

**فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج TRIPLE P في تحسين تنظيم  
الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد**

**د. رضا إبراهيم محمد الأشرم**

**قسم التربية الخاصة – كلية التربية**

**جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية**





# فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج TRIPLE P في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

د. رضا إبراهيم محمد الأشرم

قسم التربية الخاصة - كلية التربية  
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

تاريخ قبول البحث: ١٤٤٥/٠٧/١٨ هـ

تاريخ تقديم البحث: ١٤٤٥/٠٣/١٢ هـ

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى تقديم برنامج إرشادي قائم على نموذج Triple P لتحسين وتعزيز تنظيم الذات الوالدي وتقييم فعاليته لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وجرى اختيار عينة قصديّة قوامها (٩) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في محافظة الدقهلية بجمهورية مصر العربية، تراوحت أعمارهن بين (٢٥ - ٤٥) عامًا، بمتوسط عمري قدره (٣٣,٦٦)، وانحراف معياري قدره (٧,٤٨). وتكونت أدوات الدراسة من استمارة بيانات ديموجرافية، ومقياس تنظيم الذات الوالدي، والبرنامج القائم على نموذج Triple P (مكون من ١٧ جلسة إرشادية)، وتم استخدام المنهج شبه التجريبي. وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P في تحسين تنظيم الذات الوالدي وبقاء أثره لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية. ويوصي الباحث ببناء برامج إرشادية جديدة تساعد على تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لتتلاءم مع ضغوط الحياة الوالدية اليومية، كما يوصي بإجراء المزيد من البحوث القائمة على نموذج Triple P لدى أمهات الأطفال ذوي الاضطرابات النمائية الأخرى لما لها من أثر إيجابي في تنظيم الذات الوالدي لديهم. كما تم مناقشة المقترحات البحثية المستقبلية.

الكلمات المفتاحية: برنامج الوالدية الإيجابية، تنظيم الذات الوالدي، الاكتفاء الذاتي.

## **Effectiveness of a Counseling Program Based on the Triple P Model in Improving Parental Self-Regulation among Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder**

**Dr. Reda Ebrahim Mohamed Elashram**

Department Special Education – Faculty Education  
Imam Mohammad Ibn Saud Islamic university

### **Abstract:**

This paper aimed to present a counseling program based on the Triple P model to improve and enhance parental self-regulation and evaluate its effectiveness for mothers of children with autism spectrum disorder. A purposive sample of (9) mothers of children with autism spectrum disorder was selected in Dakahlia Governorate in the Arab Republic of Egypt. Their ages ranged between (25-45) years, with an average age of (35.62) and a standard deviation of (4.39). The research tools consisted of a demographic data form, a measure of parental self-regulation, and a program based on the Triple P model (17 counseling sessions), and the quasi-experimental method was used. The results of the research revealed the effectiveness of the counseling program based on the Triple P model in improving parental self-regulation and the persistence of its effect among mothers of children with autism spectrum disorder, members of the experimental group. The author recommends building new guidance programs that help improve parental self-regulation among mothers of children with autism spectrum disorder to cope with the pressures of daily parental life. This study also recommends conducting more research based on the Triple P model among mothers of children with other developmental disorders because of its positive impact on their parental self-regulation. Future research proposals were also discussed.

**key words:** positive parenting program, parental self-regulation, self-sufficiency.

## المقدمة:

تتطلب تربية الأطفال من الوالدين تنظيم انتباههم ومعارفهم وانفعالاتهم وسلوكياتهم ذاتياً، حتى يتمكنوا من رعاية الأطفال والاستجابة لهم، والاضطلاع بنجاح بمجموعة متنوعة من المهام والمسؤوليات التي تتطلبها الوالدية (Sanders & Turner, 2018). وبشكل عام يعاني والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من مستويات مرتفعة من الضغوط الوالدية عند مقارنتهم بوالدي الأطفال ذوي النمو الطبيعي وذوي الإعاقات الذهنية والإعاقات الجسدية أو غيرها من الإعاقات (Singh et al., 2021). ونظراً لانتشار الضغوط الوالدية بشكل أكبر لدى والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، يجب أن تكون التدخلات مخصصة وموجهة للتحديات المحددة التي يواجهها هؤلاء الوالدان (Cachia et al., 2016). بالتالي فإن مساعدة هؤلاء الوالدين تتمثل في خفض ضغوط الوالدين، وتعزيز الجوانب الإيجابية لتربية الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

وحيث إن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد معرضون للإصابة بأعراض الاكتئاب والقلق ونوعية حياة منخفضة. وبالتالي من الأهمية بمكان التركيز على تحسين الصحة النفسية لديهن، حتى تتمكن الأمهات من تقديم التدخلات السلوكية بكفاءة لأطفالهن ذوي اضطراب طيف التوحد (Selvakumar & Panicker, 2020). ويعاني الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من ضعف في الأداء الاجتماعي، مما يؤدي إلى زيادة عبء العمل والضغوط الوالدية التي قد تتعرض لها الأمهات كجزء من دورهن في رعاية أطفالهن. من ثم قد يكون للأمهات اللاتي يعانين أطفالهن من مشكلات سلوكية بدرجة شديدة والمرتبطة باضطراب طيف التوحد الأولوية في برامج إعادة التأهيل (Cetinbakis et al., 2020).

كما يلعبُ الوالدانِ دورًا مهمًا في النموِ الشاملِ للطفلِ المعوقِ، فقد وجدت رحمان، وآخرون (2016) Rahman et al. جدوى ومقبولية التدخل من خلال الوالدين من أجل خفض حدة أعراض اضطراب طيف التوحد. وبالتالي يمكن لاضطرابات ومشكلات الصحة النفسية التي قد يعاني منها الوالدين أن تضعف مشاركتهم في مثل هذه التدخلات. كما أن شدة السمات الأساسية لاضطراب طيف التوحد مرتبطة بالضغط الوالدية، وأعراض الأمراض النفسية لدى الأمهات (Tomeny, 2017).

من ثم أصبح تعزيز تنظيم الذات لدى الوالدين مسألة مهمة في أبحاث التدخل الوالدي؛ لأنه يرتبط بعدد من نتائج الحياة الإيجابية للأطفال والمراهقين (Sutherland, 2016). حيث يلعب الوالدان والطريقة التي يتعاملون بها مع أطفالهم دورًا رئيسيًا في نمو قدرة الأطفال على تنظيم الذات (Morawska et al., 2019). كما تؤثر جودة تربية الأطفال بشكل كبير على نموهم، ورفاههم، وفرص حياتهم. من ثم يجب استخدام تدخلات الوقاية التي تستهدف الوالدية على نطاق واسع؛ لتعزيز النتائج النمائية الإيجابية للأطفال والمراهقين (Sanders, 2012).

ويمكن تعليم استراتيجيات تنظيم الذات لمساعدة الوالدين على تعديل سلوكهم وسلوك أطفالهم/ المراهقين (Sutherland, 2015). فهناك مجموعة من برامج التدخل التي تم تطويرها لدعم الوالدين أو الطفل أو الأسرة، ركز الكثير منها على الوالدين بشكل عام وعلى الأمهات بشكل خاص. وينصب التركيز عادةً على تمكين الوالدين من الشعور بالاستعداد لاتخاذ القرارات وتحديد الأهداف في دورهم الوالدي (Goodyear et al., 2022). وفي أدبيات الوالدية اعتمد الباحثون على إطار تنظيم الذات ووسعوه ليشمل ممارسات الوالدية وتأثيراتها على الأطفال. وقد

استخدمَ ساندرز (2000; 2008; 2012) هذا الإطار في شرح أربعة مجالاتٍ للإدراكِ الوالدي والسلوك الذي يعتقدُ أنه يساهمُ في فعاليةِ الوالدين. وتمّ الجمعُ بين هذه المفاهيم في تدخلاتِ الأسرة والوالدية كمكوناتٍ لنموذج برنامجِ الوالدية الإيجابية P-Positive Parenting Program Triple P: فعاليةِ الذاتِ self-efficacy، والتفويضُ/الوكالةُ الشخصي personal agency، وإدارةِ الذاتِ self-management، والمفهوم الرابع الاكتفاءُ الذاتي self-sufficiency.

وتوفّرُ المشاركةُ في برامجِ الوالدية القائمة على الأدلةِ سياقاً قيماً وفعالاً للوالدين لتعلم مهاراتِ تنظيمِ الذاتِ. وتعدُّ التغييراتُ في القدرة على تنظيمِ الذاتِ بمرورِ الوقتِ وسيطاً محتملاً مهمّاً للتغيير في ممارساتِ الوالدية وفي النهاية تغيير سلوكِ الطفل (Barros et al., 2015). وتقومُ تدخلاتُ الوالدية مثل Triple P المصممة لتعزيزِ تنظيمِ الذاتِ للوالدين، بدمجِ الاختيارِ الذاتي لاستراتيجياتِ الوالدية، وفتياتِ إدارةِ الطفل التي تجعلُ الوالدين أقرب إلى أهدافهم المرتبطة بتربية أطفالهم (Sanders, 2003; 1999). ولتعزيزِ تنظيمِ الذاتِ، تهدفُ هذه الأنواعُ من التدخلاتِ إلى زيادةِ المرونة، ومصادرِ الدعمِ الشخصية، والمعرفة، والمهاراتِ المطلوبة للوالدين مع وجودِ حد أدنى من الدعمِ الإضافي أو بدونهِ (Burke et al., 2023; Sanders & Burke, 2014). وينظرُ (Sanders et al., 2019) إلى تنظيمِ الذاتِ بطريقتين: (أ) كآليةٍ مهمةٍ للتغييرِ تساعدُ في تفسيرِ التغييرِ (أو عدمه) في سلوكِ الوالدين والتفاعلِ مع الأطفالِ، (ب) كهدفٍ تدخلٍ محتملٍ في برنامجِ الوالدية لتعزيزِ استقلاليةِ الوالدين والمرونة والثقة والفعالية في مواجهةِ تحدياتِ الوالدية، والحفاظُ على التغييراتِ الإيجابية بمرورِ الوقتِ.

وتشكل الصعوبات في تربية الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد التي يواجهها الوالدان منذ الأعمار المبكرة، ضغطاً قوياً على مهارات الوالدية. من ثمّ يحتاج والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى دعمٍ لتطوير الاستراتيجيات والمهارات اللازمة لأداء دورٍ أساسيٍّ وفعالٍ في إدارة اضطراب أطفالهم ( Miranda et al., 2019). وفي هذا السياق يظهر تنظيم الذات كنظرية مهمة لتحمل المسؤولية الشخصية لقرارات الوالدية المستقبلية، وتعلم الوالدين بشكلٍ مستقلٍ عن مهارات الدعم المهني طويل الأجل. ومع ذلك، لا يُعرف الكثير عن كيفية أو متى يتطور تنظيم الذات لدى مقدمي الرعاية للأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد ( Porter & Loveland, 2019).

وتهدف برامج الوالدية القائمة على الأدلة مثل برنامج الوالدية الإيجابية Positive Parenting Program Triple P إلى زيادة تنظيم الذات للوالدين من خلال تعليم الوالدين مجموعة من المهارات والاستراتيجيات للتعامل مع مهام وواجبات الوالدية اليومية (Tellegen et al., 2022). وتعتمد عديد من تدخلات الوالدية على نظرية تنظيم الذات مثل: برنامج الوالدية الإيجابية ( Sanders et al., 2014). وعلى الرغم من أهمية تنظيم الذات في مجال الوالدية فقد تم إجراء القليل من البحوث لفحص تنظيم الذات كمتغيرٍ في التدخلات الوالدية ( Haslam et al., 2019). من ثمّ يحتاج والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى دعمٍ لتطوير الاستراتيجيات والمهارات اللازمة لأداء دورٍ أساسيٍّ في إدارة اضطراب أطفالهم. وعليه يهدف البحث الحالي إلى تقديم برنامج إرشادي قائم على نموذج Triple P لتحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.



## مشكلة وفروض الدراسة:

تمثلُ المشكلات المرتبطة بالطفل ذي اضطراب طيف التوحد صعوبةً وضغوطًا بشكلٍ خاصٍ للأمهات، اللواتي غالبًا ما يكنّ مقدمات الرعاية الأساسيين، حيثُ تؤثرُ رعاية الطفل ذي اضطراب طيف التوحد على وظائف الأم، ووقت الفراغ (Cetinbakis et al., 2020; Phetrasuwan & Shandor Miles, 2009). كما تعاني أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من ضغوطٍ والدية، وانخفاضٍ الفعالية الوالدية، ونقص الدعم أكبر بكثيرٍ من أمهات الأطفال ذوي النمو الطبيعي والأطفال ذوي الإعاقات الأخرى (Porter & Loveland, 2019). وعلى الرغم من هذه التحديات العديدة - كما هو الحال مع معظم الوالدين - فإن أولئك الذين لديهم أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يريدون أن يشعروا بالفعالية، وأن يبذلوا طاقةً هائلةً؛ ليكونوا مصدرًا لدعم نمو أطفالهم (Crowell et al., 2019). حيثُ يحتاج الأطفال ذوو اضطراب طيف التوحد إلى رعاية متوازنة ونهجٍ علاجيٍّ شاملٍ. وهناك أيضًا حاجة لمعالجة الشعور بعدم كفاية مهارات الوالدية وأنماط التكيف لدى الأمهات لتحسين جودة الرعاية والعلاج المقدمين للطفل (Selvakumar & Panicker, 2020). بالتالي قد يكونُ للأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد الأولوية في برامج إعادة التأهيل وتقديم العلاجات السلوكية.

وقد أدى الاعترافُ المتزايدُ بأهمية تنظيم الذات للوالدين لتحقيق الوالدية الفعالة إلى عديدٍ من الدعوات لجهود التدخل التي تجمع بين مهارات تنظيم الذات لدى الوالدين ومهارات الوالدية (Crandall et al. 2015; Lengua et al., 2021). من ثم تشيّرُ نتائج دراسة (Tellegen et al, 2022) إلى أن الوالدين الذين يتمتعون

بقدر أكبر على تنظيم الذات في دورهم الوالدي هم أقل عرضة للإصابة بأعراض الاكتئاب أو القلق أو الضغوط النفسية. وأن تدريب الوالدين بشكل صريح على مهارات تنظيم الذات مثل المراقبة الذاتية والتعزيز الذاتي وحل المشكلات يؤدي إلى نتائج أفضل على المدى الطويل لهم ولأطفالهم (Mazzucchelli & Ralph, 2019). بالتالي فإن تدخلات الوالدية تستهدف بشكل خاص عمليات تنظيم الذات.

وتوجد دراسات كثيرة أكدت على فعالية برامج تدريب الوالدين باستخدام نموذج Triple P مثل دراسات (Doherty et al., 2013; Lohan et al., 2016; ) Ralph & Sanders, 2003; Sanders & Mazzucchelli, 2013; Sanders et al., 2012; Sutherland, 2015). وفي الوقت نفسه، كانت عمليات تنظيم الذات للوالدين أقل بحثًا، رغم أن معظم تدخلات الوالدين اليوم في حاجة إلى تحسين مهارات وكفاءات تنظيم الذات للوالدين (Sanders, 2008; Sanders & Mazzucchelli, 2013). وعلى الرغم من الأهمية المفترضة لتنظيم الذات بالنسبة إلى الوالدية (Lengua et al., 2021; Lohan et al., 2016; Mazzucchelli & Ralph, 2019) فقد تم تكريس القليل من الاهتمام لمسألة تحسين قدرة الوالدين على تنظيم الذات، أو تعزيز تغيير السلوك الذاتي. علاوة على ذلك لم يقف الباحث على أي دراسة قامت باستخدام نموذج Triple P لتحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في البيئة العربية. من ثم هدف البحث الحالي إلى سد هذه الفجوة من خلال تقييم تأثير برنامج إرشادي قائم على نموذج Triple P في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

بناءً على ما توصلتُ إليه البحوثُ والدراساتُ السابقة من نتائج، أمكنُ للباحثِ صياغةَ الفروضِ التالية:

توجدُ فروقٌ دالةٌ إحصائيًا بينَ متوسطاتِ رُتبِ درجاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ القبليِّ والبعديِّ على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ لصالحِ القياسِ البعديِّ. لا توجدُ فروقٌ دالةٌ إحصائيًا بينَ متوسطاتِ رُتبِ درجاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ البعديِّ والتبعيةِ على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ بعدَ مرورِ شهرٍ من تطبيقِ البرنامجِ الإرشاديِّ.

يوجدُ حجمٌ تأثيرٍ مرتفعٍ للبرنامجِ الإرشاديِّ في تحسينِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ لدى أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ.

#### أهدافُ الدراسة:

هدفتُ الدراسةُ الحاليةُ إلى:

-تحسينُ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ لدى أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ من خلالِ تصميمِ برنامجِ إرشاديِّ قائمٍ على نموذجِ Triple P وتقييمِ فعاليتهِ.  
-تعرفُ مدى استمراريةِ أثرِ البرنامجِ القائمِ على نموذجِ Triple P بعدَ الانتهاءِ من تطبيقه.

-تعرفُ حجمُ تأثيرِ البرنامجِ الإرشاديِّ في تحسينِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ لدى أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ.

#### أهميةُ الدراسة:

تبرزُ الأهميةُ النظريةُ للدراسةِ فيما يأتي:

- ندرّة الدراسات - في حدودِ اطلاعِ الباحث - التي تناولتِ بالبحثِ والدراسةِ نموذجِ Triple P الذي يمثلُ نهجًا فريدًا، ويقدمُ منظورًا جديدًا حولَ القضايا المرتبطةِ بالصحةِ النفسيةِ لأمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ في البيئةِ العربيةِ، مما يسهمُ في فتحِ آفاقٍ بحثيةٍ مستقبليةٍ في هذا الموضوعِ سواءً كانتِ وصفيةً أو تجريبيةً.

- قد توفّرُ هذه الدراسة الأساسَ لتصميمِ وتطويرِ تدخلاتِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي الضروريةِ لأمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ، استجابةً للتحدياتِ الحاليةِ التي يتعرضن لها في تربيةِ أطفالهن.

- قد يؤدي تعزيزُ تنظيمِ الذاتِ الوالدي إلى تحسينِ رفاهيةِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ والأمهاتِ على حدٍ سواء، وتقليلِ مجموعةٍ من المشكلاتِ المجتمعيةِ التي قد يسببها اضطرابُ طيفِ التوحدِ، أو على الأقلِ تفاقمها.

كما تتضحُ الأهميةُ التطبيقيةُ في الجوانبِ الآتية:

- بناءً أداةِ قياسٍ موضوعيةٍ، تمتازُ بخصائصِ سيكومتريةٍ ومصداقيةٍ جيدةٍ لقياسِ مستوى تنظيمِ الذاتِ الوالدي لدى أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ، ومدى تضمينِ هذه المكوناتِ في برامجِ إرشادِ وتدريبِ أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ.

- كما تأتي أهميةُ هذه الدراسة في معالجةِ الحاجةِ إلى تحسينِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي لدى أمهاتِ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحدِ، كما أنّها تعطينا تصورًا واضحًا في المجالاتِ التي يمكنُ من خلالها تقديمُ الدعمِ والتدريبِ لهن، ونوعُ الدعمِ الذي يحتجنه في تعزيزِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي.

تقدم هذه الدراسة منظورًا جديدًا يمكن أن يساعد أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بشكل مفيد على تطوير استراتيجيات تنظيم الذات الوالدي، وتحديد مجالات القوة والموارد الفريدة الخاصة بهم، والتكيف مع الضغوط الوالدية، وفهم تجاربهم بشكل أفضل.

يمكن أن يكون مفيدًا للباحثين والعاملين في مجال دعم الأسرة، والمختصين المهتمين بالتنمية المبكرة للطفل أو الوالدين في مرحلة الانتقال إلى الوالدية.

### حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية بموضوعها، كما تتحدد بعينيتها المستهدفة التي اقتصرت على (٩) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٢٥ - ٤٥) عامًا بمحاظفة الدقهلية، وذلك خلال الفترة من بداية يوليو ٢٠٢٣ م إلى ١٧ أغسطس ٢٠٢٣ م بمجموع (١٧) جلسة، كما التزمت الدراسة بالأداة التي تم قام الباحث بإعدادها، وينبغي توخي الحذر في تعميم النتائج على أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلى أمهات فئات الاضطرابات الأخرى.

### مصطلحات الدراسة:

البرنامج الإرشادي **Counseling program**: يعرفه الباحث بأنه "عملية مخططة ومنظمة تقوم على استخدام مجموعة من الفنيات المعرفية والسلوكية ومبادئ التعلم الاجتماعي، كما يشتمل على مجموعة من الأنشطة والمهام التي يتم تقديمها لعينة الدراسة من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بهدف تحسين تنظيم الذات الوالدي لديهن". ويتحدد - إجرائيًا - بالفنيات المتقاة، وعدد الجلسات والأنشطة المتضمنة فيها.

**نموذج TRIPLE P Model**: هو برنامج الوالدية الإيجابية Positive Parenting Program (المشار إليه باسم Triple P) القائم على الأدلة، وتعود أصوله إلى نظرية التعلم الاجتماعي ومبادئ العلاج السلوكي والمعرفي والانفعالي، ويهدف إلى مساعدة الوالدين على زيادة ثقتهم ومهاراتهم ومعرفتهم حول تربية الأطفال، وأن يكونوا أكثر إيجابية في تفاعلهم اليومي مع الأطفال والتغلب على مشكلات الوالدية (Sanders, 2008).

**تنظيم الذات الوالدي Parental Self-Regulation**: قدرة الوالدين على التحكم في أفكارهم وانفعالاتهم وسلوكهم استجابة للإشارات والمعلومات المتعلقة بالسياق الحالي وحالة الأطفال واحتياجاتهم، وأحياناً سلوك الآخرين (مثل الشركاء، والأجداد، ومقدمي الرعاية للأطفال، والمعلمين، والمدربين) وهو أمر أساسي وضروري للتكيف الناجح مع دور الوالدين (Sanders et al., 2019). وفي سياق البحث الحالي، فإن تطوير قدرة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد على تنظيم الذات الوالدي يعني مساعدتهن في اكتساب المهارات التي يحتاجن إليها لمراقبة سلوكهن وتغييره ويصبحن مستقلين في حل المشكلات، وفعالية الذات، والوكالة الشخصية، وإدارة الذات، والاكتفاء الذاتي، وتكييف أهداف ومهارات الوالدية مع تحديات التربية. ويقاس إجرائياً بالدرجة الكمية التي تحصل عليها الأمهات على مقياس تنظيم الذات الوالدي المستخدم في البحث الحالي (إعداد الباحث).

وتشمل الوالدية Parenting عمليات تربية الأطفال التي يقوم بها الوالدان لتعزيز ودعم نمو أطفالهم ورفاههم (Barros et al., 2015).

**أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد**: هن الأمهات اللواتي لديهن أطفال من ذوي اضطراب طيف التوحد، وعددهن (٩) أمهات، وتتراوح أعمارهن ما بين

(٢٥-٤٥) عامًا، وتم تشخيص أطفالهن باضطراب طيف التوحد بمركز دار الشفاء بمحافظة الدقهلية - مصر.

**الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:** اضطراب طيف التوحد إعاقة نمائية تؤثر بشكل ملحوظ في التواصل اللفظي، وغير اللفظي، والتفاعل الاجتماعي، وتظهر الأعراض الدالة عليه بشكل ملحوظ قبل سن الثالثة من العمر، وتؤثر سلبًا في أداء الطفل (American Psychiatric Association، 2013). ويقصدُ بهم الباحث في هذه الدراسة الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من سن (٧-١٥) عامًا في مركز دار الشفاء محل تطبيق البحث الحالي (الباحث).

### الإطار النظري في ضوء الدراسات السابقة

#### نموذج Triple P لتنظيم الذات الوالدي

برنامج الوالدية الإيجابية Positive Parenting Program (المشار إليه فيما بعد باسم Triple P) هو برنامج قائم على الأدلة تم تطويره من خلال البحث السريري (Sanders , 2008; Sanders et al., 2000). ويعدُّ أحد أكثر برامج الوالدية رسوخًا وانتشارًا، والذي يؤكد على استخدام عمليات تنظيم الذات من قبل كل من الأخصائيين وأولياء الأمور (Sanders et al., 2019). وتعود أصول برنامج الوالدية الإيجابية إلى نظرية التعلم الاجتماعي ومبادئ التغيير السلوكي والمعرفي والانفعالي التي تم التعبير عنها في الستينيات والسبعينيات من القرن الماضي (Sanders, 1999). والهدف من نموذج Triple P خفض المشكلات السلوكية والانفعالية والنمائية الشديدة لدى الأطفال والمراهقين من خلال تعزيز المعرفة والمهارات والثقة لدى الوالدين. كما يسعى نموذج Triple P إلى مساعدة الوالدين

على زيادة ثقتهم ومهاراتهم، ومعرفتهم حول تربية الأطفال، وأن يكونوا أكثر إيجابية في تفاعلهم اليومي مع أطفالهم (Sanders, 2012).

وُصِّحَ تنظيم الذات الذي نوقش في البحث الحالي مشتقاً من النظريات التي طورها ساندرز وزملاؤه (Sanders & Mazzucchelli, 2013; Sanders & Ralph, 2002; Sanders et al., 1998) التي تسعى إلى شرح العناصر والوظائف والعمليات الرئيسة التي يشتمل عليها تعزيز تنظيم الذات لدى الكبار والأطفال من خلال تدخلات الوالدية. حيث اقترح ساندرز (2008) أن أحد الأهداف الرئيسة لبرامج الوالدية هو تعزيز تنظيم الذات للوالدين. وبهذا المعنى فإن مصطلح تنظيم الذات الوالدي يقدم تصوراً أوسع لهذه القضية. على وجه التحديد، يتضمن تنظيم الذات الفردي جانبين رئيسيين: يُشار إلى الجانب الأول إلى المدى الذي يرى فيه الوالدان أنفسهم أنهم مؤهلون ومستقلون وكفؤون في التعامل مع مهام الوالدية. وتتم معالجة هذا الجانب من خلال ثلاثة عوامل: الأول فعالية الذات self-efficacy، وتتألف من إحساس الوالدين بالفعالية في التغلب على مشكلات الوالدية المتخصصة، والثاني الاكتفاء الذاتي self-sufficiency، ومعالجة ثقة الوالدين بالنفس self-confidence في حل المشكلات بأنفسهم، والثالث إدارة الذات self-management وتتكون من تحديد الهدف ومراقبة تحقيقه وتقييم أدائه. ويُشار إلى الجانب الثاني إلى المدى الذي يرى فيه الوالدان أنفسهم أنهم عوامل نشطة لنمو أطفالهم. ويتم التعامل مع هذا الجانب الثاني من خلال عامل واحد، وهو الوكالة الشخصية personal agency التي تفحص وجهة الضبط لدى الوالدين على نمو أطفالهم (Sanders, 2008; Sanders & Mazzucchelli, 2013). وقد تمّ الجمع بين هذه المفاهيم في تدخلات الأسرة والوالدية كمكونات لنموذج Triple P، وفي



البحث الحالي اعتمدَ الباحثُ تنظيمَ الذاتِ كمفهومٍ يتضمَّنُ أربعةَ أبعادٍ رئيسةٍ لقدراتِ الوالدين.

وبناءً على الاقتراحِ النظري لـ (Sanders and Mazzucchelli (2013)، طوّرت هاملتون وزملاؤها (Hamilton et al., 2015) مقياسَ "أنا كوالد (MaaP)" Me as a Parent، والذي تم تصميمه لتقييم مكونات تنظيم الذات التي حددها Sanders and Mazzucchelli (2013). ومقياسُ "أنا كوالد" عبارة عن استبانةٍ تقريرِ ذاتي مكونة من ١٦ عنصرًا يهدفُ إلى قياسٍ وتقييمِ معتقداتِ الوالدين حولَ فعالية الذاتِ والوكالة الشخصية وإدارة الذاتِ والاكتفاء الذاتي (Hamilton et al., 2015). ويتميزُ مقياسُ "أنا كوالد" بأنه مختصرٌ، وسهلُ التطبيق، ويسمَّحُ للباحثين والمختصين بتحليلِ معتقداتِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي وأبعاده المختلفة.

يتمُ تعريفُ المجالاتِ الأربعة في نموذج Triple P ولأهدافِ الدراسة الحالية، على النحو التالي.

فعالية الذات Self-efficacy: هي المجال الأول وتشيرُ إلى المعتقداتِ حول القدرة على تنفيذِ مهامِ الوالدية اليومية، أو حلِّ مشكلاتِ الوالدية المحددة، وثقةُ الوالدين في قدرتهم على الامتناعِ والحدِّ من استخدامِ استراتيجياتٍ لاتكيفية، واستخدامِ استراتيجياتٍ تكيفيةٍ لإحداثِ تغييرٍ في السلوكِ (Sanders & Mazzucchelli, 2013). وتوصفُ فعاليةُ الذاتِ الوالدية إيمانَ الوالدين بقدرتهم على أداءِ دورِ الوالدية بنجاحٍ (Wittkowski et al., 2017). كما تشيرُ إلى ثقةِ الوالدين في قدرتهم على حلِّ المشكلاتِ (Burke et al., 2023). وإيمانَ الوالدين وثقتهم في قدرتهم على تربيةِ الأطفالِ أو أداءِ مهمةٍ والديةٍ معينةٍ بنجاحٍ (Jones & Prinz, 2005).

وتوجد أدلة قوية على وجود علاقة بين فعالية الذات للوالدين وكفاءة الوالدين، مع وجود بعض الأدلة على أن المستويات الأعلى من فعالية الذات للوالدين ترتبط بتربية أكثر فاعلية ونتائج أفضل للأطفال (Wittkowski et al., 2016). وأن معتقدات الوالدين حول قدرتهم على الأداء الفعال كأولياء أمور، والتي يشار إليها باسم "فعالية الذات الوالدية"، ترتبط بسلوك الطفل، وأدائه الاجتماعي والانفعالي، وإنجازته الأكاديمي، فضلاً عن كفاءة الوالدية والأداء الوظيفي (Jones & Prinz, 2005; Morgan, 2022).

ووفقاً لساندرز ومازوتشيللي (Sanders and Mazzucchelli 2013) تعدُّ فعالية الذات للوالدين عنصراً مهماً في قدرة أوسع على تنظيم الذات، وتغذية ممارسات الوالدية الإيجابية. وأن دمج التركيز على تنظيم الذات للوالدين في تدخلات الوالدية يسمح للوالدين بأن يصبحوا مكثفين ذاتياً في خلق التغيير والحفاظ عليه. وعلى مدار برنامج الوالدية، تتحسن فعالية الذات للوالدين بشكل نموذجي مع إتقان وتطبيق مهارات جديدة، والبدء في تحقيق أهدافهم. ويطور الوالدان كلاً من التوقعات العالمية والمهمة المحددة المرتبطة بالمحاولات المستقبلية لتغيير السلوك والمثابرة والتعافي من النكسات وخيبات الأمل (Sanders et al., 2019). وتشير كل هذه المفاهيم إلى الحاجة إلى مصادر دعم شخصية لمعالجة الطلبات المتعددة التي يشتمل عليها تربية الطفل، والتي ستختلف حسب التحديات الظرفية والبيئية. وبالنظر إلى أن فعالية الذات هي إحدى المجالات الأساسية الأربعة المقترحة لتنظيم الذات، فإن تنظيم الذات يرتبط ارتباطاً وثيقاً بفعالية الذات.

الوكالة/ التفويض الشخصية Personal agency. في نموذج Triple P، تأتي المساهمة الثانية في إشارة إلى وجهة ضبط الوالدين في عزو سلوك أطفالهم

ونتائجهم إلى قراراتهم وجهودهم الخاصة بدلاً من الصدفة أو النضج أو الأحداث التي لا يمكن السيطرة عليها (Sanders & Mazzucchelli, 2013). وتشير الوكالة الوالدية إلى مجموعة من الكفاءات الشخصية المتعلقة بالطريقة التي يشعر بها الوالدين تجاه أنفسهم والتعامل مع مهام الوالدية (Callejas et al., 2021). وخلال مسار التدخل يتم حث الوالدين وتشجيعهم على إدراك أن التغييرات الإيجابية ترجع إلى جهودهم الخاصة. ويتم تعزيز التفويض الشخصي من خلال العمل على استبدال سمات التغييرات التي تحدث في السلوك والانفعالات والإدراك (الذات والطفل) من التأثيرات الأخرى (مثل الصدفة والنضج والتركيب الجيني) والتركيز على أنها نتيجة جهودهم وكفاءتهم (Sutherland, 2015).

كما يمكن تعزيز الوكالة الشخصية للوالدين من خلال ضمان نجاح الوالدين في تحقيق التغييرات المطلوبة. ويشجع نهج تنظيم الذات الوالدين على "امتلاك" التغيير وعزو التغيير في وضعهم إلى الجهود التي بذلوها لإحداث هذا التغيير (Sanders et al., 2019). ويتضمن ذلك تشجيع الوالدين على عزو التغييرات أو التحسينات في وضعهم الأسري إلى جهودهم أو جهود أطفالهم بدلاً من الصدفة، أو العمر، أو عوامل النضج، أو مهارات الأخصائي أو جهوده، أو الأحداث الأخرى التي لا يمكن السيطرة عليها (مثل سوء تربية أحد الوالدين أو جيناته) (Sanders & Mazzucchelli, 2013).

إدارة الذات Self-management. هي المجال الثالث المساهم في نموذج Triple P. وتعني تحديد الأدوات، والمهارات التي يستخدمها الوالدين لتغيير ممارسات الوالدية (Sanders & Burke, 2014). وتشمل هذه المهارات التحديد الذاتي لأهداف الوالدية (ما التغييرات التي يسعى الوالدان إلى إجرائها؟)، والمراقبة

الذاتية لسلوكيات الوالدين والطفل خلال فترة التدخل (عدد المرات التي تحدث فيها السلوكيات المستهدفة المحددة)، والاختيار الذاتي لاستراتيجيات التغيير (خطأ الوالدية المحددة لتنفيذها)، والتقييم الذاتي لما إذا كان أحد الوالدين قد حقق بعض معايير الأداء (ما قرروا تحقيقه)، والمكافأة الذاتية (يهنى الوالدان أنفسهم على تحقيق الهدف). في هذا النهج يكون كل والد مسؤولاً عن الاختيار من بين مجموعة من الخيارات المقدمة في برنامج الوالدية التي يرغب في تغييرها من جوانب سلوكه وسلوك أطفاله (Sanders & Mazzucchelli, 2013; Sanders et al., 2019). وعندما يتعلم الوالدان تطبيق مهارات الوالدية الإيجابية (مثل الثناء الوصفي، والتعليم العرضي، والتعليمات الواضحة)، يصبحون أكثر التزاماً بسلوك أطفالهم واستجاباتهم عليه (Sanders et al., 2019).

الاكتفاء الذاتي Self-sufficiency. وهو المساهم الرابع في نموذج Triple P ويشير إلى حل المشكلات بشكل مستقل، والاعتماد على الذات من خلال استخدام مصادر الوالدين الخاصة، أو تحديد المصادر الخارجية المناسبة (Sanders & Mazzucchelli, 2013). ويتكون الاكتفاء الذاتي (كونه حلاً مستقلاً للمشكلات مع المصادر الشخصية والمعرفة والمهارات للحفاظ على أي مكاسب محققة ومعالجة المشكلات المستقبلية) (Burke et al., 2023). ويساعد برنامج الوالدية الفعال الوالدين على الانتقال من الاعتماد على الآخرين (مثل المعالجين المختصين) في تحقيق أساسيات ومهام مسؤوليات الوالدية ليصبحوا أولياء أمور مستقلين وواثقين. ويتطلب تحقيق الاكتفاء الذاتي من الوالدين تقوية وزيادة معارفهم ومهاراتهم، وسعة الحيلة والمرونة (Sutherland, 2015).

والهدف النهائي للتدخل الوالدي هو أن يصبح الوالد مستقلاً في حل المشكلات، ولديه المصادر الشخصية الضرورية (المعرفة والمهارات والخبرة) للحفاظ على أي مكاسب محققة وتوسيع نطاقها، ويكون قادراً على معالجة القضايا المستقبلية بشكل مستقل مع طفله أو مع الأطفال الآخرين في الأسرة. ويتميز أولياء الأمور الذين يتمتعون بالاكْتفاء الذاتي بالمرونة ومصادر الدعم اللازمة لأولياء الأمور بفعالية، مع وجود حد أدنى من الدعم الإضافي، أو عدم وجود دعم إضافي من الخدمات أو الشبكات الاجتماعية. ويتم تشجيع الوالدين على النظر إلى قرارات الوالدية على أنها مسؤوليتهم الشخصية، وكممارسة لتقديرهم واختيارهم (Sanders et al., 2019). ولا يعني هذا السعي لتحقيق الاكتفاء الذاتي أن الوالدية تتم بطريقة منفصلة عن شبكات الدعم الأساسية (مثل مؤسسات رعاية الأطفال والرعاية الصحية الجيدة)، أو يُنظر إليها على أنها نشاط خاص معزول وذلك على الرغم من أن معظم أساليب الوالدية تتم في خصوصية الناس. على العكس من ذلك، يتم تشجيع الوالدين على بناء شبكات دعم صحية بما في ذلك دعم الأسرة الممتدة والأشخاص الآخرين من داخل مجتمعهم. ومع ذلك يتم تشجيع الوالدين على النظر إلى معظم قرارات الوالدية الرئيسية التي يتخذونها مع أطفالهم على أنها مسؤوليتهم الخاصة، وكممارسة للحكم الشخصي والاختيار (Sanders & Mazzucchelli, 2019; Sanders et al., 2013). بل افترض ساندرز ووالف (Sanders and Ralph 2002) أن الوالدين الذين يتمتعون بالاكْتفاء الذاتي هم أكثر عرضة لطلب الدعم المناسب عند الحاجة، والدفاع عن أطفالهم/ المراهقين، وحمايتهم من الأذى، والاستمرار في المشاركة في تعليمهم.

بهذا المعنى فإنَّ مصطلحَ تنظيمِ الذاتِ الوالدي حسب نموذج Triple P يتضمنُ أربعةَ عواملٍ هي: فعاليةُ الذاتِ، وتألُّفُ من إحساسِ الوالدينِ بالفعاليةِ في التغلبِ على مشكلاتِ الوالديةِ المتخصصةِ، والاكتفاءُ الذاتي، ومعالجةُ ثقةِ الوالدينِ بالنفسِ في حلِّ المشكلاتِ بأنفسهم، وتتكوَّنُ إدارةُ الذاتِ من تحديدِ الهدفِ ومراقبةِ تحقيقه وتقييمِ أدائه. والوكالةُ الشخصيةُ التي تتناولُ وجهةَ الضبطِ لدى الوالدينِ على نموِّ أطفالهم (Sanders, 2008; Sanders & Mazzucchelli, 2013). وعند المشاركةِ في السلوكِ المرتبطِ بالهدفِ، يمكنُ تصورُ هذهِ العناصرِ بحيثُ تقعُ عبرِ دورةٍ من الأداءِ والتفكيرِ ومراحلِ التخطيطِ. وقد اعتمدَ الباحثُ تنظيمَ الذاتِ كمفهومٍ متعددِ الأبعادِ لقدراتِ الوالدينِ في البحثِ الحالي.

نموذجُ Triple P لتنظيمِ الذاتِ الوالدي وأمهاثُ الأطفالِ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحّدِ

يعاني الأطفالُ ذويِ اضطرابِ طيفِ التوحّدِ من مشكلاتٍ سلوكيةٍ عديدةٍ، مثل الكلامِ النمطي، والسلوكياتِ الغريبةِ والطقوسيةِ، وفرطُ النشاطِ، وسلوكياتِ إيذاءِ الذاتِ. مما يجعلُ من الصعبِ على الوالدينِ التفاعلِ مع أطفالهم ذويِ ذلكِ الاضطرابِ، وقد تكونُ مؤلمةً انفعالياً للوالدينِ (Wang et al., 2013). وفي حينِ أن الوالدينِ لا يسببون هذهِ المشكلاتِ، فإن ضعفَ العلاقةِ الاجتماعيةِ يمكنُ أن يجهّدَ تفاعلاتِ الوالدينِ مع الأطفالِ، ويمكنُ أن يكونَ لضغوطِ الوالدينِ تأثيراتٍ سلبيةٍ على المعاملاتِ والسلوكياتِ والتي قد تعوقُ نموَّ الأطفالِ (Crowell et al., 2019). وقد تشكلُ مثل هذهِ السلوكياتِ صعوباتٍ للأمهاثِ عندما يقضون وقتًا مع أطفالهن في المواقفِ العامة، خاصةً عندما يسيءُ الأشخاصُ الآخرون فهمَ سلوكياتِ الطفل، أو يسيئون تفسيرها (Estes et al., 2009). وبالإضافةِ إلى ذلكِ

تتأثر الأمهات بصعوبة الأطفال في مهارات تنظيم الذات (مثل الأكل والنوم وتنظيم الانفعالي)، والتي قد تؤثر على الأمهات لأنهن يشاركن بشكل أكبر ومستمر في مهام رعاية الطفل اليومية. وبالتالي فمن الممكن أن تؤدي سلوكيات أطفال اضطراب طيف التوحد إلى زيادة ضغوط الأمهات (Davis & Carter, 2008).

وتنظيم الذات الوالدي مفهوم مهم يشمل القدرات الشخصية التي تمكن من الاستجابة التكيفية لاحتياجات الطفل (Callejas et al., 2021). وقد ارتبط تحسين تنظيم الذات الوالدي وانخفاض مستويات أساليب وممارسات الوالدية غير الفعالة بانخفاض مشكلات الطفل الاجتماعية والانفعالية والسلوكية. وأن هناك علاقة بين المساندة الاجتماعية الرسمية ومشكلات الطفل الاجتماعية والانفعالية والسلوكية من خلال تنظيم الذات الوالدي وممارسات الوالدية (Burke et al., 2023).

وتجدر الإشارة إلى أنه قبل تنفيذ أي تدخل يهدف إلى تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، من المهم الإجابة على سؤالين. أولاً: ما الدليل على أن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يفتقرون بالفعل إلى تنظيم ذات والدي جيد؟ من المهم الإجابة عن هذا السؤال لأنه يثبت بشكل لا لبس فيه الحاجة إلى الخدمات التدخلية لتحسين تنظيم الذات الوالدي لديهم. ثانياً، هل التدخلات القائمة على فنيات التربية الوالدية الإيجابية وبالتحديد نموذج Triple P لها تأثيرات إيجابية في إحداث التغيير المطلوب؟ وتساعد الإجابة عن هذا السؤال في ضمان إمكانية تنفيذ التدخل القائم على نموذج Triple P للحصول على أفضل النتائج الإيجابية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. ويتم تناول هذين السؤالين وإجابتهما من خلال الفقرات التالية.

يعاني والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من انخفاض فعالية الذات الوالدية، أو الإيمان بقدرتهم على تربية أطفالهن بفعالية (Karst & Van Hecke, 2012). كما أنهم يشعرون أيضاً بانخفاض القدرة على التصرف، أي أنهم يفترضون أن بإمكانهم لعب دورٍ أقل نشاطاً في نمو الطفل مقارنةً بوالدي الأطفال ذوي النمو الطبيعي. وهذه التأثيرات المعرفية مصحوبةً بضغوطٍ انفعالية، بما في ذلك الشعور بالذنب والعجز وأعراض الاكتئاب (Crowell et al., 2019). ويظهرُ الضغطُ الوالدي المتزايد بعد تشخيص اضطراب طيف التوحد بغض النظر عن مدى الأداء الفكري للفرد ذي اضطراب طيف التوحد أو مدى قدرة الوالد (Porter & Loveland, 2019). وفي هذا السياق وجدت مكابي (2007) McCabe أن الأمهات غالباً ما يعانين من مشكلاتٍ أكثر من الآباء، وذكرت الأمهات أن اضطراب طيف التوحد قد غير حياتهن تماماً واستغرقن كل وقتهن إلى درجةٍ لم يكن لديهن سوى القليل من الوقت لممارسة الأنشطة الأخرى في حياتهن. كما ارتبطت زيادةً أعباء الرعاية الملقاة على الأمهات بانخفاض الرضا عن الحياة ومستوى أعلى من المشكلات لدى الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وقد أدت هذه العوامل إلى ضغوطٍ كبيرة، ومشكلاتٍ نفسيةٍ لدى الأمهات وأطفالهن (Cetinbakis et al., 2020). كما تعاني أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من مستوى عالٍ من الضغوط الوالدية المرتبط أيضاً بمستوياتٍ عاليةٍ من الاكتئاب والقلق. فمن الممكن أن تؤدي سلوكيات أطفال اضطراب طيف التوحد إلى زيادة ضغوط الأمهات (Davis & Carter, 2008).

ويلاحظُ من عرض نتائج الدراسات السالفة الذكر مدى ارتفاع الضغوط الوالدية، وانخفاض تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف



التوحد، مما يؤكد بوضوح على احتياج أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد إلى تدخلات لتحسين ممارسات الوالدية وفي النهاية تغيير سلوك الطفل، وفي هذا الصدد فقد أفادت نتائج دراسة (Cetinbakis et al., 2020) أن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بشكل عام هن مقدمات الرعاية الأساسية لهؤلاء الأطفال، وأن هؤلاء الأمهات بحاجة إلى التوجيه المهني والدعم النفسي أثناء عملية ممارسة مهام الوالدية. كما أنه سيكون للأُم التي تستطيع ضبط الذات توقعات إيجابية حيث يمكنها تفعيل خططها بنجاح وتحقيق نتائج إيجابية في المستقبل. وستكون قادرة على التأمل الذاتي، ومنفتحة وقادرة على تحديد نقاط القوة والضعف الشخصية، والنجاحات والفشل، دون أن تكون ناقدة لذاتها بشكل غير مفيد. إن تقييماتها الذاتية وخصائصها ستكون بناءً وتعمل على زيادة كفاءتها وثقتها في مواجهة تحديات المستقبل (Sanders & Mazzucchelli, 2013). وسيكون ولي الأمر الذي ينظم نفسه بنفسه قادرًا على قبول أو تجاهل أو تقليل الانفعالات التي قد تتداخل مع السعي وراء تحقيق الأهداف بنجاح (Koole et al., 2011). وقد يكون الوالدان اللذان لديهما القدرة على تنظيم الذات أكثر قدرة على تحقيق أهداف الوالدية، والاستجابة بهدوء عندما يسيء الأطفال التصرف، وحل مشكلة تحديات الوالدية (Haslam et al., 2019). كما أن هناك أدلة على وجود ارتباط بين قدرات الوالدين على تنظيم الذات وأنشطة تعزيز الصحة خلال مرحلة الطفولة المبكرة (Callejas et al., 2021). وأن تنظيم الذات للأُم يكون مدفوعًا بأخلاقيات الرعاية والمعايير الذاتية، كما يكون مدفوعًا أيضًا بمعتقدات حول أهمية الاستقلالية، وأن سلوكيات تنظيم الذات المختلفة تنبأ بالنشاط البدني للوالدين (Butson et al., 2014). من ثم تسعى تدخلات الوالدية التي تؤكد على تنظيم الذات إلى تعزيز

استقلالية الوالدين، واعتمادهم على أنفسهم في حل مشكلات أطفالهم النمائية والانفعالية والسلوكية.

وفي هذا الصدد يمكن أن توفر المشاركة في برامج الوالدية القائمة على الأدلة سياقاً مهماً وقيماً للوالدين لتعلم واكتساب مهارات تنظيم الذات. من ثم تعدّ التغييرات في القدرة على تنظيم الذات مهمة للتغيير في ممارسات الوالدية وفي النهاية تغيير سلوك الطفل (Barros et al., 2015). ويعدّ برنامج الوالدية الإيجابية Triple P نظام مؤسس وقائم على الأدلة للتدخل الوالدي (Sanders, 2012). ويقوم على مبادئ التعلم الاجتماعي والنظرية المعرفية والسلوكية والنمائية، ويهدف إلى خفض وعلاج ومنع المشكلات السلوكية والانفعالية للأطفال من خلال تحسين مهارات ومعرفة وثقة الوالدين، وتحسين التواصل بين الوالدين، والحّد من ضغوط الوالدين (Sanders, 1999; Sanders et al., 2002). وقد تم تكييف نموذج Triple P ووجد أنه فعال في فئات مجتمعية مختلفة مثل والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (Whittingham et al., 2009)، وأسر السكان الأصليين (Turner et al., 2007)، والوالدان المطلقان (Stallman & Sanders, 2014).

ويستخدم نموذج Triple P على وجه التحديد أنشطة تنشيط مهارات تنظيم الذات (مثل: فعالية الذات، والوكالة الشخصية، وإدارة الذات، والاكتفاء الذاتي)، فالوالدان ذوا القدرة القوية على تنظيم الذات (أ) يتمتعون بالاكتفاء الذاتي من حيث إن لديهم الموارد الشخصية والمعرفة والمهارات اللازمة لممارسة أدوارهم ومهامهم بفعالية مع الحد الأدنى من الدعم من الآخرين، و(ب) يظهرون مهارات جيدة في إدارة الذات وحل المشكلات، وفي بعض الأحيان تحديداً أهداف واضحة لأطفالهم، والتفكير في تفاعلاتهم وتقييمها، واختيار استراتيجيات التغيير وتنفيذها، و(ج)

لديهم حس بالقوة، معتقدين أنهم يستطيعون التأثير على سلوكهم وسلوك أطفالهم، و(د) يعتقدون أنهم قادرون على تنفيذ استراتيجيات تغيير السلوك وأن النتائج الجيدة ستحدث نتيجة لذلك (Sanders & Mazzucchelli, 2013). بحيث يمكن للوالدين تطبيق ما تعلموه بمرونة على سلوكيات الأطفال المختلفة، والقدرات المتغيرة للأطفال، وفي مختلف سياقات تربية الأطفال.

وقد اقترح Sanders and Mazzucchelli (2013) تعريفاً عملياً لتنظيم الذات الوالدي من خلال النظر في خصائص الأم التي تتمتع بقدرات قوية لتنظيم الذات. تلخص الفقرة التالية تعريفها العملي. الأم التي تنظم نفسها بنفسها: (أ) تكون واضحة بشأن أنواع السلوكيات والقيم والمهارات التي تريد تطويرها في نفسها أو طفلها، ومنزلها و(ب) لديها توقعات واقعية لنفسها ولمن يعتنون بطفلها، و(ج) تفهم ما يمكن توقعه من طفلها خلال مراحل نموه المختلفة، و(د) تراقب أداؤها تلقائياً وفقاً لمعاييرها، و(هـ) تضع سلوكها المعتاد تحت السيطرة عندما تكتشف وجود تناقض بين سلوكها ومعاييرها الشخصية، و(و) تهتم عمداً بالسلوكيات وتكتسب المعلومات للمساعدة في مواجهة سبب حدوث التناقض، و(ز) لديها مجموعة واسعة من المعارف والمهارات للاستفادة منها عند وضع خطة العمل، و(ح) تنفذ خطتها، وتقيم النتيجة، وتراجع الخطة إذا لزم الأمر حتى يتم تحقيق النتيجة المرجوة، و(ط) يصبح سلوكها الجديد تلقائياً، و(ي) لديها توقعات إيجابية لاستخدام خطتها لتحقيق نتائج جيدة في المستقبل، و(ك) تفكر في نفسها وتكون قادرة على تحديد نقاط قوتها وضعفها ونجاحاتها وإخفاقاتها حتى تتمكن من تنمية كفاءتها وثقتها كأماً، و(ل) تكون قادرة على إدارة الحالات الانفعالية التي قد تتداخل مع أهدافها، و(م)

وتستمتع في الغالب بتجربة الوالدية المتنوعة حتى تشعر بالثقة والكفاءة في دورها كأم.

وتظهر مراجعة الأدب التربوي النفسي وجود بعض الدراسات السابقة التي أُجريت في عديد من دول العالم على عينات متنوعة من أولياء الأمور؛ لفحص فعالية نموذج Triple P في تغيير ممارسات الوالدية. فقد أظهرت نتائج دراسة (2015) Sutherland أن برنامج الوالدية الإيجابية Group Teen Triple P كان فعالاً في تعزيز كفاءات إدارة الذات لدى الوالدين وتغيير السلوك لدى المراهقين. كما أشارت نتائج دراسة (2013) Doherty et al. أن التدخل باستخدام Teen Triple P وسيلة مفيدة لتوسيع وصول التدخل لدى الأطفال والمراهقين المصابين بالسكري من النوع الأول.

وقام ساندرز، وآخرون (2012) Sanders et al. بتقييم تأثير إصدار من ثماني جلسات عبر الإنترنت من برنامج Triple P الذي استخدم نهج تنظيم الذات وأظهر تحسناً مستداماً أكبر بشكل ملحوظ في الظروف عبر الإنترنت مقارنةً بالمجموعة الضابطة على مقاييس مشكلات السلوك، والاكتفاء الذاتي، وغضب الوالدين. وقام كل من (2003) Ralph and Sanders بتقييم أولي لبرنامج Group Teen Triple P على أولياء أمور طلاب المدرسة في سن ١٢ عامًا. وبعد المشاركة في برنامج ٨ أسابيع. أبلغ الوالدان عن تحسينات كبيرة في المقاييس الفرعية لتنظيم الذات، بما في ذلك فعالية الذات، والاكتفاء الذاتي، وإدارة الذات، وانخفاض في مقاييس الاكتئاب والقلق والضغط.

ويلاحظ من العرض السابق للدراسات السابقة أن معظمها طبق برنامج الوالدية الإيجابية Triple P على عينات من أولياء الأمور غير أمهات الأطفال ذوي

اضطراب طيف التوحد، ولا توجد دراسات أُجريت في البلاد العربية - حسب اطلاع الباحث - ومن ثمَّ فإنَّ البحث الحالي يستكمل جهود الباحثين باستخدام نموذج Triple P كأساسٍ لتطوير تدخلٍ لتحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في جمهورية مصر العربية.

## منهجية الدراسة وإجراءاتها:

### منهج الدراسة

استخدمَ الباحثُ المنهجَ شبه التجريبي، والتصميمُ المستخدمُ هوَ التصميمُ القائمُ على المجموعة الواحدة، متكافئة في العمر، والجنس، وذلك باستخدام القياس القبلي والبعدى والتتبعي على النحو التالي (قياس قبلي - البرنامج - قياس بعدي - قياس تتبعي)، وتحددت متغيرات الدراسة على النحو التالي: المتغيرُ المستقلُ هوَ البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P، والمتغيرُ التابعُ هوَ تنظيم الذات الوالدي.

### مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بمحافظة الدقهلية. وقد تمت دعوة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد الملتحقين بمركز دار الشفاء بمحافظة الدقهلية للمشاركة في هذا البحث وتراوحت أعمارهن الزمنية بين (٢٥-٤٥) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣٣,٦٦)، وانحراف معياري قدره (٧,٤٨). ومن بين الأمهات اللواتي تطوعن للمشاركة في هذا البحث، حققت ٩ من الأمهات معايير المشاركة وتلقين معلومات حول أهداف هذه الدراسة، وتم اختيارهن بطريقة قصدية.

الاعتبارات الأخلاقية. تمت دعوة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد للمشاركة في الدراسة. وبعد شرح إجراءات الدراسة، ووصف أهداف الدراسة، وضمناً عدم الكشف عن هويتهم، تم الحصول على موافقة مستنيرة من المشاركين. وتم تزويدهم بدليل مكتوب يتضمن شرحاً تفصيلياً عن محتوى البرنامج. كما تم تخصيص رمز للمشاركات عند الاستجابة على المقياس في مرحلتى الاختبار القبلي والبعدي. وتم تمكين الأمهات اللاتي وافقن على المشاركة من الاستجابة على المقياس باستخدام نماذج مطبوعة أو عبر الإنترنت من خلال منصة Google Forms. وقد تم وضع النماذج المطبوعة في نهاية الزيارة في مظروف مغلق. وقد استغرقت مدة الاستجابة على المقياس ٤ دقائق في المتوسط، واستغرقت فترة تطبيق جلسات البرنامج ستة أسابيع.

### أدوات الدراسة:

١- استمارة البيانات الديموجرافية: في هذه الدراسة طُلب من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد تقديم معلومات في مجالين: (أ) خصائص الطفل (العمر، والجنس، وترتيبه بين أخوته)، و(ب) معلومات عن أنفسهن (العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)؛ وذلك من أجل التأكد من تكافؤ أفراد المجموعة التجريبية، كمتطلب قبل تطبيق البرنامج على أفراد المجموعة التجريبية.

٢- مقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (إعداد الباحث):

قام الباحث بإعداد مقياس تنظيم الذات الوالدي لتقييم تصورات أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لتنظيم الذات الوالدي؛ نظراً لحدثة هذا المفهوم في الدراسات الأجنبية ونُدرة المقاييس التي تقيس تنظيم الذات الوالدي

وبخاصة في البيئة العربية، وكما ذكرنا من قبل، لا يوجد الكثير من الأدلة على البحث حول تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وترتب على ذلك أنه كان من الصعب العثور على أدوات قياس مناسبة لأهداف الدراسة الحالية. وقد صُمم هذا المقياس بعد الاطلاع على الإطار النظري والدراسات السابقة (Hamilton et al., 2015; Morawska et al., 2014; Sanders et al., 20179; Tellegen et al., 2022).

ويهدف المقياس إلى قياس وتقييم تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وهو عبارة عن مقياس تقرير ذاتي يتكون من (٢٤) عبارة موجبة وسلبية تقيس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد موزعة على أربعة مجالات رئيسية، بناءً على نموذج TRIPLE P، يقيس المجال الأول (٨ عبارات) فعالية الذات self-efficacy: وتعني معتقدات وإحساس أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بفعاليتهم في التغلب على مشكلات الوالدية المحددة أو حلها (مثل: لدي ثقة في نفسي وقدراتي كأُم). ويقيس المجال الثاني (٥ عبارات) الوكالة الشخصية personal agency: ويعني وجهة ضبط أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في عزو سلوك أطفالهن ونتائجهم إلى جهودهم الخاصة بدلاً من عزوه إلى الصدفة أو النضج، أي وجهة ضبط الأم في نمو طفلها (مثل: لدي تأثير كبير على سلوك طفلي). ويقيس المجال الثالث (٥ عبارات) إدارة الذات self-management: ويشمل قدرة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد على تحديد هدف، ومراقبة تحقيقه وتقييم أدائه (مثل: أفي بتوقعاتي لتقديم المساندة الانفعالية لطفلي). ويقيس المجال الرابع (٦ عبارات) الاكتفاء الذاتي self-sufficiency: ويعني قدرة أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد على

حل المشكلات بشكلٍ مستقلٍ والاعتماد على الذات من خلال استخدام موارد الأمومة الخاصة (المعرفة والمهارات والخبرة)، أو تحديد الموارد الخارجية المناسبة (مثل: أعرّف كيف أتغلبُ على أي مشكلاتٍ يعاني منها طفلي). وقد صنّف الباحثُ المقياسَ على شكلٍ سلمٍ تقدير، يتمُّ الإجابة عليه وفق طريقة ليكرت (٥ تقديراتٍ)، وهي (غير موافق بشدةٍ = ١، غير موافق = ٢، أحياناً = ٣، موافق = ٤، موافق بشدةٍ = ٥)، وتعكسُ الدرجاتُ المرتفعةُ مستوياتٍ أعلى من تنظيم الذات الوالدي.

### الخصائصُ السيكومتريةُ لمقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي:

#### أ - صدقُ المحكمين:

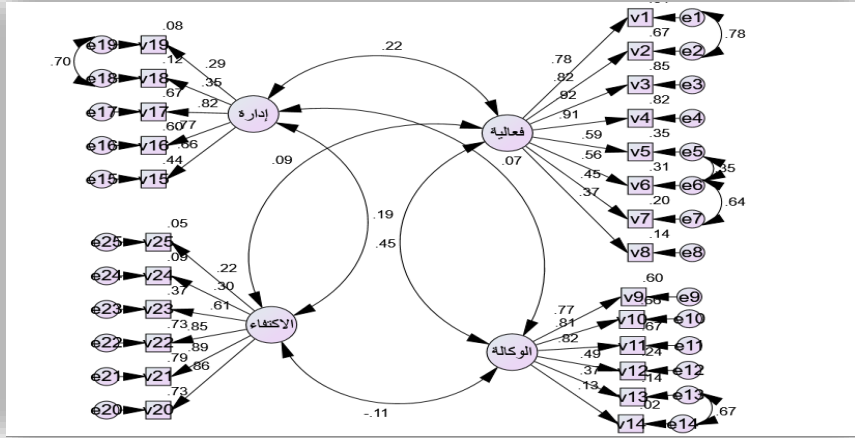
تمَّ عرضُ المقياسِ في صورتهِ الأوليةِ على عددٍ (٥) من الأساتذةِ المختصينَ في مجالي الصحة النفسية والتربية الخاصة، وذلك لإبداءِ الرأي حول مدى ملاءمة تعليماتٍ وعباراتٍ المقياسِ للتعريفِ الإجرائي لتنظيم الذات الوالدي، ومدى ملاءمة صياغة عباراتٍ المقياسِ ولغتهِ للعينة، وإضافة أو حذف أو تعديل ما يرونه مناسباً. وقد قامَ الباحثُ بحذفٍ وتعديلٍ صياغة بعضِ العباراتِ في ضوء ما أبداهُ المحكمونَ، واختيرتِ العباراتُ التي اتفقَ عليها السادةُ المحكمونَ بحدٍ أدنى (٨٠%).

#### ب - الصدقُ العاملي للمقياسِ (التحليلُ العاملي التوكيدي):

قامَ الباحثُ بإجراء التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS.V.26، وتم حسابُ كلِّ من معاملات الانحدار اللامعيارية، ومعاملات الانحدار المعيارية، والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودالاتها كما في شكل (١).



شكل (١) مسأُر التحليلِ العاملي التوكيدي لمقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي لدى أمهاتِ الأطفالِ ذوي اضطرابِ طيفِ التوحّد (إعدادُ الباحثِ)



يتضح من شكل (١)، أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة، ماعدا العبارة (١٤) فهي غير دالة لذلك تم حذفها؛ مما يدل على صحة نموذج البنية العاملية المقترح لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحّد. كما تم حساب مؤشرات المطابقة للتأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح كما في جدول (١).

جدول (١) مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحّد

المؤشر	المدى المتناهي للمؤشر	قيمة المؤشر	مؤشرات المطابقة
مقبول	(صفر) إلى (٠,١)	٠,٠٥٣	مؤشر جذر متوسطات مربع البواقي (RMR)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩١٠	مؤشر حسن المطابقة (GFI)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٨٩١	مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية (AGFI)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩١١	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩٠٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)

مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩٣٢	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩٠٧	مؤشر توكرو لوبس (TLI)
مقبول	(صفر) إلى (١)	٠,٩٢٥	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المثالي، مما يدل على مطابقة نموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مع بيانات المشاركات في إعداد المقياس بدرجة كبيرة؛ وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس في صورته النهائية (٢٤) عبارة بعد التحليل العاملي التوكيدي وحذف العبارة (١٤) لكونها غير دالة إحصائياً.

### ج- ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس تنظيم الذات الوالدي عن طريق حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ للمقياس ككل؛ حيث بلغت قيمته (٠,٨٤٩) وبلغت قيمته للأبعاد الأربعة على التوالي (٠,٨٩٣، ٠,٧٩٢، ٠,٧٣١، ٠,٨١١). وباستخدام طريقة التجزئة النصفية بطريقة سبيرمان براون بلغت (٠,٨٩٠)، وهو معامل ثبات مرتفع؛ مما يدل على ثبات مقياس تنظيم الذات الوالدي.

### ٣- البرنامج الإرشادي (إعداد الباحث):

يهدف البرنامج الذي جرى إعداده والذي يقوم على تدخلات برنامج الوالدية الإيجابية Positive Parenting Program Triple P إلى تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية، وفيما يلي شرح هذا البرنامج بالتفصيل:

## برنامج إرشادي قائم على نموذج Triple P لتنظيم الذات الوالدي:

**التخطيط العام للبرنامج:** قام الباحث بوضع تصور عام للبرنامج الإرشادي مع الوضع في الاعتبار مرونته وقابليته للتعديل وفقاً لطبيعة المشاركات والخاصية المراد تحسينها (تنظيم الذات الوالدي) فضلاً عن ظروف تطبيق الجلسات الإرشادية والظروف المفاجئة وغير المتوقعة. وتضمن تخطيط البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P الذي تعود أصوله إلى نظرية التعلم الاجتماعي ومبادئ العلاج السلوكي والمعرفي والانفعالي عملية إعداد أهداف البرنامج العامة والخاصة، وتحديد المدة الزمنية للبرنامج، وتحديد المستفيدين من هذا البرنامج، والأسلوب والفنيات، وكذلك عدد جلسات البرنامج، وزمن كل جلسة، وعرض جدول ملخص لسير الجلسات والفنيات المستخدمة.

**مصادر بناء البرنامج:** جرى بناء هذا البرنامج بالاعتماد على الأطر النظرية لنموذج Triple P الذي أعده ساندرز (2008) Sanders، والدراسات والبحوث التي اهتمت بموضوع تنظيم الذات الوالدي، والتي أشارت إلى فعالية استخدام فنيات التعلم الاجتماعي ومبادئ العلاج السلوكي والمعرفي والانفعالي بوجه عام في تحسين تنظيم الذات الوالدي (Doherty et al., 2012; Izadi-Mazidi et al., 2015; Jiang et al., 2023; Mazzucchelli & Ralph, 2019; Sanders & Mazzucchelli, 2013; Sanders et al., 2019; Sutherland, 2015; Whittingham et al., 2009).

**التصور النظري للبرنامج:** من خلال الإطار النظري والدراسات السابقة جرى وضع تصور نظري شامل لتنظيم الذات الوالدي، والذي ساهم بشكل فعال في تحديد أهداف البرنامج وأنشطته المختلفة وذلك من خلال خصائص أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وكذلك من خلال صفات الأمهات اللاتي

يتصنف بتنظيم الذات الوالدي المنخفض. مع مُراعاة أُسس ومبادئ الإرشاد النفسي العامة، وفي إطار مجموعة من الأخلاقيات المهنية، إذ يجري فيه تقديم الخدمات الإرشادية النفسية المباشرة وغير المباشرة المتنوعة والمتكاملة جماعياً بما يتناسب وطبيعة المشاركات في البرنامج وهن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وذلك باستخدام الفنيات التدخلية المناسبة بهدف مساعدتهن على تطوير وتحسين تنظيم الذات الوالدي من خلال دعم الأمهات وإشراكهن في القرارات الرئيسية، وتحديد أساليب الوالدية التي يرغبن في استخدامها لتحقيق التغييرات المرغوبة في سلوكهن وسلوك أطفالهن.

**الأسس والمسلمات التي يقوم عليها البرنامج:** استند البرنامج الإرشادي إلى أسس الإرشاد النفسي بشكلٍ عامٍ سواءً أكانت فلسفية أم اجتماعية أم نفسية.

**المبادئ التي يجب مراعاتها عند تنفيذ الجلسات التدخلية:**

- المناقشات الجماعية المفتوحة مع المشاركات بالبرنامج وخاصةً في الجلسات الأولى للتشخيص التكاملي للمشكلة والمساهمة في تحديد الأهداف.
- التغذية الراجعة من خلال مراجعة ما جرى في الجلسة السابقة مع المشاركات بالبرنامج.
- ربط الجلسة السابقة بالجلسة الحالية للمساعدة على تحقيق التكامل بين جلسات البرنامج.
- تعليم المشاركات بالبرنامج بعض المهارات والتدريب عليها وشرحها ليستوعبنها، مع مراعاة التدرج في التدريب حتى لا يشعرن بالملل والإحباط.
- تلخيص لكل ما جاء في الجلسة وما جرى فيها في نهاية كل جلسة.

- تقييم المشاركات بالبرنامج للجلسة وما جرى فيها، ومقدار استفادتهن منها، وتحقيقهن لأهدافها، ومقترحاتهن حول الجلسات القادمة.
  - تقديم الباحث واجبات منزلية للمشاركات بالبرنامج في نهاية كل جلسة بما يرتبط مع موضوع الجلسة ويكون لهن دور فعال في التعميم والاستمرار.
- أهداف البرنامج:**

**الهدف العام للبرنامج:** تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال استخدام نموذج Triple P للوالدية الإيجابية الذي أعدّه ساندرز (2008) Sanders، والقائم على فنيات التعلم الاجتماعي ومبادئ العلاج السلوكي والمعرفي والانفعالي.

### الأهداف الإجرائية:

- أن تعرف الأمهات مفهوم الوالدية الإيجابية.
- أن تستنتج الأمهات مكونات نموذج الوالدية الإيجابية Triple P.
- أن تُعدّد الأمهات صفات الأشخاص ذوي تنظيم الذات الوالدي.
- أن توظف الأمهات مهارات وسلوكيات جديدة في التعامل مع أطفالهن.
- أن تحدد الأمهات الأسباب المحتملة لسلوك الطفل بطريقة معينة.
- أن تميز الأمهات بين المواقف التي لا ينبغي فيها استخدام استراتيجيات التربية والتأديب الإيجابية.
- أن تطبق الأمهات المهارات التي تعزز التنظيم الفسيولوجي عند الإثارة الانفعالية.
- أن تستنتج الأمهات مهارات التخطيط الجيد للمواقف عالية الخطورة.
- أن تضع الأمهات أهدافاً ذكية قابلة للتحقيق خلال فترة زمنية محددة.

- أن تكتسب الأمهات القدرة على المراقبة الذاتية للسلوك الشخصي (الوعي الذاتي).
  - أن تكتسب الأمهات القدرة على التقييم الذاتي للنتائج المرجوة.
  - أن تذكر الأمهات معنى الاكتفاء الذاتي وأهميته في الممارسات الوالدية.
  - أن تكتسب الأمهات القدرة على الوعي الذاتي بالأفكار والانفعالات والأفعال.
  - أن تستخدم الأمهات استراتيجيات تنظيم الفكر والانفعال.
  - أن تطبق الأمهات خطوات حل المشكلة بنجاح لحل المشكلات الوالدية.
  - أن تعمم الأمهات ما تعلمنه داخل جلسات البرنامج الإرشادي على مواقف الحياة اليومية المختلفة خارج جلسات البرنامج خاصة الأساليب والممارسات الوالدية الخاصة بأطفالهن ذوي اضطراب طيف التوحد.
- مر تطبيق البرنامج بثلاث مراحل، هي:** مرحلة تهيئة من خلال التعارف وبناء علاقة إرشادية أساسها الثقة والاحترام بين الباحث والأمهات. والبدء في شرح أهداف البرنامج، والأسلوب والطريقة الإرشادية، والمدّة الزمنية للبرنامج، والقياس القبلي لتنظيم الذات الوالدي كخط قاعدي ينطلق منه البرنامج. وتمثل هذه المرحلة في الجلسة الأولى. ثم مرحلة الانتقال والتي يجري فيها تقديم خلفية معرفية نظرية للمشاركات بالبرنامج عن تنظيم الذات الوالدي وفق نموذج Triple P وتمثلها الجلسة الثانية. ومرحلة العمل والبناء وهي مرحلة تغيير وتعديل سلوك المشاركات بالبرنامج والتأثيرات السلبية المترتبة على انخفاض تنظيم الذات الوالدي من خلال تطبيق الفنيات التدخلية وممارسة أنشطة البرنامج بشكل جماعي، وتمثلها الجلسات من الجلسة الثالثة حتى الجلسة السادسة عشر. ومرحلة الإنهاء وهي المرحلة قبل النهائية

للبرنامج والتي تهدف إلى التأكد من تحقيق أهداف البرنامج والوصول للنتائج المرجوة وذلك من خلال استخدام أساليب التقييم المختلفة وإعادة تطبيق أداة البحث لمعرفة أثر وفعالية البرنامج على المشاركات، من خلال مقارنة نتائج القياس البعدي بنتائج القياس القبلي وتمثلها الجلسة السابعة عشر. ثم مرحلة المتابعة وهي المرحلة الأخيرة والنهائية إذ يجرى في هذه المرحلة التحقق من استمرارية النتائج الإيجابية التي جرى التوصل إليها بعد تطبيق البرنامج وهي تحسين تنظيم الذات الوالدي، وجرى ذلك من خلال تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج وتطبيق القياس التبعي، ثم مقارنة نتائج القياس التبعي بنتائج القياس البعدي وفي ضوءها يجرى الحكم على مدى استمرار التحسن بعد انتهاء البرنامج.

### الجدول الزمني للبرنامج:

تكون البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P لتنظيم الذات الوالدي الذي جرى تصميمه من (١٧) جلسة بالتواجد الفعلي وجهًا لوجه، وقد استمر تنفيذه الجماعي على مدى ستة أسابيع بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، وتراوحت مدة الجلسة من (٤٠-٥٠) دقيقة، وقد بدأ تطبيق البرنامج من بداية يوليو ٢٠٢٣م إلى ١٧ أغسطس ٢٠٢٣م.

### الفئة المستهدفة للبرنامج:

أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد اللائي حصلن على درجات منخفضة في مقياس تنظيم الذات الوالدي المعُد في البحث الحالي.

### الطريقة والأسلوب والقياس المستخدمة في البرنامج:

طبق البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P بصورة جماعية على أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية للبحث، وذلك

بهدف تحسين تنظيم الذات الوالدي. ولذلك استخدمت الفنيات والأساليب المستمدة من نظرية التعلم الاجتماعي التالية: الأساليب والفنيات التعليمية مثل لعب الأدوار، والمناقشة الجماعية، التعزيز، الحث المتدرج، التسلسل، التغذية الراجعة، النمذجة، الاسترخاء، الألعاب التعليمية، القصص الاجتماعية، الواجبات المنزلية. وذلك من خلال ثلاثة جوانب رئيسية، جرى مراعاتها أثناء تنفيذ البرنامج لتحقيق أهدافه وهو الاهتمام بالجانب المعرفي والمهاري والوجداني لدى أفراد المجموعة التجريبية.

**أدوات البرنامج:** استمارة تقييم الجلسة، استمارة تقييم البرنامج، كشف حضور وغياب أعضاء المجموعة التجريبية، مقياس تنظيم الذات الوالدي، استمارة الواجب المنزلي، نماذج فيديو إرشادية، استمارة العقد الإرشادي، أوراق عمل إضافية لمراقبة السلوك (المخططات)، الجداول الحسابية، اليوميات، السجلات والرسوم البيانية). ومطوية توضيحية بالبرنامج الإرشادي وتعليمات المشاركة في البرنامج. وكتيب تضمن محتوى الجلسات، والأمثلة، وتمارين الواجبات المنزلية.

**تقويم البرنامج:** جرى تقويم البرنامج في عدة مراحل، هي: تقويم قبلي وذلك من خلال تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي على أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي. وتقويم مرحلي أثناء تنفيذ البرنامج الإرشادي وخلال جلساته التدخلية، إذ لا يُنتقل من مهارة إلى أخرى إلا بعد التأكد من إتقان الفرد للمهارة السابقة. ويجرى تقويم كل جلسة بعد الانتهاء منها للتأكد من إتقان المهارات التي يهدف البرنامج إلى تحسينها لدى الأمهات والتأكد من تحقيق أهداف الجلسة، وذلك من خلال التغذية الراجعة باستخدام أساليب التقويم المناسبة من ملاحظة التغيير في سلوك الأمهات واستمارات



تقويم الجلسة. وتقويم ختامي في الجلسة الأخيرة من البرنامج بعد الانتهاء مباشرة من تطبيق كافة جلساته التدخلية من خلال تطبيق استمارة تقويم البرنامج، وكذلك من خلال التطبيق البعدي عن طريق تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي على الأمهات أفراد المجموعة التجريبية. وتقويم تتبعية جرى فيها إعادة تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي على الأمهات أفراد المجموعة التجريبية بعد مُضي شهر من موعد تطبيق البرنامج للتأكد من استمرار التحسين والتحقق من ثبات أثر واستمرارية فعالية البرنامج الذي جرى تنفيذه في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى عينة البحث من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

### ملخص جلسات البرنامج:

جدول (٢) ملخص لجلسات البرنامج القائم على نموذج Triple P لتحسين تنظيم الذات الوالدي لدى

#### أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

الوحد	عنوان الجلسة	الأهداف والمحتوى	الغيات
الوحدة الأولى	الجلسة ١	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التعرف على الأمهات المشاركات بالبرنامج، وكذلك التعرف بين الأمهات وبعضهن البعض.</li> <li>- إقامة علاقة أساسها الثقة والمودة والاحترام والقبول الإيجابي غير المشروط بين الباحث والمشاركات.</li> <li>- شرح مُبسط للبرنامج الإرشادي من حيث أهدافه، ومدته الزمنية، وعدد جلسات، ومواعيد الجلسات.</li> <li>- تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي (قياس قبلي).</li> </ul>	الحوار - المناقشة الجماعية - المحاضرة.
الوحدة الأولى	الجلسة ٢	<ul style="list-style-type: none"> <li>- توعية الأمهات حول اضطراب أطفالهن وتأثيره على أسرهم.</li> <li>- أن تعرف الأمهات مفهوم الوالدية الإيجابية.</li> <li>- أن تذكر الأمهات مفهوم وأهمية تنظيم الذات الوالدي في حياتهن.</li> <li>- أن تعدد الأمهات صفات الأشخاص ذوي تنظيم الذات الوالدي.</li> </ul>	النمذجة - المناقشة الجماعية - العصف الذهني - التعزيز - الواجب المنزلي.

الوحدة	عنوانُ الجلسة	الأهدافُ والمحتوى	الغنياتُ
		<p>– أن تستنتج الأمهاتُ مكونات نموذجِ الوالدية الإيجابية Triple P.</p> <p>– واجب منزلي: ما مكونات نموذجِ الوالدية الإيجابية Triple P؟</p>	
	الجلسة ٣ تشجيع السلوك المناسب	<p>– مناقشة الواجب المنزلي من الجلسة السابقة.</p> <p>– أن تعرف الأمهاتُ سبل تطوير علاقات إيجابية مع أطفالهن.</p> <p>– أن تكتشف الأمهاتُ سبل زيادة السلوك المرغوب فيه لدى أطفالهن.</p> <p>– أن توظف الأمهاتُ مهارات وسلوكيات جديدة في التعامل مع أطفالهن (مثل: استخدام التعاقد السلوكي، وعقد اجتماعات أسرية).</p> <p>– واجب منزلي: تكتب الأمهات عقد سلوكي مع أطفالهن.</p>	<p>– النمذجة – التغذية الراجعة – المناقشة الجماعية – العصف الذهني – الواجب المنزلي.</p>
	الجلسة ٤ التقييم (حدد الأسباب التي تجعل الأطفال يتصرفون بالطريقة التي يتصرفون بها)	<p>– مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</p> <p>– أن تعرف الأمهاتُ الأسباب المحتملة لتصرف الأطفال بالطريقة التي يتصرفون بها، بما في ذلك التركيز على صفات وسلوكيات الوالدين.</p> <p>– أن تحدد الأمهاتُ الأسباب المحتملة لتصرف الطفل بطريقة معينة.</p> <p>– أن تعرض الأمهاتُ أمثلة للأسباب المحتملة للسلوك المشكل (مثل: التعليمات غير الواضحة).</p> <p>– واجب منزلي (أن تقوم الأمهاتُ بتحديد الأسباب الشخصية ذات الصلة بتصرف الأطفال بالطريقة التي يتصرفون بها، وشرح سبب اعتقادهن بأهميتها).</p>	<p>– التغذية الراجعة – المناقشة الجماعية – النمذجة – الحث اللفظي التدريجي – الواجب المنزلي.</p>
	الجلسة ٥ الوظيفة التنفيذية والضبط المعرفي	<p>– مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</p> <p>– أن تدرّب الأمهاتُ على تغيير استجابتهن في الوقت الحالي وفقاً للأهداف وخطة التربية وردود فعل/ حالة الطفل، والمرونة بدلاً من الصلابة.</p> <p>– أن تستنتج الأمهاتُ أن هناك ظروفًا معينة يمكن أن تجعل إستراتيجية الوالدية المحددة أكثر أو أقل احتمالية للعمل، وأهمية</p>	<p>– التغذية الراجعة – النمذجة – المناقشة الجماعية – العصف الذهني – التعلم التعاوني –</p>

الوحدۃ	عنوانُ الجلسة	الأهدافُ والمحتوى	الفتيات
		<p>ضبط الوقت المناسب ومتى لا تستخدم مهارة معينة (مثل: اتخاذ قرار بعدم الثناء على السلوك المرغوب من أجل التحرك نحو التعزيز المتقطع).</p> <p>– أن تميّز الأهمّات بين المواقف التي يجب ولا ينبغي فيها استخدام استراتيجيات التربية والتأديب الإيجابية (مثل: التخلص التدريجي من المكافآت).</p> <p>– واجب منزلي: أن تذكر الأهمّات كيف يمكن أن تتغيّر خطة للتعامل مع سلوك معين اعتماداً على السياق (مثل: التواجد خارج المنزل مقابل داخل المنزل، وجود أشخاص مختلفين، الوقت من اليوم).</p>	<p>التعزيز – الواجب المنزلي.</p>
	<p>الجلسة ٦</p> <p>ضبط الذات وتثبيت الاستجابة</p>	<p>– مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</p> <p>– أن تتدرب الأهمّات على التحكم في السلوك الاندفاعي عند الإثارة الانفعالية.</p> <p>– أن تذكر الأهمّات أهمية التنظيم الذاتي للانفعالات الصعبة في تحدي مواقف الولاية.</p> <p>– أن تطبق الأهمّات المهارات التي تعزز التنظيم الفسيولوجي.</p> <p>– أن تتدرب الأهمّات على تأخير الاستجابة الفورية وممارسة السلوك المتنافس الذي يقلل من تصعيد الانفعالات.</p> <p>– واجب منزلي: أن تذكر الأهمّات أمثلة للتعامل مع المواقف الصعبة بشكل مختلف عن المعتاد (مثل: تدريبات التنفس).</p>	<p>التغذية الراجعة – المناقشة الجماعية – الاسترخاء – التعزيز – الواجب المنزلي.</p>
<p>الوحدۃ الثانية: الوكالة الشخصية</p>	<p>الجلسة ٧</p> <p>التوقع والتخطيط والتنظيم</p>	<p>– مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</p> <p>– أن تذكر الأهمّات مفهوم الوكالة الشخصية.</p> <p>– أن تضع الأهمّات إجراءات روتينية للأنشطة المخطط لها.</p> <p>– أن تعزو الأهمّات النتائج الإيجابية لسلوكيات أطفالهن إلى جهودهن.</p> <p>– أن تستنتج الأهمّات طرق الاستعداد للمواقف عالية الخطورة من خلال التخطيط المتقدم.</p>	<p>التغذية الراجعة – المحاضرة – العصف الذهني – التعزيز – التخيل – الواجب المنزلي.</p>

الوحدَةُ	عنوانُ الجلسةِ	الأهدافُ والمحتوى	الغنياتُ
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- أن تتدرب الأمهات على الاستخدام الناجح للأنشطة المخططة الروتينية في المواقف عالية الخطورة.</li> <li>- أن تستنتج الأمهات مهارات التخطيط الجيد.</li> <li>- واجب منزلي: أن تحدّد الأمهات نشاط مناسب لمواقف الوالدية عالية الخطورة والتخطيط المناسب لها.</li> </ul>	
	الجلسة ٨ الاختيار الذاتي لأهداف الممارسة	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشة الواجب المنزلي من الجلسة السابقة.</li> <li>- أن تذكر الأمهات مفهوم الإدارة الذاتية.</li> <li>- أن تضع الأمهات أهدافاً محددة.</li> <li>- أن تضع الأمهات أهدافاً قابلة للملاحظة.</li> <li>- أن تضع الأمهات أهدافاً ذات صلة بعمر الطفل.</li> <li>- أن تضع الأمهات أهدافاً قابلة للتحقيق خلال فترة زمنية محددة.</li> <li>- أن تتدرب الأمهات على تحسين الأهداف حسب الحاجة.</li> <li>- أن تتدرب الأمهات على تعزيز تحقيق الأهداف.</li> <li>- واجب منزلي: أن تضع الأمهات ثلاثة أهداف واضحة ومناسبة وقابلة للتحقيق خلال فترة زمنية محددة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذية الراجعة - المحاضرة - المناقشة - الجماعية - العصف الذهني - التعزيز - الواجب المنزلي.</li> </ul>
	الجلسة ٩ المراقبة الذاتية للسلوك الشخصي (الوعي الذاتي)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</li> <li>- أن تحدّد الأمهات السلوكيات التي يرغبن في تغييرها.</li> <li>- أن تحدّد الأمهات المهارات التي يرغبن في تعلمها.</li> <li>- أن تستخدم الأمهات نظاماً بسيطاً (مذكرات، عدد مرات التكرار، المدة) لتتبع السلوك المستهدف (مثل الصراخ على الطفل) في فترة زمنية محددة (بالساعة، اليوم، الأسبوع).</li> <li>- واجب منزلي: أن تقوم الأمهات بتتبع جوانب سلوكهن في المواقف المختلفة (في المنزل أو خارج المنزل).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذية الراجعة - القصص - الاجتماعية - المناقشة الجماعية - العصف الذهني - التعلم التعاوني - التعزيز - لعب الدور - الواجب المنزلي.</li> </ul>

الوحدۃ	عنوانُ الجلسة	الأهدافُ والمحتوى	الغنايات
	الجلسة ١٠ المراجعةُ الذاتيةُ للأداء	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجبات المنزلية منُ الجلسةِ السابقة.</li> <li>- أن تراجع الأمهات نقاط القوة وأهدافهن الشخصية.</li> <li>- أن تحدد الأمهات أهداف مناسبة ومحددة.</li> <li>- أن تحدد الأمهات أهداف قابلة للتحقيق.</li> <li>- واجبٌ منزلي: أن تحدد الأمهات الأشياء التي سارت على ما يرام وما لم تسر على ما يرام، وتحديد أهداف للتغيير.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- المناقشة الموجهة -</li> <li>لعاب الأدوار -</li> <li>والمناقشة</li> <li>الجماعية، التعزيز،</li> <li>الواجبات المنزلية.</li> </ul>
	الجلسة ١١ التقييم الذاتي للتنتائج المرجوة	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجبات المنزلية من الجلسةِ السابقة.</li> <li>- أن تذكر الأمهات الأهداف المحددة ويقمن بتحقيق هذه الأهداف خلال فترة زمنية محددة (اليوم، الأسبوع، الشهر).</li> <li>- أن تراجع الأمهات بيانات المراقبة الذاتية أو غيرها من البيانات لتحديد ما إذا كانت الأهداف قد تم تحقيقها.</li> <li>- واجبٌ منزلي (تكتب الأمهات عن التغييرات منذ الجلسة الأخيرة والتحقق من التغييرات المحددة التي حدثت أو التي لم تحدث).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذية الراجعة -</li> <li>المحاضرة -</li> <li>المناقشة</li> <li>الجماعية- التعلم</li> <li>التعاوني - القصة</li> <li>- الواجب المنزلي.</li> </ul>
الوحدۃ الرابعة: الاكتفاء الذاتي	الجلسة ١٢ تحديدُ المقبول التقائي للأهداف/ الاستراتيجيات	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجبات المنزلية منُ الجلسةِ السابقة.</li> <li>- أن تذكر الأمهات معنى الاكتفاء الذاتي وأهميته في الممارسات الوالدية.</li> <li>- أن تتحمل الأمهات المسؤولية عن معظم القرارات الوالدية مع أطفالهن.</li> <li>- أن تضع الأمهات أهدافهن أو خطتهن متوافقة مع قيمهن.</li> <li>- أن تقيم الأمهات ما إذا كانت الأهداف متسقة مع القيم أو المعتقدات أو التقاليد الثقافية الشخصية أو ذات صلة بها.</li> <li>- واجبٌ منزلي: أن تقيم الأمهات بتعديل أهدافهن/ خطتهن، غير المتوافقة مع قيمهن أو التفكير في القيمة الثقافية.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>التغذية الراجعة</li> <li>-القصص</li> <li>- الاجتماعية -</li> <li>المناقشة الجماعية</li> <li>- العصفُ الذهني -</li> <li>النمذجة -</li> <li>الواجب المنزلي.</li> </ul>
	الجلسة ١٣ المرونة المعرفية	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجبات المنزلية منُ الجلسةِ السابقة.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذية الراجعة -</li> <li>المناقشة الجماعية</li> <li>-الحث اللفظي</li> <li>المتدرج- العصفُ</li> </ul>

الوحدة	عنوان الجلسة	الأهداف والمحتوى	الفيئات
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- أن تتدرب الأمهات على تطوير مهارات جديدة ويعممن هذه المهارات والمعرفة عبر السلوكيات، والأشقاء، والمهام، والأماكن، والوقت.</li> <li>- أن تقوم الأمهات بتكييف خطة الوالدية بمرونة مع سلوكيات الطفل المختلفة وتطبيقها على مواقف أو أشقاء مختلفين.</li> <li>- أن تعزز الأمهات تعميم المبادئ/ الاستراتيجيات على مواقف أو أشقاء مختلفين.</li> <li>- واجب منزلي: أن تقدم الأمهات مثلاً لموقف لنموذج استراتيجية ثم يحدد الموقف ذي الصلة ويضع خطة.</li> </ul>	<p>الذهني - التعلم التعاوني - الواجب المنزلي.</p>
	الجلسة ١٤ الوعي الذاتي بالأفكار والانفعالات والأفعال	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</li> <li>- أن تتدرب الأمهات على المراقبة الذاتية للأفكار المؤلمة/ غير المفيدة، والانفعالات غير السارة، والسلوكيات ذات الصلة.</li> <li>- أن تشرح الأمهات كيف تؤثر الأفكار على الانفعالات.</li> <li>- أن تحدد الأمهات كيف تؤثر الانفعالات على السلوك.</li> <li>- أن تستخدم الأمهات نموذج مراقبة لتسجيل الموقف، والأفكار غير السارة التي تمر بهن، والانفعال المرتبطة بها وحدتها، والإجراءات ذات الصلة.</li> <li>- واجب منزلي: اشرحي من خلال الأمثلة كيفية استخدام نموذج المراقبة.</li> </ul>	<p>التدريس التربوي، التحفيز والحث المتدرج، ولعب الأدوار، والنمذجة، مناقشات جماعية، الواجب المنزلي.</p>
	الجلسة ١٥ إدارة الأفكار والانفعالات	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشة الواجبات المنزلية من الجلسة السابقة.</li> <li>- أن تتدرب الأمهات على الوعي بالحالة المزاجية.</li> <li>- أن تستخدم الأمهات استراتيجيات تنظيم الفكر والانفعال.</li> <li>- واجب منزلي: أن تعرض الأمهات استراتيجيات تنظيم الفكر والانفعال ويذكرن مثال على وقت استخدامها.</li> </ul>	<p>اليقظة الذهنية، والاسترخاء،  وإعادة البناء المعرفي، وإعادة التقييم، وإدارة الضغط، ومهارات التكيف، والواجب المنزلي.</p>

الوحدَةُ	عنوانُ الجلسة	الأهدافُ والمحتوى	الفنَيَاثُ
الوحدَةُ الخامسةُ: حلُّ المشكلاتِ	الجلسةُ ١٦ حلُّ المشكلاتِ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجباتِ المنزليةِ منَ الجلسةِ السابقةِ.</li> <li>- أنْ تحدّدَ الأمهاتُ خطوات حل المشكلة.</li> <li>- أن تستخدمَ الأمهاتُ مجموعةً من المهاراتِ لحل المشكلات (أي وضع جدول الأعمال، وتحديد المشكلة، وإنشاء الحل، واختبار حل، وتجربته، ومراجعته).</li> <li>- حتّ الأمهات على الاستفادة من خطوات حل المشكلة لحل مشكلةٍ جديدةٍ.</li> <li>- واجبٌ منزلي: أن تطبق الأمهاتُ خطوات حل المشكلة بنجاحٍ لحل مشكلةٍ والدية تواجهن مع أطفالهن.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذيةِ الراجعة -</li> <li>التدريس العرضي</li> <li>- المناقشة</li> <li>الجماعية -</li> <li>العصفُ الذهني -</li> <li>لعب الأدوار -</li> <li>نمذجة الفيديو،</li> <li>حل المشكلات،</li> <li>الواجب المنزلي.</li> </ul>
الخاتمةُ تلخيصُ الوحداتِ الخمسِ لتنظيم الذاتِ الوالدي	الجلسةُ ١٧ التقييمُ والإنهاء	<ul style="list-style-type: none"> <li>- مناقشةُ الواجباتِ المنزليةِ منَ الجلسةِ السابقةِ.</li> <li>- مراجعةُ محتوياتِ الجلساتِ السابقةِ منَ أجلِ الحفاظِ على المهاراتِ المدربة وتعلمها.</li> <li>- أن تشارك الأمهاتُ بنشاطٍ في تلخيصِ محتوى الوحدات الخمسِ لنموذج Triple P، وكيف سيقمن بها لتحسين ممارسات الوالدية.</li> <li>- جمع التعليقات النوعية حول البرنامج الإرشادي، والتعرفُ على التغيرات التي حدثت في سلوك الأمهات المشاركات في البرنامج، وتحديد مدى استفادتهن من البرنامج.</li> <li>- تطبيق مقياس تنظيم الذات الوالدي (القياس البعدي).</li> <li>- تحديد موعد القياس التبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج الإرشادي.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- التغذيةِ الراجعة -</li> <li>المناقشة الجماعية</li> <li>- العصفُ الذهني</li> <li>- المح</li> <li>والفكاهة-</li> <li>التعزيزُ.</li> </ul>

المصدرُ: إعدادُ الباحث.

#### ٤ - الأساليبُ الإحصائيةُ المستخدمةُ

من أجل تحليل نتائج الدراسة وفقاً لأهدافها وفروضها، استخدمَ الباحثُ الأساليب التالية: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار "مان ويتني"

لدراسة دلالة الفروق لمجموعتين مستقلتين، واختبار "ويلكوكسون" لمعرفة دلالة الفروق بين عينتين مرتبطتين للإجابة عن فروض البحث.

### نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

#### نتائج الفرض الأول:

ينصُّ الفرضُ الأولُ على: "توجدُ فروقٌ دالةٌ إحصائيًا بينَ متوسطاتِ رُتبِ درجاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ القبليِّ والبعديِّ على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ لصالحِ القياسِ البعديِّ". وللتحققِ منْ هذا الفرضِ قامَ الباحثُ باستخدامِ اختبارِ "ويلكوكسون Wilcoxon test" بغرضِ معرفةِ دلالةِ الفروقِ بينَ عينتينِ مرتبطتينِ (القياسُ القبليُّ والبعديُّ للمجموعةِ التجريبيةِ) وذلكَ كما في جدولِ (٣).  
جدولُ (٣) قيمةُ "z" ودلالاتها الإحصائية للفروقِ بينِ متوسطي رتبِ درجاتِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ القبليِّ والبعديِّ على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالديِّ.

تنظيمُ الذاتِ الوالديِّ	القياسُ	العددُ	الرتب	العددُ	متوسطِ الرتب	مجموعُ الرتب	قيمةُ Z	مستوى الدلالة
فعاليةُ الذاتِ	قبلي	٩	السالبة	٠	٠	٠	٢,٥٣٠	٠,٠١
	بعدي	٩	الموجبة	٨	٤,٥٠	٣٦,٠٠		
الوكالةُ الشخصية	قبلي	٩	السالبة	٠	٠	٠	٢,٦٧٠	٠,٠١
	بعدي	٩	الموجبة	٩	٥,٠٠	٤٥,٠٠		
إدارةُ الذاتِ	قبلي	٩	السالبة	٠	٠	٠	٢,٥٣٣	٠,٠١
	بعدي	٩	الموجبة	٨	٤,٥٠	٣٦,٠٠		
الاكتفاءُ الذاتي	قبلي	٩	السالبة	٠	٠	٠	٢,٦٦٨	٠,٠١
	بعدي	٩	الموجبة	٩	٥,٠٠	٤٥,٠٠		
الدرجةُ الكلية	قبلي	٩	السالبة	٠	٠	٠	٢,٦٦٦	٠,٠١
	بعدي	٩	الموجبة	٩	٥,٠٠	٤٥,٠٠		

يتضحُ من جدولِ (٣) أن قيمِ z للفروقِ بينِ القياسينِ القبليِّ والبعديِّ لتنظيمِ الذاتِ الوالديِّ بالنسبةِ للدرجةِ الكليةِ والأبعادِ بلغت (٢,٥٣٠ - ٢,٦٦٦) - ٢,٦٧٠ - ٢,٥٣٣ - ٢,٦٦٨)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة



(١٠٠١)؛ مما يشيرُ إلى وجودِ فروقٍ بين القياسينِ القبلي والبعدي للمجموعةِ التجريبيةِ، وذلك لصالحِ القياسِ البعدي، حيثُ إن متوسطَ الرتبِ الموجبةِ أعلى من متوسطِ الرتبِ السالبةِ، وهذا يعني قبولَ الفرضِ الذي ينصُّ على: "توجدُ فروقٌ دالةٌ إحصائيًا بينَ متوسطاتِ رتبِ درجاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ القبلي والبعدي على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي لصالحِ القياسِ البعدي".

ويفسرُ الباحثُ وجودَ فروقٍ دالةٍ إحصائيًا بينَ متوسطاتِ رتبِ درجاتِ الأمهاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ القبلي والبعدي على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي لصالحِ القياسِ البعدي؛ بأن البرنامجِ الإرشادي القائم على نموذجِ Triple P أسهمَ في تعرفِ الأمهاتِ على مفهومٍ ومكوناتِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي. واكتسبنَ مهاراتِ الوالديةِ الإيجابيةِ، كما تعلمنَ مهاراتِ وسلوكياتِ جديدةٍ في التعاملِ مع أطفالهن. بالإضافةِ إلى استخدامِ الأمهاتِ استراتيجياتِ تنظيمِ الفكرِ والانفعالِ. كما أنَّ تدريبَ الأمهاتِ على وضعِ أهدافٍ واقعيةٍ قابلةٍ للتحقيقِ خلالِ فترةٍ زمنيةٍ محددةٍ، ساعدهن على المراجعةِ الذاتيةِ لأدائهن، والتقييمِ الذاتيِ للنتائجِ المرجوةِ.

وقد تُعزى هذه النتيجةُ أيضًا إلى مشاركةِ الأمهاتِ بنشاطٍ في مجموعةٍ من الأنشطةِ والتمارينِ؛ للتعرفِ على أساليبِ واستراتيجياتِ تنظيمِ الذاتِ، وتحسينِ الممارساتِ الوالديةِ، واستخدامِ الاستراتيجياتِ لتعزيزِ نمو مهاراتِ أطفالهن، وإدارةِ السلوكِ غير اللائقِ، وتعليمِ تنظيمِ الذاتِ الانفعالي. كما تدرتِ الأمهاتُ أيضًا على كيفيةِ التخطيطِ لمواجهةِ سلوكياتِ المخاطرةِ والمواقفِ المحفوفةِ بالمخاطرِ من خلالِ تطبيقِ خطواتِ حل المشكلاتِ بشكلٍ مستقلٍ أثناءَ ممارستهم للمهاراتِ في المنزل.

وقد تفسرُ هذه النتيجةُ باستخدامِ الباحثِ فنيةِ الحثِ اللفظي المتدرج لتقوية مهارات تنظيم الذاتِ لدى الأمهاتِ، وتقييم المعرفة والمهارات الوالدية وتنظيم الذاتِ الوالدي باستمرارٍ، وتقديم أقل قدرٍ من التحفيز والمعلومات اللازمة للأمهاتِ لإدارة أدائهن بنجاحٍ. كما تمّ تدريبُ الأمهاتِ المشاركاتِ على تطبيقِ مهاراتِ الوالدية الإيجابية، وتطبيقِ استراتيجياتِ التغيير، مما أدى إلى تطويرِ مهاراتِ إدارةِ الذاتِ لديهن، بالإضافةِ إلى نقلِ وتعميمِ المهاراتِ عبرِ المواقفِ المختلفةِ.

كما ساعدت مهام الواجب المنزلي بين كل جلسةٍ على التعلم واكتسابِ المهارات الجديدة. وساهمت الفنياتُ الأخرى المستخدمةُ في تنفيذِ جلساتِ البرنامجِ -والتي شملت المناقشات الجماعية، ولعب الأدوار، والنمذجة، والقصص الاجتماعية، ومقاطع الفيديو القصيرة، والتعزيز - بشكلٍ كبيرٍ في فعالية البرنامج الإرشادي وتعزيزِ وتحسينِ مكونات تنظيم الذاتِ الوالدي، وزيادة ممارساتِ الوالدية الإيجابية (خاصةً فيما يتعلقُ بإدارةِ الاضطرابِ) لدى أمهاتِ الأطفالِ ذوي اضطرابِ طيفِ التوحدِ.

وتتفقُ هذه النتيجةُ مع نتائج دراسة ويتنجهام، وآخرين (2009) Whittingham et al. التي أشارت إلى أن نموذج Triple P فعّالٌ لدى والدي الأطفالِ ذوي اضطرابِ طيفِ التوحدِ. ونتائجُ دراسة تيليجين، وآخرين (2022) Tellegen et al. التي أشارت إلى أن الوالدين الذين يتمتعونَ بقدرةٍ أكبرٍ على تنظيمِ الذاتِ في دورهم الوالدي هم أقلُّ عرضةً للإصابةِ بأعراضِ الاكتئابِ أو القلقِ أو الضغوطِ النفسية. ونتائجُ دراسة ساذرلاند (2015) Sutherland التي أظهرت أن برنامجِ الوالدية الإيجابية Group Teen Triple P كان فعّالاً في تعزيزِ كفاءاتِ إدارةِ الذاتِ لدى الوالدين وتغييرِ السلوكِ لدى المراهقين. حيثُ يهدفُ نموذجُ Triple P

إلى تعزيز المعرفة والمهارات والثقة لدى الوالدين، وتحسين التواصل بين الوالدين، والحد من ضغوط الوالدين، ومساعدة الوالدين على زيادة ثققتهم ومهاراتهم ومعرفتهم حول تربية الأطفال (Sanders, 2012). ونتائج دراسة رالف وساندرز (Ralph (2003 and Sanders التي أظهرت فعالية برنامج Group Teen Triple P في تحسين مكونات تنظيم الذات، بما في ذلك فعالية الذات، والاكتفاء الذاتي، وإدارة الذات لدى الوالدين.

### نتائج الفرض الثاني:

ينصُّ الفرض الثاني على: "لا توجد فروقٌ دالةٌ إحصائيةً بينَ متوسطاتِ رُتبِ درجاتِ أفرادِ المجموعةِ التجريبيةِ في القياسينِ البعدي والتتبعي على مقياسِ تنظيمِ الذاتِ الوالدي بعدَ مرورِ شهرٍ منَ تطبيقِ البرنامجِ". وللتحققِ منَ هذا الفرضِ قامَ الباحثُ باستخدامِ اختبارِ "ويلكوكسون Wilcoxon test" بغرضِ معرفةِ دلالةِ الفروقِ بينَ عيّنتينِ مرتبطينِ (القياسِ البعدي والتتبعي للمجموعةِ التجريبيةِ) في تنظيمِ الذاتِ الوالدي وذلك كما في جدول (٤).

جدول (٤) قيمة "z" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي لتنظيم الذات الوالدي.

تنظيم الذات الوالدي	القياس	العدد	الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
فعالية الذات	بعدي	٩	السالبة	١	١,٠٠٠	١,٠٠٠	١,٠٠٠	٠,٣١٧ غير دالة
	تتبعي	٩	الموجبة	٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠		
الوكالة الشخصية	بعدي	٩	السالبة	١	١,٠٠٠	١,٠٠٠	١,٠٠٠	٠,٣١٧ غير دالة
	تتبعي	٩	الموجبة	٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠		
إدارة الذات	بعدي	٩	السالبة	٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	١,٠٠٠ غير دالة
	تتبعي	٩	الموجبة	٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠		
الاكتفاء الذاتي	بعدي	٩	السالبة	٠	٠,٠٠٠	٠,٠٠٠	١,٠٠٠	٠,٣١٧ غير دالة
	تتبعي	٩	الموجبة	١	١,٠٠٠	١,٠٠٠		
الدرجة الكلية	بعدي	٩	السالبة	٢	٢,٠٠٠	٤,٠٠٠	٠,٥٧٧	٠,٥٦٤

غير دالة		٢,٠٠	٢,٠٠	١	الموجبة	٩	تبعي
----------	--	------	------	---	---------	---	------

يتضح من جدول (٤) أن قيم  $z$  لمعرفة الفروق بين القياسين البعدي والتبعي في تنظيم الذات الوالدي بالنسبة للدرجة الكلية والأبعاد بلغت (٠,٥٧٧ - ١,٠٠ - ١,٠٠ - ١,٠٠ - ٠,٠٠ - ١,٠٠)، وهى قيم غير دالة إحصائياً؛ مما يشير إلى عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية، وهذا يعني قبول الفرض الذي ينص على "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس تنظيم الذات الوالدي بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج الإرشادي".

وأظهرت نتائج الفرض الثاني عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات الأمهات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي على مقياس تنظيم الذات الوالدي بعد مرور شهر من تطبيق البرنامج. وهذا يدل على استمرار التحسينات المنفذة لدى الأمهات المشاركات وثبات واستمرارية فعالية برنامج تنظيم الذات الوالدي المقدم لهن. وأن الأمهات مارسن المهارات التي تلقينها في جلسات البرنامج في مواقف الحياة الأساسية لتحقيق الاكتفاء الذاتي. حيث استطاعت الأمهات أن تعمن ما تعلمنه داخل جلسات البرنامج الإرشادي على مواقف الحياة اليومية المختلفة خارج جلسات البرنامج، خاصة الأساليب والممارسات الوالدية الخاصة بأطفالهن ذوي اضطراب طيف التوحد. كما استطاعت الأمهات أن تميز بين المواقف التي يجب ولا ينبغي فيها استخدام استراتيجيات التربية والتأديب الإيجابية. كما أن تلقى الأمهات نسخة من دليل البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P قدم لهن محتوى جميع الجلسات، ومساحة لاستكمال الأنشطة والتمارين الكتابية، ومخطط لجميع مهام الواجبات المنزلية بعد انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي.

كما أن التزام الأمهات بحضور جميع جلسات البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P ساعدهن على تطبيق مهارات تعزيز التنظيم الفسيولوجي عند الإثارة الانفعالية، وعلى التخطيط الجيد للمواقف عالية الخطورة، وحل المشكلات الوالدية بنجاح. كما أدى الانضباط المستمر وتعزيز المعرفة والمهارات والثقة لدى الأمهات، إلى تعزيز قدرة الأمهات على الاهتمام بأنفسهن من أجل تقليل الضغوط الوالدية وتحسين تنظيم الذات الوالدي.

وقد تُعزى هذه النتيجة أيضًا إلى حرص الباحث على إجراء التقييم أثناء تنفيذ جلسات البرنامج الإرشادي، حيث لا يتم الانتقال من مهارة إلى أخرى إلا بعد التأكد من إتقان الأمهات للمهارة السابقة. حيث تم إجراء التقييم بعد كل جلسة للتأكد من تحقيق أهداف الجلسة باستخدام طرق التقييم المناسبة؛ للحصول على ردود الفعل من ملاحظة التغيرات في سلوك الأمهات، ونموذج تقييم الجلسة. وقد يفسر الباحث هذه النتيجة بأن الجلسة الختامية مع المشاركات كانت بمثابة فرصة لمراجعة موضوعات جلسات البرنامج، وتعزيز التقدم لديهن. والنظر في طرق الحفاظ على المهارات التي اكتسبناها، وحل المشكلات المستقبلية قبل إغلاق البرنامج. وذكرت الأمهات أن الجلسات الجماعية للبرنامج ساعدتهن على إنشاء صداقات مع بعضهن البعض والشعور بالدعم، وتلقي ردود الفعل المفيدة من الأمهات المشاركات، وأن حضور جلسات البرنامج كان فرصة لتطبيق تجاربهن من خلال تفاعل الأقران.

وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكره ساندرز ومازوتشيلي (2013) Sanders and Mazzucchelli بأن الأم التي تتمتع بضبط الذات لديها توقعات إيجابية وتستطيع تفعيل خطتها بنجاح وتحقيق نتائج إيجابية في المستقبل. كما تكون قادرة

على التأمل الذاتي، وزيادة كفاءتها وثقتها في مواجهة تحديات المستقبل. كما تنفق مع نتائج دراسة ساندرز، وآخرين (2012) Sanders et al. التي أظهرت فعالية برنامج Triple P لتنظيم الذات في التحسين المستدام في الاكتفاء الذاتي، وخفض غضب الوالدين.

### نتائج الفرض الثالث:

ينصُّ الفرض الثالث على: "يوجدُ حجمُ تأثيرٍ مرتفعٍ للبرنامج الإرشادي في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية". وللتحقق من هذا الفرض قام الباحث بحساب قيمة "Z" للفروق بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، ثم قام الباحث بحساب حجم التأثير حيث أشار Russell (2018) إلى أن حجم التأثير يكون ضعيفاً عندما يساوي (0,1)، ويكون متوسطاً عندما يساوي (0,3)، وكبيراً عندما يساوي (0,5) أو أكبر. ومن ثم تم حساب حجم التأثير، وجاءت النتائج كما هو موضحٌ بجدول (5).

جدول (5) قيم "Z" لاختبار ويلكوسون لإشارات الرتب وحجم التأثير للبرنامج على مقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

مقدار التأثير	حجم التأثير	"Z" قيمة "	مقياس تنظيم الذات الوالدي
كبير	0,09	2,530	فعالية الذات
كبير	0,62	2,670	الوكالة الشخصية
كبير	0,09	2,533	إدارة الذات
كبير	0,62	2,668	الاكتفاء الذاتي
كبير	0,62	2,666	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (5) أن حجم التأثير للبرنامج في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في المجموعة التجريبية

بالنسبة للأبعاد يتراوح من (٠,٥٩) إلى (٠,٦٢)؛ مما يشير إلى أن من (٥٩%) إلى (٦٢%) من تباين الدرجات للمجموعة التجريبية على مقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يرجع إلى أثر البرنامج والباقي إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم تأثير كبير.

كما بلغ حجم تأثير البرنامج على الدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (٠,٦٢)؛ مما يشير إلى أن (٦٢%) من تباين الدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يرجع إلى أثر البرنامج والباقي يرجع إلى عوامل أخرى، وهذا يدل على حجم أثر كبير؛ ومما سبق نقبل الفرض الذي ينص على أنه: "يوجد حجم تأثير مرتفع للبرنامج الإرشادي في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية".

**وتظهر نتائج الفرض الثالث وجود حجم تأثير مرتفع للبرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد أفراد المجموعة التجريبية.** وتفسر هذه النتيجة نجاح البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P بشكل عام في تحسين مكونات تنظيم الذات الوالدية (فعالية الذات، الوكالة الشخصية، إدارة الذات، الاكتفاء الذاتي) والنتائج السلوكية للأمهات. حيث تركز استراتيجيات الوالدية على تطوير العلاقات والمواقف الإيجابية، حيث عرفت الأمهات معنى الاكتفاء الذاتي وأهميته في الممارسات الوالدية، وزاد الوعي الذاتي بالأفكار والانفعالات والأفعال لديهن. مما ساعد الأمهات على وضع استراتيجيات الوالدية المكتسبة موضع التنفيذ، وعزز مهاراتهن على حل المشكلات باستخدام الاستراتيجيات التي تدرين عليها. كما قدم

البرنامج فرصة للتواصل والمناقشة والتعلم من تجارب الأمهات الأخريات اللائي يعانين من مشكلاتٍ مماثلةٍ.

وقد يعزى السبب في هذه النتيجة إلى تدريب الأمهات على تحديد أهدافٍ للتغيير الذاتي للعمليات المعرفية والسلوكية والانفعالية، والتي شملت القدرة على التخطيط والتوقع، وتنظيم الانفعالات، وحل المشكلات، والتعاون -عند الضرورة- مع الآخرين ذوي الأهمية المشاركين في رعاية الأطفال أو تعليمهم (مثل الآباء، ومقدمي الرعاية للأطفال، والمعلمين، والأجداد). كما شملت مجموعة من الإجراءات المخططة، وتنفيذ الخطة، ومراجعة ما إذا كانت الخطة مفيدة أم لا، حتى يتم تحقيق الهدف.

وتتفق هذه النتيجة مع ما ذكره (Sanders et al., 2019) أن برامج دعم الوالدية الفعالة توفر سياقًا هيكليًا وداعمًا يمكن أن يحفز، ويشجع، وينشط عمليات تنظيم الذات لدى الوالدين. حيث يمكن صياغة هذه المهارات ودفعها وتعزيزها في سياقٍ داعمٍ عاطفيًا من خلال أنشطة الجلسات، ومهامٍ وتحديات الواجبات المنزلية بين الجلسات. كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراساتٍ أخرى تشهد على فعالية برامج تدريب الوالدين باستخدام نموذج Triple P (Doherty et al., 2013; Lohan et al., 2016; Ralph & Sanders, 2003; Sanders & Mazzucchelli, 2015; Sanders et al., 2012; Sutherland, 2015). حيث يشجع نهج تنظيم الذات الوالدين على امتلاك التغيير، والنظر إلى قرارات الوالدية على أنها مسؤوليتهم الشخصية، وكممارسةٍ لتقديرهم واختيارهم (Sutherland, 2015). كما أن تدريب الوالدين بشكلٍ صريحٍ على مهارات تنظيم الذات مثل المراقبة الذاتية، وتعزيز الذات، وحل المشكلات يؤدي إلى نتائج أفضل على المدى الطويل للأطفال. فالأطفال



سوف يطورون قدرتهم على تنظيم الذات على النحو الأمثل عندما يطور الوالدان مهاراتهم في تنظيم الذات ويستخدمونها (Mazzucchelli & Ralph, 2019).

### الخاتمة والتوصيات والمقترحات:

هدفت الدراسة الحالية إلى تقييم جدوى وفعالية برنامج قائم على نموذج Triple P في تعزيز تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وقد أظهرت النتائج ارتفاعاً في درجات الأمهات على مقياس تنظيم الذات الوالدي بعد تطبيق البرنامج وبعد القياس التبعي. وتقدم الدراسة الحالية دليلاً على أنّ البرنامج الإرشادي القائم على نموذج Triple P يعزز بشكل فعال تنظيم الذات الوالدي من خلال تحسين فعالية الذات، والوكالة الشخصية، وإدارة الذات، والاكتفاء الذاتي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، ويزيد من الممارسات الوالدية الإيجابية للأمهات، ويحسن شعور الأمهات بالفعالية في أدوارهن الوالدية. وإنه من المهم التركيز على تحسين معتقدات أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد فيما يتعلق بممارسات الوالدية الخاصة بهن كنتيجة تدخل قيّمة، بالإضافة إلى أن هذا التغيير يعزز استخدام الأمهات للاستراتيجيات الإيجابية، ويزيد من رضاهن وشعورهن بتنظيم الذات الوالدي داخل المنزل وخارجه بسهولة أكبر، مما يزيد من معتقدات وإحساس أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بفعاليتهم في التغلب على مشكلات الوالدية.

## التوصياتُ:

على ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج يوصي بما يلي:

١- يجب تقييم تنظيم الذات الوالدي بشكلٍ دوريٍ لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وإعداد البرامج الإرشادية لتحسين تنظيم الذات الوالدي لهن.

٢- الاهتمام ببناء برامج إرشادية جديدة تساعد على تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لتتلاءم مع ضغوط الحياة الوالدية اليومية.

٣- من الضروري فحص ما إذا كانت التدخلات لتدريب أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد الحالية كافية لتحسين تنظيم الذات لديهم، أو ما إذا كانت التحسينات مطلوبة لاستهداف مهارات تنظيم الذات للأطفال على وجه التحديد.

٤- التأكيد على دور مقدمي خدمات الصحة النفسية في تقديم الرعاية المناسبة لأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، جنباً إلى جنب مع الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

## بحوث مستقبلية مقترحة:

١- فعالية برامج إرشادية تعتمد على مداخل مختلفة لتحسين مجالات تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

٢- إجراء دراسة نوعية حول تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد للبحث عن انعكاس نموذج Triple P من خلال الأساس النوعي.

- ٣- فعالية برنامج قائم على اليقظة الذهنية في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- ٤- إجراء دراسة مقارنة بين الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد الذين شاركوا في التوحد الذين لم يحضروا أمهاتهم أي تدريب على تنظيم الذات الوالدي؛ ستوفر مثل هذه الدراسة بيانات مهمة عن التغيير التربوي النفسي المحتمل لأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- ٥- دراسة تنظيم الذات الوالدي كمتغير وسيط في العلاقة بين الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- ٦- فعالية برنامج إرشادي قائم على نموذج Triple P في تحسين تنظيم الذات الوالدي لدى والدي الأطفال ذوي الإعاقات النمائية الأخرى.
- ٧- من الضروري أيضًا إجراء مزيد من الدراسات التي تهدف إلى تحسين تنظيم الذات لدى جميع أفراد الأسرة بما في ذلك الأب والأشقاء.

## قائمة المراجع:

### المصادر والمراجع الأجنبية والعربية المترجمة للإنجليزية:

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). American Psychiatric Publishing.

Barros, L., Goes, A. R., & Pereira, A. I. (2015). Parental self-regulation, emotional regulation and temperament: Implications for intervention. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 32, 295-306. <https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000200013>

Burke, K., Huang, Y., Clague, D., Sanders, M. R., Morawska, A., & Baxter, J. (2023). Perceived Parenting Support: Relationship to Parenting, Parent Self-Regulation and Child Social, Emotional and Behavioural Problems. *Life Course Centre Working Paper Series*, 6.

Butson, M. L., Borkoles, E., Hanlon, C., Morris, T., Romero, V., & Polman, R. (2014). Examining the role of parental self-regulation in family physical activity: A mixed-methods approach. *Psychology & Health*, 29(10), 1137-1155. <https://doi.org/10.1080/08870446.2014.915969>

Cachia, R. L., Anderson, A., & Moore, D. W. (2016). Mindfulness, stress and well-being in parents of children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0193-8>

Callejas, E., Byrne, S., & Rodrigo, M. J. (2021). Parental self-regulation and the promotion of healthy routines in early childhood. *Journal of Child and Family Studies*, 30(7), 1791-1802. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-01981-9>

Cetinbakis, G., Bastug, G., & Ozel-Kizil, E. T. (2020). Factors contributing to higher caregiving burden in Turkish mothers of children with autism spectrum disorders. *International journal of developmental disabilities*, 66(1), 46-53. <https://doi.org/10.1080/20473869.2018.1478630>

Crandall, A., Deater-Deckard, K., & Riley, A. W. (2015). Maternal emotion and cognitive control capacities and parenting: A conceptual framework. *Developmental review*, 36, 105-126. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2015.01.004>

Crowell, J. A., Keluskar, J., & Gorecki, A. (2019). Parenting behavior and the development of children with autism spectrum disorder. *Comprehensive psychiatry*, 90, 21-29. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.11.007>

Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting stress in mothers and fathers of toddlers with autism spectrum disorders: Associations with child characteristics. *Journal of autism and developmental disorders*, 38, 1278-1291. <https://doi.org/10.1007/s10803-007-0512-z>

Doherty, F. M., Calam, R., & Sanders, M. R. (2013). Positive parenting program (triple P) for families of adolescents with type 1 diabetes: a randomized controlled trial of self-directed teen triple P. *Journal of Pediatric Psychology*, 38(8), 846-858. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jst046>

Estes, A., Munson, J., Dawson, G., Koehler, E., Zhou, X. H., & Abbott, R. (2009). Parenting stress and psychological functioning among mothers of preschool children with autism and developmental delay. *Autism*, 13(4), 375-387. <https://doi.org/10.1177/1362361309105658>

Goodyear, M. J., Allchin, B., Burn, M., von Doussa, H., Reupert, A., Tchernegovski, P., & Maybery, D. (2022). Promoting self-determination in parents with mental illness in adult mental health settings. *Journal of Family Nursing*, 28(2), 129-141. DOI: 10.1177/10748407211067308

Hamilton, V. E., Matthews, J. M., & Crawford, S. B. (2015). Development and preliminary validation of a parenting self-regulation scale: "me as a parent". *Journal of child and family studies*, 24(10), 2853-2864. DOI 10.1007/s10826-014-0089-z

Haslam, D., Mejia, A., Thomson, D., & Betancourt, T. (2019). Self-regulation in low-and middle-income countries: Challenges and future directions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 22, 104-117. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00278-0>

Izadi-Mazidi, M., Riahi, F., & Khajeddin, N. (2015). Effect of cognitive behavior group therapy on parenting stress in mothers of children with autism. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*, 9(3), e1900. DOI: 10.17795/ijpbs-1900

Jiang, D., Zhang, H., Liu, K., Mignone, J., & Pepler, D. J. (2023). Parents' Self-Efficacy and Children's Behavioral Problems Before and After SNAP: A Community-Based Intervention Program. *Journal of Child and Family Studies*, 32(2), 451-465. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02463-2>

Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: a review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341-363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>.

Karst, J. S., & Van Hecke, A. V. (2012). Parent and family impact of autism spectrum disorders: A review and proposed model for intervention evaluation. *Clinical child and family psychology review*, 15, 247-277. <https://doi.org/10.1007/s10567-012-0119-6>

Koole, S. L., van Dillen, L. F., & Sheppes, G. (2011). The self-regulation of emotion. In K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (2nd ed., pp. 22-40). Guilford Press.

Lengua, L. J., Ruberry, E. J., McEntire, C., Klein, M., & Jones, B. (2021). Preliminary evaluation of an innovative, brief parenting program designed to promote self-regulation in parents and children. *Mindfulness*, 12, 438-449. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1016-y>

Lohan, A., Mitchell, A. E., Filus, A., Sofronoff, K., & Morawska, A. (2016). Positive parenting for healthy living (Triple P) for parents

of children with type 1 diabetes: protocol of a randomised controlled trial. *BMC pediatrics*, 16, 1-13. DOI 10.1186/s12887-016-0697-4

Mazzucchelli, T. G., & Ralph, A. (2019). Self-regulation approach to training child and family practitioners. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 22(1), 129-145. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00284-2>

McCabe, H. (2007). Parent advocacy in the face of adversity: Autism and families in the People's Republic of China. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 22(1), 39-50. <https://doi.org/10.1177/10883576070220010>

Miranda, A., Mira, A., Berenguer, C., Rosello, B., & Baixauli, I. (2019). Parenting stress in mothers of children with autism without intellectual disability. Mediation of behavioral problems and coping strategies. *Frontiers in psychology*, 10, 464. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00464

Morawska, A., Dittman, C. K., & Rusby, J. C. (2019). Promoting self-regulation in young children: The role of parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 22, 43-51. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00281-5>

Morawska, A., Sanders, M. R., Haslam, D., Filus, A., & Fletcher, R. (2014). Child adjustment and parent efficacy scale: Development and initial validation of a parent report measure. *Australian psychologist*, 49(4), 241-252. <https://doi.org/10.1111/ap.12057>

Morgan, H. E. (2022). How does parenting self-efficacy develop? A grounded theory study of the influences on parents' feelings and beliefs about themselves in role [Doctoral dissertation, Tavistock and Portman NHS Foundation Trust/University of Essex].

Phetrasuwan, S., & Shandor Miles, M. (2009). Parenting stress in mothers of children with autism spectrum disorders. *Journal for specialists in pediatric nursing*, 14(3), 157-165. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6155.2009.00188.x>

Porter, N., & Loveland, K. A. (2019). An integrative review of parenting stress in mothers of children with autism in Japan. *International Journal of Disability, Development and Education*, 66(3), 249-272. <https://doi.org/10.1080/1034912X.2018.1439159>

Rahman, A., Divan, G., Hamdani, S. U., Vajaratkar, V., Taylor, C., Leadbitter, K., & Green, J. (2016). Effectiveness of the parent-mediated intervention for children with autism spectrum disorder in south Asia in India and Pakistan (PASS): a randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, 3(2), 128-136. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00388-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00388-0)

Ralph, A., & Sanders, M. R. (2003). Preliminary evaluation of the Group Teen Triple P program for parents of teenagers making the transition to high school. *Australian E-journal for the Advancement of Mental Health*, 2(3), 169-178. <https://doi.org/10.5172/jamh.2.3.169>

Russell, J. (2018). *Statistic in music education research*. Oxford University press.

Sanders, M. R. (1999). Triple P-Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical child and family psychology review*, 2, 71-90. <https://doi.org/10.1023/A:1021843613840>

Sanders, M. R. (2000). Community-based parenting and family support interventions and the prevention of drug abuse. *Addictive Behaviors*, 25 (6), 929-942. doi: 10.1016/S0306-4603(00)00128-3

Sanders, M. R. (2003). Triple P-Positive Parenting Program: A population approach to promoting competent parenting. *Australian e-journal for the Advancement of Mental Health*, 2(3), 127-143. <https://doi.org/10.5172/jamh.2.3.127>

Sanders, M. R. (2008). Triple P-Positive Parenting Program as a public health approach to strengthening parenting. *Journal of Family*



Psychology, 22(4), 506–517. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.3.506>

Sanders, M. R. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. *Annual review of clinical psychology*, 8, 345-379. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>

Sanders, M. R., & Mazzucchelli, T. G. (2013). The promotion of self-regulation through parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 16, 1-17. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0129-z>

Sanders, M. R., & Turner, K. M. T. (2018). The importance of parenting in influencing the lives of children. In M. R. Sanders & A. Morawska (Eds.), *Handbook of parenting and child development across the lifespan* (pp. 3-26). New York: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-94598-9\\_1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-94598-9_1).

Sanders, M. R., Turner, K. M. T., & Markie-Dadds, C. (1998). *Practitioner's manual for enhanced Triple P*. Families International Publishing.

Sanders, M. R., Baker, S., & Turner, K. M. (2012). A randomized controlled trial evaluating the efficacy of Triple P Online with parents of children with early-onset conduct problems. *Behaviour research and therapy*, 50(11), 675-684. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.07.004>

Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., & Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34(4), 337–357. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2014.04.003>.

Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., Tully, L. A., & Bor, W. (2000). The Triple P-Positive Parenting Program: A comparison of enhanced, standard, and self-directed behavioral family intervention for parents of children with early onset conduct problems. *Journal of*

Consulting and Clinical Psychology, 68(4), 624–640.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.4.624>

Sanders, M. R., Turner, K. M., & Markie-Dadds, C. (2002). The development and dissemination of the Triple P—Positive Parenting Program: A multilevel, evidence-based system of parenting and family support. *Prevention science*, 3, 173-189.  
<https://doi.org/10.1023/A:1019942516231>

Sanders, M. R., Turner, K. M., & Metzler, C. W. (2019). Applying self-regulation principles in the delivery of parenting interventions. *Clinical child and family psychology review*, 22, 24-42. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00287-z>

Sanders, M. R., Mazzucchelli, T. G., Day, J. J., & Hodges, J. (2017). Parenting self-regulation scale. Parent and Family Support Centre, The University of Queensland, 1736-1748.

Sanders, M., & Burke, K. (2014). The “Hidden” Technology of Effective Parent Consultation: A Guided Participation Model for Promoting Change in Families. *Journal of Child and Family Studies*, 23(7), 1289-1297. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9827-x>

Sanders, M.R. & Ralph, A. (2002). Facilitator’s Manual for Group Teen Triple P. Brisbane: Triple P International Publishing.

Selvakumar, N., & Panicker, A. S. (2020). Stress and coping styles in mothers of children with autism spectrum disorder. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(3), 225-232. DOI:10.4103/IJPSYM.IJPSYM333\_19

Singh, N. N., Lancioni, G. E., Medvedev, O. N., Hwang, Y. S., & Myers, R. E. (2021). A component analysis of the mindfulness-based positive behavior support (MBPBS) program for mindful parenting by mothers of children with autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 12, 463-475. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01376-9>

Stallman, H. M., & Sanders, M. R. (2014). A randomized controlled trial of Family Transitions Triple P: A group-administered

parenting program to minimize the adverse effects of parental divorce on children. *Journal of Divorce & Remarriage*, 55(1), 33-48. <https://doi.org/10.1080/10502556.2013.862091>

Sutherland, F. (2015). Group Teen Triple P: promotion of parent self-regulation and effects on their adolescent children. [Master, University of Canterbury].

Tellegen, C. L., Ma, T., Day, J. J., Hodges, J., Panahi, B., Mazzucchelli, T. G., & Sanders, M. R. (2022). Measurement properties for a scale assessing self-regulation in parents and parenting practitioners. *Journal of Child and Family Studies*, 31(6), 1736-1748. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02307-z>

Tomeny, T. S. (2017). Parenting stress as an indirect pathway to mental health concerns among mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism*, 21(7), 907-911. <https://doi.org/10.1177/13623613166655>

Turner, K. M., Richards, M., & Sanders, M. R. (2007). Randomised clinical trial of a group parent education programme for Australian Indigenous families. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 43(4), 243-251. <https://doi.org/10.1046/j.1440-1754.2002.00077.x-i1>

Wang, J., Hu, Y., Wang, Y., Qin, X., Xia, W., Sun, C., & Wang, J. (2013). Parenting stress in Chinese mothers of children with autism spectrum disorders. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 48, 575-582. DOI 10.1007/s00127-012-0569-7

Whittingham, K., Sofronoff, K., Sheffield, J., & Sanders, M. R. (2009). Stepping Stones Triple P: An RCT of a parenting program with parents of a child diagnosed with an autism spectrum disorder. *Journal of abnormal child psychology*, 37, 469-480. <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9285-x>

Wittkowski, A., Dowling, H., & Smith, D. M. (2016). Does engaging in a group-based intervention increase parental self-efficacy in parents of preschool children? A systematic review of the

current literature. *Journal of child and family studies*, 25(11), 3173-3191. DOI 10.1007/s10826-016-0464-z

Wittkowski, A., Garrett, C., Calam, R., & Weisberg, D. (2017). Self-report measures of parental self-efficacy: A systematic review of the current literature. *Journal of child and family studies*, 26, 2960-2978. DOI 10.1007/s10826-017-0830-5