعايش بواقعية ، حيث تعمل الدراسة الحالية على إثراء الأدب النظري المرتبط بهذا المتغير، وتأطيره ليتناسب مع ذوي الاحتياجات الخاصة.

ثانياً: الأهميّة من الناحية التطبيقيّة:

توفر هذه الدراسة مقياسا إرشاديا هو مقياس مهارات التعايش بواقعية ، ويؤمل أن يستفاد من هذا المقياس في تشخيص واقع الأمهات والمساعدة في رعايتهن، ويمكن أن يستفاد من البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في التعامل مع الأمهات، وتخفيض العديد من مشكلاتهن، بما سينعكس على أبنائهن وعلى مجال التربية الخاصة عموما، ويمكن أن يستفاد من هذه الدراسة من قبل المرشدين وخاصة العاملين مع فئات ذوي الاحتياجات الخاصة للعمل على تقديم برامج مناسبة للأمهات، وتلفت البرامج الإرشادية النظر لأهمية التوجه العلمي في مساعدة الأمهات استنادا لنظريتين هما المعرفية والسلوكية.

حدود الدِّراسة:

تتحدّدُ الدِّراسة الحالية بالمحددات التالية:

١. **المجال البشري:** تتحدّدُ الدِّراسة بأمهات الأطفال المعاقين عقليا ضمن الفئة العمرية (٣٠-٥٠) سنة.

٢. **المجال الزمني:** العام ٢٠١٧-٢٠١٨.

٣. **المجال المكاني:** المملكة العربية السعودية في محافظة الجوف

٤. **المجال المنهجي:** تتحدّدُ نتائج البحث في ضوء المنهج المستخدم، وهو المنهج شبه التجريبي.

٥. **أدوات الدِّراسة:** تتحّدُ الدِّراسة باستجابة أفراد العيّنة على فقرات الأدوات المُعَدّة لأغراضها، وفاعلية البرنامج المطبق.

التعريفات المفاهيمية والاجرائية

الاعاقة العقلية:

هي نقص في الأداء الوظيفي العقلي، والذي ينحرف ودون الوسط بمقدار انحرافين معياريين ويحدث في المرحلة النمائية سن (١٨) ويصاحب ذلك خلال واضح في السلوك التوافقي (الروسان، ٢٠١٣، ٣٥). الإعاقة العقلية **اجرائيا:** هم الأطفال الذين تكون قدراتهم العقلية منخفضة عن المتوسط بمقدر انحرافان معيارين على منحى التوزيع الطبيعي للقدرات العقلية بناءا على احد اختبارات الذكاء المستخدمة، ويصاحبه قصور في السلوكات التكيفية وقد تم تشخيصهم من قبل مراكز التربية الخاصة بأن لديهم اعاقة عقلية بسيطة أو متوسطة. وقد تراوح أعمار الابناء المطبق على امهاتهم الدراسة الحالية بين (٦-١٠) سنوات.

أمهات الاطفال المعاقين :

وهن الامهات اللواتي لديهن أطفال معاقين عقليا، والذين تم الكشف عن وجود اعاقة عقلية لدى ابنائهن بناءً على تصنيف مراكز التربية الخاصة (البلوي، ٢٠١٣).

البرنامج الإرشادي: Counseling program

يعرفه كونوبكا (Konopaka, 1979) المشار إليه في (Al-Safasfefh,2003) بأنّه: أيّ نشاط تقوم به الجماعة أثناء اجتماعاتها وبحضور المرشد؛ بحيث تنفذ أنشطة وَفق رغباتها، وحاجاتها، وحيث يقوم المرشد معها بتشخيص حاجات الأفراد ورغباتهم، ثم دراسة ذلك بالنسبة للجماعة، وهدفها والقيم المختلفة وأخلاقيات العلاقة الإنسانية.

ويُعرَّف إجرائياً لغايات هذه الدراسة بأنّه: (١٥) جلسة من الجلسات الإرشادية، والتي تتضمن عدداً من الأنشطة والإجراءات المتنوعة، مستنداً إلى نظرية العلاج المعرفي السلوكي والتي سوف تطبّق على المجموعة التجريبية، من خلال الأمّهات اللواتي لديهن أطفال معاقين عقليا، والمبرمج زمنياً لتحسين التكيّف لديهن، من خلال تحسين مهارات التعايش بواقعية، ومدة كل جلسة (٦٠) دقيقة.

مهارات التعايش بواقعية:

المهارات التي يستخدمها الفرد للتواصل والتفاعل الإيجابي مع الآخرين المختلفين عنه، بهدف خلق بيئة اجتماعية ناجحة (ذوقان خليل، ٢٠٠٨).

دراسات سابقة:

تناولت دراسة غرابة وطه (٢٠٠٠) التحقق من أثر برنامج ترويحي (رياضي – ثقافي صحي) على السلوك الصحي والتعايش مع الاعاقة للمعاقين حركيا في المملكة العربية السعودية، وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعة تجريبية أولى طبق عليها البرنامج الترويحي الرياضي وعددهم (١٥) معاق، توصلت النتائج الى دور البرنامج في المجموعات الثلاث التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة، وكان افضل في تطبيق المجموعة الثالثة على بقية المجموعات.

وتناولت ابراهيم (٢٠٠٥) دراسة بعنوان: "فاعلية برنامج جمعي سلوكي لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً في خفض بعض مشكلات الأطفال السلوكية في قطر"، وبلغ عدد الأطفال (٢٠) طفلا، وكشفت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس بيركس (لتقدير المشكلات السلوكية) على الاختبار العبدي واختبار المتابعة لصالح المجموعة التجريبية. وهدفت دراسة ساندرا (Sandra, 2007) إلى تنمية مهارات تعامل الوالدين مع أطفالهم التوحديّين، من خلال إكسابهم مهارات التقييم الوظيفي functional assessment skills للسلوكيات المضطربة التي يظهرها أطفالهم، وتعليم أطفالهم سلوكيات بديلة مقبولة اجتماعياً، وتكونت عينة الدراسة من (ثلاث أمهات وأب). أشارت نتائج الدراسة إلى قدرة الوالدين على تحديد العوامل التي تساهم في ظهور بعض السلوكيات المضطربة لأطفالهم، كما أشارت النتائج إلى تحسن ملحوظ في السلوكيات الاجتماعية التي يظهرها هؤلاء الأطفال، بالإضافة إلى انخفاض مستوى الضغوط الوالدية.

وهدفت دراسة مالمبيرج (Malmberg, 2007) إلى التعرف إلى فاعلية برنامج قائم على التعلم التعاوني لأمهات الأطفال التوحديّين، يهدف إلى تدريبهن على أساليب خفض السلوك النمطي لأطفالهن التوحديّين. تكونت عينة الدراسة من ست أمهات تراوحت أعمار أطفالهن ما بين (٤-١٠ سنوات). وأسفرت نتائج الدراسة عن: انخفاض معدل تكرار السلوك النمطي لأطفال العينة، وأظهر الأطفال انخفاضاً في حدة السلوك اللاتكيفي، واكتساب الأمهات لفنيات تعديل السلوك، وإمكانية تطبيقها على أطفالهن، وانخفاض مستوى الضغوط لدى الأمهات. وهدفت دراسة وانج (Wang, 2008) إلى تقييم مهارات تفاعل الوالدين مع أطفالهم التوحديّين، وأثر اشتراكهم في برنامج لتنمية مهارات الوالدين في تحسين التفاعل بينهم وبين أطفالهم التوحديّين. تكونت عينة الدراسة من (٢٧) من آباء الأطفال التوحديّين، تم تقسيمهم إلى مجموعتين: (تجريبية وعددهم ١٥، وضابطة عددهم ١٢). أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة بين المجموعتين لصالح أفراد المجموعة التجريبية؛ حيث أصبح الوالدان أكثر تقبلاً لأطفالهم، وأكثر تفاعلاً معهم أثناء اللعب الحرّ، وأظهروا استمتاعاً بالتفاعل مع أطفالهم.

كما تناولت المساعدة (٢٠١٠) دراسة بعنوان: "أثر برنامج تدريبي قائم على التمكين النفسي في تحسين الحنو على الذات والرضا الزواجي لدى امهات الأطفال المعاقين". تم اختيار (٢٠) اما. توصلت الدراسة إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي على مقياس الحنو على الذات بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى وجود أثر للبرنامج الإرشادي في تحسين مستوى الحنو على الذات لدى الأمهات اللواتي تعرضن للبرنامج التدريبي. وأشارت النتائج إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية على قياس المتابعة على مقياس الحنو بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى أن التغيرات التي حدثت نتيجة للبرنامج استمر خلال فترة المتابعة. وتناولت دراسة محمد (٢٠١٠) بعنوان: "فاعلية مشاركة الأمهات في برنامجين أحدهما تدريبي

لأطفالهن المعاقين عقلياً القابلين للتعلم لتحسين توافقهم النفسي والآخر إرشادي للأمهات لمواجهة الضغوط النفسية"، تكونت عينة الدراسة من (٦٨) طفلا وطفلة من المعاقين عقلياً القابلين للتعلم، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا، بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين من أمهات الأطفال عينة الدراسة المشاركات وغير المشاركات في البرنامج الإرشادي في اتجاه مجموعة الأمهات المشاركات

وتناولت دراسة سعود والبطاينة (Sa'oud & Al-Batayneh, 2011) أثر برنامج تدريبي في تعديل اتجاهات والديّ الأطفال التوحديّين نحو أطفالهم. وقد تم بناء برنامج تدريبي هدفه تعديل الاتجاهات لديهم، وتقديم فكرة عن التوحد، وكيفية التعامل معه. وتكونت عينة الدراسة من ٤٠ أباً وأماً لأطفال توحديين تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية؛ أظهرت النتائج أنّ المستوى العام لتقديرات اتجاهات الوالدين نحو أطفالهم التوحديّين هو مستوى تقدير إيجابي، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية على البعد الثاني (التعامل مع الأبناء التوحديّين)، وعلى الأداة كلها، تُعزى لمتغير المجموعة، ولصالح المجموعة التجريبية. وهدفت دراسة صالح وشافي (Saleh& Shafi',2015) إلى إعداد برنامج إرشادي أسري؛ لتنمية بعض مهارات رعاية الذات لدى الأطفال التوحديّين. تم استخدام المنهج شبه التجريبي؛ حيث تكونت العينة من والديّ (١٠) أطفال توحديّين، تتراوح أعمارهم بين (٤-٦) سنوات. أثبتت الدراسة الحالية صحة الفروض المرتبطة بتحسن أفراد المجموعة التجريبية في رعاية الذات بالمقارنة مع المجموعة الضابطة.

وهدفت دراسة العياصرة (٢٠١٧) إلى التعرُّف على فعاليّة برنامجين إرشاديين مستندين إلى العلاج الواقعي والوجودي في تنمية التخطيط والتمكين النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً في المملكة الأردنية الهاشمية، تألّفت عيّنة الدِّراسة من (٤٤) أماً من أمهات الأطفال المعاقين، أشارت النَّتائج إلى وجود فروق دالّة بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة والمجموعتين الضّابطة في التخطيط والتمكين النفسي في الاتجاه الأفضل لصالح المجموعتين التجريبيّة على القياس البَعدي في البرنامجين الواقعي والوجودي، كما أشارت النتائج أيضا إلى استمرارَ فاعلية البرنامج في التخطيط والتمكين النفسي في القياسين البَعدي والتتبُّعي بعد مدة شهر لدى أفراد المجموعتين التجريبية. واخيرا تناولت دراسة القرالة والتخاينة والضلاعين (٢٠١٨) الكشف عن فعالية برنامج إرشاد أسري في تنمية إدارة وتقدير الذات، لدى أمهات الأطفال التوحديّين في محافظة الكرك، وقد اتّبع الباحث المنهج شبه التجريبي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أمًا، أظهرت نتائج الدراسة أنّ عضوات المجموعة التجريبية –وهنّ الأمهات– قد ظهر تحسن لديهنّ في مستوى إدارة الذات وتقديرها، مقابل المجموعة الضابطة التي لم يظهر فيها تحسن لديهن. كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في مقياس إدارة الذات، ومقياس تقديرها.

يتبين من خلال استعراض الدراسات السابقة وجود عدد من الدراسات التجريبية التي تناولت امهات الاطفال المعاقين والتوحديين، وقد تناولت تلك الدراسات متغيرات مختلفة للعمل على تطويرها ولكن متغير مهارات التعايش بواقعية فلا توجد اي دراسة تطرقت له، وتستفيد الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في منهجية الدراسة ومناقشة النتائج وعند تطوير اداة الدراسة وعند بناء البرنامج الارشادي.

منهجية الدراسة:

تم استخدام المنهج الشبه تجريبي للوصول الى النتائج وتقديم التوصيات المقترحة من قبل الباحثة، وذلك اعتماداً على نتائج المقاييس المطبقة على العينة في محافظة الجوف.

أفراد الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من امهات الاطفال المعاقين عقليا في مراكز ذوي الاعاقة في محافظة الجوف في المملكة العربية السعودية، وتم اختيار عينة قصدية من مراكز التربية الخاصة في المحافظة بحيث شكل احد المراكز افراد العينة التجريبية والبالغ عددها (١١) أما والمركز الآخر اعضاء العينة الضابطة والبالغ عددها (١١) وقد تعرضت المجموعة التجريبية للبرنامج الارشادي فيما لم يخضع أفراد المجموعة الضابطة لأي برنامج ارشادي او تدخل. وقد تم اختيار افراد عينة الدراسة الاستطلاعية بواقع (٣٠) أما من خارج افراد عينة الدراسة وداخل المجتمع.

ادوات الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، تم اعداد مقياس مهارات التعايش بواقعية، وبناء برنامج ارشادي مستند الى العلاج المعرفي السلوكي.

أولا: مقياس مهارات التعايش

قامت الباحثة بإعداد مقياس يتناول مهارات التعايش بواقعية من خلال العودة الى الادب النظري والدراسات السابقة المرتبطة وقد تكون المقياس بصورته الاولية من (٤٥) فقرة، وثلاثة أبعاد وهي: بعد البحث عن البيانات والمعلومات المرتبطة بالابن وخصائصه ونقاط القوة لديه، وبعد البحث عن المصادر الداعمة للام عند وجود طفل معاق لديها، والبعد الثالث يرتبط بوجود خطط واقعية لدى الام في التعامل مع ابنها في المستقبل. وقد قامت الباحثة بالتحقق من الصدق والثبات للمقياس من خلال:

١-**صدق المحكمين** حيث تم عرض المقياس على نخبة من المتخصصين في ميدان الارشاد النفسي والتربوي، حيث قام (١٢) محكما بالاطلاع على المقياس، وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات عليها واعادة صياغة (١٣) فقرة، بناء على ما اتفق علُيه أكثر من ٨٠ % من المحكمين.

٢-**صدق البناء الداخلي:** تم التحقق من صدق البناء الداخلي من خلال تطبيقه على أمهات لأطفال معاقين عقليا من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع بواقع (٣٠) أما، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية، وبين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للمقياس. وتبين وجود الاتساق الداخلي، حيث تراوحت الدرجات بين (٠.٤٦ و٠.٧٢) وجميعها دالة عند مستوى (٠.٠٥) بين البعد والدرجة الكلية، كما تراوحت للفقرات مع الدرجة الكلية بين (٠.٣٣-٠.٧١) مما يدل على تمتع المقياس بصدق داخليا يجعل منه أداة صادقة لما وضعت من أجله بينما عند تطبيق البناء الداخلي بين الفقرة والدرجة الكلية فقد كانت جميع العبارات دالة إحصائيا.

٣-**معامل الفا كرونباخ:** حيث تم حساب الثبات الكلي للمقياس وابعاده المختلفة عن طريق حساب معامل ألف كرونباخ والجدول (١) يبين النتائج.

٤-**التجزئة النصفية** تم حساب الثبات الكلي لمقياس مهارات التعايش بواقعية وأبعاده المختلفة بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثبات لكل بعد من الأبعاد باستخدام التجزئة النصفية ثم ايجاد معامل الثبات المعدل والجدول (١) يبين النتائج.

٥-**الثبات بطريقة الاعادة:** كما تم حساب الثبات بطريقة الإعادة من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية (٣٠) أما من خارج عينة الدراسة وداخل المجتمع، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين والجدول (١) يبين النتائج

جدول (١): معاملات ثبات مقياس مهارات التعايش بواقعية عن طريق ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية والثبات بطريقة الاعادة

المجال	عدد الفقرات	التجزئة النصفية	معاملات ألفا كرونباخ	الثبات بطريقة الاعادة
جمع المعلومات المرتبطة بالابن	١٥	٠.٥٠**	٠.٤٦	٠.٨٢**
المصادر الداعمة للأم	١٥	٠.٧١**	٠.٥٦	٠.٧٧**
التخطيط الواقعي للأبن	١٥	٠.٧٧**	٠.٨١	٠.٨١**
المجموع	٤٥	٠.٧٩**	٠.٦٩	٠.٩٢**

** معامل الارتباط دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠.٠٥)

التصحيح والتفسير:

تتطلب الإجابة على فقرات المقياس الاختيار من ضمن سلم متدرج حسب تدريج ليكرت الخماسي: بحيث تعطى موافق بشدة (٥) درجات، موافق (٤) درجات، ومحايد (٣) درجات، وغير موافق (٢) درجة، وغير موافق بشدة (١) درجة، وتتراوح العلامة على الدرجة الكلية بين ٤٥-٢٢٥، حيث تم احتساب المدى= أكبر قيمة – أقل قيمة /عدد الفئات

المدى = ٥-١/٣ ، المدى = ١.٣٣، ويمكن تفسير الدرجات التي تحصل عليها أمهات العينة على النحو الآتي:

- مستوى متدن من مهارات التعايش بواقعية من (١-٢.٣٣) على مستوى الفقرة.
- مستوى المتوسط من مهارات التعايش بواقعية من (٢.٣٤-٣.٦٦) على مستوى الفقرة.
- مستوى مرتفع من مهارات التعايش بواقعية من (٣.٦٧-٥) على مستوى الفقرة .

ثانيا: البرنامج الارشادي

تم بناء برنامج ارشادي في الدراسة الحالية لتطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية ، وقد استند البرنامج على العلاج المعرفي السلوكي في معظم جلساته، وقد تكون البرنامج الارشادي من (١٥) جلسة، مدة كل جلسة (٤٥) دقيقة، وللتحقق من مناسبة البرنامج تم عرضه على (٦) من المحكمين من المختصين في جامعة الجوف في الارشاد النفسي والتربوي، وقد ابدو بعض الملاحظات وتم اخذها بعين الاعتبار، وفيما يلي لمحة موجزة عن جلسات البرنامج الارشادي:

الجلسة الاولى: بناء علاقة ارشادية مع الامهات والحديث عن البرنامج الارشادي واهدافه والاتفاق على معايير المجموعة الارشادية.

الجلسة الثانية: الحديث عن دورة الحياة ودور الاسر في تقبل الادوار المختلفة للأسرة والازمات المختلفة لها.

الجلسة الثالثة: مساعدة افراد الاسرة في اكتساب معلومات عن افرادها بطرق مختلفة ومناسبة

الجلسة الرابعة: اكتشاف الافكار الخاطئة لدى الامهات المرتبطة بأبنائهن المعاقين عقليا .

الجلسة الخامسة: العمل على مناقشة الامهات بأفكارهن الخاطئة والمشوهة المرتبطة بأفكارهن من اجل دحض تلك الافكار السلبية واستبدالها بأفكار ايجابية.

الجلسة السادسة: تعليم الامهات مهارة ادارة الوقت بوجود عبء من ابنائهن يرهقهن ويمنعهن من القيام بالواجبات الموكولة اليهن بشكل مناسب.

الجلسة السابعة: عرض نماذج ايجابية للأمهات تساعد في تقبل الاطفال ذوي الاعاقة العقلية بحيث تكون النماذج رمزية وحية.

الجلسة الثامنة: ممارسة لعب الدور مع الامهات وابنائهن بحضور الابناء للتعامل بشكل واقعي ومناسب مع ابنائهن.

الجلسة التاسعة: العمل على اعداد خطة مناسبة واقعية للأمهات تناسب اطفالهن ذوي الاعاقة العقلية.

الجلسة العاشرة: الحديث عن مستقبل ابنائهن وكيفية التعامل مع المشكلات المتوقعة مع الاطفال في المستقبل.

الجلسة الحادية عشر: اشراك الامهات مع المعلمات للحديث حول اساليب واقعية بسيطة لتدريس ابنائهن والمطلوب من الامهات في هذا المجال.

الجلسة الثانية عشر: مساعدة الامهات على الوصول الى الهدوء والراحة والاسترخاء من خلال تطبيق الاسترخاء التنفسي والذهني للتقليل من الضغوطات.

الجلسة الثالثة عشر: مساعدة الامهات على استكشاف المشكلات المرتبطة بأبنائهن ذوي الاعاقة العقلية .

الجلسة الرابعة عشر: العمل على مساعدة الامهات في وضع بدائل مختلفة للمشكلة والعمل على مساعدتهن في اختيار قرارات مناسبة مرتبطة بأبنائهن.

الجلسة الخامسة عشر: الانهاء والتقييم للبرنامج الارشادي.

نتائج الدراسة:

السؤال الأول: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيَّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة والمجموعتين الضّابطة على القياس البَعدي في تنمية مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا؟

للتحقق من صحة هذا السؤال تم استخدام اختبار مان وتني (Mann–Whitney) لتوضيح دلالة واتجاه الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية وبين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التعايش بواقعية، والجدول (٢) يوضح نتائج هذا السؤال:

جدول (٢): الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التعايش بواقعية

الأبعاد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جمع المعلومات المرتبطة بالابن	الضابطة	١١	٨.٧٣	٩٦.٠٠	-٢.٠٢	٠.٠٤ *
	التجريبية	١١	١٤.٢٧	١٥٧.٠٠		
المصادر الداعمة للأم	الضابطة	١١	٧.٧٧	٨٥.٥٠	-٢.٧٣	٠.٠٠٥**
	التجريبية	١١	١٥.٢٣	١٦٧.٥٠		
التخطيط الواقعي للابن	الضابطة	١١	٦.٤٥	٧١.٠٠	-٣.٧٤	٠.٠٠٠**
	التجريبية	١١	١٦.٥٥	١٨٢.٠٠		
الدرجة الكلية	الضابطة	١١	٧.٧٣	٨٥.٠٠	-٢.٧٦	٠.٠٠٠**
	التجريبية	١١	١٥.٢٧	١٦٨.٠٠		

****دال عند مستوى الدلالة (α=٠.٠١) *دال عند مستوى الدلالة (α=٠.٠٥)**

يتضح من الجدول (٢) بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية، وبين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي في مقياس مهارات التعايش بواقعية على الأبعاد والدرجة الكلية وذلك لصالح المجموعة التجريبية. ويرجع فعالية البرنامج لاستخدام نظرية العلاج المعرفي السلوكي في الدراسة الحالية والتي اشتملت التركيز على استراتيجيات تفاعلية متنوعة منها التركيز على النمذجة ولعب الدور والاسترخاء ، وتم تدريب الأمهات حول كيفية التعامل مع ابنائهن المعاقين، وبشكل عام فإن الباحثة تفسر فعالية البرنامج الإرشادي المتبع في ضوء الأثر الايجابي للبرنامج والذي ركز على التعليم والتفسير والشرح للأمهات، وكذلك لتنوع الفنيات المستخدمة ومنها فنيات الألعاب، وتنوع الأنشطة المستخدمة وخاصة الأنشطة التفاعلية التي تمت بين الأم وابنها المعاق وساعدت في تعديل شكل التفاعل، والاستعداد والحافز من قبل الأمهات للتعلم والتدريب والتطوير والتحسين حتى ينعكس ذلك على ابنائهن، وترتيبات البرنامج واستخدام المنطق في عرض الجلسات بحيث تسلسل في الجلسات حتى تصل إلى تعليم شامل للأم وتدريبها حول كيفية التعامل مع ابنائها، بحيث انعكس كل ذلك في زيادة الأسلوب المهارات الواقعية للتعايش مع ابنائهن وساعدهن ذلك في التقبل لابنائهن والتخطيط المستقبلي بطريقة واقعية وجمع المعلومات بطرق ميسرة ودعم الامهات من عدة مصادر. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة غرابة وطه (٢٠٠٠)، ودراسة ابراهيم (٢٠٠٥)، ودراسة ساندرا (Sandra, 2007) ودراسة مالمبيرج (Malmberg, 2007) ودراسة وانج (Wang, 2008) ودراسة المساعدة (٢٠١٠) ودراسة محمد (٢٠١٠) ودراسة سعود والبطاينة (Sa'oud & Al-Batayneh, 2011) ودراسة صالح وشافي (Saleh& Shafi',2015) ودراسة العياصرة (٢٠١٧) ودراسة القرالة والتخاينة والضلاعين (٢٠١٨) حول دور البرامج الارشادية الموجهة للأم في تحسين مهارات وجوانب مختلفة لدى الابناء المعاقين وذوي الاحتياجات الخاصة.

السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيَّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)، بين مُتوسِّطات أداء أفراد المجموعتين التجريبيّة على القياس البَعدي والتتبُّعي في الاحتفاظ بالأثر في مهارات التعايش بواقعية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا؟

وللإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار ولكوكسون (Wilcoxon) وذلك لتوضيح دلالة واتجاه الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات التعايش بواقعية، ويوضح الجدول (٣) نتائج هذا السؤال:

جدول (٣): الفروق بين متوسطات ودرجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لمقياس مهارات التعايش بواقعية

المقياس	العدد	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جمع المعلومات المرتبطة بالابن	الرتب الموجبة	٣	٥.١٧	١٥.٥٠	-٠.٣٥	٠.٧٣
	الرتب السالبة	٥	٤.١٠	٢٠.٥٠		
	التساوي	٣				
	الإجمالي	١١				
المصادر الداعمة للام	الرتب الموجبة	٣	٧.٣٣	٢٢.٠٠	-٠.٥٦	٠.٥٧
	الرتب السالبة	٧	٤.٧١	٣٣.٠٠		
	التساوي	١				
	الإجمالي	١١				
التخطيط الواقعي للابن	الرتب الموجبة	٤	٤.١٢	١٦.٥٠	-١.٤٧	٠.١٤
	الرتب السالبة	٧	٧.٠٧	٤٩.٥٠		
	التساوي	٠				
	الإجمالي	١١				
الدرجة الكلية	الرتب الموجبة	٧	٧.٥٧	٥٣.٠٠	-١.٧٨	٠.٠٨
	الرتب السالبة	٤	٣.٢٥	١٣.٠٠		
	التساوي	٠				
	الإجمالي	١١				

يتضح من الجدول (٣) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠.٠٥) بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، في مقياس مهارات التعايش بواقعية. لقد اتضحت استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي من خلال عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج والمتابعة بعد شهر من خلال احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية في الأثر ، ويؤكد ذلك فعالية الأنشطة والتفاعل والمعلومات والاتجاهات والمهارات التي تعلمتها هؤلاء الأمهات عند التعامل مع أبنائهن، وقدرتهن في الاحتفاظ بالمهارات والسلوكيات والأفكار الجديدة المكتسبة والمحافظة على مستوى مناسب من تحسن الأساليب الايجابية في التعامل بواقعية مع ابنائهن. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة ابراهيم (٢٠٠٥)، كما تتفق مع نتائج دراسة المساعدة (٢٠١٠) كما تتفق مع نتائج دراسة العياصرة (٢٠١٧) ودراسة القرالة والتخاينة والضلاعين (٢٠١٨) حيث تشير كل الدراسات السابقة ان هناك احتفاظ وفعالية مستمرة للأثر وان البرنامج استمر اثره لدى الأعضاء.

التوصيات:

١. الاستعانة بالبرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في تحسين تنمية مهارات التعايش بواقعية لدى الأمهات الذي لديهم ابناء معاقين عقليا.

٢. العمل توظيف فنيات العلاج المعرفي السلوكي في العمل مع الأمهات لما للنظريتين من اساليب بسيطة وعملية .

٣. الطلب من المرشدين رعاية امهات الاطفال المعاقين عقليا من اجل رعاية الابناء بطريقة مناسبة.

٤. توجيه الدراسات التالية للقيام بالمزيد من الدراسات حول أمهات الاطفال المعاقين عقليا وتخصيص برامج خاصة بهم حيث انهم طاقة بشرية غير مستغلة بالشكل المناسب.

٥.ضرورة العمل من خلال ورش العمل والمحاضرات في المراكز الأسرية على رعاية أمهات الاطفال المعاقين عقليا.

٦.ضرورة دعم الام من كافة الجهات والمؤسسات التربوية والثقافية والاجتماعية خاصة في اكتشاف ان لديها ابن ذوي احتياجات خاصة.

٧.ضرورة توعية أفراد الأسرة والقائمين على رعايتها بإتباع الأساليب السوية مع الأبناء ذوي الاحتياجات الخاصة.

المراجع:

اولا: المراجع العربية

ابراهيم، ايمان (٢٠٠٥). **دراسة حول فاعلية برنامج جمعي سلوكي لأمهات الأطفال المعاقين عقلياً في خفض بعض مشكلات الأطفال السلوكية في قطر**، رسالة ماجستير غير منشور، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان.

ابو اسعد، احمد (٢٠١٥). **تعديل السلوك الانساني**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

الأحمد، محمد رفيق محمد (٢٠١٧) .**فعالية برنامجين إرشاديين مستندين إلى العلاج الواقعي والوجودي في تنمية التخطيط والتمكين النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً**. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة موتة

البلوي، ريما سالم، (٢٠١٣). **مستوى قلق المستقبل لدى أمهات الاطفال التوحديين في المملكة العربية السعودية**، جامعة مؤتة، الاردن.

دعو، سميرة وشنوفي، نورة (٢٠١٣). **الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى أم الطفل التوحدي، دراسة عيادية لخمس حالات**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أكلي محمد أولحاج (البويرة)، الجزائر.

الخطيب، جمال (٢٠١٠). **مقدمة في الإعاقة الذهنية**. عمان: دار وائل للنشر.

الروسان، فاروق. (٢٠١٣). **سيكولوجية الأطفال غير العاديين، مقدمة في التربية الخاصة، (٢)**، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

سيد، إمام ومصطفي، محمود (٢٠٠٧). **نموذج العمل مع أسر التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة**. المؤتمر العربي الثاني (الإعاقة الذهنية بين التجنب والرعاية). www.gulfkids.com/ar/index.php

الصمادي، جميل (١٩٨٨). مساهمة متغيرات الجنس والعمر عند الاصابة بالاعاقة والحالة الاجتماعية والحالة الصحية والمستوى الاقتصادي في التعايش مع الاعاقة الجسمية، **دراسات**، العلوم الانسانية، ١٥(٨)، ٧٣-٩٠.

علي، سحر (٢٠١٢). **فاعلية الإرشاد الأسري المبكر في تحسين جوانب السلوك التكيفي لدى الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.

عوض، رئيفة (٢٠٠٠). **فعالية برنامج سلوكي معرفي في تخفيف الضغوط النفسية والسلبية لدى المراهقين من الجنسين**. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا، طنطا، مصر.

غرابة، مسعود وطه، طه (٢٠٠٠). أثر برنامج ترويحي (رياضي – ثقافي صحي) على السلوك الصحي والتعايش مع الاعاقة للمعاقين حركيا في المملكة العربية السعودية، **بحوث التربية الرياضية**، ٢٣(٥٣)، ٣٣١-٣٥٩.

القرالة، عبد الناصر والتخاينة، صهيب، والضلاعين، انس (٢٠١٨) فعالية برنامج إرشاد أسري في تنمية إدارة الذات وتقديرها، لدى أمهات الأطفال التوحديّين في محافظة الكرك. **مجلة جامعة النجاح للأبحاث**، ٣٢(١)، ١-٣٠.

القرزعي، عبد الله (٢٠١٣). **فن التعايش مع الآخر والتأثير فيه**، الكويت.

القريطي، عبد المطلب أمين. (٢٠٠١). **سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم**، القاهرة: دار الفكر العربي.

القيشاوي، ذوقان خليل أمين (٢٠٠٨). واقع التسامح والتعايش في المجتمع الفلسطيني، **ورقة عمل مقدمة إلى ملتقى الحريات الثاني**، فلسطين.

اللقاني، جيهان (٢٠١٢). **العلاقة بين ممارسة العلاج الأسري والتخفيف من حدة الضغوط الواقعة على أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا**. أطروحة دكتوراه، غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، القاهرة.

محمد، أحمد (٢٠١٠). فاعلية مشاركة الأمهات في برنامجين أحدهما تدريبي لأطفالهن المعاقين عقلياً القابلين للتعلم لتحسين توافقهم النفسي والآخر إرشادي للأمهات لمواجهة الضغوط النفسية. **التربية** (جامعة الأزهر). مصر، ١٤٤(٢)، ١١٥-١٤٨.

محمد، امنة (٢٠١٦). **برنامج مقترح يستخدم استراتيجية المحاكمة العقلية في تنمية قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر لدى الطلاب الدارسين لمادة علم النفس بالمرحلة الثانوية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.

محمد، عبد الصبور (٢٠١٢). **التخلف العقلي في ضوء النظريات: نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية**. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

المساعدة، غادة (٢٠١٠). **أثر برنامج تدريبي قائم على التمكين النفسي في تحسين الحنو على الذات والرضا الزواجي لدى امهات الأطفال المعاقين**. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الزرقاء.

النبراوي، نجلاء سامي، (٢٠١٥). **ذوو الاحتياجات الخاصة في المغرب**. على موقع /http://www.alukah.net/library/0/94591

ثانيا: المراجع الاجنبية

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities.(٢٠٠٨) **AAIDD**. 9th Ed. AAIDD. Washington D.C

Boyd, B. (2003). Examining the relationship between stress and lack of social support in mothers of children with autism. **Focus on Autism & Other Developmental Disabilities**, 7(1),208-216.

Hill , F., Newmwn , R ,& Le Grange , L.(2003) .Subjective Perceptions of Stress And Coping By Mothers of Children With An Intellectual Disability : A Need Assessment . **International Journal of Special Education** , 18 (1)

Malmberg, Debra, Berry (2007). **Assessment of a collaborative parent education program targeting the rigid and ritualistic behavior of children with autism**. (Ph.D. thesis. Faculty of Claremont Graduate University). Retrieved from: http://search.proquest.com/docview/304891194/fulltextPDF/C3AE7154B8514EAFPQ/1?accountid=142908

Prian, B. (2002) **Examining the relationship between stress and luck of social support in mothers of children with autism**, Focus on Autism &Other Development Disabilities.

Saleh, Mushira and Shafi'i, Khadija (2015). The effectiveness of Family Counseling on developing some skills, of self-care among a sample of autistic children, **Education**, Egypt 162 (1), 376- 293.

Sandra, Bih-Ching (2007). **Children with Autistic Disorder and their Mothers** (In) Mesmere, Barbara S. (Ed) New autism research developments. New York. Nova Science Publishers, Inc.

Sa'oud, Mona and Al-Batayneh, Osama (2011). The impact of a training program in modifying the attitude of autistic children's parents toward their children. Studies, **Educational Sciences**, 38 , 504-525.

Wang, Peishi (2008). Effects of a parent training program on the interactive skills of parents of children with autism in China. **Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities**, 5 (2), 96-104.