

فاعلية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء أطفال الأوتيزم

أحمد قاسم خلف

باحث دكتوراه - قسم علم نفس - كلية الآداب بنات - جامعة عين شمس - مصر

ak2841575@gmail.com

د/رشا عادل عبد العزيز
مدرس علم النفس - كلية البنات - جامعة عين
شمس - مصر

Rasha.adel@women.asu.edu.eg

أ.م.د/ ماجى وليم يوسف
أستاذ علم النفس المساعد
كلية البنات - جامعة عين شمس - مصر

Tadres@gmail.com

المستخلص :

هدف البحث الحالي تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لآباء أطفال الأوتيزم استخدام الباحث الأدوات التالية: مقياس مهارات التفكير الإيجابي، مقياس قلق المستقبل، بالإضافة قام الباحث بأعداد برنامج ارشادي لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي. وتكونت عينة البحث من (٢٠) أباً و أمماً لأطفال الأوتيزم المسجلين في وحدة الأوتيزم في مستشفى العام الشطرة محافظة ذي قار بالعراق ممن حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل و اقل درجات في مقياس مهارات التفكير الإيجابي، تم توزيعهم عشوائياً بالتساوي الى مجموعتين تجريبية تضم (١٠) أمماً وأباً، ومجموعة ضابطة تضم (١٠) أمماً وأباً، تتراوح اعمارهم من ٢٥-٤٥ سنة، وتوصل البحث الى النتائج الآتية:

- توجد فروق داله إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي" في اتجاه القياس البعدي الاكبر في المتوسطات.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي، لصالح آباء المجموعة التجريبية.

- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي.
- توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي" بعد تطبيق البرنامج الإرشادي في اتجاه القياس البعدي الأقل في قيمة المتوسطات.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياس البعدي، في اتجاه آباء المجموعة التجريبية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي"؛ لصالح القياس التتبعي.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي- مهارات التفكير الإيجابي- قلق المستقبل- آباء أطفال الأوتيزم.

مقدمة البحث:

أخذ موضوع الإعاقة اهتماماً كبيراً في السنوات الأخيرة، على المستويين العربي والعالمي، فازدادت الأبحاث في هذا المجال كماً ونوعاً، ورافقها تطور في البرامج والخدمات، وأخذت الأبحاث تركز بوضوح على الجوانب السيكولوجية للأفراد ذوي الحاجات الخاصة نظراً لما للإعاقة من تأثيرات مباشرة وغير مباشرة على جميع النواحي لدى هؤلاء الأفراد وأسرتهم، وبدأت الدراسات الإرشادية والنفسية في مجال التربية الخاص بالتركيز على تقديم الخدمات للأسرة بدلاً من التركيز على ذوي الاحتياجات الخاص فقط؛ فالإعاقة وعلى مختلف أنواعها، تترك تأثيرها على مختلف جوانب حياة الفرد ذو الاحتياجات الخاصة مسببة ضغوطاً تفرض عليه استراتيجيات خاصة للتكيف معها، وليس هذا الأمر السهل؛ فعدم القدرة على التكيف مع الإعاقة قد يتسبب ظهور استراتيجيات غير تكيفية لدى الفرد مما قد يعيقه عن الاستفادة من البرامج التي تقدم له. ولاشك أن هذه الآثار لا تتوقف عند الفرد، بل تمتد لتترك أثراً سلبية على أسرته بشكل عام، فتتولد لديهم اضطرابات نفسية مختلفة وعديده.

قد بينت دراسة (الخطيب، ٢٠٠١، ٧٠) انه من غير المجدي النظر إلى الفرد بشكل منفصل عن محيطه، لأن العلاقة ما بين الفرد وأسرته علاقه تبادلية، فهو يتأثر بها ويؤثر فيها، ولا أحد من أفراد الأسرة يعمل بمعزل عن أفراد الأسرة الآخرين. والاوتيزم (Autism) كغيرها من الإعاقات تعد سبباً مباشراً لبعض الاضطرابات النفسية لدى الأسر، حيث يصنف اضطراب الاوتيزم بأنه من بين أكثر الاضطرابات النمائية التي تسبب اضطرابات نفسية مرتفعة لأسر المصابين به، فمشكلة التواصل والتعبير عن المشاعر والانفعالات والسلوكيات الاجتماعية، كلها مسببات للاضطرابات النفسية لأسر هؤلاء الأطفال كما اظهرت بعض الدراسات والبحوث والأدبيات السابقة الاضطرابات النفسية التي يعاني منها اكثرها أهمية وشيوعاً اضطراب قلق المستقبل، كدراسة (البالوي، ٢٠١٣؛ صباح، ٢٠١٦؛ فرغلي، بدوي، ٢٠١٦).

يشكل قلق المستقبل خطراً على صحة الأفراد وسلوكهم، فقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي الى اختلال في توازن حياة الفرد، سواء من الناحية النفسية او الجسمية، وما ستبع ذلك من تأثيرات في مختلف جوانب حياة الفرد (المونمني، ٢٠١٢، ٤٤).

ان الآثار السلبية للإعاقة وما يرتبط بها من احساس بالقلق، ومدى قدرة الاباء على الاستمتاع بالحياة، تشعرهم بالتشاؤم والقلق من المستقبل.

كما توصل (النجار، ٢٠١٣) الى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق المستقبل وجودة الحياة المدركة لدى عوائل المعاقين للضغوط الكبير الذي يتحملة افراد العوائل

ويبرز هنا ما ينادي به علم النفس الإيجابي من تنمية مهارات التفكير الإيجابي وما له من آثار مهمة في تخفيف حدوث الاضطرابات النفسية التي تعاني منها عوائل الطفل الاوتيزم الناتجة عن الإعاقة واثرها؛ فالإيجابية كما عرفها هرتزل تتحقق من خلال عمليات الضبط والتعديل والتكيف والتغير للبيئة وعدم الإذعان لمتطلباتها، فهو يجد أن الإنسان الإيجابي هو وحده الذي يتغلب على البيئة ، فالإيجابية من المؤشرات الهامة على الصحة النفسية السليمة للفرد أو كفاءته أو قدرته على المواجهة الفعالة للمواقف والمشكلات التي تزخر بها الحياة، وتركيزه على إيجاد حلول لهذه المشكلات بدلاً من التمرکز حول ذاته، ومدى صلابته في التصدي للعوائق التي تحول دون بلوغ غاياته وأهدافه المشروعة.

إن التفكير الإيجابي يؤدي إلى التعامل الإيجابي مع مشكلات الحياة وتحدياتها، والتغلب على محنتها وشدائنها، ويستخرج الإمكانات الحاضرة منها والكامنة من أجل العمل، وهو يشكل العلاج الناجح للحفاظ على المعنويات وحسن الحال النفسي. فتدريب الناس على التفكير الإيجابي هو الضامن للاقتدار في التعامل مع قضايا الحياة وأزماتها، وربما هو المدخل لتعديل الحالات الوجدانية وتعزيز الصحة النفسية، فالتفكير الإيجابي يركز على ما يركز عليه العلاج العقلاني الانفعالي، النظرة الإيجابية الواقعية نحو الذات التي تحافظ على قوى النماء والفعل، حتى لو كانت الظروف الخارجية غير إيجابية، ومليئة بالضغوط والمحن (دياب، ٢٠١٤، ١٢).

إن تنمية الإيجابية لدى عوائل اطفال الاوتيزم، قد يعمل على مساعدتهم على التوافق الأفضل وخفض الاضطرابات النفسية لديهم، بما يوفر لهم من تقبل وتعامل افضل مع أطفالهم، وهذا ينعكس إيجاباً على هؤلاء الأطفال وعلى جو الأسرة بشكل عام.

إشكالية البحث والتساؤلات:

يمكن بلورة مشكلة البحث الحالية في السؤال الرئيسي التالي:

- ما مدى فاعلية استخدام برنامج ارشادي في تنمية بعض مهارات التفكير الايجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء اطفال الاوتيزم؟

ويتفرع من هذا التساؤل الرئيسي عدة تساؤلات فرعية هي:

١. ما مدى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الارشادي؟
٢. ما مدى وجود فروق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي؟
٣. ما مدى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية؟

٤. ما مدى فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي".
٥. ما مدى فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الإرشادي؟
٦. ما مدى فروق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي؟
٧. ما مدى فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية؟
٨. ما مدى فروق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي؟

أهمية البحث:

تتبع الأهمية النظرية والتطبيقية لهذا البحث من الاعتبارات التالية:

[١] الأهمية النظرية:

- الأزداد الكبير في عدد حالات الاوتيزم المشخصة في العراق وحاجة هؤلاء الأطفال للخدمة، حيث أن تقديم البرامج الإرشادية للأسر يساعدهم في حل مشكلات أطفالهم.
- طبيعة البحث التي تهتم بشكل خاص باضطراب قلق المستقبل الذي يتعرض لهو آباء طفل الاوتيزم، ومن المعروف الآثار السلبية الذي يتركها قلق المستقبل لدى آباء الطفل.

[٢] الأهمية التطبيقية:

- تأتي أهمية إجراء البحث ميدانية تكشف عن مستوى شعور الأبوين بقلق المستقبل، ومآل ذلك في تدريبهم وتنمية التفكير الإيجابي للاستفادة من النتائج هذه البحث في مجال تقديم الخدمات النفسية والإرشادية لخفض مستوى قلق المستقبل، من خلال توفير بيانات لبناء برامج إرشادية لاحقاً.
- أن الحاجة إلى إجراء هذا النوع من الدراسات على البيئة العراقية حاجة واضحة وأكيدة، فتصميم برنامج إرشادي قائم على تطوير التفكير الإيجابي، وخفض قلق المستقبل لدى والدي أطفال الاوتيزم، من شأنه أن يسهم في تطوير برامج إرشادية أخرى مناسبة.
- إن فعالية تدريب الوالدين على التفكير الإيجابي لا يعمل على تنمية التفكير الإيجابي وخفض قلق المستقبل، بل يساعدهم أيضاً على تقبل ذواتهم بشكل أفضل، وهذا يساعدهم على أن يكونوا أكثر فعالية وإيجابية في المجتمع.
- تصميم العديد من الأدوات الخاصة بالبحث: مقياس التفكير الإيجابي، مقياس قلق المستقبل، البرنامج الإرشادي، وتوفير الخصائص السيكومترية من ثبات وصدق.
- التوصيات التي ستقدمها البحث في ضوء ما ستصل إليه من نتائج.

قلة الدراسات السابقة في العراق التي تصدت لدراسة الدور الذي يلعبه التفكير الإيجابي لدى أبويّ الطفل في خفض قلق المستقبل الناجمة عن وجود طفل الاوتيزم في حدود اطلاع الباحث، وقد تلفت هذه البحث نظر الباحثين إلى ضرورة إجراء المزيد من الدراسات في البيئة العراقية، بالإضافة إلى تبصر القائمين على رعاية اطفال الاوتيزم وأسره بأهمية استخدام التفكير الإيجابي في خفض المشكلات النفسية.

أهداف البحث:

تسعى البحث الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

- تصمم برنامج إرشادي لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي ومعرفة أثره على خفض قلق المستقبل.
- الكشف عن مدى فعالية البرنامج الإرشادي بعد تطبيقه في تنمية التفكير الإيجابي لدى والدي أطفال الأوتيزم.
- الكشف عن مدى استمرارية فعالية البرنامج الإرشادي في تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء أطفال الأوتيزم، وذلك بعد مرور شهرين من انتهاء تطبيق البرنامج.

مصطلحات البحث اجرائياً :

نستعرض في هذا المقام التعريفات الاجرائية للمصطلحات البحث:

[١] الاوتيزم Autism:

يعرف اطفال الاوتيزم من الناحية الاجرائية بأنهم الاطفال المسجلين في دائرة صحة ذي قار قضاء الشطرة/ قسم الاوتيزم، والمشخصين من قبلهم بأنهم يعانون من اضطراب الاوتيزم وفقاً للأدوات التشخيصية المستخدمة لديهم، و اعمارهم تتراوح بين (٣-١١) سنة.

[٢] التفكير الإيجابي Positive Thinkin:

يعرف التفكير الايجابي في البحث الحالية اجرائياً باعتبارها هو التوقع الإيجابي، الحديث الإيجابي للذات، التخيل الإيجابي، الضغوط الوالدية و ينعكس ذلك على الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المعد لذلك.

[٣] قلق المستقبل Future Anxiety:

يعرف قلق المستقبل في البحث الحالية اجرائياً باعتبارها هو النظرة التشاؤمية واليأس والاحباط والخوف من الفشل والقلق العام من المستقبل، و ينعكس ذلك في الدرجات التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المعد لذلك.

الاطار النظري والدراسات السابقة:

اولاً: الاوتيزم Autistic

يُعد اضطراب أوتيزم (Autistic) من أكثر الاضطرابات النمائية صعوبة بالنسبة للطفل نفسه ولوالديه ولأفراد الأسرة الذين يعيشون معه، ويعود ذلك الى ان هذا الاضطراب يتميز بالغموض والغرابية، وأنماط السلوك المصاحبة له وافتقار المهارات وخاصة المهارات اللغوية، فضلاً عن أن هذا الاضطراب يحتاج الى اشراف ومتابعة مستمرة من الوالدين، ويحتاج طفل الاوتيزم ايضاً الى الوعي بالمفردات البيئية التي تستدعي معرفة الطفل بالبيئة التي يعيش فيها بما يتناسب مع قدراته واستعداداته ومستوى نموه وذلك لمساعدة الطفل على التواصل اللغوي مع من حوله.

يرجع اكتشاف هذا النوع من الإعاقة الى عام (١٩٤٣) للطبيب النفسي في جامعة جونز هوبكنز يدعى (ليو كانر) حيث وصف مجموعة من الاطفال وعددهم احدى عشر طفلاً بأنهم لم يرتقوا بصورة سوية في علاقتهم بالآخرين حيث كانت قدراتهم اللغوية محدودة للغاية ولديهم ميل لتكرار السلوك نفسه مرات عديدة، وكان هؤلاء الاطفال مشخصين على انهم حالاً تخلف عقلي.

وكتب (كانر) مقالاً حول هؤلاء الأطفال ووصفهم فيه أنهم حالات أوتيزم طفولي مبكر وليست حالات تخلف عقلي كما كانوا مشخصين من قبل.

وفي عام (١٩٤٤) كتب (إسبرجر) مقالاً آخر بعنوان إعاقة الاوتيزم لدى الأطفال. وبالرغم من ان هاتان المقالتان لاقتا بعض النقد في ذلك الوقت الا ان سرعان ما ظهرت بعض النتائج المؤيدة سواء داخل الولايات المتحدة أو خارجها، ففي الولايات المتحدة وتحديداً في عام (١٩٥١) قامت (دسبرت) بإجراء بعض الدراسات على اطفال الاوتيزم، ايزننج (١٩٥٦)، ماهلر (١٩٥٢)، ورائك (١٩٥٢)، ويل (١٩٥٣) وغيرهم، كذلك في كندا على يد كابون (١٩٥٣)، وفي إنجلترا على يد كريك (١٩٥١)، وفي فرنسا على يد كيلفين وريميلاند (١٩٦٤) ثم توالت الابحاث والدراسات في محاولات عديدة لتصدي لجميع جوانب الظاهرة وخاصة الجانب الشخصي (سليمان، ٢٠١٤، ٨٧).

وهنا نبين اختلاف الباحثين حول تسمية هذا الاضطراب، أوتيزم أم توحد وفيما بينهما اجترارية أم ذاتوية، ان تعدد المصطلحات وتداخلها يؤثر بالتأكيد على جدية البحث العلمي في هذا المجال، حيث نجد فريقاً يفضل استخدام مصطلح اضطراب الاوتيزم، أو اضطراب اسبرجر، واضطراب ريت، وفريقاً اخر يتمسكون ويفضلون استخدام اضطراب الاوتيستك، ومتلازمة اسبرجر، وما يخصنا هنا بالتحديد مصطلح الاوتيزم أو الاوتيستك في بداية الامر، علاوة على كافة المسميات الاخرى التي شاع استخدامها في البيئة العربية كلاجترارية والذاتوية، وعلى رأسيهما أوتيزم.

بعد الاطلاع على الدليل التشخيصي الرابع DSM-IV والخامس DSM-5 ومنظمة الصحة العالمية ICD وبعض الدراسات تبين ان الامر لا يعدو اكثر من تمسك كل جهة بتسميتها في ظل تماثل التشخيص والتصنيف،، وتأكيداً لما سبق رأي (محمد خطاب، ٧٦، ٢٠٠٤) ان هناك اشكالية في الاتفاق على مصطلح واحد يستخدم في التعبير عن كلمة Autism غير انه يتعين الاشارة الى ان اكثر المصطلحات استخداماً في الأونة الاخيرة هو مصطلح أوتيزم، وفي نفس الوقت يجب الاشارة الى ان شيوع استخدامه لا يعني انه اكثر دقة في التعبير عن المضمون لهذه الاعاقة.

وفي الصدد نفسه أكد (الخولي، ٢٠٠٨، ١٥) على ان المصطلح الشائع تحت مسمى أوتيزم والمعنى Autism ابرز المصطلحات التي استخدمت بشكل غير دقيق وخاطيء، اذ ان ترجمة هذا المصطلح وتسمية بأوتيزم انما كان استناداً الى قناعة ذاتية دون استناداً الى ادلة علمية يقينية. ومن خلال ما تم عرضه يرى الباحث من الافضل التمسك بلفظ اوتيزم في مجال الدراسات والكتابات العربية، تجنباً للخلط بين مسمى أوتيزم والمقصود به الاوتيزم ومسمى أوتيزم الاخر والمقصود به ميكانزم دفاع في نظرية التحليل النفسي، وان كان لا بد من توافر مصطلح عربي لهذا الاضطراب فلا بد من محاولة صياغة هذا المصطلح في ضوء اعراض وخصائص هذا الاضطراب.

ثانياً: قلق المستقبل Future Anxiety

إن التغير والتطور السريع الذي يتميز به هذا العصر، وما تمر به المجتمعات البشرية من تغير، كل ذلك قد يستثير قلق المستقبل لدى افرادها المتمثل بالتوجس والخوف والتوتر مما تخيفه الأيام المقبلة، الأمر الذي يدعو الأفراد إلى إعادة النظر بخططهم وأهدافهم الحياتية بما ينسجم مع ظروف التغير من جانب والتكاليف المترتبة على هذا التغير من جانب اخر، ويبقى التغير الذي يحدث في ظروف تتسم بعدم الاستقرار والاضطراب باعثاً على زيادة القلق من المستقبل.

قلق المستقبل هو جزء من القلق العام ويتصف ذو أصحاب هذا النوع من القلق بمجموعة من الصفات كالتشاؤم وادراك العجز وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل، وهو أحد أنظمة القلق التي بدت تظهر على السطح أي لواقع الحياة. (عشري، ٢٠٠٤: ١٦٦).

ويعتقد زاليسكي (Zaleski) أن قلق المستقبل كمصطلح حديث على بساط البحث العلمي هو شكل من أشكال القلق كقلق الانفصال والقلق الاجتماعي وقلق الموت، ويشترك قلق المستقبل مع باقي أنواع القلق في تضمينه للبعد المستقبلي، ولكنه في هذا النوع من القلق يشير لفترة زمنية بعيدة، بينما يكون البعد المستقبلي في أنواع القلق الأخرى محدود ومقتصر على فترات زمنية محدودة وقريبة نسبياً، وقلق المستقبل كما قدمه زاليسكي (Zaleski) يشير لحالة من ادراك المستقبل بطريقة تتضمن التوجس والغموض وعدم اليقين والخوف والانشغال حول تهديدات محتملة لرفاهية الفرد في المستقبل (Zaleski, 2005, 125).

ويرى كل من أليس وكرينجل وبيك " Ellis, Krenzel and Beck " أن قلق المستقبل ينشأ أفكاراً غير عقلانية ليست ذات معنى وأهدافاً لا يمكن تحقيقها يحملها الفرد في تفكيره وتؤدي الى الاحباط والخوف الدائم من الفشل ولوم الذات، مما يؤدي الى ضعف الذات والتعرض للأمراض العصبية، وعلية التخلص من هذه الافكار والتفكير بطريقة عقلانية فإنه يصبح ذا فعالية ويشعر بالكفاءة (الشريف، ٢٠١١: ٢٣٤).

ثالثاً: التفكير الإيجابي Positive thinking

ظهرت مفاهيم عن التفكير الإيجابي في بعض الكتابات السيكلوجية القديمة واستخدمت مرادفات اخرى غير مفهوم التفكير الإيجابي ولكنها تحمل في طياتها كل معاني ومميزات ومحتويات التفكير الإيجابي، ومن هنا يعتبر التفكير الإيجابي ليس وليد اليوم وانما قد اهتم به السيكلوجيين القدامى مثل (سقراط – افلاطون – ارسطو) وان لم يكن بهذا المصطلح نفسه وانما بمفهوم عريض يمثل السعادة والصحة النفسية (عبد الستار ابراهيم، ٢٠٠٨، ٢١).

يندرج التفكير الإيجابي تحت مظلة علم النفس الإيجابي، من كون الفرد كائن يحمل جوانب إيجابية وسلبية، وان الخيرات التي يمر بها تشكل شخصيته، ومن خلاله نسع لفهم الانفعالات الإيجابية وعلم النفس يهتم بدراسة المشاعر الإيجابية مثل التفاؤل، السعادة، الرضا، ومعرفة كيف يمكن للفرد اكتساب المهارات التي تسهم في ممارسة المشاعر بإيجابه، والجوهر الاساسي الذي يقوم عليه علم النفس الإيجابي فالفرد يولد ولديه العديد من المشاعر الإيجابية والسلبية التي تستثار من خلال المواقف وخبرات الحياة، لذا وجب معرفة مصدر هذه الافكار وتنميتها وتكوينها، بالتالي نمو قدرات عقلية ومهارات اجتماعية تساعد على صقل شخصية الفرد، ويرتبط التفكير الإيجابي ارتباطاً وثيقاً بالنجاح في كل مجالات الحياة، والفرد كي يحقق النجاح ويعيش سعيداً ويحیی حياة متوازنة يجب ان يغير نمط تفكيره واسلوب حياته ونظرته تجاه نفسه والآخرين (ناهدة عبد زيد، ٢٠١٣، ٢٤٠).

ويسمى التفكير الإيجابي في بعض الاحيان بالإدراك الإيجابي لانهما نفس المفهوم حيث يعرف بأنه ممارسة انماط التفكير الإيجابي التي تعمل على تعزيز الصحة النفسية وزيادة القدرة على ادارة الانشطة اليومية بفاعلية (Bekhet et al, 2012, 383).

لقد استقر مفهوم التفكير الإيجابي من خلال عدد من المفاهيم المختلفة منها التفكير البناء الذي قدمته النظرية البنائية وهو يركز على اكتساب مهارات نفسية لمواجهة المشكلات، ومنها التفكير الفرصة الذي قدمه سوليفان Sullivan, 1953 والذي يركز على زيادة انتباه الفرد وتفكيره في ابعاد النجاح في

أي مشكلة والجوانب التي تؤدي الى تحدي المشكلة وحلها، وليس التركيز على جوانب الفشل فيها، ويفترض بذلك ان اصحاب هذا النوع من التفكير يؤمنون باعتقادات وقناعات راسخة يوجهون بها تفكيرهم، المحاولة من اجل النجاح وليس المحاولة والخطأ (حسين رشدي، ٢٠١٨، ١٠).

وينصح (Seligman et al, 2000, 43) بتبني التفكير الإيجابي الذي يساعد الفرد على تخطي الفشل وتحمل التحديات المختلفة. فالتفكير الإيجابي اسلوب ومهارة وفن يمكن للفرد ان يتعلمه ويتدرب عليه، وغالبية الافراد يقعون في المنطقة الوسطى منه واقلية سعيدة من الافراد تتزايد حظوظها من هذا النمط، واقلية اخرى تعيسة تنخفض مستوياتها في هذا البعد من الشخصية.

ويرى اصحاب النظرية المعرفية ان التفكير الإيجابي والنظرة المتفائلة للحياة والاحاسيس الإيجابية لديها القدرة على تغيير حياة الافراد، وبالرغم انه من الصعب استبدال العادات السيئة السلبية بأخرى إيجابية يخلق عادات جديدة يعتاد عليها الدماغ فيتحول تلقائياً الى الإيجابية، ولذا يتم استخدام الذهن كأداة لعلاج مشاكل نفسية عديدة، مثل القلق الاجتماعي، الوسواس القهري والاكتئاب.

وللتفكير الإيجابي فوائد عديدة منها انه يعزز الثقة بالنفس، ويحسن العلاقات الاجتماعية ويجعل الانسان مقبلاً على الحياة ومبدعاً في عمله، وقادراً على التصرف بشكل صحيح في كافة الامور الحياتية التي تواجهه، كما اثبتت الدراسات قدرة الافكار الإيجابية على التخلص من التوتر، هذا فضلاً عن مساهمتها في الحماية من الاصابة بالعديد من الامراض (جابر عبد الحميد، ٢٠١٥، ٥٩).

وترى (ايمان رافع، ٢٠١٣، ١٣) ان التفكير الإيجابي لا يقف عند حد التخلص من الافكار السلبية التي تراود الفرد وتغيرها بأفكار إيجابية جديدة، بل هو ابعاد مدى من ذلك، انه هو الذي يمنح صاحبه طاقة إيجابية للعمل والبناء فهو كالمحرك الذي يدفع بعربة التفاؤل الى الامام، وليس من الانصاف حصر التفكير الإيجابي في زاوية واحدة، تتمثل في توقع حدوث الافضل في كل الاوقات وعدم التفكير في الاسوأ، بل استبعاد الأسوأ من الذهن، إذ كيف يعد المرء مفكراً إيجابياً دون ان يكون لديه حساب للعواقب وتركيز على الاسباب الواقعية لتحقيق النجاح.

الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث:

١. دراسة (Hongngam,G2003)

هدفت البحث الى التعرف على اثر برنامج ارشادي جمعي على تنمية التفكير الايجابي ، ومهارات الاتصال، والادرة الضغوط النفسية لدى عينة من امهات الاطفال المصابين بالتوحد، وبلغ عدد افراد العينة الى (٢٠) ام، قسمت الى مجموعتين، (١٠) امهات مثلت المجموعة الضابطة، و(١٠) امهات مثلت المجموعة التجريبية، وكانت ادوات البحث مجموعة من المقاييس منها مقياس التفكير الايجابي، ومقياس مهارات الاتصال، ومقياس الضغوط النفسية، وتم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية على مدار عشرة جلسات، استغرقت كل جلسة ٩٠ دقيقة، وقد اسفرت نتائج البحث الى وجود فروق جوهرية في التفكير الايجابي، ومهارات الاتصال لدى امهات الاطفال المصابين بالتوحد، في القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي، ووجود فروق جوهرية في مستوى الضغوط النفسية لدى امهات الاطفال المصابين بالتوحد في القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي.

٢. دراسة (مريم، ٢٠١٩)

هدفت البحث الى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والامن النفسي لدى أمهات اطفال اضطراب التوحد، ودلالة الفروق في قلق المستقبل والفروق في الامن النفسي باختلاف (سن لام، جنس وسن

الطفل التوحدي)، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، حيث كان عدد افراد العينة ٥٢ امرأة، تمت الاستعانة بمقياس قلق المستقبل ومقياس الامن النفسي للباحثة زينب شقير، وللحصول على النتائج تمت معالجة البيانات بالأساليب الاحصائية التالية: النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط برسون، واختبار "ت" وكما تمت معالجة البيانات ببرنامج الحزمة الاحصائية (SPSS22) وكانت النتائج المتحصل عليها كالآتي: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين قلق المستقبل والامن النفسي لدى امهات اطفال اضطراب التوحد وطبيعتها علاقة موجبة. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في قلق المستقبل تبعاً (سن الام، جنس وسن الطفل التوحدي) لا توجد فروق في الامن النفسي تبعاً (سن الام، جنس وسن الطفل التوحدي).

٣. دراسة (Ekas, Lickenbrock and Whitman,2012)

هدفت البحث الى تحديد طبيعة العلاقة بين المصادر المتعددة للدعم الاجتماعي (الزواج، والاسرة، الاصدقاء)، وبين كل من التفاؤل، والرفاهية بين امهات الاطفال المصابين بالذاتوية. وتكونت العينة من ١١٩ من امهات وتراوح اعمارهن بين (٢٣ - ٦١) سنة بمتوسط عمري 40,13 سنة وانحراف معياري 7,38 سنة وتتراوح اعمار المصابين بطيف الذاتوية بين (٢-١٨) سنة بمتوسط عمري 9,45 سنة وانحراف معياري 4,08 سنة، واستخدم اختبار توجه الحياة (Schrier and Carver 1985) ومقياس الضغوط الوالدية (Pearlín and Schooler 1978) ومقياس الدعم الاجتماعي غير الرسمي (Whalen and Lachman) والوجدان الايجابي والسلبي (Watson et al. 1988) ومقياس الاكتئاب (Devins et al. 1988) والرضا عن الحياة (Pavot and Diener) والرفاهية النفسية (Ryff and Keyes). وتوصلت البحث الى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التفاؤل وكل من الضغوط الوالدية والاكتئاب والوجدان السلبي، ووجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التفاؤل وكل من الرضا عن الحياة والرفاهية النفسية والوجدان الايجابي.

فروض البحث: سعي البحث الحالي للتأكد من صحة الفروض التالية:

١. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الارشادي
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي؟
٣. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية
٤. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي
٥. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الارشادي
٦. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي؟

٧. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية
٨. توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي

منهج واجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث

تبع هذه البحث المنهج التجريبي تصميم تجريبي (قبلي – بعدي – تتبعي) مجموعتين احدهما المجموعة التجريبية والاخرى المجموعة الضابطة حيث ان المتغير المستقل هو البرنامج الارشادي، والمتغيرات التابعة هي مهارات التفكير الايجابي وقلق المستقبل.

ثانياً: عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بشكل قصدي من الآباء المترددين على قسم الاوتيزم بمستشفى الشرطة العام بمحافظة ذي قار في جمهورية العراق وقد بلغ حجم العينة الاستطلاعية (الاب أو الام) (ن=٣٠) ، تم تطبيق مقاييس (مهارات التفكير الايجابي، قلق المستقبل) ، بهدف التحقق من صلاحية استخدام المقاييس قيد البحث، ومعرفة مدى التماسك الفقرات، وقدرتها على قياس الظاهرة المراد قياسها.

عينة البحث الاساسية: تكونت عينة البحث الاساسية من آباء اطفال الاوتيزم، والبالغ عددهم (٦٠) أباً و أمماً وهي التي تم سحب (٢٠) منها.

عينة البرنامج: تكونت عينة البرنامج من الإباء الحاصلين على اقل درجات في مقياس مهارات التفكير الايجابي، واعلى درجات في مقياس قلق المستقبل ، وتم تقسيمهم الى مجموعتين (تجريبية، ضابطة) كما يلي :

١. أفراد المجموعة التجريبية وعددهم (١٠) أباً و أمماً هم الذين خضعوا للتدريب على مهارات التفكير الايجابي.

اما أفراد المجموعة الضابطة وعددهم (١٠) أباً و أمماً فلم يتعرضوا لأي تدريب.

حساب تكافؤ مجموعتين البحث: للتحقق من تكافؤ المجموعتين على متغيرات البحث المختلفة قام بصياغة الفروض التالية:

- **فرض التكافؤ الاول: ينص هذا الفرض على أنه:** لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسي القبلي".
- وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية بمتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي، وذلك على مقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته، وقد استخدم الباحث الإحصاء الوصفي والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار مان ويتني Mann- Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين. باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح الجدول (١) نتائج الإحصاء الوصفي لمتوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث آباء المجموعتين التجريبية والضابطة (ن=٢٠) للقياسين القبلي لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته.

• جدول (١)

- قيمة الإحصاء الوصفي لمتوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث آباء المجموعتين التجريبية والضابطة للقياس القبلي لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته (ن = ٢٠)

الانحراف المعياري (ع)	المتوسط م	العدد ن	نوع القياس التجريبية/الضابطة	المكونات	القيم الإحصائية المتغير
1.524	10.10	10	التجريبية	المجال الأول: التوقع الايجابي	التفكير الإيجابي
1.476	10.20	10	الضابطة		
2.378	9.90	10	التجريبية	المجال الثاني: الحديث الايجابي	
2.573	9.80	10	الضابطة		
3.860	9.70	10	التجريبية	المجال الثالث: التخيل الايجابي	
3.736	9.80	10	الضابطة		
2.321	9.50	10	التجريبية	المجال الرابع: الضغوط الوالديه	
2.627	9.30	10	الضابطة		
6.941	39.20	10	التجريبية	الدرجة الكلية للمقياس	
6.935	39.10	10	الضابطة		

- ويتضح من الجدول السابق أن قيمة الاحصاء الوصفي (المتوسطات) للتطبيق القبلي للعينة التجريبية كانت متساوية تقريباً مع التطبيق القبلي للعينة الضابطة على مقياس التفكير الإيجابي وجميع مكوناته؛ حيث بلغت قيمة المتوسطات للمجموعتين التجريبية والضابطة لدرجة الآباء للمقياس ككل (39.20)، (39.10) على التوالي.
- كما يظهر جدول (٢) قيمة الاحصاء اللابارامترى لاختبار (مان ويتني Mann-Whitney Test) ودلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسي القبلي"، كما يلي:

• جدول (٢)

- قيمة (مان ويتني Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في القياسي القبلي، وذلك على مقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته (ن = ٢٠)

مستوى الدلالة	قيمة " Z "	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد ن	المجموعات	مجالات المقياس
0.815 غير دالة	-0.234-	102.00	10.20	10	التجريبية	المجال الأول: التوقع الايجابي
		108.00	10.80	10	الضابطة	
0.969 غير دالة	-0.039-	105.50	10.55	10	التجريبية	المجال الثاني: الحديث الايجابي
		104.50	10.45	10	الضابطة	

مستوى الدلالة	قيمة " Z "	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد ن	المجموعات	مجالات المقياس
0.908 غير دالة	-0.116-	103.50	10.35	10	التجريبية	المجال الثالث: التخيل الإيجابي
		106.50	10.65	10	الضابطة	
0.939 غير دالة	-0.077-	106.00	10.60	10	التجريبية	المجال الرابع: الضغوط الوالديه
		104.00	10.40	10	الضابطة	
0.939 غير دالة	-0.076-	106.00	10.60	10	التجريبية	الدرجة الكلية للمقياس
		104.00	10.40	10	الضابطة	

ويتضح من الجدول السابق بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي في القياسي القبلي وذلك على مقياس التفكير الإيجابي ومكوناته، حيث كانت قيمة (Z) جميعها غير دالة إحصائياً؛ مما يعنى تحقق فرض التكافؤ".

• **فرض التكافؤ (٢):** ينص هذا الفرض على أنه: لا توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسي القبلي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بمقارنة متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية بمتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، وذلك على مقياس قلق المستقبل ومكوناته، وقد استخدم الباحث الإحصاء الوصفي والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار مان ويتني Mann- Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين. باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح الجدول (٣) نتائج الإحصاء الوصفي لمتوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث آباء المجموعتين التجريبية والضابطة (ن = ٢٠) للقياسين القبلي لمقياس قلق المستقبل ومكوناته.

• جدول (٣)

قيمة الإحصاء الوصفي لمتوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث آباء المجموعتين التجريبية والضابطة للقياس القبلي لمقياس قلق المستقبل ومكوناته (ن = ٢٠)

الانحراف المعياري (ع)	المتوسط م	العدد ن	نوع القياس التجريبية/الضابطة	المكونات	القيم الإحصائية المتغيرة
4.614	41.80	10	التجريبية	المجال الأول: الخوف من المستقبل	قلق المستقبل
4.473	41.70	10	الضابطة		
1.633	24.00	10	التجريبية	المجال الثاني: نظره التشاؤميه	
1.912	23.90	10	الضابطة		
5.371	65.80	10	التجريبية		

5.358	65.60	10	الضابطة	الدرجة الكلية للمقياس	
-------	-------	----	---------	-----------------------	--

ويتضح من الجدول السابق أن قيمة الاحصاء الوصفي (المتوسطات) للتطبيق القبلي للعينة التجريبية كانت متساوية تقريباً مع التطبيق القبلي للعينة الضابطة على مقياس قلق المستقبل وجميع مكوناته؛ حيث بلغت قيمة المتوسطات للقياسين التجريبية والضابطة لدرجة الآباء للمقياس ككل (65.80)، (65.60) على التوالي.

كما يظهر جدول (٤) قيمة الاحصاء اللابارامترى لاختبار (مان ويتني Mann-Whitney Test) ودلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسي القبلي"، كما يلي:

جدول (٤)

قيمة (مان ويتني Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في القياسي القبلي، وذلك على مقياس قلق المستقبل ومكوناته (ن = ٢٠)

مستوى الدلالة	قيمة "Z"	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد ن	المجموعات	مجالات المقياس
0.970 غير دالة	-0.038-	105.50	10.55	10	التجريبية	المجال الأول: الخوف من المستقبل
		104.50	10.45	10	الضابطة	
0.968 غير دالة	-0.040-	105.50	10.55	10	التجريبية	المجال الثاني: النظره التشاؤمية
		104.50	10.45	10	الضابطة	
0.939 غير دالة	-0.076-	106.00	10.60	10	التجريبية	الدرجة الكلية للمقياس
		104.00	10.40	10	الضابطة	

ويتضح من الجدول السابق بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي في القياسي القبلي وذلك على مقياس قلق المستقبل ومكوناته، حيث كانت قيمة (Z) جميعها غير دالة إحصائياً؛ مما يعنى تحقق فرض التكافؤ".

ثالثاً: أدوات البحث

١. الأدوات السيكومترية :
 - مقياس مهارات التفكير الإيجابي (اعداد الباحث)
 - مقياس قلق المستقبل (اعداد الباحث)
 - استمارة مستوى الثقافي والاجتماعي (رزان كردي، ٢٠١٢)
٢. الادوات الارشادية : تتمثل في برنامج تنمية بعض مهارات التفكير الايجابي (اعداد الباحث).

مقياس مهارات التفكير الايجابي

تم تصميم هذا المقياس للتعرف على مستوى التفكير الإيجابي لدى آباء أطفال الأوتيزم، فقد هدف الباحث في هذه البحث الى مساعدة آباء اطفال الأوتيزم على تحسين نظرتهم وتفكيرهم تجاه طفلهم الأوتيزم من خلال تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لديهم، لذا كان من الضروري تصميم اداه توضح طريق تفكير آباء الاطفال والتي قد تؤثر على ارتفاع مستوى قلق المستقبل لديهم.

فيما يلي يعرض الباحث خطوات بناء مقياس مهارات التفكير الإيجابي:

- تم الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع التفكير الإيجابي.
- تم الاطلاع على المقاييس السابقة التي صممت من اجل قياس مهارات التفكير الإيجابي وتحليلها.
- تم بناء الصورة الأولية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي وعرضه على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس للحكم على مدى صلاحيته وصدق عباراته لمقياس مهارات التفكير الإيجابي لآباء اطفال الأوتيزم، وقد ادى هذا الاجراء الى تعديل صياغة بعض البنود في اتجاه مزيد من التوضيح والتبسيط.
- تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية عددها (٣٠) من آباء اطفال الأوتيزم، ذلك لحساب ثبات وصدق المقياس والتأكد من صلاحيته للتطبيق.

وصف المقياس:

يتكون المقياس من اربع مجالات هي التوقع الإيجابي يتكون من (٧) فقرات، الحدبث الإيجابي للذات يتكون من (٧) فقرات، التحيل الإيجابي ويتكون من (٧) فقرات، الضغوط الوالدية ويتكون من (٨) فقرات، وهناك ثلاث بدائل للإجابة (تنطبق عليّ دائما) يحصل على ٣ درجات، (تنطبق عليّ احيانا) يحصل على درجتان، (لا تنطبق علي) يحصل على درجة واحدة وتشير الدرجات المرتفعة الى التفكير الإيجابي، والدرجات المنخفضة تدل على تدني التفكير الإيجابي.

مقياس قلق المستقبل

قام الباحث ببناء مقياس قلق المستقبل، يتكون المقياس من مجالين هم الخوف من الفشل في المستقبل يتكون من (١٦) فقرة، النظرة التشاؤمية واليأس والاحباط ويتكون من (٩) فقرات، طبق المقياس على العينة الاستطلاعية عددها (٣٠)، كما قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة محكمين لمعرفة صلاحية العبارات، وقد تم تعديل بعض العبارات حسب آراء الساده المحكمين.

قائمة المستوى الاقتصادي والاجتماعي ل(رزان كردي , 2012)

هدف الباحث من قائمة المستوى الاقتصادي والاجتماعي تكافؤ مجموعتين البحث من حيث المستوى الاقتصادي والاجتماعي , وتتكون هذه القائمة من (11) عبارة موزعه على مكونات فرعية بالإضافة إلى البيانات الشخصية للمفحوص وتتعلق بالمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة التي ينتمى إليها هي :

أ- البيانات الشخصية : تضمن : (أسم – تاريخ الميلاد – التعليم – النوع)

ب- المستوى التعليمي : تضمن :

مستوى تعليم الاب (الزوج)تضمن:(أمي- يقرأ- حاصل على شهادة الابتدائية – حاصل على شهادة

الاعدادية – حاصل على شهادة الثانوية – مؤهل جامعي – مؤهل فوق جامعي حتى الماجستير- مؤهل

فوق جامعي حتى الدكتوراه .

فاعلية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء أطفال الأوتيزم

مستوى تعليم الام : نفس ما سبق .

ج- المستوى الوظيفي : وظيفة الاب : تضمن : (متوفي – لا يعمل – متقاعد – يعمل), وظيفة الام : تضمن : (متوفاة – لا تعمل – متقاعدة – تعمل).

ولقد تم تطبيق هذه القائمة على العينة (60) من آباء الأوتيزم , ثم تم اخذ (20) من آباء الأوتيزم على حصولوا على اقل درجات في التفكير الايجابي وأعلى درجات في قلق المستقبل , ويلاحظ أن الدرجة الكلية =46 والدنيا = 11 , وتشير الدرجات المرتفعة إلى ارتفاع المستوى الاقتصادي والاجتماعي والعكس صحيح , كما تبين أن هناك تكافؤ بين الآباء من حيث النوع , المستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي (متوسط) .

وقد حققت القائمة كفاءة سيكومترية جيدة فقد بلغت قيمة معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ 0.83 وقيمة ثبات التجزئة النصفية 0.90, وأسفرت نتائج صدق التمييز والصدق المنطقي عن صدق القائمة من حيث محتواها وبنائها .

البرنامج الارشادي لتنمية بعض مهارات التفكير الايجابي:

هدف البرنامج:

الهدف الرئيسي للبرنامج الارشادي هو تنمية بعض مهارات التفكير الايجابي، ويتم تحقيق هذا الهدف من خلال الجلسات التالية، الموضحة في جدول رقم (٥).

جدول (٥) ملخص جلسات البرنامج الارشادي لتنمية بعض مهارات التفكير الايجابي

الجلسات	عنوان الجلسة	اهداف الجلسة	الفنيات المستخدمة	مدة الجلسة
الاولى	تعارف شخصي وتعريف بالبرنامج	<ul style="list-style-type: none"> ان يقوم الباحث والاباء وتكوين علاقة تسودها روح المودة والألفة والاحترام المتبادل بينهم. ان يوضح الباحث البرنامج والهدف منه والزمن الذي سوف يستغرقه. ان يقوم الباحث بالاتفاق على بعض الامور الاجرائية والتنظيمية لخطوات سير البرنامج مثل عدد الجلسات ومكانها، الحرص على عدم الغياب، وضرورة المشاركة الفعالة في البرنامج من حيث التفاعل داخل الجلسات وتنفيذ الواجبات المنزلية. 	المحاضرة المناقشة الجماعية التغذية الرجعية	٩٠ دقيقة
الثانية	طفل الأوتيزم	<ul style="list-style-type: none"> ان يقوم بتزويد المشتركين بمعلومات عن اضطراب الأوتيزم من خلال عرض مجموعة من التعريفات التي توضحه. ان يقوم الباحث بتوضيح للمشاركين اسباب الأوتيزم. 	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	٩٠ دقيقة

فاعلية برنامج لتنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء أطفال الأوتيزم

		<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح للمشاركين خصائص طفل الأوتيزم من الناحية الاجتماعية 		
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي التغذية الراجعة	<ul style="list-style-type: none"> • ان يوضح الباحث للمشاركين الخصائص التواصلية والسلوكية للطفل الأوتيزم. • ان يقوم الباحث بالتعرف على آراء الاباء المشاركين حول الموضوع المطروح. 	الخصائص التواصلية والسلوكية لطفل الوتيزم	الثالثة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث تزويد المشاركين بمعلومات عن خصائص الطفل الأوتيزم (الخصائص الحسية، الخصائص الادراكية، اللعب) • ان يقوم الباحث بالتعرف على آراء الاباء المشاركين حول الموضوع المطروح. 	الخصائص الحسية والادراكية لطفل الوتيزم	الرابعة
	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتزويد المشاركين بمعلومات عن كيفية تطوير اللعب لدى اطفال الوتيزم • ان يقوم الباحث بتزويد المشاركين بمعلومات عن كيفية التواصل لدى اطفال الوتيزم • ان يقوم الباحث بالتعرف على آراء المشاركين في الموضوع المطروح 	كيف نتعامل مع بعض الخصائص اطفال الوتيزم	الخامسة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتزويد المشاركين بمعلومات عن قلق المستقبل • ان يقوم الباحث بتوضيح مظاهر قلق المستقبل وآثاره السلبية وما يتركه من تأثيرات في صحة الفرد النفسية والجسدية • ان يقوم الباحث بالتعرف على أفكار الآباء حول الموضوع المطروح ومناقشته 	معنى قلق المستقبل ومظاهره وآثاره السلبية	السادسة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي الدحض والتنفيذ	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح مفهوم الإيجابية. • ان يقوم الباحث بتوضيح أهمية التفكير الإيجابي. 	مفهوم الإيجابية	السابعة

		<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح الفروقات بين الشخص السليبي والشخص الإيجابي. 		
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح سمات التفكير الإيجابي وسمات التفكير السليبي • ان يقوم الباحث بالتعرف على اراء المشاركات ومناقشتها 	مفهوم الإيجابية (٢)	الثامنة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح مفهوم التفاؤل والتوقع الإيجابي كبعد من ابعاد التفكير الإيجابي. • ان يقوم الباحث بتعريف المشاركين على خصائص الأباء المتفائلون وخصائص الأباء المتشائمون. • ان يقوم الباحث بتزويد الأباء بالمعلومات لمساعدتهم في اكتساب مهارة التفاؤل. • ان يقوم الباحث بالتعرف على اراء الأباء وخبراتهم الخاصة حول الموضوع المطروح. 	التفاؤل والتوقع الإيجابي	التاسعة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح معنى تقبل الذات ومصادر تقبل الذات. • ان يقوم الباحث بتعريف المشاركين على اثر إعاقة الطفل على مفهوم الذات لدى الأباء المشاركين. • ان يقوم الباحث بتعريف الأباء بالإجراءات الضرورية لتقبل الذات. • ان يقوم الباحث بتعريف الأباء بالأفكار التي تساعدهم على تقبل الذات. 	الحديث الإيجابي للذات وتقبلها	العاشرة
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث بتوضيح ما هو التخيل الإيجابي وخصائصه • ان يقوم الباحث بتمرين التخيل الإيجابي والهدف منه 	التخيل الإيجابي	الحادية عشر
٩٠ دقيقة	المحاضرة المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم الباحث تعريف الضغوط النفسية الوالدية. • ان يقوم الباحث بتوضيح الضغوط النفسية التي تواجه الوالدين للطفل. 	الضغوط الوالدية	الثانية عشر

	المناقشة التعزيز الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> • ان يقوم بتوجيه الشكر للامهات والآباء على مشاركتهم الفعالة في البرنامج. • ان يقوم الباحث تطبيق القياس البعدي (مقياس التفكير الإيجابي، مقياس قلق المستقبل). 	تقييمية للبرنامج الارشادي	الثالثة عشر

وبعد القياس البعدي بشهر تطبق ادوات البحث السيكومترية مرة اخرى على افراد العينة التجريبية (القياس التتبعي)، وذلك للتأكد من مدى استمرار فعالية التدريب على البرنامج لدى المجموعة التجريبية لآباء الاطفال الاوتيزم.

رابعاً: الاساليب الاحصائية المستخدمة:

- تم استخدام الاساليب الاحصائية الوصفية التالية باستخدام برنامج SPSS,20:
أ- الانحراف المعياري (ع).
ب- المتوسط (م).
- كما تم استخدام الاساليب الاحصائية اللابارامترية التالية باستخدام برنامج SPSS,20:
أ- اختبار مان ويتني Mann-Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين.
ب- اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين.

رابعاً: نتائج البحث ومناقشتها

ينص الفرض الاول على انه: يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترية اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (٦) نتائج الاحصاء اللابارامترية اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي:

جدول (٦)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد

عينة البحث التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادي وذلك للدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته وقيمة حجم التأثير (ن=١٠).

الإحصائية المكونات	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=10)	العدد (ن)	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجال الأول: التوقع الإيجابي	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.809-	0.01	قوي جداً
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					
المجال الثاني: الحديث الإيجابي	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.812-	0.01	قوي جداً
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					
المجال الثالث: التخيل الإيجابي	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.805-	0.01	قوي جداً
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					
المجال الرابع: الضغوط الوالديه	الرتب السالبة	0	0.00	0.00	-2.810-	0.01	قوي جداً
	الرتب الموجبة	10	5.50	55.00			
	الرتب المتعادلة	0					
	الإجمالي	10					

١ قوي جداً	0.01	-2.807-	0.00	0.00	0	الرتب السالبة	الدرجة الكلية للمقياس التفكير الإيجابي
			55.00	5.50	10	الرتب الموجبة	
					0	الرتب المتعادلة	
					10	الإجمالي	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي في مهارات التفكير الإيجابي ككل وفي كل مجال من مكوناته في اتجاه القياس البعدي، مما يدل على تحقق الفرض الأول للدراسة، أي يمكن قبول الفرض الإحصائي الأول.

ولحساب حجم تأثير البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، فقد اعتمد الباحث في حسابه على ما أشار إليه (عزت عبد الحميد، ٢٠١١، ٢٧٩-٢٨٠) أنه عند استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب أزواج الدرجات المرتبطة، وحين تسفر النتائج عن وجود فرق دال إحصائياً بين رتب الأزواج المرتبطة من الدرجات أو بين رتب القياسين القبلي والبعدي، فإنه يمكن معرفة قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة Matched- Pairs Rank Biserial Correlation الذي يُحسب من المعادلة التالية:

$$r = (4(T1) / n(n+1)) - 1 \dots\dots(1)$$

حيث $r =$ قوة العلاقة (معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة).

$T1 =$ مجموع الرتب ذات الإشارة الموجبة.

$n =$ عدد أزواج الدرجات.

ويتم تفسير (r) كما يلي:

- إذا كان: $(r) > 0,4$ ، فيدل على علاقة ضعيفة أو حجم تأثير ضعيف.
 - إذا كان: $(r) \geq 0,4$ ، فيدل على علاقة متوسطة أو حجم تأثير متوسط.
 - إذا كان: $(r) \geq 0,7$ ، فيدل على علاقة قوية أو حجم تأثير قوي.
 - إذا كان: $(r) \leq 0,9$ ، فيدل على علاقة قوية جداً أو حجم تأثير قوي جداً.
- وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان قوي جداً حيث كانت $(R) \leq 0.9$ أي أن المتغير المستقل يفسر (100 %) من التباين في المتغير التابع.

ويرجع الباحث سبب هذه النتيجة هو فعالية البرنامج المستخدم في تنمية مهارات التفكير الإيجابي لدى آباء أطفال الأوتيزم، وهذا يشير إلى تحسن مهارات التفكير الإيجابي لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد عمل جلسات البرنامج الإرشادي، مما يؤكد فاعلية البرنامج المستخدم في البحث الحالية، كما يفسر الباحث هذه النتيجة للعلاقة الإرشادية الوطيدة بين الباحث وأفراد المجموعة التجريبية، والوعي بالأفكار السلبية التي يخلفها القلق على مستقبل أطفالهم، كما يفسر ذلك بأن الفنيات التي يتضمنها البرنامج الإرشادي لها تأثير قوي في تنمية التفكير الإيجابي،

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما اوضحته الدراسات السابقة، مثل دراسة (ابراهيم، ٢٠٠٥) ، (رقية محمد اليعقوبي، ٢٠١٣)، (طبزوادة، ٢٠١٧) والتي اكدت على وجود فروق بين افراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج ، للاختلاف الذي طرأ على المجموعة التجريبية وهو تطبيق البرنامج الارشادي.

ينص الفرض الثاني على انه: توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي".

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (٧) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي:

جدول (٧)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد

عينة البحث الضابطة قبل وبعد تطبيق الطرق التقليدية وذلك للدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته (ن=١٠).

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد (ن)	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=10)	الاحصائية / المكونات
0.317 غير دالة	-1.000-	1.00	1.00	1	الرتب السالبة	المجال الأول: التوقع الايجابي
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.317 غير دالة	-1.000-	0.00	0.00	0	الرتب السالبة	المجال الثاني: الحديث الايجابي
		1.00	1.00	1	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.317 غير دالة	-1.000-	1.00	1.00	1	الرتب السالبة	المجال الثالث: التخيل الايجابي
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.317	-1.000-	0.00	0.00	0	الرتب السالبة	
		1.00	1.00	1	الرتب الموجبة	

غير دالة				9	الرتب المتعادلة	المجال الرابع: الضغوط الوالديه
				10	الإجمالي	
غير دالة	-0.378-	6.00	3.00	2	الرتب السالبة	الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي
				2	الرتب الموجبة	
				6	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	

يتضح من الجدول السابق بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل وبعد تطبيق الطرق التقليدية في مقياس مهارات التفكير الإيجابي ككل وفي كل مجال من مكوناته، مما يدل على رفض الفرض الاحصائي وقبول الفرض الصفري الثاني للدراسة. كما قد يفسر الباحث هذه النتيجة هو عدم خضوع افراد المجموعة الضابطة الى البرنامج الارشادي المعد مقبل الباحث.

ينص الفرض الثالث على انه: توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية. للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار مان ويتني Mann-Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين. باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (٨) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار(مان ويتني Mann-Whitney Test) ودلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياس البعدي"، كما يلي:

جدول (٨)

قيمة (مان ويتني Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في القياس البعدي، وذلك على مقياس التفكير الإيجابي ومكوناته (ن = ٢٠)

المكونات المقياس	المجموعات	العدد ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة " Z "	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجال الأول: التوقع الإيجابي	التجريبية	10	15.50	155.00	- 3.830	0.0001	١ قوي جداً
	الضابطة	10	5.50	55.00			
المجال الثاني: الحديث الإيجابي	التجريبية	10	15.50	155.00	- 3.808	0.0001	١ قوي جداً
	الضابطة	10	5.50	55.00			
	التجريبية	10	15.50	155.00		0.0001	١

المكونات المقياس	المجموعات	العدد ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة " Z "	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجال الثالث: التخيل الإيجابي	الضابطة	10	5.50	55.00	- 3.801		قوي جداً
المجال الرابع: الضغوط الوالديه	التجريبية	10	15.50	155.00	- 3.797	0.0001	قوي جداً
	الضابطة	10	5.50	55.00			
الدرجة الكلية للمقياس	التجريبية	10	15.50	155.00	- 3.794	0.0001	قوي جداً
	الضابطة	10	5.50	55.00			

ويتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\geq 0,05$) بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وذلك في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي، في اتجاه آباء المجموعة التجريبية. حيث كانت قيمة (Z) جميعها دالة إحصائية عندي مستوى دلالة ($0,0001$) وهي دلالة قوية جداً؛ مما يعنى تحقق الفرض الثالث للدراسة.

ولحساب حجم تأثير البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، فقد اعتمد الباحث في حسابه على ما أشار إليه (عزت عبد الحميد، 2011: 280) أنه عند استخدام اختبار مان- ويتني Mann-Whitney لحساب الفرق بين متوسطي رتب درجات مجموعتين مستقلتين، وليكن المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، وحين تسفر النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات هاتين المجموعتين المستقلتين، فإنه يمكن معرفة قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع أو حجم تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع عند استخدام اختبار مان- ويتني، تم استخدام معامل الارتباط الثنائي للرتب Rank Biserial Correlation الذي يُحسب من المعادلة التالية:

$$r = 2(MR1 - MR2) / (n1 + n2) \dots \dots \dots (2)$$

حيث (r) = قوة العلاقة عند استخدام اختبار مان- ويتني (معامل الارتباط الثنائي للرتب).

MR1 = متوسط رتب المجموعة الأولى (أو التجريبية).

MR2 = متوسط رتب المجموعة الثانية (أو الضابطة).

n1 = عدد أفراد المجموعة الأولى (أو المجموعة التجريبية).

n1 = عدد أفراد المجموعة الثانية (أو المجموعة الضابطة).

ويتم تفسير (r) كما يلي:

- إذا كان: $(r) > 0,4$ فيدل على علاقة ضعيفة أو حجم تأثير ضعيف.
- إذا كان: $(r) \geq 0,4$ فيدل على علاقة متوسطة أو حجم تأثير متوسط.
- إذا كان: $(r) \geq 0,7$ فيدل على علاقة قوية أو حجم تأثير قوي.
- إذا كان: $(r) \leq 0,9$ فيدل على علاقة قوية جداً أو حجم تأثير قوي جداً.

وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان متوسط، حيث كانت $(R) \leq 0.9$ أي أن المتغير المستقل يفسر (100 %) من التباين في المتغير التابع.

يرى الباحث ان سبب هذه النتيجة هو فاعلية اجراءات البرنامج الارشادي اي تنمية مهارات التفكير الايجابي لدى آباء اطفال الاوتيزم، كما يتضح تحسن درجات افراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، عكس درجات افراد المجموعة الضابطة التي لم تتعرض الى البرنامج الارشادي.

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما اوضحته الدراسات السابقة، مثل دراسة (Hongngam,2003) ، (ابراهيم، ٢٠٠٥)، (انتصار احمد رضوان، ٢٠١٢)، (رياض محمد ابو شرف، ٢٠١٦) التي اكدت على وجود فروق بين المجموعتين التجريبية الضابطة في القياس البعدي على مقياس مهارات التفكير الايجابي لصالح المجموعة التجريبية.

ويفسر الباحث ان هذه النتيجة ترجع لعدة عوامل وهي العلاقة الطيبة بين الآباء والباحث، ورغبة الآباء الشديدة في الاشتراك في البرنامج بهدف توعيتهم، وارشادهم، وترجع هذه النتيجة الى محتوى وما تضمنه البرنامج من معلومات وارشادات تتعلق بطبيعة اضطراب الاوتيزم، واسبابه، والمشكلات التي تواجهها الاسرة بسبب تواجد طفل اوتيزم ضم افرادها، وحاول الباحث من خلال البرنامج تعديل بعض المعلومات والافكار الخاطئة لدى آباء الاطفال من خلال استخدام بعض الاستراتيجيات الايجابية مثل اعادة البناء المعرفي، ودحض الافكار السلبية، من خلال المناقشة والحوار الايجابي، كما قام الباحث بتوضيح للآباء بضرورة الانتباه الى الحوار الذاتي الايجابي ومن خلال استراتيجيات ايجابية منتظمة، فركز الباحث على تدريب الآباء على كيفية التفكير بشكل ايجابي الذي يساعدهم على مواجهة مشكلاتهم الضغوط و القلق على مستقبل طفلهم الاوتيزم، والتدرب على الفنيات الايجابية المختلف التي ادت الى اكتساب المهارات الايجابية لدى الآباء، أدى ذلك في النهاية الى تحسن درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي.

ينص الفرض الرابع على انه: لا توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي.

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (٩) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي:

جدول (٩)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي وذلك للدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته (ن=10).

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد (ن)	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=١٠)	الاحصائية المكونات
غير دالة	-1.000	0.00	0.00	0	الرتب السالبة	المجال الأول: التوقع الايجابي
		1.00	1.00	1	الرتب الموجبة	

0.317 غير دالة	- 1.000-			9	الرتب المتعادلة	المجال الثاني: الحديث الايجابي
				10	الإجمالي	
		1.00	1.00	1	الرتب السالبة	
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
0.317 غير دالة	- 1.000-			10	الإجمالي	المجال الثالث: التخيل الايجابي
				1	الرتب السالبة	
		1.00	1.00	0	الرتب الموجبة	
		0.00	0.00	9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.157 غير دالة	- 1.414-			0	الرتب السالبة	المجال الرابع: الضغوط الوالديه
				2	الرتب الموجبة	
		0.00	0.00	8	الرتب المتعادلة	
		3.00	1.50	10	الإجمالي	
				10	الإجمالي	
0.655 غير دالة	- 0.447-			1	الرتب السالبة	الدرجة الكلية لمقياس التفكير الإيجابي
				1	الرتب الموجبة	
		2.00	2.00	8	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	

يتضح من الجدول السابق بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي؛ مما يدل على تحقق الفرض الرابع للدراسة، وعلى بقاء أثر الإرشادي للبرنامج.

ويفسر الباحث استمرار فعالية البرنامج الإرشادي لدى آباء المجموعة التجريبية بعد مرور شهرين من تطبيق البرنامج الإرشادي لتنمية المهارات التفكير الإيجابي لدى أفراد المجموعة التجريبية، حيث تم تدريبهم على التفكير بطريقة إيجابية لخفض القلق على مستقبل ابنائهم.

كما يرجع الباحث عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى الاستفادة الآباء من البرنامج وخاصة أن الباحث استخدم استراتيجيات مناسبة لهم وعلاقة الباحث الجيد مع الآباء ورغبة أفراد المجموعة التجريبية في المشاركة في البرنامج.

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما أوضحتها الدراسات السابقة، مثل دراسة (نسرين نبيه ملحم، ٢٠١٤)، (هدى محمد جمال ٢٠١٥)، (طبوزادة، ٢٠١٧) والتي أكدت على عدم وجود فروق بين القياسين البعدي والتتبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية لمقياس مهارات التفكير الإيجابي.

ينص الفرض الخامس على أنه: توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي " بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (١٠) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي:

جدول (١٠)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد

عينة البحث التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الارشادي وذلك للدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته وقيمته وحجم التأثير (ن=١٠).

الإحصائية المكونات	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=10)	العدد (ن)	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجال الأول: الخوف من المستقبل	الرتب السالبة	10	5.50	55.00	-2.807-	0.01	قوي جداً -1
	الرتب الموجبة	0	0.00	0.00			
	الرتب المتعادلة	0					
المجال الثاني: النظرة التشاؤمية	الإجمالي	10			-2.814-	0.01	قوي جداً -1
	الرتب السالبة	10	5.50	55.00			
	الرتب الموجبة	0	0.00	0.00			
الدرجة الكلية للمقياس قلق المستقبل	الرتب السالبة	10	5.50	55.00	-2.807-	0.01	قوي جداً -1
	الرتب الموجبة	0	0.00	0.00			
	الرتب المتعادلة	0					

				10	الإجمالي	
--	--	--	--	----	----------	--

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي في قلق المستقبل ككل وفي كل مجال من مكوناته في اتجاه القياس البعدي حيث (انخفضت قيم مقياس قلق المستقبل في القياس البعدي)، مما يدل على تحقق الفرض الخامس للدراسة.

ولحساب حجم تأثير البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، فقد اعتمد الباحث في حسابه قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة التي أشار إليه (عزت عبد الحميد، ٢٠١١، ٢٧٩) والمستخدم مع اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب أزواج الدرجات المرتبطة، والمستخدم في الفرض الأول. وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان قوي جداً، حيث كانت $(R) \leq 0.9$ أي أن المتغير المستقل يفسر (100%) من التباين في المتغير التابع.

حيث يرى الباحث إمكانية عزو هذه النتيجة إلى لبرنامج الإرشادي المستخدم في البحث الحالية واثره الإيجابي على المجموعة التجريبية، الذي أدى إلى تخفيف قلق المستقبل لدى أفراد المجموعة التجريبية، حيث كانت الفنيات المستخدمة في البرنامج ذات معنى في حياتهم، مما جعلهم أكثر فهماً وحرصاً للاستفادة من فنيات البرنامج، فقد أعطى البرنامج الإرشادي الفرصة للمشاركين ملاحظة الآخرين والتنفيس عن انفعالاتهم، ومناقشة المشاكل والصعوبات التي يواجهونها مع طفلهم الأوتيزم، وطرح الحلول لهذه المشكلات، وقد ساعدت الخبرات المستخدمة في البرنامج الإرشادي أفراد المجموعة على الإفصاح الذاتي عن مشاعرهم واحاسيسهم تجاه طفلهم الأوتيزم وخاص المشاعر السلبية والمثيرة لقلق المستقبل.

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما اوضحته الدراسات السابقة، مثل دراسة (عادل علي محمد، ٢٠١٠) (Gupta&Zimmer, 2008)، والتي اكدت على اهمية البرامج الارشادية في خفض القلق بصفة عامة، وقلق المستقبل بصفة خاصة.

اما الفرض السادس:

ينص على: توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين القبلي والبعدي".

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (١١) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي:

جدول (١١)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد

عينة البحث الضابطة قبل وبعد تطبيق الطرق التقليدية وذلك للدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته (ن=١٠).

مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد (ن)	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=10)	الاحصائية / المكونات
0.317 غير دالة	-1.000-	1.00	1.00	1	الرتب السالبة	المجال الأول: الخوف من المستقبل
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.317 غير دالة	-1.000-	1.00	1.00	1	الرتب السالبة	المجال الثاني: النظرة التشاؤمية
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				9	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	
0.157 غير دالة	-1.414-	3.00	1.50	2	الرتب السالبة	الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل
		0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
				8	الرتب المتعادلة	
				10	الإجمالي	

يتضح من الجدول السابق بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة قبل وبعد تطبيق الطرق التقليدية في مقياس قلق المستقبل ككل وفي كل مجال من مكوناته، مما يدل على رفض الفرض الاحصائي وقبول الفرض الصفري السادس للدراسة.

يستنتج الباحث مما سبق عدم وجود فروق بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي لمقياس قلق المستقبل، مما تدل هذه النتيجة على عدم وجود تحسن واضح لدى أفراد المجموعة الضابطة، لعدم تعرضها للبرنامج الإرشادي وفتياته المعتمدة، بالإضافة إلى أن عدم التحسن مهارات التفكير الإيجابي لدى المجموعة الضابطة أدى إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس قلق المستقبل.

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما أوضحت الدراسات السابقة، مثل دراسة (عبد الرزاق، ٢٠٠٥)، (الوليدي، ٢٠١٣)، (فتحي، ٢٠١٥) حيث أوضحت جميعها على أن المجموعة الضابطة لم يطرأ عليها أي تحسن ملموس في القياس البعدي، لأنها لم تخضع للبرنامج الإرشادي المستخدم مع المجموعة التجريبية.

ينص الفرض السابع على أنه: توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية ومتوسطات رتب درجات آباء المجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي " لصالح العينة التجريبية.

للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والأسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار مان ويتني Mann-Whitney Test للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين المستقلتين. باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (١٢) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار (مان ويتني Mann-Whitney

(Test) ودلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسى البعدي"، كما يلي:

جدول (١٢)

قيمة (مان ويتني Mann-Whitney Test) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي في القياسى البعدي، وذلك على مقياس قلق المستقبل ومكوناته (ن = ٢٠)

المكونات المقياس	المجموعات	العدد ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة " Z "	مستوى الدلالة	حجم التأثير
المجال الأول: الخوف من المستقبل	التجريبية	10	5.50	55.00	-3.787	0.0001	قوي جداً -1
	الضابطة	10	15.50	155.00			
المجال الثاني: النظرة التشاؤمية	التجريبية	10	5.50	55.00	-3.820	0.0001	قوي جداً ١-
	الضابطة	10	15.50	155.00			
الدرجة الكلية للمقياس	التجريبية	10	5.50	55.00	-3.787	0.0001	قوي جداً ١-
	الضابطة	10	15.50	155.00			

ويتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى ($\geq 0,05$) بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي وذلك في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي، في اتجاه آباء المجموعة التجريبية. حيث كانت قيمة (Z) جميعها دالة إحصائية عندي مستوى دلالة ($0,0001$) وهي دلالة قوية جداً؛ مما يعنى تحقق الفرض السابع للدراسة.

ولحساب حجم تأثير البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية، فقد اعتمد الباحث في حسابه قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع أو حجم تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع عند استخدام اختبار مان- ويتني، على استخدام معامل الارتباط الثنائي للرتب والتي أشار إليها (عزت عبد الحميد، ٢٠١١: ٢٨٠) والمستخدم مع اختبار مان- ويتني Mann-Whitney لحساب الفرق بين متوسطي رتب درجات مجموعتين مستقلتين، والسابق استخدامها في الفرض الثالث.

وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان قوي جداً، حيث كانت ($R \leq 0.9$) أي أن المتغير المستقل يفسر (100 %) من التباين في المتغير التابع.

استنتج الباحث مما سبق ان متوسط درجات المجموعة التجريبية على مقياس قلق المستقبل وابعاده ادنى من متوسطات درجات المجموعة الضابطة، مما يوضح تدني مستوى قلق المستقبل لدى افراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الارشادي، ويدل ايضا على اثر مهارات التفكير الايجابي التي اكتسبها افراد المجموعة التجريبية خلال البرنامج الارشادي.

وتتفق نتائج هذه البحث مع ما اوضحته الدراسات السابقة، مثل دراسة (ابراهيم اسماعيل، ٢٠٠٦)، (الوليدي، ٢٠١٣)، (فتحي، ٢٠١٥) التي اشارت الى فاعلية الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل .

فاعلية برنامج تنمية بعض مهارات التفكير الإيجابي لخفض قلق المستقبل لدى آباء أطفال الأوتيزم

ويمكن تفسير ذلك من منطلق ان قلق المستقبل يقل من خلال احساس اباء اطفال الاوتيزم بالإيجابي، فكلما زاد التفكير بطريقة ايجابية اصبح انساناً يتصرف بشكل طبيعي دون قلق او رهبة، وعلى العكس من ذلك الخوف والتشاؤم يؤدي بنتائج سلبية تنعكس على طفلهم الاوتيزم. ومن خلال البرنامج الارشادي المستخدم في البحث الحالية فان جلسات البرنامج كان هدفها الرئيسي هو تنمية مهارات التفكير الايجابي ، والذي ينعكس على خفض قلق المستقبل.

ينص الفرض الثامن على انه: لا توجد فرق دال إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي. للتحقق من صح هذا الفرض استخدم الباحث والاسلوب الاحصائي اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test) للعينيتين المرتبطتين، للكشف عن دلالة الفروق بين المجموعتين باستخدام برنامج SPSS,20، ويوضح جدول (١٣) نتائج الاحصاء اللابارامترى اختبار "ويلكوكسون" (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) كما يلي

جدول (١٣)

قيمة اختبار (Wilcoxon Signed Ranks Test Z) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات أفراد عينة البحث التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي وذلك للدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته (ن=10)

حجم التأثير	مستوى الدلالة	قيمة Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد (ن)	نتائج القياس (قبلي/ بعدي) المجموعة التجريبية (ن=10)	الاحصائية المكونات
-1 قوي جداً	0.01	-2.456	28.00	4.00	7	الرتب السالبة	المجال الأول: الخوف من المستقبل
			0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
					3	الرتب المتعادلة	
					10	الإجمالي	
-1 قوي جداً	0.01	-2.828	36.00	4.50	8	الرتب السالبة	المجال الثاني: النظرة التشاؤمية
			0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
					2	الرتب المتعادلة	
					10	الإجمالي	
-1 قوي جداً	0.01	-2.848	55.00	5.50	10	الرتب السالبة	الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل
			0.00	0.00	0	الرتب الموجبة	
					0	الرتب المتعادلة	
					10	الإجمالي	

يتضح من الجدول السابق بأنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات رتب درجات آباء المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل ومكوناته في القياسين البعدي والتتبعي"؛ لصالح القياس التتبعي"؛ مما يدل على رفض الفرض الصفري الثامن وقبول الفرض البديل الموجهة للدراسة، وعلى بقاء أثر البرنامج الإرشادي.

ولحساب حجم تأثير البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية، فقد اعتمد الباحث في حسابه قوة العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة التي أشار إليه (عزت عبد الحميد، ٢٠١١: ٢٧٩-٢٨٠) والمستخدم مع اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test لحساب الفرق بين متوسطي رتب أزواج الدرجات المرتبطة، والمستخدم في الفرضين الأول والخامس.

وبتطبيق المعادلة السابقة يظهر أن حجم التأثير كان قوي جداً، حيث كانت $(R) \leq 0.9$ أي أن المتغير المستقل يفسر (100 %) من التباين في المتغير التابع.

ويرى الباحث ان الغرض من هذا الفرض هو معرفة استمرار اثر البرنامج الإرشادي على افراد المجموعة التجريبية ، وقد اشارت النتائج البحث الحالية الى استمرار اثر البرنامج في خفض قلق المستقبل لدى اباء المجموعة التجريبية، واحتفاظهم بما تعلموه اثناء جلسات البرنامج، ويوضح ذلك مدى الاستفادة من فنيات واجراءات البرنامج التي امتد اثره مع الالباء الى ما بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج، وكذلك بين الاثر الايجابي والفعال للبرنامج، ويرجع ذلك الى ان الخبرات التي اكتسبها وتعلمها الالباء اثناء البرنامج الإرشادي، حيث شارك الالباء في جميع جلسات أنشطة البرنامج ومناقشاته، كما كانت رغبتهم كبيرة لاكتساب المهارات الايجابية وبعد معرفتهم بعواقب قلقهم الزائد على طفلهم الاوتيزم ، ادي ذلك الى زيادة اثر الاستفادة من تلك المهارات، وعدم زوال اثرها بمجرد انتهاء البرنامج.

توصيات البحث:

في ضوء ما توصلت اليه البحث الحالية من نتائج يقدم الباحث مجموعة من التوصيات التي قد تسهم في تقديم الخدمات لأسر اطفال الاوتيزم:

١. عمل ندوات لعامة الناس في المجتمع العراقي لتعريفهم باضطراب الاوتيزم وخصائصه.
٢. تخصيص اماكن داخل مراكز ووحدات اطفال الاوتيزم لتقديم الخدمات الارشادية والنفسية لأسر اطفال الاوتيزم.
٣. تأهيل متخصصين في الارشادي الاسري ليكونوا قادرين تقديم افضل الخدمات الارشادية لأسر اطفال الاوتيزم.

دراسات مقترحة:

استكمالاً للجهد الذي بدأته البحث الحالية وفي ضوء ما انتهت اليه هذه البحث من نتائج، استطاع الباحث تقديم بعض مقترحات التي لازالت تحتاج الى البحث:

١. فاعلية برنامج ارشادي في تنمية اساليب التعامل مع قلق المستقبل لدى اسره اطفال الاوتيزم.
٢. عمل برامج ارشادية لتنمية مهارات التفكير الايجابي لخفض اضطرابات نفسية اخرى لدى اسره اطفال التوحد.
٣. التفكير الايجابي وعلاقته بمفهوم الذات لدى اباء اطفال الاوتيزم.

قائمة مراجع الدراسة

قائمة المراجع باللغة العربية :

- ابراهيم، امانى، (٢٠١٥)، فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية (في ضوء النموذج المعرفي)، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة، مصر.
- الخطيب، جمال، (٢٠٠١)، أولياء أمور الاطفال المعوقين، الرياض- المملكة العربية السعودية، أكاديمية التربية الخاصة.
- الخولي، هشام، (٢٠٠٨)، الاوتيزم (التوحد) الإيجابيات الصامتة استراتيجيات لتحسين أطفال الاوتيزم، القاهرة، دار النهضة المصرية.
- دياب، محمد، (٢٠١٤)، علم النفس الإيجابي، الرياض- المملكة العربية السعودية، دار الزهراء للطبع والنشر.
- سليمان، سناء محمد، (٢٠١٤)، الطفل الذاتوي (التوحد) بين الغموض والشفقة والفهم والرعاية، مصر، عالم الكتب.
- شقير، زينب، (٢٠٠٥)، مقياس قلق المستقبل، القاهرة- مصر، مكتبة النهضة المصرية.
- طبوزادة، حسين، (٢٠١٨)، تنمية التفكير الإيجابي لدى طلاب الجامعة كمدخل لخفض بعض الاضطرابات النفسية، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية جامعة عين شمس، مصر.
- عبد الستار ابراهيم، (٢٠٠٨)، عين العقل . دليل المعالج النفسي المعرفي الإيجابي ، مصر، مكتبة الانجلو المصرية.
- عزت عبد الحميد محمد حسن (٢٠١١)، الإحصاء النفسي والتربوي: تطبيقات باستخدام برنامج SPSS18. القاهرة ، دار الفكر العربي.
- عشري ، محمود محي الدين، (٢٠٠٤)، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان ، المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس ، المجلد الاول، ص ٣٢٣-٣٥٩ .
- فتحي، ايمان، (٢٠١٥)، برنامج ارشادي لتحسين فاعلية الذات واثره على قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة ، مصر.
- محمد الخطاب، (٢٠٠٤)، فاعلية برنامج علاجي باللعب لخفض درجة بعض الاضطرابات السلوكية لدى عينة من الاطفال التوحديين ، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس ، مهد الدراسات العليا للطفولة، مصر.
- محمد، عادل، (٢٠١٠)، اثر برنامج ارشادي للعلاج بالواقع في خفض قلق المستقبل عند الطلاب فاقد الابوين في المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.
- مريم، طاوسي، (٢٠١٩) قلق المستقبل وعلاقته بالامن النفسي لدى امهات اطفال اضطراب التوحد، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
- المومني، محمد احمد، (٢٠١٢)، قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الاردنية في العلوم التربوية- الاردن، المجلد(٩)، ص ١٧٣-١٨٥.

- ناهدة عبد زيد واخرون، (٢٠١٣)، مستوى التفكير الايجابي وعلاقته بالحصيلة المعرفية بالكرة الطائرة ، مجلة العلوم الانسانية ، مؤتمر العلمي الرابع لكلية التربية للعلوم الانسانية بابل ٢٤١-٢٥٤ .
- النجار، فاطمة الزهراء محمد،(٢٠١٣) ، تخفيف قلق المستقبل وتحسين معايير جودة الحياة المدركة لدى عين من امهات المعاقين، مجلة الدراسات عربية في التربية وعلم النفس- السعودية، المجلد (٣)، ص ١٢٣-١٥٣ .
- الوليدي، علي، (٢٠١٣) ، فاعلية برنامج ارشادي عقلائي انفعالي سلوكي في خفض مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الثانوية بمنطقة عسير، مجلة كلية التربية، المجلد (٩٣)، ص ٢٤٥-٢٨٤ .

المراجع باللغة الانجليزية:

- America Psychiation Association (2013) : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5 Th Edition, Revised. Washington, DSM_V. 217 -222.
- Ekas,N, Lickenbrock,D & Whitman,T (2010). Optimism, Social Support,and Well-Being in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder. J Autism Dev Disord 40:1274- 1284.
- Gupta, L. & Zimmer, C. (2008):Psychological intervention for war-affected children in Sierra Leone. British Journal of Psychiatry, Vol.(192), PP.212-216.
- Hongngam,G.(2003).The effect of group counseling toward strss of parents autistic children. Master Thesis university of Mahidol Thailand.
- Seligman, M. Csikzeustmihaly, M. (2000) : Positive psychology: An Introduction American Psychology IST.
- Vincent, N. (2003) : Amazing Results of Positive Thinking , New York, Simon&Schuster.
- Zaleski, Z , Future orientation and anxiety, 2005, In Strathman, A, & Joireman, J, Understanding Behavior in the Context of Time: Theory Research, and Application, NJ – USA, 2005,125 – 142 .

The effectiveness of a program to develop some positive thinking skills to reduce future anxiety among parents of autistic children

Ahmed Qasim Khlef

PHD Degree - Literature Psychology - Faculty of Women for Arts, Science & Education - Ain Shams University - Egypt
ak2841575@gmail.com

Dr. Maggie William Youssef

Assistant Professor of Psychology
Psychology Department
Faculty of Women for Arts, Science & Education
Ain Shams University - Egypt
Tadres@gmail.com

Dr. Rasha Adel Abdel Aziz

Psychology teacher - Psychology Department
Faculty of Women for Arts, Science & Education
Ain Shams University – Egypt
Rasha.adel@women.asu.edu.eg

ABSTRACT

The current study aims to develop some positive thinking skills to reduce future anxiety experienced by parents of autistic children through a counseling program designed for this purpose and to achieve the goals of the study, the researcher used the following tools: Positive Thinking Skills Scale, Future .Anxiety Scale

The sample of the study consisted of (20) fathers and mothers of autistic children registered in the Autism unit at Shatra General Hospital, Dhi Qar Governorate, who obtained high scores on the scale of future anxiety and lowest scores on the scale of positive thinking skills. And a control group that includes (10) mothers and fathers, ranging in age from 25-45 years, and the study reached the following results

- There is a statistically significant difference between the mean grades of the experimental group parents' scores in the overall score of the Positive Thinking Scale and its components in the pre and post measurements "after applying the training program in the direction of the larger dimensional measurement in the averages.
- There is no statistically significant difference between the mean scores of the parents of the control group in the total score of the Positive Thinking Scale and its components in the pre and post scales.

- There are statistically significant differences between the mean scores of the parents of the experimental and control groups after applying the counseling program, in the total score of the Positive Thinking Scale and its components in the two dimensional measures, in the direction of the parents of the experimental group.
- There is no statistically significant difference between the mean scores of the experimental group parents in the total score of the Positive Thinking Scale and its components in the post and tracer scales.
- There is a statistically significant difference between the mean scores of the experimental group parents' scores in the total score of the Future Anxiety Scale and its components in the pre and post measurements "after applying the pilot program in the direction of the dimensional measurement of the least value of the averages.
- There is no statistically significant difference between the mean scores of the parents of the control group in the total score of the future anxiety scale and its components in the pre and post scales.
- There are statistically significant differences between the mean scores of the parents of the experimental and control groups after applying the counseling program, in the total score of the future anxiety scale and its components in the two dimensional measures, in the direction of the parents of the experimental group.
- There are statistically significant differences between the mean scores of the experimental group parents' scores in the total score of the future anxiety scale and its components in the post and tracer measures "in favor of the tracer measurement".

Keywords: Counseling program - Positive thinking skills - Future anxiety