

## Psychological burnout and its relationship to family adjustment among mothers of children with autism in centers for people with special needs in Khartoum

Mrs. Sarah Mohamed Ahmed Al- Kashef

College of Arts || Alneelain University || Sudan

**Received:**

29/09/2022

**Revised:**

25/10/2022

**Accepted:**

14/11/2022

**Published:**

28/02/2023

\* Corresponding author:

[sarah.alkashef@gmail.com](mailto:sarah.alkashef@gmail.com)

**Citation:** Alkashef, S.

M. (2023). Psychological burnout and its relationship to family adjustment among mothers of children with autism in centers for people with special needs in Khartoum. Journal of Educational and Psychological Sciences, 7 (7),159 –183.

<https://doi.org/10.26389/AJSRP.K290922>

2023 © AJSRP • National Research Center, Palestine, all rights reserved.

• **Open Access**



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) [license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

**Abstract:** The research aims to find out the correlation between psychological combustion and bad compatibility in the mothers of autistic children and its relationship to family compatibility. In her research, the researcher followed the correlative descriptive approach. 108 mothers of autistic children in special needs centres in Khartoum State (I am Sudan- Jude- Eddy does not tire of good manners) The psychological combustion scale and the family compatibility scale were used after being exposed to a group of arbitrators to find out the truthfulness of the paragraphs with the overall degree of sub-dimensions of the scale in the current research community, and then calculate Pearson's correlation coefficient between the grades of each paragraph with the overall score of the scale. To analyze the evidence, the researcher followed the Statistical Package Program (SPSS) where the Alpha Kronbach coefficient used the Pearson correlation coefficient and the Single Contrast Test. Among the recommendations of the research are to raise the level of self- efficacy of autism spectrum disorder mothers through mentoring programmes and to make mentoring programmes to reduce their mothers' feeling of psychological combustion.

**Keywords:** psychological burnout- family adjustment- autistic children.

### الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد بمراكز الاحتياجات الخاصة بالخرطوم

أ. سارة محمد أحمد الكاشف

كلية الآداب || جامعة النيلين || السودان

**المستخلص:** هدف البحث إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد وعلاقته بالتوافق الأسري. اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الإرتباطي تكونت العينة من (108) من أمهات أطفال التوحد بمراكز الاحتياجات الخاصة بولاية الخرطوم (انا السودان – جود – ايدي لا تمل المنال السعيد) تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي ومقياس التوافق الأسري بعد عرضة على مجموعه من المحكمين لمعرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية للأبعاد الفرعية بالمقياس بمجتمع البحث الحالي، ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس. لتحليل البيانات اتبعت الباحثة برنامج الحزمة الإحصائية (SPSS) وتوصل البحث إلى: توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري، لا توجد فروق في الاحتراق النفسي حسب متغير العمر. ومن توصيات البحث رفع المستوى الكفاءة الذاتية لدى أمهات اضطراب طيف التوحد عبر برامج ارشادية وعمل برامج ارشادية لتقليل شعور الأمهات بالاحتراق النفسي لديهن.

**الكلمات المفتاحية:** الاحتراق النفسي- التوافق الأسري- أطفال التوحد.

## المقدمة.

يتعرض الأفراد كلهم للضغوط بشكل أو بآخر، ولكنهم لا يتعرضون جميعاً لمخاطرها بالدرجة نفسها لان تأثير الضغوط يختلف من فرد إلى آخر، وإن التهديد ومستواه يختلفان أيضاً من فرد إلى آخر. لذا فإن استجابة الفرد إليها تختلف تبعاً لنمط الشخصية وتكوينه، والأسلوب المتبع لتجاوز مصدر الضغوط وحل المشكلة.

ما يجب الإشارة إليه أن الاحتراق النفسي قد يعاني منه بعض الأفراد بينما لا يعاني منه البعض الآخر، ليس لانتفاء المشكلات والعقبات والضغوط التي يمر بها لأنها لا تنتهي ولكن لما يمكن أن يستخدمه من أساليب إيجابية كفيلة يجعله يتجاوز هذه الضغوط أو يسايرها ويتعايش معها.

تسعى الطبيعة الإنسانية دائماً للوصول إلى حياة سعيدة بلا هموم لكن الواقع يحول دون ذلك، حيث تعترض الإنسان بعض الصعوبات والعراقيل التي تؤثر على سعادة وجودة الحياة ومن بين تلك العراقيل التي تواجه الشخص أو الأسرة بصفة عامة هو اكتشاف إعاقة أحد أفرادها وخاصة إذا كانت هذه الإعاقة في المراحل الأولى من الحياة، وقد انتشر في الآونة الأخيرة أصابه الأطفال باضطراب التوحد والذي يعد أحد فئات ذوي الاحتياجات الخاصة الذي له خصائصه الفريدة والمميزة. (Abhilash and Jasseer, 2020).

التوحد من الاضطرابات التي تتصف باضطراب عام في النمو وضعف في المهارات الاجتماعية واللغوية وبعض المظاهر السلوكية غير العادية، وبسبب هذه الخصائص التي يتميز بها المصابون باضطراب طيف التوحد وكذلك نتيجة لعدم وجود علامات بيولوجية واضحة تدل على مقارنة باضطرابات النمو الأخرى، فإن أهمياتهم في الغالب يواجهن صعوبات ويتعرضن للضغوطات أكثر من الآخرين، فالتوحد واحد من الاضطرابات التي تجعل حياة الأسرة أكثر صعوبة وبالرغم من وجود أنواع متعددة من اضطراب التوحد إلا أن الطفل التوحدي بوجه عام يحتاج إلى عناية طوال اليوم لذلك تعاني أمهات أطفال التوحد الكثير من الصعوبات كالعناية اليومية بالطفل التوحدي، وصعوبات أخرى مرتبطة باحتياجات باقي أفراد الأسرة وإمكانياتهم والتي قد تسبب ضغوط شديدة على الأمهات. (محمد وآخرون، 2020).

يعتبر التوافق الأسري عنصراً مهماً في حياتنا العائلية والعامية، فهو امتزاج فاعل بين التوافق والأسرة، وهذا المصطلح يستند في أساسه على العلاقة الاجتماعية التي تقوم بين أعضاء الأسرة الواحدة (الأب، الأم، الأبناء) على نحو يحقق التوازن داخل الأسرة، ولذلك فإن التوافق الأسري يسعى إلى تحقيق استقرار الأسرة وتماسكها، وتوجيه جميع أفرادها لمواجهة مشاكلها، وأداء وظائفها، والتفاعل الإيجابي بين أفرادها لتحقيق الشعور بالرضا والسعادة لهم، وتجنب الصراع بينهم.

## مشكلة البحث:

يعد الإحترق النفسي ظاهرة خطيرة تؤثر بشكل سلبي على الأداء المهني للمعلم فتؤدي إلى إنخفاض دافعيته وتدني مستوى إنتاجه، ومن المعلوم أن للأمهات دوراً هاماً في عملية التربية، وبالتالي فإن الإحترق النفسي لديهم سيؤثر مباشرة على الأطفال. (Mahler & Grobschedl, 2017)

تتجسد مشكلة البحث في إحساس الباحثة من خلال ممارستها العملية مع أطفال التوحد بمدى الإحترق النفسي للأمهات التوحد وذلك نتيجة للتغيرات التي تطرأ على الأم منذ ولادة طفل التوحد مما ينعكس سلباً على التوافق الأسري ويمكن تلخيص مشكلة البحث في التساؤلات التالية هل توجد علاقة ارتباطية بين الإحترق النفسي ونالتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد؟ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإحترق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد تبعاً للعمر؟ في حين تتعارض نتائج الدراسات حول علاقة الإحترق النفسي بتلك المتغيرات. فعلى سبيل المثال، أشارت بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق في درجات الإحترق النفسي يعزى لمتغير الجنس (دبابي، 2012).

في المقابل، تضاربت نتائج الدراسات حول علاقة الإحترق النفسي بمتغير العمر، ففي حين أشارت بعض الدراسات إلى إرتفاع درجات الإحترق النفسي لدى المعلمين الأكبر سنا مقارنة باليافعين منهم (Mousavy&Nimehchisalem,2014) ويمكن تلخيص مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

- 1- هل توجد علاقة ارتباطية بين الإحترق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة الإحصائية في الإحترق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد تبعاً للعمر؟

#### اهداف البحث:

1. التعرف على مدى وجود علاقة الارتباطية بين الإحترق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد.
2. التعرف على مدى وجود فروق ذات دلالة الإحصائية في الإحترق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد تبعاً للعمر.

#### فروض البحث:

1. توجد علاقة ارتباطية بين الإحترق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإحترق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد تبعاً للعمر.

#### أهمية البحث:

يركز موضوع البحث على أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال البحث بمجال الإحترق النفسي والتوافق الأسري، وتبرز أهمية البحث من أهمية متغيرات البحث حيث لم تجتمع المتغيرات التي عملت الباحثة على دراستها في دراسة سابقة رغم أهميتها على حسب علم الباحثة، وبذلك تتوقع الباحثة أن تفيد نتائج البحث كما يلي:

- تركيز معظم الأبحاث التي أجريت على البيئة السودانية على الأطفال ذوي اضطراب التوحد دون التركيز أو إعطاء الأهمية لأمهاتهم وخصوصاً ما يرتبط بالجوانب النفسية المختلفة
- تتمثل الأهمية التطبيقية من خلال النتائج المحتملة للدراسة الحالية والمرتبطة بكيفية استفادة الإحصائين النفسيين وأخصائيي التربية الخاصة من التفاصيل الخاصة ببيكولوجية أهالي أطفال ذوي اضطراب التوحد والاستفادة منها في تصميم البرامج العلاجية الإرشادية التي تتناسب مع طبيعة التحديات النفسية التي يتعرضون لها.
- يوفر البحث الحالية أدوات للكشف عن مستويات الإحترق النفسي، والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مما يساعد الباحثين في هذا المجال القيام بدراسات لإغناء المعرفة العلمية في مختلف الجوانب.

#### حدود الدراسة:

- موضوعية: الإحترق النفسي والتوافق الأسري
- البشرية: أمهات أطفال التوحد
- المكانية: ولاية الخرطوم – مراكز الاحتياجات الخاصة
- الزمانية: 2020- 2022

## مصطلحات البحث:

- من خلال التعرض للابحاث السابقة التي اطلعت عليها الباحثة اختارت منها تعريفاً للاحتراق النفسي والتوافق الأسري وتعريفاً اجرائياً لهما
- الاحتراق النفسي: تعرفه ماسلاش بأنه حالة من الإجهاد الانفعالي، أو الاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، ويتضمن ثلاثة مكونات هي الإجهاد الانفعالي ((Emotional exhaustion، واختلال الأنية أو تبدل المشاعر (depersonalization)، ونقص الشعور بالانجاز الشخصي (Low Personal accomplishment) (صديق، 2020).
- تعريف الاحتراق النفسي اجرائياً: هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الاستجابة لمقياس الاحتراق النفسي.
- التوافق الأسري: التوافق الأسري هو قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معاً، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية، والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصاً فعالاً وناجحاً في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى. (رشوان، 2009).
- تعريف التوافق الأسري اجرائياً: هي الدرجة التي يحص عليها المستجيب من خلال الاستجابة لمقياس التوافق الأسري.

## 2- الاطار النظري والدراسات السابقة.

### أولاً- الإطار النظري:

يعتبر مفهوم الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً. فقد استخدم هذا المصطلح اول مره في أوائل السبعينات عن طريق العالم فرويدنبرجر Freudenberger للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغ وط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة. ( الخرابشة وعريبات، 2005).

ويتك الاحتراق النفسي وما ينتج عنه من مشاكل عند الفرد سواء ما يتعلق بالتكيف أو السيطرة على التحديات التي تواجهه، آثارا سلبية على المحترق نفسه بل قد تمتد هذه الآثار لتشمل الذين يتفاعلون ويتواصلون معهم أيضاً. ويحتل الحديث عن موضوع الاحتراق النفسي والضغوط النفسية مساحة كبيرة، في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجالات المهن الإنسانية

أشارت ماسلاش (Maslach, 1982) إلى أن الاحتراق النفسي يعرف بأنه: "متلازمة أو مجموعة أعراض الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية، والتجرد عن الخواص الشخصية، والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز الشخصي في المجال المهني، وهي مجموعة أعراض يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعاً من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس (البتال، 2000).

بصورة عامة يشير المفهوم الاحتراق النفسي إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من الجانب المهني بخاصة في مجال العمل بسبب ما يتعرض له من ضغوط العمل سواء في مجال عمله أو خارجه وبعبارة أدق فإن الاحتراق النفسي هو (الاستنزاف أو الاستنفاد البدني والانفعالي).

وهنالك ثلاثة مصطلحات استخدمت في اللغة الإنكليزية للاحتراق النفسي وهي:

(Psychological Burnout, Burnout, Job Burnout) ويقابلها باللغة العربية على التوالي (الاحتراق النفسي، الاحتراق، الاحتراق الوظيفي) وهذه المصطلحات جميعها تتحدث عن شيء واحد وهو الإحتراق الذي يحدث في داخل النفس، ولا يمكن ملاحظته مباشرة بل يستدل عليه من خلال بعض الممارسات السلوكية. (التكريتي وآخرون: 2016).

ورغم تعدد تعريفات الإحتراق النفسي إلا أن هناك اتفاقاً على معناه وخصائصه بشكل عام، وفيما يلي نورد بعض التعريفات لمفهوم الإحتراق النفسي

عرف تشيرنيس Cherniss (1980): الإحتراق النفسي بانه العملية التي ينسحب فيها المهني المعروف بالتزامه المهني السابق بالعمل من ارتباطه بعمله، نتيجة ضغوط العمل التي تعرض لها أثناء أداء هذا العمل (عوض، 2007).

عرفة الرفوع (2005) بأنه حالة من عدم التوازن النفسي يتعرض لها العاملون نتيجة الضغوط النفسية الشديدة التي تسببها أعباء العمل ومتطلباته والتي تعيقهم عن القيام بواجباتهم ومهامهم بشكل فعال.

### علاقة الاحتراق النفسي بغيره من المفاهيم الشبيهة:

#### الاحتراق النفسي وعدم الرضى:

ذكر جرار، (2011) أن حالة عدم الرضى في حد ذاتها لا تعتبر احتراقاً نفسياً ومع ذلك ينبغي أن تؤخذ هذه الحالة بعين الاعتبار، والتعامل معها بفاعلية لأن استمرارها يؤدي إلى الاحتراق النفسي بسبب الارتباط القوي بضغوط الحياة.

#### الاحتراق النفسي والضغط النفسي:

يعتبر الضغط النفسي أكثر المصطلحات ارتباطاً بالاحتراق النفسي حيث يرى نيوهاوس "Niehaus" أن الاحتراق هو مجرد انعكاس للضغوط النفسية. (خليلي والزهراني 2006)، كما يرى عدة باحثين أن الاحتراق النفسي والضغط النفسي يعبران عن حالة من الإجهاد أو الإنهاك.

#### أبعاد الإحتراق النفسي:

ان التعرض للاحتراق النفسي يؤدي إلى نشوء مواقف سلبية تجاه الأصدقاء وأفراد العائلة والذي يقود إلى صراع في العلاقات الشخصية وتدهورها، لان العمل الذي يؤديه المحترق نفسياً لم يعد يلبي له احتياجاته مما يدفعه إلى فرض مطالب أكثر على المجتمع مما يؤثر في الشخصية بكاملها ويصبح هذا التأثير أكثر وضوحاً في الصحة الجسمية والأداء في العمل (التكريتي والجابري، 2016).

#### مراحل حدوث الاحتراق النفسي:

يمر الفرد بعدد من المراحل حتى يصل لدرجة الاحتراق النفسي وهذه المراحل كما يلي:

- 1- مرحلة الإنذار لرد الفعل
- 2- مرحلة المقاومة
- 3- مرحلة الإنهاك

#### علامات وأعراض الاحتراق النفسي:

ظهرت في التصنيفات الحديثة للطب النفسي التصنيف العاشر للأمراض والاضطرابات النفسية الصادر على المنظمة الصحية العالمية تحت عنوان " المشكلات المصاحبة للتعامل مع صعوبات الحياة " حالة مرضية أطلق عليها

الاحتراق وتعرف ايضا على انها حالة اكتئاب الناتج عن الملل والإجهاد وتتميز هذه الحالة بالملل والإجهاد والتعب وعدم القدرة على الاستمتاع، الاستفادة من الترويح، وعدم القابلية للقيام بالعمل والاقبال على الحياة. وكان أول من وصف هذه الحالة هو العالم النفسي " كيل " 1991. (قدوس، 2014)

#### أولاً: الأعراض والعلامات الجسدية للاحتراق النفسي:

- أ- الشعور بالتعب والجفاف معظم الوقت .
- ب- نقصان المناعة والشعور بالإعياء كثيراً.
- ج- الصداع المتكرر وآلام في الظهر والآم العضلات.
- د- تغير في الشهية أو عادات النوم.

#### ثانياً: الأعراض والعلامات الانفعالية للاحتراق النفسي:

- أ- الشعور بالفشل وعدم الثقة بالنفس.
- ب- الشعور بعدم الفائدة وبأنه مهزؤم ومحاصر.
- ج- العزلة والشعور بالوحدة
- د- توقعات ساخرة وآراء متشائمة وسلبية على نحو متزايد.
- هـ- انخفاض الشعور بالرضا والانجاز.

#### ثالثاً: الأعراض والعلامات السلوكية للاحتراق النفسي:

- أ- عدم الالتزام أو الانسحاب من المسؤوليات.
- ب- عزل الفرد نفسه عن الآخرين .
- ج- المماطلة وأخذ وقت أطول لإنجاز الأمور.
- د- تعاطي المخدرات أو الكحول أو تناول الطعام بشكل مفرط كأسلوب للمواجهة
- هـ- الإحباط والتأثير سلباً على الآخرين.
- و- الهروب من العمل أو الحضور متأخراً للعمل، ومغادرة العمل في وقت مبكر.

#### عوامل وأسباب الاحتراق النفسي:

يعد الاحتراق النفسي هو أحد عوامل الخطر ليس فقط في المواقف المتعلقة بالعمل، مثل التحول والتغيب وانخفاض الروح المعنوية ولكنة أيضاً أحد عوامل الخطر على الصحة الجسدية والنفسية. كما يرتبط الاحتراق النفسي مع بعض الظواهر كإدمان الكحول، وتعاطي المخدرات، والصراعات الزوجية والأسرية، والمشاكل النفسية والانتحار (العيطة وعيسوي، 2004)

#### أسباب الاحتراق النفسي المتعلقة بأسلوب الحياة:

- أ- العمل كثيراً دونما يكفي الوقت للاسترخاء أو الحياة الاجتماعية.
- ب- أخذ، أو تحمل مسؤوليات كثيرة جداً، من دون مساعدة كافية من الآخرين.
- ج- عدم الحصول على قسط كافي من النوم.
- د- عدم وجود علاقات قوية وداعمة وثيقة.

### أسباب الاحتراق النفسي المتعلق بسمات الشخصية:

- أ- الميل الى الاتجاهات أو الأهداف الكاملة، ليس هناك ما هو جيد بما فيه الكفاية.
- ب- الكمالية وتوقعات عالية من الذات.
- ج- نظرة الفرد التشاؤمية لنفسه وللعالم.
- د- حاجة الفرد بأن يكون مسيطراً أو التردد في التفويض للآخرين. قياس الاحتراق النفسي:  
وهناك العديد من المقاييس تستخدم لقياس الاحتراق النفسي نذكر منها:  
1- مقياس الاحتراق النفسي ل " جونسن 1980 Jones. Le staff burn out scale de.  
2- مقياس " فورد" مورفي وادواردس Ford, Morphy; Edwards 1983 Job burn out inventory de.  
3- مقياس "كوبنهاجن" بالدنمارك inventory (CMA). Le copenhagen burn out (ملال، 2010).  
4- مقياس ماسلاش Maslach burn-out inventory

### بعض النماذج المفسرة للاحتراق النفسي:

- نموذج تشيرنس للاحتراق النفسي:  
قدم تشيرنس Cherniss (1985) نموذجاً للاحتراق النفسي في أربعة مجالات: مجال الصحة، مجال القانون، مجال التمريض في المستشفيات العامة، مجال التدريس ويتضمن النموذج الآتي: (خصائص محيط العمل، المتغيرات الشخصية، مصادر الضغط، متغيرات الاتجاهات السلبية، متغيرات إضافية)، وقد أوضح تشيرنس أنه كلما ذات صدمة الواقع وذاد التعرض للضغط كلما زاد الاحتراق النفسي، كما أوضح النموذج أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات عالية في الاحتراق النفسي هم الذين يتلقون مساندة اجتماعية ضعيفة.  
ويوضح هذا النموذج أيضاً أن العوامل الديمغرافية مثل السن، والجنس، وسنوات الخبرة ضعيفة الارتباط بالاحتراق النفسي. (الزهراني، 2008).
- نموذج الإجهاد الوظيفي لكارازيك:  
يعتبر نموذج الإجهاد الوظيفي واحداً من نماذج إجهاد العمل المسيطرة في مجال علم النفس الصحي المهني، ويستخدم نموذج كارازيك (Karasek 1979) الأصلي تصميمًا ثنائي الأبعاد، حيث ينطوي على مطالب الوظيفة والتحكم الوظيفي للتعويض بمقدار الضغوط التي يتعرض لها العمال، مما يشكل نموذجاً شاملاً يمكن تطبيقه على مختلف الأماكن المهنية (De Lange, & Jirachewee, 2010; Howteerakul, & let 2004).

### النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

- 1- نظرية التحليل النفسي:  
يرى أصحاب نظرية التحليل النفسي والمشار إليهم في الراشدان (1995) الاحتراق النفسي على أنه ناتج عن عملية ضغط الفرد على الأنا لمدة طويلة، وذلك مقابل الاهتمام بالعمل، مما قد يمثل جهداً مستمراً لقدرات الفرد، مع قدرة الفرد على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية أو أنه ناتج عن عملية الكبت أو الكف للدرجات غير المقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية مما ينشأ عنه صراع بين تلك المكونات ينتهي في أقصى مراحلها إلى الاحتراق النفسي، وأنه ناتج عن فقدان الأنا المثل الأعلى لها وحدث فجوة بين الأنا والآخر الذي تعلق به، وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها، كما أنه يمكن استخدام فنيات مدرسة التحليل النفسي لعلاج الاحتراق النفسي كالتنفس الانفعالي. (حدار، 2013).

## 2- النظرية السلوكية:

يرى واضعوا هذه النظرية أن السلوك هو ناتج الطرق الفيزيائية والبيئية، ولم تتجاهل هذه النظرية أحاسيس ومشاعر الإنسان مثلما تتجاهل العمليات العقلية له مثل الإدارة، الحرية، العقل وحسب السلوكيون والمشار إليهم في الرشدان (1995)، فإن الاحتراق النفسي هو حالة داخلية شأنه شأن القلق والغضب، لهذا نجد أن النظرية السلوكية ترى أن الاحتراق النفسي نتيجة لعوامل بيئية، وإذا ماتم ضبط تلك العوامل فإنه من السهولة التحكم في الاحتراق النفسي وهذا ما تؤمن به العديد من الدراسات والنظريات العلمية حاليا في أهمية وضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية في مختلف المجالات (حدار، 2013).

## 3- النظرية الإنسانية:

ويمثل هذا الاتجاه كل من " روجرز، ما سلو، فروم. " وتنظر هذه النظرية الى أن الإنسان متكامل وأن الطبيعة البشرية خيرة بالطبع، ولكنها تتأثر بعدم تحقيق الذات، ويرى روجرز أن تحقيق الذات هو المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات. وقد تتعارض مع المعايير الاجتماعية والتي تؤدي إلى توتر وقلق وسوء توافق نفسي (معروف، 2013).

## النظرية الوجودية:

أما أصحاب النظرية الوجودية فيركزون في تفسيرهم للاحتراق النفسي على وجود المعنى في حياة الفرد، فحينما يفقد الفرد المعنى والمغزى من حياته فإنه يعاني من نوع من الفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم أهمية حياته، ويحرمه من التقدير الذي يشجعه على مواصلة حياته فلا يحقق أهدافه مما يعرضه للاحتراق النفسي لذلك فالعلاقة بين الاحتراق النفسي وعدم الإحساس بالمعنى علاقة تبادلية فهما وجهان لعملة واحدة أن جاز لنا القول". (رضوان، 2009).

## علاج حالات الاحتراق النفسي:

في عملية العلاج الفردي لا توجد وصفة محددة لكل الحالات إنما لكل حالة مدخل علاجي مناسب لها، ولكن تبقى الأطر العلاجية في أغلبها متشابهة بحيث تعتمد على المراحل التالية: (خليلي والزهراني 2006)

## مرحلة التشخيص للأعراض:

على الرغم من الأعراض المميزة للاحتراق النفسي ذات أبعاد مختلفة (العضوية والنفسية، العلائقية، معرفية...) إلا أن الاتجاه العام في التشخيص والعلاج يتجه إلى البعد النفسي باعتباره المحرك الأساسي في ظهور الأعراض الأخرى.

التشخيص يتجه إلى دراسة البنية النفسية للفرد وتحليلي الفرد لمختلف سلوكياته داخل وخارج محيط بيئته الاعتماد على المقاييس الخاصة بقياس مستوى الاحتراق النفسي ومقاييس أخرى مدعمة للتشخيص، وهذا لوضع ملامح لشخصيته من خلاله يتمكن من فهم آليات التي ساهمت في تعريض الفرد للاحتراق النفسي مما يسهل لنا اختيار المقاربة العلاجية المناسبة.

## مرحلة العلاج:

بعد تشكيل صورة واضحة عن طبيعة الأسباب المساعدة على تعريض الفرد للاحتراق النفسي وجميع المعلومات الخاصة بمعاش العامل نكون قد وصلنا إلى تحديد الأسلوب العلاجي المناسب لخصوصيات الفرد المصاب بالاحتراق النفسي، وعلى الرغم من تنوع الأساليب العلاجية إلا أنه نرى أن أغلب الدراسات تتجه إلى الأسلوب المعرفي



لما يتضمنه من تقنيات مساعدة على مساعدة الفرد على إحداث التغيير على مستوى ذاته وأساليب معالجته لمحيط بيئته. من بين التقنيات الأكثر استعمالاً في مثل هذه الحالات نختر على سبيل المثال ما يلي:

#### تدعيم الصلابة النفسية:

تتمحور هذه التقنية حول تقوية قدرات تحمل شدة الضغوط من خلال تهيئة الفرد على المقاومة والتغيير.

#### التطعيم الانفعالي:

على خلفية التطعيم الطبي لتقوية مناعة الجسم تتجه التقنية إلى تطعيم الانفعالات لتقوية مواجهة الضغوط كأن نضع الفرد في موقف ضاغط محتمل. ونترك له الفرصة لمواجهة هذا الموقف مما يجعله قادر على مواجهته مستقبلاً هذا ما يمكن تسميته بالتطعيم الانفعالي.

#### إعادة البرمجة الذهنية:

تعتمد التقنية على إعادة صياغة الأفكار ووضع آليات لتقييمها ومراقبته وتجنب النظرة السلبية للذات والآخرين

#### الاسترخاء:

عبر تقنية الاسترخاء تساعد الفرد على إعطاء وقت لسماع جسمه وتفرغ الشحنات الضاغطة عبر تمارين الاسترخاء سواء بعد الإحساس بالتعب أو بعد كل يوم عمل.

#### الوقاية من الاحتراق النفسي:

حالات الاحتراق النفسي ليست بالدائمة وبالإمكان تفاديها والوقاية منها، ويعتبر قيام الفرد بدور المتمثل في حياة متوازنة من حيث الأغذية، والنشاط الحركي، الاسترخاء الذهني من الأمور الحيوية المكتملة للجهود المؤسسية في تفادي الاحتراق النفسي وبصورة عام يوصي الباحثون باتباع الخطوات التالية:

- أ- إدراك الفرد أو تعرف الفرد على الاعراض التي تشير إلى قرب حدوث الاحتراق النفسي.
- ب- تحديد الأسباب من خلال الحكم الذاتي أو باللجوء إلى الاختبارات التي توضح له الأسباب.
- ج- تحدي الأوليات في التعامل مع الأسباب التي حددت في الخطوات السابقة فمن الناحية العملية يصعب التعامل معها مرة واحدة.
- د- تطبيق الأساليب واتخاذ خطوات عملية لمواجهة الضغوط. (القريوتي، 2009).

#### التوافق الأسري:

يعتبر التوافق الأسري عنصراً مهماً في حياتنا العائلية والعامية، فهو امتزاج فاعل بين التوافق والأسرة، وهذا المصطلح يستند في أساسه على العلاقة الاجتماعية التي تقوم بين أعضاء الأسرة الواحدة (الأب، الأم، الأبناء) على نحو يحقق التوازن داخل الأسرة، ولذلك فإن التوافق الأسري يسعى إلى تحقيق استقرار الأسرة وتماسكها، وتوجيه جميع أفرادها لمواجهة مشاكلها، وأداء وظائفها، والتفاعل الإيجابي بين أفرادها لتحقيق الشعور بالرضا والسعادة لهم، وتجنب الصراع بينهم.

فالاسرة هي النواة الأولى للمجتمع، وأقوى الجماعات تأثيرا في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه، وتعد من أهم عوامل التنشئة الاجتماعية للفرد. حيث انها جماعة اجتماعية صغيرة تتكون عادة من الأم والأب وواحد أو أكثر من الأطفال يتبادلون الحب ويتقاسمون المسؤولية، وتقوم بتربية الأطفال، حتى تمكنهم من القيام بتوجيههم وضبطهم، ليصبحوا اشخاصا يتصرفوا بطريقة اجتماعية.

وتعد الاسرة أكثر المنظمات الاجتماعية التي يختص بها الجنس البشري، وهي الوسط الذي يتعلم فيه الإنسان أدواره الاجتماعية، وتوثر الاصول البيولوجية فيه تأثيرا كبيرا، وتعد الأسرة المنظمة الاساسية التي انبثق منها المنظمات الأخرى فقد كانت العبادة والحكم والتجارة والصناعة والتعليم قديما تتم داخل الأسرة وتدرجيا انفصلت هذه المؤسسات عن الأسرة. (زهران، 2011)

إن وجود طفل من ذوي اضطرابات التوحد في أسرة ما، يسبب لها مشكلات اضافية وعلاقات أسرية أكثر تعقيدا، وقد يكون له الأثر الكبير في أحداث تغير في تكييف الأسرة، وإيجاد خلل في التنظيم النفسي والاجتماعي لأفرادها بغض النظر عن درجة تقبل الاسرة لهذا الطفل، ومن ابرز المشكلات التي تواجهها أسر التوحدين بشكل عام: الازمات الزوجية، وزيادة العدوانية والاكنتاب، والشعور بالذنب والقلق والتوتر، والصعوبات المادية والعزلة عن الناس، وقد أشارت العديد من الدراسات والتي اهتمت بالجانب النفسي لأسر الأطفال المعاقين أن معظم هذه الأسر قد تتعرض لضغط نفسي شديد مقارنة بأسر الأطفال العادين (Alexandra,et al,2004).

تبدل الأسرة التي لديها طفل من ذوي اضطرابات التوحد طاقة كبيرة ليظهر الطفل بصورة مقبولة أمام الناس؛ حيث تهتم هذه الأسرة اهتماما كبيرا بردود فعل الآخرين لوجود طفل توحدي لديهم، وقد لوحظ بأن أعاقه الطفل توثر على بنية الأسرة بربعة طرق: إذ تثير انفعالات قوية لدى الوالدين، وتعمل على تثبيط الهمة بسبب الشعور بالفشل المشترك، وتعيد تنظيم الأسرة، وتوجد أرضا خصبة للصراع؛ إلا أن الحقائق تبقى واضحة بأن تربية الطفل من ذوي اضطرابات التوحد تودي إلى درجة عالية من الضغوط النفسية والكثير من استراتيجيات التكيف التي تضطر الاسرة للجوء إليها وهذه بحد ذاتها مثيرة للضغوطات. (ابراهيم، 2018).

### مفهوم التوافق الأسري:

يعد مفهوم التوافق من المفاهيم الاساسية في علم النفس والصحة النفسية خاصة إلى الحد الذي جعل علماء النفس والصحة والنفسية يتخذونه موضوعا لهما، فالتوافق من أهم متطلبات النمو، والحياة كلها عبارة عن عمليات توافق، فالإنسان كثيرا ماتقابله مواقف عديدة لابد أن يواجهها، ويتوافق معها؛ ليوفق فيما بين رغباته ورغبات الآخرين.

### تعريف التوافق الأسري:

يعد التوافق من المفاهيم الأساسية في علم النفس ويتوقف معناه بحسب الموقف الذي يستخدم فيه هذا المفهوم، فقد يأتي بمعنى قبول الأشياء التي لانستطيع السيطرة عليها وقد يأتي بمعنى الاتفاق مع الأغلبية على الأفعال أو الأفكار، وأتفق كثير من الباحثين على أن التوافق هو قدرة الفرد على تحمل الضغوط المتكررة مع انخفاض مستوى القلق الطبيعي، ومحاولة أشباع حاجاته النفسية والجسمية وانسجامه مع بيئته، فهو عملية مركبة من عنصرين أساسيين الفرد بدوافعه وحاجاته وتطلعاته والبيئة المحيطة بهذا الفرد، وأن تكون العلاقة بين هذين العنصرين منسجمة ودينامية مستمرة (العنزي، 2012)

التوافق الأسري هو قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معا، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية، والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصا فعالا ونافعا في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى. (رشوان، 2009).

كتعريف شامل فالتوافق الأسري: " هو تلك العلاقة الاجتماعية التي تقوم بين أفراد الأسرة الواحدة (الأب، الأم، الأبناء) تسودها المودة والاحترام والحب والتكيف، لتحقيق قدر من التوازن داخل الأسرة وقدر من التجاوب والمشاعر والميول والرغبات لتشكيل أساسا جيدا لحياة مستقرة ومناخا طبيعيا للتفاعل الأسري، وخلق الحياة الأسرية من التوترات والصراعات والنزاعات التي تهدد نجاحها (مصطفي، 2018)

وترى الباحثة أن التوافق الأسري: "يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما وبينهما وبين الأبناء وسلامة العلاقة بين الأبناء بعضهم البعض الآخر حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع ويمتد التوافق الأسري كذلك ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحل المشكلات الأسرية.

### أنواع التوافق:

وللتوافق نوعان اساسيان هما:

#### 1- التوافق الشخصي:

يتضمن التوافق الشخصي السعادة مع النفس، والرضا عن النفس، وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية الفطرية والعضوية، والفسولوجية، والثانوية، والمكتسبة، ويعبر عن سلام داخلي، حيث لا صراع داخلي، ويتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو في مرحلة المتعددة. حيث أن التوافق الشخصي يتمثل في قدر من التقدير الذاتي والرضا على النفس على اساس واقعي والذي يؤدي إلى التقليل من الاحباط والقلق عن طريق السعادة مع النفس، وقوة الشخصية، والاتزان الانفعالي الجيد، والفطرة الايجابية للحياة، والشعور بالسعادة. (الدعدي، 2009).

#### 2- التوافق الاجتماعي:

يتضمن التوافق الاجتماعي السعادة مع الآخرين، والالتزام باخلاقيات المجتمع، ومسيرة المعايير الاجتماعية، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغير الاجتماعي، والتفاعل الاجتماعي السليم، والعمل لخير الجماعة، والسعادة الزوجية، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية، كما يتضمن التوافق الاجتماعي مجموعة من الاتجاهات والقيم والعادات الاجتماعية، والمثل المسيطرة والموجهة للجماعة والموحدة لاهدافها، ولاشك أن هذا البعد هو من خلاصة عمليات التعلم والاكساب والتقليد التي يمارسها الفرد من خلال تفاعله مع الجماعة التي يعيش بين أفرادها، كما أن التوافق الاجتماعي هو توحيد لوجهات النظر والآراء والأفكار في المجتمع وتحقيق حد أدنى من التفاهم المتبادل المشترك فيسما يتعلق بالاوضاع الاجتماعية الجديدة فتصب السلوك الاجتماعي للأفراد والجماعات في اطار متوافق مع التغير الاجتماعي (الدعدي، 2009).

### العوامل المؤثرة في التوافق الأسري:

إن العوامل المهمة التي تؤدي إلى التوافق الأسري تتمثل في إشباع الحاجات الأساسية لأفراد الأسرة سواء أكان طفلاً أو رجلاً، وسواء أكان ذكراً أو أنثى، وفي مايلي مجموعة أخرى من تلك العوامل نذكر منها:

1. العوامل الاجتماعية.
2. العوامل الشخصية.
3. العوامل المادية.

## مجالات التوافق الأسري:

إن قدرة أفراد الأسرة، وخاصة الزوجين على التخفيف من حدة التوترات في محيط الأسرة، وتجنب بلوغ الصراع خاصة الأزمة الأسرية شكل أساسا جيدا لحياة مستقرة ومناخا طيبا للتفاعل الأسري، وبذلك يكون الزواج الناجح هو خلو الحياة الأسرية من الصراع الضمني والصريح، وللتوافق الأسري مجالات معينة وهي كالآتي:

### 1- التوافق الاجتماعي:

والمقصود به هو قدرة الفرد على عقد صلات وعلاقات طبيعية مرضية مع الآخرين، والتي تندمج بتحمل المسؤولية والقدرة على الاعتراف بحاجة الآخرين وأن يقيم الزوج والزوجة علاقة مبنية على السكينة والطمأنينة، بحيث يشعر كل واحد بحاجته للآخر، والأمر نفسه ينطبق مع الأبناء (رشوان، 2009).

### 2- التوافق الاقتصادي والمادي:

فمن المعروف أن لكل أسرة دخلا محددًا، يضمن به الولي سد حاجات ورغبات أفراد أسرته، فإذا تعرض ذلك الدخل إلى نقصان أو حرمان نتيجة ظروف معينة (انخفاض الدخل، طرد الزوج من العمل، السجن، ...إخ) فإن ذلك من شأنه أن يؤثر على حالة التوافق لديه، مما يضطر أفراد الأسرة إلى إعادة تشكيل عاداتهم ورغباتهم وتنظيم حاجاتهم في إطار ذلك التغيير الذي طرأ على الأسرة (رشوان، 2009).

### 3- التوافق الجنسي:

يلعب الجنس دورا بالغا الأهمية في حياة الفرد لئلا من أثر في سلوكه وعلى صحته النفسية ذلك أن النشاط الجنسي يشبع كلا من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية وكثيرا من الحاجات الشخصية والاجتماعية ومصدرا للصراع والتوتر الشديدين، وتختلف الطريقة التي تشبع بها الحاجات الجنسية ودرجة هذا الإشباع اختلافا واسعا باختلاف ظروف الحياة وخبرات تعلم الفرد. ويعتبر عدم التوافق الجنسي دليلا على سوء التوافق العام لدى الفرد والتوافق الأسري بشكل خاص (رشوان، 2009).

### 4- التوافق الديني:

يعد الدين من أهم النظم الاجتماعية التي لها أهمية خاصة في مجال توافق الفرد مع أسرته ومجتمعه، ولذلك فمنذ الصغر تحاول الأسرة أن تغرس بعض القيم الدينية في نفوس الأبناء، ومن الوسائل التي تؤدي إلى التوافق بين أعضاء الأسرة الممارسات الدينية بين أفرادها، خاصة سلوك الوالدين الذي يشجع على التمسك بالقيم الدينية، حيث يتحقق التوافق الديني من خلال الإيمان بالله سبحانه وتعالى، وأن يرضى الفرد بما قسمه الله من رزق ومال وجاه ذلك أن الدين من حيث هو عقيدة وتنظيم للمعاملات بين الناس ذو اثر عميق في تكامل الشخصية واتزانها (رشوان، 2009).

### 5- التوافق الثقافي:

التقارب بين أفراد الأسرة في المستوى الثقافي لكل منهم أصبح من الأمور المهمة للتفاهم، والانسجام، والحب بينهم، ولقد بين كثير من الدراسات الحديثة أن من أهم العوامل المؤثرة في التوافق الأسري الثقافة بصورة عامة، وتعليم المرأة بصورة خاصة، ولذلك فإن الخلفية الثقافية لكل من الزوجين تؤثر في حياتهما المشتركة. حيث يختلفان حول تنظيم الأسرة، أو تحديد عدد الأبناء مثلا. (محمود، 2013).

## النظريات المفسرة للتوافق الأسري:

فسرت نظريات علم النفس الإرشادي عملية التوافق الأسري كالآتي:

## 1- نظرية ماسلو Maslow's theory

حدد الحاجات الإنسانية في خمسة مستويات تتفق مع مبدأ التوازن ووضعها في ترتيب هرمي عند قاعدته الحاجات الفسيولوجية الأساسية، وعند قمته حاجات تحقيق الذات حيث يرى أن هذه الحاجات تشبع تبعاً وأنه لا تلج الحاجة في إشباعها ما لم يتم إشباع الحاجة التي قبلها في ترتيب السلم الهرمي وهذه الحاجات هي الحاجات الفسيولوجية، والحاجة إلى الأمن، والحاجة للانتماء والحب، والحاجة للتقدير، الحاجة إلى تحقيق الذات. (المعموري، جاسم، 2019)

والتوافق كما يرى ما سلو يعني الاستمرارية في الكفاح والفاعلية المستمرة لإشباع الإنسان حاجاته والتي تتدرج في أهميتها كما يأتي:

## 1. الحاجات الفسيولوجية:

تعتبر الحاجات الفسيولوجية المحور الرئيسي التي تنطلق منه نظرية (ماسلو) في الدافعية ويعد إشباع هذه الحاجات ضروري للحفاظ على بقاء النوع، وتتسم الحاجات الفسيولوجية بكونها حاجات فطرية تتعلق بجسم الكائن الحي والحفاظ على توازنه ويمكن حصر تلك الحاجات بالحاجة إلى الغذاء، والماء، النوم والراحة، والجنس، والهواء. وإذا لم يتحقق إشباع لهذه الحاجات ولم يحصل عليها وخاصة من مجال الأسرة فإن هذه الحاجات ستأخذ الأهمية القصوى لدى الفرد، وتتجه عند ذلك جميع دوافعه باتجاه إشباع حاجاته الفسيولوجية فيما تصبح كل حاجاته الأخرى وكأنها غير موجودة، وهذا يسبب الشعور بالألم والتوتر وعدم الاستقرار والتوافق في مجالات الحياة وخاصة مجال الأسرة. (بوشعراية، وآخرون، 2017).

## 2. الحاجة إلى الأمن:

وتظهر هذه الحاجات بعد إشباع الحاجات الأولية حيث يسعى الكائن الحي إلى حيث يشعر بالأمن والطمأنينة وحماية النفس والتخلص من التهديدات والتحرر من الخوف والقلق وتحقيق امن الأسرة والتوافق الأسري.

## 3. الحاجة للانتماء والحب:

تظهر الحاجة إلى الانتماء والحب عندما تشبع حاجات المستويين الأول والثاني ويطلق عليها بالحاجات Social (needs) فتصبح هي المثيرة لدوافعه وبالتالي هي المحرك والموجه لسلوكه ويتضمن مجموعة العلاقات والصدقات والمحبة والتعاطف وتلقي الدعم واللجوء والانتماء للأسرة. (همام، 2017)

## 4. حاجات الاحترام وتقدير الذات:

تظهر هذه الحاجة رغبة الفرد في الشعور بأهميته وقيمه للآخرين واعتراف الآخرين بهذه القيمة فيمنحون التقدير والاحترام، والتي يجب أن تستند على القدرات الحقيقية التي يمتلكها الفرد. وعندما تشبع هذه الحاجات يشعر الفرد بالفخر والثقة بالنفس والاعتزاز وان له مكانة اهله وأصدقائه وأسرته، وإذا لم تشبع هذه الحاجات وتعرض الفرد إلى حالة إحباط فإنه يشعر بالقصور والضعف والعجز الذي يؤدي إلى سوء التوافق. (همام، 2017)

## 5. حاجات تحقيق الذات:

تأتي الحاجة إلى تحقيق الذات بعد أن يتم إشباع الحاجات السابقة، وهذه الحاجة تظهر رغبة الفرد في تحقيق ما يتلائم مع قدراته أو كما يرى ما سلو (رغبة الفرد في أن يكون ما يود أن يكونه وما يمكن أن يكونه) ويؤكد (ما سلو) على أهمية إشباع الحاجات وتجنب احباطها، مبيناً حالات سوء التوافق تتولد عن ضعف إشباع أي حاجة فيسلم الحاجات مما يؤدي إلى التوقف في تطور الشخصية عند مستوى تمك الحاجة فضلاً عن حدوث اضطرابات نفسية وسلوكية مختلفة. (الجناعي، 2018)

## 2- نظرية التحليل النفسي:

ترى نظرية التحليل النفسي أن عملية التوافق الأسري تتمثل بقدرة جميع أفراد الأسرة على القيام بجميع عملياتهم العقلية، والنفسية، والاجتماعية على خير وجه، بحيث يشعر أفراد الأسرة بالسعادة والرضا فلا يكونوا خاضعين لرغبات الهو ولا لشدة الأنا الأعلى وتنانيب الضمير، ولا يتحقق ذلك إلا إذا توزعت الطاقات النفسية توزيعاً يسطيروية الأنا ليوازي بين متطلبات الهو وتحذير الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع (ابو أسعد، 2018).

## 3- النظرية السلوكية:

تفسر النظرية السلوكية عملية التوافق الأسري من خلال ما يكتسبه الأفراد داخل الأسرة من سلوكيات مختلفة، فترى أن الأفراد في نموهم يكتسبون أساليب سلوكية جديدة عن طريق عملية التعليم ويحتفظون بها، وأن الأسرة المتوافقة هي التي استطاعت أن تكتسب سلوكيات وعادات سوية، نتجت من خلال ارتباط بمثيرات حسية، واستجابات جسمية وعقلية واجتماعية وانفعالية دعمت بالتعزيز (سعيد، 2018).

## 4- النظرية الإنسانية:

يفسر أصحاب النظرية الإنسانية عملية التوافق الأسري من خلال ماقدمة روجرز، حيث أشار إلى أن معايير عملية التوافق تكمن في: احساس الأفراد بالحرية، وانفتاحهم على الخبرة، والثقة بالمشاعر الذاتية، فإذا ما تحققت هذه المعايير فإن الأفراد سيستمتعون داخل الأسرة بمستوى مرتفع من التوافق الأسري، ويؤكد ماسلو كذلك على أهمية توكيد الذات من قبل أفراد الأسرة في تحقيق التوافق السوي، ووضع عدد من المعايير لتحقيق التوافق وهي: الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات، الاستقلال الذاتي، وقوة العلاقات الاجتماعية، وممارسة الأسلوب الديمقراطي، والموازنة بين متطلبات الحياة (العززي، 2012).

## 5- النظرية المعرفية:

ويرى أصحاب الإتجاه المعرفي أن طريقة الفرد في معالجة محيطه تؤدي إلى التوافق الشخصي مع العالم، وأن التوافق يأتي من خلال معرفة الفرد لذاته وقدراته والتكيف معها، والتوافق حسب إمكاناته المتاحة، وأن كل إنسان يمتلك القدرة على التوافق الذاتي، وعلى هذا الأساس فإن من واجب الوالدين مساعدة الأبناء على معرفة إمكاناتهم وقدراتهم الحقيقية من أجل أن يتصرف الفرد بحرية باختيار افعالة التي يتوافق بها مع نفسه ومع أسرته ومع المجتمع (عبدالله، 2012).

وترى الباحثة أنه قد برزت العديد من جهود العلماء من خلال وضع عدد من النظريات في مجال الإرشاد الأسري والتي حاولت تشخيص وعلاج المشكلات الأسرية ليس فقط على المستوى النظري إنما على المستوى العملي أيضاً من خلال تطبيق النظريات على مواقف وخبرات أسرية مختلفة في محاولات لايجاد مستويات مرتفعة من التوافق الأسري، وعليه فإن عملية التوافق الأسري للأسر التي لديها طفل أو أكثر من فئة اضطراب التوحد والتي تحتاج إلى قدر كبير من التوافق والتكيف الداخلي للأسرة بين الأب، والأم، والأبناء بتقبل هذا الطفل، وأن تكون لديهم قدرة عالية على التوافق مع النظرة السلبية من المجتمع لهذه الفئة، وبالتالي قدر كبير من التوافق من قبل الأسرة على مستوى التوافق الذاتي، والتوافق المجتمعي والتوافق الثقافي، تحتاج إلى المزيد من الدراسات في مجال الإرشاد الأسري لتشخيص وعلاج المشكلات الأسرية على المستوى النظري والعملي التطبيقي لايجاد مستويات مرتفعة من التوافق الأسري لهذه الفئة.

## ثانياً- الدراسات السابقة:

تعتبر أدبيات البحث حجر الزاوية في البحث العلمي لما لها من أهمية للبحث في اكتساب المعرفة لطبيعة المشكلة التي يريد دراستها ونضيف إلى ذلك أساليب جديدة في البحث العلمي ربما يكون قد غفلها. حيث نبدا من

نقطة إنتهاء الآخرين ولذلك يجب البحث والإطلاع الشامل والمتعمق على الدراسات السابقة التي ذات العلاقة بموضوع البحث والتي يتم عرضها كالآتي:

- أ- دراسات سابقة تناولت الاحتراق النفسي:
- دراسة أشرف كمال غبارية (2017): الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقتة بالكفاءة الذاتية المدركة في تنشئة الأطفال الآخرين داخل الأسرة في أم الفحم، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقتة بالكفاءة الذاتية المدركة. في تنشئة الأطفال الآخرين داخل الأسرة في أم الفحم. تكونت عينة البحث من (173) من الأمهات في أم الفحم، اعتمدت البحث المنهج الوصفي الارتباطي، ولتحقيق أهداف البحث أعد الباحث مقياس الاحتراق النفسي، ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة، حيث تم استخدام الصدق الظاهري ومؤشرات صدق البناء، واستخدام معادلة كرونباخ الفا وإعادة تطبيق للتحقيق من ثبات المقياسين، وقد كانت مؤشرات الصدق والثبات مقبولة. وخلصت النتائج إلى أن كلا من مستوى الأحتراق النفسي ومستوى البحث جاء بمستوى متوسط لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وجود علاقة ارتباطية سالبة بين بين الاحتراق النفسي والكفاءة الذاتية المدركة. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الاحتراق النفسي والكفاءة الذاتية المدركة. تعزى لمتغير العمر. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير المستوى التعليمي.
- دراسة فارغيس وفنكاسان (Varghese & Venkatesan, 2013) بكندا: دراسة مقارنة مستوى الاحتراق النفسي بين أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وفاقد السمع، وهدفت الدراسة إلى مقارنة مستوى الاحتراق النفسي بين أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وفاقد السمع. تكونت عينة البحث من (60) أما من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وفاقد السمع قسموا بالتساوي بين مجموعة أمهات الأطفال ذوي طيف التوحد، وأمهات الأطفال فاقد السمع، تم ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي. خلصت نتائج البحث أن الاحتراق النفسي ظاهرة شائعة بين مجموعتي البحث، إلا أن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بدا علمهن الاحتراق الجسدي والنفسي أكثر. تم مناقشة أساليب التدخل المناسبة مع حالات الاحتراق النفسي مثل: الاسترخاء والترقية والتسلية.
- دراسة إلسي (Elci, 2004) في تركيا: القدرة التنبؤية لبعض المتغيرات الديمغرافية وطرق المواجهة، والدعم الاجتماعي المدرك ومستوى الضغط النفسي في توقع مستويات الاحتراق النفسي وتطور اضطراب ما بعد الصدمة لدى آباء وأمهات الأطفال الذين يعانون من اضطراب التوحد، وهدفت الدراسة إلى بحث القدرة التنبؤية لبعض المتغيرات الديمغرافية وطرق المواجهة، والدعم الاجتماعي المدرك ومستوى الضغط النفسي في توقع مستويات الاحتراق النفسي وتطور اضطراب ما بعد الصدمة لدى آباء وأمهات الأطفال الذين يعانون من اضطراب التوحد. تكونت عينة البحث من (136) من الآباء، والأمهات، منهم (71) أما، و (65) أبا من الآباء والأمهات الذين لديهم أطفال يعانون من اضطراب طيف التوحد، ولتحقيق هدف البحث تم استخدام مقياس الضغط النفسي، ومقياس تطور اضطراب ما بعد الصدمة، ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك، ومقياس طرق المواجهة، ومقياس الاحتراق النفسي. خلصت نتائج البحث إلى أن مستوى الإجهاد العاطفي كان أكبر لدى الأمهات مقارنة بالآباء. أن الدعم الاجتماعي واستراتيجيات المواجهة (حل المشكلات)، التدين، العمر، سنوات الزواج تتنبأ بشكل كبير في تطور اضطراب ما بعد الصدمة بين الآباء. أن مستوى الضغط النفسي فقط كان المتنبأ الوحيد للاحتراق النفسي،

والإجهاد العاطفي بين الأمهات، بينما يتنبأ مستوى الضغط النفسي، العجز، ولوم الذات، بالاحترق النفسي، والإجهاد العاطفي بين الآباء.

- دراسة النصاروين وآخرون (2018): مستوى الوعي الذاتي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقته بالاحترق النفسي، وهدفت الدراسة إلى تحرير مستوى الوعي الذاتي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقته بالاحترق النفسي. تكونت عينة البحث من (85) من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد الملتحقين بمراكز التربية الخاصة في مدينة عمان، وتم استخدام مقياس الوعي الذاتي، ومقياس الاحتراق النفسي بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لهما. تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي كاستراتيجية تنفذ للإجابة عن أسئلة البحث وأهدافها. ويعد هذا المنهج الأكثر ملاءمة لتحقيق أهداف البحث الحالية. وخلصت النتائج إلى أن مستوى كل من الوعي الذاتي والاحترق النفسي لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد كان متوسطاً. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الوعي الذاتي والاحترق النفسي.

#### ب- دراسات تناولت التوافق الأسري:

- دراسة الزواهره والتخاينه (2022) التوافق الأسري وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق الأسري وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق الدراسة الحالية على عينة بلغت (218) حدثاً جانحاً في دور الإيواء التابعة لوزارة التنمية الاجتماعية. حيث تم تطوير أداتي الدراسة وهما: مقياس التوافق الأسري، ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة. وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين التوافق الأسري والكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية. وفي ضوء النتائج الحالية تم الخروج ببعض التوصيات ومنها: زيادة الاهتمام بفئة الأحداث الجانحين بحيث يتم مساعدتهم من الناحية النفسية والاجتماعية، وإجراء المزيد من الدراسات التي تتناول المشكلات السائدة لدى الأحداث الجانحين.

- دراسة بركان (2019) اضطراب العلاقات الزوجية وأثرها على التوافق الأسري للأبناء. (دراسة ميدانية وصفية) يعتمد التوافق الأسري على العطف المتبادل والرفقة الطيبة بين جميع الأطراف داخل الكيان الأسري، وهذا منذ الوهلة الأولى لتشكل العلاقة الزوجية إلى ظهور الأبناء، مما يؤدي بالأسرة إلى تحقيق النجاح النفسي والاجتماعي في جو من التوافق والتواصل. غير أن هذه العلاقة الإنسانية قد يعتريها في بعض الأحيان اضطرابات علائقية مما يولد توترات نفسية واجتماعية تلقي بظلالها على أجواء الأسرة ككل ويتضرر منها وبشكل كبير الأطفال. من هذا المنطلق تحاول الباحثة من خلال هذه الدراسة توضيح أهمية التوافق الأسري للأبناء، خاصة حال اضطراب العلاقات بين الوالدين (الزوجين) وانعكاس ذلك على المسار الدراسي والنفسي لأبنائهم

- دراسة بو شعراية، والدايخ (2017): الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى آباء وأمهات أطفال التوحد، هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق الأسري للتعرف على الفروق بين الضغوط النفسية والتوافق الأسري وفقاً لبعض المتغيرات الديمغرافية (الجنس، العمر، المستوى التعليمي، عدد أفراد الأسرة). تكونت عينة البحث من 121 أباً وأماً لأطفال توحد من (60) أما و (60) آباء واستجابوا لمقياس الضغوط النفسية لأولياء أمور المعاقين ومقياس التوافق الأسري. خلصت النتائج إلى أنه لا توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الأسري لدى أولياء أمور أطفال التوحد، في الوقت الذي بينت البحث أن هناك فروق في مستوى الضغوط النفسية بين الآباء والأمهات لصالح الأمهات، بالإضافة إلى عدم وجود أي فروق في



الضغوط النفسية والتوافق الأسري وفقا للمتغيرات الديمغرافية، (عمر الوالدان، المستوى التعليمي، عدد أفراد الأسرة).

- دراسة الدعيدي (2009): الضغوط النفسية والتوافق الأسري الزوجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الأعاقاة وبعض المتغيرات الديمغرافية، وهدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الضغوط النفسية وكل من التوافق الزوجي والأسري لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين. والكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية وكل من التوافق الزوجي والأسري لدى آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الأعاقاة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية (العمر، الجنس، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي). تكونت عينة البحث من (308) من آباء وأمهات الأطفال المعاقين ومقارنتهم بعينة من آباء وأمهات الأطفال العاديين بلغت (340) وتم تطبيق مقياس المؤشرات السلوكية الدالة على الضغط، ومقياس التوافق الزوجي، ومقياس التوافق الأسري، بتطبيق المنهج الوصفي بشقية: الإرتباطي والسببي. وخلصت نتائج البحث إلى ارتباط كل من التوافق الزوجي والأسري ارتباطاً إيجابياً دالاً. ارتبطت الضغوط النفسية بهذين المتغيرين ارتباطاً سلبياً. تبين أن الضغوط النفسية والتوافق الزوجي والأسري تتأثر بدرجة أعاقاة الأبناء فكلما كانت الأعاقاة شديدة كلما زاد الضغط النفسي وقل التوافق الزوجي والأسري. تبين أن هذه المتغيرات لا تتأثر بالمتغيرات الديمغرافية والاجتماعية المحددة في هذه البحث والتي شملت العمر والجنس والمستوى التعليمي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي.

- دراسة فروزنده وآخرون (2020) تحليل التعاطف الذاتي والمرونة المعرفية مع التوافق الزوجي لدى والدي الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، وهدفت إلى التعرف على تحليل التعاطف الذاتي والمرونة المعرفية مع التوافق الزوجي لدى والدي الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، تكونت عينة البحث من (100) من المتزوجين الذين تم تحويلهم إلى مراكز التوحد بعد المقابلات السريرية. تضمنت أدوات البحث المقابلة السريرية الهيكلية واستبيان التعاطف الذاتي واستبيان (DSM SCID) جرد المرونة المعرفية، واستبيان اختبار التوافق الزوجي، والتي تم اكتمالها من قبل المتزوجين، أظهرت النتائج أن هناك علاقة معنوية بين التعاطف الذاتي والمرونة المعرفية والتوافق الزوجي.

#### تعليق على الدراسات السابقة:

تشير هذه الدراسات عموماً وتلقى الضوء على قدرة الأمهات على مواجهة الضغوط المرتبطة بتربية طفل من ذوي اضطراب التوحد، إلا أنه يلاحظ أن معظم هذه الدراسات ركزت بشكل أكبر على مواجهة الضغوط في حين أن التوافق الأسري لأمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد خاصة ولأفراد الأسرة عامة هي أكثر من عدم، وجود الجوانب السلبية في التوافق الأسري، لهذا ركز البحث الحالي على دراسة التوافق الأسري التي تؤدي إلى تخفيض الاحتراق النفسي ويعد ذلك إضافة نوعية للبحث الحالي.

### 3- منهجية البحث وإجراءاته.

#### منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي القائم على دراسة العلاقة الإرتباطية، الذي يقوم بوصف الظاهرة كما هي على أرض الواقع، كما يساعد في تفسير الظاهرة وإخضاعها للدراسة والتعرف على علاقة المتغيرات مع بعضها.

## مجتمع البحث:

هو جميع الأفراد أو الأشخاص الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث، أو جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها نتائج الدراسة. تمثل مجتمع البحث من أمهات أطفال التوحد بولاية الخرطوم بالمراكز التالية: (المنال السعيد، أنا السودان، ايدي لا تمل، جود).

## عينة البحث:

هي جزء من المجتمع يختار بطريقة علمية محددة للحكم على المجتمع محل البحث، وهي نموذج يشمل جانبا أو جزءا من المجتمع الأصلي المعني بالبحث تكون ممثلة له بحيث تحمل صفاته المشتركة وهذا النموذج يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصل خاصة في حالة صعوبة أو استحالة دراسة كل تلك الوحدات. تم اختيار العينة بالطريقة القصدية الصدفية لدى أمهات أطفال التوحد بولاية الخرطوم (المنال السعيد، أنا السودان، ايدي لا تمل، جود).

وصف العينة: تناولت العينة اعمارا مختلفة من أمهات أطفال التوحد موضحة في الجدول ادناه

جدول (1) وصف العينة لأعمار أمهات أطفال التوحد

العمر	التكرار	النسبة المئوية
24-29 سنة	17	15.7%
30-35 سنة	44	40.8%
36-40 سنة	28	25.9%
41 سنة فأكثر	19	17.6%
المجموع	108	100%

أدوات البحث: استخدمت الباحثة استمارة جمع البيانات الأولية تحتوي على متغير العمر ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس التوافق الأسري.

## مقياس الاحتراق النفسي:

تكون المقياس من (38) عبارة بثلاثة أبعاد وهي: الضغط النفسي (الإجهاد الانفعالي)، عدم الرضى (نقص الشعور بالانجاز الشخصي)، الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر). تم حذف (5) عبارات في التحكيم و (5) عبارات من خلال قياس الاتساق الداخلي

معرفة صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية للأبعاد الفرعية بالمقياس بمجتمع البحث الحالي.

تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس الجدول 2 يوضح ذلك

جدول (2) معامل ارتباط بيرسون لقياس صدق اتساق الفقرات مع الدرجة الكلية للأبعاد الفرعية بالمقياس

اسم البعد	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة
بعد الضغط النفسي (الإجهاد الانفعالي)	1	0.479	2	0.471	4	0.253	6	0.853	8
	13	-0.237	16	0.469	17	0.670	24	0.815	25
بعد عدم الرضى (نقص الشعور بالانجاز الشخصي)	3	0.530	5	0.029	10	0.583	11	0.070	14
	15	0.445	19	0.452	20	0.376	27	0.313	29
بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر)	7	0.292	9	0.567	12	0.623	18	0.252	21
	22	0.640	23	-0.214	26	0.459	28	0.392	30

من الجدول أعلاه والذي يوضح معامل الارتباط لفقرات المقياس تبين أن ارتباط العبارات ذو دلالة إحصائية وعند مستوى دلالة 0.05 ما عدا العبارات رقم (13، 23) ذات ارتباط سالب، والعبارات رقم (8، 5، 11) ذات ارتباط ضعيف لذلك يجب حذفها. ولمعرفة الصدق الذاتي لمقياس الاحتراق النفسي استخدمت الباحثة معامل الفاكرونباخ والجدول 3 يوضح ذلك

جدول (3) معامل الفاكرونباخ لمقياس الصدق الذاتي لمقياس الاحتراق النفسي

الصدق الذاتي بواسطة الجزر التريبي	الثبات بواسطة الفاكرونباخ	عدد العبارات		اسم البعد
		الضعيفة	السالبة	
0.836	0.700	1	1	بعد الضغط النفسي (الإجهاد الانفعالي)
0.838	0.703	2	0	بعد عدم الرضى (نقص الشعور بالإنجاز الشخصي)
0.860	0.741	0	1	بعد الاتجاة السلبي (تبلد المشاعر)
0.844	0.714	3	2	المجموع

من الجدول اعلاه والذي يوضح معامل الفاكرونباخ للثبات والذي بلغ (0.714) والصدق الذاتي بواسطة الجذر التريبي والذي بلغ (0.844) لمعامل الثبات لمقياس الاحتراق النفسي وبعد حذف العبارات الضعيفة والسالبة الارتباط نستنتج أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات جيدة ودالة إحصائياً وبالتالي يصلح لمقياس السمة المبحوثة.

#### الثبات الداخلي لمقياس التوافق الأسري:

تكون المقياس من (27) عبارة تم عرض المقياس على المحكمين واوصو بتعديل بعض العبارات كما هو موضح في الجدول ادناه لم يوصى المحكمين بحذف اي عبارة  
جدول (4) الاتساق الداخلي لبنود مقياس التوافق الأسري باستخدام معامل ارتباط بيرسون العزمي ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس

رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط	رقم العبارة	درجة الارتباط
1	0.572	6	0.642	11	0.451	16	0.687
2	0.555	7	0.533	12	0.699	17	0.359
3	0.597	8	0.546	13	0.740	18	0.284
4	0.445	9	0.095	14	0.683	19	0.018
5	0.438	10	0.448	15	0.501	20	0.213
21	0.511	22	0.759	23	0.783	24	0.270
25	0.234 -	26	0.537	27	0.675	-	-

يتضح من الجدول أعلاه والذي يوضح معامل الارتباط لفقرات المقياس تبين أن ارتباط العبارات ذو دلالة إحصائية وعند مستوى دلالة 0.05 ما عدا العبارتين رقم (9، 19) ذات ارتباط ضعيف، والعبارة رقم (25) ذات ارتباط سالب لذلك يجب حذفها حتى لا تؤثر على الاتساق الداخلي للمقياس ليصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من 24 عبارة بدلاً عن 27 عبارة.

جدول (5) الثبات بواسطة الفاكرونباخ والصدق الذاتي بواسطة الجزر التريبي لمقياس التوافق الأسري:

الصدق الذاتي بواسطة الجزر التريبي	الثبات بواسطة الفاكرونباخ	عدد العبارات		عدد العبارات
		الضعيفة	السالبة	
0.955	0.913	2	1	27

يتضح من الجدول اعلاه والذي يوضح معامل الفاكرونباخ للثبات والذي بلغ (0.913) والصدق الذاتي بواسطة الجذر التربيعي والذي بلغ (0.955) لمعامل الثبات لمقياس التوافق الأسري وبعد حذف العبارات الضعيفة الارتباط نستنتج أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات عالية ودالة إحصائياً وبالتالي يصلح لمقياس السمة المبحوثة.

#### 4- عرض النتائج ومناقشتها.

يتم عرض النتائج التي توصلت اليها الباحثة ومناقشتها بالدراسات السابقة ومعرفة مدى الاتفاق والاختلاف فيما بينها.

- نتيجة فحص الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد)

جدول (6) معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد.

المتغيرين	قيمة الارتباط بين المتغيرين	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الاحتراق النفسي والتوافق الأسري	**0.692	0.000	توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين المتغيرات عند مستوى الدلالة 0.01

\*\*ارتباط دال عند مستوى 0.01

يلاحظ من الجدول أعلاه والذي يوضح معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد، حيث يلاحظ أن قيمة الارتباط (0.692) والقيمة الاحتمالية (0.000) مما يدل على وجود علاقة عكسية بين المتغيرين وعند مستوى دلالة 0.01 إذا نتيجة الفرض الثالث هي: (توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري لدى أمهات أطفال التوحد) وهذا ما توقعته الباحثة مما يدل على تحقق فرضها.

#### مناقشة الفرض:

اتفقت النتيجة الحالية مع دراسة غبارية (2017) في وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي والكفاءة الذاتية المدركة ودراسة النصاروين واخرون (2018) حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الوعي الذاتي والاحتراق النفسي، ويعتبر الاحتراق النفسي حالة من الإجهاد العاطفي والعقلي، والجسدي الناجمة عن الإجهاد المفرط ولفترة طويلة، ويحدث ذلك عندما يشعر الفرد بالإرهاق والإجهاد وعدم القدرة على تلبية المطالب المستمرة، ومع استمرار الضغط عليه، فإنه في المقام الأول يبدأ في فقدان الاهتمام أو الدافعية بالقيام بدور معين (السلخي، 2013).

كما يقلل الاحتراق النفسي من الإنتاجية ويستنزف الطاقة الخاصة بالفرد، ويترك لديه شعوراً بالعجز بشكل متزايد واليأس، والتشاؤم، والاستياء. وفي نهاية المطاف قد يشعر بان ليس لديه شيء ليعطيه أو أن الشيء الذي يفعله لا يحدث فرقا أو أنه محل تقدير، كما قد يشعر بأن حُرصة على عملة أحياته المنزلية يبدو مثل مضبعة للطاقة (الرفوع، 2005).

كما التكيف والتوافق لا يأتيان عفويا أو تلقائيا، بل هما نتيجة طبيعية لما يبذله جميع أطراف الحياة الأسرية، وأن الإنسان الأكثر تكاملا في شخصيته يكون أسرع في تحقيق توافقه وتكيفه في حياته الأسرية، وخاصة إذا قام على أسس ثابتة تتمثل في الإقرار بالفروق الفردية والقبول بهذه الفوارق والاختلافات التي تقوم بين الناس.

التوافق الأسري هو قدرة أفراد الأسرة على الانسجام معا، وإحساسهم بالسعادة والراحة في نطاق الحياة الأسرية، وإقامة علاقات اجتماعية متبادلة مع الآخرين والتي تتسم بالحب والعطاء من ناحية، والعمل المنتج الذي يجعل من الفرد شخصا فعالا ونافعا في محيطه الاجتماعي من ناحية أخرى. (رشوان، 2009).

- نتيجة الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد تبعاً للعمر.

جدول (7) اختبار تحليل التباين الأحادي لمعرفة الفروق في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد حسب العمر.

اسم البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة ف	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
بعد الضغط النفسي (الإجهاد الانفعالي)	بين المجموعات	580.713	21.508	27	1.143	0.316	لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05
	داخل المجموعات	1505.287	18.816	80			
	المجموع	2086.000		107			
بعد عدم الرضى (نقص الشعور بالإنجاز الشخصي)	بين المجموعات	501.607	18.578	27	1.568	0.064	لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05
	داخل المجموعات	948.060	11.851	80			
	المجموع	1449.667		107			
بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر)	بين المجموعات	1403.022	51.964	27	2.164	0.004	توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05
	داخل المجموعات	1920.645	24.008	80			
	المجموع	3323.667		107			
المجموع	بين المجموعات	2485.342	92.05	27	1.360	0.128	لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05
	داخل المجموعات	4373.992	54.675	80			
	المجموع	6859.334		107			

يلاحظ من الجدول أعلاه والذي يوضح تحليل التباين الأحادي لمعرفة ما إذا كانت هنالك فروق في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد حسب العمر، حيث يلاحظ أن قيمة ف (1.360) والقيمة الاحتمالية (0.128) غير دالة، مما يدل على أنه لا توجد فروق في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد حسب العمر وعند مستوى الدلالة 0.05، ما عدا بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر) الذي أظهرت النتائج وجود فروق دالة ولمعرفة ذلك تم استخدام اختبار توكي البعدي.

جدول (8) الفروق في الاحتراق النفسي بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر) حسب العمر تم استخدام اختبار توكي البعدي لتوضيح مصدر الفروقات.

العمر	التكرار	متوسط الفروقات	مستوى الدلالة	الاستنتاج
29-24 سنة	17	29.13	0.002	دالة
30-35 سنة	44	27.61	0.004	دالة
36-40 سنة	28	20.06	0.121	غير دالة
41 سنة فأكثر	19	21.02	0.113	غير دالة
المجموع	108	24.45	0.124	غير دالة

من الجدول العلاه والذي يوضح اختبار توكي البعدي لمعرفة مصدر الفروق في الاحتراق النفسي بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر) حسب العمر، حيث يتضح أن أعلى متوسط للفئة العمرية (24-29 سنة) حيث بلغ (29.13)

ومتوسط للفئة العمرية (30-35 سنة) حيث بلغ (27.61) ويمثلان مصدر للفروق في الاحتراق النفسي بعد الاتجاه السلبي (تبلد المشاعر) حسب العمر إذ أنهما الفئتين اللتين أحدثتا الفروق في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد العمر.

إذا نتيجة الفرض هي: (لا توجد فروق في الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد حسب العمر) وهذا ما لم توقعته الباحثة مما يدل على عدم تحقق فرضها.

#### مناقشة الفرض:

جاءت هذه النتيجة مختلفة مع دراسة (كمال، 2017) و (شقران، 2018) التي أشارت دراستهما إلى توسط الاحتراق لدى الأمهات وقد أظهرت نتيجة الأبعاد الفرعية عدم وجود فروق في بعد الضغط النفسي الذي يعتبر من أكثر المصطلحات ارتباطاً بالاحتراق النفسي حيث يرى نيوهاوس "Niehause" أن الاحتراق هو مجرد انعكاس للضغوط النفسية. (خليلي والزهراني 2006)، كما يرى عدة باحثين أن الاحتراق النفسي والضغط النفسي يعبران عن حالة من الإجهاد أو الإنهاك حيث ذكرت عمار (2007) أن كلاهما يعبر عن حالة من الإجهاد والإنهاك النفسي والبدني، لكن يختلف الاحتراق النفسي عن الضغط، فغالبا ما يعاني الفرد من ضغط مؤقت ويشعر كما لو كان محترقا نفسيا، لكن بمجرد التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الشعور، فقد يكون الضغط داخليا أو خارجيا، وقد يكون طويلا أو قصيرا، وإذا طال هذا الضغط فإنه يستهلك أداء الفرد، ويؤدي إلى انهيار في أداء وظائفه أما الاحتراق النفسي فهو عرض طويل المدى يرتبط حدوثه بالضغوط النفسية وبمصادر وعوامل أخرى، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (السي، 2004) الذي أشارت إلى أن الإجهاد العاطفي يؤثر بدرجة كبيرة في شعور الفرد بالاحتراق النفسي هو فقدان العنصر الإنساني أو الشخصي في التعامل واعتبار الأشخاص كالأشياء المادية بدلا من اعتبارهم كأشخاص، ويتصف الفرد الذي يعاني من الاحتراق النفسي في هذه الحالة بالقسوة والتشاؤم وكثرة الانتقاد واللامبالاة والشعور السلبي نحو الآخرين. ومما يزيد شعور الأم بالإحباط والقلق على مستقبل ابنها ذوي اضطراب طيف التوحد، بالإضافة إلى الدعم العائلي ووجود الزوج إلى جانبها ليعينها على تحمل مشقات رعاية الطفل ذوي اضطراب طيف التوحد، فغياب الدعم العائلي والاجتماعي يفاقم من الصعوبات التي تعاني منها أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد (Kuhn&Carter,2006). وإن الأفراد يختلفون في ردودهم الانفعالية بناءً على عوامل كثيرة منها المعتقدات الدينية التي تحت الفرد على الصبر وتحمل المصاعب وهذا ما يفسر وجود فروق في بعد تبلد المشاعر.

تفسر الباحثة فرضها في وجود فروق في الاحتراق النفسي تبعاً لعمر فإن الأمهات الأكبر سن يملكن من الحكمة ما يمكنهن من التعامل مع طفل التوحد عكس الأمهات الأصغر سناً، وقد جاءت النتيجة مخالفة لتوقعات الباحثة بعدم وجود فروق في الاحتراق تبعاً للعمر، وترى الباحثة أن عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير العمر قد يرجع إلى أن الأمهات بمختلف أعمارهن يتعرضن لضغط مستمر متواصل يعمل هذا الضغط على التأثير على الأمهات بمختلف أعمارهن لأن الضغط يؤثر بدرجة كبيرة في استجابات الفرد.

#### الخلاصة:

- 1- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي والتوافق الأسري
- 2- لا توجد فروق في الاحتراق النفسي تعزي للعمر.

#### التوصيات والمقترحات.

- 1- عمل برامج إرشادية لتقليل شعور الأمهات بالاحتراق النفسي لديهن.
- 2- رفع الكفاءة الذاتية لدى أمهات اضطراب طيف التوحد عبر برامج إرشادية

## قائمة المراجع.

## أولاً- المراجع بالعربية:

- ابواسعد، احمد: (2018) الارشاد الزوجي والأسري (ط2) دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان.
- البتال، زيد محمد، (2000)، الاحتراق النفسي لدى معلم التربية الخاصة بحث مقدم في ندوة الإرشاد النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة". جامعة الخليج العربي. البحرين.
- برجان، سعاد (2019): اضطراب العلاقات الزوجية وأثرها على التوافق الأسري للأبناء. (دراسة ميدانية وصفية) مجلة القبس للدراسات النفسية والاجتماعية، مج1، ع 1، ص 204- 219.
- بوشعرية، راف الله؛ والدايخ، فتحي طاهر: (2017) الضغوط النفسنة وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى آباء وأمهات أطفال التوحد، المجله الليبية العالمية، ع 14 ص 1- 23.
- التكريتي، واثق عمر موسى. الجابري، جنار عبد القادر احمد: (2016): السلوك التربوي وعلاقته بالاحتراق النفسي، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- الجناعي، منى بدر: (2018) العلاقة بين التوافق الأسري وسوء استخدام الأنترنت مجلة بحوث التربية النوعية جامعة المنصورة كلية التربية النوعية ع 51، ص 1- 41
- حدار، عبد العزيز: (2013) تشخيص اضطرابات الشخصية" (مرجع في الإرشاد علم النفس العيادي والإرشاد النفسي) الطبعة الأولى، الجسور للنشر والتوزيع.
- الخرايشة، عمر محمد عبد الله؛ وعربيات، احمد عبد الحليم (2005): الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرفة المصادر، مجلة جامعة ام القرى، للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، المجلد 17، العدد 2، ص48-76.
- الخطيب، مصطفى؛ والقريوتي، ابراهيم أمين (2005): الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة العاديين والموهوبين وذوي صعوبات التعلم والإعاقات الشديدة، المؤتمر العلمي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين، للفترة من 16- 18 / 8 عمان الاردن.
- خليلي، عبد الحليم. زهاني نبيل: (2006) مستوى الاحتراق النفسي لدى مربى الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير، تخصص علم النفس العيادي، جامعة باجي مختار، عنابة
- دبابي، بوبكر (2012): مستوى الإحترق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الجزائر.مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية 9 85-99(1).
- دردير، نشوة كرم عمار أبو بكر: (2007) الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ. ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات رسالة ماجستير كلية التربية- جامعة الفيوم
- الدعدي، غزلان شمس محمد: (2009) الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية، رسالة الماجستير في قسم علم النفس تخصص ارشاد نفسي، جامعة أم القرى كلية التربية – قسم علم نفس
- الدعدي، غزلان شمس محمد: (2009) الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعاً لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية، رسالة الماجستير في قسم علم النفس تخصص ارشاد نفسي، جامعة أم القرى كلية التربية – قسم علم نفس.
- رزيقات، ضرار محمد؛ الخمرة، حاتم أنس: (2019) القدرة التنبؤية لعوامل الضغط النفسي والاكنتاب في نوعية الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في الأردن، قسم الإرشاد والتربية الخاصة- كلية العلوم التربوية- الجامعة الأردنية- الاردن، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية مج 28، ع 6، ص 770- 790..
- رشوان، حسين عبد الحميد: (2009): الذكاء الأسس النفسية والاجتماعية، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.
- رشوان، حسين عبد الحميد: (2009): الذكاء الأسس النفسية والاجتماعية، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.
- الرفوع، عارف: (2005) الاحتراق النفسي لدى المشرفين التربويين في محافظات الجنوب وعلاقته بمتغيرات الجنس، وسنوات الخبرة، وعدد المعلمين. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.



- زهران، سناء حامد: (2011) الصحة النفسية والأسرة ط (1) القاهرة، عالم الكتب.
- الزهراني، نوال: (2008) الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية مع العوامل لذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية المتحدة.
- الزواهره، احمد علي، التخاينة، صهيب خالد: (2022) التوافق الأسري وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى الأحداث الجانحين في المملكة الأردنية الهاشمية، مجلة التربية الأزهر، المجلد 41، العدد 193، الصفحة 523-544.
- سامر، جميل رضوان: (2009)، في الطب النفسي وعلم النفس الاكلينيكي"، دار الكتاب الجامعي، لا توجد طبعة، غزة فلسطين.
- سعيد، العزة: (2018) الارشاد الأسري نظريات وأساليب العلاجية (ط2)، دار الثقافة للطباعة والنشر، عمان.
- سعيد، رضوان صديق؛ محمد، جاجان جمعة: (2020) أثر برنامج إرشادي في تخفيف الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال التوحد (الاورتم). مجلة العلوم الإنسانية بجامعة زاخو 382-395
- السلخي، محمود: (2013). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات. دراسات، 40 (4)، ص ص: 1207-1229.
- سلمان، معين النصراوين، أحمد خالد خزاولة، هيام موسى التاج، رامي ابراهيم الشقران: (2018) مستوي الوعي الذاتي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقته بالاحتراق النفسي، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، مج 17، ع 2 ص 301-328.
- سنابل، أمين صالح جزار: (2011)، الجدية في العمل وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مديري المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية – رسالة ماجستير جامعة النجاح الوطنية في نابلس. فلسطين
- عبد الله، محمد: (2012) نظريات الارشاد والعلاج النفسي، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.
- العززي، علياء: (2012) أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالتوافق الأسري لدى المعلمات المتزوجات في منطقة الجوف. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- عوض، احمد محمد: (2007): الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس، دار الحامد، ط1 عمان.
- العيطة، أسماء، وعيسوي، طارق: (2004) الاحتراق النفسي لدى عينة من العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة وعلاقته ببعض المتغيرات بدولة قطر، المجلة المصرية للدراسات النفسية (45) 4، ص ص: 171-223.
- غبارية، أشرف كمال: (2017) الاحتراق النفسي لدى أمهات أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة في تنشئة الأطفال الآخرين داخل الأسرة في أم الفحم، رسالة ماجستير، علم النفس التربوي تخصص نمو تعلم، جامعة عمان العربية.
- فروزنده، الهام- شهابي، رنا - شهابي، بهاره (2020) تحليل التعاطف الذاتي والمرونة المعرفية مع التوافق الزواجي لدي والدي الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، المجلة الدولية للاعاقات التنموية، المجلد 66، الاصدار 4، ص 48-92.
- قدوس، ضاوية: (2014). الاحتراق النفسي لدى الشخصية التجبية. مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر تخصص اضطرابات الشخصية، جامعة الطاهر مولاي - سعيدة - كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
- القريوتي، إبراهيم امين. الخطيب، فريد مصطفى: (2009) الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة الأردن، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، ع 23 س 21
- كتلو، كامل. وعبدالله، تيسير: (2009) نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية، مجلة علم النفس (24) صك 88-89، القاهرة: الهيئة العامة للكتاب.
- محمد، لميعة محسن (2011). الاحتراق النفسي لدى المعلمة وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم: دراسة ميدانية على معلمات ثانويات مدينة القطيف /المملكة العربية السعودية، بحث ماجستير في العلوم النفسية والاجتماعية، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.
- مرسي، كمال ابراهيم: (2008) الأسرة والتوافق الأسري ط1، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- مصطفى، الزهراء محمد: (2018) جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لدى طفل ما قبل المدرسة.مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس العدد (19) الجزء (9) ص 159-185.
- معروف محمد: (2013) استراتيجيات التعامل مع الاحتراق النفسي عند اساتذة التعليم الثانوي. رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، جامعة وهران، الجزائر.



- المعموري، هاشم فرحان، محمد، لمياء جاسم: (2019) الشعور بالذات العامة وعلاقتها بالتوافق الأسري، مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية المجلد ع 139 ص 333-367.
- منتصر، كمال الدين: (2007) نوعية الحياة وعلاقتها بالرضى الوظيفي والضغط النفسية وتأكيد الذات، رسالة دكتوراة غير منشورة جامعة النيلين.
- همام، نسمة محمد: (2017) إدارة الوجبات الغذائية وعلاقتها بالتوافق الأسري، المجلة العلمية للدراسات والبحوث التربوية والنوعية، جامعة بنها كلية التربية النوعية ع 2، ص 254-287.

#### ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Alexandra, B. et al. (2004). Pro- social behavior and behavior problems independently predict maternal stress. Journal of Intellectual & Developmental, Vol. 29, No. 4: 339- 349
- Baumgarten, v (2004).Jobcharacteristics in theUnited States Air force and Mental Health service utilization Dissertation Abstracts International section AL Humanities and social sciences,65 (2A),PP697
- De Lange, A. R., Taris, T. W., Kompier, M. A., Houtman, I. L. D. & Bongers, P. M. (2004).The Relationships between Work Characteristics and Mental Health: Examining normal" reversed and reciprocal relationships in a 4- wave study, Work & Stress, 18 (2), 149- 166.
- Elci,o, (2004) Predictive Values Values of Social Support,Coping Styles and Strass Level in Posttraumatic Growth and Burnout Levels among The Parents of Children With Autism. Unpublish ed Master Thesis, Middle East Technical Un iversity, Ankara, Turkey.
- Kandace. M. (2008). The role of maternal responsivity in young children with fragile X Syndrome. From www.erf- Conference.org/prezentacije/ warren 20% et 20% al.
- Kuhn, J., & Carter, A. (2006). Maternal self- efficacy and associated parenting cognitions among mothers of children with autism. Am J Orthopsychiatry, 76 (4), 564- 575.
- Mahler,D.,Groschedl,J.&Harms,U. (2017).Opportunities to learn for teachers' self efficacy and enthusiasm,Education Research International, (17),1- 17.
- Matsumoto, D. (ED). (2009).TheCambridge disctionary of Psychology, CambridgeUniversity Press ology and Psychiatry, 1 (2), 101- 108.
- Mousavy, S. &Nimehchisalem, V. (2014).Contributing of Gender,Marital Status,and Age to English Language Teachers' Burnout.Advances in Language and Literary studies.5 (6)p.39- 47.
- Ryan, S. (2010). 'Meltdowns', surveillance and managing emotions: Going out with children with autism. Health and Place, 16, PP: 868- 875.
- Varghese, R. & Venkatesan, S. (2013). A Comparative Study of Maternal Burnout in Autism and Hearing Impairment. International Journal of Psychology and Psychiatry, 1 (2), 101- 108.