Journal Of the Iraqia University (74-8) December(2025)

ISSN(Print): 1813-4521 OnIine ISSN:2663-7502
Journal Of the Iraqia University
available online at: https://www.mabdaa.edu.iq

فاعلية برنامج معرفي سلوكي لخفض التوجس الاتصالي لدى الامهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة في محافظة اربد

الدكتوره سونيا عبد الحميد الدراوشة

جامعة مؤته /كلية العلوم التربوية /قسم الارشاد والتربية الخاصة

The Effectiveness of Cognitive and behavior Program in Reducing Communicative Apprehension Among Mothers' of Multiple handicapped Children in Irbid governorate

E-mail: soniadrawsheh@gmail.com

الخلاصة

هدفت الدراسة التحقق من فاعلية برنامج إرشادي في خفض التوجس الاتصالي لدى امهات الاطفال ذوي الإعاقات المتعددة في محافظة إربد ،ولتحقيق هذا الهدف استخدم المنهج الشبه التجريبي ،تكونت العينة من (١٩ أما) من أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة ،وتم تقسيم إفراد العينة إلى مجموعتين تجريبية (٩ أمهات) وضابطة (١٠أمهات) ،وقد تم استخدام مقياس التوجس الاتصالي بعد التحقق من صدقة وثباتة ،وتم بناء برنامج إرشادي قائم على النظرية المعرفية السلوكية، تكون البرنامج من (١٣)جلسة إرشادية وكشفت النتائج عن وجود مستوى مرتفع في الدرجة الكلية لمقياس التوجس الاتصالي ،واشارت النتائج ايضا إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α≥ ٠.٠٥). على القياس البعدي بين المجموعتين في الدرجة الكلية البعدية ،وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية تبعا لمتغير البرنامج الارشادي ،واشارت النتائج ايضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α≥٠.٠٥) .للبعدي والتتبعي التجريبية ،تبعا لمتغير البرنامج الارشادي ولصالح المجموعة التجريبية. الكلمات المفتاحية :البرنامج الارشادي ،التوجس الاتصالي

Abstract

This study aimed at investigating the effectiveness of a cognitive behavioral program on decreasing communicative apprehension among mother of multiple disabilities children in Irbid governorate. To achieve this purpose the quasi experimental method was used. The sample of the consisted of (19) mothers who were divided in two groups; experimental (19) mothers and the control group (9) mothers. A validated and reliable Psychological stress scale was used. A communicative apprehensive scale of (13) counseling sessions based on the psychological behavioral theory was constructed . The results of the study revealed that there was a high level in the total degree of the psychological stress scale .The results of the program also revealed that there were statistical differences at (α≤0.05) in the post scale between the two groups in the post total degree in favor of the experimental group due to the counseling program. The results also showed that there were statistical differences at (α≤0.05) between the two formative and the summative scales in favor of the experimental group due to the counseling program.Key Words : communicative apprehension , multiple handicapped , Counseling Program

المقدمة:

تعقدت الحياة في الآونة الاخيرة ، وأصبح الفرد بحاجة إلى من يرشده من اجل التغلب على الصعاب التي تعترضه ،أو التكيف والتعايش مع تلك الصعاب التي تعترض حياته ، لذا كان اللجوء للإرشادي النفسي ضرورة حتمية في معظم الاحيان ،سواء على الصعيد الفردي أو الجماعي ،للتغيير في السلوك بالاتجاه الصحيح الذي يحقق التوازن على جميع المستويات النفسية ،والانفعالية ،والمعرفية على الصعيد الشخصي والاجتماعي أن وجود طفل من ذوي الاعاقة داخل الاسرة يتطلب من الأهل جهود كبيرة ،لذلك دعا إلى Drummond(2005)ويرى دروموند ضرورة قيام الأسرة بالكثير من الأدوار الفاعلة ،ويتمثل في مشاركة الوالدين في برنامج التأهيل للأبناء المعافين ،ومواجهة المواقف الصعبة التي تقابلها أثناء تربية

وتأهيل طفلها المعاق، من خلال تبني أنماط من التفكير الواقعي ، والتقييم العقلاني المرن ،وترشيد الطموحات الوالدية في ضوء أهداف واقعية ،وتنمية قدراتهم على تحمل المسؤولية وقبول الأخطاء والقدرة على مقاومة مصادر الضغوط فقد وجد أن الاسرة التي تستخدم الثقة المتبادلة ،والتعاون ،وإقامة الشبكات دعم اجتماعية ،تنمى الجوانب العلمية والاجتماعية والانفعالية لديهم ولدى الأبناء ،والذي من شأنه أن يؤثر تأثيرا إيجابيا على حياة الابناء ،وخاصة على سلوكياتهم الاجتماعية والانفعالية والعاطفية والتطور المعرفي لديهم وتعد الأم الأكثر تأثرا بإعاقة الطفل ،والاكثر تعرضا للضغوط النفسية الناتجة عن تعاملها معه ،وهو الأمر الذي يحتم ضرورة حاجتها للإرشاد ،حيث أن عدم وعي الام بطبيعية الاعاقة ،أو بالأساليب المناسبة للتعامل مع ذلك الطفل يؤدي إلى إحباط تلك الجهود للارتقاء بسلوكه ،ولأن مشاركة الام للطفل المعاق لا تؤدي فقط إلى تحسين سلوكه ،بل تخفف أيضا من تأثير الإعاقة عليها ،بل والوصول بأفراد أسرتها إلى درجة من النضج الاجتماعي (المصري ،٢٠٠٥)وتعد القدرة على الاتصال بمثابة إمكانية الفرد على إثبات معرفته لسلوك الاتصال الصحيح في وقت معين ، والتي تظهر عن طريق ملاحظة موقف الاتصال وتحديد السلوكيات الملائمة أو الغير ملائمة ،بعض الأفراد مؤهلون ولديهم قدرة بارعة في الاتصال ،في حين البعض يمتلكون الخوف الذي يفوق قدرتهم على الاتصال ،ونجد الأخيرة عالية في الأفراد الذين لديهم توجس أو تخوف اتصالي ،ومن الناحية الاجتماعية ينظر للأفراد الذين لديهم مستويات عالية من التوجس الاتصالي كأقل شعبية أو مرغوبيه من الأفراد الذين مستويات .(McCroskey,1983)أقل من التوجس الاتصالي وتكمن أهمية بيئية الإتصالات العائلية في وضع القواعد والمعايير للتواصل المناسب داخل الأسرة وخارجها ،لذا فإن تمكين الامهات من الاتصال الإيجابي مع الاخرين ،والتعبير المفتوح للأفكار ،والمشاركة النشطة في النقاش ،يؤدي إلى تجنب الصراع وتنفيس المشاعر .)(Walsh,2002وتجنب مشاعر الخوف والقلق ،والسعي نحو العلاقات الاجتماعية الجيدة مع الاخرين وبناء على ذلك نجد أنه لا يمكن تقديم خدمة كاملة للطفل المعاق مالم يتضمن الأمر توجيه أسرته وارشادها ،وخاصة الأم ،حيث أن توعيتها وارشادها وتدريبها على مهارات التواصل الفعال التي يمنحها الفرصة للتعبير عن مشاعرها ،وتخفيف من تأثير ضغوط الإعاقة عليها ،وهو الامر الذي تعود فائدته على الأسرة ،وعلى المجتمع ككل .

مشكلة الدراسة

تتعرض الاسر إلى كثير من الضغوطات ،ومنها ولادة طفل غير سوي من ذوي الإعاقة ،مما ينتج مشكلات تنفرد بها اسر تلك الفئة ولا سيما الأمهات ،ومما لاشك به أن مهارات التواصل الفعال المناسبة التي تستخدمها الامهات عند تعرضهم للعوامل الضاغطة ،يمكن ان تغير من الإدراك الشخصي لهن ،ويحسن القدرة على معالجة المشكلات التي يتعرضن لها ، فضلا عن تحسن انفعالاتهن ،لذا من الضروري أن تمتلك الامهات الاتصال الفعال الملائمة لتتمكن من تحقيق الصحة النفسية على أن الأفراد الذين لديهم توجس اتصالي تنقصهم الثقة بالآخرين ،ولديهم صعوبة في م McCroskey ويشير مكروسكي (١٩٧٧)مناقشة مشكلاتهم ،ويميلون لإنتاج أفكار أصيلة بشكل اقل من ذوي الاتصال العالي ،وإلى أن المستوى العالي في التوجس من الاتصال له تأثيرا كبيرا على حياة الفرد ،إذ يدفع به للانسحاب والبحث عن فرص المتاحة لتجنب الاتصال مع الافراد اخرين كلما امكن ذلك وتحتاج فئة الاعاقات المتعددة الى دراسات من نوع خاص تتميز وتختلف عن نوع الدراسات المتعلقة بنوع واحد من الاعاقة ، حيث أن هنالك اختلافا في مجال البحث في حاجاتهم ،وبرامجهم ، واساليب التعامل معهم ،وهذا المجال لم يأخذ حظه من الدراسات ، وهو بحاجة إلى المزيد من التعمق لفهم خصائصهم والوقوف على أهم احتياجاتهم ،ومعرفة كيفية التعامل معهم ، لذا كانت الحاجة إلى تقديم المساعد والإرشاد لهم ولذويهم ،ولا سيما الام من الناحية الانفعالية والاجتماعية ،لذا كانت الحاجة إلى الحاحا في اجتيازها عملية التكيف والتعايش ،وتقوية تقديرها لذاتها ،وتقية مشاعرها بكفاءتها الذاتية ،وقدرتها على التحكم في الموقف ،وتمكينها من التواصل الفعال ومساندة طفلها غير العادي (الاشوال ،١٩٩٦)لذا دعت الحاجة للتركيز على تعزيز الصحة للأمهات وليس للبيئات ، والتشجيع على تعديل عادات واساليب الحياة لديهن ،وتمكين الأمهات من الحصول على استراتيجيات فعالة للتعامل مع مصادر الضغوط التي يتعرضن لها ، وعلية فإن مشكلة الدراسة تتمثل في التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي لخفض التوجس الاتصالي لدى أمهات الأطفال ذوي الاعاقات المتعددة في محافظة اربد .

١- ما مستوى التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة ؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$ ٠.٠٥) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمستوى التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة تعزى للبرنامج الارشادي ؟

٣- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq$٠.٠٥) بين متوسطات أفراد المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والتبعي على مستوى التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة تعزى للبرنامج الارشادي ؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في الاتي:

الأهمية النظرية: تنبثق أهمية الدراسة من أهمية موضوعها والفئة التي استهدفتها ،وتناولها موضوع يخدم العاملين في المجال التربوي من معلمين ومرشدين ،لذا تأمل الباحثة أن تكون الدراسة إضافة نوعية لميدان البحوث النفسية المتعلقة بالتوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة ويمكن أن تعد نتائج هذه الدراسة أضافة جديدة للمكتبة العربية في مجال التخصص

الاهمية التطبيقية: تنبثق الأهمية التطبيقية في أنها ستوفر بعض البيانات والمعلومات التي يمكن أن يستخدمها صناع القرار والمتخصصين في رسم السياسات لمساعده هذه الفئة في مواجهة مشكلاتهم التي يتعرضون لها ،حيث يسهم هذا البرنامج في خفض التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة و لمعالجتها إذا تم إثباتها لدى الامهات ،ويمكن أن يعتبر البرنامج الإرشادي المعد من قبل الباحثة إحدى الادوات التطبيقية لدراسات أخرى

هدف الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة في محافظه إربد.

مصطلحات الدراسة :

: Communication Apprehension)(التوجس الاتصالي

التوجس الاتصال :بأنه مستوى فردي من الخوف أو القلق المرتبط إما بالتواصل الحقيقي(McCroskey (1977يعرف مكروسكي أو المتوقع مع شخص أخر أو أشخاص أخرين التي تحصل عليها المستجيبة في ضوء إجابتها على فقرات مقياس التوجس الاتصالي .

ويعرف اجرائيا : الدرجة الكلية

(Cognitive Behavioral Counseling Program) برنامج إرشادي معرفي سلوكي :

هو عملي منظمة تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم شخصيته ،وتنمية قدراته وإمكانياته ليستطيع حل المشكلات في ضوء معرفته ورغبته ،وتدريب وتعليم الفرد المهارات والاستراتيجيات المختلفة المستندة للنظرية العرفية السلوكية ،ليكون قادرا على تحقيق أهدافة التي يسعى لها في حياته ،وبهذا يحافظ على مستوى عال من الصحة النفسية (الخالدي ،والعلمي ،٢٠١٩) ويعرف إجرائيا على أنه جملة من الاجراءات والنشاطات والفنيات التي تستند إلى أسس النظرية للعلاج المعرفي السلوكي ،وتستهدف خفض مستوى التوجس الاتصالي لدى المجموعة التجريبية ويتكون البرنامج من (١٣) جلسة إرشادية ،مده كل جلسة _٦٠) دقيقة ،وذلك بواقع جلستين أسبوعيا .

محددات الدراسة:

المحددات المكانية :اقتصرت الدراسة على أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة في قسم تشخيص الاعاقات في مديرية ذوي الاعاقة والصحة النفسية /وزارة الصحة – محافظة اربد .**المحددات الزمانية** : أجريت الدراسة في الفصل الاول/ ٢٠٢٤-٢٠٢٥ **المحددات البشرية** :تم إجراء الدراسة على عينة من أمهات الأطفال ذوي الاعاقات المتعددة ممن يراجعن قسم تشخيص الاعاقات في مديرية الاعاقة والصحة النفسية /وزارة الصحة – محافظة اربد .**المحددات الموضوعية** :تحددت النتائج هذه الدراسة بمدى استجابة افراد الدراسة على أدوات الدراسة بالإضافة إلى صدق وثبات الأدوات المستخدمة في الدراسة .

متغيرات الدراسة :

أولا: المتغير المستقل :البرنامج الإرشادي .ثانيا: المتغير التابع :التوجس الاتصالي

الاطار النظري والدراسات السابقة :

الاطار النظري تعتبر مشكلة الإعاقة من المشكلات الهامة التي تواجه اي مجتمع ،اذ لا يخلوا مجتمع من المجتمعات من وجود نسبة لا يستهان بها من افراده ممن يواجهون الحياه وقد أصيبوا بنوع أو اخر من الاعاقات ،وتعتبر الإعاقة ومن الإعاقات المتعددة بما تسببه من أزمات نفسية واجتماعية داخل محيط الأسرة ،أو عند مقارنه الفرد بأقرانه سببا في إيجاد التحديات ،وتوصف الاعاقة بانها اي قيود او نقص في القدرة على القيام بنشاط بطريقة ما او ضمن نطاق يعتبر طبيعيا للبشر (خولة ،٢٠٠٨).والاطفال المصنفون بذوي الإعاقات المتعددة هو الافراد الذين يعانون من إعاقات متزامنة كالتخلف العقلي وكف البصر ،أو التخلف العقلي وتشوهات واضطرابات في النمو , أو يعانون من صعوبات متكررة في الحركة وإعاقات حسية وسلوكية ،وانفعالية ، والذين يتلقون خدمات تربية خاصة ،بحاجة إلى خدمات دعم ،ومساعدة كبيرة في جميع الانشطة الحياتية ،مما

يتطلب مشاركتهم ودمجهم)(NICHCY,2013 بالأنشطة المحلية داخل مجتمعاتهم تم تعريف تجربة الأمومة على أنها العلاقة المحتملة لأي امرأة مع اطفالها ،والتي تمثل مؤسسة اجتماعية تتطلب من الأمهات القيام بأدوار المختلفة ،وأن يكونن امهات صالحات ،مع تكريس حياتهن بشكل كامل لأطفالهن ،ولأن الأم تخضع لنظرة المراقبة في رعاية .(Khanlou,Haque,Davidson,& Dastijerdi,2016)أطفالها وعليها التصرف بطريقة معينة وبالتالي فإن أمهات الاطفال اللواتي يعتنين بالأطفال من ذوي الاعاقات المتعددة يحملن عبئا مزدوجا ،مع تقاطع المسؤوليات الأمومة مع اطفالهن ، كذلك الحواجز الاتصالية والاجتماعية والتكيفية في الوصول غلى خدمات الرعاية الصحية لأطفالهن ولأنفسهن ،والتي تؤثر سلبا على صحة الام ،ويبدو أن أمهات الاطفال المعاقين يواجهن تحديات صحية بسبب الضغوط المتزايدة ،ونقص الدعم الاجتماعي ،والحواجز المادية ،ومع ذلك لا يعرف إلا القليلين عن طريق تحسين الوصول Jenning ,Khanlou ,&Su,2014)إلى الرعاية الصحية والنفسية لهؤلاء الامهات (وهذه الحواجز تتوسط العائلات التي تواجه مشكلات وتحديات مرتبطة بإعاقة طفلهم ،وعجز في الوصول غلى الخدمات التي يمكن أن تؤدي إلى المساواة الصحية ،وعلى وجه الخصوص الأمهات التي تواجه صعوبات مهارات الاتصال في النظام الاجتماعي والصحي ،ومحاولة البحث عن المساعدات والخدمات المتنوعة ،والتغلب على الحواجز والمعيقات ،ومواجهة (khanlou, Haque ,Sheehan ,&Jones,2015) الحواجز الاجتماعية والاقتصادية

الدراسات السابقة :دراسة بني مصطفى (٢٠١٨) بعنوان "مستوى الضغوط الوالدية لدى والدي الاطفال المعاقين مقارنة مع مستوى الضغوط الوالدية لدى والدي الاطفال العاديين في ضوء بعض المتغيرات "هدفت الدراسة إلى معرفة الضغوط لكلا الفئتين ،تكونت عينة الدارسة من (٢٥٠) من الاباء والامهات ،حيث اشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الضغوط الوالدية لأطفال المعاقين ووالدي الاطفال العاديين ،كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى والدي الاطفال المعاقين تبعا لعمر الوالدين ،وجنسهم ومستواهم التعليمي كما اجرى ستونر وانجل (٢٠١٤) دراسة بعنوان "الثقة والاتصال : وجهات نظر امهات الاطفال ذوي الاعاقة بشان دور وأهمية الاتصال في علاقات الثقة مع المعلمين " هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الثقة والاتصال على وجهات نظر أمهات ذوي الاعاقة بشان دور واهمية الاتصال في علاقات الثقة مع المعلمين ،تكونت العينة من (١٦) أما من امهات الاطفال ذوي الاعاقة من (٣) مراكز للتعليم والتأهيل من مناطق جغرافية مختلفة في النيوي /اميركا ،وتوصلت الدراسة إلى أن الامهات يستخدمن استراتيجيات أساسية في الاتصال ومنها الحوار والتركيز على المشكلة ،وعند تفاعل الامهات مع معلمي اطفال ذوي الاعاقة كان هنالك ثقة في العلاقة ،مما ادى إلى تحسن مستوى العلاقة مع اطفال ذوي الاعاقة.(Stoner, & Angell,2014) واجرى العتابي (٢٠١٣)دراسة بعنوان "الحاجة غلى معرفة وعلاقتها بالتوجس الاتصال لدى طلبة الجامعة" ،هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين مستوى الحاجة إلى المعرفة وقياس مستوى التوجس الاتصال لدى طلبة جامعة المثنى ،وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة المثنى في مدينة سمارة /العراق ،وجاءت النتائج أن عينة لديها مستوى منخفض من عدم إشباع المعرفة ،ومستويات عالية من التوجس الاتصالي، ودلت النتائج على وجود علاقة ارتباطيه عالية بين الحاجة إلى المعرفة وتوجس الاتصال .) بعنوان " العلاقة بين خصائص الأسرة والتوجس الاتصالي " ،هدفت الدراسة إلى استكشاف (Starfishes ,2013 أجرت ستارفيشر العلاقة بين خصائص الاسرة والتوجس الاتصالي ،وعلى وجه التحديد ترتيب المواليد على التوجس الاتصالي ،تمت الدراسة على عينة من (٢٠٥) من طلاب المرحلة الجامعية من غرب امريكا ،وشملت المشاركين (٨٨)من الذكور و (١١٧) من الاناث ،وأشارت النتائج أن هنالك علاقة بين انماط التواصل الأسري ،وترتيب المواليد ،والتوجس الاتصالي ،حيث دلت النتائج أن الافراد المولودين في الوسط أظهروا مستويات أعلى من التوجس الاتصالي ،يليه المولود الاول ،ثم الاصغر من حيث ترتيب الولادة .وهدفت دراسة غيث ،المصري ،وميزاغوابيان (٢٠١١) بعنوان فاعلية برنامج تدريبي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الاطفال المصابين بالقيلة السحائية ،إلى التحقق من فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى النظرية المعرفية السلوكية في خفض الضغوط النفسية لدى امهات الاطفال المصابين بالقيلة السحائية ،تم اختيار العينة بالطريقة القصدية من جمعية الحسين لرعاية وتأهيل ذوي التحديات الحركية ،وتم توزيع المشاركات عشوائيا على مجموعتي الدراسة (١٥) أما لكل مجموعة ، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على الدرجة الكلية لمقياس الدراسة ولصالح المجموعة التجريبية في القياسين ،ما يشير إلى فاعلية البرنامج التدريبي في خفض الضغوط النفسية واستمرار أثاره بعد شهر من انتهاء الدراسة

منهجية الدراسة :

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من كافة أمهات الاطفال ذوي الاعاقة المتعددة ،واللواتي يراجعن مراكز التشخيص والتقييم في محافظة اربد والبالغ عددهن(٢٣٦) أما عينة الدراسة فقد اشتملت على (١٩)اما من امهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة بواقع ،(٩)أما في المجموعة التجريبية ،(١٠)أما في المجموعة الضابطة ، ،ولقد قامت الباحثة بالالتقاء مع الامهات وتم توجيههن للإجراءات تطبيق الدراسة .

أدوات الدراسة :لتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس التوجس الاتصالي (ملحق ١) ،وبناء برنامج ارشادي مستند إلى العلاج المعرفي السلوكي

أولا: مقياس التوجس الاتصال :قامت الباحثة بتطوير المقياس التوجس الاتصال استنادا إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ،إذ تم الرجوع إلى المقاييس الأتية:(ستارفيشر ،٢٠١٣)و(المصري ،٢٠٠٥)و(درقموند ،٢٠٠٥)و(مكروسكي ،١٩٧٧)والإفادة من ذلك في تحديد فقرات المقياس وأبعاده يتكون المقياس بصيغته الاولية من ٢٤ فقرة موزعة على (٤) أبعاد وهي (مناقشة المجموعة ويتكون من ٦ فقرات)و(البعد الاجتماعات ويتكون من ٦ فقرات)،والبعد (المحادثات بين الافراد ويتكون من ٦ فقرات)والبعد (التحدث العام ويتكون من ٦ فقرات) وقد قامت الباحثة من التحقق من صدق والثبات من خلال –**صدق المحكمين** :حيث تم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في ميدان الارشاد النفسي والتربوي ،حيث قام (١٠)محكمين بالاطلاع على المقياس ،حيث طلب منهم اضافة أوحذف أو تعديل إي فقرة من فقرات المقياس ،وابداء جملة من التعليقات والملاحظات عليها تم إعادة الصياغة لبعض الفقرات وبناء ما اتفق علية اكثر من ٨٠٪ من المحكمين ،وبذلك يتكون المقياس بصيغة النهائية من (٢٤)فقرة موزعة (٤)ابعاد وهي (البعد مناقشة المجموعة ويتكون من (٦)فقرات)و (البعد الاجتماعات ويتكون من (٦)فقرات)و(البعد المحادثات بين الافراد ويتكون من (٦) فقرات) ،(والبعد التحدث العام ويتكون من (٦) فقرات)–**صدق البناء** :تم التحقق من صدق البناء لمقياس التوجس الاتصالي المستخدم في الدراسة من خلال توزيع المقياس على عينة استطلاعية تكونت من (٣٠) أما من أمهات الأطفال ذوي الاعاقات المتعددة من مجتمع الدراسة وخارج عينتها ،وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية ،حيث تراوحت بين (٠,٦٥٠ – ٠.٨٣١)وجميعها دالة عند مستوى الدلالة(٠٥.٠) بين البعد والدرجة الكلية ،كما تراوحت الفقرات مع الدرجة الكلية بين (٠,٧٧٠–٠,٨٧٠)مما يدل على تمتع المقياس بصدق داخليا يجعل منه أداءه صادقة لما وضعت من أجلة ،وهي قيم مناسبة ،وتدل على صدق البناء الداخلي للمقياس التوجس الاتصالي – **الثبات بطريقة الاتساق الداخلي (معامل كرونباخ الفا):**حيث تم حساب الثبات الكلي للمقياس وأبعاده المختلفة عن طريق حساب معامل الفا كرونباخ والجدول (١)يبن ذلك– **الثبات بطريقة إعادة** : كما تم حساب معامل الثبات بطريقة الإعادة من خلال تطبيقه على العينة الاستطلاعية بعد اسبوعين والبالغ عددهن (٣٠)أما من خارج عينة الدراسة وداخل مجتمعها ،وإعادة تطبيقه بعد اسبوعين على نفس العينة والجدول (١) يبين ذلك جدول (١) : معاملات الثبات لمقياس التوجس الاتصالي باستخدام كرونباخ الفا والثبات بطريقة الإعادة

المجال	عدد الفقرات	معاملات الفا كرونباخ	الثبات بطريقة الإعادة
البعد مناقشة المجموعة	٦	٠.٨٩٣	٠.٩٢٦
البعد الاجتماعات	٦	٠.٩١١	٠.٩٨٢
البعد المحادثات بين الافراد	٦	٠.٨٦٨	٠٩٣٥
البعد التحدث العام	٦	٠.٩٢١	٠.٨٩٩
المجموع	٢٤	٠.٩٥٦	٠.٩١٢

**معامل الارتباط دال احصائيا عند مستوى الدلالة (٠.٠٥).

معيار التصحيح والتفسير:

تتطلب الاجابة على فقرات المقياس ضمن سلم ليكرت الخماسي ،بحيث تعطى أوافق بدرجة كبيرة جدا(٥)درجات ،(٤) اوافق بدرجة كبيرة ،(٣)اوافق بدرجة متوسطة ،و(٢)اوافق بدرجة منخفضة ،و(١)اوافق بدرجة منخفضة جدا ،وتتراوح العلامة على الدرجة الكلية ما بين (٢٤ –١٦٠) ،حيث يتم حساب المدى =اكبر قيمه – اصغر قيمه /الفئات .المدى=٥–٣/٣ ،المدى=١.٣٣ ،ويمكن تفسير الدرجات على النحو الاتي :

– مستوى متدن من التوجس الاتصالي من (١–٢.٣٣).

– مستوى متوسط من التوجس الاتصالي من (٢.٣٤ – ٣.٦٦).

– مستوى مرتفع من التوجس الاتصالي من (٣.٦٧ –٥)

اجراءات الدراسة :

لغايات تنفيذ الدراسة الحالية ،قامت الباحثة بالإجراءات الاتية:

- مراجعة الادب النظري والدراسات السابقة المرتبطة بالدراسة قيد البحث .
- الحصول على كتاب موافقة لتطبيق الدراسة من مركز تشخيص الإعاقات التابع لمديرية ذوي الاعاقة والصحة النفسية .
- تحديد عينه الدراسة .
- تطوير اداة الدراسة(مقياس التوجس الاتصالي)
- اعداد البرنامج لخفض التوجس الاتصالي.
- التأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة.
- التطبيق على العينة الاستطلاعية .
- التطبيق على أفراد العينة وهن أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة .
- جمع البيانات وتحليها .
- عرض النتائج وتفسيرها .
- التوصل إلى مجموعة من التوصيات لذوي العلاقة.

ثانيا: البرنامج الارشادي :

تم بناء البرنامج الارشادي في الدراسة الحالية وتطبيقه على أفراد المجموعة التجريبية ،وقد استند البرنامج على العلاج المعرفي السلوكي في كل جلساته ،وقد تكون البرنامج الإرشادي من (١٣)جلسة ،ومدة الجلسة (ساعة)،بواقع جلستين كل اسبوع ولتحقق من مناسبة البرنامج تم عرضة على (٨) محكمين من المتخصصين مختلف الجامعات الاردنية في الارشاد النفسي والتربوي ،وقد ابدوا بعض الملاحظات وتم اخذها بعين الاعتبار ،وفيما يلي لمحة موجزه عن جلسات البرنامج الارشادي .– الجلسة الاولى :بناء علاقة ارشادية مع الأمهات والحديث عن أهمية البرنامج الارشادي ودوره في تخفيض التوجس الاتصالي من خلال اعطاء لمحة عن بعض الضغوط التي تتعرض لها الامهات بسبب إعاقة ابنهم ، والاتفاق بمواعيد الجلسات ومراعاة القواعد في الجلسة من سرية والاحترام والحضور وغيرها من القواعد التي سيتم الاتفاق عليها .– الجلسة الثانية تعريف الامهات على مفهوم التوجس الاتصالي من خلال الحديث عن اشكال التوجس واثرها على الامهات بمشاركة الامهات بالحديث عنها من خلال عرض بعض الفيديوهات من خلال الداتا شوا ومناقشة هذه الاشكال واعطاهن واجب بيتي .– الجلسة الثالث :مناقشة الواجب البيتي ف (١٠)دقائق ثم الانتقال الى تعريف الإعاقة المتعددة ومهارة التعايش لدى الأمهات من خلال تعريف الامهات بمفهوم الاعاقة عند الاسرة والاثار المترتبة على وجود طفل معاق ،وتعريف الامهات بمهارة التعايش واثرها في تخفيف مصادر التوتر والاجها د – الجلسة الرابعة: مهارة الاتصال والتي من خلالها يتم تعريف الامهات بمهارة الاتصال وأنواعها واكسابهن مهارات الاتصال اللفظي وتدريبهن عليها وتعريفهن بأهمية المهارات الاجتماعية في تنمية القدرة على المواجهة والتعايش و مساعدة الامهات عن اكتساب بعض المهارات بطرق مناسبة من اجل مساعدهن على التعامل مع هذه الاشكال من التوجس الاتصال وكيفية التغلب على الضغوطات لديهن – الجلسة الخامسة :مهاره الاسترخاء العضلي والعقلي :تعريف الأمهات باستراتيجية الاسترخاء العقلي والعضلي كمهاره للتعايش مع الضغوط وتدريبهم عليها واكساب الامهات هذه المهارة من خلال استخدام التخليل ومساعدهن على تطبيقها واعطاءهم واجب بيتي لتدريب عليها من اجل استخدامها عند الشعور بالقلق والخوف والتي من شانها التقليل من التوتر والقلق لدى الأمهات.– الجلسة السادسة : مهارة حل المشكلات :تعريف الامهات بمهارات حل المشكلات وتدريبهم على خطواتها من خلال الحوار والنقاش وعرض فيديوهات ونماذج تدعم ذلك ومساعدهن على الاستبصار وتحسين مهاره للتغلب على التوجس الاتصالي من خلال التعامل مع تلك الضغوط باستخدام تلك المهارة – الجلسة السابعة :مهارة الدعم الاجتماعي ، تعريف الامهات بمفهوم الدعم الاجتماعي وتنمية الوعي لدى الامهات بأن الدعم الاجتماعي يعزز المرونة ومساعدهن على تحديد نظام الدعم الحالي والحاجة المحتملة للحصول على الدعم الاضافي وتحديد كيف أن الدعم الحالي مفيد من خلال تحديد انواع الدعم المختلفة.– الجلسة الثامنة :شبكه الدعم الاجتماعي :تعظيم الاستفادة الامهات في شبكتهم الاجتماعية الشخصية كمصدر للدعم والموارد لتلبية احتياجاتهن والتي يمكن تلبيتها من خلال شبكة دعمهن الاجتماعية ومساعدتهن على وضع خطة للاستفادة من شبكة الدعم القائمة على تلبية احتياجات الأمهات غير الملباة– الجلسة التاسعة : اعادة الصياغة المعرفية :اعادة الهيكلة المعرفية وتعديل السلوكيات المضطربة والتعرف على المعتقدات غير المنطقية وعلاقتها بالتوجس الاتصالي ومساعدتهن على التدريب على استبدال الافكار الغير منطقية بأخرى منطقية والتدريب على الحديث الذاتي الايجابي – الجلسة العاشرة : مهاره الحديث الذاتي

من خلال تعريف الامهات بأهمية هذه المهارة ودورها في تعزيز الإيجابية في حياتهم وتعليمه كيفية اعطاء انفسهن المعززات الذاتية النابعة من ذواتهم والتي من شانها مساعدهن على التغلب على التوجس والخوف لديهن الجلسة الحادية عشر :مهارة تأكيد الذات : تعريف الامهات بأهمية كشف الذات في الحياة اليومية وعلاقتها بالصحة النفسية واهميتها في الحياة اليومية ومساعدتهن على التمييز الاستجابات المؤكدة للذات وغير المؤكدة للذات العدوانية ومساعدتهن على زيادة مستوى الثقة بالنفس الجلسة الثانية عشر :التحصين ضد التوتر :تعريف الأمهات بأسلوب التحصين ضد التوتر واكساب الامهات اجراءات هذا الاسلوب ضد التوتر لمساعدتهن على المواجهة والتعايش مع القلق والتوتر ومساعدتهن على التدريب علية من خلال تعليمهم خطواته من خلال الاستعداد للمواقف الموترة ومواجهتها والتعامل معها وتعزيز الذات واعطاهم واجب بيتي للتدريب عليه من خلل شريط مصور لهذا التدريب – الجلسة الثالثة عشر :الجلسة الختامية :يم فيها تلخيص ما قدم في الجلسات السابقة من استراتيجيات للخفض القلق ومناقشة الامهات عن اراءهن عن الجلسات لتدريبه ومدى استفادتهن وتقييم جلسات البرنامج ،والاتفاق مع الامهات على موعد للتطبيق الاختبار بعد اسبوعين من انتهاء البرنامج ،حيث تم الاتفاق على اليوم والتاريخ والساعة لتطبيق الاختبار..

نتائج الدراسة وتفسيرها :

النتائج المتعلقة بالسؤال الاول : والذي ينص على ما مستوى التوجس الاتصالي لدى امهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة في محافظه اربد للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعرفية لكل فقرة لأداء افراد العينة على كل بعد من الابعاد ،ومن ثم على اداء الدراسة ككل ،والجدول (٢) بين متوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات والابعاد والأداء .**جدول (٢)** المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوجس الاتصالي للدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمقياس التوجس الاتصالي:

الرتبة	الابعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
٢	مناقشة المجموعة	٣.٨٢	٠.٢٢	عالي
١	الاجتماعات	٣.٩٧	٠.٢٨	عالي
٣ ٢	المحادثات بين الافراد	٣.٦٧	٠.٤٣	عالي
٤	التحدث العام	٣.٥٦	٠.٤٧	متوسط
المتوسط الكلي لمقياس التوجس الاتصالي		٣.٧٥	٠.٣٤	عالي

يبين الجدول (٢) الى ان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التوجس الاتصالي،جاءت بمستوى ما بين (المتوسط والمرتفع ،حيث تراوحت ما بين (٣.٩٧ –٣.٥٦)وانحراف معياري ما بين (٠.٢٢–٠.٤٧)،وقد جاءت متوسطات الامهات على الابعاد الثلاثة مناقشة المجموعة والاجتماعات والمحادثات بين الافراد مرتفعة بينما جاءت نتائج الامهات على التحدث العام بدرجة متوسطة ،وجاء المتوسط الكلي لمقياس التوجس الاتصالي مرتفعة ،وهنا لابد من عمل ورشات وبرامج ارشادية من شانها مساعدة الامهات على تخفيض التوجس الاتصالي من خلال مساعدتهن على تعليم استراتيجيات والمهارات من شانها التخفيف من التوجس الاتصالي لديهن وهذا الدراسة تتفق مع الدراسات التي اجريت على الأمهات في حالات متشابه كدراسة المصري(٢٠٠٥)، ،ودراسة ستونر وانجل (٢٠١٤))والذين اشاروا في نتائجهم بان التوجس الاتصالي جاءت مرتفعه للأفراد عيناتهم ، بينما لا تتفق هذه الدراسة مع دراسة بني مصطفى (٢٠٠٨)وتفسر الباحثة هذه النتيجة من وجهة نظر أفراد عينتها اسباب ارتفاع مستوى التوجس الاتصالي لديهم بان مرحلة وجود ذوي الاعاقات عند الاسرة يشكل عبئا على الأم والأسرة حيث يتطلب من الاهل جهد كبير في مراقبة طفلهم والرعاية له وما ينتج عن هذه الضغوطات من انفعالات اسبابها عدم قدرة الاهل على التعامل مع ابنهم ، كذلك فقان الاهل لمهارات التواصل م شانها ان خلق في الاسرة جو عدم الاستقرار بسبب افتقار الاهل إلى هذه المهارات التي من شانها تخفف على الاسرة إعاقة طفلهم.**النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني والذي ينص على :هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α≥٠.٠٥) بين متوسطات**

اداء المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمستوى التوجس الاتصالي لدى امهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة تعزى للبرنامج الارشادي ؟للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للأداء أفراد المجموعة التجريبية ومتوسط أداء المجموعة الضابطة على القياس البعدي على الابعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة والجدول (٣) يبين ذلك جدول (٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على الابعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التوجس الاتصالي .

الابعاد	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مناقشة المجموعة	التجريبية	٢.٨٨	٠.٤٩
	الضابطة	٣.٨٢	٠.٢٢
الاجتماعات	التجريبية	٣.٢٤	٠.٨٢
	الضابطة	٣.٩٧	٠.٢٨
المحادثات بين الافراد	التجريبية	٢.٦٥	٠.٤٧
	الضابطة	٣.٦٧	٠.٤٣
التحدث العام	التجريبية	٣.٠١	٠.٣٢
	الضابطة	٣.٥٦	٠.٤٧
الدرجة الكلية	التجريبية	٢.٩٤	٠.٥٤
	الضابطة	٣.٧٥	٠.٣٤

يبين الجدول (٣) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بين المجموعتين التجريبية على القياس البعدي ،في الابعاد الفرعية لمقياس التوجس الاتصالي ،والدرجة الكلية للمقياس ،ولمعرفة دلالة هذه الفروق تم استخدام اختبار (مان ونتي) لتوضيح دلالة الفروق واتجاه الفروق بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجس الاتصالي جدول (٤) يوضح ذلك..

لقياس الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين التجريبية والضابطة (MAN-WHITNEY) جدول (٤) اختبار مان وتني في القياس البعدي على مقياس التوجس الاتصالي.

الابعاد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة"ز"	مستوى الدلالة
مناقشة المجموعة	التجريبية	٩	١٢.٨	٤٦١.٥٠	-٣.٦٣٢	٠٠٠.
	الضابطة	١٠	١١.٧	.٣٢١.٠٠		
الاجتماعات	التجريبية	٩	٢٤.٠٠	٤٢٠.٠٠	-٣.٨١٤	٠٠٠.
	الضابطة	١٠	١٠.٦٣.	٢٧٣.٠٠		
المحادثات بين الافراد	التجريبية	٩	٣٢.٧٨	٤٣٣.٠٠	-٣.٧٤٢	٠٠٠.
	الضابطة	١٠	١٢.٤٣	١٦٨.٠٠		
التحدث العام	التجريبية	٩	٢٥.١١	٢٣٦.٠٠	-٣.٦٥	٠٠٠.
	الضابطة	١٠	١١.٢٣	٤٤٨.٠٠		

الدرجة الكلية	التجريبية	٩	٢٤.٥٥	٤٦١.٠٠	– ٣.٠٥٣		٠٠٠.
	الضابطة	١٠	١٣.٧٢	٢٤١.٠٠٠			

يتضح من الجدول (٤) بانة يوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (٠.٠٥ ≥α)بين متوسطات درجات متوسطات درجات المجموعة التجريبية وبين متوسطات المجموعة الضابطة في القياس البعدي في مقياس التوجس الاتصالي على الابعاد والدرجة الكلية وذلك لصالح المجموعة التجريبية ويرجع ذلك الى فعالية البرنامج الارشادي المبني في ضوء النظرية المعرفية السلوكية وما يتضمنه من استراتيجيات تفاعلية متنوعة مثل التركيز على مهارات الاتصال والدعم الاجتماعي وبعض التمارين كالاسترخاء العضلي التدريجي والتنفس العميق ،والذي ساعد الامهات على استرخاء عضلات الجسم والذهن ،حيث ان الاسترخاء يعمل كاستجابة مضادة للقلق ،وتقوم على افتراض ان رد فعل الجسد على الافكار والاحداث المثيرة للقلق والتوتر ،مما ساعد المشاركات على ارخاء عضلاتهن والوصول الى حالة من الهدوء من خلال خفض الجهاز العصبي الذاتي لديهن وغيرها من الاستراتيجيات التي ساعدت الامهات على التكيف والتعايش مع مواقف الضغوط لديهن وكذلك مساعدة الأمهات على نقل اثر هذه الاستراتيجيات في حياتهم الاسرية وغيرها وهذا يتفق مع دراسة (غيثوميزاغوبيان ،٢٠١١)ودراسة(ستارفيشر ،٢٠١٣) ودراسة (العتابي، ٢٠١٤).والذين اشاروا الى اهمية البرنامج على القياس البعدي والى نجاحة **النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث والذي ينص على :هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة(٠.٠٥ ≥α)بين متوسطات افراد المجموعة التجريبية على القياس التتبعي تعزى للبرنامج الارشادي ؟**للإجابة على هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المجموعة التجريبية على المقياس التوجس الاتصالي البعدي والتتبعي والجدول (٥)يبين ذلك.جدول (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المجموعة التجريبية على مقياس التوجس الاتصالي .البعدي والتتبعي والجدول (٥) يبين ذلك جدول (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات المجموعة التجريبية على مقياس التوجس الاتصالي على الاختبار البعدي والتتبعي .

الابعاد	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعيار
مناقشة المجموعة	البعدي	٩	٢.٨٨	٠.٤٩
	التتبعي	٩	٢.٦٤	٠.٤١
الاجتماعات	البعدي	٩	٣.٢٤	٠.٨٢
	التتبعي	٩	٣.١١	٠.٦٤
المحادثات بين الافراد	البعدي	٩	٢.٦٥	٠.٤٧
	التتبعي	٩	٢.٥٢	٠.٦٣
التحدث العام	البعدي	٩	٣.٠١	٠.٣٢
	التتبعي	٩	٣.٠٥	٠.٧١
الدرجة الكلية	البعدي	٩	٢.٩٤	٠.٥٤
	التتبعي	٩	٢.٨٣	٠.٦٥

يبين من الجدول (٥) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على القياسين البعدي والتتبعي لمقياس التوجس الاتصالي لدى أمهات الاطفال ذوي الاعاقات المتعددة وللكشف عن دلالة الفروق تم اجراء إختبار ويلكوكسون للرتب وهو احد الاختبارات اللامعلمية الملاءمة للكشف عن الفروق بين التطبيقين البعدي (Wilcoxon Signed rank test) والتتبعي في حالة العينات صغيرة الحجم . (Wilcoxon signed rank test) لمقياس مستوى التوجس الاتصالي البعدي والتتبعي (Wilcoxon signed rank test)اختبار ويلكوكسون للرتب تبعا للبرنامج الارشادي جدول رقم (٦).

الابعاد	توزيع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة"ز"	مستوى الدلالة
مناقشة المجموعة	موجبة	٤	٧.٠٧	٤٦.٥٠	-٠.١٨٩	٠.٨٥

	سالبة	٤	٧.٩٣	٥٥.٥٠		
	تعادل	١				
الاجتماعات	موجبة	٦	٤.٩٤	٣٤.٥٠	-٠.٨١٦	٠.٤١٤
	سالبة	٢	٤.٨١	٥٦.٥٠		
	تعادل	١				
المحادثات بين الافراد	موجبة	٥	٨.٨١	٧٠.٥٠	-١.٨٤١	٠.٠٦٦
	سالبة	١	٥.٧٠	٤٩.٥٠		
	تعادل	٣				
التحدث العام	موجبة	٣	٨.١٠	٨١.٠٠	-١.٤٣٦	٠.٠٧٦٦
	سالبة	٢	٧.٨٠	٣٩.٠٠		
	تعادل	٤				
الدرجة الكلية لقياس التوجس الاتصالي	موجبة	٥	٨.٢٠	١٣.٥٠	-١.٠٨٠	٠.٢٠٤
	سالبة	٤	٧.٩٠	٧٩.٦٠		
	تعادل	٠				

يتبين الجدول (٦) بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في جميع ابعاد مقياس التوجس الاتصالي ،وفي الدرجة الكلية لمقياس التوجس الاتصالي بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية ،وهذا يدل على استقرار دراجات على مقياس التوجس الاتصالي لدى المجموعة التجريبية على القياس التتبعي ،ويدل عبى استمرارية واستقرار تأثير البرنامج الارشادي ،كما يدل على مساهمة البرنامج الارشادي في نقل الخبرات والمهارات اللازمة وتقديم مجموعة من الانشطة والفنيات المعتمدة على الإطار المفاهيمي للعلاج المعرفي السلوكي في حل المشكلات والاستبصار بأسبابها والتحصين ضد التوتر والضغوط ،فضلا عن اكتسابهن عدد من المهارات ومنها الاسترخاء والتفريغ الانفعالي ،كما احدثت التدخلات والمعالجات الارشادية المنظمة والمخطط لها تخطيطا دقيقا في الاعداد والتنفيذ والتقويم في استمرارية اثر الايجابي للبرنامج في مساعدة الامهات على ادراكهن لقدراتهن من مهارات فضلا عن امتلاكهن للفهم الواعي للبيئة ،ولطبيعة المشكلات التي تواجههن ،واستغلال ما لديهن من امكانات ذاتية وبيئية وتوظيفها لتحقيق توافقهن الشخصي والاجتماعي والدراسي والتفاعل الايجابي وبالتالي تحقيق الاهداف للوصول الى افضل مستوى من خفض التوجس الاتصالي التي كانوا يعاننا منها.وقد اتفقت نتائج هذة الدراسة مع دراسة (العتابي ،٢٠١٤)و دراسة (ستارفيشر ،٢٠١٣) ودراسة (غيث وميزاغوبيان ،٢٠١١)التي اظهرت نتائجها غلى فعالية البرنامج التدريبي القائم على العلاج المعرفي السلوكي في خفض التوجس الاتصالي واستمرار اثاره بعد شهر من انتهاءه.

التوصيات

١- توجيه نظر العاملين في المجال النفسي بضرورة الاهتمام بموضوع بالتوجس الاتصالي عند التخطيط واعداد البرامج المخصصة لهذه الفئة من الامهات لمساعدهن على تحسين مهارات التعامل مع تلك الضغوط.

٢- ضرورة نشر الوعي الفكري والنفسي بين الافراد وخاصة الأمهات من خلال البرامج ومواقع التواصل المتنوعة.

٣- القيام بعقد دورات وورشات عمل تدريبية تساعد الامهات في امتلاك مهارات التعايش مع الضغوط النفسية الناتجة عن وجود إعاقات متعددة لدى أبنائهن .

٤- ضرورة وجود الية علمية متكاملة الابعاد للتعامل مع كل الضغوط النفسية المترتبة عن التوجس الاتصالي وتجنب الوقوع فيها.

٥- اجراء المزيد من الدراسات حول التوجس الاتصالي وربطها بقضايا متعددة في حياة الامهات ،على مختلف الاصعدة ،والتي تهم افراد المجتمع .

٦-العمل على تأسيس وحدات ارشادية متكاملة بالمؤسسات والوزرات ذات العلاقة بهذه الفئة ،لمقابلة الحاجة المتطورة للإرشاد اسر اطفال المعافين وتوعية اسر الاطفال بالخدمات المساندة ذات العلاقة بإعاقة طفلها ،وكذلك حقوقها التي يجب عليها المطالبة بها من المؤسسات المجتمعية.

المراجع:

- بني مصطفى ,منار (٢٠١٨).الضغوط الوالدية كما يدركها والدي الاطفال المعاقين والعاديين في ضوء بعض المتغيرات :دراسة مقارنة .**مجلة جامعة الشارقة للعلوم الانسانية والاجتماعية** ،٣(٨)،٧٦-٨١.
- الخالدي ،عطا والعلمي ،دلال (٢٠١٩) . ***تعديل السلوك الانساني*** .مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، الكويت١٠
--لأشوال ، عادل عز الدين (١٩٩٦). **الإرشاد النفسي لآسر الاطفال الغير العاديي**ن (ط١).عالم الكتاب ،القاهرة .
- المصري ، فاطمة (٢٠٠٥). الامومة المتطرفة والنضج الانفعالي : **أبحاث ومقالات في الدراسات الاجتماعية والنفسية** (ط١) . دار المريخ ،لرياض : السعودية
- العتابي ،عماد (٢٠١٣) . الحاجة إلى المعرفة وعلاقتها بتوجس الاتصال لدى طلبة الجامعة سمارة /العراقية.**مجلة كلية التربية** ،٤ (١٠)،٢٤١-٢٤٤ .
-غيث ،سعاد ،والمصري ،أناس ،وميزاغوابيان ،اني (٢٠١١). فاعلية برنامج تدريبي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الاطفال المصابين بالقيلة السحائية .**المجلة الاردنية في العلوم التربوية** ،٤ (٧),٣٠٣-٣٢٥ .
- يحيى ،خولة (٢٠٠٨). **إرشاد أسر ذوي الاحتياجات الخاصة** (ط٢).دار الفكر العربي ،عمان :الاردن.

المراجع بالانجليزي

Drummond ,J.(2005).**Parent support Programs and eariy childhood development :Comments on Goodson, and Trivette and Dunst**. In:Tremblay RE,Barr RG,Peters Rdv,eds.(2005)Encyclopedia on Early Childhood Development [online].Montreal, Quebec: Centre of Excellence for Early Childhood Development ;2005:1-6. Retrieved from http://www.childrncyclopedia.come / documents /Drummond ANGxp.pdf.

Jennings,S.,Khanlou,N.,& Su,C.(2014).Pubic health policy and social support for immigrant mothers raising disabled children in Canada. **Disability &Society**,29(10),1645-1657.

Khanlou ,N,Haque .N.Sheehan,S,& Jones,G.(2015)."It is an issue of not knowing where to go": Service Providers 'perspective on challenges in accessing social support and services by immigrant mothers of children with disabilities .**Journal of Immigrant and Minority Health ,** 17 (6), 1840-1847 .

Khanlou,N.,Haque,N.,Davidson ,D,&Dastjerdi ,M.(2016). **Voices of immigrant mothers of children with disabilities:Availability and ues of social support** .Toronto,Ccanda :York University (Office of Woman Health Research in Mental Health).

McCroskey , J. C. (1977) . Oral communication apprehension :A summary of recent theory and research ,**Human Commmunication** Research ,3(3),296-277.

McCroskey,J.C.(1983).The communication apprehension perspective. **Human Communication Research,** 12 (1),1 (NICHCY).(2013)National Information Center for Children and Youth with Disability .**Supporting the Parent Centers Who Serve Families of Children with Disabilities.Retrived** from https://www.parenteenterub.org niehey -gone

Stahrfisher ,S.(2013). **An Exploratory Study of Family Characteristics as Predictors of Communication Apprehension** . Submitted to the Faculty Graduate Division of College of Communication , Texas Christian University in partial fulfillment of the requirement's for the degree of Master of Science .

Stoner ,J, & Angell , M.(2014).Trust and Communication : Perspectives of Mother of Children with Disabilities on the Role and Importance of Communication in Trusting Relationships with Teachers. **Journal of the American Academy of Special Education Professionals** ,141-162.

Walsh ,F.(2002).A family resilience framework: innovation practice application . **family Relations** ,51,130-137.

ملحق (١)(CA)مقياس التوجس الاتصالي

Communication Apprehension

عزيزتي الام :

يتكون هذا المقياس من أربعة وعشرين فقرة بشأن المشاعر حول التواصل مع الأخرين ، يرجى الإشارة غلى الدرجة التي تنطبق عليك من خلال وضع علامة على ما اذا كنت :

(١)اوافق بشدة ، (٢)أوافق ،(٣) مترددة ،(٤) لا أوافق ،(٥) لا اوافق بشدة .

الرقم	الفقرة	(١)اوافق بشدة	(٢)اوافق	(٣) مترددة	(٤)لا اوافق	(٥)لا اوافق بشدة
١	لا أحب المشاركة في المناقشة مع الاخرين					
٢	أشعر بالراحة أثناء المشاركة في المناقشة مع الأخرين					
٣	أشعر بالتوتر عند المشاركة في المناقشة مع الاخرين					
٤	أرغب بالمشاركة في المناقشة مع الاخرين					
٥	اشعر بالتوتر عند المناقشة أشخاص جدد لا أعرفهم					
٦	أشعر بالهدوء عند المشاركة في نقاشات جماعية .					
٧	أشعر بالتوتر عندما اضطر إلى المشاركة في اللقاءات الاجتماعية					
٨	أكون هادئة أثناء المشاركة في اللقاءات الاجتماعية					
٩	أشعر بالهدوء عندما يتم دعوتي للتعبير عن راي في لقاءات اجتماعية					
١٠	أخاف ان أعبر عن نفسي في اللقاءات الاجتماعية					
١١	اشعر بالانزعاج عند التواصل مع الاخرين في اللقاءات الاجتماعية					
١٢	أشعر بالارتياح عند الإجابة على الاسئلة في اللقاءات الاجتماعية					
١٣	اشعر بالتوتر أثناء مشاركتي في محادثة مع أحد معارفي الجدد					

١٤	لا أشعر بالخوف عند النقاش مع الاخرين في المناسبات الاجتماعية					
١٥	أشعر بالتوتر أثناء النقاش مع الاخرين					
١٦	أشعر بالارتياح أثناء النقاش مع الاخرين					
١٧	أشعر بالارتياح اثناء الحديث مع احد معارف الجدد					
١٨	أخاف من التحدث في المناقشات العامة					
١٩	لا اشعر بالخوف من ألقاء كلمة في المناسبات العامة					
٢٠	أشعر بالتوتر في بعض اجزاء جسدي أثناء إلقاء كلمة في المناسبات					
٢١	أشعر بالارتياح أثناء إلقاء كلمة في المناسبات العامة					
٢٢	تصبح أفكاري مشوشة ومتداخلة عندما أقوم بإلقاء كلمة في المناسبات العامة					
٢٣	أشعر بالثقة عندما أتوقع القاء كلمة في المناسبات العامة					
٢٤	أشعر بالتوتر أثناء إلقاء كلمة خوفا من نسيان الامور التي أعرفها					