# علاقة الضغوط النفسية بالأمراض العضوية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية وبدرجة إعاقة طفلهم (خفيفة، متوسطة، شديدة)

**جنان أمين حزير سارة**

**جامعة البليدة2**

**ملخص :**

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية وسط أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية المترددات على مستشفى مصطفى باشا الجامعي.استخدم الباحثان المنهج الوصفي وبلغ حجم العينة (30) فرداً تم اختيارهم بالطريقة القصدية، استخدم الباحثان مقياس الضغوط النفسية من تصميم الدكتور علي فرح(2015)، من ثم تم تحليل البيانات باستخدام برنامج الحزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية(SPSS)، وتوصلت الباحثة إلى نتائج أهمها أن الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية تتسم بالارتفاع، وأن هناك علاقة بين الضغوط النفسية العالية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية والأمراض العضوية التي أصيبوا بها بعد معرفة أن طفلهم معاق ذهنيا ، وأن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية وجدت أنها تكون تبعاً لمتغير مستوى الإعاقة الذهنية لطفلهم، وبناءاً عليه قامت الباحثة بوضع عدد من التوصيات والمقترحات.

**الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية /الامراض العضوية/الاعاقة الذهنية /مستوى الاعاقة**

## ➢ مقدمة:

إن أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية بحسب رأي الباحثان وملاحظتهم يعانون بسبب إصابة ابنهم بالإعاقة الذهنية، وتنتابهم صدمة شديدة عند معرفتهم هذا الأمر. يلي ذلك مشاعر الرفض والإنكار، وعدم التقبل لحالة ابنهم ثم الخوف والقلق على مستقبل طفلهم ومحاولة التعايش مع الواقع وتقبله والسعي لإيجاد العلاج المناسب لحالته. كل تلك المشاعر السلبية والقلق والخوف تجعل أمهات الأطفال يقعون تحت تأثير الضغوط النفسية والجسدية والتي تستمر معهم كلما تقدم طفلهم في المراحل العمرية، مما يجعلهم أكثر عرضة للأمراض السيكوسوماتية (علي فرح،2015 ،ص 8).

ولقد اختلفت تعريفات الضغوط النفسية باختلاف العلماء و اتجاهاتهم النظرية وفيما يلي أمثلة من هذه التعريفات:

يعرف **ليفين وسكوش** (Levine –Scotch,1970) الضغط النفسي بأنه: "حالة من الاضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية، ويتضمن المواقف التي يدرك فيها الفرد، أن هناك فرقاً بين ما يطلب منه سواء أكان داخلياً أو خارجياً وقدرته على الاستجابة لها"

ويعرف (Selye 1976) الضغوط بأنها "أي مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية والخارجية بهذه الدرجة من الشدة والدوام بما ينقل القدرة التكيفية للكائن الحي إلى حدها الأقصى، والتي في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك، أو عدم التوافق أو اختلال الوظيفة مما يؤدي إلى المرض العضوي، وبقدر استمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من استجابات نفسية وجسمية غير صحية"(عبد الستار،1998 ،ص30).

ويتبنى **الباحثان** التعريف الذي يشير إلى أن "الضغوط هي عدم قدرة الفرد على التكيف مع التغيرات (المثيرات) الداخلية والخارجية وبالتالي قد تؤدي للاضطراب النفسي والسلوكي الذي ينجم عنه أمراض عضوية مثل: مرض القلب ومرض السكري، ارتفاع ضغط الدم...الخ".

وتشكل الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه الضغوط الأخرى وتتعدد أنواع الضغوط النفسية منها: **الضغط النفسي الحالي، الضغط النفسي المتوقع، الضغط النفسي الحاد، الضغط النفسي المزمن**. والبحث الحالي معني بالكشف عن الضغط النفسي المزمن والذي هو نتيجة لأحداث منهكة تتراكم مع الزمن بشكل سلسلة من الضغوط التراكمية(عبد السلام، 2006، ص22 ).

كما توجد أنواع ضغوط خاصة بالإعاقة وأمهات الأطفال المعاقين فقط، لأنها نجمت من حدوث الإعاقة حيث تمثل الضغوط الشائعة لدى أسر المعاقين ما يلي:

- الضغوط المرتبطة بمرحلة ولادة الطفل والتشخيص.
- ضغط تلبية احتياجات الطفل المصاب بالإعاقة والعناية به.
- الضغوط المتعلقة بمستقبل الطفل المعاق ودخوله المدرسة أو المؤسسة.
- الضغوط المتعلقة بسلوك الطفل المعاق ومشكلاته النمائية.
- عدم تقبل الآخرين للطفل المعاق (عبد الستار، 1998،ص12).

أما الإعاقة الذهنية فقد ذكر **عبد الرحمن** (2008) "أنها تحدث قبل أو أثناء الولادة وقد تحدث بعد الولادة خلال فترة النمو وقبل سن المراهقة، والإعاقة الذهنية قد تحدث نتيجة عوامل وراثية أو بيئة مكتسبة بسبب مرض أو فيروس أو اضطرابات أثناء التكوين أو إصابات مباشرة للدماغ تؤثر على وظائفه". وهي ليست مرضاً وإنما هي حالة نقص في القدرات العقلية وانخفاض

في درجة الذكاء المتوسط وانخفاض في الأداء العقلي، وهذا النقص والانخفاض يرجع إلى عدم اكتمال أو توقف أو تأخر نمو العقل لأسباب تحدث في مراحل النمو الأولى منذ لحظة الإخصاب وحتى سن المراهقة (الطيب،2010،ص12).

## 1- إشكالية الدراسة:

لاحظ الباحثان أن الطفل المعاق المصاحب لأمه بمستشفى مصطفى باشا الجامعي يكون غير قادر على الاعتماد على نفسه ولا يتمتع بالإسقلالية الكافية لتلبية متطلباته الخاصة، مما يزيد ذلك من صورة الضغوط على الأسرة لاسيما أمهات هؤلاء الأطفال. مما انعكس عليهم في شكل أثر نفسي سيئ، وإذا استفحل هذا يمكن أن يؤدي بهم إلى ضغوط نفسية عالية، ومنه يمتد إلى أمراض عضوية مزمنة مثلا: مرض السكري، ارتفاع ضغط الدم، ومرض القلب..الخ. من هنا ظهرت فكرة الباحثة في محاولة القيام ببحث يكشف عن مستوى الضغط النفسي لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

ويمكن تلخيص إشكالية الدراسة في التساؤلات الآتية:

1. ماهي السمة العامة للضغوط النفسية التي يعاني منها أمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية؟ بمعنى آخر:هل تتسم الضغوط النفسية لأمهات الأطفال المعاقين ذهنيا بالارتفاع؟.
2. هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية التي تعاني منها أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية والأمراض العضوية التي أصيبوا بها بعد معرفتهم بأن طفلهم لديه إعاقة ذهنية؟.
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية تبعاً لمتغير مستوى أو درجة الإعاقة الذهنية خفيفة، متوسطة، شديدة؟

## 2- أهداف الدراسة:

1. التعرف على السمة العامة للضغوط النفسية التي يعاني منها أمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية.
2. التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي يعاني منها أمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية التي تعزى لمتغير شدة أو درجة الإعاقة الذهنية لطفلهم.
3. الخروج بتوصيات تساهم في التعامل مع الضغوطات النفسية لدى الأمهات والناجمة عن وجود طفل معاق ذهنياً.

## 3- .أهمية الدراسة:

من الناحية النظرية فالبحث الحالي يلقي مزيداً من الضوء على الضغوط النفسية التي تعاني منها أمهات أطفال ذوي الإعاقة الذهنية، وما ينجم عنها من ظهور لأمراض عضوية مزمنة. أما من الناحية التطبيقية لهذه الدراسة نجدها تتمثل في التعرف على مستوى الضغوط النفسية مما قد يساعد في بناء وتطبيق برامج إرشادية لأمهات الأطفال لمساعدتهن على الحفاظ على مستوى من التوافق النفسي، ووقائية لتفادي الأمراض العضوية التي تسببها لهم الضغوطات النفسية بسبب طفلهم المعاق ذهنيا.

**4- .الدراسات السابقة:**

لقد تناول الباحثون موضوع الضغوط النفسية لدى الأولياء جراء وجود طفل معاق عموماً ومعاق ذهنياً على وجه الخصوص، فعلى المستوى العربي **أجرت سلوى عثمان عبدالله عثمان(2001)** بحثاً حول الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المعاقين عقلياً وأساليب مواجهتها على عينة مكونة من (110) أبا وأما، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وقد تمثلت أدوات الدراسة في استمارة المعلومات ومقياس الضغوط النفسية ومقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية، وتوصلت الدراسة لعدد من النتائج أهمها أن السمة العامة المميزة للضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أولياء أمور الأطفال المعاقين عقلياً يتصفان بعدم القدرة على مواجهتها(العزه ،2009 ،ص30 ).

**وفي دراسة توحيد عيدروس سيد احمد(2012)** حول الضغوط النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المصابين بمرض التوحد بالسودان بلغ حجم العينة (60) أب وأم من آباء وأمهات أطفال التوحد (30 أب – 30 أم) وتم اختبار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، وطبق على العينة مقياس الضغوط النفسية المعدل من قبل الباحث، وقد أسفرت الدراسة عن أن مستوى الضغوط النفسية لأولياء أمور أطفال التوحد تتميز بالارتفاع مما ترتب عنها أمراض مزمنة لأولياء أمور الأطفال المعاقين. **وأجرت صفاء رفيق قراقيش(2006)** دراسة عن الضغوط النفسية لدى أولياء أمور أطفال التوحد واحتياجات مواجهتها، واشتملت عينة الدراسة على (514) من أولياء أمور الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من (237) من أولياء أمور أطفال التوحد ممن يسجل أطفالهم في برامج التوحد المتواجدة في مراكز التربية الفكرية في مناطق المملكة السعودية المختلفة و(277) من أولياء أمور الأطفال المتخلفين عقلياً والأطفال المعاقين سمعياً والأطفال المعاقين بصرياً، وتم استخدام مقياس الضغوط النفسية واحتياجات أولياء أمور الأطفال المعاقين، وهما من إعداد وتقنين كل من زيدان السرطاوي وعبد العزيز الشخصي (1998). توصلت الدراسة إلى نتائج

أهمها ارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة الكلية، مع اختلاف مستوى الإعاقة حسب نوع الإعاقة ودرجتها(علي فرح، 2015، ص 33 ).

**وفي دراسة فاطمة درويش (2011) حول** الضغوط النفسية لدى أولياء أمور المعاقين ذهنيا وأساليب مواجهتها، طبقت الباحثة مقياس الضغوط النفسية ومقياس أساليب مواجهة الضغوط على عينة من أولياء أمور المعاقين ذهنيا وبلغت عينة الدراسة (40) ولي أمر (20) ذكور و (20) إناث، وتوصلت الدراسة أن عدم القدرة على تحمل أعباء الطفل المعاق ذهنيا من أكثر مصادر الضغوط النفسية شيوعاً وتأثيراً مزمنا على الصحة لدى أولياء أمور المعاقين ذهنيا، ثم يليها القلق، تليها المشكلات النفسية والمعرفية للطفل ثم الأعراض النفسية والعضوية ثم مشكلات الأداء الاستقلالي للطفل، يليها مشاعر اليأس والإحباط وأخيراً المشكلات الأسرية والاجتماعية(الزغبي،2012، ص27 ).

وأجنبياً، وفي **دراسة وولف وآخرون (Wolfat,al,1989)** تعرض فيها للآثار النفسية للضغوط على أولياء أمور أطفال التوحد توصل إلى وجود ضغوطاً كبرى لدى (167) من أولياء أمور أطفال التوحد، و(121) من أولياء أمور أطفال متلازمة داون وأظهرت أمهات الأطفال غير العاديين أعراضا كبرى من الكآبة مما أظهرته أمهات الأطفال العاديين، وأوضحت أن الدعم الاجتماعي يقلل من أثر الضغوط الوالديه وعبرت على الحاجة إلى توفير خدمات إرشادية نفسية وصحية ودعم أكبر لهم(عبد الله،2008 ص32 ).

وقد تضمنت **دراسة فيجلر (Figler,1981)** إجراء مقابلة شخصية لأولياء أمور مجموعتين من الأطفال شملت الأولى من لديهم أطفال معاقين (بإعاقات مختلفة) بينما تضم الثانية أولياء أمور لأطفال عاديين (وجميعهم من بورتوريكو) وقد أوضحت نتائج المقابلات الشخصية وما تضمنته من استفتاءات، ارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى أولياء أمور المعاقين مقارنة بأولياء أمور الأطفال العاديين، كما كانوا أقل رضا عن حياتهم، كما اتضح امتداد ذلك التأثير السيئ إلى علاقاتهم الأسرية وكذلك الخارجية(الكفافي،2009،ص42 ).

## 5.منهج الدراسة:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لمناسبته لأغراض البحث وتكون مجتمع الدراسة من أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً، المترددات على العيادة النفسية بمستشفى مصطفى باشا الجامعي بمعدل حصة واحدة في الأسبوع، مع ملاحظة أن هذه الحالات تضم كل حالات الإعاقات الواردة بما فيها الإعاقة الذهنية بمختلف درجاتها.

## 6.عينة الدراسة:

تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية من الأمهات المترددات على مستشفى مصطفى باشا الجامعي، تضم كل أمهات الأطفال المعاقين ذهنياً حيث بلغت (30) حالة من بين الأمهات اللائي ترددن خلال فترة بحثنا، وقد وجهنا لهم أسئلة استبيان بهدف معرفة درجة إعاقة طفلهم، و بهدف معرفة ما إذا كانوا يعانون من أمراض عضوية مثل: السكري، ارتفاع ضغط الدم، القلب...الخ وهل ظهرت هذه الأمراض العضوية لديهم بعد معرفتهم بأن طفلهم لديه إعاقة ذهنية.

## 7.أدوات الدراسة:

قام الباحثان بدراستهم باستخدام مقياس الضغوط النفسية لأمهات الأطفال المعاقين ذهنيا لدكتور **علي فرح**(2015)، المقياس مكون من متغير مستقل واحد وهو الضغوط النفسية موزعة على أربعة محاور في المقياس:

العامل الأول: درجة أو شدة الإعاقة الذهنية للطفل وتحتوي على العبارات من 1-6.

العامل الثاني: المشكلات المعرفية والنفسية للطفل وتشمل العبارات 1-11.

العامل الثالث: المرافقة الأسرية والاجتماعية ويحتوي على العبارات من 1-12.

العامل الرابع: عدم القدرة على تحمل أعباء الطفل المعاق من 1-11.

(علي فرح ،2015،ص34 ).

## 8.عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها:

### أ-عرض وتحليل ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى:

*تتسم الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية بالارتفاع.وللتحقق من صحة الفرضية استخدم الباحثان تحليل التباين

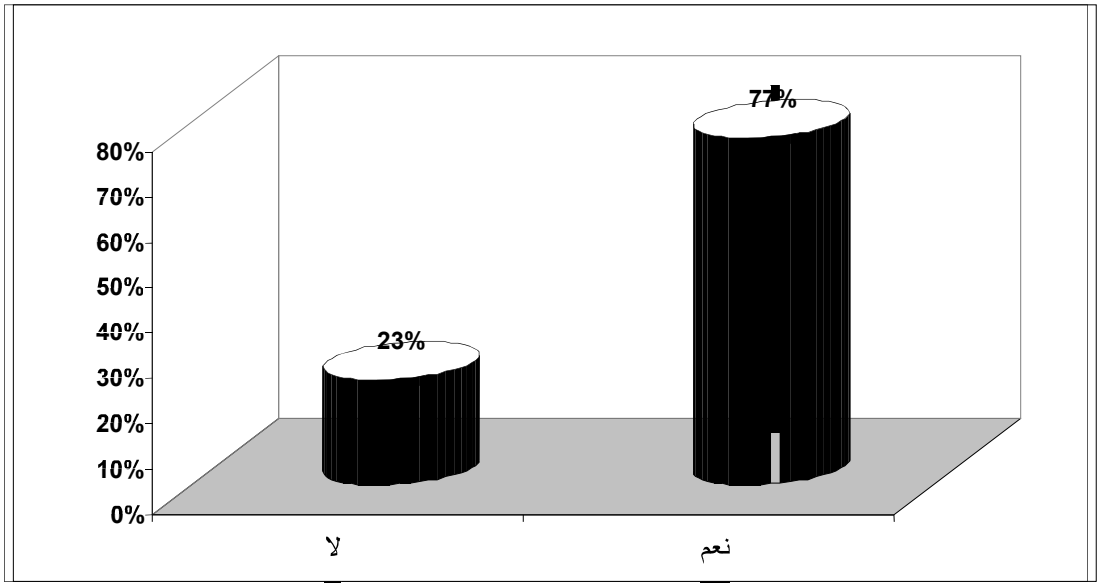
**جدول رقم (1) يوضح نتيجة اختبار الفرضية الأولى:**

| الضغوط النفسية | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ف) المحسوبة | قيمة (ف) المجدولة | الاستنتاج |
|---|---|---|---|---|---|
| خفيفة | 15.9 | 2 | 4.9 | 0.02 | توجد فروق |
| متوسطة | 20.4 | 6 | | | |
| مرتفعة | 140 | 30 | | | |

وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وهذا ما يظهره الجدول أعلاه، وعليه فقد تأكد صحة الفرضية التي تنص على أنه تتسم الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية بالارتفاع. اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة **دومان وآخرون(1991)** حيث أظهرت نتائج دراسته أن والدي أطفال التوحد المصاحب لإعاقة ذهنية و المضطربين سلوكياً قد عبروا عن ضغوط كبرى عن والدي أطفال متلازمة داون والأطفال العاديين، وذلك بسبب ما يصدر عنهم من سلوكيات، واتفقت مع دراسة **فيجلر(1981)** حيث أشارت نتيجة دراسته إلى ارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى أولياء أمور المعاقين مقارنة مع أولياء أمور الأطفال العاديين، و كذلك مع دراسة **صفاء رفيق قراقيش (2006)** التي أشارت إلى ارتفاع مستوى الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا (وادي، 2009، ص 15 ).

**ب– عرض وتحليل ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية:** *توجد علاقة بين الضغوط النفسية التي تعاني منها أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا والأمراض العضوية التي أصيبوا بها بعد معرفتهم بأن طفلهم لديه إعاقة ذهنية ، وهذا ما أكدته نتائج الاستبيان الموجه لأمهات الأطفال المعاقين ذهنيا الذي طبقته الباحثة. **وفيما يلي الشكل رقم(1) يوضح نتيجة اختبار الفرضية الثانية:**

**هل تعانين من أي أمراض عضوية ظهرت لديك بعد معرفتك بأن طفلك معاق ذهنيا؟**




فيما يتعلق بتفسير هذه النتيجة كما توقعها الباحثان، بأن ارتفاع أو انخفاض مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً يرتبط بمدى درجة استعداد الفرد كتأثره وتعرضه للآثار السلبية لتلك الضغوطات النفسية العالية، ونمط الشخصية وشدة الضغوط وجوهرية التغيرات الحياتية، والأساليب التوافقية أو استراتيجيات المواجهة القائمة، كما أن استجابات المفحوصين تتأثر بالمحددات الاجتماعية والدينية والثقافية، ولذا يمكن تفسير هذه النتيجة بأنه من الناحية المجتمعية يكون من المقبول أن يظهر أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا الأمراض العضوية المزمنة، باعتبارها أمراض جسمية مرتبطة مباشرة بوجود طفل معاق ذهنيا. وكنتيجة حتمية للجهد العالي الذي يبذلونه للاعتناء بطفلهم، وللضغط النفسي الحاد الذي يعيشونه يوميا معه (العزه، 2009 ص36).

**ج- عرض وتحليل ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة:**

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية تبعاً لمتغير مستوى أو درجة الإعاقة الذهنية، بسيطة، متوسطة، شديدة.

للتحقق من صحة الفرضية حول الفروق حسب درجة الإعاقة الذهنية استخدم الباحثان تحليل التباين.

**جدول رقم(2) يوضح نتيجة اختبار الفرضية الثالثة:**

| درجة الإعاقة | الوسيط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ف) المحسوبة | قيمة (ف) المجدولة | الاستنتاج |
|---|---|---|---|---|---|
| بسيطة | 94.9 | 32 | 3.9 | 0.03 | توجد فروق |
| متوسطة | 118 | 27 | | | |
| شديدة | 140 | 29 | | | |

من خلال الجدول أعلاه نجد أن قيمة (ف) المحسوبة تساوي (3.9) وهي أكبر من قيمة (ف) المجدولة (0.03) وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية تبعاً لمتغير درجة الإعاقة.

كما نجد أن مستوى الضغوط النفسية للأمهات اللائي درجة إعاقة أبنائهم شديدة أعلى من الضغوط النفسية للأمهات اللائي درجة إعاقة أبنائهم بسيطة أو متوسطة، أي أنه كلما ارتفعت شدة الإعاقة تسبب ذلك في زيادة الضغوط النفسية لدى الأمهات ذلك لأن اشتداد الإعاقة يعني مزيد من الأعباء على الأمهات في رعاية الطفل، حيث أنه لا يستطيع القيام بالكثير من متطلبات الحياة بمفرده. واتفقت هذه النتيجة مع الدراسة التي توصلت إلى أن مصادر الضغط النفسي لأسر ذوي الإعاقة تأتي في صدارتها القيام بأعباء العناية الدائمة واليومية نحو طفلهم المعاق ذهنيا(علي فرح، 2015، ص 37 ).

**خاتمة:**

وفي ضوء النتائج السابقة وضعت الباحثة توصيات أهمها تطبيق برامج لرفع وعي الأمهات وتبصيرهن لطريقة التعامل مع الطفل ذوي الإعاقة الذهنية، وتقديم برامج توعية وذلك بهدف الوقاية من الضغوطات النفسية العالية التي يعاني منها أولياء أطفال المعاقين ذهنيا، والتي تسبب لهم أمراض عضوية مزمنة مثل: داء السكري، ارتفاع ضغط الدم..الخ أما المقترحات فيتمثل أهمها في إجراء الدراسات حول الضغوطات النفسية والاجتماعية لأسر الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، باستخدام أدوات أخرى مع الاستبيان مثل المقابلة ودراسة الحالة، وهنا يبرز دور أخصائي علم النفس الصحة ليعمل مع المختص الأرطفوني لمساعدة أمهات وآباء الأطفال المعاقين ذهنيا، بهدف مساندتهم نفسيا للوصول لنقطة مهمة جدا تتمثل في الوقاية من الضغوطات النفسية العالية

التي يعانون منها بشكل مستمر بسبب أعباء التكفل بطفلهم المعاق، والتي تؤدي بهم في نهاية الأمر إلى الإصابة بأمراض عضوية مزمنة.

## قائمة المراجع:


1. إبراهيم عبد الستار: علم النفس أسسه ومعالم دراساته، الطبعة الثانية، مكتبة الأنجلو المصرية،القاهرة،1998.

2. أحمد الزغبي: التربية الخاصة الموهوبين والمعوقين وسبل رعايتهم وإرشادهم، الطبعة الأولى، دار زهران للنشر، السودان،2012.

3. أحمد وادي: الإعاقة العقلية (أسباب – التشخيص- تأهيل)، دار أسامة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر،2009.

4. الزبير بشير طه، رقية السيد الطيب: تأهيل ذوي الحاجات الخاصة داخل المجتمع،دار زهران للنشر، السودان،2010.

5. حامد عبد السلام: الصحة النفسية والعلاج النفسي، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة، مصر،2006.

6. سعيد حسن العزه: المدخل في التربية الخاصة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الثقافة ،الطبعة الأولى، القاهرة، مصر،2009.

7. علاء الدين الكفافي وآخرون: سلسلة الفكر العربي في تربية المعاقين عقلياً، الطبعة الأولى، دار الفكر، القاهرة، مصر،2009.

8.علي فرح، نهلة أحمد علي أمين: الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية، منشورات جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، كلية التربية قسم علم النفس، الخرطوم، السودان، 2015.

9. محمود قاسم عبد الله: مدخل الصحة النفسية، الطبعة الثانية، دار الفكر، القاهرة، مصر 2008.