

رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد

Psychological Capital and Goal Orientations as Tools for Alleviating Pressures on Families of Children with Autism Spectrum Disorder

يسرى "محمد نايف" حاج حمد*

جامعة مستغانم (الجزائر)، yousra.nayefabdhajhamad.etu@univ-mosta.dz

مخبر تحليل المعطيات الكمية والكيفية للسلوكيات النفسية والاجتماعية

تاريخ النشر: 2024/10/30

تاريخ القبول: 2024/08/01

تاريخ الاستلام: 2024/02/19

ملخص: هدف هذا البحث إلى استكشاف دور رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات التي تواجه أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد. وبالاعتماد على المنهج النظري التحليلي للكشف عن التأثيرات المحتملة لهذه العوامل على مستوى الضغط والتوتر في حياة الأسر وكيفية تحسينها. وقد توصل البحث إلى العديد من النتائج أهمها: للرأس المال النفسي والتوجهات الهدافية دور في تحسين جودة الحياة وتعزيز القدرة لدى الأسر على التعامل مع التحديات التي تفرضها رعاية الأطفال ذوي التوحد. وعليه، يجب تعزيز رأس المال النفسي وتوجهات الهدافية لأفراد الأسرة بهدف تحسين جودة حياتهم وتعزيز مرونتهم في التعامل مع الضغوطات المحيطة.

الكلمات المفتاحية: اضطراب طيف التوحد، أسر الأطفال ذوي الإعاقة، تحديات أسر الأطفال ذوي الإعاقة، رأس المال النفسي، التوجهات الهدافية.

Abstract: This research aimed to explore the role of psychological capital and goal orientations as tools to alleviate the stressors facing families of children with autism spectrum disorder; to reveal and improve how these factors affect the level of stress and tension in a family's life by relying on the theoretical and analytical approach. The study reached many results, the most important of which are: Psychological capital and goal orientations have a role in improving the quality of life and enhancing the ability of families to deal with the challenges posed by caring for children with autism. Accordingly, the psychological capital and goal orientations of family members must be strengthened in order to improve their quality of life and enhance their flexibility in dealing with surrounding stressors.

Keywords: Autism Spectrum Disorder, Families of Children with Disabilities, Challenges of Families of Children with Disabilities, Psychological Capital, Goal Orientations.

*يسرى "محمد نايف" حاج حمد ، الإيميل: yousra.nayefabdhajhamad.etu@univ-mosta.dz

1. المقدمة:

إن وجود طفل يعاني من إعاقة أو تشخيصه بإحدى الاضطرابات النفسية يعتبر حدثاً صادمًا للوالدين، يترتب عليه ضغوطات ومشاعر مؤلمة داخل الأسرة. حيث يواجه أفراد أسر الأطفال مع وجود إعاقة مستويات مرتفعة من التوتر والإجهاد الذي يمتد على عدة جوانب من الحياة الأسرية مثل الحياة اليومية ومتطلبات الرعاية والصعوبات الشخصية والمالية والعواقب الاجتماعية السلبية.

يعتبر ميلاد طفل مع إعاقة في الأسرة حدثاً مهماً يؤثر على حياة كل أفراد الأسرة، وقد يتسبب في ظهور العديد من الضغوطات النفسية والاجتماعية. فالوالدين قد يشعران بالقلق والتوتر والإحباط ويواجهان صعوبات في التعامل مع الطفل والمسؤولية المتزايدة عن رعايته وتكفله، ويمكن أن يؤدي هذا الضغط إلى الإحساس بالإحباط والتشاؤم والانكسار النفسي وتعطيل الإرادة (نصر، 2013).

وتعتبر هذه الضغوطات مصدراً للإجهاد النفسي والذي يمكن أن يؤدي إلى ظهور العديد من الاضطرابات النفسية والجسمية، وقد يؤثر ذلك على حياة الأسرة بأكملها، بما في ذلك الأبناء الآخرين، ويمكن أن يؤثر على العلاقات الاجتماعية والاقتصادية في الأسرة. ولذلك، يجب على الأسرة العمل على إدارة الضغوط الناتجة عن مشكلات صحية لأحد الأبناء، والعمل على توفير الدعم النفسي (وادي، 2009).

يعد طيف التوحد أحد الاضطرابات النفسية التي جذبت اهتمام الباحثين والأخصائيين النفسيين، ولا يزال يشكل محور جدل كبير بشأن تشخيصه وأسبابه وأساليب علاجه. وتتأثر الأسر التي يتم تشخيص أحد أفرادها بطيف التوحد بشكل كبير، حيث يعاني الأهل من ضغوط نفسية كثيرة بسبب احتياجات الطفل التوحيدي الخاصة والقلق على مستقبله، وبسبب الاعتماد المطلق عليهم في تأمين حاجات الطفل داخل المنزل وخارجة (مهيدات، وأبو سارة، 2021).

وبالإضافة إلى ذلك، يواجه الأهل صعوبات في التعامل مع طفلهم التوحيدي، حيث يتطلب التعامل معهم بطرق مختلفة ومتخصصة وغالبًا ما تتطلب جهودًا كبيرة ومستمرة، مما يؤدي إلى الإرهاق النفسي والجسدي. وبالرغم من ذلك، يلجأ الأهل إلى استخدام استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية للتعاشي مع حالة الطفل التوحيدي، وذلك لتعزيز الصلابة النفسية لديهم والتقليل من آثار الضغوط النفسية عليهم (الزريقات، 2004).

وقد يشكل رأس المال النفسي دوراً كبيراً في عملية التغلب على الصعوبات والتحديات والتوتر والمشاعر السلبية المصاحبة لولادة أو تشخيص طفل بإعاقة ذهنية داخل الأسرة، إذ يؤكد العوالم (2015) أن جودة الحياة الأسرية التي تسعى إليها الأسرة تتحدد من خلال التغلب على التوتر والمشاعر السلبية المصاحبة لولادة أو تشخيص طفل بإعاقة ذهنية داخل الأسرة، ولا يمكن فعل هذا الأمر إلا من خلال عوامل وبنية نفسية واجتماعية تساعد الأسرة على تجاوز هذه الصعوبات التي تواجهها، للوصول إلى مستوى من الجودة في الحياة الأسرية،

وتؤكدده دراسة عبد العزيز (2012) أن أسر الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية بحاجة إلى الدعم وتوفير خدمات وبرامج تلبي احتياجاتهم وتعزز من صلابتهم النفسية.

2. اشكالية البحث:

تعاني أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من العديد من الضغوط النفسية، وفي هذا الجانب يؤكد الشامى (2004) أن الأسر التي يتم تشخيص أحد أفرادها بطيف التوحد تواجه صعوبات كبيرة ومتنوعة، وقد تتفاوت في شدتها وتؤثر على أدائهم تجاه أطفالهم وتجاه باقي أفراد الأسرة. لذلك، يجب على أهل البحث عن الدعم النفسي والاجتماعي لتخفيف الضغوط النفسية التي يواجهونها وتعزيز قدرتهم على التعامل مع هذه الحالة بشكل فعال. وعليه، ترتبط جودة حياة الأسرة التي تعاني من هذه الحالة بالصحة النفسية والبدنية للطفل، حيث يمكن أن يتسبب الإجهاد في زيادة أعراض الاكتئاب والقلق والضيق النفسي العام. وتؤثر صورة وصمة العار المرتبطة بالتوحد على الأسرة بشكل سلبي، في حين يتأثر الوالدان بشكل إيجابي بالدعم الاجتماعي. ويطور الأسر ضغطاً عندما يصبحون غير قادرين على التعامل مع التحديات التي تواجههم، وقد يؤدي ذلك إلى الإصابة بحالة عاطفية ضارة. لذلك، يحتاج الأطفال المصابون بالتوحد وأهلهم إلى دعم ورعاية خاصين للتغلب على التحديات المرتبطة بهذه الحالة.

ويشير جابر (2008) أن تحديات الرعاية الناجمة عن اضطراب طيف التوحد تتطلب تعاوناً متعدد التخصصات من الأطباء والمدرسين والمستشارين وغيرهم من المتخصصين في

الرعاية الصحية. يجب على العائلات أيضاً البحث عن الدعم اللازم والمنظمات التي تقدم المساعدة لأسر الأطفال المصابين بالتوحد.

وقد يشكل رأس المال النفسي أداة في تعزيز صمود هذه الأسرة وتعزيز جودة حياتها الاسرية. بالتالي، يمكن تعزيز رأس المال النفسي وتوجهات الأهداف لدى أولياء أمور الأطفال المصابين بطيف التوحد من خلال تطبيق استراتيجيات وبرامج مبتكرة، وتأسيساً على ما سبق تتلخص مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي: ما دور رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد، وينبثق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

1. ما هي آثار وجود طفل من ذوي اضطراب طيف التوحد في حياة الأسرة؟
2. ما دور رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد؟

3. أهمية البحث: تتجلى أهمية البحث في عدة جوانب:

- تسليط الضوء على تحديات الأسر التي تعاني بأطفال يعانون من طيف التوحد ويقدم توصيات قابلة للتطبيق لتخفيف الضغوطات التي يواجهونها.

- تعزيز الوعي والفهم حول أهمية رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية في تخفيف الضغوطات، يساهم البحث في زيادة الوعي بتأثير العوامل النفسية على جودة حياة الأسر وصحتهم النفسية.
- يمكن للبحث أن يلفت الأنظار إلى القائمين على رعاية الأطفال ذوي الإعاقة وأسرهـم لضمان توفير الدعم الملائم والموارد اللازمة للأسر المعنية.
- يساهم البحث في إثراء المعرفة والفهم حول كيفية تأثير العوامل النفسية على جودة حياة الأفراد، مما يفتح المجال لإجراء مزيد من الدراسات والأبحاث في هذا المجال.

4. أهداف البحث:

- استكشاف التأثيرات النفسية والاجتماعية والعاطفية التي يمكن أن يكون لها وجود طفل مصاب بطيف التوحد على أفراد الأسرة، بما في ذلك التأثير على العلاقات الأسرية، والصحة النفسية، والسلوكيات، والمستوى العام للرضا الحياتي.
- استكشاف كيفية تأثير رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية في مواجهة التحديات والضغوطات التي تواجه الأسر التي تعتني بأطفال يعانون من طيف التوحد، وكيف يمكن أن تسهم هذه العوامل في تحسين جودة حياتهم وتعزيز مرونتهم في التعامل مع الصعاب.

5. منهج البحث: اعتمدت هذه الدراسة على المنهج النظري التحليلي، وهذا من خلال تناول الادبيات العلمية والدراسات والمصادر العربية والأجنبية التي تطرقت إلى الصعوبات التي

تعاني منها أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وآثارها على الأسرة، ودور رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد.

6. مفاهيم البحث:

6.1. اضطراب طيف التوحد وأثره على الأسرة: يعرف اضطراب طيف التوحد بأنه ثالث أكثر من ضعف في التواصل والتفاعل الاجتماعي، وأنماط سلوكية قهرية ومتكررة للسلوك أو الاهتمامات أو الأنشطة (American Psychiatric Association, 2013). ذلك أن الرعاية والاهتمام بالأطفال المصابين بالتوحد يتطلب جهداً جماعياً من متخصصين متعددين التخصصات، وتشكل استمرارية الرعاية تحدياً كبيراً للأهل (الزراع، 2010).

6.2. التوجهات الهدافية: تعرف التوجهات الهدافية على أنها نمط متماسك من معتقدات الفرد والذي يجعله يتجه نحو مواقف التعلم بطرق مختلفة، في حين تعكس الأهداف التمثيلات المعرفية التي يتبنها الفرد لأغراض مختلفة في مواقف الانجاز (Gulseren & Natela, 2015). في حين يعرفها بايدل (Bayaydelle, 2019) أنها الطريقة التي يقيس الفرد من خلالها نجاحه ويحدد دوافعه للإنجاز، وعليه، فإن الأهداف التي يضعها الفرد لنفسه، وتوجهه النفسي لتحقيق تلك الأهداف، تمثل محددات لكيفية تفاعله وفشله. فالتوجهات الهدافية تمثل النوايا السلوكية لتفاعل الأفراد وانخراطهم في أنشطة التعلم.

كما وتعرف التوجهات الهدفية بأنها تمثيلات عقلية للأشياء التي يرغب الفرد في انجازها وتعمل كموجهات لسلوكه وتحدد اتجاهه، وتعكس الرغبة في الانجاز وإظهار الكفاءة بحيث تمثل التوجه الدافع للفرد نحو الإنجاز (Kaplan & Maehr, 2007). كما أنها تعبر عن نمط من التفسيرات والمعتقدات التي تشكل غايات السلوك لدى الفرد ومقاصده، وتتمثل في الإقدام على انجاز الأنشطة والمشاركة فيها (الزغلول، 2006).

3.6. رأس المال النفسي: يعرف رأس المال النفسي بأنه مفهوم مركب يمثل مجموعة من الموارد العقلية التي تشمل الدافع، والأمل، والتفاؤل، والصلابة النفسية، والثقة بالنفس، وتقدير الذات، وتسهم هذه العناصر في تحقيق السعادة وتعزيز جودة حياة الفرد، حيث يؤثر رأس المال النفسي على سمات وصفات الشخصية للفرد ويمدّه بالدافعية والإنجاز، ويعزز قدرته على مواجهة المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو والارتقاء (Herbert, 2011).

كما ويعرف رأس المال النفسي بأنه مجموعة الموارد الشخصية وأبعاد الحالة النفسية التي تمكن الفرد من التعامل بشكل إيجابي مع مواقف وأحداث الحياة المجهدة والضاغطة، مما يؤثر بدوره على صحتهم ورفاهيتهم النفسية. (Rabenu et al, 2017).

7. الضغوطات التي تواجه أسر الاطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

تواجه الأسر التي تعيش مع طفل يعاني من اضطراب طيف التوحد تحديات كبيرة في توفير الرعاية اللازمة والمناسبة، والتي قد تؤثر على جودة حياتهم العامة. وهذا يمكن أن يؤدي

إلى تدهور الصحة النفسية والجسدية لأفراد الأسرة. لذلك، يتعين التركيز على توفير الدعم والموارد اللازمة للأسر المتضررة والتعاون بشكل فعال مع المتخصصين في هذا المجال (عصفور، 2012).

ذلك أن اضطراب طيف التوحد يؤثر على صحة الأسرة بصورة شاملة، بما في ذلك الصحة النفسية والجسدية والعلاقات الاجتماعية. فالآباء والأمهات للأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد يواجهون مستويات عالية من الإجهاد والتوتر، والذي يمكن أن يؤثر سلبًا على صحتهم النفسية والجسدية. على سبيل المثال، يزيد الإجهاد الناجم عن العناية بطفل يعاني من اضطراب طيف التوحد من خطر الاكتئاب والقلق لدى الآباء والأمهات. كما أن الإجهاد المستمر يمكن أن يؤثر على صحة الجسم بطرق مختلفة، مثل زيادة ضغط الدم وتقليل جهاز المناعة والتعرض للأمراض (المطيري، 2006).

بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤثر اضطراب طيف التوحد على العلاقات الاجتماعية في الأسرة، حيث يمكن أن يؤدي إلى صعوبات في التواصل والتفاعل الاجتماعي، مما يمكن أن يؤدي إلى تباعد الأسرة وتقليل مستوى الدعم الاجتماعي. وبالتالي، يمكن أن يؤثر ذلك على صحة الأسرة بصفة عامة. علاوة على ذلك، يمكن أن يؤثر اضطراب طيف التوحد على الحالة المالية للأسرة، حيث إن توفير العناية اللازمة لطفل يعاني من هذا الاضطراب يمكن أن يكون مكلفًا جدًا. وبالتالي، يمكن أن يؤدي ذلك إلى تأثير سلبي على الصحة المالية للأسرة وتزيد من حدة الإجهاد (جابر، 2008).

وبشكل عام، فإن رعاية طفل مع اضطراب طيف توحّد قد تؤدي إلى التحديات الصحية النفسية والجسدية للآباء والأمهات، وقد يشعروا بالإرهاق الذهني والجسدي بسبب الحاجة إلى مستوى عالٍ من الرعاية المستمرة والمتكررة للطفل بالإضافة إلى شعورهم بالإحباط بسبب صعوبة التواصل مع الطفل وتحسين مهاراته الاجتماعية واللغوية، وهذا يؤثر على جودة حياتهم النفسية وقد يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق (عامر، 2008).

كما وقد يواجه الآباء والأمهات تحديات في العمل بسبب حاجتهم إلى الاهتمام بالطفل، وقد يضطرون إلى التخلي عن وظائفهم أو تقليل ساعات العمل. وهذا يؤدي إلى تأثيرات سلبية على الاقتصاد المنزلي وقد يزيد من مستوى التوتر والضغط النفسية في الأسرة. علاوة على ذلك، فإن التحديات المرتبطة بوجود طفل مع طيف التوحّد في الأسرة قد تؤثر على العلاقات الاجتماعية والعائلية للآباء والأمهات. وقد يشعرون بالعزلة وعدم القدرة على الاستمتاع بالنشاطات الاجتماعية بسبب حاجتهم إلى الاهتمام بالطفل. وقد يزيد هذا التوتر على مستوى العنف الأسري وقد يزيد من خطر الانفصال الزوجي (الشامي، 2004).

وتؤكد الدراسات السابقة أن أسر الأطفال الذين يعانون من إعاقة يظهر لديهم إنهم نفسي بدرجة مرتفعة، ومشكلات واضطرابات نفسية وأسرية، والقلق والعزلة الاجتماعية وضغوط وعدم قدرة في التعامل مع الحياة اليومية (Reichman et al, 2008; Whiting, 2013; Whiting et al, 2019).

وتشير دراسة بوهم وكارتر (Boehm & Carter, 2019) أن طبيعة التوتر والإجهاد الأسري يمتد على عدة جوانب من الحياة الأسرية ليشمل: الحياة اليومية ومتطلبات الرعاية، والضيق العاطفي، والصعوبات الشخصية، والمشاكل المالية والعواقب الاجتماعية السلبية، كما وقد يتأثر مستوى الإجهاد الذي تعاني منه الأسرة بمتغيرات خاصة بالطفل مثل: جنس الطفل وشدة المشكلة، والمتغيرات الاجتماعية والديموغرافية مثل: دخل الأسرة، وموارد الدعم للأسرة واستراتيجياتها في التعامل مع الحدث وقبول تشخيص الطفل.

وفي المقابل وجدت دراسات سابقة أن بعض الأسر يتأقلمون بشكل أكثر فاعلية في دورهم الجديد أكثر من غيرهم، وقد يُعزى ذلك إلى كون هذه الأسر أكثر مرونة، وكفاءة ويتمتعون بقدرة أفضل على مواجهة الشدائد (Bayat, 2007; Hsiao, 2018; McConnell & Savage, 2014; Peer & Hillman, 2015).

وبشكل عام، يؤثر اضطراب طيف التوحد على الصحة النفسية والجسدية للأسرة، وخاصة الآباء والأمهات، بالتالي يتطلب الأمر توفير الدعم والموارد اللازمة لهم لتحسين جودة حياتهم وتقليل التحديات المرتبطة برعاية طفل مصاب باضطراب طيف التوحد (Ylvén et al, 2006).

وعليه، فإن دعم الأسرة وتعزيز مهارات الوالدين ومعرفتهم بأطفالهم يشكل أهم مصادر الدعم للأسرة والطفل. ويبذل الوالدين جهودًا كبيرة لتعزيز أداء أطفالهم منذ الطفولة المبكرة، ولكن التأثير الذي تشكله أهداف الوالدين على الوالدين أنفسهم لم يدرس بشكل

كاف، حيث إن الضغط الأبوي يمكن أن يؤدي إلى ممارسات الوالدية غير القادرة على التكيف والتفاعلات السلبية بين الوالدين والطفل.

8. التوجهات الهدافية لأسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

التوجهات الهدافية للوالدين قد تشكل عاملاً مهماً في تخفيف هذه الضغوطات المختلفة وتحسين شهورهم بالرضا والكفاءة. وتشمل هذه التوجهات التوجه السلوكي والمعرفي في رعاية الطفل، والتي تدفع الوالدين لاختيار السلوك الذي يقودهم إلى تحقيق أهدافهم. وتؤثر هذه التوجهات الأسرة على استراتيجيات العمل وحل المشكلات، وتساعد الأسرة على الوصول إلى أهداف هامة في حياتهم، مما يساعدهم على تحقيق الرضا والكفاءة (هويدي، 2000).

وفي هذا السياق، يمكن أن تسهم التوجهات الهدافية للوالدين في تعزيز مستويات الرضا والكفاءة في الحياة الأسرية، حيث أن الأهداف الداعمة والمنظمة تساعد الوالدين على التعامل بفعالية مع الضغوط والتحديات المستمرة، وتعزز الثقة في القدرات الذاتية للوالدين وتحفزهم على اتخاذ الإجراءات اللازمة لتحسين حياة أطفالهم ذوي الإعاقة (التخاينة، 2009).

وبالإضافة إلى ذلك، يمكن للتوجهات الهدافية للوالدين أن تحد من التوتر والاكتئاب والإجهاد الذي يمكن أن يصيب الوالدين الذين يواجهون صعوبات في تربية أطفالهم ذوي الإعاقة. وتعزز التوجهات الهدافية السلوكية والمعرفية عند الوالدين مهارات التحكم في الضغوط وتحديد الأولويات وتطوير استراتيجيات لحل المشكلات، مما يعزز القدرة على الصمود في وجه التحديات والصعوبات. إن الاستثمار في تعزيز التوجهات الهدافية للوالدين

يمكن أن يساهم في تحسين رفاه الأسرة بأكملها، بما في ذلك تحسين جودة الحياة للأطفال ذوي الإعاقة وتحقيق الأهداف الحقيقية للأسرة (Akin, 2008).

ومن المهم أن يحدد الوالدان أهدافاً واضحة ومحددة لتحسين جودة حياة طفلهم ذو الإعاقة، بما في ذلك تعليمه وتدريبه وتطوير مهاراته الاجتماعية والعاطفية والحركية. كما يمكن أن تساعد الأهداف المحددة على تحسين صحة الوالدين النفسية وتقليل الضغط والتوتر الذي يواجهون (Kosterelioglu, 2018). بشكل عام، يمكن أن تساعد التوجهات الهدافية للوالدين في دعم الأسرة وتحسين جودة حياة الأطفال ذوي الإعاقة.

ويمكن للأهداف الواضحة والمحددة أن تلعب دوراً هاماً في توجيه الجهود والطاقات نحو تحقيق الأهداف المرغوبة وتقليل المشاعر السلبية مثل الإحباط والإرهاق والقلق. وبالتالي، فإن تحديد الأهداف والتوجه الهدافي يعتبر عنصراً أساسياً لتحقيق النجاح في رعاية وتنمية الأطفال ذوي الإعاقة، وكذلك في دعم وصحة الأسرة بشكل عام (ابو السعود، 2000).

وقد أثبتت الدراسات العلمية أن التوجه السلوكي للوالدين يساعد في تعزيز تطور الطفل وتنمية مهاراته الاجتماعية والتعليمية، كما يمكن أن يساعد في تقليل المشاكل السلوكية للأطفال وتعزيز صحتهم النفسية (Grolnick et al, 2002). بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يكون التوجه المعرفي للوالدين مفيداً أيضاً، إذ يساعد في تحفيز الطفل على تحقيق أهدافه التعليمية والشخصية، كما يساعد في تطوير قدراته الذهنية والتفكير الناقد وحل المشكلات (Gottfried et al, 2001).

ومن الجدير بالذكر أن التوجهات الهدافية للوالدين يمكن تنميتها وتعزيزها عن طريق تقديم التدريب والتوعية اللازمة لهم، والتي يمكن أن تشمل توجهات واضحة حول كيفية تحديد الأهداف الداعمة والتحفيز على تحقيقها، بالإضافة إلى تعزيز المهارات اللازمة لتحقيق هذه الأهداف وتنمية الثقة بالنفس والتفكير الإيجابي (Karabenick et al, 2011).

بشكل عام، يمكن القول إن التوجهات الهدافية للوالدين تعد عاملاً مهماً لتحسين جودة الحياة للأسرة والطفل ذوي الإعاقة، ويمكن أن تساعد في تخفيف الضغط النفسي وزيادة الرضا والسعادة في الحياة الأسرية (Tang, Cheng, & Fung, 2021). وعليه فإن التوجهات الهدافية للوالدين تشكل عامل مهماً في ظل ما يعانيه الوالدين من ضغوطات مختلفة متعلقة في تربية أبنائها والصعوبات المختلفة التي يواجهونها

وتوضح التوجهات الهدافية للوالدين عند وجود طفل ذوي إعاقة؛ التوجه السلوكي والمعرفي في رعاية الطفل والتي تدفعهم لاختاروا السلوك الذي يقودهم إلى تحقيق هذه الأهداف، حيث تؤثر التوجهات الهدافية للأسرة على استراتيجيات العمل وحل المشكلات، إذ تلزم هذه التوجهات الأسرة بالوصول إلى أهداف هامة في حياتهم وهو ما قد يسهم في شهورهم بالرضا والكفاءة (Ylvén et al, 2006).

إذ تخدم التوجهات الهدافية للأسرة المشاعر الايجابية في سياق الأحداث المجعدة وتوفر دعم جهود المواجهة المستمرة، وتجديد الموارد التي استنفدها الإجهاد، ويمكن النظر إلى التوجهات الهدافية كعامل مهم لتخفيف من تأثير إعاقة الطفل على أفراد الأسرة، ومعزز

للموارد النفسية والجسدية أثناء الإجهاد، كما وتساعد على التخفيف من التوتر والحماية من الاكتئاب، وتؤدي دوراً مركزياً في عملية المواجهة (Gutiérrez et al, 2011).

كما وتؤدي التوجهات الهدافية دوراً مهماً في الحفاظ على المعنى والإتقان و / أو النظام الذاتي، حيث أن تحديد أهداف قابلة للتحقيق والمشاركة في التعامل مع المشكلة يؤدي إلى الشعور بالسيطرة والإتقان (Kosterelioglu, 2018).

إذ يشير التأقلم الذي يركز على التوجهات الهدافية في حياة الأسرة على الجهود الموجهة لحل المشكلة أو إدارتها، بحيث يتضمن استراتيجيات لجمع المعلومات واتخاذ القرارات، والتخطيط وحل النزاعات، كما يتضمن الجهود الموجهة نحو الحصول على الموارد والمهارات والأدوات المعرفية للمساعدة في التعامل مع المشكلة الأساسية (Kaplan & Maehr, 2007).

وتعد التوجهات الهدافية أحد المفاهيم الموجهة لكيفية تفسير الأفراد واستجاباتهم لمواقف الانجاز، وقد نشأت نظرية التوجهات المعرفية وتطورت نتيجة لتطور الاتجاه الاجتماعي والمعرفي في تفسير الدافعية، وشكلت نتيجة لذلك محور اهتمام الباحثين في مجال دافعية الانجاز (عراقي، 2022).

ويعود مصطلح التوجهات الهدافية إلى دويك وزملاءه (Dweck & his colleagues) عام (1980) والذي اشتقه من نظرية دافعية الانجاز لأنكenson (atkinson) عام (1964) والتي شكلت إطاراً نظرياً مهماً في الدوافع، وتؤكد هذه النظرية على أن جميع الأفعال والسلوكيات البشرية لها دوافع من خلال بعض الأهداف، إنها نظرية اجتماعية معرفية للإنجاز والتحفيز

على وجهة التحديد وتؤكد هذه النظرية على أن أهداف الانجاز للفرد ترتبط بسلوكيات الانجاز (محاسنة، 2018).

حيث أن التوجهات الهدافية تعزز كلاً من الكفاءة الذاتية وتحسين الأداء. ومع ذلك، ومن أجل توفير الكفاءة الذاتية وتحسين الأداء، يجب أن يحتوي الهدف الفعال على أربع مكونات (القرب، والصعوبة والخصوصية، وردود الفعل)، وهي على النحو الآتي (Martin, 2013):

- **القرب:** الهدف المثالي يكون في قرب تحقيق الهدف حيث يكون الوقت بين الوصول والحالة النهائية قريب، ذلك أن الفرد يكون أكثر تحفيزاً للعمل، عندما تكون هنالك مكافأة ما في نهاية أداء مهمة أو سلوك. ومع ذلك، يجب تحديد المكافأة بوضوح.
- **الصعوبة:** الهدف المثالي هو متوسط الصعوبة، بحيث يكون تحقيق الهدف فيه بعضاً من التحدي ويبدو فيه أن النجاح ممكن، وليس صعباً جداً.
- **الخصوصية:** يجب أن يكون الهدف المثالي محدداً، بحيث يفهم الفرد ما هو متوقع منه من أجل تحقيق الهدف، فالهدف المحدد يعطي اتجاه محدد للتركيز على هذا الهدف بعيداً عن المشتتات.
- **التغذية الراجعة:** قياس التقدم نحو الهدف هو جزء لا يتجزأ من تحديد هدف فعال، حيث أن ردود الفعل تمكننا من معرفة ما إذا كان مستوى الجهد المبذول كافياً وفي الاتجاه الصحيح أو يحتاج إلى تصحيحات.

وتختلف سمات الأفراد ذوي التوجهات الهدافية باختلاف النوع الذي يتسمون به، وهي

كما يذكرها غفور وعبيدة (Gafoor & Abidha, 2015) على النحو الآتي:

الأهداف المعتمد على الأداء: يفضل هؤلاء الأفراد غالباً المواقف التي تتجه نحو إثبات كفاءتهم وخبرتهم وقدراتهم، وقيمون أنفسهم عادة باستخدام معايير شخصية، ويعتبر التوجه نحو الأداء عن توجه الفرد نحو الحصول على مراكز متقدمة وليكون شخص كفواً أمام الآخرين. الأهداف المعتمدة على الإجابة: تعكس هذه الأهداف رغبة الفرد وتوجهه نحو الرغبة في التعلم وتحسين مهاراته وقدراته دون اهتمام لما يعتقد الآخرون حول كفاءته، حيث ينصب انشغاله نحو الأهداف التي يرغب في تحقيقها.

كما ظهرت النماذج الثلاثية التي تصنف أهداف الانجاز إلى ثلاثة أصناف والتي يمكن أن

يتبناها الفرد، كما أوردها (يونس، 2022) وهي على النحو الآتي:

* أهداف التمكن: ترتبط بالتعلم الإتيقاني وتعكس مخرجات أصيلة ومبتكرة وطموحة يحاول الفرد من خلالها تطوير ذاته وتنميتها من خلال تحسين المهمات التي يقوم بها، وبالتالي إتقان المهمة، يعكس هذا النوع من الأهداف التوجه الإتيقاني، حيث يميل صاحب هذا التوجه إلى تقدير النجاح.

* أهداف الأداء-إقدام: تعكس أهداف يحاول الفرد من خلالها منافسة الآخرين ونيل استحسانهم وإعجابهم والتفوق عليهم، ومن يتبنى هذا التوجه يتمتع بكفاءة مدركة مرتفعة.

*أهداف الأداء- إحجام (تجنب): تعكس هذه الأهداف محاولة الفرد التركيز على تجنب عدم الكفاءة، وما يترتب عليها من آثار، ويعكس تبني هذا النمط من التوجهات الكفاءة الذاتية منخفضة لدى الفرد الذي يتبنى هذا النمط من التوجهات الهدافية.

كما أورد (Guler, 2017) نموذج قدم فيه أربعة أنماط من التوجهات الهدافية، وهي:

-التوجه الهدافي الأدائي الإقدامي المتقن: يركز فيه الأفراد على التطور الذاتي من خلال تركيزهم على الأنشطة التي تحسن من مستوى الإتقان والتطور.

- التوجه الهدافي الأدائي الإقدامي التجنبي: ويتسم فيه الأفراد في محاولة تجنب سوء الفهم وغالباً ما يرفض هؤلاء الأفراد التعلم.

- التوجه الهدافي الأدائي الإقدامي: يركز فيه الأفراد على المشاركة في المهام من أجل إثبات أنهم أكثر نجاحاً من الآخرين.

-التوجه الهدافي الأدائي التجنبي: يرتبط هذا النوع في الأفراد الذين يحاولون تجنب نقد الآخرين.

بالتالي إن التوجهات الهدافية لا تعكس فقط عمليات التعلم والتفكير والانجاز، بل أنها تمتد لتشمل توافق الفرد مع الحياة وتشجيع السلوك الايجابي نحو الذات والآخرين حيث تلعب دوراً حاسماً في النجاح، وتشكل قوة دافعة لسلوك البشري (عطية، 2018)، لذلك فهي مرتبطة بالاهتمام الحقيقي والمثابرة

فقد لا يمثل وجود طفل من ذوي الإعاقة دائما تجربة سلبية للأسرة، بل أن مواجهة التحديات المختلفة المرتبطة بوجود طفل ذوي إعاقة بالأسرة يمكن أن تعكس استجابات أسرية متوازنة من خلال إثراء الخبرات العائلية، والمرونة (Arakelyan et al, 2019)، ويكمن العنصر الأساسي في العمل من أجل أداء أفضل في صياغة أهداف حقيقة تشعر من خلالها الأسرة بالفخر عند نجاحها في تحقيقها

كما أن البحث في العوامل التي تميز الأسرة التي تتكيف بنجاح عند ولادة طفل ذوي إعاقة، تؤكد على فاعلية التكيف مع وحدة الأسرة وتوسيع مفهوم التوجهات الهدافية والتصورات الايجابية كآلية للتكيف على مستوى الأسرة (Conti, 2015)، إذ ينصب التركيز هنا على الأسرة وتوجهاتها الهدافية عند ولادة طفل ذوي إعاقة وقدرة الأسرة على التكيف بطريقة تعيد الإيمان بالصالح والقيمة المتأصلة في الذات والحياة، وهو ما يمكن الأسرة من تفسير أحداث الحياة المجاهدة بطريقة إيجابية، وهذا يتطلب بنية نفسية قادرة على التعامل مع هذه الأحداث المجاهدة.

9. رأس المال النفسي لدى أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

يشكل رأس المال النفسي للوالدين أحد أهم العوامل التي قد تساعد في مواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن تحديات الحياة مثل ولادة طفل من ذوي الإعاقة ويشمل رأس المال النفسي الموارد العقلية التي يبنها الفرد، والمتمثلة في: (الأمل، والتفاؤل، والكفاءة الذاتية، والمرونة)، وكل هذه العناصر تؤدي إلى السعادة، حيث يؤثر رأس المال النفسي على أساليب

التعامل مع التوتر؛ لأنها تتضمن أبعادًا مهمة للحالة النفسية الإيجابية التي تجعل الأفراد يتعاملون مع المواقف والأحداث المجهدّة بشكل إيجابي، وهذا بدوره ينعكس على صحتهم النفسية ورفاههم النفسي (Madrid et al, 2018).

حيث أن رأس المال النفسي (الكفاءة الذاتية والتفاؤل والأمل والمرونة النفسية) يمثل مجموعة من الخصائص الشخصية للفرد والتي من خلالها يواجه أحداث الحياة المختلفة، إذ تظهر دراسات سابقة أن رأس المال النفسي يمد الفرد بالدافعية والإنجاز كما ويعزز من قدرة الفرد على مواجهة المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو والارتقاء (Herbert, 2011; Rabenu, et al 2017).

يعد رأس المال النفسي من أهم المفاهيم التي تعكس متغيراته المقاومة النفسية في مواجهة المشكلات، وخفض الضغوطات النفسية والتكيف السليم، في أوقات الشدة والضغط والصدمات مع بقاء الأمل، والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر والنجاح والتفوق، والإنجاز، وأن يكون مصدر لتحقيق جودة الحياة الأسرية (الشويات والشرعة، 2021).

ويمثل رأس المال النفسي شمولية الموارد العقلية التي يقوم الفرد ببنائها، وتشمل: الدافع، والأمل، والتفاؤل، والصلابة النفسية، والثقة بالنفس، وتقدير الذات، حيث أن كل هذه العناصر تؤدي إلى تحقيق السعادة التي تعزز من جودة حياة الفرد، حيث يؤثر رأس المال النفسي على السمات والصفات الشخصية للفرد والتي من خلالها يواجه أحداث الحياة

المختلفة، ويمد الفرد بالدافعية والإنجاز، كما ويعزز من قدرة الفرد على مواجهة المواقف الضاغطة وتحويلها إلى فرص للنمو والارتقاء (Herbert, 2011).

ويعكس رأس المال النفسي الموارد الشخصية وأبعاد الحالة النفسية للفرد والتي تمكنه من التعامل مواقف وأحداث الحياة المجهددة بشكل ايجابي، والذي يؤثر بدوره على صحتهم ورفاههم النفسي. ذلك أن رأس المال النفسي بما يمثل من موارد شخصية (أي الأمل والتفاؤل والكفاءة الذاتية والمرونة) قد يساهم في تعزيز قدرات الفرد في مواجهة الضغوطات والصعوبات المختلفة والتحكم بها، كما وقد تعمل على تحسين فرص النمو والارتقاء للأفضل، وقد تساعد الفرد في خفض الإجهاد وتعزيز التكيف مع البيئة المحيطة والاحتفاظ بصحة نفسية أفضل (Rabenu et al, 2017).

ذلك أن امتلاك الفرد الثقة (الكفاءة الذاتية) يمكنه من بذل الجهد اللازم للنجاح في المهام الصعبة، في حين يشكل (التفاؤل) حالة ايجابية حول النجاح الآن وفي المستقبل، ويعكس (الأمل) المثابرة على تحقيق الأهداف وإعادة توجيه مسار الأهداف عند الضرورة لتحقيق النجاح، وتمثل (المرونة) نوع من الشفاء الذاتي في مواجهة الشدائد والقدرة على الصمود وتلعب دوراً مهماً في التكيف والرضا عن الحياة قدر المستطاع (Nolzen, 2018).

ويعد رأس المال النفسي عاملاً مهماً وحيوياً من عوامل مكونات الشخصية والتي من خلالها يتمكن الفرد من استثمار مصادر الشخصية لديه، وخبراته الحياتية للمحافظة على صحته النفسية والجسدية، باعتبارها أحد العناصر والمتغيرات التي تكون البناء النفسي

للفرد، والتي يتمكن من خلالها من مواجهة الضغوطات والتغيرات المختلفة، وتساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، لتحقيق مستوى جيد من الرضا عن الحياة (Datu & Valdez, 2019).

ويعتبر رأس المال النفسي من أهم متغيرات المقاومة النفسية في مواجهه الآثار النفسية للأزمات والتي يحقق وجودها لدى الفرد أهمية كبرى في التحكم في الظروف المحيطة ويحقق التحدي المطلوب، ما يزيد من قدرته على تحسين فرص النمو والارتقاء للأفضل رغم الضغوط والأزمات التي يتعرض لها في حياته، وقد وجد أن هناك العديد من الارتباطات الإيجابية بين التراكيب الفرعية الأربعة لرأس المال النفسي (الأمل والتفاؤل، والكفاءة الذاتية، المرونة النفسية) في الحفاظ على الحالة النفسية والاجتماعية وتوازن الأسرة (Polatci & Akdogan, 2014).

وفي هذا الجانب يشير كل من عادل وكمال (Adil & Kamal, 2016) إلى أن رأس المال النفسي في أبعاده المختلفة يعكس التقييم الايجابي لصحة الأفراد، من خلال امتلاكهم الكفاءة الذاتية والثقة لتجاوز المهام الصعبة والقيام بالجهد اللازم لإدارتها وتجاوز آثارها والتخلي بالأمل، والمثابرة من أجل تحقيق الأهداف، والنهوض بعد المحن، وهي أبعاد قابلة للتطور.

ويظهر للباحثة أن مختلف الأدبيات العلمية اتفقت حول الأبعاد الأساسية لرأس المال النفسي، والتي تمثل بمجملها الحالة النفسية الايجابية للفرد، ويمكن وصف هذه المكونات على النحو الآتي:

1. الكفاءة الذاتية (Self-efficacy): ويقصد بها أحياناً الفاعلية الذاتية، أو الثقة، وتمثل القدرة المدركة للفرد تحمل المهام الصعبة وتحقيق الهدف المطلوب نتيجة لما يمتلكه من إمكانيات جسدية وعقلية واجتماعية تمكنه من تحقيق النجاح (Wilde & Hsu, 2019). كما وتشير إلى اعتقاد الفرد في قدرته على تنظيم وإدارة أدائه، من خلال التوقعات العامة التي يمتلكها والتي تقوم على الخبرات الماضية والتي تؤثر على توقعات النجاح والفشل في مختلف المواقف الجديدة التي يوجهها الفرد (Heslin & Klehe, 2006; Maddux, 2012). وتعتبر الكفاءة الذاتية مسألة مهمة للفرد لاتخاذ القرارات، وقدرته على اتخاذ الخيارات التي تناسبه، كما وتساعد الأفراد على تحديد أهدافهم والحصول على المهارات اللازمة للوصول إلى تلك الأهداف (الصمادي، 2020).

2. التفاؤل (Optimism): يعكس التفاؤل كسلوك تنظيمي التفسير الايجابي للأحداث المتوقعة والمشاعر الايجابية التي ترتبط بالتوجه نحو الأهداف التي تحقق السعادة وتحفز جوانب الرضا الذاتي للفرد. كما ويعكس مدى قدرة الفرد على تجنب الأحداث السلبية واعتبارها مؤقتة، وتوقع الأحداث الايجابية واعتبارها مستمرة (Okun, 2022).

3. الأمل (Hope): يعكس الأمل حالة من التحفيز الايجابي، وشعور الفرد بالنجاح التفاعلي، وامتلاك الفرد لقوة الإرادة وإدراك المسار الصحيح نحو تحقيق الهدف، فالأمل يتشكل من مكونين: الأول الإرادة؛ وتمثل الطاقة الكامنة داخل الفرد لتحقيق الهدف، والثاني المسارات البديلة؛ وتشير إلى تعدد البدائل المتاحة لدى الفرد لضمان تحقيق الهدف المنشود. بحيث يقوم الأمل على بناء تصورات إيجابية حول المستقبل والاستناد إلى نقاط القوة، وتحديد الأهداف والالتزام بالمتابعة (Kibby, 2015).

4. المرونة أو كفاءة المواجهة أو النهوض (Resiliency): يشير هذا المفهوم لقدرة الصمود لدى الأفراد الذين يملكون مرونة في التعامل مع المواقف الضاغطة، وقدرة على التحكم بالانفعالات وقت الشدائد، ولديهم مستويات أعلى من الثقة بالذات عندما يواجهون شدائد الحياة، وهي العامل الذي يميز الفرد في مقدرته على تحمل الضغوط ومواجهتها بالمقارنة مع الآخرين، كما أنها تعكس اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استخدام المصادر والإمكانات المتاحة له في مواجهة التحديات، والصعوبات، والضغوطات التي تواجهه (النوايسه، 2011).

وذكرت الحملوي (2019) أهمية ودور رأس المال النفسي في طرق التأقلم الإيجابي والسلبي مع الإجهاد، وأن للكفاءة الذاتية دور مهم في تعزيز الرفاه النفسي، وارتباط رأس المال النفسي في طرق المواجهة الإيجابية للضغوطات النفسية لدى الأفراد، وأن أساليب مواجهة الضغوط لها دوراً مهماً في تعزيز الرفاه النفسي.

وبناءً على ما سبق، يشكل رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية أدوات فاعله لتخفيف الضغوطات التي تواجهها أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد، حيث تؤثر هذه العوامل على مستوى الضغط والتوتر في حياة الأسر، وكيفية تحسينها لتعزيز جودة حياتهم.

10. نتائج البحث:

تشير النتائج إلى أن الأسر التي تتمتع برأس مال نفسي قوي وتوجهات هدفية محددة تظهر مستويات أعلى من الرضا والسعادة وأقل مستويات الإجهاد، ويؤدي هذا التأثير المتبادل إلى تعزيز جودة حياة الأسرة وتحسين صحتهم النفسية بشكل عام.

وعطفاً على ما سبق ذكره، فقد توصل البحث إلى النتائج التالية:

1. أن وجود رأس المال النفسي القوي يعزز قدرة الأفراد على التعامل مع التحديات والضغوطات الناجمة عن رعاية الأطفال المصابين بطيف التوحد، حيث تتضمن هذه القدرات الصلابة النفسية والتفاؤل والثقة بالنفس، والتي تساهم في تحسين جودة الحياة ومستوى السعادة لأفراد الأسرة.

2. أن الأسر التي تمتلك رأس مال نفسي قوي تُظهر مستويات أعلى من التكيف والمرونة في التعامل مع تحديات رعاية الأطفال ذوي التوحد.

3. يظهر الأهالي الذين يتمتعون بصلابة نفسية وتفاؤل أكثر ميلاً للبحث عن حلول فعالة واستخدام استراتيجيات تدعم نمو وتطور أطفالهم المصابين بطيف التوحد.

4. التوجهات الهدافية، مثل وضع الأهداف والتطلعات الملموسة والمحددة، تلعب دوراً هاماً في تعزيز الرضا النفسي والإيجابية في حياة الفرد. يمكن أن تساعد هذه التوجهات في تحفيز الأفراد لتحقيق أهدافهم وتحسين تجاربهم، مما يساهم في تخفيف الضغوط الناجمة عن العناية بأطفال يعانون من طيف التوحد وتعزيز الشعور بالرضا والإنجاز الشخصي.

5. وضع أهداف محددة وملموسة لدى أفراد الأسرة يؤدي إلى زيادة مستويات الرضا والسعادة، حيث يمكن أن يساعد تحديد أهداف قابلة للقياس والتحقيق في تعزيز شعور الأسر بالإنجاز والتطور الشخصي والعائلي.

6. وجود علاقة تبادلية بين رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية، حيث يعمل كل منهما على تعزيز الآخر، حيث يعزز رأس المال النفسي قدرة الأسر على وضع أهداف واقعية وتحقيقها، بينما تساهم التوجهات الهدافية في تعزيز صمود الأسرة ومرونتها في مواجهة التحديات.

وبناءً على النتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث، تؤكد الباحثة على أهمية تطوير رأس المال النفسي وتوجهات الهدافية في دعم الأسر المعنية برعاية الأطفال المصابين بطيف التوحد، مما يساهم في تحسين جودة حياتهم وتعزيز مرونتهم في التعامل مع التحديات.

11. التوصيات

وعطفاً على ما سبق ارتأت الباحثة أن تتقدم جملة من التوصيات التي نأمل أن تعزز من فرص تحسين واقع الرعاية للأطفال ذوي الإعاقة وأسرتهم، والمتمثلة فيما يلي:

1. ينبغي توفير برامج دعم نفسي وعاطفي لأفراد الأسرة التي تعتني بأطفال يعانون من طيف التوحد، بحيث يمكن توجيه هذه البرامج لتعزيز رأس المال النفسي وتقديم النصائح والدعم العاطفي للتعامل مع التحديات اليومية والضغوطات.

2. تقديم برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز مهارات التحكم بالضغوط والتعامل مع التحديات اليومية بفعالية، ويمكن تضمين هذه البرامج لتطوير مهارات الصلابة النفسية والتفكير الإيجابي وإدارة الوقت والتخطيط.

3. ارشاد الأسر وتشجيعهم على وضع الأهداف الواقعية والمحددة التي يمكن تحقيقها بشكل ملموس. يمكن أن يساعد ذلك في تحفيز الفعالية والإنجاز وتحسين الرضا الشخصي والعائلي.

4. يجب تشجيع التواصل الفعال داخل الأسرة وتعزيز العلاقات الإيجابية بين أفرادها. يمكن تنظيم جلسات تفاعلية تشجع على التحدث عن المشاكل والتحديات بصراحة وفتح النقاش حول الحلول الممكنة.

5. توفير الدعم المجتمعي من خلال الجمعيات والمنظمات غير الحكومية والمراكز الاجتماعية التي تقدم الدعم والموارد لأسر الأطفال المصابين بطيف التوحد.

12. الخاتمة:

إن الأطفال مع اضطراب طيف التوحد يعانون من اضطرابات تواصل وسلوك وتفاعل اجتماعي، وتلك الاضطرابات قد تؤثر بشكل كبير على حياة الأسرة التي تعيش مع هذا الطفل.

وقد يشكل رأس المال النفسي والتوجهات الهدافية كأدوات لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد، وذلك أن رأس المال النفسي يشير إلى الموارد الداخلية للفرد والتي تتضمن المهارات الاجتماعية والعاطفية والذاتية والاستعدادات النفسية والثقة بالنفس والتفكير الإيجابي.

كما ويمكن للأسرة العمل على تحديد الأهداف والتركيز على تحقيقها بشكل فعال. ويمكن استخدام التوجهات الهدافية كأداة فعالة لتخفيف الضغوطات عن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد، إذ تستخدم التوجهات الهدافية في مجال الصحة النفسية لتحسين الحالة النفسية والعاطفية للأفراد وتحقيق الإنجازات الشخصية والمهنية بشكل فعال. يمكن للتوجهات الهدافية أن تساعد الأسرة في تحقيق النجاحات وتخفيف الضغوطات وتحسين الجودة الحياتية للطفل مع اضطراب طيف التوحد.

قائمة المراجع والمصادر الأولية للدراسة

أولاً: قائمة المراجع والمصادر العربية

- أبو السعود، نادية (2000). الطفل التوحد في الأسرة، الاسكندرية: المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.
- التخاينة، مرفت. (2009). التوجهات الهدافية وعلاقتها بالاكتئاب لدى طلبة جامعة مؤتة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة مؤتة، الأردن.
- جابر، البندري (2008). فاعلية برنامج إرشادي في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال التوحدين في مدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية.
- جابر، البندري (2008). فاعلية برنامج إرشادي في خفض الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال التوحدين في مدينة الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية.
- الحملوي، منال. (2019). أساليب مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين رأس المال النفسي والرفاه النفسي للمعلمين. مجلة دراسات نفسية، 29(2)، 217-307.
- الزراع، نايف بن عابد (2010). المدخل لاضطراب التوحد المفاهيم الأساسية وطرق التدخل، عمان: دار الفكر العربي.
- الزريقات، ابراهيم (2004). التوحد الخصائص والعلاج، عمان: دار وائل للنشر.
- الزغلول، رافع. (2006). أنماط الأهداف عند طلبة جامعة مؤتة وعلاقتها باستراتيجيات الدراسة التي يستخدمونها، المجلة الأردنية في العلوم التربوية. 2(3) 115-127.
- الشامي، وفاء. (2004). خفايا التوحد اشكاله واسبابه وتشخيصه، جدة، منشورات مركز جدة للتوحد.

- الشامي، وفاء. (2004). خفايا التوحد اشكاله واسبابه وتشخيصه، جدة، منشورات مركز جدة للتوحد.
- الشويات، آلاء؛ والشرعة، حسين. (2021). مساهمة عناصر رأس المال النفسي وقوة الأنا في التنبؤ بالضغط النفسي لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في الأردن. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية، 12(34)، 258-269.
- الصمادي، يوسف. (2020). الكفاءة الذاتية لدى أمهات الأطفال المعاقين وعلاقتها ببعض المتغيرات. المجلة التربوية، جامعة الأمام محمد بن سعود الإسلامية، ع22، 369-418.
- عامر، طارق (2008). الطفل التوحدي، الاردن: اليازوري للنشر والتوزيع.
- عبد العزيز، عمر. (2012). حاجات أسر الأطفال ذوي الإعاقة العقلية وعلاقتها بالجنس والعمر ودرجة الإعاقة للمعاقين عقلياً. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، 1(11)، 1-34.
- عصفور، غدي عمر محمود (2012). الضغوط النفسية لدى أمهات المراهقين التوحدين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، الاردن.
- عطية، حسين. (2018). العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بأنماط إدارة الصراع وتوجهات الأهداف لدى المعلمين. المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، مصر، 28(99)، 163-223.
- العوالم، عواد. (2015). مستوى جودة الحياة الأسرية لدى أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وعلاقتها ببعض المتغيرات في الأردن. مجلة كلية التربية- جامعة الأزهر، 3(166)، 236-272.

- محاسنة، أحمد. (2018). الخصائص السايكومترية للصورة المعربة للمقياس كرسنوفر واس Christopher Was للتوجهات الهدافية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مركز البحث العلمي، جامعة البحرين، 14(1) 407-436.
 - المطيري، محمد نايف (2006). مصادر الضغوط النفسية لدى أمهات الاطفال التوحدين
 - مهيدات، محمد؛ وأبو سارة، مريم. (2021). العلاقة بين الضغوط النفسية والكفاءة الذاتية المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، جامعة اليرموك، 17(4) 547-564.
 - نصر، أحمد. (2013). ممارسة نموذج الحياة في خدمة الفرد لتخفيف الضغوط الأسرية لأمهات الأطفال التوحدين، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية – مصر، 35(8) 3791-3844.
 - النوايسة، فاطمة. (2011). الضغوطات والأزمات النفسية وأساليب المساندة. ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع.
 - هويدي، محمد (2000). خصائص أسر الأطفال الذين لديهم إعاقة، مجلة علوم التربية، المغرب.
 - وادي، أحمد. (2009). الإعاقة العقلية: أسباب، تشخيص، تأهيل. دار أسامة للنشر والتوزيع.
 - يونس، ياسميتا. (2022). التمكين النفسي والتوجهات الهدافية كمتنبئات بالتدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة الطفولة والتربية، جامعة الإسكندرية، كلية رياض الأطفال، 14(53)، 271-338.
- ثانياً: قائمة المراجع والمصادر الأجنبية:

- Adil, A. & Kamal, A. (2016). Impact of psychological capital and authentic leadership on work engagement and job related affective well-being. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 31(1), 1-21.
- Akin, A. (2008). Self-efficacy, achievement goals, and depression, anxiety, and stress: a structural equation modeling. *World applied sciences journal*, 3(5), 725-732.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- Arakelyan, S., Maciver, D., Rush, R., O'hare, A., & Forsyth, K. (2019). Family factors associated with participation of children with disabilities: a systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 61(5), 514-522.
- Bayat, M. (2007). Evidence of resilience in families of children with autism. *Journal of intellectual disability Research*, 51(9), 702-714.
- Boehm, T. L., & Carter, E. W. (2019). Family quality of life and its correlates among parents of children and adults with intellectual disability. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 124(2), 99-115.
- Conti, R. (2015). Compassionate parenting as a key to satisfaction, efficacy and meaning among mothers of children with autism. *Journal of autism and developmental disorders*, 45(7), 2008-2018.

- Datu, J. A. D., & Valdez, J. P. M. (2019). Psychological capital is associated with higher levels of life satisfaction and school belongingness. *School Psychology International*, 40(4), 331-346.
- Gafoor, K. A., & Abidha, K. (2015). Development of Academic Goal Orientation Inventory for Senior Secondary School Students of Kerala. *Online Submission*, 3(1), 352-360.
- Gutierrez, M., Caus, N., & Ruiz, L. M. (2011). The influence of parents on achievement orientation and motivation for sport of adolescent athletes with and without disabilities. *Journal of Leisure Research*, 43(3), 355-382.
- Güler, M. (2017). The effect of goal orientation on student achievement. In *The factors effecting student achievement* (pp. 291-307). Springer, Cham.
- Herbert, M. (2011). An exploration of the relationships between psychological capital (hope, optimism, self-efficacy, resilience), occupational stress, burnout and employee engagement (Doctoral dissertation, Stellenbosch: Stellenbosch University).
- Heslin, P. A., & Klehe, U. C. (2006). Self-efficacy. *Encyclopedia Of Industrial/Organizational Psychology*, SG Rogelberg, ed, 2, 705-708.
- Hsiao, Y. J. (2018). Autism spectrum disorders: Family demographics, parental stress, and family quality of life. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 15(1), 70-79.

- Kaplan, A., & Maehr, M. L. (2007). The contributions and prospects of goal orientation theory. *Educational psychology review*, 19(2), 141-184.
- Kibby, M. D. (2015). Applying 'hope theory' to first year learning. A practice report. *The International Journal of the First Year in Higher Education*, 6(1), 147.-153
- Maddux, J. E., & Gosselin, J. T. (2012). Self-efficacy. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 198–224). The Guilford Press
- Madrid, H. P., Diaz, M. T., Leka, S., Leiva, P. I., & Barros, E. (2018). A finer grained approach to psychological capital and work performance. *Journal of Business and Psychology*, 33(4), 461-477.
- Martin, A. J. (2013). Goal orientation. In *International guide to student achievement* (pp. 353-355). Routledge.
- McConnell, D., & Savage, A. (2015). Stress and resilience among families caring for children with intellectual disability: Expanding the research agenda. *Current developmental disorders reports*, 2(2), 100-109.
- Nolzen, N. (2018). The concept of psychological capital: a comprehensive review. *Management Review Quarterly*, 68(3), 237-277.
- Okun, O. (2022). The positive face of human capital, psychological capital, and well-being. In *Research Anthology on Changing Dynamics of Diversity and Safety in the Workforce* (pp. 203-222). IGI Global.

- Peer, J. W., & Hillman, S. B. (2014). Stress and resilience for parents of children with intellectual and developmental disabilities: A review of key factors and recommendations for practitioners. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 11(2), 92-98.
- Polatci, S., & Akdogan, A. (2014). Psychological capital and performance: the mediating role of work family spillover and psychological well-being. *Business and Economics Research Journal*, 5(1), 1-15
- Rabenu, E., Yaniv, E., & Elizur, D. (2017). The relationship between psychological capital, coping with stress, well-being, and performance. *Current Psychology*, 36(4), 875-887.
- Reichman, N. E., Corman, H., & Noonan, K. (2008). Impact of child disability on the family. *Maternal and child health journal*, 12(6), 679-683
- Tang, E., Cheng, R. W. Y., & Fung, W. K. (2021). Perceived parental stress in face of kindergarten children's academic setback: roles of parents' goals and education. *European Journal of Psychology of Education*, 36(2), 439-451.
- Whiting, M. (2013). Impact, meaning and need for help and support: The experience of parents caring for children with disabilities, life-limiting/life-threatening illness or technology dependence. *Journal of Child Health Care*, 17(1), 92-108.
- Whiting, M., Nash, A. S., Kendall, S., & Roberts, S. A. (2019). Enhancing resilience and self-efficacy in the parents of children with disabilities and complex health needs. *Primary Health Care Research & Development*, 20, e33.

- Wilde, N., & Hsu, A. (2019). The influence of general self-efficacy on the interpretation of vicarious experience information within online learning. *International Journal of Educational Technology in Higher Education*, 16(1), 1-20.
- Ylvén, R., Björck-Åkesson, E., & Granlund, M. (2006). Literature review of positive functioning in families with children with a disability. *Journal of Policy and practice in Intellectual Disabilities*, 3(4), 253-270
- Ylvén, R., Björck-Åkesson, E., & Granlund, M. (2006). Literature review of positive functioning in families with children with a disability. *Journal of Policy and practice in Intellectual Disabilities*, 3(4), 253-270