جامعة المنصورة
كليـة التربية

فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة

إعـداد

أسامة فهد خضر المومني

إشراف

أ.د. فوقية محمد محمد راضي
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة المنصورة

د. منى سمير البهجي درغام
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة
العدد ١٢٦ – إبريل ٢٠٢٤

فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة

أسامة فهد خضر المومني

مستخلص

هدف البحث إلى التحقق من فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أماً من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة (التوحد والإعاقة العقلية) تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٣١-٦٢) سنة، تم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية (متوسط ٣٤,٧٠١ وانحراف معياري ٦,٧٣٤)، والأخرى ضابطة (متوسط ٣٣,٧١٢ وانحراف معياري ٥,٦٧٧)، قوام كل مجموعة (١٠) أماً من أمهات ذوي الإعاقة المزدوجة بمركز الشفلح للأشخاص ذوي الإعاقة في دولة قطر خلال الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م. تمثلت أدوات الدراسة في: مقياس التوافق الزواجي، وبرنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي (إعداد الباحث)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح المجموعة التجريبية. كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح القياس البعدي. بينما توصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي. كما تبين وجود تأثير كبير للبرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.

***الكلمات المفتاحية**: برنامج تدريبي، التنظيم الانفعالي، التوافق الزواجي، الإعاقة المزدوجة.*

Abstract

The research aimed to investigate the effectiveness of a training program based on emotional regulation in improving marital adjustment in mothers of children with double handicap. Sample consisted of (20) mothers of children with double handicap (autism and intellectual handicap aged between (31-62) years, sample was divided into two equivalent groups: Experimental (MA 701.34 SD 734.6), and control (MA 712.33 and SA 677.5). Each group was (10) mothers of children with double handicap at the Shafallah Center for individuals with disabilities in the State of Qatar during the first semester of the academic year 2023/2024. Tools were: The marital adjustment scale, and a training program based on emotional regulation (developed by the researcher). Results of the study revealed that there were statistically significant differences between scores mean ranks of the experimental and control groups in the post-test on the marital adjustment scale in favor of the experimental group. Results also found that there were statistically significant differences between the scores mean ranks of the experimental group in the pre- and post-tests on the marital adjustment scale in favor of the post test.

Key Words: Training Program, Emotional Regulation, Marital Adjustment, Mothers, Double Handicap.

مقدمة:

تُعد الأسرة المؤسسة المجتمعية الأولى التي تعنى بأبنائها من ذوي الاعاقة وتقع على عاتقها مسؤولية دمجهم في المجتمع فيما تقدمه لهم من رعاية صحية ونفسية ومقدرة على التكيف الحياتي والتعامل مع الآخرين إذ تؤدى الأسرة دوراً حيوياً في الرعاية لأبنائها من ذوي الإعاقة الجسدية الحركية، وتشكل الخطوة الأولى لهم لمساعدتهم على تخطي العقبات الناجمة عن إعاقتهم، فهي التي تزرع في نفوسهم الثقة بالذات وهي التي تقدم لهم التشجيع والدعم في الاعتماد على النفس، والتكيف مع مشكلتهم التي قد تصبح ضمن هذه الرعاية ليست بمشكلة لديهم وإنما دافعاً قوياً لمواجهة الحياة، وحينها يصبح هذا الطفل المواطن الصالح الفاعل القادر على خدمة مجتمعه وتحقيق أهداف المواطنة الصالحة بدلاً من كونه عبئاً على الآخرين (Piek, Rigoli, Pearsall-Jones, Martin, Hay, Bennett, Levy, 2007)

وقد تتسبب ولادة طفل من ذوي الإعاقة في ضغوط نفسية ومادية على الأسرة بصفة عامة وعلى الوالدين بصفة خاصة نتيجة العبء الذي يقع عليهما في إشباع حاجة طفلهما وتعديل اتجاهاته، كما أن هذه الضغوط تؤثر على التوافق الزواجي وعلى قدرة الزوجين على التكيف مع بعضهم البعض ومع متطلبات العلاقة الزوجية وإشباع حاجاتهم الاجتماعية والنفسية ومواجهة ما يتعرضون له من صعوبات وتحمل مسؤوليات الحياة الأسرية بشكل عام (غزلان الدعدي، ٢٠٠٩).

ويحتاج ذوي الإعاقة وأسرهم إلى رعاية خاصة، حيث ينظرون إلى الحياة بنظرة مختلفة عن الآخرين وتأثر نظرتهم للحياة بظروف الإعاقة وما يحصلون عليه من دعم من قبل الآخرين في الأسرة أو المجتمع، وتحتاج هذه الفئات المهمة إلى خدمات تساعدهم على التوافق مع ظروف الحياة في ظل الإعاقة، ويعتبر التوافق الزواجي من المؤشرات المهمة لجودة الخدمات المقدمة لأسر ذوي الاحتياجات الخاصة (أشرف عبد القادر، ٢٠٠٥).

ويعبر التوافق الزواجي عن حالة انسجام وتفاهم مشترك بين الزوجين، والشعور ان كلاً منهما يكمل الآخر، وهذا يتطلب التضحية ببعض الرغبات والحرية لإعطاء الوقت الكافي حتى يعزز هذا الانسجام، ويصل كلا الزوجين الى مرحلة التوافق والالتحام (سارة الشريف، ٢٠١٣).

وعندما لا يتوفر التوافق الزواجي في الحياة الأسرية فإنه يؤدي إلى تهديد أمن الأسرة وبالتالي تكون الأسرة بحاجة ماسة إلى كافة أشكال الدعم من جوانب عديدة كالدعم المادي، النفسي، الاجتماعي والثقافي (Yahyapour, Razavi, & Zomorodi, 2020).

كما أن إصابة أحد أفراد الأسرة بالإعاقة المزدوجة له تأثيرات نفسية واجتماعية وجسمية على الأسرة بشكل عام وعلى والديّ الطفل المصاب وخصوصاً الأم، ولهذا فمن الممكن ان ينعكس على التوافق الزواجي بين الزوجين والذي قد يؤثر في العلاقة الزوجية.

والتنظيم الانفعالي له أهمية في مجالات الحياة، حيث أنه يمكن الفرد من النجاح في حياته بشكل عام وحياته الأسرية بشكل خاص، وقصور التنظيم الانفعالي يجعل الأفراد أكثر عزلة ولامبالاة، وأقل فعالية في المجتمع، ويجعل الأفراد يستخدمون أساليب لا تكيفية هروبية في حل المشكلات والضغوط التي تواجههم، وبسبب القصور في تنظيم الانفعال العديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية التي تؤثر على حياتهم (مصطفى مظلوم، ٢٠١٧).

بناءً على ما سبق جاءت فكرة البحث الحالي في التعرف على فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.

مشكلة البحث:

تُعد الإعاقة المزدوجة مشكلة أسرية اجتماعية تواجه المجتمع والأسرة، حيث أنه يمثل وجود طفل مصاب بالإعاقة المزدوجة عبئاً نفسياً وجسدياً على الأم بوجهة الخصوص، ويزاد من

مسؤوليتها الأسرية، والتي تؤثر على علاقتها الزوجية، لذا بات من الضروري البحث في تلك المشكلة ومواجهتها.

وقد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت فئات الإعاقات بأشكالها وأنواعها المتعددة والمتنوعة، ولكن هناك العديد من فئات الإعاقات ترتبط ببعضها البعض وتسمى الإعاقة المزدوجة، حيث أشارت دراسة ضويحي ابن ضويحي، وهبة عبد الحميد (٢٠١٩) إلى انتشار العديد من المشكلات النفسية لدى الأشخاص ذوي الإعاقة المزدوجة، والتي تؤثر بشكل كبير على الأسرة.

وفي هذا الحال يُعتبر التوافق الزواجي بين الوالدين عامل مهم وحيوي، كي يساعدهم على تجاوز الآثار الناجمة هذه المحنة والتعامل مع الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بحكمة وصبر، وفي هذا الصدد أشارت دراسة نورلين (Norlin, 2012)، ودراسة إبراهيم العثمان، وإيهاب الببلاوي (٢٠١٢)، ودراسة كيلك، وجينسدجوان، وباج، وأرسيان (Kilic, Gencdogan, Bag, & Arican, 2013) إلى انخفاض مستوى التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة.

تتلخص مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الرئيس الآتي:

ما فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة؟

ويتفرع عن هذا السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

١- هل توجد فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي؟
٢- هل توجد فروق لدى المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي؟
٣- هل توجد فروق لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي؟
٤- ما حجم تأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية؟

أهداف البحث:

هدفت الدراسة الحالية إلى تحقيق الآتي:

١- الكشف عن فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.
٢- التحقق من استمرارية أثر برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بعد انتهاء البرنامج.
٣- التعرف عن حجم تأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة في المجموعة التجريبية.

أهمية البحث:

يستمد البحث أهميته الأكاديمية من تناوله لموضوع من الموضوعات الحديثة في مجال دراسات الصحة النفسية لأمهات الأطفال من ذوي الإعاقة المزدوجة، حيث لا توجد أي دراسة سابقة - في حدود اطلاع الباحث - تناولت هذا الموضوع في المملكة الأردنية الهاشمية، وتتمثل الأهمية التطبيقية لهذا البحث في الاستفادة من برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.

المفاهيم الإجرائية لمتغيرات البحث:

١- الإعاقة المزدوجة:

يعرف الباحث الإعاقة المزدوجة بأنها فئة تجمع الخصائص التشخيصية للإعاقة العقلية والتوحد معاً.

٢- التوافق الزواجي:

يعرف الباحث التوافق الزواجي بأنه حالة تتضمن التوفيق في الاختيار، والاستعداد للحياة الزوجية، والدخول فيها والحب المتبادل، والاشباع الجنسي، وتحمل المسؤوليات، والقدرة على حل المشكلات، والاستقرار الزواجي والرضا والسعادة الزوجية والتصميم على مواجهة المشكلات وتحقيق الانسجام والمحبة المتبادلة.

٣- التنظيم الانفعالي:

يعرف الباحث التنظيم الانفعالي بأنه عملية نفسية معرفية تتعلق بالأساليب التي تستخدمها الأم في تنظيم وإدارة انفعالاتها الإيجابية والسلبية ومواجهة المواقف الضاغطة في الحياة اليومية.

٤- البرنامج التدريبي:

يعرف الباحث البرنامج التدريبي إجرائياً بأنه مجموعة من الجلسات المنظمة بطريقة علمية ومنهجية، تستند إلى التنظيم الانفعالي، يتم تقديمها بطريقة جماعية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بهدف تحسين التوافق الزواجي.

دراسات سابقة:

قامت غادة المساعدة (٢٠١٠) بدراسة هدفت إلى التحقق من أثر برنامج تدريبي قائم على التمكين النفسي في تحسين الحنو على الذات والرضا الزواجي لدى أمهات الأطفال المعاقين، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) اماً من الأمهات اللواتي يتلقين خدمات في مركز حطين للكشف المبكر عن الإعاقات والتأهيل المجتمعي في منطقة مخيم حطين/ الرصيفة، في مجموعتين: تجريبية وضابطة، حيث اشتملت كل مجموعة على (١٠) أمهات، تراوحت اعمارهن بين (٢٠-٣٥) عاماً، حيث طبق مقياس الحنو على الذات، ومقياس الرضا الزواجي على المجموعتين التجريبية والضابطة ثلاث مرات، في القياس القبلي وفي القياس البعدي وفي قياس المتابعة بعد شهر من انتهاء البرنامج، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، وتحليل التباين المشترك (ANCOVA)، توصلت الدراسة إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة احصائية في القياس البعدي، وقياس المتابعة على مقياسي الحنو على الذات والرضا الزواجي بين افراد المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى وجود أثر للبرنامج التدريبي في تحسين الحنو على الذات ومستوى الرضا الزواجي، إضافة إلى استمرار هذا الأثر بعد انتهاء البرنامج وخلال فترة المتابعة التي امتدت إلى شهر.

وأجرى أحمد علي، ومنال عاشور (٢٠١١) دراسة هدفت إلى اختبار فعالية برنامج إرشادي في تحسين التوافق الزواجي لأسر المعاقين عقلياً (القابلين للتعلم) وأثره على الكفاءة الاجتماعية لذويهم، تكونت عينة الدراسة من (٣٦) أسرة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين (التجريبية ن=١٨ أسرة)، (والضابطة ن =١٨ أسرة)، وتراوحت أعمارهم بين (٢٦-٥١) سنة، وتكونت أيضاً من (٣٦) ابنا/ ابنة معاقين (١٨ للمجموعة التجريبية، و١٨ للضابطة)، واستخدم مقياس التوافق الزواجي، والبرنامج الإرشادي، ومقياس الكفاءة الاجتماعية إعداد (Sanson Smart) وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي باتجاه المجموعة التجريبية، وأشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين القياسين البعدي والتتبعي.

وهدفت دراسة أماني عبد المقصود (٢٠١٦) إلى التحقق من تأثير استخدام العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتحسين التوافق الزواجي لأمهات المعاقين ذهنياً، تكونت عينة الدراسة من (٩) من أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً ممن ينطبق عليهم شروط العينة وحصلن على دراجات منخفضة على قياس التوافق الزواجي، وتكونت أدوات الدراسة من المقابلات ومقياس التوافق الزواجي لأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وتوصلت الدراسة إلى فعالية العلاج المعرفي في تحسين التوافق الزواجي لأمهات الأطفال المعاقين ذهنياً وأن هناك فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية فيما يتعلق ببعد تحمل المسؤولية تجاه الطفل المعاق لصالح القياس البعدي.

وقام يحيىبور، ورضوي، زمورودي (Yahyapour, Razavi, & Zomorodi, 2020) بدراسة هدفت إلى تقييم أثر التدريب على تنظيم الانفعالات على الخلافات الزوجية لدى آباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد، شمل مجتمع البحث جميع أولياء الأمور الذين لديهم أطفال من ذوي اضطراب التوحد والذين يدرسون في مدارس طهران، تم تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين ضابطة (١٥ زوجاً) وتجريبية (١٥ زوجاً) ، تضمنت أدوات الدراسة استبيان للصراعات الزوجية، وبرنامج تدريبي قائم على تنظيم الانفعالات، تم تحليل البيانات باستخدام تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANCOVA)، وكشفت النتائج عن وجود فرق كبير بين المجموعتين من حيث درجات التعاون، والاستجابة العاطفية، والدعم للأطفال، والعلاقة مع الأقارب والأصدقاء، والشؤون المالية، بالإضافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن التدريب على تنظيم الانفعالات قلل بشكل كبير من الخلافات الزوجية لدى الوالدين في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

فروض البحث:

١- توجد فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح المجموعة التجريبية.

٢- توجد فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح القياس البعدي.

٣- لا توجد فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي.

٤- يوجد حجم تأثير كبير للبرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

اتبع البحث المنهج التجريبي تصميم المجموعتين: التجريبية والضابطة، حيث هدف البحث إلى التحقق من فعالية برنامج فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.

ثانياً: عينة البحث:

تكونت عينة الدراسة من (٢٠) أماً من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة (التوحد والإعاقة العقلية) تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٣١-٦٢) سنة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين إحداهما تجريبية (متوسط ٣٤,٧٠١ وانحراف معياري ٦,٧٣٤)، والأخرى ضابطة (متوسط ٣٣,٧١٢ وانحراف معياري ٥,٦٧٧)، قوام كل مجموعة (١٠) أماً من أمهات ذوي الإعاقة المزدوجة بمركز الشفلح للأشخاص ذوي الإعاقة في دولة قطر خلال الفصل الأول من العام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م.

ثالثاً: أدوات البحث:

أعد الباحث هذا المقياس للتعرف على التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة، وقد اتبع الباحث الخطوات التالية في تصميم المقياس:

- الاطلاع على الدراسات السابقة (غزلان الدعدي، ٢٠٠٩؛ فيصل العنزي، ٢٠١٢؛ سعاد الحربي، ٢٠١٦؛ سليم النعيمات، ٢٠١٧؛ سناء الجمعان، ٢٠١٨؛ Norlin, 2012) في مجالات علم النفس، والصحة النفسية والتربية الخاصة التي تناولت التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة، والتي من خلالها تم تحديد مفهوم التوافق الزواجي بأبعاده المختلفة.
- إعداد الصورة الأولية للمقياس وقد تضمنت (٥٠) مفردة موزعة على خمسة أبعاد للتوافق هي: التوافق الفكري، التوافق الأسري، التوافق الاقتصادي، التوافق الاجتماعي، التوافق الثقافي.

الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الزواجي:

الصدق التمييزي:

قام الباحث بالتحقق من الصدق التمييزي لمقياس التوافق الزواجي وذلك من خلال المقارنة بين متوسطات درجات (٣٢) أماً من الأمهات العاديين، (٣٢) أماً من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بمركز الشفلح للأشخاص ذوي الإعاقة في دولة قطر من خارج عينة الدراسة، ويوضح جدول (١) قيم (ت) ودلالتها الإحصائية بين متوسطات درجات الأمهات العاديين وأمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة في الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي.

جدول (١) قيم (ت) ودلالتها الإحصائية بين متوسطي درجات أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة وأمهات الأطفال العاديين على مقياس التوافق الزواجي

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة	٦٥.٩٠٠	١.٩١٨	٦.٢٥٥	٠.٠١
أمهات الأطفال العاديين	٧٠.٦٢٥	٣.٦٩٦		

يتضح من جدول (١) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة ومتوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين في التوافق الزواجي وذلك لصالح أمهات الأطفال العاديين، مما يشير إلى الصدق التمييزي للمقياس.

ب- ثبات مقياس التوافق الزواجي:

تم التحقق من ثبات مقياس التوافق الزواجي بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alpha، وذلك على عينة مكونة من (٣٢) أماً من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بمركز الشفلح للأشخاص ذوي الإعاقة في دولة قطر من خارج عينة الدراسة، ويوضح جدول (٢) قيم معاملات الثبات لمقياس التوافق الزواجي بطريقة ألفا كرونباخ.

جدول (٢) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لعوامل مقياس الضغوط النفسية

أبعاد المقياس	معامل ألفا	أبعاد المقياس	معامل ألفا
التوافق الفكري	٠.٨٢٤**	التوافق الاجتماعي	٠.٨٧٩**
التوافق الأسري	٠.٩١٥**	التوافق الثقافي	٠.٨٧٥**
التوافق الاقتصادي	٠.٩٢٣**	الدرجة الكلية	٠.٩٣٧**

**** دال عند مستوى (٠.٠١).**

يتضح من جدول (٢) أن العوامل الخمسة المكونة لمقياس التوافق الزواجي تتمتع بمعاملات اتساق داخلي مقبولة، حيث يعُد معامل الثبات مقبولاً عندما يزيد عن ٠.٧٠ (Field, 2017)

٢- برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي (إعداد الباحث):

يقوم البرنامج التدريبي على أساس إكساب أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة مهارات التنظيم الانفعالي التي تمكنهم من تحسين التوافق الزواجي.

ولبناء البرنامج التدريبي تم مراجعة الأدب النظري السابق الذي يتعلق بالنظريات والاتجاهات النظرية في علم النفس، والصحة النفسية، والتربية الخاصة التي تناولت التنظيم الانفعالي كدراسة (هنادي القحطاني، ٢٠١٨؛ أميرة النجار، ٢٠٢٢ ,Barog, Younesi) (Sedaghati & Sedaghati, 2015).

أهداف البرنامج:

إن الهدف الرئيس من البرنامج هو تحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة ويسعى البرنامج لتحقيق مجموعة من الأهداف الإجرائية لتحقيق الهدف الرئيس وهى:

١- بناء علاقة إرشادية مبنية على الثقة والاحترام والتعاون بين العضوات المشاركات.
٢- التعرف على التوافق الزواجي ومجالاته وخصائصه.
٣- تعليم الأمهات مهارات تنمية المعنى الإيجابي للحياة، والتفاؤل، وتحمل المسؤولية، وتوكيد الذات.
٤- تدريب الأمهات على إدارة الضغوط النفسية والانفعالات.
٥- تدريب الأمهات على التعبير عن المشاعر والانفعالات.
٦- تدريب الأمهات ذوي الإعاقة المزدوجة على الاسترخاء.
٧- تدريب الأمهات ذوي الإعاقة المزدوجة على حل المشكلات.

ويوضح جدول (٣) وصف جلسات البرنامج التدريبي.

جدول (٣) وصف جلسات البرنامج التدريبي

الجلسة	الموضوع	الجلسة	الموضوع
الأولى	تمهيد وتعارف	الثانية	ما هية التنظيم الانفعالي
الثالثة	مفهوم التوافق الزواجي	الرابعة	مفهوم جودة الحياة
الخامسة	أهداف الحياة الزوجية والتخطيط لها	السادسة	المهارات الإيجابية
السابعة	الحديث الإيجابي في الذات	الثامنة	الاتصال التفاعلي
التاسعة	مهارات التواصل الزواجي	العاشرة	الانفتاح على الآخرين
الحادية عشرة	دور الأسرة في الوقاية من الإعاقة	الثانية عشرة	تأثير الإعاقة على جودة حياة الأسرة
الثالثة عشرة	جودة الحياة الأسرية والمساهمة الوالدية في تحقيقها	الرابعة عشرة	الإيمان بأن الإعاقة قضاء الله وقدره
الخامسة عشرة	وعي الأمهات باحتياجاتهم مما يسهم في تحقيق جودة حياتهن	السادسة عشرة	مهارة حل المشكلات الأسرية
السابعة عشرة	الضغوط النفسية وأنواعها	الثامنة عشرة	أساليب مواجهة الضغوط النفسية
التاسعة عشر	خفض الضغط النفسي من خلال الاسترخاء العضلي	العشرون	التفاؤل والأمل
الواحدة والعشرون	أنظمة الدعم	الثانية والعشرون	إدارة الوقت في الحياة الزوجية
الثالثة والعشرون	الجلسة الختامية		

نتائج البحث:

نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه **" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح المجموعة التجريبية ".**

للتحقق من هذا الفرض استخدم الباحث اختبار مان وتني (Mann-Whitney) لحساب الفروق بين مُتوسِّطات رتب درجات المجموعة التجريبيّة ومُتوسِّطات رتب درجات المجموعة الضّابطة في القياس البَعدي على مقياس التوافق الزواجي، ويوضح جدول (٤) قيم (ي) ودلالتها الإحصائية لاختبار (مان وتني) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي.

جدول (٤) قيم (ي) ودلالتها الإحصائية لاختبار (مان وتني) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوافق الزواجي

أبعاد لمقياس	المجموعة	العدد	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة (ي)	مستوى الدلالة
التوافق الفكري	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		
التوافق الأسري	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		
التوافق الاقتصادي	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		
التوافق الاجتماعي	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		
التوافق الثقافي	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		
الدرجة الكلية	تجريبية	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠	٠.٠٠٠	٠.٠١
	ضابطة	١٠	٥٥.٠٠	٥.٥٠		

يتضح من جدول (٤) وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التوافق الزواجي في القياس البعدي، وذلك لصالح المجموعة التجريبية.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة يحيى‌بور، ورضوي، زمورودي (Yahyapour, Razavi, & Zomorodi, 2020) التي توصلت إلى أثر التدريب على تنظيم الانفعالات على الخلافات الزوجية لدى آباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

ويمكن تفسير نتائج الفرض الأول على ضوء أهمية المرحلة التمهيدية والتي ساعدت على تثقيف عضوات المجموعة التجريبية وتزويدهن بمهارات التعامل مع المشكلات التي تواجههن مما أوجد وعياً لديهن وتوقعات إيجابية ومشاركة فعالة، كما لعبت تدريبات الاسترخاء والأنشطة دوراً كبيراً في التخلص من التوتر والقلق في بعض المواقف، والتعرف على جوانب القوة لديهن والتركيز عليها.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن البرنامج المستخدم والذى يقوم على التنظيم الانفعالي، كان له أثر إيجابي وفعال في تحسين التوافق الزواجي لدى الأمهات في المجموعة التجريبية، وما شمله من فنيات وأساليب اتفقت مع رغبات الأمهات واهتماماتهن الخاصة، الذى اعتمد على التدريب على المشاركة الاجتماعية والتعاون، من خلال التعامل مع أفكارهن المشوهة

وتصحيح سلوكياتهن الخاطئة وربطهن بالواقع، وتعريفهن بنتائج قرارتهن، مما جعلهن أكثر مقدرة على الضبط الذاتي وتعديل أفكارهن ودفعهن إلى التفاعل بإيجابية.

كما يرجع الباحث الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في التوافق الزواجي بعد تطبيق البرنامج إلى احتواء البرنامج التدريبي على بعض العوامل التي ساعدت الأمهات على تنظيم انفعالاتهن بفعالية والتوافق في المواقف الاجتماعية المختلفة، كما ساهم التدريب على استراتيجيات التنظيم الانفعالي في جعل الشخصية أكثر تنظيماً ومرونة وتفاعل مع الآخرين في المواقف المختلفة.

نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي لصالح القياس البعدي ".

للتحقق من الفرض الثاني استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون لإشارة الرتب (Wilcoxon Signed-Rank Test) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أزواج المجموعات (مجموعتين مرتبطتين) التجريبية في القياسين القبلي والبعدي، ويوضح جدول (٥) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية لاختبار (ويلككسون لإشارات الرتب) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي.

جدول (٥) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية لاختبار (ويلككسون لإشارات الرتب) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي

أبعاد المقياس	توزيع الرتب	عدد الرتب	مجموع الرتب	متوسط الرتب	قيمة (ز)	مستوى الدلالة
التوافق الفكري	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٨١٥	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		
التوافق الأسري	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٩١٤	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		
التوافق الاقتصادي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٨٢٦	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		
التوافق الاجتماعي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٨١٥	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		
التوافق الثقافي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٨١١	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		
الدرجة الكلية	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٣.٩١٤	٠.٠١
	موجبة	١٠	١٥٥.٠٠	١٥.٥٠		

يتضح من جدول (٥) وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين القبلي والبعدي على مقياس التوافق الزواجي، وذلك لصالح القياس البعدي.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة يحيى‌بور، ورضوي، زمورودي (Yahyapour, Razavi, & Zomorodi, 2020) التي توصلت إلى أثر التدريب على تنظيم الانفعالات على الخلافات الزوجية لدى آباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

ويرجع الباحث هذا التحسن في التوافق الزواجي لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى مجموعة من الخبرات التي تعرضت لها الأمهات خلال فترة التدريب على البرنامج التدريبي الذى يقوم على فنيات التنظيم الانفعالي خلال جلسات البرنامج المختلفة، والتي عملت جميعاً على إتاحة خبرات فعلية لممارسة مجموعة الأنشطة مما أدى إلى اكتساب الأمهات مجموعة من المهارات

الإيجابية كالتعاون مع الجماعة ومشاركتهن، وضبط غضبهن مع القدرة على التعبير الانفعالي، والانتماء للجماعة وغيرها، حيث تحسن توافقهن الزواجي المستهدف وزاد تفاعلهن الاجتماعي.

كما استفادت عضوات المجموعة التجريبية من الفنيات المختلفة التي تم تقديمها خلال جلسات البرنامج التدريبي في تحقيق التغير المرغوب في تحسين التوافق الزواجي ونقل المهارات والقيم التي اكتسبتها الأمهات إلى المواقف الحياتية.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن التدريب على التنظيم الانفعالي ساعد أفراد المجموعة التجريبية إلى النظر إلى ذواتهن بإيجابية، وتناول المواقف التي كن يخفن المشاركة فيها ويتجنبنها بطريقة إيجابية وتصور الأداء الناجح والفعال وإحراز التقدم على المستوى الشخصي، بما يؤدي إلى استمرار التفكير الإيجابي لديهن في المواقف المشابهة، حيث يؤدي التنظيم الانفعالي إلى زيادة القدرة على التفكير الإيجابي في المواقف التي تواجه الفرد بما ينعكس على الشعور بالتوافق الزواجي.

نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه **" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي ".**

للتحقق من الفرض الثالث استخدم الباحث اختبار ويلكوكسون لإشارة الرتب (Wilcoxon Signed-Rank Test) للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب درجات أزواج المجموعات (مجموعتين مرتبطتين) التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي، ويوضح جدول (٦) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية لاختبار (ويلكوكسون لإشارات الرتب) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي.

جدول (٦) قيم (ز) ودلالتها الإحصائية لاختبار (ويلككسون لإشارات الرتب) للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي

أبعاد المقياس	توزيع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (ز)	مستوى الدلالة
التوافق الفكري	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٦٨٩	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				
التوافق الأسري	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٥٨٨	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				
التوافق الاقتصادي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٦٥٣	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				
التوافق الاجتماعي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٨٠٥	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				
التوافق الثقافي	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٨٥٧	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				
الدرجة الكلية	سالبة	٠	٠.٠٠	٠.٠٠	٠.٩٨٥	غير دالة
	موجبة	١	١.٠٠	١.٠٠		
	متساوية	٩				

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوافق الزواجي، مما يشير الى استمرار التحسن في التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية بتأثير البرنامج التدريبي.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة يحيىبور، ورضوي، زمورودي (Yahyapour, Razavi, & Zomorodi, 2020) التي توصلت إلى أثر التدريب على تنظيم الانفعالات على الخلافات الزوجية لدى آباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد.

ويفسر الباحث هذه النتيجة في ضوء فعالية برنامج التنظيم الانفعالي حيث استمر تأثيره الإيجابي في تحسن التوافق الزواجي لدى أفراد المجموعة التجريبية، فقد كان للبرنامج فعالية من خلال محتوى البرنامج ومناسبته لطبيعة عينة الدراسة، حيث ركز على تطوير جوانب الشخصية لتكون قوية وقادرة على استكشاف الذات، والتعامل مع الآخرين، وتنمية التفكير الإيجابي تجاه الأشخاص والمواقف، وتخطيط الأهداف والسعي إلى تحقيقها، وحل المشكلات، وذلك باستخدام عدد كبير من الفنيات القائمة على التنظيم الانفعالي.

ويمكن تفسير بقاء أثر البرنامج من خلال نقل الأمهات لما تعلمنه أثناء تطبيق النشاطات في الجلسات التدريبية في المواقف الحياتية، وذلك من خلال الواجبات المنزلية فهي المصدر المباشر لتطبيق ما تعلمنه في ممارسة التوافق الزواجي، حيث كان للواجبات المنزلية دور في تعميم ما تم التدريب عليه، وتعميم التغيرات الإيجابية الثى أنجزت في الجلسات في المواقف الواقعية في حياتهم، فخلال فترة المتابعة، والتي كانت بمثابة تجربة عملية لأفراد المجموعة التجريبية، أكدت على أن المهارات التي اكتسبوها خلال مشاركتهن في البرنامج أدت بدورها إلى تحسن التوافق الزواجي لديهن.

نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " يوجد تأثير دال إحصائياً للبرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية ".

للتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب حجم التأثير، ويوضح جدول (٧) حجم تأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية.

جدول (٧) حجم تأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية

أبعاد المقياس	حجم التأثير	أبعاد المقياس	حجم التأثير
التوافق الفكري	٠.٦١٣	التوافق الاجتماعي	٠.٦٢٣
التوافق الأسري	٠.٦٢٢	التوافق الثقافي	٠.٦٢١
التوافق الاقتصادي	٠.٦١٥	الدرجة الكلية	٠.٦٧١

يتضح من جدول (٧) أن حجم تأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية يتراوح بين (٠.٦١٣ - ٠.٦٢٣) لأبعاد التوافق الزواجي، وبلغ حجم الأثر الكلي (٠.٦٧١) مما يشير إلى أن (٦٧.١%) من التباين في التوافق الزواجي يرجع إلى البرنامج التدريبي المستخدم في الدراسة الحالية، وأن النسبة المتبقية ترجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم كبير لتأثير البرنامج التدريبي في تحسين التوافق الزواجي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض على ضوء أن تطبيق البرنامج التدريبي على أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة في المجموعة التجريبية أدي إلي تحسين التوافق الزواجي (التوافق الفكري، التوافق الأسري، التوافق الاقتصادي، التوافق الاجتماعي، التوافق الثقافي)، نظراً لاكتساب الأمهات وتعلمهن للمفاهيم والخبرات التي أدت إلي تحسن التوافق الزواجي.

توصيات البحث:

في ضوء ما توصلت إليه البحث من نتائج، يعرض الباحث فيما يلى بعض التوصيات في مجال الاهتمام بأمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة:

- نشر الوعي بين أفراد المجتمع عن احتياجات أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة وكيفية التعامل معهن بما يناسب هذه الاحتياجات من خلال وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية.
- تشجيع أمهات أطفال ذوي الإعاقة المزدوجة على المشاركة الإيجابية في الأنشطة التربوية والاجتماعية والثقافية والرياضية، فهي تنمي لدى أطفالهن معاني جديدة وتزيد من قدراتهم على التفاعل الاجتماعي.
- توعية أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة بتنظيم الانفعال وأهميته واستراتيجيات تنظيم الانفعال الناجحة والمفيدة في المواقف اليومية المختلفة، وكذلك التدريب على تنظيم الانفعالات.
- إقامة دورات تدريبية تستهدف تنمية مهارات تنظيم الانفعالات وتحسين التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المزدوجة.

المراجع:

إبراهيم العثماني، وإيهاب الببلاوي (٢٠١٢). المساندة الاجتماعية والتوافق الزواجي وعلاقتهما بالضغوط لدى أمهات الأطفال ذوي اضطرابات التوحد. **مجلة كلية التربية**، ٣٦(١)، ٧٣٩- ٧٧٨.

أحمد علي، ومنال عاشور (٢٠١١). مدي فاعلية برنامج إرشادي لتحسين التوافق الزواجي لأسر الأبناء المعاقين عقلياً وأثره على الكفاءة الاجتماعية لذويهم. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢١ (٧٢)، ١-٣١.

اسماعيل عبد الكافي (٢٠١٠). **فنون رعاية المعاقين من ذوي الاحتياجات الخاصة**. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

أشرف عبد القادر (٢٠٠٥). تحسين جودة حياة المعاق. **مؤتمر تطور الأداء في مجال الوقاية من الإعاقة، مكتب التربية العربية بدول الخليج**، الرياض، ص ص ١-٥٣.

أماني عبد المقصود (٢٠١٦). استخدام العلاج المعرفي السلوكي في خدمة الفرد لتحسين التوافق الزواجي لأمهات الأطفال المعاقين ذهنياً. **مجلة الخدمة الاجتماعية**، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، ٢ (٥٦)، ٤٤٥-٤٩٣.

أميرة النجار (٢٠٢٢). فعالية برنامج تدريبي قائم على التنظيم الانفعالي في تحسين جودة الحياة النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٣٣ (١١٨)، ١٣٧- ١٨٤.

جمال الخطيب (٢٠١٠). **مقدمة في الإعاقة العقلية**. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

رجاء أبو علام (٢٠٠٦). **مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية**. القاهرة: دار النشر للجامعات.

رمضان حسن (٢٠٢٠). برنامج تدريبي قائم على بعض استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي في خفض الضجر الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية. **مجلة كلية التربية**، جامعة بني سويف- كلية التربية، ١٧(٩٥)، ١١٩- ١٦٧.

سارة الشريف (٢٠١٣). التوافق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى الاسرى المحررين المتزوجين في محافظة الخليل. **رسالة ماجستير**، جامعة القدس، فلسطين.

سعاد الحربي (٢٠١٦). التوافق الزواجي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة وعلاقته بالصلابة النفسية. **رسالة ماجستير**، جامعة مؤتة، الكرك.

سوزان بسيوني (٢٠١٩). استراتيجيات التنظيم الانفعالي وعلاقتها بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالبات الموهوبات في مدينة جدة. **مجلة جامعة الملك عبد العزيز**، الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الملك عبد العزيز، ٢٧(٤)، ٥١- ٩٨.

ضويحي ابن ضويحي، وهبة عبد الحميد (٢٠١٩). المشكلات السلوكية لدى ذوي الإعاقات النمائية: الإعاقة الفكرية واضطراب التوحد. **المؤتمر الدولي السنوي الثالث لقطاع الدراسات العليا والبحوث**، جامعة عين شمس، ٢ (٣)، ٧٨٤ – ٨١٨.

عبد العزيز السرطاوي، وعبد العزيز أيوب (٢٠٠٠). **الإعاقة العقلية**. الكويت: مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.

علي عبد الباقي (٢٠٠٢). **الإعاقة العقلية- التعرف عليها وعلاجها باستخدام برامج التدريب للأطفال المعاقين عقلياً**. القاهرة: عالم الكتب.

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

غزلان الدعدي (٢٠٠٩). الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال ذوي الإعاقة ذهنياً تبعا لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية. **رسالة ماجستير**، جامعة أم القرى، السعودية.

فيصل العنزي (٢٠١٢). علاقة شبكة الدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمهارات التكيفية للتلاميذ ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة. **مجلة الطفولة والتربية**، ١١، ١٠٣-١٨٣.

مصطفى مظلوم (٢٠١٧). تنظيم الانفعال وعلاقته بالألكيسيثيما لدى عينة من طب الجامعة: دراسة سيكومترية كلينيكية. **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**،١٤٣،٨٢-٢١٢.

منيرة الشمسان (٢٠٠٤). التوافق الزواجي وعلاقته بأساليب المعاملة الزوجية وبعض سمات الشخصية- دراسة مقارنة بين العاملات وغير العاملات. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية للبنات، الرياض.

نوال محمد (٢٠١٨). تنظيم الانفعالي الايجابي والتوافق النفسي: مقارنة بين تأثير ثمانية من استراتيجيات" التمتع والتثبيط. **مجلة علم النفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ١١٦، ٢٣١-٢٣٦.

هنادي القحطاني (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المرونة الأسرية وأثره في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال مزدوجي الإعاقة. **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، ٥٧، ١٥٥ - ١٨٥.

Barog, Z., Younesi, S., Sedaghati, A. & Sedaghati, Z. (2015). Efficiency of mindfulness- based cognitive therapy on quality of life of mothers of children with cerebral palsy. *Iranian Journal of Psychiatry*, 10 (2), 86- 92.

Diasa, P. & Cadimeb, 1. (2017). Protective factors resilience in adolescents: The mediating role of self-regulation. *Educational Psychology*, 23, 37-43.

Field, A. (2017). *Discovering statistics using SPSS*. London: Sage.

Kilic, D., Gencdogan, B., Bag, B., & Arican, D. (2013). Psychosocial problems and martial adjustments of families caring for a child with intellectual disability. *Sexuality and Disability*. 31 (3), 287-296.

Mauss, I. (2007). Automatic Emotion Regulation, University of Denver Maurex. Liselotte, Lekander. Mats Nilsonne. Asa, Andersson. Eva,

Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (2), 348–362.

Norlin, D. (2012). Parents of children with and without intellectual disability: couple relationship and individual well-being. *J Intellect Disables Res*, 57(6), 552-566.

Piek, J., Rigoli, D. , Pearsall-Jones, J. , Martin, N. , Hay, D. , Bennett, K., & Levy, F. (2007). *Depressive symptomatology in child and adolescent twins with attention-deficit hyperactivity disorder and/or developmental coordination disorder*. Twin

Sadler, M., Hunger. J., & Miller, C. (2010). Personality and Impression Management: Mapping the Multidimensional Personality Questionnaire onto 12 self-presentation tactics. *Personality and Individual Differences*, 48 (5). 623-628.

Yahyapour, M. Razavi,M. & Zomorodi,S. (2020). The effect of emotion regulation training on marital conflicts of parents with autistic children. **Journal of Advanced Pharmacy Education & Research, 10 (2), 101-105.**