

تصور مقترح لاستخدام المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات

في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية

**A Proposed Conception For the use of The Behavioral Cognitive Approach  
from The Perspective of The Method of Working with Groups in developing  
Positive Thinking among Mothers of Mentally Disabled Children**

إعداد

أسماء جمال عبد اللاه أبوزيد

مدرس بقسم خدمة الجماعة

كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة أسيوط

## ملخص الدراسة:

تأتي أهمية التفكير الإيجابي في حياة الفرد والجماعة، فالشخص نفسه يحدد إن أراد التركيز على الأفكار السلبية أو الأفكار الإيجابية، فالإنسان لا يعيش بمعزل عن العالم، وبالتالي سيحدث له العديد من الأشياء الخارجة عن إرادته، ومن المهم تغيير نمط اللغة التي يتم الحديث بها مع النفس ومع الآخرين، فالتفكير الإيجابي يساعد علي إيجاد الشخصية السوية التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية، والطمأنينة، والثقة بالنفس، والتفاؤل، والإدراك الاجتماعي، والقدرة علي التوافق مع الضغوط، والقدرة علي التحمل، والأمل، والقدرة علي ضبط الذات، وتحمل المسؤولية، والثبات الانفعالي، ولهذا هدفت الدراسة الحالية إلي دراسة مفهوم التفكير الإيجابي وأبعاده والآثار المترتبة عليه لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، وتنتمي هذه الدراسة إلي الدراسات الوصفية التحليلية، واستخدمت منهج المسح الاجتماعي الشامل للأمهات، وعددهم (٩٤) مفردة، وتوصلت الدراسة إلي وضع تصور مقترح لاستخدام المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.

الكلمات الدالة: المدخل المعرفي السلوكي، التفكير الإيجابي، الأمهات، الإعاقة الذهنية.

### Abstract:

The importance of positive thinking comes in the life of the individual and the group. The person himself determines if he wants to focus on negative thoughts or positive thoughts. A person does not live in isolation from the world, and therefore many things will happen to him outside his control, and it is important to change the style of language that is spoken to oneself. With others, positive thinking helps to find a normal personality that enjoys positive behavioral manifestations such as psychological comfort, tranquility, self-confidence, optimism, social awareness, ability to adapt to pressures, endurance, hope, ability to self-control, responsibility, and stability. Emotional, or the ability to bear frustration, and for this the current study aimed to study the concept of positive thinking and its dimensions and its implications for mothers of children with intellectual disability. This study belongs to the analytical descriptive studies, and used the comprehensive social survey method for moms, numbering (94), and the study reached a proposed conception for the use of the behavioral cognitive approach from the perspective of the method of working with groups in developing positive thinking among mothers of mentally disabled children.

**Key words:** Behavioral cognitive approach, Positive Thinking, Moms, Intellectual Disability.

## أولاً: مشكلة الدراسة:

يعتبر مستوى العناية والرعاية بالمعوق معياراً أساسياً لقياس حضارة الأمم ومدى تطورها، وتشكل رعاية المعوقين إحدى أولويات الدول والمنظمات المعاصرة والتي تتبثق من مشروعية حق المعاقين في فرص متكافئة مع غيرهم في كافة مجالات الحياة، وفي العيش بكرامة وحرية (رماح، مخلص عبد السلام، ٢٠٢٠، ص ٧). وتعد قضية رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة على اختلاف أنواعها وتصنيفات الإعاقات المختلفة ظاهرة اجتماعية هامة، وأصبحت لها كثير من الاهتمام، والبحث، والتنظيم، والتفكير، والارتباط الواضح بين الأفراد، والمؤسسات، والتنظيمات، والمنظمات على اختلاف مستوياتها (منقريوس، نصيف فهمي، ٢٠١١، ص ٣). كما اتسمت نظرة المجتمعات إلى فئة المعاقين ذهنياً بالتباين، والتقلب في المعاملة، فمن النبذ والعزل والإيذاء إلى التصفية والقتل، ثم إلى معاملتهم كمواطنين لهم حق المواطنة والعيش كأفراد منتجين في مجتمعاتهم (المبرز، إبراهيم بن حمد، ٢٠١٠، ص ١٧).

ويلعب التفكير دوراً هاماً في حياة الإنسان، فهو العامل الأساسي في التعليم والتعلم والإدارة والعلاقات العامة وكافة الأنشطة التربوية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية والعلمية والعملية والإبداعية للإنسان بشكل عام، والتفكير يمكن اكتسابه وتدريبه وتنظيمه وتشجيعه والارتقاء بمهارته (عبد الحميد وآخرون، شاكور، ٢٠٠٥، ص ١٥). ولقد أصبح من وظيفة التربية أن تعني بتعليم الناس كيف يفكرون، وأن تحذرهم من مزالق التفكير، وتدريبهم على أساليبه السديدة، حتى يستطيعوا أن يشقوا طريقهم في الحياة بنجاح، ويدعموا بناء الحضارة، وحتى لا يصيروا عبداً للغير في تفكيرهم (الأميري، أحمد البراء، ٢٠٠٨، ص ١٥)

ونحن نعلم بأن جميع أفراد الأسرة وخصوصاً الأم والأب عندما ينتظرون مولوداً جديداً يتأملون أن هذا الطفل القادم جميلاً وذكياً وسليماً من جميع الجوانب، ولكن تكون الصدمة الكبرى عندما يخبرهم الطبيب بأن طفلهم الجديد معاقاً عقلياً أو قد يتوقع أن يكون معاقاً عقلياً، ويقضي الآباء والأمهات الوقت الطويل في التفكير حول مستقبل طفلهم المعاق ومن سيرعاه بعدهم الي غير ذلك من الاستفسارات التي تشغل تفكيرهم. (عربيات، أحمد عبد الحليم، ٢٠١٠، ص ٩٣).

وتعتبر إعاقة أي فرد في الأسرة هي إعاقة لأسرته في نفس الوقت مهما كانت درجة الإعاقة ونوعها، وتزداد حدة هذه المشكلات إذا كانت الإصابة مفاجئة للأسرة، أو إذا كانت الأسرة تعتمد على الشخص المعاق في المعيشة، أو كانت المعاقه أنثى يخشى عليها من عقبات عدم التقدم للزواج منها، أو كان المعاق الأبْن الوحيد في الأسرة ذلك الذي انتظرته طويلاً، وما قد يحبط بهذه الإصابة من ظروف يحمل أحد الوالدين الآخر بمسئوليتها ويزيد من مشاعر الذنب والحزن والحيرة (سرحان، نظيمة أحمد محمود، ٢٠٠٦، ص ٤٣٢: ٤٣٣).

كما تعتبر الأسرة أهم مصدر من مصادر تدريب وتأهيل طفل ذوي الاحتياجات الخاصة، وتتعرض أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة لضغوط كثيرة ومتباينة تجعلها بحاجة لأشكال وأنماط مختلفة من الدعم والمساندة، وذلك للتخفيف من أعباء الإعاقة والحد من تواجدها السلبية (الجزازي، جلال علي، ٢٠١١، ص ١٥). وللوالدين والأسرة دور كبير وضروري في مساعدة طفلها المعاق على النمو والتطور، لأنها هي الأساس في تلبية احتياجاته وتربيته وتنشئته، فهي تعلمه اللغة، والتراث، والقيم، والعادات الاجتماعية (الجزازي، جلال علي، ٢٠١١، ص ١٥). فكثيراً ما تكون الاستجابات الوالدية الشائعة نحو مشكلات الطفل المعاق والتفكير بمستقبلهم تتصف بالقلق والشعور بالذنب والإحباط واليأس والعجز عن مواجهة المشكلة (أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف & الأزيادة، رياض عبد اللطيف، ٢٠١٢، ص ١٥٠).

هذا وتواجه أسر الأطفال ذوي الإعاقة العقلية العديد من المشاكل النفسية الاجتماعية، ونظراً لأن الأم هي التي يقع على عاتقها العبء الأكبر فيما يتعلق برعاية الطفل المعاق وتوجيهه، وهي الأكثر تعاملًا معه والأكثر احتكاكاً به الي جانب مسئوليتها الكبيرة عن تحقيق وتلبية احتياجاتها اليومية، ونظراً لما تتعرض له الام من نظرة المجتمع لطفلها، فضلاً عن صعوبة التحكم في سلوك الطفل أمام الآخرين خاصة في المناسبات الاجتماعية والأماكن العامة الي فكرتها عن قصور امكانياته تسبب لها الإحباط (كامل، محمد علي، ٢٠٠٣، ١٥٢).

فالتفكير الإيجابي يساعد علي إيجاد الشخصية السوية المتوافقة التي تتمتع بمظاهر سلوكية إيجابية مثل الراحة النفسية، والطمأنينة، والثقة بالنفس، والتفاؤل، والإدراك الاجتماعي، والقدرة علي التوافق مع الضغوط، والقدرة علي التحمل، والأمل، والقدرة علي ضبط الذات، وتحمل المسؤولية، والثبات الانفعالي، او القدرة علي

تحمل الإحباط (الأنصاري، بدر محمد، وكاظم، علي مهدي، ٢٠٠٨، ص ١٠٧ : ١٣١)، وهذا ما أكدته دراسة السلاموني، سهام أحمد (٢٠١٤)، والتي هدفت إلى تصميم وتنفيذ برنامج إرشادي لتنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات الأطفال من ذوي الإعاقات العقلية البسيطة والمتوسطة، وأثبتت فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية أبعاد التفكير الإيجابي لدى الأمهات. كما أسفرت نتائج دراسة السيد، هدي جمال محمد، (٢٠١٥)، عن فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية التفكير الإيجابي وأثره على تخفيض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم. لذلك يجب تغيير أسلوب الأمهات في التعامل مع الضغوط أو المشكلات التي تواجه أطفالهم (الفاقي، إبراهيم، ٢٠٠٧، ص ٣٠)، كما أثبتت دراسة (Douki1, Hoda Esmaeili, Forouzan Elyasi, Ramezan Hasanzadeh, 2020) فعالية برنامج قائم علي تدريب أمهات الأطفال المصابين بسرطان الدم علي التفكير الإيجابي وتحسين نوعية الحياة لديهم.

وتعتبر مهنة الخدمة الاجتماعية من أهم المهن التي تتعامل مع فئة المعاقين ذهنياً، حيث تسهم مساهمة فعالة في التعامل مع جوانب هامة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالعملية التربوية والتعليمية، ولا يقتصر تدخلها خلال تحقيقها للأهداف على المعاق فقط، بل يتعدى ذلك إلى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، والأسرة ككل، والمجتمع المحلي (Meares, P.& et al., 2002, p.21)، وتعتبر طريقة العمل مع الجماعات إحدى طرق الخدمة الاجتماعية التي يستخدمها إخصائي الجماعة لیساعد أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، ليتمكنوا من تحمل المسؤولية وحل المشكلات واتخاذ القرارات في حياتهم (أحمد، نبيل إبراهيم، ٢٠٠٣، ص ٢٠).

وطريقة العمل مع الجماعات كأحد طرق الخدمة الاجتماعية اهتمت بموضوع التفكير الإيجابي وذلك من خلال بعض الدراسات السابقة. حيث هدفت دراسة صالح، نجلاء محمد (٢٠٢٠)، إلى تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدي طلاب الخدمة الاجتماعية خاصة مهارتي حل المشكلة وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين وذلك من خلال ممارسة برنامج التدخل المهني التي تركز أنشطته علي المناقشة الجماعية بمختلف أساليبها، وتوصلت نتائجها إلى فاعلية برنامج التدخل المهني في تنمية مهارات التفكير الإيجابي، كما سعت دراسة فرغلي، صفاء أحمد (٢٠١٤)، إلى التحقق من فاعلية البرنامج التدريبي في خدمة الجماعة في تنمية التفكير الإيجابي للطلاب،

وتوصلت الي فعالية البرنامج التدريبي من منظور طريقة خدمة الجماعة في تنمية الشعور بالرضا، والتفائل، والسعادة لدي الطلاب. واستهدفت دراسة جادو، فاتن فوزي (٢٠١٨)، اختبار فعالية برنامج التدخل المهني المرتكز على نموذج حل المشكلة في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات الأطفال مضطربي النطق والكلام، وأشارت النتائج الي فعالية النموذج في تنمية التفكير لديهم. واهتمت دراسة حسانين، خالد محمد السيد (٢٠٢٠)، باختبار العلاقة بين استخدام أسلوب العصف الذهني القائم على القبعات الست للتفكير في خدمة الجماعة وتنمية مهارات حل المشكلة لدي المرأة المعيلة، وتوصلت الي فعالية برنامج التدخل المهني وتنمية مهارات حل المشكلة لدي المرأة المعيلة. ودراسة منصور، أية سمير الدسوقي (٢٠١٩)، التي استهدفت تحديد اسهامات تكنيك العصف الذهني في تنمية أبعاد التفكير الإيجابي لدي جماعات طلاب التدريب الميداني التي تتمثل في: تنمية الضبط الانفعالي وحب التعلم والتقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين. كما أشارت دراسة عبد المنعم، أبو الحسن السيد محمد (٢٠١٦)، إلى دور برامج العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لمرضي الاكتئاب. وهدفت دراسة محمد فاروق محمد غانم (٢٠٢١)، إلى محاولة التحقق من مدي فاعلية برنامج التدخل المهني في إطار العلاج الواقعي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك تأثير إيجابي لبرنامج التدخل في اكساب الشباب الجامعي التفكير الإيجابي.

وتستخدم طريقة العمل مع الجماعات في ذلك العديد من المداخل والنماذج التي تساعدها على تحقيق أهدافها، ومن أهم هذه المداخل، المدخل المعرفي السلوكي، ويمثل أحد المداخل التي أثبتت فاعليتها خاصة مع الأعضاء الذين يعانون من مشكلات سلوكية تسبب قلقاً لهم وللمحيطين بهم، ويعتمد على المبادئ السلوكية ونظرية المعرفة مع استخدام الجماعة كوسيلة لتعلم استراتيجيات التعامل بفاعلية إذ تشير العديد من الدراسات إلى أهمية هذا المدخل في مهنة الخدمة الاجتماعية بصفة عامة، وطريقة العمل مع الجماعات بصفة خاصة، في تعديل الأفكار المشوهة والمعتقدات اللاعقلانية للأعضاء ومن أهم هذه الدراسات: دراسة إسماعيل، فاطمة عبد الله (٢٠١٤)، والتي اهتمت بالتعرف على مفهوم الثقافة الاستهلاكية لدي المرأة، ودراسة محاور الثقافة الاستهلاكية، وتوصلت إلى وضع إطار تصوري مقترح باستخدام المدخل المعرفي السلوكي لتنمية الثقافة الاستهلاكية لدي المرأة لتعديل سلوكياتها وإكسابها معارف جديدة عن ترشيد استهلاكها للمياه والغذاء. كما استهدفت دراسة التمامي، علي علي (٢٠٠٨)، اختبار فعالية برنامج التدخل المهني

باستخدام المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات وتعديل اتجاهات طلاب الخدمة الاجتماعية الجدد نحو المهنة، وأثبتت الدراسة فعالية البرنامج التدخل المهني المستخدم في تعديل اتجاهات طلاب الخدمة الاجتماعية نحو المهنة، واهتمت دراسة ناصف، على يحيي (٢٠١٣)، باختبار العلاقة بين استخدام المدخل السلوكي المعرفي في خدمة الجماعة وتنمية وعي أولياء الأمور بدورهم في استخدام أبنائهم الأمن للإنترنت، وأثبتت فعالية البرنامج المستخدم في تنمية وعي أولياء الأمور بدورهم في استخدام أبنائهم الأمن للإنترنت. ودراسة حامد، هيام علي (٢٠٠٧)، التي تناولت دور أخصائي الجماعة في استخدام النموذج المعرفي السلوكي الجماعي لتخفيف حدة الانعكاسات السلبية المترتبة على ثقافة الفقر. واستهدفت دراسة علي، يسرا محمد أحمد (٢٠١٩)، تنمية وعي الشباب الجامعي بأهمية العمل التطوعي من خلال برنامج تكنولوجي عبر المجتمعات الافتراضية من منظور المدخل المعرفي السلوكي، وأكدت الدراسة على فعالية المدخل المعرفي السلوكي في تنمية الوعي بأبعاد العمل التطوعي لدى الشباب الجامعي. وأثبتت دراسة محمد، عاطف خليفة (٢٠١٣)، فعالية برنامج للتدخل المهني باستخدام المدخل السلوكي المعرفي في تنمية الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

انطلاقاً من نتائج الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة، ونتيجة لما تعانيه أمهات هؤلاء الأطفال المعاقين ذهنياً من سوء الأحوال النفسية وكثير الأعباء والضغوط الحياتية، وإيماننا بأهمية الدور الذي تلعبه طريقة خدمة الجماعة بمدخلها وأساليبها ومهاراتها في مساعدة أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية على تنمية التفكير الإيجابي في كافة شؤون حياتهم.

لذلك سعت هذه الدراسة إلى وضع تصور مقترح لاستخدام المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات لتنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

**ثانياً: أهمية الدراسة:**

تكتسب هذه الدراسة أهميتها في أنها تناولت موضوعاً يتعلق بفئة من ذوي الاحتياجات الخاصة لاسيما أطفال الإعاقة الذهنية، وتكمن أهمية الدراسة في الآتي:

١. يعتبر التفكير الأداة الحقيقية التي يواجه بها الإنسان متغيرات العصر.
٢. تتصدي لفئة من ذوي الاحتياجات الخاصة (الإعاقة الذهنية)، حيث أنها من الفئات الهامة التي تحتاج إلى رعاية واهتمام.
٣. أن أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية في حاجة إلى مد يد العون والمساعدة، وخاصة أنها تتعرض للكثير من الضغوط الحياتية التي تعوق عملية التفكير الإيجابي لها.
٤. أهمية التفكير الإيجابي في مساعدة أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية في التعامل الإيجابي مع مشكلات الحياة وتحدياتها، والتغلب على محنتها وشدائدها، كما أنه يشكل العلاج الناجح للحفاظ على المعنويات وحسن الحالة النفسية.
٥. أهمية المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات، حيث يوجد ندرة في الدراسات والبحوث التي تناولت هذا المدخل من منظور طريقة العمل مع الجماعات وكيفية استخدامه في تنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية.
٦. إثراء الجانب النظري لطريقة العمل مع الجماعات من أساليب وتكنيكات المدخل المعرفي السلوكي كأحد المداخل المستخدمة من منظور طريقة العمل مع الجماعات.

### ثالثاً: أهداف الدراسة:

تتمثل أهداف الدراسة في التالي:

١. تحديد مفهوم التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
٢. تحديد أبعاد التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
٣. تحديد الآثار المترتبة على التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
٤. تحديد المقترحات اللازمة لتنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
٥. التوصل الي تصور مقترح لاستخدام المدخل السلوكي المعرفي من منظور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.



## ثالثاً: تساؤلات الدراسة:

تتمثل أسئلة الدراسة في التالي:

١. ما مفهوم التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية؟
٢. ما أبعاد التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية؟
٣. ما الآثار المترتبة على التفكير الإيجابي لدى أطفال الإعاقة الذهنية؟
٤. ما المقترحات اللازمة لتنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية؟

## خامساً: الإطار النظري للدراسة:

### (١) مفهوم التفكير الإيجابي:

يقصد بالتفكير في اللغة من الفعل فكر أي استخدم العقل في الأمر ورتب بعض ما يعلم ليصل الي المجهول (أبن منظور، ١٣٠٠، ص ٢٦٨). والتفكير هو الهبة العظمي التي منحها الله للإنسان، وفضله بذلك على سائر الكائنات، والحضارة الإنسانية أعظم آثار هذا التفكير، فحين تقارن بين حياة الانسان في العصور القديمة فيما قبل تدوين التاريخ وهو يجمع الثمار ويصطاد الحيوان ويعيش في الكهوف، وحياة الانسان الحضري مع تقدم المدنية المعاصرة، تجد الفرق ساشعاً، حيث بني الانسان هذه الحضارة بتفكيره الخلاق (النشار، مصطفى & الهاشمي، حسني هاشم، ٢٠١٦، ص ٢١).

ويعد التفكير عملية ذهنية معرفية وجدانية راقية، تعتمد على بعض العمليات النفسية، كالإدراك والإحساس، وترتكز على عمليات عقلية كالتذكر والتنظيم والتقييم والتمييز والمقارنة والاستدلال والتحليل، ويأتي التفكير على قمة هذه العمليات (عبد القادر، عصام محمد، ٢٠٢٠، ص ١١)، والإيجابي: نسبة إلي الإيجابية وهي المحافظة علي التوازن السليم في إدراك مختلف المشكلات، وهي أسلوب متكامل في الحياة، ويعني التركيز علي الإيجابيات في أي موقف بدلا من التركيز علي السلبيات (الريقيب، سعيد بن صالح، ٢٠٠٨، ص ٥).

والتفكير الإيجابي هو الأنشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام قناعات عقلية بناءة، وباستخدام استراتيجيات القيادة الذاتية للتفكير ولتدعيم ثقة الفرد في النجاح من خلال تكوين أنظمة وأنساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي (رزوقي، رعد مهدي & محمد، نبيل رفيق، ٢٠١٦، ص ٢٥٥).

ويعرف التفكير الإيجابي أيضاً بأنه: سلوك عقلي يتغلغل في التفكير، والكلمات والتخيلات الخاضعة للنمو والتوسع بالنجاح، ويتصف الشخص ذو التفكير الإيجابي بأنه يري الجانب الإيجابي في كل المواقف الحياتية (رمضان، منال حسن، ٢٠١٦، ص ١٢).

كما يقصد بالتفكير الإيجابي: التفكير بطريقة مليئة بالتفاؤل، والأمل مع عدم التخلي عن المنطقية والتحليل العميق أثناء التفكير، والتركيز على إيجاد الحلول البسيطة والسهلة لمشاكل الحياة، وعدم تركيز التفكير علي المشاكل بحد ذاتها، ومحاولة الخروج بأقل الخسائر في أية مشكلة من الممكن المرور فيها، مع العلم أن التفكير بطريقة إيجابية يحافظ علي صحة الفرد العضوية والنفسية، ويمنحه السعادة في الحياة، ويبعد عنه القلق والإجهاد ويجعله يري الحياة بمنظور التفاؤل (إسماعيل، ختام، ٢٠١٨، ص ٤٠)

وترى الباحثة أن التفكير الإيجابي هو "التوجه العقلي الإيجابي لكل أحداث الحياة بما في ذلك كافة المواقف والأشخاص وهذا التوجه يمكن تفعيله من خلال مجموعة من الاستراتيجيات التي تكسب أمهات أطفال الإعاقة الذهنية العديد من المهارات الإيجابية التي تساعدنا على الاستمتاع بالحياة، والتعامل مع المشكلات بنجاح، وتخطي كل المحن والشدائد وتتمثل الاستراتيجيات الإيجابية في الشعور بالتفاؤل، والرضا عن الحياة، والضبط الانفعالي، والقدرة على حل المشكلات، والتقبل الايجابي للاختلاف عن الآخرين، وتحمل المسؤولية.

**ويمكن تعريف التفكير الإيجابي إجرائياً في هذه الدراسة على النحو الآتي:**

- نشاط عقلي يركز على إدراك إيجابيات الأمور وليس سلبياتها.
- وعن طريقه تستطيع أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية حل ما تواجههم من مشكلات باستخدام منهجية علمية.
- كما تصبح أكثر قدرة على الشعور بالتفاؤل، والرضا عن الحياة، والضبط الانفعالي، والقدرة على حل المشكلات، وتقبل الاختلاف عن الآخرين، وتحمل المسؤولية.

**أ- أهمية التفكير الإيجابي:**

تأتي أهمية التفكير الإيجابي في حياة الفرد والجماعة، فالشخص نفسه يحدد إن أراد التركيز على الأفكار السلبية أو الأفكار الإيجابية، فالإنسان لا يعيش بمعزل عن العالم، وبالتالي سيحدث له العديد من الأشياء

الخارجة عن إرادته، ومن المهم تغيير نمط اللغة التي يتم الحديث بها مع النفس ومع الآخرين (جمال، رنا أحمد، ٢٠١٨، ص ٦١).

والتفكير الإيجابي مصدر قوة وأيضا مصدر حرية، مصدر قوة لأنه يساعدك على التفكير في الحل حتى تجده، وبذلك تزداد مهارة وثقة وقوة، ومصدر حرية لأنك ستحرر من معاناة والآلام سجن التفكير السلبي وأثاره الجسمية (الحارثي، عائشة هلال، ٢٠١٦، ص ٣٢:٣٣).

ومن خلال التفكير الإيجابي يتعود الإنسان على أن ينظر إلى الأشياء الإيجابية في أي موضوع ولا يضع اهتمامه وتركيزه على الشيء السلبي بل يركز على الشيء الإيجابي، بمعنى آخر أن يعتاد الإنسان علي أن ينظر الي الجزء المملوء من الكوب وليس الجزء الفارغ، وأن لا ينظر إلي الحياة من خلف نظارة سوداء، بل ع العكس ينظر لها بعين مشرقة متفائلة مبتسمة للحياة، وأن يتجه دائما نحو هدفه ويفرح بالشيء الإيجابي، وعندما يصادفه الشيء السلبي يكون إيجابياً (عبد اللطيف، هالة، ٢٠١٣، ص ١٥٩ : ١٦٠).

ومن الممكن لأي إنسان أن يكون إيجابياً في الظروف العادية، ولكن القوة الحقيقية تظهر عندما يواجه الإنسان تحدياً من تحديات الحياة ويفكر إيجابياً (الفقي، إبراهيم، ٢٠١٦، ص ١٠)، وممارسة التفكير الإيجابي وسيلة لتغيير ما تشعر به نحو نفسك، ونحو الآخرين، ونحو العالم، ونحو المستقبل والماضي (همفريز، توني & صبري، فاطمة عصام، ٢٠٠٣، ص ٥١)

#### ب- فوائد التفكير الإيجابي:

للتفكير الإيجابي فوائد عدة أهمها:

(رزوقي، رعد مهدي & سهيل، جميلة عيدان، ٢٠١٨، ص ٢٣٨ : ٢٤٢)

- التفكير الإيجابي جيد للقلب وللرأس: إن إحدى فوائد التفكير الإيجابي الكثيرة هي الحفاظ على صحة القلب والدماغ.
- إن التفكير الإيجابي positive thinking جيد لصحة الدماغ: لأنه يزيل الأفكار والمشاعر السلبية من الرأس، مما يريح الدماغ كثيراً، ويحميه من الإصابة بالكثير من الآلام والأوجاع.

- التفكير الإيجابي positive thinking يحسن العلاقات الاجتماعية: إن الشخص الذي يفكر بشكل إيجابي غالباً ما يكون ناجحاً في علاقاته الاجتماعية وناجحاً في الحب.
- التفكير الإيجابي يجعلك تتخلص من الشعور بالسلبية وتشعر بالنجاح وسلامة عقلك مع التفكير الإيجابي.
- يساعد على استرخاء العقل: إن التفكير الإيجابي يريح العقل ويساعد على التخلص من التوتر والقلق.
- يساعد على التخلص من كل المشاعر السلبية مثل الغضب والقلق والغيرة والشك.
- يساعد على التركيز في الأشياء ولا تكون متذبذباً بين الأشياء الجيدة والسيئة.
- يجعلك دائماً لديك قناعة بكل ما تملكه ويحدث لك.

### وللتفكير الإيجابي فوائد كثيرة منها (فتنرلا، سكوت دبليو & أسعد، ناوروز، ٢٠٠٣، ص ٢٨)

- التفكير الإيجابي positive thinking يدعم العلاقات الاجتماعية: إن الشخص الذي يفكر بشكل إيجابي غالباً ما يكون ناجحاً في علاقاته الاجتماعية وناجحاً في الحب.
  - التفكير الإيجابي يعزز الثقة بالنفس، والصدق والانفتاح.
- ج- أسس التفكير الإيجابي:

وتتمثل أسس التفكير الإيجابي في الآتي: (أبو النصر، مدحت، ٢٠٠٤، ص ٦٥)

- التفكير الإيجابي يركز على النجاح.
  - التفكير الإيجابي لا يفكر بالفشل ولكنه يصر على الفوز.
  - التفكير الإيجابي يتسم باليقظة.
  - التفكير الإيجابي يهتم بالناس والأشياء.
  - التفكير الإيجابي تفكير تفاؤلي.
  - التفكير الإيجابي يساعد على تحقيق الأهداف.
- ويتسم أصحاب التفكير الإيجابي في تفكيرهم في الحلول الممكنة، والتركيز على الإمكانيات، ويجعلون الأمور تتحقق (ماثيوز، أندرو، ٢٠٢٠، ص ٧٠).

#### د- أبعاد التفكير الإيجابي:

وتظهر أبعاد التفكير الإيجابي في الأبعاد الآتية (أحمد، ريم رمضان، ٢٠١٦، ص ١٣٣ : ١٣٦)

#### • التوقعات الإيجابية والتفاؤل:

أي التوقعات الإيجابية تحقق مكاسب في مختلف حياة الشخص، كما أن الإنسان المتفاؤل يوظف أساليب تفكير إيجابية تفاؤلية لتحقيق السعادة.

#### • الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية:

أي مهارات الشخص في توجيه انتباهه وذكرياته وقدراته على التخيل في اتجاهات سليمة ومفيدة تتلاءم مع متطلبات الصحة النفسية وتنمية رصيد معرفي ملائم لعمليات التوافق النفسي والاجتماعي.

#### • حب التعلم والنضج المعرفي الصحي:

إن الإنسان الإيجابي يتميز باهتمامه بالمعرفة وحب التعلم والمعرفة بما هو جديد وملائم لتحقيق الصحة النفسية.

#### • الشعور العام بالرضا:

الشعور العام بالرضا عن النفس والسعادة بتحقيق الأهداف العامة في الحياة بما في ذلك مستوى المعيشة والإنجاز والتعليم.

#### • التقبل الإيجابي للاختلاف مع الآخرين:

تبني أفكار وسلوكيات اجتماعية تدل على تفهم الاختلاف بين الناس كحقيقة وإنما مطالبون بتشجيع الاختلاف والنظر له بمنظور إيجابي وتفتح.

#### • تقبل المسؤولية الشخصية:

إن الإنسان الإيجابي يتميز بتحملة للمسؤولية دون كلل، وأن يكون قادر علي اتخاذ القرارات المناسبة في الأوقات الصعبة، ولا يلقون الأعذار علي غيرهم، ولديهم الشجاعة ما يجيز لهم أن يتحملوا مسئوليتهم بلا تردد.

#### • السماحة:

أي تبني معتقدات متسامحة عما مر بنا من خبرات ماضية أو ألام نفسية ارتبطت بأحداث ماضية وأن نتقبل الواقع وما فيه من تحديات دون أن تغفل عما مر به من أمور مستحيلة لا يمكن تغييرها.

#### هـ - أنواع التفكير الإيجابي:

تتمثل أنواع التفكير الإيجابي في الآتي (الحارثي، عائشة هلال، ٢٠١٦، ص ٣٢:٣٣)

#### • التفكير الإيجابي لدعم وجهات النظر:

هذا النوع من التفكير يستخدمه الناس لكي يدعم وجهة نظره الشخصية في شيء معين، وبذلك يقنع نفسه بأنه على صواب حتى لو كانت النتيجة سلبية.

#### • التفكير الإيجابي بسبب التأثير بالآخرين:

في هذا النوع من التفكير يكون الشخص إيجابياً لأنه تأثر بشخص آخر سواء كان ذلك من الأقارب أو الأصدقاء أو حتى بسبب برنامج يكون قد شاهده الشخص في التلفاز.

#### • التفكير الإيجابي بسبب التوقيت:

استغلال هذا النوع من التفكير في تحسين سلوكياتنا وأيضاً لبناء عادات إيجابية جديدة.

#### • التفكير الإيجابي في المعاناة:

هناك نوع من الناس عندما يواجه صعوبة ومعاناة فهو يقترب من الله (تعالى) ثم يفكر في كيفية التعامل مع التحدي والاستفادة منه وتحويله الي خبرة ومهارة.

#### و- وظائف التفكير الإيجابي:

إن التفكير الإيجابي تجاه المشكلات يجعل احتمالات الوقوع في الخطأ قليلة، كما أنه يخفف أو يحد من اتخاذ القرارات المتسارعة والتي ينتج عنها أخطاء جسيمة، كما أن التفكير الإيجابي يزود الفرد بمجموعة من الخطط المدروسة والتي تتمثل فيما يلي: (عامر، طارق عبد الرؤوف، ٢٠١٥، ص ٤٩ : ٥٠)

- كيفية طرح الأسئلة بهدف الحصول على إجابات ومعلومات تساعد علي حل المشكلة.
- دراسة الخطوات المنطقية المتعلقة باتخاذ القرار.
- كيفية اتخاذ القرار.
- التفكير في بدائل للقرار المطلوب اتخاذه.
- التفكير في النتائج المحتملة لكل فرد بديل.
- كيفية حل المشكلات.
- دراسة أساليب التعامل مع الآخرين والمختلفين في الاتجاهات والميول.

#### ى- طرق جعل التفكير إيجابياً:

ويمكن التفكير بطريقة إيجابية من خلال: (جمال، رنا أحمد، ٢٠١٨، ص ٦١ : ٦٢)

- تكرار العبارات الإيجابية والمحفزة والابتعاد عن لوم النفس ومحادثتها ولو سراً بطريقة سلبية، فالعقل يخزن ما يسمعه، وعندما يتخزن به بأنه لا يوجد هناك فشل وإنما تجارب ودروس لا بد من التعلم منها فإنه يحذف كلمة الفشل من قاموسه.
- تحديد الهدف من الحياة ووضع الأهداف قصيرة الأمد أيضاً، ومحاولة التركيز علي كل هذه الأهداف.
- التأمل والاسترخاء، وإعطاء النفس متعا من الاستقرار والراحة، ومحاولة عدم المبالغة في المشاكل وتطويرها.
- تقليل الأفكار الداخلة إلي العقل ومحاولة تنظيمها وترتيبها حسب الأولوية، لأن مزاحمة الأفكار تتعب العقل وتسبب فقدان التركيز في أي منها.
- الإيمان المطلق بالله تعالى وبأنه مسير الأمور، والتوكل عليه، فحياة الإنسان مكتوبة في اللوح المحفوظ ولا يمكن إنكارها وإنما يخير الإنسان بما هو مخير به.

## ز - خطوات التفكير الإيجابي:

وتتمثل خطوات التفكير الإيجابي في الآتي: (إسماعيل، ختام، ٢٠١٨، ص ٤٢)

- تحديد أهداف معينة لكل فعل، فلكل فعل يجب أن يكون قائم علي أهداف محددة ومن المهم أن تكون هذه الأهداف إيجابية.
- عليك إقناع نفسك بإنك مسؤول بشكل كامل عن أي عمل تقوم به.
- إذا مررت بتجربة فاشلة عليك أخذ العبرة منها والاستفادة قدر الإمكان من خطواتها.
- الثقة بالقدرات والحلم البسيط بالقدرة علي تحقيق الأهداف.
- التواصل مع الأشخاص الذين يمتلكون تجارب كبيرة في الحياة، والتعلم منها وكذلك مع الأشخاص الإيجابيين وأصحاب الهمم العالية.

## ر - أخطاء التفكير الإيجابي:

وكما أنه لا بد للفرد أن يتعرف علي التفكير الإيجابي وأبعاده وخصائص الذين يتسمون به، فمن الضروري أن يتعرف الفرد علي أخطاء التفكير وذلك لتجنب الوقوع فيها ومن أهمها (أحمد، ريم رمضان، ٢٠١٦، ص ١٤٢ : ١٤٤)

- المهبطات: في هذا النمط من أخطاء التفكير يركز الفرد علي الأشياء السلبية التي تحدث.
- النظارة السلبية: وهي أن ينظر الشخص الي الجانب السلبي ويلاحظ ويتذكر الأشياء حتي عند مروره بموقف سعيد.
- الإيجابيات غير المحسوبة: وهنا لا يبدي الشخص أي اهتمام للأشياء الإيجابية.
- المبالغة للسلبيات.
- توقع الفشل.
- قراءة لأفكار الآخرين.
- لوم الذات.

## (٢) مفهوم المدخل المعرفي السلوكي:



يعتبر الاتجاه المعرفي السلوكي اتجاهاً حديثاً نسبياً يعمل علي الدمج بين العلاج المعرفي بفنياته المتعددة، والعلاج السلوكي بما يتضمنه من فنيات، ويعتمد إلي التعامل مع الاضطرابات المختلفة من منظور ثلاثي الأبعاد، إذ يتعامل معها معرفياً، وانفعالياً، وسلوكياً (محمد، عادل عبد الله، ٢٠٠٠، ص ١) . ويرى المنظور المعرفي السلوكي أن الخبرة الإنسانية تتكون من تفاعل عناصر أساسية هي الفسيولوجيا والمعرفة والسلوك والانفعالات (عطية، محمود، ٢٠١٠، ص ١١٥).

ويقوم المدخل المعرفي السلوكي على إعادة تشكيل البنية المعرفية للعملاء من خلال مجموعة من المبادئ والإجراءات تقوم على أن العوامل المعرفية تؤثر في السلوك، وخاصة المعارف الخاطئة، ومن ثم فإن تغييرها سيترتب عليه بلا شك تغيير سلوك العملاء (الشناوس، محمد محروس & عبد الرحمن، محمد، ١٩٩٨، ص ٢١٢).

والمدخل المعرفي السلوكي هو أحد المداخل الذي يسعى إلى تغيير تفكير العميل بحيث يمتنع عن الأفكار السلبية (صابر، جابر عبد الحميد & خليل، نرمن محمود، ٢٠١٩، ص ١٢٣).

ويشير مصطلح معرفي Cognitive إلى النشاط العقلي المتصل بالتفكير وما يرتبط من تذكر واستدلال وحكم ووعي للعالم الخارجي، أما سلوكي فينظر لها على أنها متعلمة من البيئة التي يعيشها الفرد دون النظر الي العوامل الداخلية (أحمد، قحطان، ٢٠٠٣، ص ٢٣٢).

ويعرفه قاموس الخدمة الاجتماعية بأنه: مدخل علاجي يهدف إلي مساعدة الناس علي حل مشكلاتهم الخاصة مستعينا في ذلك بالمفاهيم والتقنيات المرتبطة بالمبادئ السلوكية ونظريات التعلم الاجتماعي (Barker, Robert, 1999, p. 40). ويعرف المدخل المعرفي السلوكي بأنه: منهج علاجي يحاول تعديل السلوك الظاهر من خلال تأثير في عمليات التفكير لدي عضو الجماعة (مليكة، لويس كامل، ١٩٩٠، ص ١٧٤)

ويستخدم المدخل المعرفي السلوكي في اضطرابات القلق والاكتئاب والإدمان، بالإضافة الي العديد من المشكلات التي توجد لها قاعدة أدلة (Mitcheson , Luke & Maslin, Jenny, 2010, p. 6) .

ويركز المدخل المعرفي السلوكي علي تعديل وتغيير السلوكيات السلبية وإكساب المعارف وتغيير الأفكار والاتجاهات، كما يركز علي دور التفكير والتوقعات والمعتقدات في تطوير الاضطرابات واستمرارها، وبالتالي يعمد الي تغييرها باستخدام الإجراءات المستمدة من نظريات التعلم المبنية علي التعلم بالملاحظة والعمليات المعرفية (محمد، عادل عبد الله، ٢٠٠٠، ص ١٥).

ويمكن الاستفادة من المدخل المعرفي السلوكي في هذه الدراسة من خلال (إكساب أمهات ذوي الإعاقة العقلية المعارف والخبرات الجديدة عن مفهوم التفكير الإيجابي وأبعاده وذلك بالتخلي عن التفكير السلبي وتدعيم التفكير الإيجابي).

ويمكن تحديد المفهوم الإجرائي للمدخل المعرفي السلوكي في هذه الدراسة على النحو الآتي: "الاستخدام المنهجي المنظم لمبادئ المدخل المعرفي السلوكي المرتبطة بطريقة العمل مع الجماعات، والتي تعمل على تعديل الأفكار والمعتقدات والسلوكيات الخاطئة لدي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية فيما يتعلق بالتفكير الإيجابي لديهم.

#### أ- أهداف المدخل المعرفي السلوكي:

يستهدف المدخل المعرفي السلوكي تعديل أنماط التفكير الخاطئة لدي العميل، حيث يتم التعرف علي أخطاء التفكير لديه إلي جانب تغيير أنماط السلوكيات السلبية، وإكسابه أساليب جديدة للتفاعل الإيجابي، ويتضمن المدخل المعرفي السلوكي تعليم مهارات حل المشكلات وخفض الضغوط، والتدريب علي الأساليب الإيجابية لد العميل (الرقب، إبراهيم سليمان، ٢٠١٠، ص ١٠٥).

إن هدف المدخل المعرفي السلوكي هو تغيير طرائق التفكير والسلوك اللاكيفية من أجل تحسين السعادة النفسية (هوفمان إس جي & عيسى، مراد علي، ٢٠١٢، ص ١٠).

وتتمثل أهداف المدخل المعرفي السلوكي في الآتي (إسماعيل، فاطمة عبد الله، ٢٠١٤، ص ٢١٠)

- تحديد المعارف والأفكار الخاطئة التي يعاني منها الفرد والمسببة لمشكلاته.
- تعليم الفرد أن يصحح أفكاره ومعارفه الخاطئة.
- مساعدة الأفراد على تعديل سلوكياتهم وتغيير الأفكار الخاطئة إلى أفكار أكثر كفاءة.
- مساعدة الأفراد على اكتساب مهارات جديدة لتحقيق أهدافهم.

### ب- مبادئ المدخل المعرفي السلوكي:

وتتمثل هذه المبادئ في الآتي (محمد، عادل عبد الله، ٢٠٠٠، ص)

- أ- يربط كل من المعرفة والسلوك ببعضهما البعض.
- ب- تعلم معظم البشرية يتم من خلال الجانب المعرفي.
- ج- إن الاتجاهات والإسهامات المعرفية هي محاور هامة في فهم الفرد وسلوكه والتنبؤ به من أجل ومع المعرفة والسلوك لظهور فنيات علاجية ناجحة.
- د- التركيز على فهم الفرد للجزء المراد تعديله.
- هـ- يعمل كل من العميل والأخصائي بشكل متعاون لتقدير المشاكل ووضع الحلول.
- و- تقديم الخبرة المتكاملة للفرد بكافة الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية.

### ٣ مفهوم الإعاقة الذهنية:

تعرف الإعاقة على أنها " عدم قدرة الفرد على الاستجابة للبيئة أو التكيف معها، نتيجة مشكلات سلوكية أو جسمية أو عقلية " (القمش، مصطفى & السعيدة، ناجي، ٢٠٠٧، ص ٢٠).

كما تعرف الإعاقة على أنها " نوع من القصور الوظيفي في الأنشطة العادية سواء كانت تلك الأنشطة تجرى بصورة فردية أم جماعية " (علي، ماهر أبو المعاطي، ٢٠٠٣، ص ٢٢٦).

ويعرف التخلف العقلي على أنه " توقف أو عدم اكتمال تطور ونضج العقل، مما يؤدي إلى نقص في الذكاء لا يسمح للفرد بحياة مستقلة، أو حماية نفسه ضد المخاطر أو الاستقلال (الزهيري، إبراهيم عباس، ٢٠٠٣، ص ١٨٦).

كما تعرفه الرابطة الامريكية للضعف العقلي على أنه " نقص الذكاء الذي ينشأ عن نقص التعلم والتكيف مع البيئة، على أن يبدأ ذلك قبل بلوغ الثامنة عشر من العمر، وحدد معامل الذكاء (٧٠) درجة كحد أعلى لهؤلاء الأطفال المتخلفين عقلياً، وذلك لأن أغلب الناس الذين يقل معدل ذكائهم عن (٧٠) درجة، قدراتهم التكيفية محدودة ويحتاجون إلى رعاية وحماية خاصة " (عبد الحميد، محمد إبراهيم، ١٩٩٩، ص ٢٠).

والمعاق ذهنياً هو " ذلك الشخص العاجز عن إدارة شئونه، أو تعلم كيف يرضى نفسه، ويحتاج لإشراف ورعاية لشئونه الخاصة وشئونه المجتمعية، ولكي نستطيع الحكم على فرد بأنه معاق عقلياً، لا بد من توفر محكين هما" (محمود، أحمد قطب، ٢٠٠٣، ص ٢٢).

المحك الأول: درجات اختبارات الذكاء كمحك للتخلف العقلي.

المحك الثاني: درجات سلوك التكيف " .

**ويعرف المعاق ذهنياً إجرائياً:**

- الطفل الذي يعاني من قصور في النمو العقلي.
- يتراوح معدل ذكائه بين ٥٠ إلى ٧٠ درجة طبقاً لمقياس استانفورد بينيه.
- يقع في المرحلة العمرية من ٧ إلى ١٨ سنة.

**سادساً: الإجراءات المنهجية للدراسة:**

**١. نوع الدراسة:**

انطلاقاً من مشكلة الدراسة واتساقاً مع أهدافها تنتمي هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية التحليلية باعتبارها من أنسب أنواع الدراسات ملائمة لموضوع الدراسة.

**٢. منهج الدراسة:**

يعد منهج المسح الاجتماعي من أهم مناهج البحث المستخدمة في الدراسات الوصفية لأهميته في تحديد الوصف التفصيلي للوحدات المدروسة، ولهذا تم الاعتماد في هذه الدراسة على منهج المسح الاجتماعي الشامل لجميع أمهات أطفال الإعاقة الذهنية بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة أسيوط.

### ٣. أدوات الدراسة:

طبقاً لأهداف الدراسة وللإجابة على تساؤلات الدراسة، اعتمدت الدراسة على استمارة استبيان لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، بمدرسة التربية الفكرية.

ولقد تم اختبار صدق محتواها بعرضها على عدد من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس من تخصص الخدمة الاجتماعية بجامعة حلوان وبنى سويف، وذلك لإيجاد اتفاق وارتباط الأسئلة بالمتغيرات المراد جمع بيانات حولها، ولقد تم تعديل الصياغة بالإضافة والحذف حتى تحقق نسبة (٨٠ %) من الاتفاق.

وقد تضمنت استمارة الاستبيان المحاور التالية:

- البيانات الأولية.
- بيانات تتعلق بمفهوم التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
- بيانات تتعلق بأبعاد التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
- بيانات تتعلق بالآثار المترتبة على التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.
- بيانات تتعلق بمقترحات طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية.

### ٤. مجالات الدراسة:

#### أ- المجال المكاني:

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الميدانية على مدرسة التربية الفكرية بمحافظة أسيوط للأسباب الآتية:

- توافر عينة الدراسة بتلك المدرسة.
- تعاون واستعداد هذه المدرسة للتعاون مع الباحثة وتوفير كافة البيانات والمعلومات اللازمة لها.
- مساعدة الباحثة في عملية جمع البيانات وتقديم كافة التسهيلات لها.

#### ب- المجال البشري:

قامت الباحثة بتطبيق استمارة البحث على جميع أمهات أطفال الإعاقة الذهنية بمدرسة التربية الفكرية، وقد بلغ عددهن (٩٤) مفردة، وفقاً للمعايير التالية:

- أن تكون أم لطفل معاق ذهنياً درجة ذكاؤه ن ٥٠ إلى ٧٠ درجة.
- أن تكون أم لطفل معاق ذهنياً عمره يتراوح بين (٧ سنوات إلى ١٨ سنة).
- أن يكون الطفل المعاق ذهنياً من المترددين بصفة مستمرة على المدرسة.

#### ج- المجال الزمني:

تم جمع البيانات الخاصة باستمارة الاستبار من مفردات البحث أثناء إجراء الأطفال المعاقين ذهنياً امتحانات الفصل الدراسي الثاني وذلك من الفترة من ٢٠٢١/٥/٣٠م إلى الفترة ٢٠٢١/٦/٣٠م.

سابعاً: عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية:

#### ١- عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بالبيانات الأولية:

جدول (١) سن أمهات أطفال الإعاقة الذهنية ن=٩٤

م	السن	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	من ٣٠ سنة الي أقل من ٣٥ سنة	١٥	١٥.٩٥%	٤
٢	من ٣٥ سنة الي اقل من ٤٠ سنة	٢٥	٢٦.٥٢%	٢
٣	من ٤٠ سنة الي أقل من ٤٥ سنة	٢٤	٢٥.٥٣%	٣
٤	٤٥ فأكثر	٣٠	٣١.٩١%	١
	الاجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يوضح المرحلة العمرية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت نسبة (٣١.٩١%) في الفئة العمرية (من ٤٥ سنة فأكثر)، ويتضح من ذلك أن الحمل في سن متأخر أحد أسباب إعاقة الطفل ذهنياً لذلك لا بد من توعية الأمهات بخطورة الحمل في هذا السن، يليها نسبة (٢٦.٥٢%) في الفئة العمرية (من ٣٥ سنة الي أقل من ٤٠ سنة)، ونسبة (٢٥.٥٣%) في الفئة العمرية

من (من ٤٠ سنة الي أقل من ٤٥ سنة)، في حين جاء الترتيب في الفئة العمرية (من ٣٠ سنة إلي أقل من ٣٥ سنة).

جدول (٢) الحالة الاجتماعية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية ن = ٩٤

م	الحالة الاجتماعية	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	متزوجة	٦٥	٦٩.١٤%	١
٢	مطلقة	١٥	١٥.٩٥%	٢
٣	أرملة	١٤	١٤.٨٩%	٣
	الاجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يوضح الحالة الاجتماعية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت الترتيب الأول للأمهات المتزوجات بنسبة (٦٩.١٤%)، يليها نسبة (١٥.٩٥%) للأمهات المطلقات، في حين جاء الترتيب الأخير للأمهات الأرمال بنسبة (١٤.٨٩%).

جدول (٣) الحالة التعليمية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية ن = ٩٤

م	الحالة التعليمية	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	لا تقرأ ولا تكتب	٣٣	٣٥.١٠%	١
٢	تقرأ وتكتب	٣٠	٣١.٩١%	٢
٣	مؤهل متوسط	١٤	١٤.٨٩%	٣
٤	مؤهل فوق المتوسط	٧	٧.٤٤%	٥
٥	مؤهل عالي	١٠	١٠.٦٣%	٤
	الاجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يشير إلي الحالة التعليمية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٣٥.١٠%) كانت لصالح الحالة التعليمية (أمية)، يليها نسبة (٣١.١٠%) لصالح الحالة التعليمية (تقرأ وتكتب)، يليها نسبة (١٤.٨٩%) لصالح الحالة التعليمية (مؤهل متوسط)، في حين جاءت أقل

نسبة (٧.٤٤%) لصالح الحالة التعليمية (مؤهل فوق المتوسط)، الأمر الذي يؤكد علي أهمية وضع برامج من جانب الأخصائي الاجتماعي بمدارس التربية الفكرية لتنمية التفكير الإيجابي لدي هؤلاء الأمهات والعمل علي مساعدتهن للتغلب علي الضغوط الحياتية والمشكلات التي تواجهها نتيجة إعاقة أطفالهن.

#### جدول (٤) الحالة الوظيفية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية ن = ٩٤

م	الحالة الوظيفية	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	تعمل	٣٠	٣١.٩١%	٢
٢	لا تعمل	٦٤	٦٨.٠٨%	١
	الإجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يوضح الحالة الوظيفية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٦٨.٠٨%) من أمهات أطفال الإعاقة الذهنية لصالح الحالة الوظيفية (لا تعمل)، في حين جاءت نسبة (٣١.٩١%) من أمهات أطفال الإعاقة الذهنية لصالح الحالة الوظيفية (تعمل)، الأمر الذي يؤكد علي أهمية مساعدة هؤلاء الأمهات على التفكير الايجابي في كل المشكلات والصعوبات التي تواجههم، كي تستطيع رعاية وحماية الطفل المعاق.

#### جدول (٥) محل الإقامة ن = ٩٤

م	محل الإقامة	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	ريف	٦٧	٧١.٢٧%	١
٢	حضر	٢٧	٢٨.٧٢%	٢
	الإجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يوضح محل إقامة أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٧١.٢٧%) من هؤلاء الأمهات يعيشن في الريف، في حين جاءت نسبة (٢٨.٧٢%) من هؤلاء الأمهات يعيشن في الحضر، ومثل هذه النسبة تعد أمراً طبيعياً، حيث نجد أن معظم الإعاقات العقلية تأتي من الريف المصري نتيجة زواج الأقارب.



جدول (٦) ترتيب الطفل داخل الأسرة ن = ٩٤

م	ترتيب الطفل داخل الأسرة	التكرارات	النسبة المئوية	الترتيب
١	الأكبر	٢٠	٢١.٢٧%	٢
٢	الأوسط	١٩	٢٠.٢١%	٣
٣	الأصغر	٥٥	٥٨.٥١%	١
	الإجمالي	٩٤	١٠٠%	

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يوضح ترتيب الطفل بين أخواته، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٥٨.٥١%) لصالح ترتيب الطفل بين أخواته (الأصغر)، وهذا من شأنه يؤكد أن حمل الأم في فئة عمرية كبيرة يؤدي إلي إعاقة طفلها ذهنياً، يليها نسبة (٢١.٢٧%) لصالح ترتيب الطفل بين أخواته (الأكبر)، وهنا يأتي دور عامل الوراثة وصلة القرابة لبن الزوجين لهما دوراً كبيراً في إعاقة الطفل، وهذا بدوره يؤكد علي أهمية مساعدة الأم علي التعامل مع المشكلات التي تواجهها، والتفكير الايجابي في معظم الأمور التي تخص الطفل المعاق، وخاصة الضغوط النفسية حيث أنه الطفل الأول لها، في حين جاءت أقل نسبة من ترتيب الطفل بين أخواته (الأوسط) بنسبة (٢٠.٢١%).

٢- عرض ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية الخاصة بتساؤلات الدراسة:

جدول (٧) مفهوم التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الترتيب
		لا	إلى حد ما	نعم			
١	الأنشطة والأساليب التي يستخدمها الفرد لمعالجة المشكلات باستخدام قناعات عقلية بناءة.	٥٩	٢٠	١٥	١٤٤	١.٥٣	٤
٢	القدرة الذهنية على توقع نتائج إيجابية طيبة لكل أمر يقبل عليه.	٧٠	١٤	١٠	١٢٨	١.٣٦	٥
٣	مصدر قوة للمساعدة على التفكير في الحل المناسب وتجنب الوقوع في الأخطاء.	٤٨	١١	٣٥	١٧٥	١.٨٦	٢
٤	قدرة الفرد الإرادية على تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها تجاه تحقيق ما تتوقعه من نتائج خاصة بحل المشكلات.	٥٤	٢٢	١٨	١٥٢	١.٦١	٣
٥	التفكير بطريقة مليئة بالتفاؤل، والأمل، مع التركيز على إيجاد الحلول البسيطة والسهلة لمشاكل الحياة.	٢٦	٣٥	٣٣	١٩٥	٢.٠٧	١
	المجموع	٢٥٧	١٠٢	١١١	٧٩٤	٨.٤٤	
	المتوسط العام	٥١.٤	٢٠.٤	٢٢.٢	١٥٨.٨	١.٦٨	
	القوة النسبية	٥٦.٣١%					

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يشير إلي مفهوم التفكير الإيجابي لدى الأمهات ، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٥٦.٣١%)، ومتوسط وزني (١٥٨.٨)، ومتوسط مرجح(١.٦٨)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء في الترتيب الأول لمفهوم التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية مفهوم (التفكير بطريقة مليئة بالتفاؤل، والأمل، مع التركيز على إيجاد الحلول البسيطة والسهلة لمشاكل الحياة) بمجموع أوزان (١٩٥)، ومتوسط مرجح (٢.٠٧)، وجاء في الترتيب الثاني مفهوم (مصدر قوة للمساعدة علي التفكير في الحل المناسب وتجنب الوقوع في الأخطاء) بمجموع أوزان (١٧٥)، ومتوسط مرجح (١.٨٦)، وجاء في الترتيب الثالث مفهوم (قدرة الفرد الإرادية علي تقويم أفكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها تجاه

تحقيق ما نتوقه من نتائج خاصة بجل المشكلات) بمجموع أوزان (١٥٢)، ومتوسط مرجح (١.٦١)، في حين جاء الترتيب الأخير لمفهوم (القدرة الذهنية علي توقع نتائج إيجابية طيبة لكل أمر يقبل عليه)، بمجموع أوزان (١٢٨)، ومتوسط مرجح (١.٣٦)، وهذا يدل علي ضعف مفهوم التفكير الإيجابي لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، مما يدل علي حاجة الأمهات إلي تغيير مفهوم التفكير الإيجابي لديها بإكسابها معارف ومعلومات وخبرات عن مفهوم وفوائد التفكير الإيجابي، والآثار المترتبة علي التفكير السلبي.

#### جدول (٨) الشعور بالتفاؤل ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا		
١	أعتقد أن الغد أفضل من اليوم.	١٥	٢٣	٥٦	١.٥٦	٦
٢	أملي كبير في المستقبل.	٢٢	١٥	٥٧	١.٦٢	٤
٣	أموري تسير دائما الي الأحسن.	٣٥	٢٠	٣٩	١.٥٧	٥
٤	سأسعى لأجعل المستقبل أفضل من الحاضر.	٣٠	١٧	٤٧	١.٨١	٣
٥	أحيانا أميل الي التشاؤم.	45	٢٠	٢٩	١.٨٢	٢
٦	المصائب لا يأتي منها الا الشقاء والألم.	33	٣٥	٢٦	١.٩٢	١
٧	أشعر بالخوف الشديد من مستقبل طفلي.	66	٢٢	٦	١.٣٦	٧
	<b>المجموع</b>	<b>٢٤٦</b>	<b>١٥٢</b>	<b>٢٦٠</b>	<b>١١.٧٠</b>	
	<b>المتوسط</b>	<b>٣٥.١٤</b>	<b>٢١.٧١</b>	<b>٣٧.١٤</b>	<b>١٥٧.١٤</b>	<b>١.٦٧</b>
	<b>القوة النسبية</b>	<b>%٥٥.٧٢</b>				

يتضح من بيانات الجدول السابق والذي يشير إلي الشعور بالتفاؤل حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (%٥٥.٧٢)، ومتوسط وزني (١٥٧.١٤)، ومتوسط مرجح (١.٦٧)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول عبارة (المصائب لا يأتي منها الا الشقاء والألم) بمجموع أوزان (١٨١)، ومتوسط مرجح (١.٩٢)، وهذا يدل علي الأزمة التي تمر بها الأمهات نتيجة إعاقة أبنائهم ذهنياً. وجاء في الترتيب الثاني عبارة (أحيانا أميل الي التشاؤم) بمجموع أوزان (١٧٢)، ومتوسط مرجح (١.٨٢)، وهذا يدل علي أن الأمهات في حاجة إلي التفاؤل وتقوية الوازع الديني لديهم والثقة في الله عز وجل والصبر علي الابتلاء،

وجاء في الترتيب الثالث عبارة (سأسعى لأجعل المستقبل أفضل من الحاضر) بمجموع أوزان (١٧١)، ومتوسط مرجح (١.٨١)، وهذا يدل علي الحماس الذي تتمتع به الأمهات لبذل أقصى ما في وسعهم لجعل مستقبل أطفالهم مستقبلاً مشرقاً، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (ألمي كبير في المستقبل)، بمجموع أوزان (١٥٣)، ومتوسط مرجح (١.٦٢). في حين جاء الترتيب الخامس لمفهوم (أموري تسير دائماً الي الأحسن)، بمجموع أوزان (١٤٨)، ومتوسط مرجح (١.٥٧)، وجاء في الترتيب السادس عبارة (أعتقد أن الغد أفضل من اليوم) بمجموع أوزان (١٤٧)، ومتوسط مرجح (١.٥٦)، والترتيب الأخير جاء لعبارة (أشعر بالخوف الشديد من مستقبل طفلي)، بمجموع أوزان (١٢٨)، ومتوسط مرجح (١.٣٦)، مما يدل علي الحالة النفسية السيئة للأمهات نتيجة الظروف الصعبة التي تمر بها الأمهات من ناحية الطفل المعاق بصفة خاصة والحالة الاقتصادية الصعبة التي تمر بها الأمهات بصفة عامة، وهذا يتفق مع نتائج دراسة هدي جمال محمد السيد، ٢٠١٥، والتي أثبتت أن التفكير الإيجابي له أثر كبير علي تخفيض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم.

#### جدول (٩) الشعور بالرضا عن الحياة ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا		
١	الحياة مملّة وكئيبة.	٦٢	١١	٢١	١.٥٦	٧
٢	أستمتع بأداء دوري في تربية طفلي المعاق.	٢٢	٣٠	٤٢	١.٧٨	٦
٣	أري أن حياتي سعيدة.	٢٥	٤٠	٢٩	١.٩٥	٣
٤	أشعر بالرضا لأن أموري تسير في صالحتي.	٢٧	٣٣	٣٤	١.٩٢	٤
٥	أعيش حياة أفضل من غيري.	٣٥	٢٧	٣٢	٢.٠٣	١
٦	أعتقد أن حياتي تسير علي ما يرام.	٢٩	٣٣	٣٢	١.٩٦	٢
٧	أشعر بالمتعة عند تعاملي مع طفلي.	٣٠	٢٠	٤٤	١.٨٥	٥
	<b>المجموع</b>	٢٣٠	١٩٤	٢٣٤	١٣.٠٨	
	<b>المتوسط</b>	٣٢.٨٥	٢٧.٧١	٣٣.٤٢	١.٨٦	
	<b>القوة النسبية</b>	%٦٢.٣١				

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلى الشعور بالرضا عن الحياة، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٢.٣١%)، ومتوسط وزني (١٧٥.٧١)، ومتوسط مرجح (١.٨٦)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول عبارة (أعيش حياة أفضل من غيري) بمجموع أوزان (١٩١)، ومتوسط مرجح (٢.٠٣)، وهذا يدل على رضا الأمهات بما قسمه الله عز وجل لهم، وجاء في الترتيب الثاني عبارة (أعتقد أن حياتي تسير علي ما يرام) بمجموع أوزان (١٨٥)، ومتوسط مرجح (١.٩٦)، وجاء في الترتيب الثالث عبارة (أري أن حياتي سعيدة) بمجموع أوزان (١٨٤)، ومتوسط مرجح (١.٩٥)، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (أشعر بالرضا لأن أموري تسير في صالحتي)، بمجموع أوزان (١٨١)، ومتوسط مرجح (١.٩٢). في حين جاء الترتيب الأخير لعبارة (الحياة مملّة وكئيبة)، بمجموع أوزان (١٤٧)، ومتوسط مرجح (١.٥٦)، ويدل هذا على ضعف الوازع الديني لدي الأمهات وحاجتها إلى تقوية الوازع الديني والرضا بقضاء الله في كل أمور الحياة من خلال إكسابها معارف ومعلومات عن الرضا عن الحياة ومساعدتها على تخطي كل الصعوبات التي تواجهها وتؤثر عليها.

#### جدول (١٠) الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			مجموع الاوزان	المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا			
١	أنا شخصية صبورة	٦٠	٢٠	١٤	٢٣٤	٢.٤٨	١
٢	أنا إنسانة هادئة.	٥٥	٣٠	٩	٢٣٤	٢.٤٨	١ مكرر
٣	أستطيع بسهولة أن أغير أفكار الآخرين تجاهي.	٣٣	٢٣	٣٨	١٨٣	١.٩٤	٢
٤	أستطيع التحكم في مشاعري نحو الأشياء حتى وإن كانت مؤلمة.	٢٥	١٥	٥٤	١١٢	١.١٩	٦
٥	أشعر بالقلق عند التعرض لأي مشكلة.	٥٧	٣٠	٧	١٣٨	١.٤٦	٤
٦	تسيطر على حالات مفاجئة من التوتر بدون أي سبب.	٦٥	١٩	١٠	١٣٣	١.٤١	٥
٧	أشعر بالألم عند حدوث شيء مؤلم.	٥٩	١٣	٢٢	١٥١	١.٦٠	٣
	المجموع	٣٥٤	١٥٠	١٥٤	١١٨٥	١٢.٦٠	
	المتوسط	٥٠.٥٧	٢١.٤٢	٢٢	١٦٩.٢	١.٨٠	

	القوة النسبية	٦٠.٠٣%
--	---------------	--------

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلى الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية ، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٠.٠٣%)، ومتوسط وزني (١٦٩.٢)، ومتوسط مرجح(١.٨٠)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول مكرر لعبارتي (أنا شخصية صبورة)، (أنا شخصية هادئة)، بمجموع أوزان (٢٣٤)، ومتوسط مرجح (٢.٤٨)، ويتضح من ذلك تمتع أمهات أطفال الإعاقة الذهنية بالصبر علي الابتلاء والهدوء في التعامل مع الأطفال المعاقين ذهنياً وتحمل مشكلاتهم، وجاء في الترتيب الثاني عبارة (استطيع بسهولة أن أغير أفكار الآخرين تجاهي) بمجموع أوزان (١٨٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٤)، وجاء في الترتيب الثالث عبارة (أشعر بالألم عند حدوث شيء مؤلم) بمجموع أوزان (١٥١)، ومتوسط مرجح (١.٦٠)، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (أشعر بالقلق عند التعرض لأي مشكلة)، بمجموع أوزان (١٣٨)، ومتوسط مرجح (١.٤٦)، وهذه النتائج تتفق مع دراسة ( Sibel Ergün , Gül , Ertem, 2012)، التي استهدفت تحديد الصعوبات التي تواجه الأمهات اللاتي يعشن مع أطفال يعانون من إعاقات ذهنية ، وتأثير العوامل الاجتماعية والديموغرافية التي تؤدي إلى تفاقم الوضع، وتكونت عينة البحث من أمهات يتحملن المسؤولية الأساسية عن ١٦٨ طفلاً معاقاً تتراوح أعمارهم بين ٣ و ١٨ عامًا، وأثبتت النتائج أن نسبة (٣٨.١%) إنهن يشعرن بالحزن، ونسبة (٤٢.٩%) غضب ونسبة (١٩.١%) شعروا بالوحدة، واستنتجت الدراسة إن الوضع النفسي لأولياء الأمور الذين لديهم أطفال معاقين هو قضية ذات أهمية خاصة ، وتوصي بتقديم الاستشارات النفسية والإرشاد لهذه الأسر لتمكينها من التغلب على المشاعر السلبية وما يترتب عليها من مشاكل. ويتضح من ذلك شعور الأمهات بالألم والقلق نتيجة إعاقة طفلهم ذهنياً، في حين جاء الترتيب الأخير لعبارة (أستطيع التحكم في مشاعري نحو الأشياء حتى وإن كانت مؤلمة)، بمجموع أوزان (١١٢)، ومتوسط مرجح (١.١٩)، وهذا يدل على قوة شخصية أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً والقدرة على التحكم في المشاعر المؤلمة.

جدول (١١) القدرة على حل المشكلات ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			المتوسط المرجح	الترتيب	
		نعم	إلى حد ما	لا			
١	أبادر بالتدخل لحل أي مشكلة تواجه طفلي.	٣٠	١٥	٤٩	١.٨٠	٤	
٢	يبتأبني اليأس حينما أواجه موقف صعب.	٦٠	١٠	٢٤	1.62	٦	
٣	أعرف أن الكثير من المشكلات يصعب حلها.	٥٥	٢٠	١٩	٢.٣٨	٢	
٤	أستطيع تنظيم أفكاري قبل الشروع في حل المشكلة.	٢٨	٢٢	٤٤	١.٨٣	٣	
٥	أدرك أن مشكلات اليوم متداخلة ويصعب التعامل معها.	٥٦	٢٣	١٥	٢.٤٣	١	
٦	أجد سهولة في حل أي مشكلة تواجهني.	٢٧	١٥	٥٢	١.٧٣	٥	
٧	انفعالي تجاه الموقف يعوقني عن التفكير في كيفية مواجهته.	٤٥	٢٠	٢٩	١.٨٣	٣ مكرر	
	<b>المجموع</b>	٣٠١	١٢٥	٢٣٢	١٣.٦٢		
	<b>المتوسط</b>	٤٣	١٧.٨٥	٣٣.١٤	١.٩٤		
	<b>القوة النسبية</b>	٦٤.٩٠%					

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلي أحد أبعاد التفكير الإيجابي لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، وهي القدرة علي حل المشكلات، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٤.٩٠%)، ومتوسط وزني (١.٨٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٤)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول لعبارة (أدرك أن مشكلات اليوم متداخلة ويصعب التعامل معها)، بمجموع أوزان (٢٢٩)، ومتوسط مرجح (٢.٤٣)، وهذا يدل علي وعي الأمهات بمشكلات العصر الحالي وصعوبة التعامل معها، وجاء في الترتيب الثاني عبارة (أعرف أن الكثير من المشكلات يصعب حلها) بمجموع أوزان (٢٢٤)، ومتوسط مرجح (٢.٣٨)، وجاء في الترتيب الثالث مكرر لعبارتي (أستطيع تنظيم أفكاري قبل الشروع في حل المشكلة)، (انفعالي تجاه الموقف يعوقني عن التفكير في كيفية مواجهته)، بمجموع أوزان (١٧٢)، ومتوسط مرجح (١.٨٣)، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (أبادر بالتدخل لحل أي مشكلة تواجه طفلي)، بمجموع أوزان (١٦٩)، ومتوسط مرجح (١.٨٠). في حين

جاء الترتيب الأخير لعبارة (ينتابني اليأس حينما أواجه موقف صعب)، بمجموع أوزان (١٥٢)، ومتوسط مرجح (١.٦٢)، مما يدل على ضعف قدرة الأمهات على التعامل مع المشكلات التي تواجهها، وأنها بحاجة إلى مساعدة في توعيتها في مواجهة أي مشكلة.

### جدول (١٢) التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			مجموع الاوزان	المتوسط المرجح	الترتيب	
		نعم	إلى حد ما	لا				
١	أشعر أن الناس أحرار فيما يفكرون.	٤٥	١٥	٣٤	١٩٩	٢.١١	٢	
٢	أشعر براحة الاختلاط بالناس المختلفين عني.	١٣	١٢	٦٩	١٣٢	١.٤٠	٦	
٣	أحب التعرف علي شخصيات جديدة.	٢٥	١٩	٥٠	١٦٣	١.٧٣	٤	
٤	أشعر بالقلق وأتجنب التعامل مع الآخرين	٥٥	٣٣	٦	١٣٩	١.٤٨	٥	
٥	أؤمن بأن كل إنسان له طريقة في التفكير.	٤٤	١٧	٣٣	١٩٩	٢.١١	٢ مكرر	
٦	عموما أحب الوحدة .	٣٣	٢٣	٣٨	١٩٣	٢.٠٥	٣	
٧	أفضل الاختلاط بالناس المتفقين معي في تفكيري.	٦٢	١٢	٢٠	٢٣٠	٢.٤٤	١	
	<b>المجموع</b>	٢٧٧	١٣١	٢٥٠	١٢٥٥	١٣.٣٢		
	<b>المتوسط</b>	٣٩.٥٧	١٨.٧١	٣٥.٧١	١٧٩.٣	١.٩٠		
	<b>القوة النسبية</b>	%٦٣.٥٧						

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلي أحد أبعاد التفكير الإيجابي لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، وهو التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (%٦٣.٥٧)، ومتوسط وزني (١٧٩.٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٠)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول لعبارة (أفضل الاختلاط بالناس المتفقين معي في تفكيري)، بمجموع أوزان (٢٣٠)، ومتوسط مرجح (٢.٤٤)، وهذا يدل على وعي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية أن الاختلاط بالناس يجلب المتاعب لذلك يفضل هؤلاء الأمهات بالاختلاط بالأشخاص المتفقين معهم في تفكيرهم، وجاء في الترتيب الثاني مكرر لعبارتي (أؤمن بأن كل إنسان له طريقة في التفكير)، و (أشعر أن الناس أحرار فيما يفكرون)، بمجموع أوزان (١٩٩)، ومتوسط مرجح (٢.١١)، وجاء في الترتيب الثالث لعبارة (عموما أحب الوحدة)، بمجموع أوزان



(١٩٣)، ومتوسط مرجح (٢٠٠٥)، وهذه النتائج تتفق مع دراسة ( Sibel Ergün , Gül Ertem, ) (2012)، والتي تكونت عينة البحث من أمهات يتحملن المسؤولية الأساسية عن ١٦٨ طفلاً معاقاً تتراوح أعمارهم بين ٣ و ١٨ عامًا، وأثبتت النتائج أن نسبة (٣٨.١%) إنهن يشعرن بالحزن، ونسبة (٤٢.٩%) غضب ونسبة (١٩.١%) شعروا بالوحدة، واستنتجت الدراسة إن الوضع النفسي لأولياء الأمور الذين لديهم أطفال معاقين هو قضية ذات أهمية خاصة ، وتوصي بتقديم الاستشارات النفسية والإرشاد لهذه الأسر لتمكينها من التغلب على المشاعر السلبية وما يترتب عليها من مشاكل. ويتضح من هذا أن الأمهات تلجأ الي الوحدة نتيجة الحزن المسيطر عليها والخوف على مستقبل أبنائهم، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (أحب التعرف على شخصيات جديدة)، بمجموع أوزان (١٦٣)، ومتوسط مرجح (١.٧٣)، في حين جاء الترتيب الأخير لعبارة (أشعر براحة الاختلاط بالناس المختلفين عني)، بمجموع أوزان (١٣٢)، ومتوسط مرجح (١.٤٠)، ويتضح من هذا شعور الأمهات بالراحة نتيجة التعرف علي شخصيات جديدة، وأفكار جديدة ومن ثم الاستفادة من تجاربهم في حياتهم الشخصي

#### جدول (١٣) تقبل المسؤولية الشخصية ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا		
١	عادة أتقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد من الآخرين.	٣٣	١٢	٤٩	١.٨٣	٤
٢	أعتقد بأنني يقظة لحقوقي وواجباتي.	٤٠	٣٠	٢٤	٢.١٧	١
٣	يصفني أقاربي أنني إنسانة مسؤولة ويعتمد عليها.	٣٥	١٣	٤٦	١.٨٨	٢
٤	عندما تواجههني مشكلة أفضل تجاهلها.	٣٩	٤٠	١٥	١.٧٤	٥
٥	أجد صعوبة في إنجاز واجباتي في الوقت المحدد.	٢٧	٢٩	٣٨	١.٨٨	٢ مكرر
٦	أحقق المتطلبات الاجتماعية علي النحو المطلوب.	١٩	٢٠	٥٥	١.٦٢	٦
٧	أشعر بالانزعاج الشديد من النقد.	٣٣	٤٠	٢١	١.٨٧	٣
	<b>المجموع</b>	٢٢٦	١٨٤	٢٤٨	١٣	
	<b>المتوسط</b>	٣٢.٣	٢٦.٣	٣٥.٤	١.٨٦	
	<b>القوة النسبية</b>	%٦١.٩٠				

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلى أحد أبعاد التفكير الإيجابي لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، وهي تقبل المسؤولية الشخصية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦١.٩٠%)، ومتوسط وزني (١٧٤.٥)، ومتوسط مرجح (١.٨٦)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول لعبارة (أعتقد بأنني يقظة لحقوقي وواجباتي)، بمجموع أوزان (٢٠٤)، ومتوسط مرجح (٢.١٧)، وهذا يدل علي تفتح شخصيات الأمهات ووعيهم بحقوقهم وواجباتهم تجاه أبنائهم المعاقين ذهنياً، وجاء في الترتيب الثاني مكرر لعبارتي (يصفني أقاربي أنني إنسانة مسؤولة ويعتمد عليها)، و (أجد صعوبة في إنجاز واجباتي في الوقت المحدد)، بمجموع أوزان (١٧٧)، ومتوسط مرجح (١.٨٨)، ويتضح من هذا أن أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً لديهم القدرة علي تحمل المسؤولية تجاه أبنائهم، وجاء في الترتيب الثالث لعبارة (أشعر بالانزعاج الشديد من النقد)، بمجموع أوزان (١٧٦)، ومتوسط مرجح (١.٨٧)، ويتضح من هذا شعور الأمهات بالنقص نتيجة إعاقة أبنائهم، وجاء الترتيب الرابع لعبارة (عادة أتقبل نفسي حتي لو تعرضت لنقد من الآخرين)، بمجموع أوزان (١٧٢)، ومتوسط مرجح (١.٨٣). وهذا يدل علي قوة شخصية الأمهات وتقبل النقد من الآخرين وكيفية التعامل معهم، في حين جاء الترتيب الأخير لعبارة (أحقق المتطلبات الاجتماعية علي النحو المطلوب)، بمجموع أوزان (١٥٢)، ومتوسط مرجح (١.٦٢)، وهذا يدل علي أن هؤلاء الأمهات لديهم القدرة علي تحمل المسؤولية وأداء الواجبات تجاه أبنائهم بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة.

#### جدول (١٤) الآثار المترتبة على التفكير الإيجابي ن = ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا			
١	خفض معدلات الاكتئاب.	١٩	٣٣	٤٢	١٦٥	١.٧٥	٩
٢	تحسن مهارات التكيف خلال الأوقات الصعبة.	٢٣	٢٢	٤٩	١٦٢	١.٧٢	١٠
٣	تقليل مستويات الشعور بالتوتر.	٢٤	٣٥	٣٥	١٧٧	١.٨٨	٨
٤	التمتع بصحة نفسية وبدنية أفضل.	٣٥	٤٠	١٩	٢٠٤	٢.١٧	١
٥	تقليل مخاطر الوفاة الناجمة عن المرض القلبي.	٤٥	١٣	٣٦	١٩٧	٢.٠٩	٤
٦	التمتع بحالة صحية جيدة.	٢٧	٣٠	٣٧	١٧٨	١.٨٩	٧
٧	القدرة على حل المشكلات التي تواجهني.	٤١	١٨	٣٥	١٩٤	٢.٠٦	٥

٨	التعامل مع الضغوط الحياتية بطريقة جيدة.	٣٧	١٥	٤٢	١٨٣	١.٩٥	٦	
٩	تحقيق التفاعل الإيجابي مع الآخرين.	٤٠	٢٤	٣٠	١٩٨	٢.١٠	٣	
١٠	إدارة الوقت بشكل جيد.	٢٦	١٥	٥٣	١٦١	١.٧١	١١	
١١	القضاء على التفكير السلبي.	٣٣	١٧	٤٤	١٧٧	١.٨٨	٨ مكرر	
١٢	تحقيق مستويات مرتفعة من السعادة.	٣٧	٣٥	٢٢	٢٠٣	٢.١٦	٢	
	<b>المجموع</b>	٣٨٧	٢٩٧	٤٤٤	٢١٩٩	٢٣.٤		
	<b>المتوسط</b>	٣٢.٢٥	٢٤.٧٥	٣٧	١٨٣.٣	١.٩٥		
	<b>القوة النسبية</b>	٦٤.٩٨ %						

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلى الآثار المترتبة على التفكير الإيجابي، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٤.٩٨%)، ومتوسط وزني (١٨٣.٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٥)، وهذا يدل على وعي أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً بالآثار المترتبة على التفكير الإيجابي بدرجة متوسطة لذلك نجد أنهم في حاجة إلى وضع برامج تعمل على تنمية التفكير الإيجابي لديهم. وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول لعبارة (التمتع بصحة نفسية وبدنية أفضل)، بمجموع أوزان (٢٠٤)، ومتوسط مرجح (٢.١٧)، ويتضح من هذا وعي أمهات الأطفال المعاقين بآثار التفكير الإيجابي على الصحة النفسية والبدنية، وجاء في الترتيب الثاني لعبارة (تحقيق مستويات مرتفعة من السعادة)، بمجموع أوزان (٢٠٣)، ومتوسط مرجح (٢.١٦)، وهذا يدل على وعي الأمهات بأثر التفكير الإيجابي تجاه مشكلات أطفالهم والتعامل بحكمة يجلب لهم الشعور بالفرحة والسعادة، وجاء في الترتيب الثالث لعبارة (تحقيق التفاعل الإيجابي مع الآخرين)، بمجموع أوزان (١٩٨)، ومتوسط مرجح (٢.١٠)، في حين جاء الترتيب الأخير لعبارة (تحسن مهارات التكيف خلال الأوقات الصعبة)، بمجموع أوزان (١٦٢)، ومتوسط مرجح (١.٧٢).

#### جدول (١٥) المقترحات المتعلقة بدور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات

##### أطفال الإعاقة الذهنية ن ٩٤

م	العبارات	الاستجابات			مجموع الاوزان	المتوسط المرجح	الترتيب
		نعم	إلى حد ما	لا			
١	تزويد الأمهات بمعارف ومعلومات تتعلق	٥٥	٣٥	٤	٢٣٩	٢.٥٤	٨

						بالتفكير الإيجابي.
٥	٢.٦٩	٢٥٣	٥	١٩	٧٠	٢ مساعدة الأمهات على التخلص من المشاعر السلبية.
٧	٢.٥٩	٢٤٤	٩	٢٠	٦٥	٣ تشجيع الأمهات بالتواصل مع الأشخاص الإيجابيين.
٤	٢.٧٧	٢٦١	٤	١٣	٧٧	٤ توضيح أثار التفكير السلبي علي حياة الإنسان.
٣	٢.٧٩	٢٦٣	٥	٩	٨٠	٥ مساعدة الأمهات على التخلص من الضغوط الحياتية.
١	٢.٩٤	٢٧٧	٠	٥	٨٩	٦ مساعدة الأمهات على كيفية مواجهة المشكلات التي تعترضهم.
٩	٢.٥٣	٢٣٨	١٦	١٢	٦٦	٧ تدعيم ثقة الأمهات في أنفسهم.
١٠	٢.٣٨	٢٢٤	١٩	٢٠	٥٥	٨ وضع إرشادات تحث على التفكير الإيجابي
٦	٢.٦٢	٢٤٧	٨	١٩	٦٧	٩ مساعدة الأمهات على تحمل المسؤولية.
٢	٢.٨٨	٢٧١	٢	٧	٨٥	١٠ توضيح فوائد التفكير الإيجابي على صحة الإنسان.
	٢٦.٧٧	٢٥١٧	٧٢	١٥٩	٧٠٥	المجموع
	٢.٦٧	٢٥١.٧	٧.٢	١٥.٩	٧٠.٩	المتوسط
	٨٩.٢٥ %					القوة النسبية

يتضح من بيانات الجدول السابق، والذي يشير إلي المقترحات المتعلقة بدور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية ، حيث جاءت القوة النسبية له مرتفعة حيث بلغت (٨٩.٢٥%)، ومتوسط وزني (٢٥١.٧)، ومتوسط مرجح(٢.٦٧)، وجاءت مرتبة كما يلي: جاء الترتيب الأول لعبارة (مساعدة الأمهات على كيفية مواجهة المشكلات التي تعترضهم)، بمجموع أوزان (٢٧٧)، ومتوسط مرجح (٢.٩٤)، وجاء في الترتيب الثاني عبارة (توضيح فوائد التفكير الإيجابي علي صحة الإنسان) بمجموع أوزان (٢٧١)، ومتوسط مرجح (٢.٨٨)، وجاء في الترتيب الثالث عبارة (مساعدة الأمهات على التخلص من الضغوط الحياتية) بمجموع أوزان (٢٦٣)، ومتوسط مرجح (٢.٧٩)، وجاء الترتيب الرابع

لعبارة (توضيح أثار التفكير السلبي علي حياة الإنسان)، بمجموع أوزان (٢٦١)، ومتوسط مرجح (٢.٧٧). في حين جاء الترتيب الخامس لعبارة (مساعدة الأمهات على التخلص من المشاعر السلبية)، بمجموع أوزان (٢٥٣)، ومتوسط مرجح (٢.٦٩). وجاء الترتيب السادس عبارة (مساعدة الأمهات على تحمل المسؤولية)، بمجموع أوزان (٢٤٧)، ومتوسط مرجح (٢.٦٢)، يليها عبارة (تشجيع الأمهات بالتواصل مع الأشخاص الإيجابيين)، بمجموع أوزان (٢٤٤)، ومتوسط مرجح (٢.٥٩)، والترتيب الأخير جاء لعبارة (وضع إرشادات تحت على التفكير الإيجابي)، بمجموع أوزان (٢٢٤)، ومتوسط مرجح (٢.٣٨). مما يدل علي أن أمهات هؤلاء الأطفال في حاجة إلي وضع البرامج لمساعدتهم علي التفكير الإيجابي وكيفية مواجهة مشكلاتهم وهذا يتفق مع دراسة جادو، فاتن فوزي ، ٢٠١٨ ، اختبار فعالية برنامج التدخل المهني المرتكز علي نموذج حل المشكلة في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات الأطفال مضطربي النطق والكلام، وأشارت النتائج الي فعالية النموذج في تنمية التفكير لديهم، وهذا ما أثبتته دراسة السلاموني، سهام أحمد ، ٢٠١٤ ، علي فاعلية البرنامج الإرشادي المستخدم في تنمية التفكير الإيجابي لدي أمهات الأطفال من ذوي الإعاقات العقلية البسيطة والمتوسطة.

#### ثامناً: النتائج العامة للدراسة:

##### ١- النتائج المرتبطة بالبيانات الأولية للدراسة:

تبين البيانات الواردة في الجدول رقم (١) عن توزيع مفردات عينة الدراسة وفقاً للمرحلة العمرية أن النسبة الغالبة (٣١.٩١ %) كانت لصالح الفئة العمرية (من ٤٥ سنة فأكثر)، وكانت النسبة الأقل لصالح الفئة العمرية (من ٣٠ سنة الي أقل من ٣٥ سنة)، في حين تشير البيانات الواردة في الجدول رقم (٢)، عن توزيع مفردات عينة الدراسة وفقاً للحالة الاجتماعية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية أن النسبة الغالبة لصالح الأمهات المتزوجات بنسبة (٦٩.١٤%)، وكانت النسبة الأقل لصالح الأمهات الأرمال بنسبة (١٤.٨٩%)، بينما أوضح الجدول رقم (٣) عن توزيع مفردات عينة الدراسة وفقاً للحالة التعليمية، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٣٥.١٠ %) كانت لصالح الحالة التعليمية (أمية)، في حين جاءت أقل نسبة (٧.٤٤%) لصالح الحالة التعليمية (مؤهل فوق المتوسط)، وتوضح البيانات الواردة في جدول رقم (٤) عن توزيع مفردات عينة الدراسة وفقاً للحالة الوظيفية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٦٨.٠٨%) من

أمهات أطفال الإعاقة الذهنية كانت لصالح الحالة الوظيفية (لا تعمل)، في حين جاءت النسبة الأقل (٣١.٩١%) من أمهات أطفال الإعاقة الذهنية لصالح الحالة الوظيفية (تعمل)، كما تبين البيانات الواردة في الجدول رقم (٥) عن توزيع مفردات عينة الدراسة وفقاً لمحل الإقامة أن النسبة الغالبة (٧١.٢٧%) من هؤلاء الأمهات كانت لصالح (الريف)، في حين جاءت النسبة الأقل (٢٨.٧٢%) من هؤلاء الأمهات لصالح (الحضر)، بينما تشير البيانات الواردة في الجدول رقم (٦) والذي يوضح ترتيب الطفل بين أخواته، حيث تبين أن النسبة الغالبة (٥٨.٥١%) لصالح ترتيب الطفل بين أخواته (الأصغر)، في حين جاءت النسبة الأقل لترتيب الطفل بين أخواته (الأوسط) بنسبة (٢٠.٢١%).

## ٢- النتائج المرتبطة بتساؤلات الدراسة:

أوضحت نتائج الدراسة أن مفهوم التفكير الإيجابي من وجهة نظر أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، وحسب آراءهم في الإجابات على الاستبار كما في الجدول رقم (٧) يتمثل في: (التفكير بطريقة مليئة بالتفاؤل، والأمل، مع التركيز على إيجاد الحلول البسيطة والسهلة لمشاكل الحياة). كما أوضحت نتائج الدراسة أن الشعور بالتفاؤل لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٥٥.٧٢%)، ومتوسط وزني (١٥٧.١٤)، ومتوسط مرجح (١.٦٧)، كما أوضحت نتائج الدراسة أن الشعور بالرضا عن الحياة لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٢.٣١%)، ومتوسط وزني (١٧٥.٧١)، ومتوسط مرجح (١.٨٦)، كما أوضحت نتائج الدراسة أن الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٠.٠٣%)، ومتوسط وزني (١٦٩.٢)، ومتوسط مرجح (١.٨٠)، وأوضحت نتائج الدراسة أن القدرة علي حل المشكلات لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٤.٩٠%)، ومتوسط وزني (١٨٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٤)، كما أوضحت نتائج الدراسة التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٣.٥٧%)، ومتوسط وزني (١٧٩.٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٠)، كما أوضحت نتائج الدراسة تقبل المسؤولية الشخصية لدى أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦١.٩٠%)، ومتوسط وزني (١٧٤.٥)، ومتوسط مرجح (١.٨٦)، كما

أوضحت نتائج الدراسة الأثار المترتبة علي التفكير الإيجابي من وجهة نظر أمهات أطفال الإعاقة الذهنية، حيث جاءت القوة النسبية له متوسطة حيث بلغت (٦٤.٩٨%)، ومتوسط وزني (١٨٣.٣)، ومتوسط مرجح (١.٩٥).

وأوضحت نتائج الدراسة مجموعة من المقترحات المتعلقة بدور طريقة العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية تتمثل في الآتي:

- مساعدة الأمهات على كيفية مواجهة المشكلات التي تعترضهن.
- توضيح فوائد التفكير الإيجابي على صحة الإنسان.
- مساعدة الأمهات على التخلص من الضغوط الحياتية.
- توضيح أثار التفكير السلبي علي حياة الإنسان.
- مساعدة الأمهات على التخلص من المشاعر السلبية.
- مساعدة الأمهات على تحمل المسؤولية.
- تشجيع الأمهات بالتواصل مع الأشخاص الإيجابين.
- وضع إرشادات تحث على التفكير الإيجابي.

ومما سبق تحليله من بيانات ونتائج بالجداول السابقة تري الباحثة ضرورة وضع إطار تصوري مقترح باستخدام المدخل المعرفي السلوكي لتنمية التفكير الإيجابي لدي أمهات أطفال الإعاقة الذهنية لتعديل سلوكياتها واكسابها معارف جديدة عن التفكير الإيجابي.

**الإطار التصوري المقترح من منظور طريقة العمل مع الجماعات باستخدام المدخل المعرفي السلوكي لتنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية:**

في ضوء نتائج الدراسة الميدانية التي أجرتها الباحثة، والإطار النظري للدراسة، وإلى جانب الرجوع إلى الدراسات السابقة، يمكن وضع تصور مقترح من منظور طريقة العمل مع الجماعات باستخدام المدخل المعرفي السلوكي لتنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية في الآتي:

أولاً: الأسس التي يقوم عليها التصور المقترح:

- أ- نتائج الدراسات السابقة.
- ب- تحليل الإطار النظري للبحث.
- ج- نتائج الدراسة الميدانية التي قامت بها الباحثة.

**ثانياً: أهداف التصور المقترح:**

يتمثل الهدف الرئيسي في تنمية التفكير الإيجابي لمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية، ويمكن تحقيق هذا الهدف من خلال الأهداف الفرعية التالية:

- أ- تنمية الشعور بالتفاؤل لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
- ب- تنمية الشعور بالرضا عن الحياة لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
- ج- تنمية الضبط الانفعالي والتحكم في العمليات العقلية لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
- د- تنمية القدرة على حل المشكلات لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
- هـ- تنمية التقبل الإيجابي للاختلاف عن الآخرين لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
- و- تنمية القدرة على تحمل المسؤولية لدي مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

**ثالثاً: النسق المؤسسي الذي يتم من خلاله التصور المقترح:**

وهو المؤسسة التي يمارس فيها التصور المقترح وهي مدرسة التربية الفكرية بمحافظة أسيوط.

**رابعاً: الفئات المستهدفة من التصور المقترح:**

وهم مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

**خامساً: القائمون على تنفيذ التصور المقترح**

الأخصائيون الاجتماعيون العاملين مع مهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية بمدرسة التربية الفكرية بمحافظة أسيوط.

**سادساً: الأساليب العلاجية التي يعتمد عليها التصور المقترح:**



يتضمن التصور المقترح على مجموعة من الأساليب العلاجية المستمدة من المدخل المعرفي السلوكي والتي تساعد على تحقيق الأهداف وتمثلت في:

#### أ- أسلوب إعادة البناء المعرفي

وتهدف إلى مساعدة أمهات أطفال الإعاقة الذهنية حتى يتمكن من إعادة البناء المعرفي بشكل سليم، واكتساب جوانب معرفية جديدة حول التفكير الإيجابي لتحل محل الأفكار والمعارف الخاطئة.

#### ب- الواجبات المنزلية:

ومن خلالها تحديد واجبات منزلية لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية تتعلق بالتفكير الإيجابي في جميع الأشياء وتعديل التفكير السلبي، مع وضع مكافأة على أدائها من خلال التحفيز الإيجابي.

#### ج- النمذجة السلوكية:

وذلك من خلال تقديم نموذجاً تعليمياً لأمهات الأطفال المعاقين ذهنياً وذلك من خلال مشاهدة برنامج بالفيديو أو قصة تحكي له.

#### د- أسلوب التدريب على حل المشكلات:

والهدف من هذا الأسلوب تحديد المشكلات التي تواجه أمهات أطفال الإعاقة الذهنية ومحاولة إيجاد الحلول لها، وكذلك التخطيط لتنفيذها.

#### هـ- أسلوب التدريب على الصمود ومواجهة الضغوط:

حيث تكتسب الأمهات القدرة على التعامل مع الضغوط الحياتية.

#### سابعاً: الاستراتيجيات التي يعتمد عليها التصور المقترح:

يتضمن الإطار التصوري بعض الاستراتيجيات المستخدمة في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات أطفال الإعاقة الذهنية وتمثلت في:

#### أ- الإستراتيجية المعرفية: لتنمية المعارف والإدراك والمعلومات والخبرات المرتبطة بالتفكير الإيجابي.

ب-الاستراتيجية السلوكية: لتعديل وتغيير السلوكيات الخاطئة لمهات أطفال الإعاقة الذهنية حول التفكير السلبي.

ثامناً: التكنيكات المستخدمة في التصور المقترح:

أ- تكنيك المناقشة الجماعية.

ب-تكنيك لعب الأدوار.

ج- تكنيك التغذية المرتدة.

تاسعاً: أدوار الأخصائي الاجتماعي من خلال التصور المقترح:

أ- دور المعلم.

ب-دور الموجه.

ج- دور المساعد.

د- دور المنمي.

هـ- دور المسهل.

و- دور الخبير.

## قائمة المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- ابن منظور (١٣٠٠): لسان العرب، المجلد الثاني، بيروت، دار الكتب العلمية.
- أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف & الأزيدة، رياض عبد اللطيف (٢٠١٢): إرشاد ذوي صعوبات التعلم وأسرهم، عمان، مركز دبيونو لتعليم التفكير.
- أبو النصر، مدحت (٢٠٠٤): الإعاقة العقلية المفهوم والأنواع وبرامج الرعاية، الإمارات، مجموعة النيل العربية.
- أحمد، ريم رمضان (٢٠١٦): التفكير الإيجابي، بحث منشور في المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة المنصورة، مج ٣، ع ٢، أكتوبر.
- أحمد، قحطان (٢٠٠٣): مصطلحات ونصوص انجليزية في التربية الخاصة، ط ١، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- أحمد، نبيل إبراهيم: أساسيات في خدمة الجماعة، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق، ٢٠٠٣.
- إسماعيل، ختام (٢٠١٨): ٧ خطوات في تطوير الذات والتقييم الذاتي، ط ١، عمان، دار من المحيط إلي الخليج للنشر والتوزيع.
- أسماعيل، فاطمة عبد الله (٢٠١٤): دور خدمة الجماعة من منظور المدخل المعرفي السلوكي لتنمية الثقافة الاستهلاكية لدي المرأة: دراسة وصفية تحليلية، بحث منشور في مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، ع ٥٢، يونيو.
- الأميري، أحمد البراء (٢٠٠٨)، فن التفكير، الرياض، العبيكان للنشر والتوزيع.
- الأنصاري، بدر محمد، وكاظم، علي مهدي (٢٠٠٨): قياس التفاؤل والتشاؤم لدي طلبة الجامعة، دراسة ثقافية مقارنة بين الكويتيين والعمانيين، بحث منشور في مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، ع ٩، م ٤.

التمامي، علي علي (٢٠٠٨): استخدام المدخل المعرفي السلوكي من منظور طريقة العمل مع الجماعات وتعديل اتجاهات طلاب الخدمة الاجتماعية الجدد نحو المهنة، دراسة مطبقة علي طلاب الفرقة الأولى بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بينها، بحث منشور في المؤتمر العلمي الدولي الحادي والعشرون للخدمة الاجتماعية، م ٤، مارس.

الجزازي، جلال علي (٢٠١١): إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرهم، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع.

الحارثي، عائشة هلال (٢٠١٦): ومضات، القاهرة، دار الكتب.

الرقب، إبراهيم سليمان (٢٠١٠): العنف الأسري وتأثيره على المرأة، عمان، دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.

الرقيب، سعيد بن صالح (٢٠٠٨): أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع، بحث منشور في المؤتمر الدولي لتنمية المجتمع، تحديات وأفاق، ماليزيا، الجامعة الإسلامية.

الزهيري، ابراهيم عباس (٢٠٠٣): تربية المعاقين الموهوبين ونظم تعليمهم، القاهرة، دار الفكر العربي، ص ١٨٢.

السلاموني، سهام أحمد (٢٠١٤): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية التفكير الإيجابي لدي أمهات الأطفال من ذوي الإعاقات العقلية البسيطة والمتوسطة، بحث منشور في مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مج ٢٠، ع ٢٤، أبريل.

السيد، هدي جمال محمد (٢٠١٥): فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية التفكير الإيجابي وأثره على تخفيض الضغوط النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم، بحث منشور في مجلة البحث العلمي في الآداب، كلية البنات للآداب والعلوم التربوية، جامعة عين شمس، ع ١٦، ج ٤.

الشناوس، محمد محروس & عبد الرحمن، محمد، ١٩٩٨: العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته، القاهرة، دار قباء.

العازمي، محمد حمود صالح (٢٠١٧): التفكير الإيجابي لدي الأطفال، بحث منشور في المجلة العلمية كلية رياض الأطفال، جامعة المنصورة، م ٣، ع ٣، يناير.

الفقي، إبراهيم (٢٠٠٧): قوة التفكير، القاهرة، دار راية للنشر والتوزيع.

\_\_\_\_\_ (٢٠١٦): استراتيجيات التفكير، الوصايا العشر للتفكير الإيجابي، القاهرة، سما للنشر

والتوزيع.

القمش، مصطفى، السعيدة، ناجى (٢٠٠٧): قضايا وتوجيهات حديثة في التربية الخاصة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.

المبرز، إبراهيم بن حمد (٢٠١٠): التدريس الناجح لذوي الإعاقة الفكرية، الرياض، مكتبة الملك فهد الوطنية، ٢٠١٠.

النشار، مصطفى & الهاشمي، حسني هاشم (٢٠١٦): التفكير العلمي وتنمية البشر، الرياض، روابط للنشر وتقنية المعلومات.

جادو، فاتن فوزي أحمد (٢٠١٨): فعالية نموذج حل المشكلة في تنمية التفكير الإيجابي لأمهات الأطفال مضطربي النطق والكلام، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٤٦، ج ١، أكتوبر.

جمال، رنا أحمد (٢٠١٨): طريق بلوغ القمة، النجاح من القاع، ط ١، عمان، دار من المحيط إلي الخليج للنشر والتوزيع.

حامد، هيام علي (٢٠٠٧): دور أخصائي الجماعة في استخدام النموذج المعرفي السلوكي الجماعي لتخفيف حدة الانعكاسات السلبية المترتبة علي ثقافة الفقر، بحث منشور في المؤتمر العلمي السادس، الفقر وحقوق الأسرة أفاق جديدة للخدمة الاجتماعية، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالقاهرة، أبريل.

حسانين، خالد محمد السيد (٢٠٢٠): استخدام أسلوب العصف الذهني القائم علي القبعات الست للتفكير في خدمة الجماعة لتنمية مهارات حل المشكلة لدي المرأة المعيلة، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٥١، ج ٣.

رزوقي، رعد مهدي & سهيل، جميلة عيدان (٢٠١٨): التفكير وأنماطه ٢، لبنان، دار الكتب العلمية.

رزوقي، رعد مهدي & محمد، نبيل رفيق (٢٠١٦): التفكير وأنماطه ٥، لبنان، دار الكتب العلمي.

رماح، مخلص عبد السلام (٢٠٢٠): الخدمة الاجتماعية في رعاية المعاقين، لبنان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

رمضان، منال حسن (٢٠١٦): استراتيجيات التعلم النشط، التعلم النشط، ضبط الذات، التفكير الإيجابي، الإبداع والشعور الإبداعي، عمان، شركة دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.

سرحان، نظيمة أحمد محمود (٢٠٠٦): الخدمة الاجتماعية المعاصرة، القاهرة، مجموعة النيل العربية.

صابر، جابر عبد الحميد & خليل، نرمين محمود (٢٠١٩): الإرشاد النفسي النظرية والتطبيق، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

صالح، نجلاء محمد محمد (٢٠٢٠): استخدام أساليب المناقشة الجماعية وتنمية التفكير الإيجابي لدى الشباب الجامعي، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٤٩، ج ٣، يناير.

عامر، طارق عبد الرؤوف (٢٠١٥): برنامج الكورت والقبعات الست للتفكير، بناء الشخصية المبدعة، القاهرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر.

عبد الحميد، شاکر (٢٠٠٥): تربية التفكير مقدمة عربية في مهارات التفكير، دبي، دار القلم للنشر والتوزيع.

عبد الحميد، محمد إبراهيم: تعليم الأنشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقلياً، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩، ص ٢٠.

عبد القادر، عصام محمد (٢٠٢٠): رؤية بحثية في تنمية التفكير، أساليب التفكير، التفكير المنتج، الاستيعاب المفاهيمي والابتكار، الإسكندرية، دار التعليم الجامعي.

عبد اللطيف، هالة (٢٠١٣): الأمل، ط ١، القاهرة، شمس للنشر والإعلام.

عبد المنعم، أبو الحسن السيد محمد (٢٠١٦): دور برامج العمل مع الجماعات في تنمية التفكير الإيجابي لمرضي الاكتئاب، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

عربيات، أحمد عبد الحليم (٢٠١٠): إرشاد ذوي الحاجات الخاصة وأسرهم، عمان، دار الشروق.

عطية، محمود (٢٠١٠): ضغوط المراهقين والشباب وكيفية مواجهتها، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

علي، ماهر أبو المعاطي (٢٠٠٣): الخدمة الاجتماعية في مجالات الممارسة المهنية، القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.

علي، يسرا محمد أحمد (٢٠١٩): استخدام برنامج تكنولوجي عبر المجتمعات الافتراضية من منظور المدخل المعرفي السلوكي لتنمية وعي الشباب الجامعي بأهمية العمل التطوعي، دراسة مطبقة على طلاب جامعة الفيوم، بحث منشور في مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، ع ٦٢، ج ٣، يونيو.

غانم، محمد فاروق محمد (٢٠٢١): استخدام العلاج الواقعي في خدمة الفرد في اكساب التفكير الإيجابي للشباب، بحث منشور في مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم، ع ٢٤.

فرغلي، صفاء أحمد محمد (٢٠١٤): فعالية برنامج تدريبي في خدمة الجماعة في تنمية التفكير الإيجابي للطلاب، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٣٧، ج ١٠، أكتوبر.

فنترلا، سكوت دبليو ترجمة & أسعد، ناوروز (٢٠٠٣): قوة التفكير الإيجابي في الأعمال، ١٠ خصال تعطيك خير النتائج، الرياض، مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع.

قاسم، عبد المريد عبد الجابر (٢٠٠٩): أبعاد التفكير الإيجابي في مصر: دراسة عاملية، بحث منشور في رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مج ١٩، ع ٤، أكتوبر.

كامل، محمد علي (٢٠٠٣): الدليل العلمي لبناء قدرات الأطفال المعاقين ذهنياً، القاهرة، دار الطلائع للنشر والتوزيع.

ماتيويز، أندرو (٢٠٢٠): اتبع قلبك تجد هدفك في الحياة والعمل، لبنان، دار الساقى.

محمد، عادل عبد الله (٢٠٠٣): العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات، القاهرة، دار الرشاد.

محمد، عاطف خليفة محمد (٢٠١٣): فعالية برنامج للتدخل المهني للخدمة الاجتماعية باستخدام المدخل السلوكي المعرفي في تنمية الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية، بحث منشور في مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، ع ٣٤، ج ٦، أبريل.

محمود، أحمد قطب: دليل الأخصائي النفسي للقياس النفسي وتعديل السلوك للأفراد المعاقين ذهنياً، مطبعة الجمعية النسائية بجامعة أسيوط، جامعة أسيوط، ٢٠٠٣.

مليكة، لويس كامل (١٩٩٠): العلاج السلوكي وتعديل السلوك، الكويت، دار القلم للنشر والتوزيع.

منصور، أية سمير الدسوقي (٢٠١٩): اسهامات تكنيك العصف الذهني في تنمية التفكير الإيجابي لدى جماعات طلاب التدريب الميداني، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.

منقريوس، نصيف فهمي (٢٠١١): الاتجاهات الحديثة والتطبيقات الميدانية في رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.

ناصر، على يحيى يحيى (٢٠١٣): استخدام المدخل السلوكي المعرفي في خدمة الجماعة وتنمية وعي أولياء الأمور بدورهم في استخدام أبنائهم الأمن للإنترنت: دراسة مطبقة علي أولياء الأمور بالجمعية التعاونية والإنتاجية للكمبيوتر ونظم المعلومات بالدقهلية، بحث منشور في المؤتمر العلمي الدولي السادس والعشرون للخدمة الاجتماعية، ج ٥، مارس.

همفريز، توني & صبري، فاطمة عصام (٢٠٠٣): قدرة التفكير السلبي، الرياض، مكتبة العبيكان للنشر والتوزيع.

هوفمان إس جي & ترجمة عيسى، مراد علي (٢٠١٢): العلاج المعرفي السلوكي المعاصر، القاهرة، دار الفجر للنشر والتوزيع.



ثانياً: المراجع الأجنبية:

Barker, Robert, (1999), **The Social Work Dictionary**, Washington, N.A.S.W press.

Douki1, Hoda Esmaeili, & Forouzan, Elyasi2 & Ramezan , Hasanzadeh, (2020),. **Effectiveness of positive thinking training on anxiety, depression and quality of life of mothers of children with leukemia**, Mazandaran, IR Iran.

Meares, P.& et al., (2002), **Social Work service in schools**, N.J prentice hall, p.21.

Mitcheson, Luke & Maslin, Jenny (2010): **Applied Cognitive and Behavioral Approaches to the Treatment of Addiction**, British, Wiley- Blackwell.

Northen, H, & Kurland, R (2001), **Social Work with Group**, Columbia University Press, p.27.

Sibel Ergün, Gül Ertem,( 2012),. Difficulties of mothers living with mentally disabled children, J Pak Med Assoc, Aug; 62, 8.