

صعوبات تربية الأطفال المصابين بالتوحد: علاقة القلق والإجهاد الأبوي

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 15, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). صعوبات تربية الأطفال المصابين بالتوحد: علاقة القلق والإجهاد الأبوي. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120740>

هل تساءلت يوماً عن الضغوط الخفية التي يتحملها أولياء الأمور الذين يكافحون لتربية أطفالهم المصابين بالتوحد؟ إنها رحلة مليئة بالتحديات، ولكنها أيضاً رحلة مليئة بالحب والتفاني. يكشف بحث جديد عن العلاقة المعقدة بين صعوبات الأبوة والأمومة والقلق لدى هؤلاء الآباء والأمهات، وكيف يمكن للإجهاد الناتج عن الأبوة والأمومة أن يزيد من هذه المشاعر. هذا ليس مجرد بحث إحصائي، بل هو نافذة على عالم من المشاعر والتجارب التي غالباً ما تبقى غير مسموعة.

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى فهم عميق للنظريات النفسية التي تشرح كيف يتعامل الأفراد مع الضغوط والتحديات. يمكننا أن نرى هنا صدى واضحاً لنظرية التعلق (Attachment Theory)، التي تؤكد على أهمية العلاقة الآمنة بين الوالدين والطفل. عندما يواجه الوالدان صعوبات في فهم احتياجات طفلهم المصاب بالتوحد أو الاستجابة لها، قد يشعران بالقلق والإحباط، مما يؤثر على قدرتهما على توفير الرعاية العاطفية اللازمة. كما أن النظرية المعرفية السلوكية (Cognitive Behavioral Theory - CBT) تلعب دوراً هاماً، حيث تشير إلى أن طريقة تفكيرنا حول المواقف الصعبة تؤثر على مشاعرنا وسلوكياتنا. فالوالدان اللذان يميلان إلى التفكير السلبي حول قدرتهما على التعامل مع تحديات تربية طفل مصاب بالتوحد قد يكونان أكثر عرضة للقلق والاكتئاب.

بالإضافة إلى ذلك، يمكننا النظر إلى هذه الديناميكية من خلال عدسة نموذج الضغط والعجز (Stress and Coping Model)، الذي يوضح كيف أن الضغوط المستمرة، مثل تلك التي يواجهها أولياء الأمور الذين لديهم أطفال مصابون بالتوحد، يمكن أن تؤدي إلى الشعور بالعجز وانخفاض الثقة بالنفس، وبالتالي زيادة القلق. إن فهم هذه النظريات يساعدنا على فهم الأسباب الكامنة وراء القلق الذي يعاني منه أولياء الأمور، ويفتح الباب أمام تطوير استراتيجيات تدخل فعالة.

منهجية البحث

قام الباحث شو زو (Xu Z.) وفريقه بإجراء دراسة شاملة شملت 207 من مقدمي الرعاية الأساسيين لأطفال مصابين بالتوحد في مدينة نانغونغ الصينية، وذلك خلال الفترة من مايو 2024 إلى مايو 2025. تم اختيار هؤلاء المشاركين من 13 مؤسسة تاهيلية، مما يضمن تمثيلاً متنوعاً للأطفال المصابين بالتوحد واحتياجاتهم المختلفة.

لجمع البيانات، استخدم الباحثون ثلاثة أدوات قياس رئيسية: استبيان القوى والصعوبات (Strengths and Difficulties Questionnaire - SDQ) لتقييم صعوبات الأبوة والأمومة، ومقياس القلق الذاتي (Self-Rating Anxiety Scale - SAS) لقياس مستوى القلق لدى أولياء الأمور، والنسخة الصينية من مؤشر إجهاد الأبوة والأمومة - النموذج القصير (Parenting Stress Index-Short Form - PSI-SF) لتقييم مستوى الإجهاد الناتج عن الأبوة والأمومة. هذه الأدوات معروفة بموثوقيتها وصلاحياتها في تقييم هذه الجوانب النفسية.

تم تحليل البيانات باستخدام تحليل الارتباط (Correlation Analysis) لتحديد العلاقة بين صعوبات الأبوة والأمومة والقلق، وتحليل الانحدار الهرمي (Hierarchical Regression Analysis) لفحص الدور المعدل لإجهاد الأبوة والأمومة. هذه الأساليب الإحصائية تسمح للباحثين بتحديد ما إذا كانت صعوبات الأبوة والأمومة تتنبأ بالقلق، وما إذا كان إجهاد الأبوة والأمومة يزيد أو يقلل من هذه العلاقة. إن استخدام هذه المنهجية الدقيقة يضمن أن النتائج موثوقة وقابلة للتفسير.

النتائج

أظهرت النتائج أن هناك علاقة قوية وإيجابية بين صعوبات الأبوة والأمومة لدى الأطفال المصابين بالتوحد ومستوى القلق

لدى أولياء الأمور ($r = 0.56, p < 0.01$). وهذا يعني أنه كلما زادت صعوبات تربية الطفل، زاد مستوى القلق لدى الوالدين. وبشكل أكثر تحديداً، وجد الباحثون أنه مقابل كل زيادة بمقدار نقطة واحدة في صعوبات الأبوة والأمومة، يزداد مستوى القلق لدى الوالدين بمقدار 1.08 نقطة ($\beta = 0.56, p < 0.001$). وهذا يؤكد التأثير المباشر لصعوبات الأبوة والأمومة على القلق.

الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو أن الدراسة كشفت أيضاً عن دور معدل لإجهاد الأبوة والأمومة. وجد الباحثون أن إجهاد الأبوة والأمومة يزيد من تأثير صعوبات الأبوة والأمومة على القلق. بعبارة أخرى، عندما يكون الوالدان أكثر إجهاداً، يكون تأثير صعوبات تربية الطفل المصاب بالتوحد على القلق أكبر. في المجموعة التي تعاني من مستويات عالية من إجهاد الأبوة والأمومة، كان التأثير التنبئي لصعوبات الأبوة والأمومة على القلق أعلى بكثير ($\beta = 1.33$) مقارنة بالمجموعة التي تعاني من مستويات منخفضة من الإجهاد ($\beta = 0.77$). وبالمثل، كان تأثير عوامل الإجهاد في الأبوة والأمومة على العلاقة بين الصعوبات والقلق كبيراً ($\beta = 0.58, p < 0.05$)، حيث كان التأثير أعلى في المجموعة ذات الإجهاد العالي ($\beta = 5.76$) مقارنة بالمجموعة ذات الإجهاد المنخفض ($\beta = 5.76$).

أظهرت النتائج أيضاً أن مستوى القلق لدى أولياء الأمور كان مرتفعاً بشكل عام ($M = 51.14$)، في حين أن مستوى إجهاد الأبوة والأمومة ($M = 2.34/5$) وصعوبات الأبوة والأمومة ($M = 0.80/2$) كانا متوسطين. يشير هذا إلى أن التأثير التراكمي للإجهاد قد يؤدي إلى تفاقم المخاطر النفسية.

الآثار السريرية والعملية

هذه النتائج لها آثار عميقة على الممارسين السريريين، والمرضى، والجمهور العام. بالنسبة للمعالجين النفسيين، تسلط هذه الدراسة الضوء على أهمية معالجة كل من صعوبات الأبوة والأمومة والقلق لدى أولياء الأمور الذين لديهم أطفال مصابون بالتوحد. يمكن أن تشمل التدخلات العلاجية العلاج السلوكي المعرفي (CBT) لمساعدة أولياء الأمور على تطوير استراتيجيات تأقلم صحية، وتدريب الوالدين لتعزيز مهاراتهم في تربية الأطفال، ومجموعات الدعم لتوفير مساحة آمنة لتبادل الخبرات والتجارب.

بالنسبة لأولياء الأمور، فإن هذه الدراسة بمثابة تذكير بأنهم ليسوا وحدهم في معاناتهم. من المهم أن يطلبوا المساعدة والدعم عند الحاجة، وأن يعتنوا بصحتهم النفسية والجسدية. يمكن أن تشمل استراتيجيات الرعاية الذاتية ممارسة الرياضة، وتناول الطعام الصحي، والحصول على قسط كافٍ من النوم، وقضاء الوقت في الأنشطة التي يستمتعون بها.

أما بالنسبة للجمهور العام، فإن هذه الدراسة تزيد من الوعي بالتحديات التي يواجهها أولياء الأمور الذين لديهم أطفال مصابون بالتوحد، وتشجع على تقديم الدعم والتفهم لهم. إن بناء مجتمع أكثر شمولاً وتقبلاً يمكن أن يساعد في تقليل الوصمة المرتبطة بالتوحد، وتحسين نوعية حياة الأفراد المصابين به وأسرهم.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في السياق العربي، يجب أن نأخذ في الاعتبار بعض الفروق الثقافية الهامة. في العديد من المجتمعات العربية، لا يزال هناك وصمة عار مرتبطة بالإعاقات النمائية، مثل التوحد، مما قد يزيد من الضغوط النفسية على أولياء الأمور. بالإضافة إلى ذلك

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

→ [View Course](#) أصول التربية والتعليم → [View Course](#) التربية البيئية والتنمية المستدامة

Reference

Xu Z. (2026). *The association between parenting difficulties in children with autism and parental anxiety (and the moderating role of parenting stress*. Scientific Reports, 16(1

DOI: [10.1038/s41598-026-40865-0](https://doi.org/10.1038/s41598-026-40865-0)