

الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد

"دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية"

د. أنساب شروف¹ رهف مروة²

(الإيداع: 28 كانون الأول 2025، القبول: 25 شباط 2025)

الملخص:

هدف البحث إلى تعرف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية وما هي أكثر أساليب مواجهة الضغوط النفسية شيوعاً لديهم، وقد اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، وأداتي البحث هما مقياس الضغوط النفسية من إعداد السرطاوي والشخص (1998) واستبانة أساليب مواجهة الضغوط النفسية من إعداد الباحثة، وقد تكون مجتمع البحث من جميع أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية، أما عينة البحث تألفت من (40) أم بينهم (22) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية و(18) أم من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد ممن يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية وقد تم سحبها بالطريقة العشوائية البسيطة، وأشارت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ووجود مستوى منخفض من الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، كما تبين أن أسلوب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية هو أسلوب التجنب؛ بينما جاء أسلوب التخطيط كأكثر الأساليب شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، أساليب المواجهة، الإعاقة الذهنية، اضطراب طيف التوحد، أمهات الأطفال ذوي الإعاقة.

¹ Assistant professor, psychological counseling department, faculty of education, Lattakia university,

² Postgraduate student (PhD), psychological counselling department, faculty of education, Lattakia university,

**psychological Stress and Coping methods among mothers of children
with Mental handicap and Autism Spectrum disorder
Field study in Lattakia City^{***}**

Rahaf. Morra²

Dr. Ansab. Charouf¹

(Received: 28 December 2025, Accepted: 19 February 2025)

ABSTRACT:

The research aimed to identify the level of psychological stress among mothers of children with mental handicap and mothers of children with autism spectrum disorder in the city of Lattakia and what are the most common methods of coping with psychological stress among them. The researcher adopted the descriptive approach, and the research tools are the psychological stress scale prepared by Al-Saratawi and Al-Shakhs (1998) and the questionnaire of methods of coping with psychological stress prepared by the researcher. The research community consisted of all mothers of children with mental handicap and autism spectrum disorder in the city of Lattakia. The research sample consisted of (40) mothers, including (22) mothers of children with mental handicap and (18) mothers of children with autism spectrum disorder who visit the Women's Support and Empowerment Center in the city of Lattakia. They were drawn using a simple random method. The results indicated a high level of psychological stress among Mothers of children with mental handicap and the presence of a low level of psychological stress in mothers of children with autism spectrum disorder. It was also found that the most common coping style in mothers of children with mental handicap is the avoidance style; while the planning style was the most common style in mothers of children with autism spectrum disorder.

Keywords: psychological Stress, Coping methods, Mental handicap, Autism Spectrum disorder, mothers of children with handicap.

* دكتورة –قسم التسويق – كلية العلوم الإدارية والمالية – الجامعة الوطنية الخاصة .

* PHD, Department Of Marketing, Faculty of Administrative and Financial Sciences, Al-Wataniya Private University,

المقدمة:

لازمت الضغوط النفسية psychological stress الإنسان منذ وجوده على الأرض، حيث يتعرض الأفراد في جميع مراحل حياتهم لضغوط نفسية من مصادر عديدة بسبب وجود مشكلة تعترض استقرارهم أو لمن يرتبطون بهم بعلاقات أسرية أو عاطفية، وقد عرّف لازاروس وفولكمان Lazarus & Folkman الضغوط النفسية بأنها ما ينشأ عن عملية تقييم الفرد للأحداث باعتبارها ضارة أو مهددة أو تمثل تحدياً، واستجاباته الممكنة لها (Lazarus & Folkman, 1984). تُعدّ ولادة طفل ذي إعاقة بمثابة صدمة تترتب عليها مجموعة من الضغوط بسبب الظروف غير العادية التي تعيشها أسر ذوي الإعاقة حيث تكمن مصادر الضغوط النفسية لدى والدي الأطفال ذوي الإعاقة في صدمة التشخيص المبدي، ثم أزمة الواقع المرتبطة بصعوبة رعاية طفل ذو إعاقة طويلة المدى والقلق على مستقبل الابن ذو الإعاقة وعدم القدرة على تحمل أعبائه، بالإضافة للمشكلات المعرفية والنفسية والعضوية، ومشكلات الأداء الاستقلالي، والمصاحبات الأسرية والاجتماعية للإعاقة أيضاً مشاعر اليأس والإحباط (حنفي، 2007، 71)، حيث يفرض وجود طفل ذي إعاقة إعادة تنظيم نظام الأسرة وإعادة تعيين الأدوار للوفاء بالمسؤوليات الجديدة ولا سيما الأم بحكم دورها الاجتماعي مما يجعلها تواجه مشاكل يومية متجددة نظراً لاعتمادية الطفل عليها فهي المتكفل الأول برعايته بالإضافة لكثرة المسؤوليات الملقاة على عاتقها؛ فهذه المسؤوليات لا يُستهان بها بوجود الطفل العادي لكن مع وجود طفل ذي إعاقة تزداد الأعباء ولا سيما وجود إعاقات معينة أكثر من غيرها كالإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد. تتمثل الإعاقة الذهنية بالتدني الملحوظ في القدرة العقلية والذي يُصاحبه قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر التكيف الاجتماعي مثل مهارات الاتصال اللغوي، العناية بالذات، الحياة اليومية والاجتماعية، الصحة والسلامة والعمل (شاهين، 2008، 15). كما يُمثل اضطراب طيف التوحد أحد اضطرابات النمو الشامل التي تتميز بقصور أو توقّف في نمو الإدراك الحسي واللغة ونمو القدرة على التواصل، والنمو المعرفي والاجتماعي، ويُصاحب ذلك نزعة انطوائية وانغلاق على الذات مع جمود انفعالي فيما عدا اندماج الطفل في أعمال أو حركات نمطية غير هادفة لفترات طويلة، أو ثورات غضب كردّ فعل لأي تغيير لإخراجه من عالمه الخاص (الشرقاوي، 2018)، إن ردود فعل الأمهات على الضغوط النفسية بعد تشخيص إعاقة طفلهن تُشكل عاملاً مهماً في تحسين واقع الطفل والأسرة بشكل عام، فقد ظهرَ مُصطلح المواجهة لأول مرة في أبحاث لازاروس سنة (1966) في كتابه الضغوط النفسية والمواجهة باعتبارها عملية التقييم المعرفي والجهود السلوكية لإدارة المطالب الخارجية أو الداخلية التي تمّ تقييمها على أنها تتجاوز طاقة الفرد (Rath & Hariharan, 2008, 30) بالعودة إلى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد تشمل أساليب المواجهة Coping methods with Psychological Stress كل ما من شأنه مساعدة الأمهات على مواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن وجود هذا الطفل لديهن، فلا يُمكن التخلّص من مشكلة الإعاقة أو استبعادها إنّما التعايش معها ومحاولة معالجة نتائجها من خلال بعض الأساليب، فهي بمثابة أساليب تعويضية في محاولة التوافق مع المواقف الصاغطة، والتي صنّفها لازاروس وفولكمان إلى الأساليب المتمركزة حول المشكلة بحيث يُمكن اتّخاذ إجراءات مُباشرة تجاه عامل الضغط النفسي، والأساليب المتمركزة حول الانفعال حين يتفاعل الفرد مع الضغوط النفسية من خلال تعديل بينته الداخلية (Rath & Hariharan, 2008, 31). بناءً على ما سبق من خصوصية الضغوط النفسية المترتبة على وجود طفل ذي إعاقة ذهنية واضطراب طيف التوحد وأهمية أساليب المواجهة في تحقيق التوافق النفسي لدى الأمهات جاء البحث الحالي ليلقي الضوء على الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد.

مشكلة البحث:

إنّ اكتشاف إعاقة الطفل مرحلة حاسمة تؤدي إلى التغير الجذري في المسار النفسي والاجتماعي والسلوكي للأسرة عامّة وللأمهات خاصّة باعتبارهن مقدمات الرعاية والأكثر احتكاكاً بالطفل، ممّا لا شكّ فيه أنّ أمهات الأطفال ذوي الإعاقة

لديه متطلبات تتجاوز تلك التي تواجهها أمهات الأطفال العاديين في عملية تنشئة الطفل وهذه المتطلبات قد تكون عامل من عوامل الضغوط النفسي، فمن خلال عمل الباحثة في جمعية خاصة لرعاية وتأهيل الأطفال ذوي الإعاقة في مدينة اللاذقية والتواصل مع بعض الأمهات وطرح بعض النقاشات عن صدمة ميلاد طفل ذو إعاقة ذهنية واضطراب طيف التوحد وكيفية التعايش مع الضغوطات النفسية الناجمة عن إعاقة ووجدت أن بعض الأمهات اللواتي تركن الطفل بدون تدريب أو تشخيص دقيق عالة في المنزل حتى سن متأخرة مما أحر حصوله على خدمات قد تحسن حالته بوقت مبكر كانوا أكثر شكاوى من كثرة الضغوط النفسية مقارنة بغيرهم، فضلاً عن ملاحظة بعض الأمهات غير المتقبلات لطفلهن لدرجة خجلهن من رؤية الآخرين له وبالتالي بقائهن بحالة توتر مستمر خوفاً من نظرة الآخرين للطفل واللجوء إلى حبسه بالمنزل أو إبعاده إلى أي مركز كي لا يراه الآخرون مما يزيد العبء والضغوط النفسية على الأمهات وينعكس سلباً على الطفل ذي الإعاقة والأسرة بشكل عام، وفي هذا السياق محلياً أظهرت دراسة كيخيا(2017) في سورية وجود مستوى متوسط من الضغوط النفسية لدى (58,8%) من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، كذلك أظهرت دراسة صابيح وساجيد (Sabin&Sajid,2006) في الباكستان أن مستوى الضغوط النفسي مرتفعاً حيث كانت أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يعانين من ضغوط نفسية أكثر من الآباء. بالتالي تحتاج أمهات الأطفال ذوي الإعاقة سواء الإعاقة الذهنية أو اضطراب طيف التوحد لاستخدام أساليب معرفية، أو سلوكية، أو انفعالية لمواجهة هذه الضغوط النفسية وقد اختلفت نتائج الدراسات فيما يخص هذه الأساليب حيث أظهرت دراسة الطويل (2016) في سورية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية أن أكثر أساليب المواجهة تفضيلاً لديهم كان أسلوب الممارسات المعرفية المتخصصة، في حين أظهرت دراسة درويش (2011) في سورية لدى أولياء أمور ذوي الإعاقة الذهنية أيضاً أن الممارسات الهروبية من أكثر الأساليب شيوعاً في المواجهة حيث شملت الدراستين السابقتين في البيئة السورية الوالدين معاً واقتصرت على ذوي الإعاقة الذهنية، في حين توصلت دراسة السعيد(2019) في الجزائر إلى أن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لديهم مستوى متوسط من الضغوط النفسية وتستخدم أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة، انطلاقاً من اختلاف هذه النتائج تتحدد مشكلة البحث بالسؤال الرئيس الآتي: ما الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية؟

أهمية البحث: الأهمية النظرية: تكمن أهمية البحث النظرية في:

- أهمية دراسة الضغوط النفسية الناتجة عن وجود طفل ذو إعاقة ذهنية واضطراب طيف التوحد نظراً لما يمكن أن تترك آثار فيسيولوجية ونفسية وسلوكية ومعرفية وانفعالية على الأمهات وبالتالي على توافقه النفسي بشكل عام.
- أهمية دراسة أساليب المواجهة لدى أمهات ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد من أجل التعرف على أكثر الأساليب استخداماً لديه وكيفية إدارة المطالب الخارجية والداخلية الضاغطة.
- تكمن أيضاً في أهمية وخصوصية الشريحة الانسانية التي يتناولها البحث وهي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد إذ أن الأم هي القائم الأول على رعاية الطفل نفسياً وجسدياً.
- الأهمية التطبيقية:** - قد تفيد نتائج البحث المرشدين النفسيين في تصميم برامج وقائية وإرشادية اعتماداً على تعرف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد ومن ثم التخفيف منها بالشكل الذي يحقق توافقاً نفسياً لهن.
- كما أنها قد تفيد العاملين في مجال الإرشاد النفسي في تنفيذ جلسات توعية وقائية وندوات ومحاضرات بهدف تدعيم أساليب المواجهة التوافقية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد باعتبارهم مقدم الرعاية الأول للأطفال مما قد تنعكس بشكل إيجابي على الأطفال ذوي الإعاقة.

أهداف البحث: يسعى البحث الحالي إلى:

- تعرّف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية.
- تعرّف أساليب مواجهة الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية.

أسئلة البحث:

- 1- ما مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية؟
- 2- ما أساليب مواجهة الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية ؟

حدود البحث: الحدود الزمانية: تم إجراء البحث خلال عام (2024)، وتم تطبيق أداتي البحث في الفترة الواقعة ما بين (24-9-2024) وحتى (16-10-2024). **الحدود المكانية:** مركز دعم وتمكين المرأة في اللاذقية التابع لجمعية موزاييك للإغاثة والتنمية الإنسانية. **الحدود البشرية:** أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد اللواتي يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية. **الحدود الموضوعية:** الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد.

مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية:

- **الضغوط النفسية Psychological Stress:** يُعرّفها لازاروس بأنها مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد بالإضافة إلى الاستجابات المترتبة عليها وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر وأساليب التعامل معه والدفاعات النفسية في مثل هذه الظروف (الطريي، 10، 1994). **إجرائياً:** تُعرّفها الباحثة بأنها ما تعكسه الدرجة التي تحصل عليها أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد على مقياس الضغوط النفسية المستخدم في البحث بأبعاده (بُعد الأعراض النفسية والعضوية، بُعد مشاعر اليأس والإحباط، بُعد المشكلات المعرفية والنفسية، بُعد المصاحبات الأسرية، بُعد الفلق على مستقبل الابن ذو الإعاقة، بُعد مشكلات الأداء الاستقلالي، بُعد عدم القدرة على تحمل أعباء الابن ذو الإعاقة).

- **أساليب المواجهة Coping methods:** عرّف لازاروس وفولكمان مواجهة الضغط النفسي بأنها "عملية التقييم المعرفي والجهود السلوكية لإدارة المطالب الخارجية، أو الداخلية التي تم تقييمها على أنها تتجاوز قدرة الفرد" (Rath & Hariharan, 2008, 30). **إجرائياً:** تُعرّفها الباحثة بأنها ما تعكسه الدرجة التي تحصل عليها أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد على استبانة أساليب مواجهة الضغوط النفسية المستخدمة في البحث ببعديها (الأساليب المتمركزة حول المشكلة التي تتضمن أسلوبين هما أسلوب التخطيط، وأسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي، وبُعد الأساليب المتمركزة حول الانفعال التي تتضمن أربعة أساليب وهي أسلوب التجنب، أسلوب الإنكار، أسلوب إعادة التقييم الإيجابي، أسلوب التفيس الانفعالي). لقد تبنت الباحثة في البحث الحالي تصنيف لازاروس وفولكمان وتبعاً لذلك فإن أساليب مواجهة الضغوط النفسية هي نوعين: **الأساليب المتمركزة حول المشكلة Problem-focused coping** تشمل:

1- **أسلوب التخطيط Planning:** يُقصد به تفكير الأم في كيفية التعامل مع الحدث الصاعق، ويشمل القيام بإجراءات كاقترح طرائق للتعامل مع المشكلة، أو التفكير في الخطوات ووضع البدائل، والتفكير بالعواقب، ثم التنفيذ، والتعامل النشط الهادف، واتخاذ إجراءات لإزالة أو احتواء المشكلة، كالمبادرة بعمل مباشر، أو بذل جهد مُضاعف، أو ادخار مبلغ من المال (المنصوري، 2014).

2- أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي **Support Seeking for social**: يشمل طلب الدعم الملموس كالنصيحة، أو المعلومة، أو المساعدة من متخصص، أو التحدث مع الآخرين لفهم الموقف واكتشافه بشكل أفضل، و يتضمن الممارسات المعرفية العامة والمتمثلة في قراءة الكتب المتخصصة حول الإعاقة، أو متابعة البرامج الخاصة بالإعاقة في وسائل الإعلام المختلفة، وكذلك التعرف على مصادر دعم ذوي الإعاقة في المجتمع، كذلك الممارسات المعرفية المتخصصة التي تُعلم المزيد عن الإعاقة وكيفية التعامل معها كمناقشة المتخصصين، أو الحصول على برامج تدريبية لاستخدامها مع الطفل ذي الإعاقة (حنفي، 2007).

الأساليب المتمركزة حول الانفعال **Emotion-focused coping** تشمل:

1- أسلوب التجنب **Avoidance**: هو أسلوب هروبي من الضغوط النفسية الموجودة في الواقع يتم إما من خلال الاستغراق في التفكير المحبب والعيش في التمني، وقد يظهر في محاولة الأم الابتعاد عن الموقف، أو تجنب الحديث عنه، أو تجنب الأفراد الذين قد يذكرونها بالمشكلة، وقد يظهر من خلال النوم، أو مشاهدة التلفاز، أو القيام بأنشطة، أو تناول أدوية مهدئة، وبالطبع هذا الأسلوب يُخدر الأم ويجعلها تتهرب من مواجهة الواقع (حجازي، 2015).

2- أسلوب الإنكار **Denial**: هو أسلوب وآلية دفاعية نفسية يتم فيها التهرب من المواجهة من خلال إلغاء إدراك خطورة الموقف والتصرف وكأنه غير موجود أصلاً وإنكار الواقع وحالات الضيق التي تنشأ عن استمرار حالة الإحباط لمدة طويلة بسبب العجز عن التغلب على العوائق التي تعترض إشباع الدوافع (الحنوتي، 2016).

3- أسلوب إعادة التقييم الإيجابي **Positive Reframing**: يتضمن بذل جهوداً للتفكير في الموقف المُجهَد بطريقة أكثر إيجابية، كالنظر إلى الأشياء من منظور مختلف، ومحاولة تحقيق أقصى استفادة مما هو متاح لذلك فإن إعادة تأطير التفكير بالمشكلة قد يُساعد على رؤية الأمور بمنظار آخر إيجابي بدلاً من التركيز على الجوانب السلبية والتركيز على الإيجابيات في الإنجاز التي تُعطي المزيد من الثقة بالنفس، وتقبل النتائج السلبية، والاعتراف بالأخطاء، وعدم التنصل من المسؤولية بإيجاد الأعداء والمبررات، أو تحميل المسؤولية للآخرين (النوايسة، 2013).

4- أسلوب التنفيس الانفعالي **Venting of Emotion**: يُمكن أن يكون بشكل جهود للحصول على الدعم الاجتماعي العاطفي من الآخرين والتفهم، والدعم المعنوي، والمساندة الاجتماعية من الأصدقاء، كذلك البحث عن مصادر المتعة والتسلية، أو أداء التمارين الرياضية كالجري، أو المشي، أو ممارسة أي نشاط بدني يستطيع أن يخفف من ردود الأفعال على الضغط النفسي ويقلل الآثار الناتجة عنه (النوايسة، 2013).

- الإعاقة الذهنية **Mental Handicap**: هي " تسمية مرتبطة بثلاثة مكونات أولها مُعدّل الذكاء الأقل من المتوسط، ثانياً قيود كبيرة في السلوك التكيفي الذي يُقلل من قدرة الفرد على تلبية التوقعات الثقافية والاجتماعية بالنظر إلى سنه، ثالثاً تظهر على الفرد قبل سن الثامنة عشرة" (Carey & others, 2020, 34).

- اضطراب طيف التوحد **Autism Spectrum disorder**: بحسب الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات العقلية يُعرّف بأنه "عجز ثابت في التواصل والتفاعل الاجتماعي في سياقات متعددة وعجز عن التعامل العاطفي بالمثل يتراوح من الأسلوب الاجتماعي إلى عدم البدء أو الرد على التفاعلات الاجتماعية كذلك العجز في سلوكيات التواصل غير اللفظية المستخدمة في التفاعل الاجتماعي والعجز في تطوير العلاقات والمحافظة عليها وفهمها لتلائم السياقات الاجتماعية المختلفة بالإضافة لأنماط متكررة محددة من السلوك والاهتمامات أو الأنشطة النمطية المتكررة للحركة أو استخدام الأشياء أو الكلام والإصرار على التشابه، والالتزام غير المرن بالروتين، أو أنماط طبقية للسلوك اللفظي أو غير اللفظي واهتمامات محددة بشدة وشاذة في الشدة أو التركيز محصورة بشدة مفردة المواظبة مع فرط أو تدني التفاعل مع الوارد الحسي أو اهتمام غير عادي في الجوانب الحسية من البيئة حيث تظهر الأعراض في فترة مبكرة

- من النمو كما تسبب الأعراض تدنياً سريرياً هاماً في مجالات الأداء الاجتماعي والمهني الحالي أو في غيرها من المناحي المهمة" (الحمادي، 2016، 29).
- أمهات الأطفال ذوي الإعاقة: إجرائياً: هنّ كل أم لديها طفل ذي إعاقة ذهنية أو اضطراب طيف التوحد، وعمره لا يتجاوز (12) عام يعيش معها وتتردد إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية.
- دراسات سابقة: أولاً- دراسات عربية:
- دراسة درويش (2011) سورية: بعنوان: "الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعوقين عقلياً وأساليب مواجهتها دراسة ميدانية على عينة من أولياء أمور المعوقين عقلياً في مدينة دمشق". هدفت إلى دراسة الضغوط النفسية لدى أولياء أمور ذوي الإعاقة العقلية وأساليبهم للمواجهة، وقد بلغ حجم العينة (40) ولي أمر، وأهم ما توصلت إليه أنّ الممارسات الهروبية من أكثر الأساليب شيوعاً في المواجهة، تليها الممارسات المختلطة، ثم الممارسات المعرفية العامة، ثم الممارسات المعرفية المتخصصة، يليها ممارسات وجدانية وعقائدية، وأنه لا يوجد فرق في أساليب المواجهة بين الآباء والأمهات، وتوجد فروق في أساليب المواجهة تبعاً للمؤهل العلمي لصالح أولياء الأمور الحاصلين على المؤهل الثانوي.
 - دراسة الطويل (2016) سورية: بعنوان: "الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وأساليبهم في التعامل معها". هدفت إلى تعرّف الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وعلاقتها بأساليبهم في التعامل مع هذه الضغوط، تكونت العينة من (30) ولي أمر في السويداء، استخدم الباحث مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية من إعداد السرطاوي والشخص، وتوصلت الدراسة إلى أنّ ترتيب أساليب المواجهة من الأكثر تفضيلاً إلى الأقل كالاتي: الممارسات المعرفية المتخصصة، الممارسات المعرفية العامة، الممارسات الوجدانية والعقائدية، الممارسات الهروبية، والممارسات المختلطة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فرق في أساليب المواجهة تبعاً لجنس الوالد.
 - دراسة كيخيا (2017) سورية: بعنوان "مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعوقين ذهنياً في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية". هدفت إلى تعرّف مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية والكشف عن الفروق تبعاً للمستوى التعليمي للأمهات وجنس الطفل ودرجة إعاقته، حيث تكونت العينة من (34) أم، واستخدمت مقياس الضغوط النفسية من إعداد السرطاوي والشخص، وأشارت النتائج إلى أنّ نسبة (14,7%) من الأمهات يعانين من الضغوط النفسية بدرجة مرتفعة، و(58,8%) بدرجة متوسطة، و(26,5%) لم تظهر لديهن أعراض الضغوط النفسية، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في الضغوط النفسية تبعاً للمستوى التعليمي للأمهات، جنس الطفل ذو الإعاقة، ودرجة إعاقته.
 - دراسة السعيد (2019) الجزائر: بعنوان: "أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد دراسة ميدانية بمدرسة أطفال التوحد وذوي الاحتياجات الخاصة ببوسعادة"، هدفت إلى تعرّف أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد والكشف عن مستوى الضغط النفسي لديهن، اعتمد الباحث المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (30) أم، وتم استخدام مقياس إدراك الضغط النفسي للفنستين ومقياس أساليب المواجهة ل لازاروس وفولكمان، وتوصلت إلى أنّ الأمهات تستخدمن أساليب المواجهة المتمركزة حول المشكلة، وأنّ مستوى إدراك الضغط النفسي لديهن كان متوسطاً، ولا توجد فروق في أساليب المواجهة تُعزى لكل من مستوى إدراك الضغط النفسي، سن الطفل، سن الأم، والمستوى التعليمي للأم.

ثانياً - دراسات أجنبية:

- دراسة صابيح وساجيد (Sabih&Sajid,2006) الباكستان: بعنوان " هناك ضغوط كبيرة بين آباء وأمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد"

"There is significant stress among parents having children with Autism"

هدفت الدراسة إلى تقييم مستوى الضغوط النفسية والعوامل المرتبطة به لدى آباء وأمهات المصابين باضطراب طيف التوحد، ضمت العينة (60) والد (30 أب و30 أم)، وتم استخدام مقياس للضغط النفسي والإجهاد الوالدي، وكانت أهم النتائج أن مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد العينة مرتفعاً، وكانت الأمهات يعانين من ضغوط نفسية أكثر من الآباء، أيضاً اختلف مستوى الضغوط النفسية تبعاً لعمر الطفل فقد كان مرتفعاً لدى والدي الأطفال الأصغر سناً.

- دراسة عبد الله وجري (Abudllahi& Gray,2018) فلندا: بعنوان: "استراتيجيات مواجهة الضغوط الأبوية المستخدمة من قبل والدي أطفال اضطراب طيف التوحد ودور الممرضات".

"Parental stress coping strategies used by parents of children with Autism Spectrum

Disorder and the role of Nurses".

الهدف هو التعرف على استراتيجيات المواجهة لدى والدي أطفال اضطراب طيف التوحد وما هو دور الممرضات في رعاية هؤلاء الأطفال، حيث تم استخدام تحليل المحتوى، وأظهرت النتائج أن الآباء يمكنهم تعديل موقف إعاقة طفلهم من خلال استخدام أنواع معينة من استراتيجيات المواجهة كالعلاقات الشخصية أو العائلية أو الأصدقاء والمجتمع (الدعم الاجتماعي والمساندة)، ووجدت الدراسة أيضاً أن استراتيجيات المواجهة التي تعتمد على اللجوء إلى الذين كانت فعالة، كما تلعب الممرضات دوراً مهماً في الرعاية والدعم وإرشاد الوالدين.

منهجية البحث وإجراءاته:

- منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج الوصفي. يُحاول المنهج الوصفي الإجابة عن سؤال ما هي طبيعة الظاهرة موضع البحث ويشمل ذلك تحليل بنيتها وبيان العلاقات بين مكوناتها، ومعنى ذلك أن الوصف يهتم أساساً بالوحدات، أو العلاقات، أو الفئات، أو الأنساق التي توجد بالفعل (أبو حطب وفؤاد، 2010).

- مجتمع البحث وعينته: تكوّن مجتمع البحث من جميع أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية، لكن من الصعب التوصل إلى إحصائية دقيقة لمعرفة حجم المجتمع الأصلي؛ لذلك قامت الباحثة بسحب عينة من الأمهات اللواتي يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية وقد جرى اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة، وقد بلغ حجمها النهائي (40) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد ويظهر الجدول (1) توزيع أفراد عينة البحث على المتغيرات المدروسة.

الجدول رقم (1): توزيع أفراد عينة البحث بحسب المتغيرات المدروسة

العدد	المتغير	
22	إعاقة ذهنية	نوع الإعاقة
18	اضطراب طيف التوحد	

أدوات البحث: 1- مقياس الضغوط النفسية:

وصف المقياس: اعتمدت الباحثة مقياس مستوى الضغوط النفسية لدى أسر ذوي الإعاقة من إعداد السرطاوي والشخص (1998)، وبعد أن قامت بالتأكد من مناسبته لأمهات أطفال ذوي إعاقة في مدينة اللاذقية أصبح مؤلف في صيغته النهائية من (72) بنداً الملحق (1) موزعة ضمن (7) أبعاد: بُعد الأعراض النفسية والعضوية يتألف من (18) بنداً، بُعد مشاعر اليأس والإحباط (16) بنداً، بُعد المشكلات المعرفية والنفسية (10) بنود، بُعد المصاحبات الأسرية (7) بنود، بُعد القلق

على مستقبل الابن ذو الإعاقة (7) بنود، بُعد مشكلات الأداء الاستقلالي (8) بنود، بُعد عدم القدرة على تحمل أعباء الابن ذو الإعاقة (6) بنود، ولكل بند خمس بدائل للإجابة (لا يحدث مطلقاً، يحدث نادراً، يحدث قليلاً، يحدث كثيراً، يحدث دائماً)، ولتصحيح المقياس تأخذ البدائل الدرجات التالية (5,4,3,2,1) على الترتيب.

صدق المقياس: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس بطريقتين: 1- صدق المحتوى (صدق المُحكّمين): حيث تمّ عرض المقياس بصورته الأولى على مجموعة مؤلفة من عشرة مُحكّمين من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية في جامعة اللاذقية، وذلك للتأكد أنّ المقياس يقيس ما وُضِع لأجله. وبعد اطلاع السادة المُحكّمين واقتراح التعديلات التزمت الباحثة بجميع الملاحظات من إعادة الصياغة لبعض البنود وحذف بعض البنود، فأصبح المقياس يتألف في صيغته النهائية من (72) بنداً موزعة ضمن (7) أبعاد. 2- الصدق البنائي: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة في مدينة اللاذقية من خارج عينة البحث، وجاءت النتائج بوجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات عبارات المقياس ككل عند مستوى دلالة (0,01)، أيضاً تبيّن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) و(0,05) بين درجة كل بند من بنود المقياس ودرجة البعد المُدرجة وفقه وبذلك تُعدّ أبعاد المقياس صادقة لما وُضعت لقياسه.

ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات للمقياس بطريقتين: 1- ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha حيث بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (0,96) وهو معامل ثبات مرتفع ممّا يدلّ على أنّ المقياس يتمتع بثبات جيّد وموثوق به من أجل جمع المعلومات. 2- ثبات التجزئة التصفية Split - half reliability: حيث بلغت قيمة معامل الثبات (0,88) وهو معامل ثبات مرتفع، وهذه القيمة مقبولة ودالة إحصائياً.

2- استبانة أساليب المواجهة: وصف الاستبانة: قامت الباحثة بتطوير استبانة لأساليب المواجهة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة بالاستناد إلى عدد من الأدوات بالاستناد إلى الأدوات التالية (مقياس إدارة استراتيجيات التكيف لدى آباء وأمّهات الأطفال ذوي الإعاقة من إعداد البسطامي (2013)، استبانة استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المُصابين بمتلازمة داون من إعداد صباح (2012)، مقياس CISS قائمة المواقف الصاغطة (Endler & Parker, 1990)، مقياس المواجهة لبولهان وآخرون Paulhan et al، مقياس استراتيجيات التكيف الصيغة المُعدّلة التي أعدها في الأصل لازاروس وفولكمان (1986)، سُلم استراتيجيات المواجهة WCC للرازوس وفولكمان، الصورة العربية لمقياس أساليب مواجهة الضغوط الصيغة المُختصرة ل تشارلز كارفر Charles .carver). تكوّنت الاستبانة بصورتها الأولى من (49) بنداً ذي تدرج ثلاثي للإجابة (دائماً، أحياناً، أبداً)، وبعد التحكيم تألفت بصورتها النهائية من (39) بنداً الملحق (2) وتوزعت البنود على بعدين: البعد الأول الأساليب المُتمركزة حول المشكلة (ويضم أسلوب التخطيط، البحث عن الدعم الاجتماعي) أمّا البعد الثاني الأساليب المُتمركزة حول الانفعال (ويضم أسلوب التّجنب، الإنكار، إعادة التقييم الإيجابي، التنفيس الانفعالي)، وتُحسب الدرجة بإعطاء الأوزان (3-2-1) على الترتيب، علماً أنّه ليس هناك درجة كُلية للاستبانة إنّما درجتان أساسيتان الأولى تعكس أساليب المواجهة المُتمركزة حول المشكلة، والثانية تعكس أساليب المواجهة المُتمركزة حول الانفعال، ويُوضّح الملحق (3) توزع البنود حسب كل أسلوب في الاستبانة، كما يُوضّح الملحق (4) البنود الإيجابية والسلبية في الاستبانة.

صدق الاستبانة: تمّ التحقق من صدق الاستبانة بطريقتين

1- صدق المُحكّمين: حيث قامت الباحثة بعرض الاستبانة بصورتها الأولى على مجموعة مؤلفة من عشرة مُحكّمين من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية في جامعة اللاذقية وبعد اطلاعهم على الاستبانة واقتراح التعديلات أصبحت الاستبانة بعد التّحكيم مؤلفة من (39) بنداً. 2- الصدق البنائي: قامت الباحثة بتطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية مكونة من (30) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة في مدينة اللاذقية من خارج عينة البحث فرد وللوصول إلى معاملات

الصدق تم حساب قيم معاملات الارتباط بين كل بند مع البعد الفرعي المُدرج وفقه، وبين درجة كل بند والدرجة الكلية للبند الأساسي الذي ينتمي إليه، وبين درجة كل بعد فرعي مع الدرجة الكلية للبند الأساسي، وبنتيجه التحليل الإحصائي تبيّن أنّ الاستبانة تتّصف بصدق داخلي جيّد حيث إنّ معاملات الارتباط بين البنود والأبعاد المُنتمية لها إيجابية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05، 0.01) وبذلك تُعدّ أبعاد الاستبانة صادقة لما وُضعت لقياسه.

ثبات الاستبانة: تمّ حساب معامل الثبات بطريقتين 1- ألفا كرونباخ: حيث بلغ معامل الثبات ألفا كرونباخ لبعد الأساليب المُتمركزة حول المشكلة (0.745)، أما معامل الثبات ألفا كرونباخ لبعد الأساليب المُتمركزة حول الانفعال بلغ (0.691) وهو معامل ثبات جيّد. 2- التّجزئة النّصفية: بلغت قيمة معامل الثبات بالتّجزئة النّصفية للأساليب المُتمركزة حول المشكلة (0.885) سبيرمان و (0.762) غوتمان وهو معامل جيّد وموثوق به، أما معامل الثبات بالتّجزئة النّصفية للأساليب المُتمركزة حول الانفعال بلغ (0.761) سبيرمان و (0.700) غوتمان.

نتائج البحث ومناقشتها:

السؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسيّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التّوحد في مدينة اللاذقية؟ للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد العينة على بنود مقياس الضغوط النفسيّة وفق ثلاث مستويات حسب المعيار الآتي: (أعلى درجة-أدنى درجة) ÷ 3 وبالتالي من (72) إلى (168) مستوى منخفض، من (169) إلى (264) مستوى متوسط، من (265) إلى (360) مستوى مرتفع، وقد أظهرت النتائج أنّ أفراد العينة يتوزعون على هذه المستويات كما يوضّح الجدول (2).

الجدول رقم (2): مستوى الضغوط النفسيّة لدى أفراد العينة

النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	العدد	مستوى الضغوط النفسيّة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	العدد	مستوى الضغوط النفسيّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية
39%	119.42	7	مستوى منخفض	9%	126	2	مستوى منخفض
33%	208.33	6	مستوى متوسط	32%	214.85	7	مستوى متوسط
28%	308.6	5	مستوى مرتفع	59%	294.53	13	مستوى مرتفع

يتضح من الجدول (2) أنّ النسبة الأكبر من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية لديهم مستوى مرتفع من الضغوط النفسيّة، تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كيوخيا (2017) في سورية التي توصلت إلى أنّ النسبة الأكبر من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية لديهم مستوى متوسط من الضغوط النفسيّة، وتفسّر الباحثة هذه النتيجة بأنّ الشعور بالضغط النفسي أمر نسبي بسبب وجود الفروق الفردية والاختلافات في تقييم حدث إعاقة الطفل على أنّه ضاغط، فضلاً عن ضعف معرفة بعض الأمهات بخصائص الطفل السلوكية قد يولد لديها شعور بالخوف أو القلق أو الإحباط وربما اتباع أساليب غير مجدية في التعامل معه، كذلك عدم وجود مصادر معرفة موثوقة، وأحياناً تضارب التشخيصات من قبل الاختصاصيين ممّا قد يجعل الأمهات بحالة تشتت وضياح، وكذلك استغلال بعض الأشخاص لحاجة الأهل وأملهم بشفاء الطفل التام يجعلهم يبحثون عن أي مصدر ليعطيهم العلاج، بالإضافة لندرة وجود اختصاصي متمكن يساعد الأم في ضبط سلوك الطفل هذا كله قد يجعل الضغوط النفسيّة للأمهات بمستوى مرتفع، أمّا بالنسبة للأمهات الأطفال ذوي

اضطراب طيف التوحد يتضح من الجدول (2) أن النسبة الأكبر من الأمهات لديهن مستوى منخفض من الضغوط النفسية، تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة السعيد (2019) في الجزائر التي توصلت إلى أن مستوى الضغط النفسي لدى الأمهات كان متوسطاً، ومع نتيجة دراسة صابيح وساجيد (2006) في باكستان التي توصلت إلى أن مستوى الضغط النفسي كان مرتفعاً، وتفسر الباحثة ذلك بأن الأمهات عندما تعرضن للصدمة عند اكتشاف إعاقة طفلهن قد تخطوا مراحل هذه الصدمة من نكران وآلام نفسية ثم تم تقبل واحتواء الموقف أي في النهاية سلمت الأمهات بوجود هذا الطفل لديهن وتقبلن الواقع وبدأت فترة التكيف والبحث عن حلول واقعية سواء بالتدريب أو التأهيل وربما تعدد المراكز التي تُعنى باستقبال أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية عاملاً مساعداً، كما يمكن تفسير ذلك بخصائص هذا الاضطراب فهو أكثر ما يؤثر على النمو الطبيعي للطفل في مجال الحياة الاجتماعية ومهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي والارتباط بالعالم الخارجي مما قد يجعل الضغوط النفسية لدى الأمهات نوعاً ما بمستوى أخف مقارنةً بأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

السؤال الثاني: ما أساليب مواجهة الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية؟ يتفرع عنه: 1- ما أساليب مواجهة الضغوط النفسية المتمركزة حول المشكلة الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية؟
2- ما أساليب مواجهة الضغوط النفسية المتمركزة حول الانفعال الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد في مدينة اللاذقية؟ للإجابة عن هذين السؤالين قامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وتحديد الوزن النسبي لدرجات إجابات أفراد العينة عند كل أسلوب من أساليب المواجهة، وكانت النتائج كما في الجدول (3) و(4).

الجدول رقم (3): ترتيب أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية

ترتيب أسلوب المواجهة	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد البنود	أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية
3	77.3	2,62	16,54	7	أسلوب التخطيط
4	76.5	3,04	12,71	6	أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي
1	87.1	3,73	22,54	9	أسلوب التجنب
5	66.3	2,15	6,93	4	أسلوب الإنكار
2	80.2	2,96	9,71	4	أسلوب إعادة التقييم الإيجابي
6	58.1	3,39	15,21	9	أسلوب التنفيس الانفعالي

يتضح من الجدول (3) أن أساليب المواجهة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية جاءت وفق الترتيب الآتي: أسلوب التجنب، أسلوب إعادة التقييم الإيجابي، أسلوب التخطيط، أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي، أسلوب الإنكار، وأخيراً أسلوب التنفيس الانفعالي. بالتالي فإن أسلوب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية هو أسلوب التجنب المتمركز حول الانفعال، تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة درويش (2011) في سورية كما تختلف مع نتيجة دراسة الطويل (2016) في سورية، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن تباين الأمهات في استخدام هذه الأساليب يعود إلى عدة عوامل منها سمات شخصيتهن، وقدراتهن الذاتية، وخبرتهن السابقة، والتقييمات المعرفية التي يعطونها لحدث

إعاقة طفلين حيث جاء ميل أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية إلى أسلوب التجنب المُتمركز حول الانفعال في المرتبة الأولى نظراً لدور الأمومة فهن يقضين معظم أوقاتهم في المنزل كمقدمات رعاية وبسبب عدم قدرتهن على ترك الطفل ذي الإعاقة الذهنية بمفرده لعدم قدرته على الاستقلالية، وربما بسبب شعورهن باليأس والعجز أحياناً أمام المُتطلبات والضغوط النفسية الناتجة عن إعاقة طفلين ذهنية وخصائصها وصعوباتها وقلة التقبل الاجتماعي والوصمة الاجتماعية للطفل مما يدفعهن لمواجهة ذلك بتجنب للضغط النفسي الواقع عليهن وخاصة من البيئة الخارجية كأسلوب للمواجهة.

الجدول رقم (4): ترتيب أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

ترتيب أسلوب المواجهة	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد البنود	أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد
1	88.19	2,82	18,52	7	أسلوب التخطيط
4	75.72	3,14	13,81	6	أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي
2	87.14	3,84	23,53	9	أسلوب التجنب
6	59.29	2,25	7,96	4	أسلوب الإنكار
3	81.16	2,09	9,62	4	أسلوب إعادة التقييم الإيجابي
5	66.33	3,48	16,01	9	أسلوب التنفيس الانفعالي

يُضح من الجدول (4) أنّ أساليب المواجهة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد جاءت وفق الترتيب الآتي: أسلوب التخطيط، أسلوب التجنب، أسلوب إعادة التقييم الإيجابي، أسلوب البحث عن الدعم الاجتماعي، أسلوب التنفيس الانفعالي، وأخيراً أسلوب الإنكار. بالتالي فإن أسلوب المواجهة الأكثر شيوعاً لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد هو أسلوب التخطيط المتمركز حول المشكلة، تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة السعيد (2019) في الجزائر، وتفسّر الباحثة ميل أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى أسلوب التخطيط المتمركز حول المشكلة في المرتبة الأولى بمرور الأمهات بمراحل الصدمة عند اكتشاف إعاقة الطفل التي تبدأ بالإنكار ثم الضيق والاكئاب ثم التكيف مع اختلاف الطفل وأخيراً تأتي مرحلة التقبل ونظراً لأنّ حالة اضطراب الطفل دائمة والمشكلات الخاصة به متكررة ومستمرة بالتالي تُسلم الأمهات بالواقع ويبدؤون التفكير في كيفية التعامل مع هذا الواقع والقيام بإجراءات للتعامل مع المشكلات التي تعترضهم، أي التعامل النشط الهادف واتخاذ إجراءات لاحتواء المشكلة مما قد تؤمن حلولاً للمشكلات التي تعترضهم بما يُخفف عنهم الضغوط النفسية الناتجة عن مشكلة اضطراب طيف التوحد لدى الطفل، وربما تردد هؤلاء الأمهات إلى مركز دعم وتمكين المرأة وحضور جلسات التوعية والدعم النفسي كان عاملاً مساعداً لزيادة قدرتهن على استخدام أسلوب التخطيط في مواجهة ضغوطهن النفسية.

مقترحات البحث: - إجراء جلسات إرشاد جماعي من قبل المرشدين النفسيين في مراكز الإعاقة الذهنية تستهدف الأمهات من أجل التركيز على رفع الوعي بأهمية أساليب المواجهة التي تحقق مستوى من التوافق النفسي والتقبل لديهن حيث جاء أسلوب التجنب بالترتيب الأول بالنسبة لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في البحث الحالي.

- تطوير المساعدات والخدمات سواء المجانية أو شبه مجانية من قبل المعنيين في القطاع الحكومي من حيث تأمين مراكز أو مُعينات مما يُخفف الأعباء والضغوط النفسية لدى أمهات ذوي الإعاقة الذهنية واضطراب طيف التوحد.

- إجراء المزيد من البحوث التي تتناول الضغوط النفسية وأساليب المواجهة في علاقتها بمتغيرات كمركز الضبط، والصلابة النفسية، ونمط الشخصية.

المراجع:

1. أبو حطب، صادق؛ فؤاد، أمال. مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. مصر: مكتبة الأنجلو المصرية، (2010)، 781.
2. الحانوتي، سعدي. الاضطرابات العصبية. المملكة العربية السعودية: مكتبة الملك فهد الوطنية، (2016)، 346.
3. حجازي، مصطفى. الأسرة وصحتها النفسية المقومات الديناميات العمليات. المغرب: المركز الثقافي العربي، (2015)، 237.
4. حنفي، علي. العمل مع أسر ذوي الاحتياجات الخاصة دليل المعلمين والوالدين. مصر: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، (2007)، 400.
5. الحمادي، أنور. معايير DSM-5. السعودية: الدار العربية للعلوم، (2016)، 281.
6. درويش، فاطمة. الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعوقين عقلياً وأساليب مواجهتها دراسة ميدانية على عينة من أولياء أمور المعوقين عقلياً في مدينة دمشق. مجلة جامعة دمشق. (2011)، 27، 726-756.
7. السعيد، ثامري. أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد دراسة ميدانية بمدرسة أطفال التوحد وذوي الاحتياجات الخاصة ببوسعادة. رسالة ماجستير، الجزائر: جامعة محمد بوضياف المسيلة، (2019)، 164.
8. شاهين، عوني. الأطفال ذوي متلازمة داون مرشد الآباء والمعلمين. الأردن: الجامعة الأردنية، (2008)، 260.
9. الشرقاوي، محمود. التوحد ووسائل علاجه. مصر: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، (2018)، 347.
10. الطيربي، عبد الرحمن. الضغط النفسي مفهومه تشخيصه طرق علاجه ومقاومته. المملكة العربية السعودية: مكتبة الملك عبد العزيز، (1994)، 183.
11. الطويل، بسام. الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وأساليبهم في التعامل معها. مجلة جامعة دمشق. (2016)، 34(1)، 13-52.
12. كيخيا، نغم. مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعوقين ذهنياً في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية. (2017)، 39(6)، 375-390.
13. المنصوري، أبو بكر. إعداد صورة عربية للصيغة المختصرة من مقياس توجهات التعامل مع المشكلات المعاشية. مجلة السائل. (2014)، 8(11)، 83-109.
14. النوايسة، فاطمة. ذوو الاحتياجات الخاصة التعريف بهم وإرشادهم. عمان: دار المناهج للنشر والتوزيع، (2013)، 387.
15. Abudllahi, M; Gray, P. Parental stress coping strategies used by parents of children with Autism Spectrum Disorder and the role of Nurses Study in majoring psychology and Nursing Degree Programme. United States of America: Minneapolis, (2018), 40.
16. Carey, A; Block, P; Scotch, R. Allies and obstacles disability activism and parents of children with

- disabilities, United States of America: Temple University, Library of Congress, (2020), 350.
17. LAZARUS, R; FOLKMAN, S. Stress appraisal and coping. New York: Published Company Springer Publishing Company, (1984) , 460.
18. RATH, R; HARIHARAN, M. Coping with Life Stress the Indian Experience. India: SAGE Publications, (2008), 292.
19. SABIH, F; SAJID, W.B. There is significant stress among parents having children with Autism. Pakistan, (2006), 15.