مجلة الإحياء، المجلد 25، العدد: 36، جانفي 2025، ص - ص: 443-456
الترقيم الدولي: 1112-4350 الترقيم الدولي الإلكتروني: 2588-2406

الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد
- دراسة ميدانية بالمركز النفسي البيداغوجي للمعاقين ذهنيا بموزاية (البليدة)-

Psychological Stress and Quality of Life Among Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder
- A Field Study at the Psychological Pedagogical Center for Mentally Disabled Individuals in Mouzaïa (Blida) -

طالبة دكتوراه عقيلة بوقطاف[1] **أ.د/ رفيقة حفظ الله**
Rafika HAFDALAH **Akila BOUGUETTAF**
جامعة البليدة 2
مخبر الصحة النفسية، التربية، الموهبة والإبداع
r.hafdallah@univ-blida2.dz ea.bouguettaf@univ-blida2.dz

تاريخ الإرسال: 2024/04/08 **تاريخ القبول: 2024/10/08**

الملخص:
هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، حيث أُعتمد المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت مجموعة البحث من (36) أُمًّا لأطفال التوحد، تتراوح أعمارهن ما بين (27-50 سنة)، تم اختيارهن بالطريقة القصدية ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم كل من مقياس الضغوط النفسية ومقياس جودة الحياة، وأسفرت النتائج عمّا يلي: ارتفاع في مستوى الضغوط النفسية وانخفاض في مستوى جودة الحياة لدى أمهات أطفال التوحد، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى هؤلاء الأمهات.
الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية؛ جودة الحياة؛ اضطراب طيف التوحد.

Abstract:
The study aimed to reveal the levels of psychohogical stress and quality of life among mothers of autistic Children, it also aims the relationship between psychohogical stress and quality of life of these Mothers.

The descriptive correlative approach was adopted on a group consisting of (36) mothers, their ages ranged between (27-50 years), they were chosen in an intentional way, the study tools ware psychohogical stress scale and the quality-of-life scale.

The results of the study were: An increase in the level of psychohogical stress and a decrease in the level of quality of life among these mothers.

Ther is a negative correlation between psychohogical stress and quality of life.
Keywords: psychological stress; quality of life; autism spectrum disorder.

[1]- المرسل المؤلف.

مقدّمة:

يسعى الإنسان دوما للبحث على الأمان الاستقرار والرضا لتحقيق حياة أفضل، إلاّ أنّه يواجه مواقف وأحداث يتعرض من خلالها للعديد من الضغوط النفسية، ومنها تلك الضغوط المتعلقة برعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، فالإعاقة وعلى اختلاف أنواعها تترك أثراعلى كل أفراد الأسرة خاصة الأم، حيث تقع على عاتقها مسؤولية رعايته والتكفل بشؤونه، ولاسيما إذا تعلق الأمر باضطراب طيف التوحد الذي يعتبر من أكثر الاضطرابات النمائية العصبية غموضا وتعقيدا، لما يتضمنه من مشكلات اجتماعية واضطرابات سلوكية وإدراكية ومعرفية، فيصعب التعامل معه ويتطلب عناية وإشرافا مكثفا، فالتوحد اضطراب نمائي يظهر بسبب خلل وظيفي على مستوى المخ، يؤدي إلى معاناة الطفل من قصور في التواصل والتفاعل الاجتماعي، كما يظهر سلوكيات تكرارية ونمطية، وتبرز هذه الأعراض خلال المراحل العمرية الأولى للطفل وتلازمه طوال حياته، فنجده يتصف بالانعزال والانغلاق على الذات وعدم القدرة على التكيف مع المتغيرات البيئية.

وهذا ما يجعل الأم تواجه مسؤولية كبيرة لتربيته ورعايته بطريقة خاصة تتوافق وخصائص اضطرابه، فهي تلازم طفلها طوال الوقت لتنمية مهاراته بالإضافة لمجابهتها للسلوكيات النمطية المتكررة التي يتسم بها، وكثيرا ما يصعب عليها التعامل معه وفهمه مما يولد لديها الكثير من المعاناة ليصبح هذا الطفل شغلها الشاغل، فيحد ذلك من مشاركتها في العديد من النشاطات والمواقف الحياتية الأخرى. هذا ما يجعلها عرضة للعديد من الضغوط بشكل مستمر وبدرجة من الشدة قد تفوق إمكانياتها وقدرتها على التوافق، مما يؤثر على سير حياتها فينعكس على استقرارها وجودة حياتها.

1- إشكالية الدراسة:

يعتبر التوحد من أكثر الاضطرابات النمائية تعقيدا وصعوبة نظرا لغموضه على مستوى التشخيص من ناحية وفهم الأسرة له من ناحية أخرى، كما يعتبر من الاضطرابات الأكثر شيوعا بين الأطفال، وقد عرف التوحد انتشارا كبيرا في الآونة الأخيرة على الصعيد العالمي والمحلي لدرجة أنه وصف بالوباء، هذا ما أكدته دراسة أجرتها منظمة الصحة العالمية سنة (2019) أشارت فيها إلى أن نسبة انتشار هذا الاضطراب تتمثل في وجود فرد واحد من بين 270 شخص يعاني من اضطراب طيف التوحد (World Health Organization ;2019).

أما على المستوى المحلي فقد وصف البروفيسور مجيد ثابتي رئيس مصلحة الأمراض العقلية للأطفال والمراهقين بالشراقة ورئيس القسم الطبي بمركز التوحد ببن عكنون الأرقام الأخيرة بالمخيفة، إذ سجلت إصابة واحدة من بين 55 مولودا جديدا. وهذا أمر مخيف جدا حيث ألح على ضرورة الكشف المبكر والتكفل الناجع بهم لإدماجهم في المجتمع مستقبلا (إذاعة الجزائر2018).

فالتوحد من الاضطرابات العصبية النمائية المعقدة التي تصيب الطفل في مراحل حياته الأولى وتؤثر على مختلف جوانب نموه العقلية والاجتماعية، النفسية والحسية والحركية، وأهم مظهر للقصور في هذه الإعاقة، يتجسد في الجانب التواصلي والتفاعل الاجتماعي للطفل، حيث يعاني من عدة صعوبات تنعكس بالسلب على عائلته التي تقع عليها عدة أعباء أسرية.

وقد أشارت موكسنس جارسين (2013) إلى أن الاضطرابات السلوكية التي يعاني منها الطفل التوحدي تهدد صحة الأولياء، ويزيد التهديد كلما ازدادت حدة وشدة الاضطرابات السلوكية، كما يزداد الضغط الناتج عنها ليقابله انخفاض في القرارات الوالدية وجودة الحياة.

أما (Gary ,2006) فقد أشار إلى أن اضطراب طيف التوحد يصنف ضمن أكثر الاضطرابات النمائية المسببة لارتفاع الضغوط النفسية لدى أسر المصابين به، فالصعوبات التي يعاني منها الطفل التوحدي كصعوبة التعبير عن المشاعر والانفعالات ومشكلات التواصل والسلوكيات اللاجتماعية تعد مسببات مباشرة للضغوط النفسية لأسرهم.

خاصة الأم التي تحاول جاهدة معرفة وفهم خصائص هذا الاضطراب حتى تستطيع القيام بواجبها اتجاه طفلها من خلال إشباع حاجته ومتطلباته، وبالتالي تواجه عدة تحديات تولد لديها العديد من الضغوط النفسية وقد أشارت العديد من الدراسات والأبحاث إلى معاناة أمهات أطفال التوحد من مستويات عالية من الضغوط النفسية كدراسة كل من (بخش، 2002) و (أحمد زعارير، 2009) ودراسة (Wolfe,1989 Lucille) (Harris,2004) (Haman,1991).

وعليه فإن أم الطفل المصاب باضطراب طيف التوحد، تعايش تغيرات وتحديات تفرضها طبيعة هذا الاضطراب، تجبرها على استغلال قدراتها وإمكانياتها وطاقتها لتجاوز الضغوط والعقبات التي تواجهها، وبالتالي تصبح نظرتها للحياة مختلفة في ضوء الصعوبات والمشكلات التي تواجهها، وهذا ما ينعكس على جودة حياتها. فحسب (بحرة، 2014) تعد الضغوط النفسية من المؤشرات القوية لجودة الحياة الأسرية.

كما أن جودة الحياة تمثل درجة الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه مظاهر الحياة المختلفة، كما تعبر عن مدى سعادته بالوجود الإنساني، وتتضمن الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما تشتمل على عوامل داخلية تتعلق بأفكار الفرد تجاه حياته، وعوامل خارجية تتعلق بسلوكيات الاتصال الاجتماعي ومدى إنجاز الفرد للموقف (جاسم ،2009، ص 33).

وهناك العديد من الدراسات التي تناولت موضوع جودة الحياة لدى أولياء أطفال التوحد، منها دراسة,Mojdeh Bayat (2005) التي حاولت من خلالها التعرف على جودة الحياة لأولياء الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، فقامت بدراسة مسحية توصلت من خلالها إلى أن وجود طفل توحدي يفرض على أسرته العديد من الأعباء التي تقع على كاهل الآباء والأمهات بشكل خاص، وتناولت هذه الدراسة عدة متغيرات كمستوى الدخل ومستوى التعليم وسن الطفل، كما بحثت توافق الأسرة مع حالة الطفل، وخلصت النتائج إلى وجود علاقة بين جودة حياة الأسرة والمساهمات الإيجابية للطفل التوحدي في الأسرة، بالإضافة إلى وجود ارتباط كبير بين جودة الحياة الأسرية ونظرة الأسرة إلى أسباب التوحد.

أما دراسة Liesen, Ann Marin (2012) فقد تناولت العلاقة بين الإجهاد الناتج عن الضغط النفسي وجودة الحياة لدى والدي أطفال التوحد، بالإضافة إلى معرفة تأثير أساليب المواجهة لدى الوالدين ومستوى إدراك الدعم الاجتماعي، كما تم تقييم عمليات التكيف، وخلصت النتائج إلى أن العلاقة بين الإجهاد وجودة الحياة تتأثر بأساليب التكيف والدعم الاجتماعي، كما أن المستويات العالية من الإجهاد لدى الأولياء تؤثر على جودة حياتهم.

وعليه فالتوحد من الاضطرابات النمائية المعقدة التي تتطلب رعاية مستمرة ودقيقة، مما يلقي على عاتق الأم الكثير من الأعباء والتحديات، وهذا ما يولد لديها العديد من الضغوط، مما قد ينعكس على جودة حياتها.

لذا نحاول من خلال هذه الدراسة تسليط الضوء على موضوع الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد. وتتلخص مشكلة البحث في الإجابة عن الأسئلة التالية:

- هل لأمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية؟
- هل لأمهات أطفال التوحد مستويات منخفضة من جودة الحياة؟
- هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد؟

2- فرضيات الدراسة:

- مستوى الضغوط النفسية مرتفع لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- مستوى جودة الحياة منخفضة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التّعرف على كل من مستوى الضغوط النفسية ومستوى جودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

كما تهدف إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين كل من الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

4- أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة في أنّها تسلط الضوء على شريحة مهمة ألا وهي أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، نظرا للمعاناة التي يتعرضن لها بسبب الضغوط التي تفرضها رعاية أطفالهن التوحديين.
- في ضوء نتائج البحث؛ يمكن إعداد برامج إرشادية للتكفل بأمهات أطفال التوحد لمواجهة الضغوط النفسية وتحسين جودة الحياة لديهن.

5- الدراسات السابقة:

5-1- دراسة Ridhima Shukla (2019): هدفت لتقييم جودة الحياة والتعامل مع التوتر لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، حيث أجريت هذه الدراسة على 40 أُمًا، تم اختيارهن بالطريقة القصدية مع معايير الاشتمال والاستبعاد المحددة، وأشارت النتائج إلى أن الأمهات ينظرن إلى جودة حياتهن على أنها متوسطة، وهذا ليس جيدًا أو سيئًا للغاية، وأن الأمهات يستخدمن مجموعة متنوعة من أساليب التكيف للتعامل مع متطلبات رعاية أطفالهن التوحديين، كما أشارت النتائج أنه كلما كانت إعاقة الطفل أكثر تعقيدًا وخطورة كلما زاد الضغط على الأمهات، كما تؤثر طبيعة الإعاقة بشكل كبير على جودة حياتهن.

5-2- دراسة يحياوي وشيناز (2020): هدفت إلى إبراز أهمية كل من الضغوط النفسية والاجتماعية التي تعيشها أسرة الطفل المصاب بطيف التوحد ومدى تأثيرها على صحتهم النفسية، وهل هناك فرق بين الآباء والأمهات في هذين المتغيرين، تم اعتماد المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من 30 أسرة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مصلحة الطب البسيكاتري للأطفال، وطبق كل من مقياس الضغوط النفسية والصحة النفسية، وأسفرت النتائج عن أن عائلات الأطفال المصابين بطيف التوحد

يعانون من ضغوط نفسية عالية وخاصة الأمهات بالمقارنة مع الآباء، أما بالنسبة للصحة النفسية فكانت سيئة عند كلا الجنسين خاصة الأمهات بالمقارنة مع الآباء.

3-5- دراسة زريقات والخمرة (2020): التي هدفت إلى تناول القدرة التنبؤية للتوتر والاكتئاب لدى أمهات أطفال التوحد على جودة حياتهن. وتم استخدام التصميم الارتباطي للمسح على عينة تكونت من 200 أم، وقامت الباحثة بتطوير مقياسي جودة الحياة والضغط النفسي، إضافة لاستخدام مقياس بيك للاكتئاب. وخلصت نتائج الدراسة إلى أن مستويات الضغط والجودة متوسطة، كما أن الاكتئاب الخفيف كان الأكثر انتشاراً، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين التوتر والاكتئاب وجودة الحياة.

4-5- دراسة بوعامر، عبد الرحمان (2021): التي هدفت إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد في ضوء بعض المتغيرات الوسيطة (المستوى التعليمي للأم، المستوى الاقتصادي للأسرة، درجة إصابة الطفل بالتوحد)، تكونت عينة الدراسة من 50 أُمًا لطفل مصاب بالتوحد، وأُعتمد المنهج الوصفي، وتطبيق مقياس جودة الحياة من إعداد الباحثة، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد يتسم بالانخفاض، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة تبعا لكل من متغير درجة إصابة الطفل بالتوحد، المستوى التعليمي للأم، والمستوى الاقتصادي للأسرة.

5-5- دراسة Zhidan Wang et al (2022): بعنوان التأثير الوسيط للضغوط الوالدية على العلاقة بين الدعم الاجتماعي ونوعية الحياة لدى أولياء الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، حيث هدفت للتحقق في ما إذا كان الإجهاد الوالدي يتوسط العلاقة بين الدعم الاجتماعي وجودة الحياة لدى الأولياء ذوي أطفال التوحد، كما تم فحص المتغيرات الأخرى التي تعدل العلاقات في نموذج الوساطة، وذلك من خلال تحليل 28 دراسة تجريبية، وأكدت النتائج على أن الحصول على مزيد من الدعم الاجتماعي يمكن أن يقلل من الضغوط لدى والدي أطفال التوحد، ومن ثم تحسين جودة حياتهم، مما يمكن أن يساعدهم على التعامل بشكل أكثر إيجابية وفعالية مع أطفالهم المصابين بالتوحد.

6-5- دراسة Dmaa Mubarak (2022): بعنوان جودة الحياة ومواجهة الضغوط النفسية لدى أولياء الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغط النفسي والكفاءة الذاتية المدركةن وجودة الحياة لدى أمهات وآباء الأطفال المصابين بالتوحد، تم استخدام المنهج الوصفي على عينة قوامها 125 من أمهات وآباء لأطفال التوحد، وأسفرت النتائج عن معاناة الأولياء من مستويات عالية من الضغوط، ومستويات منخفضة لجودة الحياة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة، حيث يواجه آباء الأطفال المصابين بالتوحد مستويات إجهاد أعلى من آباء الأطفال غير المصابين بالتوحد ممّا يقلل من جودة حياتهم. وإنّ الضغوط النفسية العالية التي تتعرض لها الأمهات أثناء تربية الأطفال ذوي اضطراب التوحد من العوامل التي تهدد الصحة النفسية لهن، وتوافقهن النفسي والاجتماعي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال الدراسات السابقة نستخلص ما يلي:

- أكدت جل الدراسات على أن وجود طفل يعاني من اضطراب طيف التوحد يولد معاناة لدى أفراد الأسرة بشكل عام والأم بشكل خاص، كما أن معاناة هؤلاء الأولياء تختلف حسب شدة الإعاقة وخطورتها، فأولياء أطفال التوحد يواجهون إجهادا عاليا مقارنة بأولياء الأطفال غير المصابين بالتوحد مما ينعكس على صحتهم النفسية وخاصة الأمهات.
- كما أجمعت الدراسات على أن أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يعانين من ضغوط نفسية تتراوح مستوياتها بين المتوسطة والشديدة، وأثبتت أن الضغوط النفسية تؤثر بشكل سلبي على العديد من المتغيرات كالكفاءة الذاتية المدركة، والتوافق النفسي الاجتماعي وجودة الحياة.
- وتوصلت كل الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات أطفال التوحد.
- انتهجت معظم الدراسات السابقة والدراسة الحالية المنهج الوصفي الملائم لمثل هذا النوع من الدراسات.
- تباينت الدراسات السابقة في أدوات القياس المستخدمة وكذلك في حجم العينات، ماعدا دراسة Zhidan Wang et al,2022 التي تناولت تحليل 28 دراسة تجريبية.
- تمت الاستفادة من الدراسات السابقة في تحديد منهج الدراسة وتفسير النتائج والربط بينها، وتعزيز صحة النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية.

6- تحديد مفاهيم الدراسة:

6-1- تعريف الضغوط النفسية: تعرف على أنها كل ما يواجهه الفرد في حياته من عوائق وصعوبات ومواقف وأحداث حياتية ضاغطة تفوق طاقته على احتمالها ويعجز عن إيجاد الحلول المناسبة لها، الأمر الذي يشعره بحالة من الإجهاد وعدم الارتياح، وقد يؤدي ذلك إلى اضطراب صحته الجسمية والنفسية (القصبي، 2014، ص146).

وتعرف إجرائيا: بأنها الدرجة التي تحصل عليها المبحوثة من خلال الإجابة على مقياس الضغوط النفسية.

6-2 تعريف جودة الحياة: حسب الجوهري (1996): جودة الحياة هي ذلك البناء الكلي الشامل الذي يتكون من مجموعة من المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد الذين يعيشون في نطاق هذه الحياة بحيث يمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة، ومؤشرات ذاتية تقيس قدر الإشباع الذي تحقق (جوان بكر 2013، ص 38).

وتعرف إجرائيا: بانها الدرجة المتحصل عليها من طرف المبحوثة على مقياس جودة الحياة.

7- الإطار النظري للدراسة:

7-1 الضغوط النفسية:

7-1-1- تعريف الضغوط النفسية: يعرفها (عبد الله 2021) بأنها حالة من التوتر النفسي الشديد والانفعال لدى الفرد، تحدث نتيجة للعوامل الخارجية التي تضغط الفرد وتولد عنده حالة من اختلال في التوازن واضطرابات السلوك.

ويشير (Mc-G raph) إلى الضغوط بأنها إدراك الفرد بأنه غير قادر على إحداث استجابة مناسبة لمطلب أو مهام، ويصاحب هذا الإدراك بانفعالات سلبية كالقلق والغضب والاكتئاب، وتغيرات فيزيولوجية كردود أفعال تنتهي بالضغوط التي يتعرض لها الفرد.

كما تعرف الضغوط النفسية على أنها الحالة التي يعانيها الفرد عندما تكون العلاقة التبادلية بينه وبين بيئته غير منسجمة، وحين يدرك بأنها لا تلبي المتطلبات البيولوجية والنفسية والاجتماعية لشخصيته، سواء على المستوى الواقعي أم المتخيل (عبد الله، 2023 ص17).

7-1-2- العوامل المؤثرة في الضغوط النفسية: تعد الضغوط النفسية حالة يتعرض لها كل الناس لكنها تختلف من فرد لآخر، ويرجع ذلك لعدة عوامل، منها:

- **مفهوم الفرد عن ذاته:** لمفهوم الذات دور محوري فيما يتعلق بالضغوط النفسية، وهذا من خلال نظرة الفرد إلى نفسه وبيئته الخارجية، فكلما زاد وعي الفرد بذاته وكان مدركا لقدراته وإمكاناته من جهة ولعناصر ومتطلبات البيئة المحيطة التي يعيش فيها من جهة أخرى، ساعده ذلك في تحسين تعامله مع المواقف الضاغطة ومواجهتها.
- **الجنس:** تتوقف مسألة تعرض الجنسين - الذكور والإناث- إلى الضغوط الحياتية على الطريقة التي يدرك كل منهما للمثيرات البيئية الدالة عليها، ووفقا لطبيعة الاختلاف في الخصائص الشخصية، والحالة الاجتماعية والمعيشية ونوع المهنة.
- **الفروق الفردية:** لكل فرد سمات تميزه عن غيره وتؤثر في نظرته وطريقة استجابته للضغط، كما أن للفروق الفردية تأثيرا في الحاجات والقيم والقدرات على مستوى إدراك الفرد للمواقف المثيرة للضغط.
- **عمر الفرد:** لعمر الفرد تأثير على إحساسه؛ فنجد أن المراهقين أقل تقديرا لأحداث الحياة وتعاملا وتصديا لضغوطها، فهم أكثر تأثرا بالضغوط مقارنة بالراشدين.
- **مستوى الطموح**: حيث إنه كلما زاد مستوى طموح الفرد لإحداث تغييرات اجتماعية كان أكثر عرضة للضغوط، وعليه فإن طموحات الفرد من العوامل التي لها تأثير في شدة الضغوط النفسية.
- **مستوى التعليم:** يعد مستوى التعليم من المتغيرات التي تؤثر في مستوى إحساس الفرد بالضغوط النفسية، فنجد أن الأفراد ذوي المؤهلات العلمية العالية أكثر عرضة للإحساس بالضغوط مقارنة بذوي المؤهلات العلمية البسيطة. (محمد قاسم،2023، ص28).
- **كما توجد أنواع ضغوط خاصة بالإعاقة:** وهي ضغوط خاصة فقط بآباء وأمهات الأطفال المعاقين، لأنها نجمت عن حدوث الإعاقة، حيث تتمثل الضغوط الشائعة لدى أسر المعاقين فيما يلي:
- الضغوط المرتبطة بمرحلة ولادة الطفل والتشخيص.
- ضغوط تلبية احتياجات الطفل المصاب بالإعاقة والعناية به.
- الضغوط المتعلقة بدخول الطفل المعاق للمدرسة أو المؤسسة.
- الضغوط المتعلقة بسلوك الطفل المعاق (سليمان يوسف، 2010).

الضغوط النفسية لدى أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد:

يشير (Khuan, et al,2022,87) إلى أن اضطراب طيف التوحد يعد سبباً مباشراً في ضغوط كبيرة لدى العائلات التي لديها هؤلاء الأطفال، حيث يصنف من بين أكثر الاضطرابات النمائية التي تسبب ضغوطاً نفسية مرتفعة لأسر المصابين به.

فالطفل التوحدي يمثل حالة فريدة من نوعها، لديه مشكلاته المختلفة عن مشكلات الإعاقات الأخرى، وهذا الاختلاف يخلق ضغوطاً متنوعة لدى أسرته، فقد تكون أشد وأقوى من مشكلات الأسر الأخرى (آمال إبراهيم الفقي، 2016). كما خلصت دراسة المعهد الدولي للأسرة بالدوحة (2018) إلى أن أسر الأطفال المصابين بطيف التوحد تواجه تحديات كبيرة ومتنوعة تؤثر تأثيرا سلبيا على أسلوب الحياة

لدى الآباء والأمهات ورفاههم النفسي، وهذا ما بينته وأثبتته الدراسات بشكل متسق أن أمهات الأطفال المتوحدين سجلن مستويات أعلى من التوتر والضغط الوالدي (معهد الدوحة الدولي للأسرة، 2018).

2-7 جودة الحياة:

1-2-7- تعريف جودة الحياة: تعرف "بأنها تعبير عن مدى إدراك الفرد وتقييمه للجوانب المادية وأهميتها في حياته، فمن إطار الظروف التي يعيش فيها وهي تتضح من خلال مستويات السعادة والشقاء التي تؤثر بشكل كبير في طريقة تعامل الفرد مع الحياة اليومية" (ناهد وأخرون، 2012، ص 128).

ويشير (الهمص، 2010، ص 45) إلى أن جودة الحياة من المفاهيم النسبية التي تختلف باختلاف الأفراد فهي تستند إلى المعايير المعتمدة من قبل الأفراد لتقويم حياتهم ومتطلباتها، والتي تتأثر في الغالب بالعديد من العوامل التي تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالصحة الجسدية والنفسية والقدرة على التفكير واتخاذ القرارات والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والظروف الاقتصادية والاجتماعية والقيم الثقافية والمعتقدات الدينية والحضارية التي يعتمدها الفرد في تحديد الأشياء حسب أهميتها، والتي تحقق سعادته في حياته.

فجودة الحياة من المفاهيم الحديثة، التي لا ترتبط بمجال معين من مجالات الحياة أو فرع محدد من فروع العلم، إنما تستخدم من قبل الباحثين والعلماء كل حسب تخصصه (رمضان، 2012، ص18).

2-2-7- أبعاد جودة الحياة:

- **البعد الموضوعي:** يتمثل في كل ما هو مادي من الإمكانيات، إلى جانب الحياة الاجتماعية والخاصة للفرد.
- **البعد الذاتي:** يعبر هذا البعد عن مدى رضا وقناعة الفرد بحياته ومدى سعادته فيها.
- **البعد الوجودي:** يعبر هذا البعد عن مدى إشباع الفرد لحاجاته البيولوجية، والتنشئة بما يتوافق مع القيم والعادات والأفكار السائدة في المجتمع (عبد الله، صفاء ،2015ص 6).

3-2-7- جودة الحياة لدى أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد: لقد أثبتت العديد من الدراسات أن تشخيص الطفل باضطراب طيف التوحد يوقع الأسرة في أزمة، لتواجه بذلك العديد من التحديات والصعوبات والعديد من الضغوط وعوامل الإجهاد، فنظرا لغموض اضطراب طيف التوحد وجهل أسبابه تحاول الأسر وخاصة الأمهات وباستمرار البحث عن المعرفة والحاجة المستمرة الى ضرورة التكفل ورعاية أطفالهن، وتشعرن بالقلق والتوتر والإجهاد والضغوط والاكتئاب والعزلة الاجتماعية بالإضافة إلى المشكلات المادية المستمرة. وهذا ما يؤثر على جودة حياتهن (Michelle Marie,2007,p8).

وأشار (بوعامر، عبد الرحمان،2021) إلى أن وجود طفل توحدي في الأسرة يؤثر على جودة حياة الأم، لأن نظرتها للحياة تختلف عن نظرة الآخرين، فنجدها تعاني من الهموم والضغوط الحياتية، فهي تحتاج إلى إدراك هذه الحياة بمعناها الإيجابي، لذا أصبح الاهتمام بجودة ونوعية الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد من التوجهات الحديثة في ميدان علم النفس والتربية الخاصة (بوعامر، عبد الرحمان، 2021- 1454).

8- الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

1-8- مجالات الدراسة:

المجال الزمني: تم إجراء الدراسة خلال الثلاثي الثاني من سنة (2022).

المجال المكاني: أجريت الدراسة على عينة من أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد المسجلين بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة الذهنية بدائرة موزاية - ولاية البليدة-.

8-2- منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعتبر الأنسب لموضوع البحث الحالي، إذ يقصد بالمنهج الارتباطي؛ ذلك المنهج الذي يبحث في العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وهذه العلاقة إما أن تكون إيجابية أو سلبية طردية أو عكسية.

8-3- مجتمع الدراسة: يشتمل مجتمع الدراسة على أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد المتواجدين بالمركز النفسي البيداغوجي للإعاقة الذهنية بدائرة موزاية - ولاية البليدة.

8-4- عينة الدراسة: تكونت مجموعة الدراسة من (36) أُمًا من أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، واللاتي تم اختيارهن بالطريقة القصدية، تراوحت أعمارهن من (27-50 سنة).

8-5- أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

8-5-1- مقياس الضغوط النفسية: المكيف على البيئة الجزائرية من طرف الباحثة باشا (2016) لقياس الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال التوحد، والمعد في الأصل من طرف السرطاوي والشخص سنة (1998) لقياس الضغوط النفسية لأولياء أمور المعاقين.

- **هدف المقياس**: يهدف إلى التعرف على الضغوط النفسية لأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من مشاعر ومشاكل والدية وأسرية ناجمة عن خصائص الطفل التوحدي، إضافة إلى المظاهر العامة للضغط النفسي.

- **طريقة الإجابة والتصحيح:** يشير تقدير (1) إلى انخفاض الضغوط النفسية إلى أدنى مستوياتها بينما يشير تقدير (5الى ارتفاع الضغوط إلى اقصى مستوياتها لدى أم الطفل التوحدي وبذلك يمكن استخراج الدرجة الكلية بجمع الدرجات التي تمثل مستويات الضغط على فقرات المقياس، ويمكن أن تمتد الدرجة الكلية على المقياس بأكمله ما بين (76-380) وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع مستوى الضغوط النفسية.

- **الخصائص السيكو مترية للمقياس:**

الصدق: بحساب الصدق الذاتي للمقياس الذي بلغت قيمته (0.91)، وهي قيمة مرتفعة وتدل على صدق المقياس ويمكن تطبيقه.

الثبات: بلغ معامل الثبات من خلال حساب الفا كرومباخ (0.89) وهي قيمة ثبات عالية.

8-5-2- مقياس جودة الحياة: تم استخدام مقياس "جودة الحياة للأمهات" للباحثة حرطاني أمينة (2014).

- **طريقه تصحيح مقياس جودة الحياة :**تتراوح قيمة الدرجة الكلية لجودة الحياة بين(58 -232) درجة. وحددت ثلاثة مجالات (انظر الجدول (02)).

- **الخصائص السيكومترية للمقياس:**

الصدق: تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس الذي بلغ (0.76) مما يدل على أنه صادق.

الثبات: حيث تم حساب معامل الثبات بطريقة التناسق الداخلي باستخدام الفا كرومباخ حيث بلغت قيمته (0.85) ويدل على أن ثبات المقياس كان عاليا.

9-عرض ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة:

9-1 نتائج الفرضية الأولى: التي تنص على أن مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد مرتفع، ولاختبار صحة الفرضية تم حساب متوسط الدرجة الكلية

لمقياس الضغوط النفسية ومقارنته بالمتوسط الفرضي الذي تم تقديره كالتالي: (أعلى درجة + أدنى درجة) $= \frac{(380 + 76)}{2} = \frac{228}{2}$

المتوسط الفرضي= 228

- المتوسط الحسابي أقل من المتوسط الفرضي: مستوى الضغوط النفسية منخفض.
- المتوسط الحسابي يساوي المتوسط الفرضي: مستوى الضغوط النفسية متوسط.
- المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي: مستوى الضغوط النفسية مرتفع.

الجدول رقم (01): يوضح مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط الفرضي
الضغوط النفسية	36	297.90	12.18	152	314	228

المصدر: إعداد الباحثة باعتماد مخرجات **spss**

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ أن درجات أفراد العينة تراوحت بين 152 كحد أدنى و314 كحد أعلى، بمتوسط حسابي يقدر بـ(297.90) وهي قيمة أكبرمن المتوسط الفرضي الذي يقدر(228)، وهذا ما يدل على أن مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد مرتفع، وبالتالي فإن الفرضية الأولى للدراسة التي تنص على وجود مستوى مرتفع من الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد قد تحققت.

ولقد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه عدة دراسات كدراسة يحياوي وشيناز (2020) ودراسة (Dmaa Mubarak,2022) التي أكدت على أن أسر الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وخاصة الأمهات يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة.

ويمكن أن نرجع ارتفاع مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال التوحد إلى طبيعة اضطراب طيف التوحد، نظرا لما يتسم به من غموض وتعقيد وما يتضمنه من مشكلات اجتماعية واضطرابات سلوكية وإدراكية ومعرفية، فالطفل التوحدي يصعب التعامل معه، وتتطلب رعايته عناية وإشرافا مكثفا، فقد أشار (Khuan,et al ,2022) إلى أن اضطراب التوحد يعد سببا مباشرا في ضغوط كبيرة لدى العائلات التي لديها هؤلاء الأطفال، حيث يصنف من بين أكثر الاضطرابات النمائية التي تسبب ضغوطا نفسية مرتفعة لأسر المصابين به وخاصة الأم.

فالأم هي الشخص الأقرب للطفل التوحدي؛ تحمل العبء الأكبر لاحتوائه والاعتناء به، وتبذل جهودا لتلبية احتياجاته ومتطلبات رعايته، فهي تحاول باستمرار فهم طفلها والتقرب منه لبناء علاقة عاطفية معه إلا أنّها تجد صعوبة في ذلك، نظرا لعدم استجابته وتفاعله معها، وهذا ما يستدعي معاناتها من أحاسيس مختلفة، مثل عدم الثقة بقدرتها على الأمومة وإحساسها بالألم والتعب الجسدي والشعور بالتقييد، والقلق الدائم على مستقبل طفلها، الذي يحتاج إلى رعاية ودعم على مدار اليوم والساعة وطوال حياته، فتكفلها بطفلها إلى جانب المسؤوليات الملقاة على عاتقها والدور الذي تلعبه داخل الأسرة كأم وزوجة وربة بيت، يجعلها تعاني من الضغوط النفسية المرتفعة.

9-2- نتائج الفرضية الثانية: تنص على أن مستوى جودة الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد منخفض، ولاختبار صحة الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي بانحرافه المعياري.

الجدول (02) بين مستوى جودة الحياة لدى افراد العينة

المتغير	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
جودة الحياة	58-116 منخفض	98.60	07.38	منخفض
	116- 174 متوسط			
	174-232 مرتفع			

المصدر: من إعداد الباحثة باعتماد مخرجات spss

نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن المتوسط الحسابي لجودة الحياة لأفراد العينة قد بلغ (98.60) والمنحصرة في المجال (58-116) وبالتالي فإنّ مستوى جودة الحياة منخفض لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد، وبالتالي فإنّ الفرضية الثانية للدراسة التي تنص على وجود مستوى منخفض لجودة الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد تحققت.

ولقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Dmaa Mubarak,2022)، ودراسة (بوعامر، عبد الرحمان،2021) والتي توصلت إلى تسجيل مستويات منخفضة من جودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد.

ويمكن أن نفسر انخفاض مستوى جودة الحياة لدى أمهات أطفال التوحد، بمواجهتهن للعديد من المسؤوليات والوضعيات الصعبة التي تفرضها خصوصية اضطراب طيف التوحد، الذي يؤثر وبشكل كبير على مظاهر نمو الطفل المختلفة، التي تحول دون تكيفه مع البيئة المحيطة به خاصة في المجال التواصلي والتفاعلي. هذا ما يجعل الأم عاجزة أمام التعامل مع طفلها وفهم حالته، وبالتالي تواجه العديد من الضغوط والتحديات التي تؤثر على حالتها النفسية من قلق وخوف وتوتر، كما تؤثر على مختلف جوانب حياتها الأسرية والزوجية والاجتماعية، وهذا ما يترك أثرا على جودة حياتها.

وفي هذا الصدد يشير Malhorta and Sharma,2013 إلى أن المسؤوليات التي تقع على عاتق أم الطفل التوحدي، تجعلها تواجه مشاعر الإحباط ،وتفرض عليها قيودا تمنعها من ممارسة نشاطاتها. وهذا ما يؤدي إلى تغيرات في نمط حياتها، وبالتالي فإنّ وجود هذا الطفل في حياة الأم يهدد بشكل مباشر صحتها النفسية والجسدية وبالتالي جودة حياتها .

9-3- نتائج الفرضية الثالثة: نصت على وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، والاختبار صحة الفرضية قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون 1.

المتغيرات / المؤشرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	-0.45	0.05
جودة الحياة		

المصدر: إعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات **spss**

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن قيمة معامل الارتباط تقدر بـ (0.45-)، وهي قيمة سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) فالنتيجة المتوصل إليها في الدراسة الحالية، تشير إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، بمعنى أنه كلما زادت الضغوط النفسية كلما قل مستوى جودة الحياة وعليه فإنّ الفرضية الثالثة تحققت.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج كل من دراسة Zhidan Wang et al,2022، و Dmaa Mubarak,2022 ودراسة الزريقات وبحرة (2020) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات أطفال التوحد، وكذلك إمكانية التنبؤ بجودة الحياة لأمهات أطفال التوحد من خلال متغير الضغط النفسي. فوجود طفل توحدي يشكل ضغطا كبيرا على الأم ويؤثر على حياتها بموجب أنها الأكثر اتصالا به فهي تشرف على رعايته والاهتمام بشؤونه ، كما تتولى مسؤوليات أخرى اتجاه باقي أفراد الأسرة فتقع تحت الضغط والتوتر النفسي ، وينعكس ذلك بالسلب على جودة حياتها.

فقد أشار بحرة (2014) إلى أن الضغوط النفسية تعد من المؤشرات القوية على جودة حياة الأسرة، كما أكدت Mojdeh Bayat (2005) أن وجود طفل توحدي يفرض على أسرته العديد من الأعباء التي تقع على كاهل الآباء والأمهات بشكل خاص وأشارت إلى أن توافق الأسرة مع حالة الطفل له علاقة وطيدة بجودة حياة أفرادها، وتصلت دراسة Ridhima Shukla,2019 من خلال تقييمها لجودة الحياة والتعامل مع التوتر لدى أمهات أطفال التوحد إلى أن الأمهات يستخدمن مجموعة متنوعة من أساليب التكيف للتعامل مع متطلبات رعاية أطفالهن التوحديين. كما أشارت إلى تأثير نوع إعاقة الطفل على جودة حياتهن، فكلما كانت الإعاقة أكثر تعقيدًا وخطورة ، كلما زاد مستوى الضغوط النفسية للأمهات وأثر بشكل كبير على جودة حياتهن.

خاتمة: في هذه الدراسة حاولنا تسليط الضوء على موضوع العلاقة بين الضغوط النفسية وجودة الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وقد أسفرت الدراسة على مجموعة من النتائج تؤكد على أن:

- أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد لديهن مستوى مرتفعا من الضغوط النفسية ومستوى منخفضا من جودة الحياة كما كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين ضغوط النفسية وجودة الحياة، أي أنه كلما ارتفع مستوى الضغوط النفسية لدى أمهات أطفال التوحد، انخفض مستوى جودة الحياة لديهن.

واستنادا إلى ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة وحدودها واستكمالا لها يمكن الخروج ببعض التوصيات:

- العمل على نشر الوعي الاجتماعي بموضوع اضطراب طيف التوحد، لأنّه ورغم انتشاره وتزايد أعداد المصابين به إلا أنه مازال مبهما لدى الكثير من الناس بما فيهم أسر أطفال التوحد.
- ضرورة الاهتمام بفئة أمهات أطفال التوحد من خلال تقديم برامج وقائية، تأهيلية وعلاجية لهن حتى يستطعن مواجهة المشكلات التي تعترضهن مع أطفالهن.
- تقديم الدعم والمساندة لأسر أطفال التوحد انطلاقا من رصد احتياجاتهم والكشف عن مواطن معاناتهم خاصة الأمهات.
- تحسين وضعية ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال توفير وتطوير مختلف خدمات الصحة والتأهيل التي تساهم في تنمية مختلف مهاراتهم وقدراتهم، حتى يعايشوا نوعا من الجودة في حياتهم.
- إعداد برامج علاجية وإرشادية تتضمن استراتيجيات وتقنيات تعمل على تخفيف الضغوط النفسية وتحسين جودة الحياة لدى أمهات أطفال التوحد.

قائمة المصادر والمراجع:

- آمال الفقي إبراهيم، (2016). فعالية العلاج بالتقبل والالتزام في تنمية المرونة النفسية لدى أمهات أطفال الأوتيزم، بحث منشور بمجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي، مصر، العدد 47.
- الهمس صالح إسماعيل عبد الله، (2010)، قلق الولادة لدى الأمهات في محافظات قطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية.
- جاسم سناء احمد، (2009)، فعالية برنامج إرشادي عقلاني لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطة لدى عينة من المسنين، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة المستنيرة الأردن.
- جوان إسماعيل بكر (2013)، جودة الحياة وعلاقتها بالانتماء والقبول الاجتماعيين، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- فاروق عبد السلام وسمرة منير ومحمد السيد، (2013)، مقياس الضغوط النفسية لطلاب الجامعة المصريين ووافدين، مجلة العلوم التربوية، مج21.
- كوثر حادي، (2018). الضغط النفسي عند أمهات الأطفال التوحديين، مذكرة لنيل شهادة الماستر علم النفس المدرسي، جامعة سعيدة الجزائر.
- نعيمة بوعامر، أمال عبد الرحمان، (2021)، مستوى جودة الحياة لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد في ضوء بعض المتغيرات، دراسة ميدانية بولاية الأغواط، مجلة البواحات للبحوث والدراسات، المجلد 14، العدد1، 1449-1473.
- محمد قاسم عبد الله الضغط النفسي دار الفكر الأردن عمان الطبعة الأولى 2023.
- معهد الدوحة الدولي للأسرة (2018)، رفاه الأسر المتعايشة مع اضطراب طيف التوحد في قطر، دار محمد بن خليفة للنشر، ط2، الدوحة، قطر.
- ميرة رحاب عليلي، (2008)، الضغوطات الوالدية وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من الأطفال، رسالة ماجستير لنيل شهادة الماجستير صحة نفسية، جامعة الزقازيق، القاهرة.

- American Psychiatric Association, (2013), Diagnostic and statistic manual of mental diagnostic, Ed .DSM5.Washington, D.C.A.P.A .
- Georgette Batram, (2012), degree of teachers stress in Jamica and the United Kingdom, Acomparative perspective Trafford predpective.

- Khuan, J., Ford, K., & Dawalt, L. S. (2022). Brief Report: Mapping Systems of Support and Psychological Well-Being of Mothers of Adolescents with Autism Spectrum Disorders. Journal of autism and developmental disorders, 48 (3).
- Lindholm, Michelle Marie (2007). Stress, coping and quality of life in families raising children with autism. PHD. the Faculty of the California School of Professional Psychology Alliant International University.
- Richard, P est Matthew, D, (2002), Early Intensive Behavioral Intervention for child with Autism: parental the paretic Self-Efficacy research in Devlopment Disabilities, 232-341.
- World Health Organization (2019), Global burden of diseases andinjuries in 204 countries territories 1990-2019 a systematic analisis for the Global Burden of Disease Study The Lancel, 396 (10258), 1204-1222.