الضغــوط وأســاليب مواجهتهـا وعلاقتها بالصلابة النفسية والمسـاندة الاجتماعيـة لدى أمهــات الأطفــال ذوي اضطراب طيف التوحد "

د. وائل ماهر محمد غنيم
دكتوراه في علم النفس

الملخص:

هدفت الدراسة للتعرف على الضغوط وأساليب مواجهتها وعلاقتها بالصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد ، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (٦٠) أم ، (٣٠) أم لأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد ، (٣٠) أم لأطفال عاديين تتراوح أعمارهم بين٢٥ – ٤٨ عام بمتوسط عمري قدره (٣٥.٧٦) عام وانحراف (٧.٣) ، أظهرت نتائج الدراسة عن وجود فروق بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في الضغوط النفسية وفي بعد التفاعل السلبي على مقياس مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تأتي لصالح أمهات الأطفال التوحديين بنسبة ١٨.٤ درجة ، وفي التصرفات السلوكية والتفاعل الإيجابي لصالح أمهات الأطفال العاديين ، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في أبعاد الالتزام ، والتحدي ، والتحكم علي مقياس الصلابة النفسية بنسبة ٤٣.٢، ٤٣.٣، ٤٠.٣ على الترتيب لصالح أمهات الأطفال العاديين ، كما أشارت إلى وجود فروق علي مقياس المساندة الاجتماعية تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين بنسبة ١٤٨.٩ درجة ، كما توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية وأبعادها لدى عينة أمهات الأطفال العاديين ، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية وأبعادها لدى عينة أمهات الأطفال العاديين .

"

الضغــوط وأســاليب مواجهتهـا وعلاقتها بالصلابة النفسية والمسـاندة الاجتماعية لدى أمهــات الأطفــال ذوي اضطراب طيف التوحد "

د. وائل ماهر محمد غنيم
دكتوراه في علم النفس

مقدمـة:

إن الشعور بالضغوط النفسية والمعاناة منها أصبح السمة الرئيسية لهذا العصر المضطرب على الرغم من وجودها ومرافقتها الإنسان منذ قديم الزمان ، ومما لاشك فيه أننا جميعاً على اختلاف أعمالنا وأعمارنا قد تجرعنا حصتنا منها قليلة كانت أم كثيرة ، وعانينا من أثارها مؤقتة كانت أم دائمة ، ومع تعاظم حضورها وطغيانها انكب الباحثين على دراستها والتنقيب في طبيعتها ومصادرها وأنواعها ، وما تخلقه من آثار نفسية وسلوكية وصحية على الفرد والمجتمع ككل ، بغرض وقف زحفها والحد من آثارها المدمرة.

فلقد أصبح النظر إلى الضغوط على أنها بمثابة مظهر طبيعي من مظاهر الحياة الإنسانية التي لا يمكن تجنبها أمرا حتميا ، فهي من متلازمات الحياة وعلى الجميع أن يتعلم كيف يتعايش معها ويديرها بأساليب تجنبه أضرارها . (اعتدال معروف، ٢٠٠١،٧)

وإذا كان الموضوع متعبا وشائكا كما يعتقد بعضهم ، فإنه يمكننا القول: أن التعامل معها أكثر تعقيدا وتشابكا ، لا سيما أن بعضا من جوانبها لا إرادي يصعب التحكم فيه والقسم الآخر إرادي ملحوظ ، ومن هنا جاءت الصعوبة في تحديد أساليب التعامل مع الضغوط. (وائل غنيم ، ٢٠١٠ ، ٥٨)

ولما كانت الإنسانية كلها عبارة عن أسرة كبيرة واستقرارها وسعادتها هو الوضع الطبيعي والهدف الرئيسي من تكوينها ، وأن وجود الطفل يشكل جانب هام في بنائها وتكوينها وانه يوفر لها نوعا من البقاء ويحدث تغيرا فيها ومن ثم مزيد من الالتزامات ، وهذا يعني المزيد من الضغوط النفسية بصورة أو بأخرى، كما يضطر الوالدين إلى التضحية بالعديد من الأنشطة الاجتماعية وغيرها في محاولة للتكيف مع الوضع الجديد ، فإذا كان الطفل طبيعي

توجد كل هذه التغيرات ، وإذا كان الطفل من ذوى الاحتياجات الخاصة أومعاق فلاشك سيكون ذلك أكثر تأثيرا وأشد وطأة .

ويعد اكتشاف الإعاقة لدى الطفل بداية لسلسلة من الضغوط النفسية لدى الوالدين بصفة عامة ، ولدى الأمهات بصفة خاصة ، وما يصاحب ذلك من شعور بالذنب والخجل والاكتئاب والغضب والقلق والحزن والأسى ولوم الذات أو إلقاء اللوم على الآخرين والخوف على مستقبل الطفل فضلا عن استبعاد الوالدين إمكانية بعض النجاحات التي كانا يتمنيان رؤيتها في طفلهما. وهكذا تختفي كثيرا من الآمال والأحلام والتوقعات المرتبطة بالطفل عند اكتشاف إعاقته.

ويعتبر اضطراب طيف التوحد شكلا من أشكال الاعاقة التي تلحق بالأطفال منذ الصغر ، ولقد أثبتت الدراسات أن التوحد من أكثر أنماط الإعاقات شيوعا بين الأطفال في العصر الحالي .

واضطراب طيف التوحد من الاضطرابات التي زاد الاهتمام بها في السنوات الأخيرة وذلك لما يتصف به من أعراض حادة ومؤثرة في مجالات عده في حياة الفرد المصاب ، مثل القصور في التواصل ، ونقص وقصور في المهارات الاجتماعية ، وصعوبات في نمو سلوكيات اللعب خاصة اللعب الرمزي (التخيلي) بالإضافة للسلوك النمطي ، ويصاحب ذلك مخزون محدود ونمطي ومتكرر من الاهتمامات والأنشطة ، ويمثل ذلك عقبة رئيسية لهم داخل الأسرة ، المؤسسات التعليمية ، الترفيهية ، والمجتمع بصفة عامة ، لما يفرضه هذا الاضطراب من قيود على سلوك الطفل التوحدى وسلوك من حوله (أحمد عكاشة ، ٢٠٠٠)

وتوضح نتائج العديد من الدراسات أن أمهات وآباء الأطفال التوحديين يتعرضون لمستويات عالية من الضغوط النفسية فيما أوضحت نتائج دراسات أخرى أن أمهات الأطفال التوحديين يعانين من ضغوط نفسية مرتفعة بالمقارنة بالآباء.

ويمكن تبرير ما تعانيه الأم من ضغوط نفسية مرتفعة إلى دورها المهم في حياة طفلها التوحدى ، فهي أكثر أعضاء الأسرة قلقاً عليه واهتماماً به وحرصا على إشباع حاجاته اليومية حيث أنهن يتحملن المسئولية الأولية لتنشئة أطفالهن وأكثر تأثرا بالتأثر السلبي المرتبط بإعاقة أبنائهن ، لذا فإن إرشاد الوالدين – وخاصة الأم – ومساندتهما لمواجهة تلك

الضغوط والعمل على الحد من تأثيراتها النفسية من الأمور الهامة لمساعدتهم على التكيف والتعايش مع طفلهم .

وإذا كانت الوقاية خير من العلاج في مجال الطب فهي لها نفس الأهمية والقوة في مجال علم النفس ، حيث اتجه علماء النفس في الآونة الأخيرة إلى البحث عن المتغيرات الواقية التي يمكن أن تخفف أو تقي أو تعدل من الآثار السلبية للضغوط النفسية ، وهناك تزايد في الوقت الحالي للتركيز على المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تتوسط العلاقة بين الضغوط النفسية وبين المرض الجسمي والنفسي ، بهدف تحقيق الصحة النفسية للأفراد وللمجتمع الذي يعيشون فيه ، وهذه المتغيرات الواقية قد تكون متغيرات نفسية أو اجتماعية (Rutter , 1990 , 187).

وسوف تهتم الدراسة الحالية بمتغيرين من هذه المتغيرات الواقية وهما المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية في علاقتهما بالضغوط وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال التوحديين، حيث تشير البحوث في مجال علم النفس والصحة النفسية والتي أكدت بمجملها أن الضغوط النفسية من المشاكل المهمة وان فهمها يتطلب فهم كل من شخصية الفرد والبيئة من حوله ، وأن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة نتيجة للتعرض لهذه المشكلات فترة طويلة من الزمن دون أن يتلقى خلال هذه الفترة الدعم اللازم من المقربين وهو ما يتمثل في المساندة الاجتماعية فإنه يشعر بالضغط .

فالمساندة الاجتماعية تعتبر مصدرا هاما من مصادر الأمن النفسي الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه عندما يشعر أن طاقته قد استنفذت وأجهدت وانه يحتاج إلى عون من خارجه ، وقد اهتم بها الباحثون بعد ما لاحظوه من آثار مهمة لها في مواقف الشدة والإجهاد النفسي، وما تقوم به من تخفيف لنتائج الضغوط والمواقف الصعبة. (راويه دسوقي، ١٩٩٦ ، ٤٤)

كما تمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط والاحتفاظ بالصحة النفسية والجسمية ، وعدم تعرضه للاضطرابات السيكوفسيولوجية الناتجة عن الضغوط ، فتأثير الصلابة يتمثل في دور الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للتجارب الضاغطة وبين الاستعداد والتجهيز باستراتيجيات المواجهة .

هذا وتعتبر الصلابة النفسية من أهم المتغيرات تأثيرا على الضغوط ، فقد تبين أن بعض الافراد اقدر على مجابهة الضغوط وتحملها مقارنة بالآخرين، ولقد اهتمت الدراسات بكشف الخواص المهمة التي يتميز بها الافراد الذين يتحملون الضغوط وتأثيراتها وأسلوب مقاومتهم، ووجدت أن أفضل المتكيفين مع الضغوط هم الأشخاص الذين لديهم سمات شخصية وقد أطلقت عليها الشخصية الصلدة وهم الأشخاص الذين لديهم التزام عال ويملكون الاحساس بالسيطرة على الامور والذي يمتلكون الاحساس بالقدرة على مجابهة التحديات .

كما يمكن أن ننظر إلى الصلابة النفسية على أنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة ، لكي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة وأن الصلابة مصدر مقاومة يمكنه معادلة الاثار المحتملة للضغط .

وعليه فان الباحث من خلال هذه الدراسة يسعى للكشف عن دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من أمهات الأطفال التوحديين وتأثيرها على الضغوط المختلفة التي يتعرضون لها في ظل إعاقة أولادهم .

مشكلة الدراسة:

تبلورت مشكلة البحث في إطارها العام من خلال ملاحظتنا وبصورة مؤكده للضغوط والمواقف التي يفرضها وجود طفل توحدي في الأسرة بصفة عامة وعلى أمهات الأطفال التوحديين بصفة خاصة ، والقيود التي يفرضها عليهم في مشاركتهم في الحياة الاجتماعية حيث تشكل هذه الضغوط عبئا ثقيلا على كاهل الوالدين والأسرة وتلقى بظلالها على المناخ الأسرى .

ويرى "الباحث" أنه يمكن القول بأن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في الإجابة على التساؤلات التالية:

١- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها ؟

٢ – هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية ؟

٣ – هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين ؟

٤ – هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين ؟

أهداف الدراسة :

على الرغم من أن مشكلة الضغوط أصبحت مشكلة عالمية تتدخل فيها عوامل عدة ثقافية واجتماعية وسياسية واقتصادية ومالية وغيرها من العوامل ومع أهمية أخذ تلك العوامل في الاعتبار ، إلا أن التحليل النفسي لمشكلة الضغوط النفسية يعد الأعمق مقارنة بمستويات التحليل الأخرى ، فالضغوط كمشكلة تحدث أساساً داخل الفرد ، في ذهنه (أفكاره ، ومعتقداته ، وتقديراته) ، ووجدانه (مشاعره وانفعالاته) وسلوكه ، وكل محاولة للحد من تلك المشكلة لا يمكن أن تحقق أهدافها إلا من خلال التركيز على ما يحدث داخل الفرد ، وكل فشل تمنى به خطط مواجهة الضغوط النفسية قد يكون أساسه عدم الوعي بأهمية ما يحدث داخل الفرد ، أو عدم معرفة الأسلوب المناسب لاستحداث التغيير المرغوب أو كف التعبير عن المرغوب.

وتسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

١ – الكشف عن الفروق بين أمهات الأطفال التوحديين وأمهات الأطفال العاديين في الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها .

٢ – الكشف عن الفروق بين أمهات الأطفال التوحديين وأمهات الأطفال العاديين في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية .

٣ – التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال التوحديين والصلابة النفسية لديهم مقارنة بأمهات الأطفال العاديين .

٤ – التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى أمهات الأطفال التوحديين والمساندة الاجتماعية لديهم مقارنة بأمهات الأطفال العاديين .

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع الذي تتصدى له وهو التصدي لمشكلة الضغوط النفسية التي تعانى منها أسر أطفال التوحد بصفة خاصة أو ذوى الاحتياجات الخاصة بصفة عامة ، وتلعب الأم دورا مهما ورئيسيا في هذا الإطار ، فلاشك أن تعرض الأسرة لإعاقة أحد أبنائها يحدث ردود انفعالية مختلفة وتتباين تلك الردود الانفعالية تبعا لشدة الاعاقه ومدى استمراريتها مع الطفل ، مما يعوق قدرتهما على رعاية الطفل والعناية به ، وسرعان ما يبدأ لهما الإحساس بالصدمة ، ويمكن إبراز أهمية الدراسة الحالية في

أولاً: الأهمية النظرية:

* تلقى هذه الدراسة الضوء على فئة هامة تحتاج إلى تكاتف المهتمين من اجل مساعدتها ، والمبرر الرئيسي لذلك هو التزايد المستمر لأعداد الأطفال المصابين بالتوحد ، وهو منبئ لكثير من الاضطرابات النفسية التي تعانى منها أمهات هؤلاء الأطفال .

* على الرغم من كثرة الدراسات التي اهتمت بدراسة الأطفال التوحديين أو اضطراب التوحد بصفة عامة إلا أن تناول أسر هؤلاء الأطفال بالدراسة ودراسة الضغوط التي يعانون منها كانت قليلة جدا ، وعلى الرغم من ذلك لم يتم تناول هذه الضغوط وعلاقتها بمتغيرات هامة تلعب دورا كبيرا في تحملها ومواجهتها مثل الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية ،فتناول هذه المتغيرات بالدراسة كان قليل جدا بل لا يكاد يكون هناك دراسة في حدود علم الباحث تناولت هذين المتغيرين لدى أمهات الأطفال التوحديين . لذلك تعتبر الدراسة الحالية محاولة جديدة للتعرف على الضغوط والمواقف التي تقف أمام أمهات الأطفال التوحديين والأساليب التي يستخدمونها في مواجهتها وعلاقتها بالصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لديهم .

* أهمية الدور الفاعل للأم في الأسرة العربية والذي يراه الباحث العمود الفقري لتماسك الأسرة ، وخاصة في حالات وجود أزمات يترتب عليها أشكال من الضغوط النفسية التي تتطلب مواجهة جادة ، مثل أزمة وجود طفل توحدي في الأسرة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

* استثمار التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية والصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في تصميم برامج تربوية ونفسية يمكن أن تسهم في توجيه وإرشاد أولياء أمور الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة بصفة عامة وأمهات الأطفال التوحديين بصفة خاصة نحو أساليب التصدي التي تتوافق مع قدراتهم الشخصية .

* التعرف على أهم الأساليب التي تواجه بها أمهات الأطفال التوحديين ضغوطهم ، ومحاولة تقديم الخدمات من خلال المحاضرات ومن خلال برامج الإرشاد الأسرى وبرامج التوعية والتي من شأنها أن تساعدهم على التكيف وتقبل الوضع والتعامل معه بعقلانية وواقعية .

* الخروج بتوصيات يمكن الاستفادة منها واستخدامها كأساليب ناجحة لمواجهة الضغوط النفسية التي تتعرض لها أمهات الأطفال التوحديين .

* تعتبر الدراسة إضافة للتراث النظري والعملي الذي قد يثير الكثير من التساؤلات لدى الباحثين لمواصلة البحث في هذا المجال .

مفاهيم الدراسة وتعريفاتها :

يعتبر تحديد المفهوم من أهم خطوات البحث العلمي السيكولوجي وحجر الزاوية للتمييز بين الدراسة العلمية السيكولوجية وغيرها وفيما يلي عرضا لمفاهيم الدراسة:-

أولا : الضغوط النفسية: Psychological Stress

اختلف الباحثون حول تعريفهم للضغوط فمنهم من ينظر إليها بأنها مثيرات أو منبهات ومنهم من تعامل باعتبارها استجابة، ومنهم من نظر إليها في ضوء العلاقة بين المثيرات والاستجابة. (جمعة يوسف، ٢٠٠٧، ١٦) لذلك فإن التعامل مع المصطلح لا يزال صعباً بسبب هذا التناقض الذي يتبدى في بحوث الضغوط.

وتعرّف " الجمعية الأمريكية للطب النفسي" (١٩٨٢) الضغوط النفسية بأنها " أعباء زائدة تثقل كاهن الفرد نتيجة مروره بخبرات صادمة" (الجمعية الأمريكية للطب النفسي،١٩٨٢ ، ٥) .

ويعرّفها " الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية " (١٩٩٤) بأنها "أعباء ترهق الفرد وتتجاوز طاقة التحمل لديه بدءاً من أحداث الحياة القوية اليومية إلى

أحداث الحياة الحادة ، حيث تمثل تلك الضغوط محوراً هاماً وأساسياً عند تشخيص أي مرض نفسي" (Dsm–Iv,1994, 234)

وسوف تتبنى الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي للضغوط النفسية بأنها " الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الضغوط النفسية ".

ثانيا : أساليب المواجهة: Coping Styles

يعرف " هينى ، وراين " Heany & Ryn (١٩٩٠) أساليب مواجهة الضغوط بأنها " الطرق التي يقاوم بها الناس الضغوط النفسية ويتعاملون بها مع مواقف التهديد والتحدي وتعد بمثابة حواجز تحمى الفرد من النواتج الضارة للضغط الصحة النفسية والبدنية والعقلية " (Heany & Ryn,1990, 415)

وسوف تتبنى الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي للضغوط النفسية بأنها " الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس أساليب مواجهة الضغوط النفسية ".

ثالثا : الصلابة النفسية: Hardiness Psychological :

يعرفها " عماد مخيمر " (١٩٩٦) بأنها " نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل مسئوليه ما يتعرض له من أحداث ، أن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديا وإعاقة له " (عماد مخيمر ، ١٩٩٦ ، ٢٨٤)

ويعرفها جيرسون (١٩٩٨) بأنها " هي قدرة الفرد على مواجهة الضغوط بمهارات المواجهة الآتية التحليل المنطقي ، التجنب المعرفي ، التفريغ الإنفعالى ، الاستسلام"(Gerson ١٢٠ , 1998 ,

ويعرفها " كوباسا " Kobasa بأنها مجموعة من سمات الشخصية التي تعمل كمصدر مقاومه في مقاومة أحداث الحياة الضاغطة " (عبد الله الحوا جرى ، ٢٠٠٤ ، ٥٣)

ويعرفها " بشير الحجار، و نبيل دخان " (٢٠٠٦) بأنها " اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ليدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة " (بشير الحجار، ونبيل دخان، ٢٠٠٦، ٣٧٣)

وسوف تتبنى الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي للصلابة النفسية بأنها " الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الصلابة النفسية ".

رابعا : المساندة الاجتماعية: Social Support

يعرفها " كابلن Caplan " (١٩٨١) بأنها " النظام التي يتضمن مجموعة من الروابط الاجتماعية مع الآخرين تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الإعتماد عليها ، والثقة بها وقت إحساس الفرد) بالحاجة إليها لتمده لتمده بالسند العاطفي " (Caplan , 1981 , 44)

يعرفها " ساراسون Sarason" (١٩٨٣) بأنها " إدراك الفرد بان البيئة تمثل مصدرا للتدعيم الاجتماعي الفاعل ، ومدى توافر أشخاص يهتمون بالفرد ، ويرعونه ، ويثقون به ، ويأخذون بيده ، ويقفون بجانبه عند الحاجة ، ومن ذلك الأسرة والجيران والأصدقاء " (Sarason , 1983,128)

ويعرفها " الشناوي ، وعبد الرحمن " (١٩٩٤) بأنها " تلك العلاقات القائمة بين الفرد وآخرين، والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها " (محمد الشناوي ، ومحمد عبد الرحمن ، ١٩٩٤ ، ٤)

وسوف تتبنى الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي للمساندة الاجتماعية بأنها " الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس المساندة الاجتماعية

الإطار النظري:

أولا: الضغوط النفسية وأساليب المواجهة

يعد مفهوم الضغوط النفسية من المفاهيم ذات العلاقة بالصحة النفسية حيث تشير ردود أفعال الضغوط النفسية إلى حدوث اختلال في الصحة النفسية والجسمية لدى الفرد وهذا ما تؤكده نتائج دراسات عدة أشارت إلى التأثير السلبي للضغوط على الصحة النفسية والجسمية للفرد (حسين فايد ، ١٩٩٨)

ويشير "عبد الستار إبراهيم" (١٩٩٨) إلى أن معالجة الضغوط النفسية لا تعنى التخلص منها أو تجنبها واستبعادها من حياتنا ، فوجودها في حياتنا أمر طبيعي ، ولكل منا نصيباً منها ولكن بدرجات متفاوتة ، ووجودها لا يعنى أننا مرضى بقدر ما يعنى أننا نعيش ونتفاعل مع الحياة ونحقق طموحات معينة ، وخلال ذلك وبسببه تحدث أمور متوقعة وغير

متوقعة. ومن ثم فإن علاج الضغوط النفسية لا يتم بالتخلص منها، وإنما يتم بالتعايش الإيجابي معها ومعالجة نتائجها السلبية (عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٨، ٢٢٤).

ومن هنا نلاحظ أن السوية واللاسوية وجهان لعملة واحدة ، ولذلك ففي حالات الاختلالات النفسية يقوم الفرد بتوزيع طاقته النفسية على نحو خاطئ ، ومن ثم يجد الجزء الأكبر من الطاقة في الاتجاه الخاطئ ، وبالتالي فإن الجزء الأكبر من الطاقة لا يكفى للمواجهة ، ومن هنا تتدخل ميكانيزمات الدفاع للإنقاذ والمعاونة ، وبالتالي فإن تفسير الفرد للأحداث الحياتية التي يمر بها واعتقاده بأنها مخيفة ومؤلمة ومحزنة ، هذا التفسير هو المسئول عن سلبيته في مواجهتها ، ومن هنا تظهر أهمية بناء الجانب المعرفي بطريقة تسمح له بتناول الأمور بعقلانية ومنطقية (وحيد كامل ، ٢٠٠٥ ، ٥٧٧).

وغالبا ما تكون أسر الأطفال التوحديين عرضة للضغوط والتوترات التي تواجهها اى أسرة أخرى في أثناء محاولتها التكيف والتعايش مع وجود أطفالهم ولكن بدرجة أكبر ، بسبب نقص المعلومات عن خصائص ابنهم ، كما أن رعايته تتطلب جهدا كبيرا ينوء بكاهل أولياء الأمور فضلا عن استمرارية ذلك طوال حياة الطفل وهذا يعرضهم للارتباك وعدم الاتزان العضوي والنفسي ومن ثم يقعون فريسة للضغط النفسي .

وتشير معظم الأطر النظرية إلى أن والدي الأطفال المصابين باضطرابات نمائية يخبرون سلسلة من الانفعالات والإحساس بالأسى خلال حياتهم في مختلف الأحداث مثل أعياد الميلاد والأجازات والرعاية التي لاتنتهى للطفل ، كما يشعر الوالدين بالحزن نتيجة لفقدانهم للطفل الطبيعي الذي كانوا يتصورونه في مخيلتهم ونتيجة لفقدانهم لنمط حياتهم وحياة أسرهم التي كانوا يتوقعونها من وجود هذا الطفل إن كان طبيعيا ، وما يدل على حالة الأسى هذه لدى الأسرة والوالدين انه وجد أن نسبة الوالدين الراضيين عن حياتهم لا تتعدى ١٥ % من والدي الطفل التوحدى (Randall & Parker , 1999)

كما أن القصور في المهارات الاجتماعية لدى الطفل التوحدى تزيد من درجة الضغوط لدى والديه ، إذ يفتقد المهارات اللازمة لقضاء وقت الفراغ لذا فهم يحتاجون إلى تنظيم وقتهم وبالتالي يضطرون إلى تغيير الروتين اليومي لحياتهم مما يزيد من أعبائهم وضغوطهم.) Kasary & Sigman , 2004)

هذا بالإضافة إلى السلوكيات التي يظهرها الطفل التوحدى والتي تلعب دورا بارزا في ارتفاع درجة الضغوط لدى أفراد أسرته حيث أن نقص التفاعل الاجتماعي والتواصل البصري لديهم يعرض أفراد الأسرة لنوبات الغضب وخصوصا الإخوة نحو أخيهم التوحدى . (Rivers & Stoneman2003) كما انهم يتصرفون بطريقة مختلفة عن كل التوقعات التي تدركها أمهاتهم ، كما وأنهم يظهرون مستويات منخفضة من التعلق الوجداني بالأم مما يلعب دورا كبيرا في إحساسهم بالضغط النفسي ، وعلى مدى قدرتها على القيام بدورها الوالدى (Graungaard & Skov , 2008)

لذا تشير نتائج العديد من الدراسات إلى أن والدا الأطفال التوحديين هم في منحة شديدة وأنهم يواجهون ضغوطا نفسية بالغة أكثر من والدا الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة أو الاضطرابات الأخرى ، وتعانى أمهات الأطفال التوحديين على وجه الخصوص باعتبار أن هؤلاء الأمهات هن مانحات الرعاية الأولى لهؤلاء الأطفال من الضغوط الشديدة المتعلقة بتبعية واعتماد أطفالهن عليهن ، والتطلعات المهنية المستقبلية ، والقيود الموضوعة على الأعضاء الآخرين في الأسرة من جانب طفل التوحد (أشرف عطية ، ٢٠١١، ٤٣٤)

ويؤكد ذلك ما توصلت إليه الكثير من الدراسات من وجود علاقة ايجابية بين ارتفاع مستوى الضغوط النفسية وكل من الكآبة والحزن لدى آباء وأمهات الأطفال التوحديين ، وبوجه عام توجد مجموعة من الضغوط تنتشر لدى والدي هؤلاء الأطفال وهى الأعراض النفسية والسيكوسوماتية ، ومشاعر اليأس والإحباط ، والمشكلات النفسية والمعرفية للطفل ، والمشكلات الأسرية والاجتماعية ، والقلق على مستقبل الطفل ، ومشكلات الأداء الاستقلالي للطفل ، وعد القدرة على تحمل أعباء الطفل (خالد عبد الغنى ، ٢٠٠٩، ٥٠١)

وبذلك تعانى أمهات أطفال التوحد بصفة خاصة أوقانا عصيبة نتيجة المحاولات المستمرة لتجنب أو تغيير أو إنهاء الأفكار أو المشاعر أو الذكريات غير المرغوبة ، والمرتبطة بوجود طفل توحدي داخل الأسرة ، وما يستلزمه ذلك من تحمل الأم المسئولية الأولى لرعاية هذا الطفل ، وتلبية احتياجاته ، ويؤدى ذلك إلى وقوع الأم فريسة سهلة لكثير من الاضطرابات النفسية لا سيما القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة والفقدان . (أشرف عطية ، ٢٠١١ ، ٤٣١)

ويحدد " مينولاسكينو و لفينسبرجر " ثلاثة نماذج من الأزمات التي يمكن ملاحظتها بين آباء وأمهات الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة وهى صدمة التشخيص المبدئي أو أزمة الصدمة غير المتوقعة ، وأزمة القيم الشخصية وتتميز بردود فعل سلبية تشمل الغضب والحزن الناجمة عن تحطيم آمالهم وتوقعاتهم العريضة من طفلهم ، وأزمة الواقع وتنتج عن المتغيرات الخارجية المرتبطة بصعوبة رعاية الطفل مثل الحاجات العضوية للطفل والضغوط الاجتماعية من أفراد المجتمع (زيدان السرطاوى، وعبد العزيز الشخص، ١٩٩٨ ، ١٤ – ١٥)

وربما تكون هذه النتائج وراء تأكيد بعض الباحثين على أهمية الاتجاه إلى دراسة أسرة الطفل التوحدى وبشكل خاص الأم (جمال الخطيب ، ٢٠٠١)

* أنوع الضغوط

هناك أنواع عديدة من الضغوط ، ويظهر ذلك في التقسيمات المختلفة التي وضعها الباحثون للضغوط.

يصنفها "كاجان Kazan " (١٩٩١) إلى:

١–الضغوط المفاجئة أو العنيفة: وتشمل الأحداث المفاجئة وهى ضغوط عنيفة وتحدث فجأة وتؤثر على كثير من الأشخاص فى وقت واحد.

٢–الضغوط الشخصية: وتشمل أحداث الحياة الرئيسية.

٣–الضغوط البيئية أو الاجتماعية: وتشمل المشاكل التي يصادفها المرء في الحياة اليومية ، وتختلف شدتها من وقت لآخر ومن شخص لآخر (منى محمود ، ٢٠٠٢ ، ٣٢).

ويعرض كلاً من "الكسندر ، وروبرت Alexandar & Robert " تصنيفين للضغوط كما يلى:

١–الضغوط المزمنة فى مقابل الضغوط الحادة "القابلة للعلاج":

توضح أن تأثير الضغوط الحادة غالبا ما يكون أكثر نفاذاً يقود إلى تعديل فى مختلف جوانب الحياة ، أما الضغوط المزمنة فى هذا السياق تتضمن الاستمرار فى المستقبل والانتقال الجديد ، والتكيف يحتاج إلى خلق استجابة لمثل هذه الضغوط خلال دائرة الحياة بغرض احتمال ضغوط الحياة المزمنة التى توصف بأنها تختلف عن الأحداث الرئيسية للحياة اليومية.

٢-ضغوط الحياة فى مقابل الضغوط الخاصة:

وفى هذا الشأن يعتبر تقييم ضغوط أحداث الحياة يمكن أن يعتبر ضغوطاً عامة على عكس الأنماط الخاصة من الضغوط ، وتعطينا معلومات قليلة عن كيف تؤثر على القواعد الدارجة ، ومن ذلك يمكن أن ندرس الضغوط اليومية فى سياق خاص.

(Alexandral L. & Robert L., 1990, 1266-1268)

ويصنفها "طلعت منصور ، فيولا الببلاوى" (١٩٨٩) إلى:

أ-ضغوط إيجابية: وهى تلك الضغوط التي تحدث توتراً يؤدى إلى الشعور بالسعادة والرضا، أي الاتزان النفسي.

ب-ضغوط سلبية: وهى الأحداث التي تؤدى إلى التوتر والتي تؤدى بدورها إلى الشعور بالتعاسة والإحباط وعدم السرور ، أي عدم الاتزان النفسي. (طلعت منصور ، فيولا الببلاوي، ١٩٨٩ ، ٣)

* العوامل المؤثرة فى الضغوط:

هناك العديد من العوامل المرتبطة بدرجة الإحساس بالضغوط ومنها:

١-الإدراك والتفسير المعرفي:

فاعتبار حدث ما ضاغطاً أم لا يعتمد على الإدراك المعرفي للموقف من قبل الفرد ، فالمعالم الموضوعية للأحداث تتأثر بالتفسيرات الذاتية للأشخاص وهو ما يحدد التأثير النفسي لهذه الأحداث عندهم

٢-عوامل شخصية:

ومن عوامل الشخصية التي تعمل كمصادر مقاومة أثناء التعرض للأحداث الضاغطة :

أ- كفاءة الذات:

وتتعلق كفاءة الذات بمدى كفاءة الفرد على تنفيذ سلسلة من الأفعال الضرورية للتعامل مع المواقف في العناصر الضاغطة ، والتي تعبر عن السلوكيات الكيفية في الحياة التي تشتمل على:

- سلوك المواجهة Coping Behavior
- الاستسلام فى مواجهة الإحباط Resignation
- كفاح الإنجاز Achievement Striving

وتعتمد هذه السلوكيات التكيفية على التوقعات الخاصة بالكفاءة الذاتية ومنها " تحقيق الأداء ، الخبرة البديلة ، الإقناع اللفظي ، والحالة الفسيولوجية " (حسن عبد المعطى ، ٢٠٠٦ ، ٥٦-٦٠).

ب- الصلابة النفسية. ج- المساندة الاجتماعية.

* مصادر الضغوط:

حظيت مسألة مصادر الضغوط أو ما يطلق عليه بعض الأفراد مجازاً أسباب الضغوط بكمية كبيرة من الاهتمام والدراسة.

ويرى "جمعه يوسف" (٢٠٠٧) أنه يمكن تصنيف مصادر الضغوط إلى:

١- أحداث الحياة الشاقة: Stressful Life Events

وهى التي تتراوح بين الأحداث المزلزلة والأقل شدة (جمعه يوسف ، ٢٠٠٧ ، ١٦).

٢- الشدائد المزمنة : Chronic Strains

حيث يظل كثير من الناس يظهرون علامات الضغوط كاستجابة للشدائد المزمنة القاسية فى حياتهم ، وقد تنتج هذه الشدائد عن أحداث الحياة الضاغطة أو الصادمة ، وتبقى آثارها على الفرد لسنة أو عدة سنوات Post - Traumatic Stress Disorder (PTSO) ويمثل اضطراب كرب ما بعد الصدمة مثالا لهذا النوع من الضغوط المزمنة. (Baum, et al., 1993, 274)

٣- منغصات الحياة اليومية أو (أحداث الحياة الصغرى): Daily Hassles

حيث تشير الدراسات إلى أن المنغصات تعد منبئاً أفضل للتنبؤ بالأعراض من أحداث الحياة الكبرى. ويشير "محمود أبو النيل" إلى أن التقدم التكنولوجي وعمليات التحضر تعتبر من أهم مصادر الضغوط الهامة ، حيث أنها تلعب دوراً هاماً فى زيادة نسبة الاضطرابات السيكوسوماتية في المجتمع(محمود شوقي ، ١٩٩٧ ، ٦٠).

ويرى "عبد المنعم الحفنى" أن من أهم مصادر الضغوط ما يلى:

١- الإحباط: Frustration

وهو يحدث عندما يحال بين الشخص وبين ما يسعى إلى تحقيقه ، كذلك قد تكون نتيجة عوائق خارجية ، وقد يكون الإحباط داخلياً نتيجة قصور معين في الشخص.

٢- الصراع: Conflict

وهو أحد مصادر الضغوط ويحدث عندما يكون على الفرد أن يختار بين هدفين لكل منهما قيمة وهو متعدد الأشكال.

٣- الضغط: Pressure

وهو من أهم مصادر الضغوط وقد يكون داخلياً Inner Pressure مثل المثل العليا التي تدفع بالإنسان أن يتحمل فوق طاقته وأن يرهق نفسه وذلك إحساساً منه بالمسئولية الاجتماعية (مجدي زينة ، ٢٠٠٠ ، ٧١).

* مواجهة الضغوط:

إن أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تعد بمثابة عوامل تعويضية تساعدنا على الاحتفاظ بالصحة النفسية والجسمية معا ، بشرط أن يعي الفرد كيفية طرق المواجهة وماهى العمليات أو الأساليب الملائمة لمعالجة موقف ما . كما ينظر البعض إلى تلك العمليات على أنها عوامل الاستقرار التي تعين الفرد على الاحتفاظ بالتوافق النفسي والاجتماعي أثناء الفترات الضاغطة من حياته . مما أدى فى الآونة الأخيرة إلى الاهتمام بدراسة هذه العمليات ومعرفة الأساليب التي يستطيع الفرد من خلالها مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بنجاح خلال حياته وإيجاد طرق وأساليب مواجهة أكثر ايجابية .

ولقد زاد الاهتمام منذ سنوات عدة بالوسائل والطرق التى يلجأ إليها الأفراد لدرء الخطر الذي يواجههم يومياً في حياتهم ، وسمى علماء النفس هذه بأساليب التعامل ، وعندما يستخدمها الناس إنما يستجيبون بطريقة من شأنها أن تساعدهم على تجنب ذلك الموقف الضاغط أو الهروب منه أو حتى التقليل من شدته بغية الوصول إلى معالجة تحدث الوازن .

وإذا كانت عملية مواجهة الضغوط بوجه عام تتضمن مجموعة من الأنشطة والآليات – سلوكية ومعرفية يسعى الفرد من خلالها إلى تطويع الموقف الضاغط وحل المشكلة وتخفيف التوتر الانفعالي وهى:

١ – المبادأة	٢ – التريث	٣ – السلبية
٤ – عزل الذات	٥ – التنفيس الانفعالي	٦ – إعادة التفسير الإيجابي
٧ – الإنكار	٨ – القبول	٩ – الانسحاب الفكري والعقلي
١٠ – التفكير الايجابي	١١ – البحث عن المعلومات والدعم الايجابي	

١٢ – التحول إلى الدين (لطفي إبراهيم ، ١٩٩٤ ، ٦ – ٩)

إن المواجهة الناجحة للضغوط الناتجة عن الإعاقة تعتمد على عدة عوامل ، وقد استعرض " فولكمان وآخرون " مجموعة مجالات تؤثر في مواجهة الضغط النفسي تتضمن مستوى الصحة والطاقة والأخلاق للفرد مثل التأهب العقلي المبدئي والإحباط والاستعداد للاضطراب النفسي ، ومهارات حل المشكلات التي تمكن الفرد من تحليل المواقف وتعميم الأنشطة البديلة ، وشبكة العلاقات الاجتماعية والمؤسسات المعاونة التي تقدم خدماتها لذوى الاحتياجات الخاصة (زيدان السرطاوي ، وعبد العزيز الشخص ، ١٩٩٨ ، ٢٠) كما توجد بعض الأساليب الأخرى لمواجهة الضغوط مثل الممارسات الوجدانية والعقائدية ، وممارسات معرفية عامة ومتخصصة ، وممارسات تجنبيه ، وممارسات مختلطة (خالد عبد الغني ، ٢٠٠٩ ، ٥٠٢)

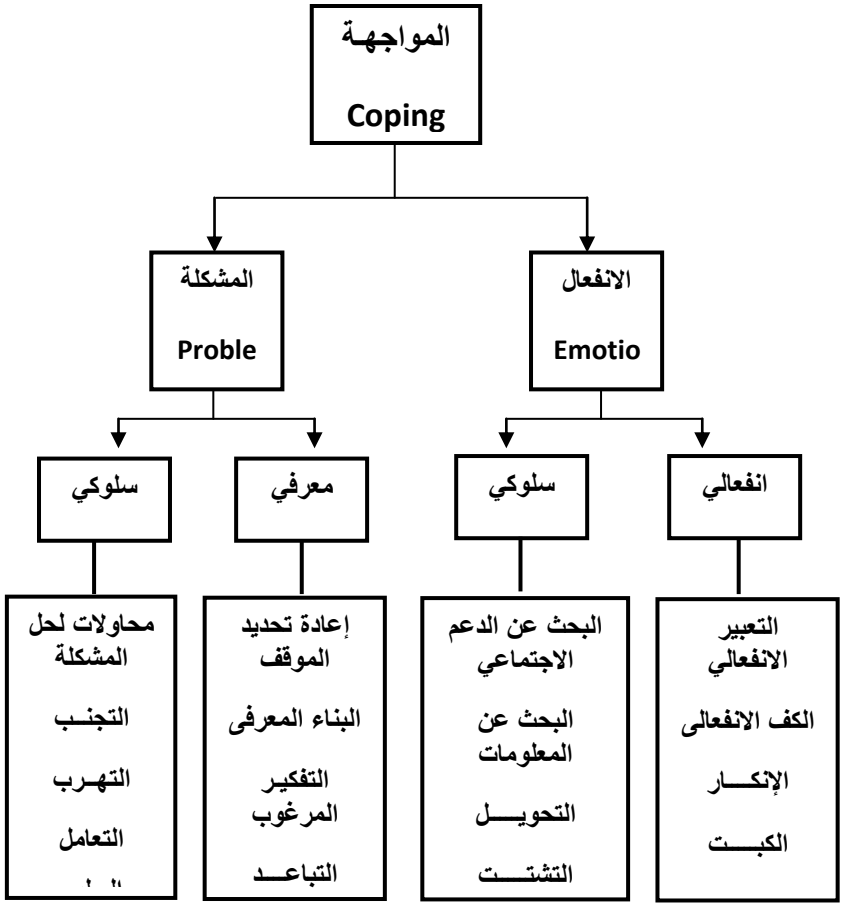
أما "حسن عبد المعطى" (٢٠٠٦) فإنه يصنف أساليب مواجهة الضغوط على النحو التالي:

١–الأساليب المعرفية: ومنها التحكم في الاستثارة ، إعادة التقييم المعرفي ، التوكيد الذاتي ، إعادة البرمجة الذهنية.

٢–استراتيجيات تغيير أسلوب الحياة: وتعتمد على تخطيط الأهداف ، اتخاذ القرارات ، حل المشكلات ، تنمية مهارات الضبط الذاتي.

٣–الأساليب الوجودية والروحية: ومنها التفكير فى معنى الحياة ، التمسك بالدين. (حسن عبد المعطى ، ٢٠٠٦ ، ٩٢)

ويوضح الشكل التالي أنماط المواجهة مع الضغط النفسي.



شكل (١)

أنماط المواجهة مع الضغط النفسي

(Coper, 1991, 23)

ثانيا : الصلابة النفسية

إن التعرض لمصادر الضغوط النفسية لم يعد المتغير الرئيسي المؤثر في نشاط الفرد وارتقائه ، حيث أن تأثير تلك المصادر يرتبط بمتغيرات أخرى مثل قدرة الفرد المعرفية على تقييم مصدر الضغط وسلوكه المتبع إزاء ذلك الضغط وكيفية التعامل معه ، هل يتعامل معه

بالمرونة والثقة والفعالية الايجابية ليعيش فردا سويا ؟ أم يتعامل معها بسلبية تجعله عرضه لانعدام الاستقرار والسواء النفسي ، ومن هنا تحول اهتمام العلماء إلى التركيز على متغيرات المقاومة النفسية للآثار السلبية للضغوط والأزمات والصدمات كمتغير الصلابة النفسية .

مفهوم الصلابة يعود في جوهره لعلم النفس الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة ، كما يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي ، ويرى أن دافعية الفرد تتبع أساسا من البحث عن المعنى والهدف من الحياة .

(Lambert et el , 2003 , 181) (Maddi , 2004)

فالصلابة عامل مهم وحيوي من عوامل الشخصية في مجال علم النفس، فهي مركب مهم من مركبات الشخصية تقي الفرد من آثار الضغوط النفسية وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلا ، وهي عاملا حاسما في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والجسدية ، وكذلك المحافظة على السلوكيات، وذكرت الصلابة كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن أن يواجهوا الضغوط ولا يمرضون ؟

ويذكر " مخيمر " أن متغير الصلابة من أهم متغيرات الوقاية (المقاومة النفسية) للآثار السلبية للأزمات والصدمات (عماد مخيمر ،٢٠٠٦ ، ١١) كما تستخدم لفاعليتها في مواجهة الشدائد حيث وجد أن أفضل المتكيفين مع المحن هم الذين لديهم سمات شخصية أطلق عليها (الشخصية الصلدة) وهم الذين لديهم التزام عال ويستمتعون بحياتهم وعملهم ، والقدرة على مجابهة التحديات (نبيل دخان ، وبشير الحجار ، ٢٠٠٦ ، ٣٧١)

* أهمية الصلابة النفسية :

قدمت " كوبازا " عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد ، حيث ترى أن الضغوط تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدى إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدى فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

أولا: تعدل من تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.

ثانيا: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.

ثالثًا: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي .(عز حمادة ، وعمرو عبد اللطيف ، ٢٠٠٢)

فالصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطًا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ، ليصل إلى مرحلة التوافق ، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنضرة ملؤها الأمل والتفاؤل ، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثالا للاستحسان .

* أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت " كوبازا Kobasa " في دراساتها إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد هي الالتزام، التحكم، والتحدي، فالشخص المتمتع بالصلابة النفسية يجب أن يحصل على درجة مرتفعه في هذه الأبعاد، فمن يحصل على درجة مرتفعه في بعد واحد فقط ودرجة منخفضة في بعد آخر فهو لا يتمتع بالصلابة النفسية، ويعيش حالة من القلق وفقدان الثقة بالنفس، لذل فغن التعامل مع الصلابة النفسية يشمل التعامل الكلى مع جميع مكوناتها، الأمر الذي سيعطى دافعا للتغلب على الضغوط الحياتية (عبد العزيز العنزي،٢٠٠١، ٢٧)

لذلك فقيام أسر الأطفال التوحديين وخاصة الأم بأداء ناجح يعتبر أمرا مهما لإحراز تقدم في حياة أبنائهم وفى مسار تربيتهم ، ويمكن الإشارة لهذا النجاح بما يسمى المواجهة والتوافق.

كما انه يمكن مساعدة الوالدين عامة والأم خاصة من خلال تنمية استراتيجيات التعامل مع المواقف وبالتالي إحداث التغيرات اللازمة التي تنعكس على ذويهم مثل " مهارات حل المشكلات ، ومصادر الدعم الاجتماعي " (علاء كفافي ، ١٩٩٩ ، ٩٣)

ثالثا : المساندة الاجتماعية

المساندة الاجتماعية قديمة جدا وجدت مع وجود الإنسان نفسه ، إلا أن الباحثين لم يهتموا بها إلا في وقت متأخر وذلك من خلال دراسات علم الاجتماع حيث صاغوا مصطلح الشبكة الاجتماعية الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مسمى الموارد الاجتماعية ، بينما يحدده البعض الآخر على أنه إمدادات اجتماعية ، وتعتمد المساندة في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتها الاجتماعية باعتبارها الأُطر التي تشتمل على الأفراد الذين يثقون فيهم

ويستندون على علاقاتهم بهم كما يرى (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن ، ١٩٩٤) ويعتبر(علي عبد السلام ، ٢٠٠٨) أن مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية يعتبر هو البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية.

لهذا تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الإنسان

حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد للأزمات المختلفة وأساليب مواجهته وتعامله مع هذه الأزمات ، كما أنها تلعب دورا هاما في خفض مستوى المعاناة الناتجة عنها وذات أثر في تخفيف حدة الأعراض التي قد تؤدي به إلى العزلة والأمراض مثل القلق والاكتئاب (المرجع السابق)

ويشير " شعبان جاب الله ، ٢٠٠٦ " إلى أن المساندة الاجتماعية حظيت باهتمام الباحثين اعتمادا على مسلمة أساسية مضمونها : أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها كالأسرة والأصدقاء والزملاء في العمل ... الخ تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث الضاغطة الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية.

ولا شك أن المساندة الاجتماعية لها دور فاعل في تخفيف حدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد في مختلف مراحل حياته, فهي مصدر من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية (حسين فايد ، ١٩٩٨)

وهذا ما يسعى إليه الباحث في هذه الدراسة من حيث التأكد من دور المساندة الاجتماعية في حال تحققها من عدمه على الضغوط النفسية التي تلحق بأمهات الأطفال التوحديين سلبا وإيجابا .

* أهمية المساندة الاجتماعية :

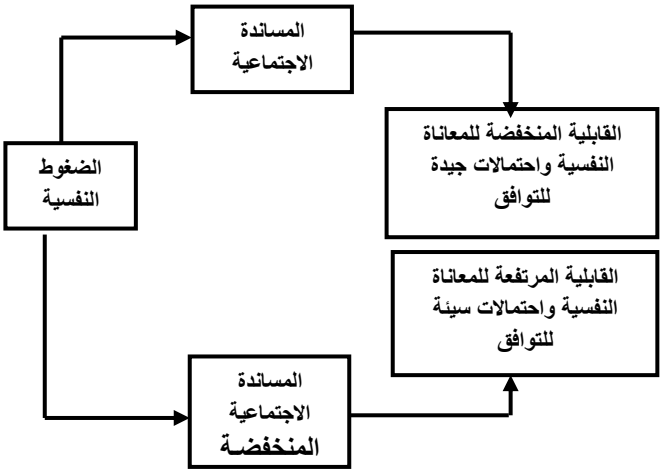
تلعب المساندة الاجتماعية دورا هاما لاستمرار الإنسان وبقائه ، فهي تشبه القلب الذي يضخ الدم إلى أعضاء الجسم وهي التي تؤكد كيان الفرد من خلال إحساسه بالمساندة والدعم من المحيطين به ، وبالتقدير والاحترام من الجماعة التي ينتمي إليها ، وبالانتماء والتوافق مع المعايير الاجتماعية داخل مجتمعه ، والتي تساعده على مواجهة الضغوط

النفسية ومواجهتها بأساليب إيجابية فعالة ، وتدعم احتفاظ الفرد بالصحة النفسية والعقلية (على عبد السلام ، ٢٠٠٨ ، ١٤)

كما تعتبر المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الإنسان ، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد للضغوط المختلفة وأساليب مواجهتها وتعامله معها ، كما أنها تلعب دورا هاما في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي ، وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الضغوط النفسية وذات أثر فعال في تخفيف الأعراض المرضية (هشام عبدالله ، ١٩٩٥ ، ١٣) ، وقد وجد العلماء أن المساندة الاجتماعية تمكننا من مواجهة كافة المستويات من الضغوط ، ويجعلنا قادرين على مواجهة الضغط بشكل أفضل ، فالمساندة الاجتماعية تعتبر أسلوباً منطقياً لمواجهة الضغط النفسي ، إذ أنها لا تقلل من الضغط النفسي فقط ولكن تزيد قدرة الفرد على مواجهتها والتعامل معها ، وقد قام "Martin" (1986) بوصف أربعة مجموعات للمساندة الاجتماعية .

١ – مجموعة الإمكانيات الاجتماعية المتوفرة ٢ – مجموعة المساندة الاجتماعية الحقيقية

٣ – المساندة الانفعالية ٤ – مجموعة المعلومات والتوجيه



شكل (٢)

نموذج المساندة الاجتماعية

(Kaplan , 1993 , 142)

دراسات سابقة :

تشكل الدراسات النظرية والعملية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية أحد الركائز المهمة التي مكنت " الباحث " من صياغة دراسته بطريقة علمية ومقننة ، وبمراجعة الأدب المتعلق بالضغوط النفسية لدى آباء وأمهات الأطفال التوحديين ظهر اقتصار اهتمام هذه الدراسات بدراسة الضغوط فقط دون الاهتمام بالإستراتيجيات التي يستخدمها الوالدين في مواجهتها أو بدراسة علاقتها بأى من المتغيرات النفسية الأخرى التي قد تساهم في زيادتها أو مواجهتها مثل الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية ، ونظرا لقلة الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية أو المساندة الاجتماعية لدى اسر التوحديين بصفة عامة ، والأمهات بصفة خاصة بل تكاد تكون منعدمة في حدود " علم الباحث " سوف يحاول "الباحث" في هذا الجزء التطرق إلى عرض الدراسات التي تناولت الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال التوحديين وأسرهم ، إلا أن هذا لا يعنى بأى حال من الأحوال أننا نقدم حصراً لجميع الدراسات التي أجريت ، وإنما هو عرض للدراسات التي كانت حصيلة بحث "الباحث".

١ – دراسة " نادية عبد القادر" (١٩٩٧):

قامت الباحثة بدراسة بعنوان " الاضطراب التوحدى لدى الأطفال وعلاقته بالضغوط الوالدية " ، وهدفت إلى دراسة نظام الوالدية بأسر الأطفال التوحديين للتعرف على العلاقة بين الاضطراب التوحدى والضغوط الوالدية ، ودراسة الفروق ودلالتها بين الضغوط الوالدية بأسر الأطفال التوحديين وأسر الأطفال العاديين ، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين أحدهما تجريبية تكونت من ٤٠ طفل وطفلة من المصابين بالاضطراب التوحدى وأمهاتهم ، والمجموعة الثانية ضابطة من الأطفال العاديين عددها ٤٠ طفل وطفلة، تم الحصول عليها من المدارس الابتدائية للأسوياء وأمهاتهم ، واستخدمت الباحثة مقياس ضغوط الوالدية ومقياس اختباري خاص بضغوط الحياة ، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط إيجابية دالة بين الاضطراب التوحدى والضغوط الوالدية

٢ – دراسة " Tomanik Stacey, et al " (٢٠٠٤)

قام الباحث بدراسة بعنوان " العلاقة بين السلوكيات الظاهرة لدى الأطفال ذوي التوحد والضغوط المتعلقة بالأم " وهدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين السلوكيات اللاتكيفية التي

يظهرها الأطفال التوحديين وقلق الأم ، وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ أم لأطفال توحديين ، واستخدمت الباحث مقاييس للسلوك التكيفي، مقاييس لتقدير الذات للأمهات ، وتوصلت الدراسة إلى أن سلوكيات الأطفال التكيفية واللاتكيفية كانت تفسر وتعلل حسب الاختلاف في قلق الأم أي كان لها علاقة كبيرة بقلق الأم .

٣ – دراسة " سميرة أبو غزالة " (٢٠٠٤)

قامت الباحثة بدراسة بعنوان " فاعلية برنامج إرشادي في إدارة الحياة في تخفيض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال التوحديين " ، وهدفت الدراسة إلى تزويد أمهات الأطفال ذوي التوحد باستراتيجيات في إدارة الحياة وذلك بهدف تقليل الضغوط النفسية لديهن ، وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ أماً : ٣٠ منهم لأطفال عاديين، ٣٠ لأطفال توحديين ، واستخدمت الباحثة استمارة جمع البيانات، استبانه الضغوط النفسية ، وتوصلت إلى أن هناك تحسناً لأمهات الأطفال التوحديين بعد تطبيق البرنامج .

٤ – دراسة " Duarte et al " (٢٠٠٥)

قام الباحث بدراسة بعنوان " العوامل المرتبطة بالإجهاد لدى أمهات أطفال الأوتيزم " ، وهدفت الدراسة إلى توضيح مستويات الضغط الأمومي لدى أمهات الأطفال الذاتويين ، وتكونت عينة الدراسة من ٣١ أم لأطفال ذاتويين، واستخدم الباحث مقياس الضغط الأمومي ، وأظهرت الدراسة أن أمهات أطفال الأوتيزم يعانون مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية والتي تعد ممهدا للعديد من الاضطرابات النفسية الأخرى التي يعانى منها هؤلاء الأمهات .

٥ – دراسة " Estes et al " (٢٠٠٩)

قام الباحث بدراسة بعنوان " توضيح تأثير خصائص أطفال الأوتيزم على الجانب النفسي للوالدين" ، وهدفت الدراسة إلى توضيح مدى تأثير خصائص الأطفال الذاتويين على أمهاتهم من الجانب النفسي ، وتكونت عينة الدراسة من ٥١ من أمهات الأطفال الذاتويين، واستخدم الباحث استبيان مصادر الضغط (QRS)، والمقياس المختصر للأعراض (BSI)، وقائمة السلوك الشاذ (ABC) ، ومقاييس فاينلاند للسلوك التكيفي ، وأوضحت نتائج الدراسة وجود مستويات مرتفعة من الضغط الوالدي والضغوط النفسية لدى أمهات أطفال الأوتيزم ، كما ارتبطت المشكلات السلوكية لدى الطفل بالضغوط الوالدية ، والضغوط النفسية المتزايدة لدى أمهات هؤلاء الأطفال .

٦ – دراسة " Ingersoll & Hambrick " (٢٠١١)

قام الباحثان بدراسة بعنوان " فحص العلاقة بين الأعراض الحادة التي يعانيها أطفال الأوتيزم والضغط والاكتئاب لدى والدي هؤلاء الأطفال " وهدفت الدراسة إلى الكشف عن سلوكيات التوحد على الوالدين ، وتكونت عينة الدراسة من ١٤٩ من والدي أطفال الأوتيزم، واستخدم الباحثان مقياس الاكتئاب الوالدي، ومقياس الضغط الوالدي، وقائمة سلوك الأوتيزم، وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين شدة أعراض اضطراب الأوتيزم وظهور الضغوط النفسية والاكتئاب لدى والدي هؤلاء الأطفال خاصة الأمهات.

تعقيب:

يتضح من استعراض الدراسات السابقة أن وجود طفل توحدي في الأسرة يعمل على زيادة الضغوط داخلها وخاصة لدى الأمهات ، ووجود علاقة بين هذه الضغوط وبين تعرض هؤلاء الأمهات للاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب ، كما أن التدخل الإرشادي أو التدريبي مع الوالدين بصفة عامة والأم بصفة خاصة يعمل على فاعلية قدرتهم على التعامل الايجابي مع أبنائهم والضغوط التي يقعون تحت وطأتها مما يعكس حاجة هذه الأسر وهؤلاء الأمهات إلى الخدمة المهنية والاجتماعية للتدخل للتخفيف من حدة هذه الضغوط ، هذا بالإضافة إلى الندرة الواضحة في الدراسات التي تناولت الضغوط لدى أمهات التوحديين في علاقتها بمتغيرات نفسية أخرى .

فروض الدراسة:

١ – توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين على مقياس الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها .

٢ – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين على مقياسي الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية

٣ – لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية لدى أمهات الأطفال التوحديين والعاديين .

٤ – لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية لدى أمهات الأطفال التوحديين والعاديين .

منهج الدراسة وإجراءاتها :

أولا : المنهج : انطلاقا من طبيعة الدراسة والأهداف التي تسعى لتحقيقها فقد استخدم الباحث المنهج " الوصفي الارتباطي " حيث يعتبر المنهج الوصفي ضرورة أولية لدراسة المواقف الاجتماعية ومظاهر السلوك الإنساني بالإضافة إلى جمع المعلومات والملاحظات عنها.

ثانيا: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٦٠) أم ، (٣٠) أم لأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد ، (٣٠) أم لأطفال عاديين ، وتراوحت أعمارهم الزمنية ما بين ٢٥ – ٤٨ عامًا، بمتوسط عمري قدره (٣٥.٧٦) عامًا وانحراف معياري قدره (٧.٣) ، وروعي في انتقاء العينة ما يلي:

– الإقامة الدائمة مع الطفل .

– عدم وجود اى طفل مصاب بأى اضطراب أو إعاقة أخرى غير التوحد لدى عينة أمهات التوحديين .

– عدم وجود اى طفل مصاب باضطراب التوحد أو اى إعاقة أخرى لدى عينة أمهات العاديين .

ثالثا: أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على الأدوات التالية : –

١–مقياس الضغوط النفسية :

قام بإعداد هذا المقياس عبد الرحمن الطريري (١٩٩١) ويهدف إلى قياس مستوى الضغط النفسي، ويتكون من (٢٠) عبارة يجاب عنها بنعم أو لا ، وصيغت الإجابة بطريقة إيجابية، بمعنى أن الإجابة بنعم تدل على وجود المؤشرات السلوكية الدالة على الضغط النفسي عند الفرد ، أما الإجابة بلا فتدل على انتفاء المؤشرات السلوكية عند الفرد ، ويتم تصحيح الاختبار بإعطاء درجتين على الإجابة (بنعم) ودرجة واحدة على الإجابة

(بـلا) ، وقـد قـام الطريـرى بحسـاب ثبـات المقيـاس فوجـد أن الأداة تتمتـع بثبـات جيـد بلـغ (٠.٦١) باستخـدام معادلـة ألفـا ، و(٠.٧٢) باسـتخدام معادلـة جتمـان للتجزئـة النصـفية ، كمـا قـام باسـتخراج الصـدق الـذاتي والـذي بلـغ (٠.٧٨) حسـب معامـل الثبـات الأول ، و(٠.٨٥) حسب معامل الثبات باستخدام جتمان

وفـى الدراسـة الحاليـة قـام "الباحـث" بحسـاب ثبـات المقيـاس، وصـدق المقيـاس، وتجـانس نصفي المقياس لمقياس الضغوط النفسية والأتي عرض للنتائج :

أ- ثبات المقياس Scale Reliability:

لتحديد معامل ثبات المقياس تم استخدام معادلة "كرو نباخ ألفا" Cronbach's α باستخدام معادلـة " كـودر- ريتشاردسون ٢٠ " Kuder-Richardson Estimates (KR-20) التالية (النبهان ، ٢٠٠٤ ، ٢٤٧-٢٥١):

$$\propto = \frac{n}{n-1}\left\{1 - \frac{\sum S_1^2}{S_x^2}\right\}$$

حيث أن:

α = معامل ثبات المقياس.

n = عدد عبارات المقياس.

$\sum S_1^2$ = مجموع تباينات عبارات المقياس.

S_1^2 = التباين الكلـي للمقياس.

وبتطبيق تلك المعادلة يتضح أن قيمة معامل ثبات المقياس قد بلغ (٠.٦٠)، وهذه القيمة عالية وتدل علي ثبات المقياس موضوع الدراسة (جدول ١) .

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتباين لمقياس الضغوط النفسية.

عدد الإفراد	أمهات العاديين	أمهات التوحديين
١	٢٠	٣٨
٢	٢١	٣٥
٣	٢٠	٣٥
٤	٢٢	٣٦

٥	٢٠	٤٠
٦	٢٣	٣٨
٧	٢٠	٣٣
٨	٢٠	٣٤
٩	٢١	٣٧
١٠	٢٠	٣٨
١١	٢٠	٤٠
١٢	٢٠	٣٢
١٣	٢١	٣٣
١٤	٢١	٣٨
١٥	٢٢	٣٩
١٦	٢٠	٣٦
١٧	٢٠	٣٦
١٨	٢١	٣٤
١٩	٢١	٣٥
٢٠	٢٢	٢٩
٢١	٢٠	٣٣
٢٢	٢٠	٣٢
٢٣	٢١	٤٠
٢٤	٢١	٣٨
٢٥	٢٠	٣٨
٢٦	٢١	٤٠
٢٧	٢١	٣٦
٢٨	٢٠	٣٦
٢٩	٢٠	٣٧
٣٠	٢١	٣٩
المتوسط الحسابي	٣٦.٢	٢٠.٧
الانحراف المعياري	٢.٨	٠.٨

التباين الكلي للمقياس = ٨.٧

ب- صدق المقياس Scale Validity:

للتحقق من صدق المقياس تم حساب معامل الصدق الذاتي Intrinsic Validity للمقياس موضوع الدراسة، تم استخدام المعادلة التالية (النبهان ، ٢٠٠٤ ، ٢٨٤)

$$r_{xy} = \sqrt{r_{xx}}$$

حيث أن:

rxy=معامل الصدق الذاتي. rxx= معامل الثبات.

وقد بلغت قيمة معامل الصدق الذاتي لإجمالي المقياس ٠.٧٤٥ وهي قيمة معامل صدق ذاتي مرتفع.

ج-تجانس نصفي المقياس Split-Half:

كلما كانت عبارات المقياس متجانسة كلما كان أداء الفرد عبر جميع مفردات المقياس يتصف بالاتساق، وعندما تكون عبارات المقياس متجانسة فإن أي جزء من هذا المقياس قادر علي تحديد خصائص الفرد، ويتساوي في ذلك باقي أجزاء المقياس. بينما يكون أداء الأفراد عبر أجزاء المقياس غير ثابت نتيجة لأن المقياس المستخدم لا يتصف بالتجانس بين أجزائه، فالمقياس الذي يقيس عدة عمليات نفسية غير متساوية في الصعوبة والسرعة قد تعطي نتائج غير دقيقة عندما نقارن بين أداء الأفراد عليها، وكلما قل تجانس العبارات زاد التباين الناتج عن عدم تجانس عبارات المقياس. وعدم التجانس يدل علي أن أداء الأفراد عبر المقياس ليس مطردا وأن المقارنة من خلال هذا المقياس بين الأفراد بالاعتماد علي الدرجات التي يحصلوا عليها غير دقيقة، لذلك لزم تقدير تجانس نصفي المقياس، حيث تم تقسيم عبارات المقياس إلي قسمين الأول للعبارات الفردية، والثاني للعبارات الزوجية، وتم قياس معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لكل من نصفي الاختبار (النبهان ، ٢٠٠٤ ، ٣٤٣-٣٤٨) كما تم حساب معامل التجزئة النصفية المصححة بمعاملي جتمان Guttman Split-Half Coefficient، وسبيرمان براون Spearman-Brown Coefficient للتجزئة النصفية. ويعرض جدول (٢) لمعاملات الثبات والصدق لمقياس الضغوط النفسية بطريقة التجزئة النصفية. ويتضح من هذا الجدول ارتفاع معاملات الصدق والثبات المقياس، كما يتضح أن معامل "جتمان" للتجزئة النصفية قد بلغ ٠.٥٨٠، مما يشير إلي تجانس نصفي المقياس، كما بلغت قيمة معامل ارتباط "سبيرمان- براون" ٠.٠.٦٥٧ وهي قيمة مرتفعة تعكس عدم اختلاف ثبات أداء المبحوثين علي نصفي المقياس .

جدول (٢)

معاملات الثبات والصدق لمقياس الضغوط النفسية بطريقة التجزئة النصفية.

العبارات	المتوسط	التباين	الانحراف المعياري	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
النصف الأول	٣٦.٢	٧.٨	٧.٨	١٠	٠.٧	٠.٨٣٧
النصف الثاني	٢٠.٧	٠.٦	٠.٨	١٠	٠.٧٢	٠.٨٤٨
إجمالي المقياس	٥٦.٨	٨.٧	٢.٩	٢٠	٠.٦	٠.٧٤٥

معامل ارتباط سبيرمان براون = ٠.٥٨٠ معامل جتمان للتجزئة النصفية = ٠.٦٥٧

٢- مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة:

أعد هذا المقياس :"ليونارد بون" Leonard .W. poon عام (١٩٨٠) وقام بإعداده على البيئة المصرية "على عبد السلام على" في (٢٠٠٨) ، ويشتمل المقياس على ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

أ-التفاعل الإيجابي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة: ويحتوى هذا المقياس الفرعي على (١٣) عبارة تقيس بعض السمات الشخصية الإقدامية ، والإيجابية المرنة التي يتسم بها الأفراد في قدرتهم على التعامل مع مجموعة المصادر الداخلية أو الخارجية الضاغطة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية ، ويكون لديهم القدرة على السيطرة على تلك المصادر دون إحداث أي آثار نفسية أو جسمية في استجاباتهم أثناء مواجهتهم لتلك الأحداث اليومية الضاغطة ، ويسعى هؤلاء الأفراد إلى التوافق النفسي والاجتماعي في مواجهتهم لتلك الأحداث.

ب-التفاعل السلبي في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة: يتكون هذا المقياس الفرعي من (٧) عبارات تقيس السمات الشخصية والاجتماعية للأفراد الذين يتسمون بالتفاعل السلبي ، وتقيس أيضاً استجاباتهم السلبية عندما يواجهون أي موقف ضاغط في حياتهم اليومية ، فهؤلاء الأفراد يتسمون بالإحجام المعرفي عن التفكير الواقعي والمنطقي أثناء مواجهتهم لأحداث الحياة اليومية ، ويقبلون الموقف الاستسلامي في تعاملاتهم مع تلك الأحداث ، ويبحثون عن أنشطة بديلة تبعدهم عن تلك الأحداث ، ويحصلون على مصادر التوافق النفسي والاجتماعي بعيد عن الأزمات التي تفرزها أحداث الحياة اليومية الضاغطة.

ج- التصرفات السلوكية لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة: ويشتمل هذا المقياس الفرعي على (١٠) عبارات تقيس التصرفات السلوكية للأفراد عند مواجهتهم لأي أزمة يواجهونها في أحداث الحياة اليومية ، وفى طريقة استخدامهم للوسائل والأساليب التكيفية الإقدامية أو الإحجامية لتلك الأحداث ، وتجاوز آثارها السلبية النفسية أو الجسيمة (على عبد السلام ، ٢٠٠٨ ، ١٩-٢٠) .

يطبق مقياس "أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة" بصورة فردية أو جماعية" حيث يعطى المفحوص كتيب التعليمات ويطلب منه قراءته ليجيب على عبارات هذا المقياس.ويتم تصحيح الاختبار بإعطاء ثلاث درجات على الإجابة (تنطبق تماما) ودرجتان على الإجابة (تنطبق إلى حد ما) ، ودرجة واحدة على الإجابة (لا تنطبق) وقد قام عبد السلام بحساب ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا وسبيرمان وجتمان فوجد أن الأداة تتمتع بثبات يتراوح بين (٠.٧٩ – ٠.٨٦) وهى معاملات ثبات مرتفعه .

وفى الدراسة الحالية قام "الباحث" بحساب ثبات المقياس، وصدق المقياس، وتجانس نصفي المقياس لمقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والأتي عرض للنتائج :

أ- ثبات المقياس Scale Reliability:

لتحديد معامل ثبات المقياس تم استخدام معادلة " كرونباخ ألفا " باستخدام معادلة " كودر-ريتشاردسون ٢٠"، وبتطبيق تلك المعادلة يتضح أن قيمة معامل ثبات أبعاد المقياس قد بلغت ٠.٥٥٣، ٠.٥٢٤، ٠.٥٠٨ لأبعاد التصرفات السلوكية، والتفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٦٣٤)، وهذه القيم تدل علي مستوي مرضي من ثبات المقياس موضوع الدراسة (جدول ٣).

جدول (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتباين لمقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة

البعد	أمهات العاديين(ن=٣٠)	أمهات التوحديين(ن=٣٠)	معامل الثبات
التصرفات السلوكية	١٩.٦	٢٢.٦	٠.٥٥٣
التفاعل الإيجابي	٢١.٣	٣٢.٠٠	٠.٥٢٤
التفاعل السلبي	١٨.٤	١١.٣	٠.٥٠٨
المتوسط الحسابي	٥٩.٣	٦٥.٩	٠.٦٣٤
الانحراف المعياري	٦.٢	٥.١	

التباين الكلي للمقياس = ٣٨.٧

ب- صدق المقياس Scale Validity:

تم حساب معامل الصدق الذاتي Intrinsic Validity للمقياس موضوع الدراسة، وقد بلغت قيم معامل الصدق الذاتي لأبعاد التصرفات السلوكية، والتفاعل الإيجابي، والتفاعل السلبي ٠.٧٣٠، ٠.٧٢٤، ٠.٧١٣ علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الصدق الذاتي الكلي للمقياس (٠.٠.٧٩٦)، وهذه القيم تدل علي معاملات صدق ذاتي مرتفعة للمقياس موضوع الدراسة (جدول ٤).

جدول (٤)

قيم معاملات الصدق الذاتي لأبعاد مقياس أساليب مواجهة إحداث الحياة الضاغطة.

البعد	معامل الثبات	معامل الصدق
التصرفات السلوكية	٠.٥٥٣	٠.٧٣٠
التفاعل الإيجابي	٠.٥٢٤	٠.٧٢٤
التفاعل السلبي	٠.٥٠٨	٠.٧١٣
إجمالي المقياس	٠.٦٣٤	٠.٧٩٦

ج-تجانس نصفي المقياس Split-Half:

لتقدير تجانس نصفي المقياس، تم تقسيم عبارات المقياس إلي قسمين الأول للعبارات الفردية، والثاني للعبارات الزوجية، وتم قياس معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لكل من نصفي الاختبار، كما تم حساب معامل التجزئة النصفية المصححة بمعاملي جتمان Guttman Split-Half Coefficient، وسبيرمان براون Spearman-Brown Coefficient للتجزئة النصفية. ويعرض جدول (٥) لمعاملات الثبات والصدق لمقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بطريقة التجزئة النصفية. ويتضح من هذا الجدول ارتفاع معاملات الصدق والثبات المقياس، كما يتضح أن معامل "جتمان" للتجزئة النصفية قد بلغ ٠.٦٢٨، مما يشير إلي تجانس نصفي المقياس، كما بلغت قيمة معامل ارتباط "سبيرمان- براون" ٠.٦٠١ وهي قيمة مرتفعة تعكس عدم اختلاف ثبات أداء المبحوثين علي نصفي المقياس.

جدول (٥)

معاملات الثبات والصدق لمقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بطريقة التجزئة النصفية

العبارات	المتوسط	التباين	الانحراف المعياري	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
النصف الأول	٦٣.٦	٢١.٨	٤.٧	١٥	٠.٦١٢	٠.٦٨٩
النصف الثاني	٦١.٧	٢٢.٦	٤.٧	١٥	٠.٧١٠	٠.٧٨٥
إجمالي المقياس	١٢٥.٣	٣٨.٧	٦.٢	٣٠	٠.٦٣٤	٠.٧٩٦

معامل إرتباط سبيرمان براون =٠.٦٠١ معامل جتمان للتجزئة النصفية = ٠.٦٢٨

٣- مقياس الصلابة النفسية:

من إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٦) وهي أداة تعطي تقديرًا كميًا لصلابة الفرد النفسية ، والأداة مكونة من ٤٧ عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد، وتقع الإجابة على المقياس في ثلاثة مستويات (تنطبق دائمًا – تنطبق أحيانًا – لا تنطبق أبدًا) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة بمعنى إذا كانت الإجابة تنطبق دائمًا ٣ – إذا كانت تنطبق أحيانًا ٢ – إذا كانت لا تنطبق أبدًا ١) . وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين ٤٧ إلى ١٤١ درجة، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية .

والصلابة النفسية وفقا للتراث المتاح تقع في ثلاثة أبعاد هي:

١ – الالتزام Commitment

هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله وهذا البعد يتكون من ١٦ عبارة ، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن لفرد أكثر التزامًا تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين .

٢ – التحكم Control

ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل المسئولية الشخصية عما يحدث لهو هذا البعد يتكون من ١٥ عبارة ، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسئوليته الشخصية عما يحدث له .

٣ – التحدي Challenge

وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغير على جوانب هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدًا له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية وهذا البعد يتكون من ١٦ عبارة ، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى اعتقاد الفرد بأن أي تغيير يطرأ على حياته إنما هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدًا له، مما يساعده على المبادأة والاستكشاف والتحدي.

وفى الدراسة الحالية قام "الباحث" بحساب ثبات المقياس، وصدق المقياس، وتجانس نصفي المقياس لمقياس الصلابة النفسية والأتي عرض للنتائج :

أ– ثبات المقياس Scale Reliability:

لتحديد معامل ثبات المقياس تم استخدام معادلة "كرونباخ ألفا"باستخدام معادلة " كودر – ريتشاردسون ٢٠"، وبتطبيق تلك المعادلة يتضح أن قيمة معامل ثبات أبعاد المقياس قد بلغت ٠.٦٦٨، ٠.٩٩٦، ٠.٦٨١ لأبعاد الالتزام، والتحدي، والتحكم علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٧٣٦)، وهذه القيم تدل علي مستوي عالي من ثبات المقياس موضوع الدراسة (جدول ٦).

جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتباين لمقياس الصلابة النفسية.

البعد	أمهات العاديين(ن=٣٠)	أمهات التوحديين(ن=٣٠)	معامل الثبات
الالتزام	٢١.١	٤٣.٢	٠.٦٦٨
التحدي	٢١.٤	٤٣.٣	٠.٩٩٦
التحكم	١٩.٣	٤٠.٣	٠.٦٨١
المتوسط الحسابي	٦١.٨	١٢٦.٨	٠.٧٣٦
الإنحراف المعياري	٢.٦	٣.١	

التباين الكلي للمقياس = ٦٧.٢

ب– صدق المقياس Scale Validity:

تم حساب معامل الصدق الذاتي Intrinsic Validity للمقياس موضوع الدراسة، وقد بلغت قيم معامل الصدق الذاتي لأبعاد الالتزام، والتحدي، والتحكم ٠.٨١٧، ٠.٩٩٨، ٠.٨٢٥

علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الصدق الذاتي الكلي للمقياس (٠.٨٥٧)، وهذه القيم تدل علي معاملات صدق ذاتي مرتفعة للمقياس موضوع الدراسة (جدول ٧).

جدول (٧)

قيم معاملات الصدق الذاتي لأبعاد مقياس الصلابة النفسية.

البعد	معامل الثبات	معامل الصدق
الالتزام	٠.٦٦٨	٠.٨١٧
التحدي	٠.٩٩٦	٠.٩٩٨
التحكم	٠.٦٨١	٠.٨٢٥
إجمالي المقياس	٠.٧٣٦	٠.٨٥٧

ج-تجانس نصفي المقياس Split-Half:

لتقدير تجانس نصفي المقياس، تم تقسيم عبارات المقياس إلي قسمين الأول للعبارات الفردية، والثاني للعبارات الزوجية، وتم قياس معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لكل من نصفي الاختبار، كما تم حساب معامل التجزئة النصفية المصححة بمعاملي جتمان Guttman Split-Half Coefficient، وسبيرمان براون Spearman-Brown Coefficient للتجزئة النصفية.

ويعرض جدول (٨) لمعاملات الثبات والصدق لمقياس الصلابة النفسية بطريقة التجزئة النصفية. ويتضح من هذا الجدول ارتفاع معاملات الصدق والثبات المقياس، كما يتضح أن معامل "جتمان" للتجزئة النصفية قد بلغ ٠.٧١٣، مما يشير إلي تجانس نصفي المقياس، كما بلغت قيمة معامل ارتباط "سبيرمان- براون" ٠.٧١٣ وهي قيمة مرتفعة تعكس عدم اختلاف ثبات أداء المبحوثين علي نصفي المقياس.

جدول (٨)

معاملات الثبات والصدق لمقياس الصلابة النفسية بطريقة التجزئة النصفية.

العبارات	المتوسط	التباين	الانحراف المعياري	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
النصف الأول	٨٥.٨	٣٠.٨	٥.٥	٢٣	٠.٦٩٢	٠.٨٣٢
النصف الثاني	١٠٢.٩	١٣.٦	٣.٧	٢٤	٠.٧٤٥	٠.٨٣٦
إجمالي المقياس	١٨٨.٧	٦٧.٢	٨.٢	٤٧	٠.٧٣٦	٠.٨٥٧

معامل ارتباط سبيرمان براون = ٠.٧١٣ معامل جتمان للتجزئة النصفية = ٠.٧١٣

٤- مقياس المساندة الاجتماعية:

قام بإعداد هذا المقياس (Spinder Gerogi , 2001) ، وقام بترجمته وإعداده للبيئة العربية عفاف عبد الفادي عام (٢٠٠٨) ، ويتكون المقياس من ٤٢ عبارة مقسمة على بعدين وهما (بعد المساندة الاجتماعية داخل إطار الأسرة) و (بعد المساندة الاجتماعية خارج إطار الأسرة) ، ويحتوى كل بند على ٢١ عبارة ، ويقوم المفحوص باختيار إجابة من بين ٤ إجابات ، ولكل إجابة درجة على النحو التالي ، إعطاء أربعة درجات على الإجابة (موافق تماما) وثلاث درجات على الإجابة (موافق بصفة عامة) ، ودرجتان على الإجابة (موافق إلى حد ما) ودرجة واحدة على الإجابة (غير موافق) ، وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس فوجد أن الأداة تتمتع بثبات جيد بلغ (٠.٨٤) باستخدام معادلة ألفا ، و(٠.٨٢) باستخدام معادلة جتمان للتجزئة النصفية ، كما قامت بحساب صدق الاتساق الداخلي بين الدرجة على البعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس ووجد أنها تتراوح بين (٠.٨٩ – ٠.٩١) وهى معاملات ارتباط مرتفعة تشير إلى صدق المقياس .

وفى الدراسة الحالية قام "الباحث" بحساب ثبات المقياس، وصدق المقياس، وتجانس نصفي المقياس لمقياس المساندة الاجتماعية والأتي عرض للنتائج :

أ- ثبات المقياس Scale Reliability:

لتحديد معامل ثبات المقياس تم استخدام معادلة "كرو نباخ ألفا "باستخدام معادلة " كودر- ريتشاردسون ٢٠"، وبتطبيق تلك المعادلة يتضح أن قيمة معامل ثبات أبعاد المقياس قد بلغت ٠.٦٦٨، ٠.٩٩٦، ٠.٦٨١ لبعدي داخل إطار الأسرة، وخارج إطار الأسرة علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الثبات الكلي للمقياس (٠.٦٢٦)، وهذه القيم تدل علي مستوي عالي من ثبات المقياس موضوع الدراسة (جدول ٩).

جدول (٩)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتباين لمقياس المساندة الاجتماعية.

البعد	أمهات العاديين (ن=٣٠)	أمهات التوحديين (ن=٣٠)	معامل الثبات
داخل إطار الأسرة	٧٥.٩	٣٥.٢	٠.٧٠١
خارج إطار الأسرة	٧٣.٩	٣٢.٢	٠.٧٩٦
المتوسط الحسابي	١٤٩.٨	٦٧.٤	٠.٦٢٦
الإنحراف المعياري	٤.٣	٨.٥	

التباين الكلي للمقياس = ٦٧.٢

ب- صدق المقياس Scale Validity:

تم حساب معامل الصدق الذاتي Intrinsic Validity للمقياس موضوع الدراسة، وقد بلغت قيم معامل الصدق الذاتي لبعدي داخل إطار الأسرة، وخارج إطار الأسرة ٠.٨٣٧، ٠.٨٩٢ علي الترتيب، كما بلغت قيمة معامل الصدق الذاتي الكلي للمقياس (٠.٧٩١)، وهذه القيم تدل علي معاملات صدق ذاتي مرتفعة للمقياس موضوع الدراسة (جدول ١٠).

جدول (١٠)

قيم معاملات الصدق الذاتي لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية.

البعد	معامل الثبات	معامل الصدق
داخل إطار الأسرة	٠.٧٠١	٠.٨٣٧
خارج إطار الأسرة	٠.٧٩٦	٠.٨٩٢
إجمالي المقياس	٠.٦٢٦	٠.٧٩١

ج-تجانس نصفي المقياس Split-Half:

لتقدير تجانس نصفي المقياس، تم تقسيم عبارات المقياس إلي قسمين الأول للعبارات الفردية، والثاني للعبارات الزوجية، وتم قياس معامل الثبات ومعامل الصدق الذاتي لكل من نصفي الاختبار، كما تم حساب معامل التجزئة النصفية المصححة بمعاملي جتمان Guttman Split-Half Coefficient، وسبيرمان براون Spearman-Brown Coefficient للتجزئة النصفية. ويعرض جدول (١١) لمعاملات الثبات والصدق لمقياس المساندة الاجتماعية بطريقة التجزئة النصفية. ويتضح من هذا الجدول ارتفاع معاملات الصدق والثبات المقياس، كما يتضح أن معامل "جتمان" للتجزئة النصفية قد بلغ ٠.٥٥٤، مما يشير

إلي تجانس نصفي المقياس، كما بلغت قيمة معامل ارتباط "سبيرمان- براون" ٠.٥٥٤ وهي قيمة مرتفعة تعكس عدم اختلاف ثبات أداء المبحوثين علي نصفي المقياس.

جدول (١١)

معاملات الثبات والصدق لمقياس المساندة الاجتماعية بطريقة التجزئة النصفية.

العبارات	المتوسط	التباين	الانحراف المعياري	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
النصف الأول	١١١.١	٩٢.٢	٩.٦	٢١	٠.٦٧٨	٠.٨٢٣
النصف الثاني	١٠٦.٠	٦٧.٣	٨.٢	٢١	٠.٥٩٣	٠.٧٧٠
إجمالي المقياس	٢١٧.٢	٢١٨.٣	١٤.٨	٤٢	٠.٦٢٦	٠.٧٩١

معامل إرتباط سبيرمان براون = ٠.٥٥٤ معامل جتمان للتجزئة النصفية = ٠.٥٥٤

نتائج الدراسة وتفسيراتها :

أولا: عرض نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

أ- المقياس الخاص بالضغوط النفسية:

لاختبار الفرض الإحصائي الأول، والقائل: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها"، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة Independent Samples Test، ويوضح جدول رقم (١٢) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

جدول (١٢)

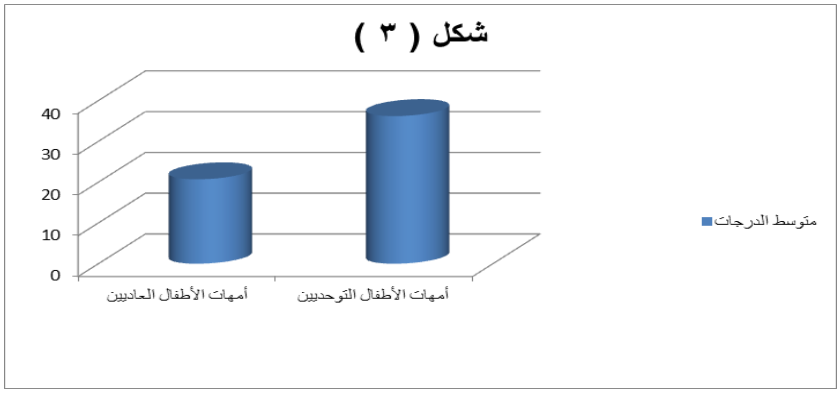
نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين على مقياس الضغوط النفسية.

البند	متوسطات		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
	أمهات الأطفال العاديين (ن=٣٠)	أمهات الأطفال التوحديين (ن=٣٠)		
درجات القياس	٢٠.٧	٣٦.٢	٢٩.٢	٠.٠١

ويتضح من نتائج هذا الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين علي مقياس الضغوط

النفسية تأتي لصالح أمهات الأطفال التوحديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين علي مقياس الضغوط النفسية٢٠.٧ درجة في مقابل ٣٦.٢ درجة لأمهات الأطفال التوحديين .

والشكل رقم (٣) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين على مقياس الضغوط النفسية



ب – المقياس الخاص بأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة:

لاختبار الفرض الإحصائي الأول، والقائل: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها"، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة Independent Samples Test، ويوضح جدول رقم (١٣) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

ويتضح من نتائج هذا الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في بعدي التصرفات السلوكية والتفاعل الإيجابي علي مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين في بعدي التصرفات السلوكية والتفاعل الإيجابي ٢٢.٦، ٣٢.٠ درجة علي الترتيب في مقابل ١٩.٦، ٢١.٣ درجة لأمهات الأطفال التوحديين علي الترتيب.

جدول (١٣)

نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين على مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

البند	متوسطات		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	إتجاه الدلالة
	أمهات الأطفال العاديين (ن=٣٠)	أمهات الأطفال التوحديين (ن=٣٠)			
التصرفات السلوكية	٢٢.٦	١٩.٦	٨.٥	٠.٠١	أمهات العاديين
التفاعل الإيجابي	٣٢.٠	٢١.٣	١٠.٧	٠.٠١	أمهات العاديين
التفاعل السلبي	١١.٣	١٨.٤	١٢.٦	٠.٠١	أمهات التوحديين
إجمالي المقياس	٦٥.٩	٥٩.٤	٥.٣	٠.٠١	أمهات العاديين

كما أظهرت نتائج الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في بعد التفاعل السلبي علي مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تأتي لصالح أمهات الأطفال التوحديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال التوحديين في بعد التفاعل السلبي ١١.٣ درجة في مقابل ١٨.٤ درجة لأمهات الأطفال التوحديين.

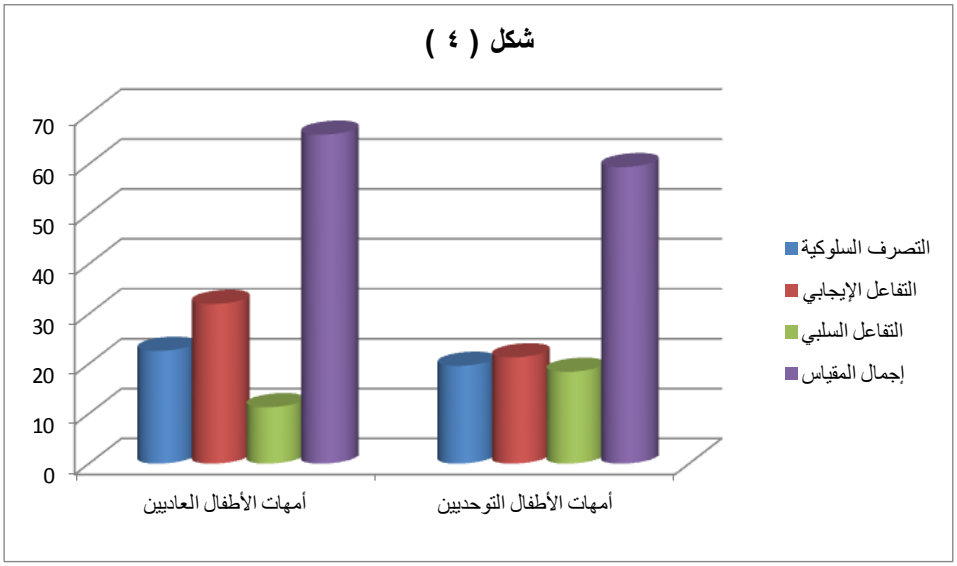
والشكل رقم (٤) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين على مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة

وبصفة عامة أظهرت النتائج وجود جود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين علي مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط أمهات الأطفال العاديين ٦٥.٩ درجة في مقابل ٥٩.٤ درجة لأمهات الأطفال التوحديين .

- تفسير نتائج الفرض الأول:

أكدت نتائج الدراسة الحالية "وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات

شكل (٤)



أمهات الأطفال التوحديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين على مقياسي الضغوط النفسية وأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بأبعاده المختلفة عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح أمهات الأطفال العاديين ".

تتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه نتائج دراسة " نادية عبد القادر " (١٩٩٧) ودراسة " Tomanik Stacey, et al " (٢٠٠٤) و دراسة " Duarte et al " (٢٠٠٥) ودراسة " Estes et al " (٢٠٠٩) و دراسة " Ingersoll & Hambrick " (٢٠١١) على أنه هناك علاقة ارتباط إيجابية دالة بين الاضطراب التوحدى والضغوط الوالدية ، وان أمهات أطفال الأوتيزم يعانون مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية والتي تعد ممهدا للعديد من الاضطرابات النفسية الأخرى التي يعانى منها هؤلاء الأمهات مثل القلق والاكتئاب ، ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن الطفل التوحدى له حاجاته الخاصة ، ومن ثم فإن رعايته تتطلب جهدا كبيرا ينوء بكاهل أولياء الأمور والأمهات بصفة خاصة ، فضلا عن استمرارية ذلك طوال حياة الطفل وهذا يعرضهم للارتباك وعدم الاتزان العضوي والنفسي بالإضافة إلى الحيرة التي تجد الأم نفسها فيها من حيث القلق على مستقبل الطفل وما

سيؤول إليه ومن سيؤوله من بعدها ، إضافة إلى التأثير السيئ الذي يحدثه وجود طفل توحدي وما يتسم به من خصائص سلبية لدى الوالدين مما يثير لديهم ردود فعل عقلية وانفعالية أو عضوية غير مرغوبة تعرضهم للتوتر والضيق والقلق والحزن والأسى ، كما قد يعانون من بعض الأعراض النفسية والجسمية (النفس جسمية) بجانب ردود الفعل النفسية المختلفة التي يمر بها الوالدين عند معرفتهما بأمر إعاقة ابنهما وعلى الرغم من أن ردود الفعل هذه تختلف من أسرة إلى أخرى إلا أن أغلبية الأسر تمر بمراحل انفعالية متشابهة ابتداءا من الصدمة والنكران مرورا بمشاعر الحزن والخجل والخوف واليأس والاكتئاب والشعور بالذنب ومن ثم يقعون فريسة للضغط النفسي ، ويزداد الشعور بالضغط النفسي نتيجة التعامل السلبي معها ، لذلك فإن تحديد الأفكار الآلية التي تسبب الضغط وإعداد أفكار عقلانية بديلة لهذه الأفكار يؤدى بالأم إلى أن تواجه المواقف المستقبلية وهى مسلحة تماما بأفكار جديدة للمواجهة الناجحة كما أن الضغوط النفسية تؤدى إلى العديد من الانفعالات التي تجعل نظرة الإنسان للحياة تشاؤمية فضلا عما يشعر به من قلق وتوتر ، هذه العوامل التي تجعل مستوى الضغوط مرتفع لدى أمهات الأطفال التوحديين .

ثانيا : عرض نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

أ- المقياس الخاص بالصلابة النفسية:

لاختبار الفرض الإحصائي الثاني، والقائل: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية"، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة Independent Samples Test، ويوضح جدول رقم (١٤) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

جدول (١٤)

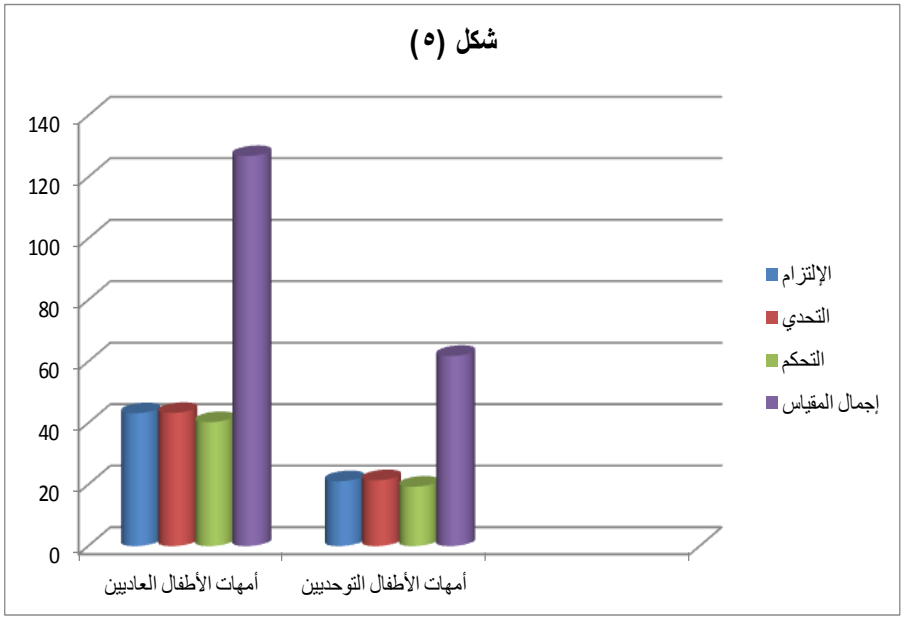
نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين على مقياس الصلابة النفسية

البند	متوسطات		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	أمهات الأطفال العاديي (ن=٣٠)	أمهات الأطفال التوحديين (ن=٣٠)			
الالتزام	٤٣.٢	٢١.١	٣٠.٣	٠.٠١	أمهات العاديين
التحدي	٤٣.٣	٢١.٤	٣١.٠	٠.٠١	أمهات العاديين
التحكم	٤٠.٣	١٩.٣	٣٣.٦	٠.٠١	أمهات العاديين
إجمالي المقياس	١٢٦.٨	٦١.٨	٣٩.٠	٠.٠١	أمهات العاديين

ويتضح من نتائج هذا الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في أبعاد الالتزام ، والتحدي، والتحكم علي مقياس الصلابة النفسية تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين في أبعاد الالتزام، والتحدي، والتحكم ٤٣.٢، ٤٣.٣، ٤٠.٣ درجة علي الترتيب في مقابل ٢١.١، ٢١.٤، ١٩.٣ درجة لأمهات الأطفال التوحديين علي الترتيب.

وبصفة عامة أظهرت النتائج وجود جود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين علي مقياس الصلابة النفسية تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين ١٢٦.٨ درجة في مقابل ٦١.٨ درجة لأمهات الأطفال التوحديين.

والشكل رقم (٥) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين على مقياس الصلابة النفسية



ب – المقياس الخاص بالمساندة الاجتماعية:

لاختبار الفرض الإحصائي الثاني، والقائل: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية"، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة Independent Samples Test، ويوضح جدول رقم (١٥) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

جدول (١٥)

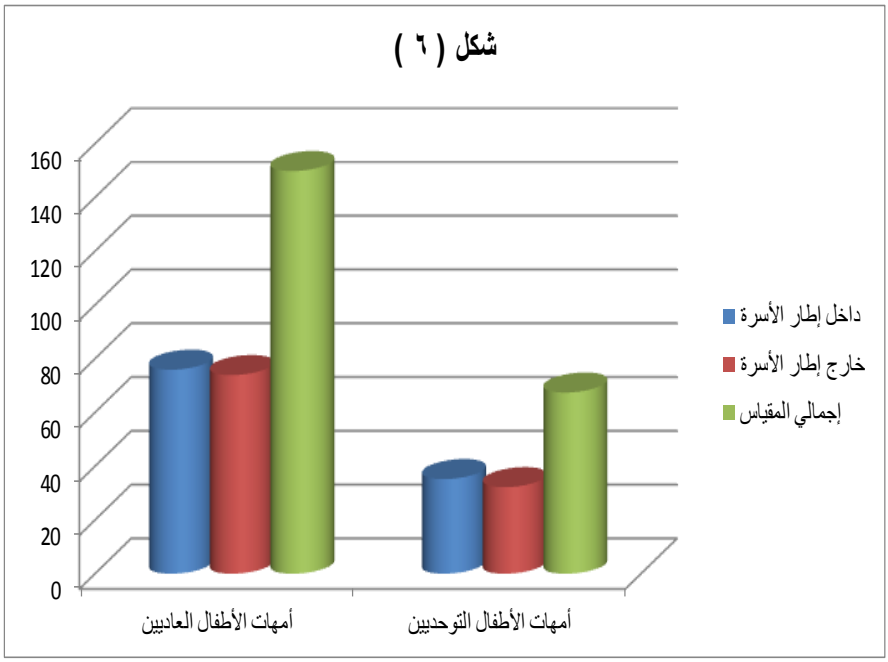
نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين على مقياس المساندة الاجتماعية.

البند	متوسطات		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	أمهات الأطفال العاديين (ن=٣٠)	أمهات الأطفال التوحديين (ن=٣٠)			
داخل إطار الأسرة	٧٥.٩	٣٥.٢	٢٣.٥	٠.٠١	أمهات العاديين
خارج إطار الأسرة	٧٣.٩	٣٢.٢	٢٤.٤	٠.٠١	أمهات العاديين
إجمالي المقياس	١٤٩.٨	٦٧.٤	٢٨.٥	٠.٠١	أمهات العاديين

ويتضح من نتائج هذا الجدول وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في بعدي داخل إطار الأسرة، وخارج إطار الأسرة علي مقياس المساندة الاجتماعية تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين في بعدي داخل إطار الأسرة، وخارج إطار الأسرة ٧٥.٩، ٧٣.٩ درجة علي الترتيب في مقابل ٣٥.٢، ٣٢.٢ درجة لأمهات الأطفال التوحديين علي الترتيب.

والشكل رقم (٦) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين على مقياس المساندة الاجتماعية

شكل (٦)



وبصفة عامة أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠.٠١ بين متوسطي درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين علي مقياس المساندة الاجتماعية تأتي لصالح أمهات الأطفال العاديين، حيث بلغ متوسط درجات أمهات الأطفال العاديين ١٤٨.٩ درجة في مقابل ٦٧.٤ درجة لأمهات الأطفال التوحديين.

واستنادا للنتائج السابقة، لا يمكن قبول الفرض الإحصائي الثاني والقائل: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات التوحديين والعاديين في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية " وبالتالي يمكن قبول الفرض النظري البديل في هذا الصدد.

- تفسير نتائج الفرض الثاني :-

أكدت نتائج الدراسة الحالية " وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أمهات الأطفال التوحديين ومتوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين على الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية بأبعادهم المختلفة عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح أمهات الأطفال العاديين ".

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أنها تتفق مع ما ذكره " لوكنير Lockner " من أن الصلابة النفسية عامل حيوي في تطور الشخصية ، إذ تطورت من مستوى استخدامها مع الأشخاص إلى مستوى استخدامها بالمراكز العلاجية والإرشادية واستخدامها على نطاق واسع في اختيار الأشخاص ذوى الصلابة في مهمات خاصة ، لأن الصلابة النفسية أصبحت من المفاهيم المهمة في أوقات الخطر وتحدى المصاعب والضغوط ، كما أن لها تأثيراتها الايجابية على الأنظمة العائلية والضغوط (Lockner, 1998 , 3700) ، وتضيف " فيكي وآخرون Vickie et al " (٢٠٠٣) في بحثها أن التدريب على الصلابة النفسية يؤثر في تفعيل قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط ويمكن أن يكون أسلوب حياه باستخدام مكوناتها الفرعية التحكم – الالتزام – التحدي حيث تشجع بقاء الإنسان صلدا قويا ، كما تدل الفروق بين أمهات الأطفال التوحديين وأمهات الأطفال العاديين في الصلابة النفسية على أهمية الصلابة التي تعمل على تقبل الضغوط الشديدة كما أنها تحول بين الفرد وبين الضغوط ، وقد تشير هذه النتائج إلى مدى تأثير اضطراب التوحد على الصلابة النفسية لدى أمهات هؤلاء الأطفال التوحديين .

أما فيما يتعلق بالمساندة الاجتماعية فإن السند الاجتماعي من المصادر الهامة لمواجهة الضغوط ، فوجود أشخاص يمكن الركون إليهم والثقة بهم وتقديم الاهتمام والدعم والمساعدة ذات أهمية بالغة للحفاظ على الصحة النفسية ، وقد يفتقد أمهات الأطفال التوحديين لهذا النوع من السند بسبب العزلة الاجتماعية التي يسببها لهم طفلهم التوحدى وسلوكياته من الانخراط في المجتمع بسبب عدم وجود قبول السلوك التوحدى وما يسببه من مشكلات متعددة من قبل المجتمع وأفراد الأسرة في بعض الأحيان ، إضافة إلى الانسحاب التدريجي من الحياة الاجتماعية الخارجية مثل حضور العديد من المناسبات التي تجمع الأفراد مع بعضهم البعض أو تبادل الزيارات ، كل هذه العوامل تفقد الأم الإحساس بوجود المساندة الاجتماعية لها سواء من داخل إطار الأسرة أو من خارجها ، وقد يكون هذا هو السبب في وجود فروق بين أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين في الإحساس بالمساندة الاجتماعية .

ثالثا : عرض نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

لاختبار الفرض الإحصائي الثالث والقائل: " لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين"، تم استخدام حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient، ويوضح جدول رقم (١٦) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

جدول (١٦)

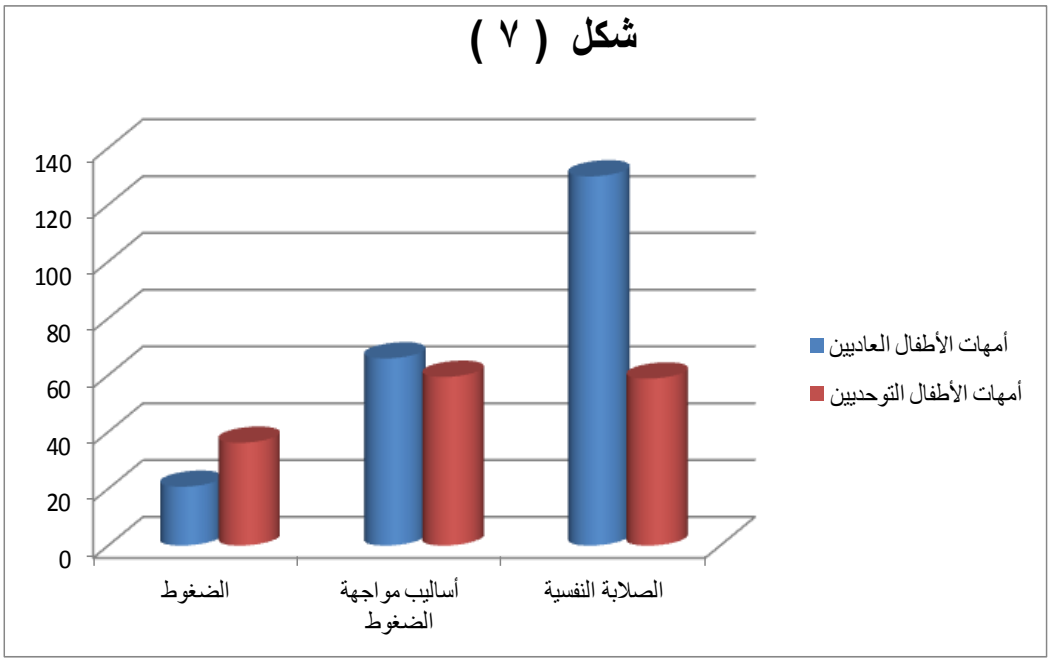
نتائج العلاقة الارتباطية بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية وأبعادها لدى أمهات الأطفال العاديين والتوحديين.

العينة	المتغيرات	الالتزام	التحدي	التحكم	الدرجة الكلية للصلابة
أمهات العاديين ن = ٣٠	الضغوط	٠.٦١٢**	٠.٦٢٥**	٠.٧١٠**	٠.٧٤١**
	التفاعل الايجابي	٠.٣٢٦	٠.٤٩٨*	٠.٤١١*	٠.٦١١**
	التفاعل السلبي	٠.٠٣٥	٠.٥٤٦*	٠.١٥٨	٠.٧١٩**
	التصرفات السلوكية	٠.٤٥٥*	٠.٤٩٢*	٠.٢٢٦	٠.٥٢٧*
أمهات التوحديين ن = ٣٠	الضغوط	-٠.٣١٦	-٠.٤٢٣*	-٠.٢٩١	-٠.١٧٩
	التفاعل الايجابي	٠.٥٨١**	٠.٥٤٠**	٠.٢٥٣	-٠.٢٢٢
	التفاعل السلبي	٠.١٧٨	٠.٣٠٢	-٠.٠٦٤	-٠.٠٩٨
	التصرفات السلوكية	٠.١١٨	-٠.٠٥٢	٠.٠٠٠	-٠.٢٣٢

* معنوي عند مستوي ٠.٠٥ ** معنوي عند مستوي ٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية وأبعادها لدى عينة أمهات الأطفال العاديين، في حين لم توجد تلك العلاقة الارتباطية لدي عينة أمهات الأطفال التوحديين .

والشكل رقم (٧) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين فيما يتصل بالعلاقة بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية



واستنادا للنتائج السابقة، لا يمكن قبول الفرض الإحصائي الثالث والقائل: " لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين"، وبالتالي يمكن قبول الفرض النظري البديل في هذا الصدد.

– تفسير نتائج الفرض الثالث:

أكدت نتائج الدراسة الحالية " وجود علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالصلابة النفسية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح أمهات الأطفال العاديين ".

ويفسر الباحث هذه النتائج على ضوء أن الصلابة النفسية أحد عوامل الشخصية في تحسين الأداء والصحة النفسية ، كما أنها احد عوامل المقاومة ضد الضغوط بجانب المساندة الاجتماعية التي تجعل الفرد يقيم الضغوط تقييما واقعيا وتجعله أكثر فاعلية في مواجهتها .

ولا شك أن هناك تباينا بين أمهات الأطفال التوحديين وأمهات الأطفال العاديين في مواجهة المحن والتوافق معها ، وقد افترضت عدة مكونات نفسية تحقق التوافق الإنساني منها قوة الأنا والصلابة النفسية والدعم الإجتماعى (سالم المفرجي ، عبدالله الشهري ، ٢٠٠٨ ، ٤١)

وتعد الصلابة النفسية ومكوناتها الفرعية (الالتزام ، التحكم ، التحدي) نوعا من الدعم المعنوي والمساندة التي تعمل على تحفيز الأمهات لمواجهة الصعوبات التي تواجهن نتيجة اضطراب طفلهن حيث تخفف من حدة الضغوط الواقعة عليهن ، كما تزيد من الشعور بالقيمة والأهمية والقدرة على التحدي مما يجعلهن أكثر نجاحا في مواجهة الضغوط (ماجدة حسين ، واحمد فتحي ، ٢٠١١ ، ٤٥٣) .

ما سبق يشير إلى أهمية الصلابة النفسية في تفعيل قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط ويمكن أن تكون أسلوب حياه بمكوناتها التحكم والالتزام والتحدي وتشجع على بقاء الإنسان صلدا .

ثالثا : عرض نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

لاختبار الفرض الإحصائي الرابع، والقائل: " لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين"، تم استخدام حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient، ويوضح جدول رقم (١٧) نتائج اختبار ذلك الفرض بالتفصيل.

جدول (١٧)

نتائج العلاقة الارتباطية بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية وأبعادها لدى عينة من أمهات الأطفال العاديين والتوحديين.

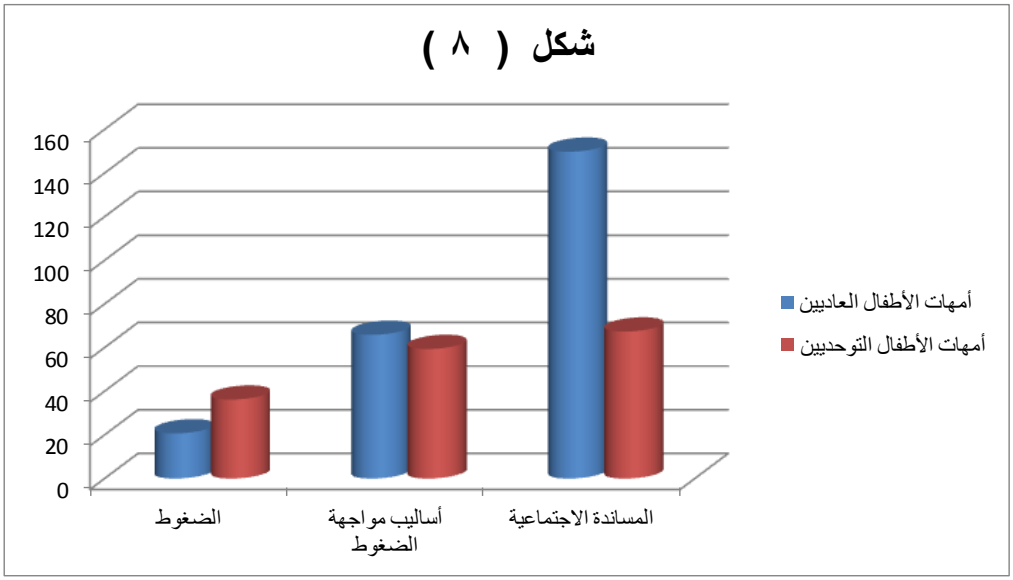
العينة	المتغيرات	داخل إطار الأسرة	خارج إطار الأسرة	الدرجة الكلية للمساندة
أمهات العاديين ن = ٣٠	الضغوط	٠.٦٠٥**	٠.٦٦٥**	٠.٧٧٤**
	التفاعل الايجابي	٠.٥٣٦**	٠.٣٧٢*	٠.٥١٧**
	التفاعل السلبي	٠.٠١٦	٠.٦٧٧**	٠.٦٣٢**
	التصرفات السلوكية	٠.٠٩٧	٠.٣٨٦*	٠.٦١٠**
أمهات التوحديين ن = ٣٠	الضغوط	-٠.٣٢٩	٠.١٣٢	-٠.١٢١
	التفاعل الايجابي	٠.٠٨٧	-٠.٠٨١	٠.٠٠٤
	التفاعل السلبي	٠.١١٠	-٠.٢١٣	-٠.٠٦٠
	التصرفات السلوكية	٠.١٢٢	-٠.٢٩٥	-٠.١٠٢

معنوي عند مستوي ٠.٠٥ ** معنوي عند مستوي ٠.٠١

ويتضح من نتائج الجدول السابق وجود علاقة إرتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوي ٠.٠١ بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية وأبعادها لدى عينة أمهات الأطفال العاديين، في حين لم توجد تلك العلاقة الارتباطية لدي عينة أمهات الأطفال التوحديين .

والشكل رقم (٨) يوضح التمثيل البياني للفروق بين متوسطات درجات أمهات الأطفال العاديين وأمهات الأطفال التوحديين فيما يتصل بالعلاقة بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية .

شكل (٨)



واستنادا للنتائج السابقة، لا يمكن قبول رفض الفرض الإحصائي الرابع والقائل: " لا توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين"، وبالتالي يمكن قبول الفرض النظري البديل في هذا الصدد.

– تفسير نتائج الفرض الرابع:

أكدت نتائج الدراسة الحالية " وجود علاقة ارتباطيه بين الضغوط وأساليب مواجهتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة أمهات التوحديين والعاديين عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح أمهات الأطفال العاديين ".

ويفسر الباحث هذه النتائج على ضوء أنه إذا ما كانت المساندة الاجتماعية تؤثر ايجابيا في خفض الضغوط الواقعة علي الفرد ، إلا أن زيادة الضغوط تؤثر بشكل سلبي علي المساندة الاجتماعية ، وخاصة أن الناس يحاولون الابتعاد عن الأفراد الذين يقعون تحت ضغوط حادة مثل أمهات الأطفال التوحديين .

كما أن مشكلة مواجهة المجتمع بإعاقة الطفل وعدم القدرة على التنشئة الاجتماعية السليمة تجعل إعاقة الطفل اجتماعية في المرتبة الأولى ، مما يزيد الشعور بالعجز لدى هذه الأسر .

ويشير " عبد العزيز الشخص ، و زيدان السرطاوي " (١٩٩٨) أن الدعم المجتمعي والاجتماعي من شأنه أن يخفف حدة الضغوط النفسية لدى الوالدين والناجمة عن إعاقة طفلهما .

هذا بالإضافة إلي أن هذه المساندة الاجتماعية ببعديها سواء خارج إطار الأسرة ، وداخل إطار الأسرة تعتبر مصدرا تدعيميا مهم لأمهات الأطفال التوحديين وذلك من خلال المشاركة الوجدانية والمساندة التي تصل إلي ذروتها مما يؤدى إلي الإحساس بالأمن والأمان ، كما أن المساندة الاجتماعية لأمهات الأطفال التوحديين تساعدهن على تقبل اضطراب طفلهم .

توصيات الدراسة :

– ضرورة التغيير في النظرة إلى طبيعة الخدمات التي يمكن تقديمها لأسر أطفال التوحد ، فلم تعد الوظيفة هي مجرد الاستماع لشكوى هذه الأسر من الطفل التوحدى وعدم نموه مثل باقي الأطفال في سنه أو امتصاص مشاعر الصدمة الأولى لاكتشاف الإعاقة ، ولكن يجب أن تمتد هذه النظرة لتصبح عمليات الإرشاد أكثر أتساعا وشمولا لتقديم خدمات متنوعة شاملة تساعد هذه الأسر في حل مشكلاتهم المباشرة وغير المباشرة مع طفلهم ، مما يزيد من قدرتهم على مواجهة المشاكل وتبنى وجهات نظر أكثر إيجابية تتناسب مع إمكانياتهم واحتياجاتهم مما يسهم في التخفيف من وطأة الضغوط النفسية التي يقعون فريسة لها بسبب طفلهم التوحدى .

– إن معرفة أمهات الأطفال التوحديين وأسرهم بالمعلومات عن اضطراب التوحد و طرق المساعدة قليلة جدا ، إضافة لذلك فإن الأهل عند اكتشاف الحالة يكونون في حالة صدمة و غير قادرين على التفكير لذا فإنهم بحاجة لمن يرشدهم ويزودهم بالمعلومات و يدلهم على الطرق التي يمكنهم استخدامها لمساعدة ابنهم و عدم الاعتماد على جهودهم الفردية في البحث.

– تكمن ضرورة الإرشاد هذه في أنه يدل الأهل على الخيارات العلاجية و التربوية و الاجتماعية المتوفرة ويدلهم أيضا على كيفية الحصول على المعلومات و المشاركة الفاعلة في تدعيم صورة إيجابية عن طفلهم التوحدى، وإيفائهم كافة الحقوق التي تكفل لهم حياة

كريمة ، و بما تتناسب مع قدراتهم وتوفير خدمات اجتماعية تساعد في تحقيق هذه الحياة لهم .

– ضرورة العمل علي جعل عملية توصيل المعلومات الخاصة بإعاقة الطفل في إطار ظروف نفسية مقبولة وذلك من خلال فريق عمل يتكون من الأطباء والأخصائيين النفسيين والاجتماعيين لتوصيل المعلومات إلي الآباء والأمهات مع مراعاة التوضيح الكافي .

– قد تسهم نتائج الدراسة الحالية في إبراز طبيعة الضغوط النفسية الناتجة عن وجود طفل توحدي في الأسرة ، وكيف تواجهها هذه الأسرة – وخاصة الأم – وجوانب الفشل والنجاح في هذه المواجهة ، مما قد يشكل أساسا لبناء البرامج الإرشادية التي يجب تقديمها لهذه الأسرة لتعينها على " إدارة " أزمة وجود الطفل التوحدى بين إخوته العاديين في الأسرة .

– التدريب على إعادة البناء المعرفي عند أمهات الأطفال التوحديين والتي تساهم في تعديل الأفكار السلبية التي تتوسط الفعل والانفعال وإدراكهم أن المعارف والمعتقدات اللاعقلانية والتي تتوسط الانفعالات تلعب دورا هاما في الشعور بالضغط النفسي وتزيد من حدته ، وأن مساعدة هؤلاء الأمهات على تعديل المعارف أمر يؤدى إلى زيادة القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتصدي لها بطريقة أكثر هدوءا وأقل توترا وأكثر تحكما في انفعالاتهم في مواقف والضغط .

– تقديم المساعدة والدعم في أكثر من جانب وذلك بهدف تمكين أمهات التوحديين من مواجهه تلك التحديات بصورة ايجابيه، حيث تتوقف قدرة أسر التوحديين في مواجهه مشكلاتها والتغلب عليها على مدى استفادتها مما يقدمه المجتمع عبر مؤسساته من خدمات.

– تنظيم لقاءات دورية بين أمهات الأطفال التوحديين لتبادل الخبرات الإيجابية المتعلقة بالتعامل مع ابنهم التوحدى ولتحقيق المساعدة الذاتية ، وعمل جلسات ذات الحوار الهادف لمناقشة الأمور المتعلقة باضطراب أطفالهم دون الشعور بالخجل .

– مساعدة والدي الطفل على تنمية نفسيتهما وعلاج مشاكلهما الأسرية وغيرها حتى تكون الأسرة متماسكة وقادرة على رعاية أطفالهم التوحديين .

– إنشاء جمعيات أهلية لأولياء أمور الأطفال التوحديين لتقديم الدعم الانفعالي والاجتماعي لهم .

قائمة المراجع:

أولا مراجع باللغة العربية:

١. أحمد عكاشة (٢٠٠٠) . *الطب النفسي المعاصر*. القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية.

٢. أشرف عطية (٢٠١١). فعالية العلاج بالقبول والالتزام في تخفيف حدة الاكتئاب لدى أمهات الأطفال المصابين الأوتيزم . *مجلة دراسات عربية في علم النفس* ، المجلد (١٠) ، العدد (٣) ، يوليو ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، ٤٢٩ – ٤٨٤.

٣. اعتدال معروف (١٩٩٧). *مهارات مواجهة الضغوط في الأسرة ، في العمل ، في المجتمع* . الرياض ، مكتبة الشقري للنشر والتوزيع .

٤. جمال الخطيب (٢٠٠١) . أولياء أمور المعوقين : استراتيجيات العمل معهم وتدريبهم ودعمهم . الرياض، *سلسلة إصدارات أكاديمية التربية الخاصة* .

٥. جمعة يوسف (٢٠٠٧) . *إدارة الضغوط. مشروع الطرق المؤدية إلى التعليم العالي* ، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ، كلية الهندسة ، جامعة القاهرة .

٦. حسن عبد المعطي (٢٠٠٦) . *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها*. القاهرة، مكتبة زهراء الشرق.

٧. حسين فايد (١٩٩٥) . ضغوط الحياة والضبط المدرك للحالات الذاتية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالأعراض السيكوسوماتية لدى عينة غير إكلينيكية . *مجلة دراسات نفسية* ، مجلد (١٥) ، عدد (١) ، ٥ – ٥٣ .

٨. حسين فايد (١٩٩٨) . الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة و الأعراض الاكتئابية . *مجلة دراسات نفسية* ، المجلد الثامن ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، ١٥٥ – ١٩٢ .

٩. خالد عبدالغني (٢٠٠٩) . الضغوط وأساليب مواجهتها لدى آباء وأمهات ذوي الاحتياجات الخاصة . *مجلة دراسات نفسية* ، المجلد (١٩) ، العدد (٣) ، يوليو ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، ٤٩٥ – ٥١٧ .

١٠. راوية دسوقي (١٩٩٦) . النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات . *مجلة علم النفس* ، العدد (٣٩) ، السنة (١٠)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب .

١١. سالم المفرجي، وعبدالله الشهري (٢٠٠٨) . الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عين من طلاب وطالبات جامعة ام القري بمكة المكرمة.*مجلة علم النفس المعاصر* ، ١٩ ، ٣٧ – ٨٥

١٢. طلعت منصور ، وفيولا الببلاوي (١٩٨٩) . *قائمة الضغوط النفسية*، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية.

١٣. عبدالرحمن الطريري (١٩٩١) .*المؤشرات السلوكية الدالة على مستوى الضغط النفسي من خلال بعض المتغيرات*. كلية التربية ، جامعة قطر ، العدد (٨) ، ٤٣٧ – ٤٥١.

١٤. عبد الستار إبراهيم (١٩٩٨). الاكتئاب اضطراب العصر الحديث (فهمه وأساليب علاجه) . *عالم المعرفة*، العدد (٢٣٩) ، الكويت ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

١٥. عبد العزيز الشخص، وزيدان السرطاوي (١٩٩٨) . دراسة احتياجات أولياء الأمور المعوقين لمواجهة الضغوط النفسية. *بحوث ودراسات وتوصيات المؤتمر القومي السابع لإتحاد هيئات رعاية الفئات الخاصة*، جمهورية مصر العربية ، ٥٥ – ٨١ .

١٦. عبد العزيز العنزي (٢٠١١) . الصلابة النفسية لدى المعاقين جسديا في ضوء نظرية هادى. *رسالة دكتوراه*، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

١٧. عبدالله الحواجري (٢٠٠٤) . العلاقة بين الضغوط النفسية والإصابة بالقرحة الهضمية . *رسالة ماجستير* ، الجامعة الأردنية .

١٨. عز حمادة ، وعمرو عبد اللطيف (٢٠٠٢) . الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة . *مجلة دراسات نفسية*، العدد (٢) ، ٢٢٩ – ٢٧٢ .

١٩. عفاف عبد الفادي(٢٠٠٨). *مقياس المساندة الاجتماعية*. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

٢٠. علاء الدين كفافي (١٩٩٩) . *الإرشاد والعلاج الأسري*.القاهرة، دار الفكر العربي .

٢١.على عبد السلام (٢٠٠٨) *المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية*. القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٢.عماد مخيمر (١٩٩٦) . إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة . *مجلة دراسات نفسية* ، مجلد (٦) ، (٢) ، ٢٧٥ – ٢٩٩ .

٢٣.عماد مخيمر (٢٠٠٦) . *استبيان الصلابة النفسية*. القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٤.لطفي إبراهيم (١٩٩٤). *مقياس عمليات تحمل الضغوط* .القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

٢٥.ماجدة حسين، واحمد فتحي (٢٠١١) . مدى فعالية برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية لأمهات الأبناء المعاقين عقليا وأثره على تقدير الذات لأبنائهم . *مجلة دراسات نفسية*، مجلد (٢١) ، عدد (٣) ، ٤٤٧ – ٤٧٣ .

٢٦.مجدي زينة (٢٠٠٠). علاقة الاضطرابات النفسية السيكوسوماتية بأحداث الحياة لدي المتضررين من حرب الخليج الثانية. *رسالة دكتوراه*، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

٢٧.محمد الشناوي ، ومحمد عبد الرحمن (١٩٩٤). *المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية* ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .

٢٨.محمود شوقي (١٩٩٧). ضغوط الحياة وعلاقتها بوجهة الضبط في المجتمع الريفي . *رسالة دكتوراه* ، كلية الآداب ، جامعة عين شمس .

٢٩.مني محمود (٢٠٠٢) . أساليب مواجهة الضغوط لدي طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية – دراسة مقارنة بين الريف والحضر . *رسالة ماجستير* ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .

٣٠.موسي النبهان (٢٠٠٤) . *أساسيات القياس في العلوم السلوكية* . الأردن ، دار الشروق للنشر والتوزيع .

٣١.نادية عبد القادر (١٩٩٧) . الاضطراب التوحدى لدى الأطفال وعلاقته بالضغوط الوالدية . *رسالة ماجستير* – غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .

٣٢.نبيل دخان، وبشير الحجار (٢٠٠٦) . الضغوط النفسية لدي طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية. *مجلة الجامعة الإسلامية* ، ١٤ (٣) ، ٣٦٩ – ٣٨٩ .

٣٣. هشام عبدالله (١٩٩٥) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين . *المؤتمر الدولي الثاني* (الإرشاد النفسي للأطفال ذوى الحاجات الخاصة الموهوبون – المعاقون) ، مجلد (٢) ، جمهورية مصر العربية .

٣٤. وائل غنيم (٢٠١٠) فعالية برنامج معرفي سلوكي لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة للوقاية من الانتكاسة لدى عينة من المراهقين مدمني المواد المخدرة التخليقية . *رسالة دكتوراه* (غير منشورة) ، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة بنها.

٣٥. وحيد كامل مصطفى (٢٠٠٥). فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة. *مجلة دراسات نفسية* ، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية ، المجلد (١٥) ، العدد (٤) ، القاهرة.

ثانياً : مراجع باللغة الأجنبية :

36. Baum,A., Cohen, L & Hall, MC (1993): "*Control And Instrusive Memories As Possible Determinants Of Chronic Stress*", Psycho-Somatic Medicine, 55, P.274
37. Caplan , G . (1981) . Mastry Of Stress . Psychological Aspects *American Journal Of Psychiatry* . Vol (138) , 30 – 55 .
38. Duarte , C ., Bordin , I., L . & mooney , J . (2005) . Factors associated with Stress In Mothers Of Children With Autism , *SAGE Publications and The national Autistic Society* , 9 (4) , 416 – 427 .
39. Estes , A , Munson , J ., Dawson , G ., Koehler , E. , Zouh , X & Abbott , R (2009) . Parenting Stress And Psychological Functioning Among Mothers Of Preschool children With Autism And Developmental Delay . *Sage Publications and The National Autistic Society* , 13 (4) , 357 – 387 .
40. Gaaungaard A . H . , Skov , l . , (2008) . Why Do WE Need adiagnosis ? A qualitative Study Of Parents Experiences , coping And Needs , When The Newborn Child Is Severely Disabled Care , *Health and Development* (Online Early Articles) .
41. Garson , M . (1998) . *The Relationship Between Hardiness . coping Skills And Stress In Gradnatic Students Dissertation* , Adler School Of Professional Psychology .

42. - Heaney , C.& Ryn,M.(1990) . Broadeing The Scope Of Work Site Stress Programs , *American Journal Of Health Promotion* , Vol (4) , (6) , 413 - 420 .
43. Ingersoll , B & Hmbrick (2001) . The Relationship Between The Broader Autism Phenotype , Child Severity , And Stress And Depression In Parents Of Children With Autism Spectrum Disorders , *Research In Autism Spectrum Disorders* , 5, 337 – 344.
44. Kaplan , R , M ., Sallis ,J.F & Patterson , T . l ., (1993) . *Health And Human Behavior* . New York : MC Graw – Hill , Inc .
45. Stacey Tomaic , Gerald E Harris & Jacqueline Hawkins (2004) . *The Relationship Between Behaviours Exhibited By Children With Autism And Maternal Stress*. Vol (29) , No (1) , 16 – 26 .
46. Kasari , C & Sigman , M ., (2004) . Linking Parental Perceptions to Interactions in Young Children With The Autism . *Journal Of Autism and Developmental Disorders* , 27 (1) , 39 – 57 .
47. Maddi , S.R (2004) . Hardiness : An Operationalization Of Existential Courage . *Journal Of Humanistic Psychology* , 44 (3) , 279 – 298 .
48. - Lambert , V.A., Lambert , C.E & Yamase , H . (2003) . Psychological Hardiness , Workplace And Related Stress Reduction Strategies , *Journal Of Nursing And Health Sciences*, 5 , 181 – 184
49. Lockner , J . (1998) . Social Support , Personal Hardiness And Psychosocial Development . *Diss. Abst. Inter.S*, 59 – 07B , 3700 .
50. Randall , P & Parker , J . (1999) . *Supporting The Families Of Children With Autism* . New York : John Wiley & Sons .
51. Rivers , J . & Stoneman , Z (2003) . Sibling Relationships When A Child Has Autism : Marital Stress And Support Coping . *Journal Of Autism And Developmental Disorders* , 33 (4) : 383 – 394 .
52. Rutter , M ., (1990) . *Psychological Resilience And Protective Mechanism . in" Rolf, J . et al . risk and Protective Factors In The Development Psycho - Pathology* " Cambridge University Press Publisher , 187 .

53. Sarson , I . G . Levine . H . M . Bashman , R . B . & Sarason , B . R (1983) . Assessing Social Support . *Journal Of Personality And Social Psychology* , 44 (1) , 127 – 139 .

54. Vickie . A., Clinton ., Clinton E (2003) . Psychological Hardiness , workplace Stress And Related Stress Reduction Strategies . *Nurs Health Sci* , Jun : 5 (2) , 181 – 184 .

Psychological Stress and Its Relationship To Hardness And Social Among Mothers Of Children With Autism Spectrum Disorder "

Dr : Wael Maher Ghoniem (Ph.D)

The research aimed identify the pressures and methods of facing it and its relationship with psychological stress and social supporting a sample of mothers of children who suffer from autism spectrum disorder. The research was conducted on a sample of (60) mothers , (30) mothers of children with autism spectrum disorder , (30) mothers of normal children , Their ages were from 25 to 48 years with average of age 35.76 year and standard deviation of 7.3 . The results have showed that there are differences between normal children mothers and mothers of autistic children in the psychological pressures and negative interaction dimension on the scale of facing stressful life events come in favor of autistic children mothers by 18.4 degrees and behavioral disposition And positive interaction in favor of normal children mothers . Also, the study result indicated the existence of differences in the dimensions of commitment, challenge and control on the psychological rigidity scale at 43.2,43.3,40.3,respectively, in favor of normal children mothers, it also indicated the existence of differences on the scale of social support come in favor of normal children mothers at 148.9 degrees . results also indicated the existence of a positive correlation between the pressures and methods of facing it by psychological rigidity and its dimensions in the sample of normal children mothers, and the existence of a positive correlation relationship between the pressure and methods of facing it by social support and its dimensions in the sample of normal children mothers .