التعب العصبي وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين

أم الخيوط إيمان – أخصائية نفسية أ. بورزق يوسف – جامعة مستغانم

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى محاولة الكشف عن العلاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين ، وقد اشتملت العينة على 99 أم لأطفال معاقين ، مقسمة إلى 33 أمهات لأطفال مصابين بتناذر داون ، و33 أمهات لأطفال المصابين بالتوحد ، و33 أمهات لأطفال مصابين بالتخلف العقلي الحاد. وتم استخدام مقياسي التعب العصبي والتفكير الإيجابي ، وقد أوضحت النتائج وجود علاقة عكسية قوية بين التعب العصبي والتفكير الإيجابي عندهن.

Abstract:

The study aims Attempt to discover the relationship Between the nervous fatigue and positive thinking The mothers of disabled children, The sample included the mother of 99 children with disabilities Divided into 33 mothers of children with Down syndrome, And 33 mothers of children with autism Infected, And 33 mothers of children with severe mental retardation, It was Standart nervous fatigue and positive thinking, The results showed a strong inverse relationship between the nervous fatigue and positive thinking.

إشكالية الدراسة:

إن الأمومة هي حلم جميع النساء ويرى النابلسي أن الحوامل لا يحلمن بالجنين وإنما يحلمن بالطفل بعد ولادته وهكذا فإن الجنين يشكل مكانة في العالم النفسي للوالدين قبل ولادته وهو ما يتجسد بقولهم ابني طبيب، مهندس، رجل أعمال...

عند اكتشاف الإعاقة التي تميز الرضيع يتحول الحلم إلى كابوس، فالإعاقة تعتبر تجربة قاسية تمس هوية الوالدين وتدرك كشدة لأنها لا يمكن أن تكون موجودة في تركيبة أحلامهم وتصوراتهم، فهؤلاء الأولياء يحسون بالتهديد النهائي بسبب وجودهم في ذلك الوقت، يشعرون فجأة بالرغبة في جو من الوهمية واللامعقولة، فالألبسة والألعاب هي للطفل المنتظر بلهفة والسرير المختار والمشتريات والذهاب إلى المستشفى من أجل ميلاد الطفل والرجوع بشيء غير حقيقي معيق لا يعرفون كيف يتصرفون معه.

(سي بشير كريمة، 1992 عن75-73 ,Ringler, 1998, pp)

فصدمة اكتشاف طفل معاق لها اثر تحطيمي وتتسبب في إصابة مفتوحة على مستوى النفس، والتي تستدعي بدون توقف إعادة تشكيل ، فهي سيرورة غير منتهية للجرح ، فشل للميكانزمات المعتادة، لا شيء كالمعتاد لا يوجد ميدان في الحياة الشخصية للوالدين لم ينقلب، كل شيء يحمل معنى أخر.

(سي بشير كريمة، 1992 عن46-45,pp1995,Korff sausse)

فهذه الأم التي كانت تتشوق لرؤية واحتضان هذا الطفل الذي وجد من قبل في أحلامها حتى قبل أن تتزوج، "إن جميع الأمهات يكن في حالة ذهول وصمت، ويثير هذا الخبر ألما Korff-Sausseوتستجيب كما يقول يصعب وصفه لدى الأمهات كما هو الحال بالنسبة لمصدومي الحرب أو الناجين من الكوارث الطبيعية ".

كما قد تصبح حياة بعض الأسر في عزلة نتيجة لإعاقة طفلها فيقطعون علاقتهم بالآخرين وقد يحرجهم سلوك الطفل الشاذ أمام الناس. ويشعرون بالإحباط لاحتياجهم المستمر أن يشرحوا المشكلة لكل من يرى الطفل أول مرة، وقد يشعرون بالغضب عندما ينظر الناس باستغراب إلى طفلهم. ويرى فولجسي وآخرون Fulgosi et al 1996 "أن والدي الأطفال المتخلفين عقليا يعانون من مستويات مرتفعة من القلق الاجتماعي ومن قدرة متدنية على الضبط وهم أقل كفاءة مقارنة بوالدي الأطفال الأسوياء. ويرى Macmillan1982 "أن الآباء غالبا ما يشعرون بالغضب عندما يجدون أبنائهم يناضلون من أجل إتقان استخدام الألوان، في الوقت الذي يقطع فيه أقرانهم شوطا لا بأس به في القراءة والكتابة".

(السيد كمال الشربيني ،2003 ، ص ص 64 – 66)

قد يضطر الأب أو الأم إن كانت تعمل إلى الغياب عن العمل ومن الممكن أن يقللا من ساعات العمل أو تركه كلية مما يؤدي إلى تنازلهما عن مستقبلهما المهني ، وقد تضطر أن تعيد النظر في المكان الذي تعيش فيه أو إدخال بعض التعديلات إذا دعت إعاقة الطفل استخدام كرسي متحرك ، و هذا ما تؤكده دراسة

Pisula1998 إلى أن أمهات الأطفال المتخلفين عقليا يواجهون صعوبة جمة إزاء رعايتهن لأطفالهن مدى الحياة ، كما أنهن قد يلجان إلى ترك وظائفهن ، كما لا يكون هناك وقت كافي للأنشطة الأخرى.

إضافة إلى هذا يحتاج طفل داون التكفل بالاضطرابات الإعاشية التي يعاني منها، و يحتاج الطفل التوحدي إلى تكفل متعدد وعالي وهذا راجع إلى النمو العقلي غير متكافئ وأشكال من السلوك الفوضوي مثل الإثارة الذاتية وإيذاء الذات الأمر الذي يضعهم في صعوبات مالية، و هذا ما بينته العديد من الدراسات مثل دراسة Michael and Dougherty 1985 الذي بين فيها أن" والدي الأطفال المتخلفين عقليا يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط المالية، وضغوط خاصة بالقدرة على الانتقال وضغوط انفعالية وأخرى خاصة بسلوك الطفل. ويشير مارتن Martin 1995 إلى إن الأمهات الأصغر سنا ذوات الدخل المنخفض، يعانين من مستويات مرتفعة من الضغوط الوالدية مقارنة بالأمهات الأكبر سنا اللائي لديهن مستوى دخل مرتفع. **(السيد كمال الشربيني ،2003 ، ص64)**

كل هذه التغيرات التي تحدث بسبب قدوم المولود الجديد يمكن أن تؤدي إلى التعب العصبي، حيث يعتبر هذا الأخير على أنه نقص في الأداء يرجع إلى تغيرات عضلية ناتجة عن تخاذل المجهود العصبي في ممارسة عمل روتيني متكرر، وقد يكون تخاذلا في طاقة الكائن الحي نتيجة نقص في المكونات العضوية الرئيسية أو تراكم الفضلات في الجسم ، والانفعال الحاد ثورة داخلية تفوق عمل المراكز العصبية الموجودة في اللحاء ، **أي** أنه الحالة التي يستشعرها الفرد عندما تستنزف طاقته ويحال بينه وبين تجديدها ، عندئذ يتعذر عليه أن يلبي حاجات التوافق العامة ولا يقوى على إحتمال أبسط الضغوط.

كما يرى روبنشتان أن التعب العصبي هو ظاهرة ناتجة عن الجهد العقلي والبدني ، كما أنه مصحوب بأعراض مختلفة ويرتبط حدوثه بمعدل استهلاك الأكسجين وتأثيرات المواد الحمضية على المخ وعوامل أخرى. ويقدم ماكميلن تعريفاً للتعب من وجهة نظر النورو فسيولوجية Neurophysiology فيرى أن التعب هو انخفاض في النشاط العصبي أي نقص في ميل الخلية العصبية للتنشيط أو الإستثارة الناتج عن استمرار هذه الإستثارة لمدة طويلة ، وحسب مارتي يعد أولاً إحساس صعب التحمل وينجم عن مجهود بدني أو عقلي مطول ومكثف أو الإصابة بمرض حاد ، كما قد يعرف على أساس أنه حالة تنتج عن التوظيف المفرط لعضو ما في الجسد. **(بن يعقوب ، 2010 ، ص ص 33 –34)**

لكن في مقابل هذا يرى كوهن Cohen أن الإطار العقلي الايجابي يمكنه أن يساعد الجسم على المواجهة المستمرة للأمراض مثل السرطان السكري. فالتفكير الايجابي يخفض احتمال التعرض لهذه الأمراض حيث تكون هرمونات الضغط في أقل مستوياتها وتبقى الخلايا المناعية في أعلى مستويات الأداء لمواجهة الخلايا السرطانية أو الخلايا الفيروسية. **(Cohen,2002,p556)**

كما يرى اندارو وآخرون Andrew et al أن الرجال والنساء الذين يمتلكون تفكيرا ايجابيا تنخفض لديهم نسب إفراز هرمون الكورتيزول إلى أدنى المستويات. وتوصل كوكزانسكي Kukzansky وآخرون أن الأشخاص ذوي التفكير الايجابي ينخفض لديهم احتمال التعرض للنوبة القلبية بمعدل النصف.

(Kukzansky et al,2001,pp210-216)

لذا تحاول هذه الدراسة الكشف عن العلاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين من خلال طرح السؤال التالي:

هل توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين؟

ويتفرع عن هذا السؤال العام مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:

-هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بتناذر داون؟

-هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد؟

-هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتخلف العقلي الحاد؟

فرضيات الدراسة:

توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين.

وتتفرع عن هذه الفرضية العامة مجموعة الفرضيات الفرعية التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بتناذر داون.

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد.

-توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتخلف العقلي الحاد؟

مصطلحات الدراسة:

وردت في هذه الدراسة بعض المصطلحات التي تحتاج إلى تعريفها من الناحية الاصطلاحية ومن الناحية الإجرائية وهي كالأتي:

- التعب العصبي:

قامت الدراسة بتعريف التعب العصبي من الناحية الاصطلاحية والإجرائية كما يلي:

-اصطلاحا:

يعرفه ادوارد سبنسر أنه استنفاذ الطاقة العصبية في صورة اضطرابات نفسية وبدنية معينة.

(كولز. سبنسر،1977، ص ص 66-67)

- إجرائيا:

التعب العصبي هو مجموعة الأعراض النفسية والجسمية الناتجة عن استنفاذ الطاقة في الخلايا العصبية، وهو تحصل المفحوص على علامة أكثر من 102 في مقياس التعب العصبي NFSS 2007 المعد من طرف الدكتورة بن يعقوب نعيمة.

- التفكير الايجابي:

عرفت هذه الدراسة التفكير الايجابي من الناحية الاصطلاحية والإجرائية كما يلي:

- اصطلاحا:

يرى كل من شيير وكارلس أن التفكير الايجابي مرادف للتوجه الحياتي المتفائل أما التفكير السلبي هو مرادف للتوجه المتشائم في الحياة ، والتوجه المتفائل في الحياة يؤدي إلى النجاح بما يتضمنه من توقعات ايجابية للسعادة والإنجاز أما التوجه السلبي المتشائم فإنه يؤدي إلى فقدان الثقة في إمكانية المواجهة وتخطي المواقف العادية والصعبة مما يؤدي إلى الفشل. **(Sehier,Charles,1993,p26)**

- إجرائيا:

التفكير الايجابي هو استخدام العمليات الذهنية في المواقف التي تتطلب ذلك بطرق منطقية وعقلانية وأصيلة، بطريقة تنزع إلى الأمور التفاؤلية. وفي هذه الدراسة هو تحصل المفحوص على علامة 114 أو أكثر في مقياس التفكير الايجابي والسلبي للباحثة حنان عبد العزيز. سنة

- تناذر داون:

قامت الدراسة بتعريف تناذر داون كما يلي:

- اصطلاحا:

يعرفه لاروس ميدكال بأنه يتميز بوجود كروموزوم 21 زائد وتكون مصاحبة للتخلف العقلي يتميز بخصائص جسمية مميزة ... وأحيانا بتشوه حشوي. **(Larousse ,1981,p1065)**

وهو التعريف المتبني في هذه الدراسة.

- التوحد:

يمكن تعريف التوحد كما يلي:

- اصطلاحا:

يعرفه كانر الذي يعتبر أول شخص تحدث عن التوحد أنه يشمل السلوكيات المميزة والتي تشمل على عدم القدرة على تطوير علاقات مع الآخرين ، تأخر في اكتساب الكلام ، استعمال غير تواصلي للكلام بعد

تطويره ، مصاداة متأخرة ، تكرار نشاطات لعب نمطية وتكرارية ، المحافظة على التماثل وضعف التحليل ، ذاكرة حرفية جيدة وظهور جسمي طبيعي. وتعرفه الجمعية الأمريكية بأنه يظهر في 30 شهر الأولى من العمر وتمس الاضطرابات كل من نسبة النمو وما يتبعها من الاستجابة للمثيرات الحسية ، النطق اللغة القدرات المعرفية ، القدرات المرتبطة بالناس والأحداث والأشياء.

(الزريقات إبراهيم ،2004، ص ص 31-32)

وهو التعريف المتبنى في هذه الدراسة .

- التخلف العقلي الحاد:

تعرف الدراسة التخلف العقلي الحاد من الناحية الاصطلاحية والإجرائية كما يلي:

- اصطلاحا:

حالة نقص في القدرات العقلية وانخفاض في درجة الذكاء والأداء العقلي، وهذا راجع إلى حالة عدم اكتمال أو توقف أو تأخر نمو العقل لأسباب تحدث في المراحل الأولى نتيجة العوامل الوراثية أو البيئية، تؤثر على الجهاز العصبي مما يؤدي إلى نقص القدرة على التعلم والتكيف.

(Antonie Galland. Janine Galland,1993,p41)

- إجرائيا:

هو تحصل الفرد على درجة 20 إلى 34 درجة على اختبار رسم الرجل لفلورنس كودانياف Florance Goodenough .

- أهمية الدراسة :

تبرز أهمية هذه الدراسة في النقاط التالية:

- إبراز أن التعب العصبي ينشأ عن هبوط في الطاقة نتيجة للصرف المفرط للقوة العصبية مما يؤدي إلى ظهور العديد من الأعراض النفسية العصبية الجسمية.
- التطرق إلى الآثار الايجابية للتفكير الايجابي هذا المفهوم الحديث في علم النفس.
- التركيز على فئة أمهات الأطفال المعاقين نتيجة لقلة الدراسات التي تركز عليها، إذ تذهب جلها إلى الحديث عن الطفل المعاق، وإهمال القائمين على رعايته وهن الأمهات في أغلب الحالات. حيث يصلن إلى حد الاحتراق النفسي وتطوير العديد من الاضطرابات النفسية والعصبية من جراء إعاقة ابناهن، وأحسن من يعبر عنها هي هيلين فيذرسون وهي أم لطفل معاق حيث تقول " هب أنني شخص عادي يمشي بمفرده بجوار نهر جليدي معزول، ورأى شخص يغرق في هذا النهر فثمة خياران أمام هذا الشخص: إما أن يقفز ويحاول إنقاذ الغريق ويعرض نفسه لخطر الموت غرقا. أو أن يبقى على الشاطئ ويرسل زفرات الأسى والحزن على ذلك الغريق. فهما طريقان لا ثالث لهما فإما أن يكون بطلا كما في الحالة الأولى، وإما أن يكون جبانا كما في

الحالة الثانية، وليس هناك إمكانية العودة إلى ما كان عليه من قبل شخص عادي. وكأم لتخلف عقلي حاد فإنني اشعر بأنني في نفس الموقف، فإما أن أكون بطلة أو جبانة حتى وإن كنت لا أزال إنسانة عادية.

(محمد السيد، منى خليفة ، علي إبراهيم ،2005 ، ص158).

– أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى محاولة الكشف عن العلاقة القائمة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين المصابين بكل من تناذر داون، التوحد، التخلف العقلي الحاد.

الإجراءات المنهجية للدراسة:

تمّ في هذه الدراسة جمع المعلومات بطريقة منهجية من خلال الأدوات المناسبة وتحليل وعرض النتائج لمناقشتها والتوصل إلى الاستنتاجات وذلك من خلال:

– منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي في كل من المستوى العلائقي الذي يدرس العلاقة بين المتغيرين حيث يصفهما كميا عن طريق استخدام معامل الارتباط وكذا المستوى المقارن الذي يهدف لتحديد أسباب الحالة الراهنة للظاهرة موضوع الدراسة.

– عينة الدراسة:

تم في هذه الدراسة اعتماد 99 حالة ، مقسمة إلى 33 حالة أمهات أولادهن مصابين بتناذر داون، 33 حالة أمهات أولادهن مصابين بالتوحد ، و33 حالة أمهات أولادهن مصابين بالتخلف العقلي الحاد. وتم الحصول عليها بطريقة عشوائية ، إذ تم إحصاء عدد الحالات المتواجدة والاختيار منها بطريقة القرعة بشرط:

- إصابة ابن الحالة بإحدى الإعاقات السابقة.
- عمر ابن الحالة من 2 إلى 10 سنوات وهي جد صعبة إذ أنها مرحلة الاكتساب والتعليم المكثف.
- إصابة ابن واحد للحالة.

قد تم اختيار الحالات والقيام بهذه الدراسة في عيادة نفسية، وأجريت في الفترة الممتدة بين 1-11-2014 إلى 28-11-2014.

– أدوات جمع البيانات:

من أجل اختبار فروض البحث والوقوف على مدى تحققها تم اعتماد المقاييس التالية:

- مقياس التعب العصبي للدكتورة بن يعقوب والمسمى مقياس زملة التعب العصبي NFSS ، والذي يتمتع بصدق عاملي تراوحت نسبة الاتفاق بين الأساتذة المحكمين للمقياس بين 90 إلى 100% على صلاحية العبارات لقياس التعب العصبي. وقد بلغ ثبات الاختبار بطريقة إعادة التطبيق 0.78 وبطريقة ألفا كرونباخ 0.93 ، ويتكون من 45 بند تصنف إلى بعدين هما نفسي وجسدي.

- مقياس التفكير الايجابي للأستاذة عبد العزيز يتكون من 38 بند ويتمتع هذا المقياس بثبات عالي، إذ بلغ معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق 0.71، وبطريقة ألفا كرونباخ 0.83، وبطرقة التجزئة النصفية 0.75، أما صدق الاختبار فقد تراوحت نسبة موافقة الأساتذة المحكمين بين 75 و85%

– إجراءات تطبيق الدراسة :

بعد تحديد عينة الدراسة تم تطبيق كل من مقياسي التعب العصبي والتفكير الايجابي على الحالات فرديا، دون تمييز بين إعاقات أطفال الحالات ، وهذا في الفترة الممتدة بين 1-11-2014 إلى 28-11-2014 وبعد الإجابة على بنود المقياسين، ثم فرز المعطيات وتفريغها، والقيام بالمعالجة الإحصائية للمعلومات المتوصل إليها عن طريق برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS النسخة22 .

وصف العينة:

جدول رقم (01): وصف عينة الدراسة

المتغير	فئاته	عدد حالات متلازمة داون	عدد حالات التوحد	عدد حالات التخلف العقلي الحاد	المجموع
العمر	30-20	5	4	6	15
	40-30	19	17	20	56
	50-40	9	12	7	28
المهنة	عاملة	9	5	8	22
	متوقفة	7	7	5	19
	لا تعمل	17	21	20	58
المستوى التعليمي	دون النهائي	4	16	7	27
	نهائي	14	7	14	35
	ليسانس	15	10	12	37
المجموع	99				

– الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

للتحقق من صحة الفرضيات تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي: هو معدل الدرجات في التوزيع ويحسب عادة بقسمة مجموع القيم على عددها، وتم الاعتماد عليه في حساب متوسطات أفراد العينة في كل من التفكير الإيجابي والتعب العصبي.

- الإنحراف المعياري: هو أحد أهم مقاييس التشتت ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي ويفيد في معرفة طبيعة توزيع أفراد العينة أي مدى إنسجامها، وتم استعماله لغرض حساب الانحراف المعياري لدرجات الأفراد على مقياسي التعب العصبي والتفكير الإيجابي.
- معامل الإرتباط بيرسون: اعتمد عليه في التحقق من فرضية الدراسة أي حساب العلاقة بين التفكير الإيجابي والتعب العصبي.

– مناقشة فرضيات الدراسة:

بعدما تمّ التطرق للإجراءات المنهجية التي اعتمدت عليها هذه الدراسة، تمت مناقشة فرضيات الدراسة من أجل التوصل إلى استنتاج عام بخصوص العلاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين.

– الفرضية الفرعية الأولى:

توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بتناذر داون.

أ– التفكير الإيجابي:

أن المتوسط الحسابي للأفراد بالنسبة للتفكير الإيجابي قدره 102.48 والانحراف المعياري قدره 8.54 وهو ما يعني أن غالبية أفراد العينة يتمتعون بمستوى منخفض من التفكير الإيجابي أو التفكير بطريقة سلبية.

التعب العصبي	أفراد العينة	
	التكرار F	النسبة %
الفئة 1: [47–75]	2	% 6.06
الفئة 2: [76–87]	1	% 3.03
الفئة 3: [88–101]	3	% 9.09
الفئة 4: [102–133]	8	% 24.24
الفئة 5: [134 –194]	19	% 57.57
المجموع	33	% 100

ب– التعب العصبي:

الجدول رقم(02) : توزيع أفراد العينة في فئات مقياس التعب العصبي NFSS

يتبين من الجدول رقم(02) أن الفئة الأولى والتي تمثل نسبة الأفراد الذين هم في بصحة تامة هي تقريبا أقل نسبة حيث بلغت 6.06 % ، وتقاربها الفئة الثانية التي تمثل الأفراد الذين لديهم بعض الأعراض لكنهم في صحة جيدة بسبة 3.03 %. تليها الفئة الثالثة فئة الأفراد الذين هم في الطريق إلى التعب بنسبة 9.09 %، ثم الفئة الرابعة التي تمثل الأفراد الذين هم في طريقهم للتعب العصبي بنسبة 24.24 %، وأخيرا تأتي الفئة الخامسة والتي تمثل نسبة الأفراد الذين حياتهم النفسية والجسمية في خطر بنسبة 57.57 % .

كما يتوزع أفراد العينة على مقياس زملة التعب العصبي بمتوسط حسابي قدره 127.66 وإنحراف معياري قدره 26.72 ، حيث أن المتوسط الحسابي ينتمي إلى الفئة الرابعة وهي فئة الأفراد الذين هم في الطريق إلى التعب العصبي.

ت- دراسة علاقة التعب العصبي بالتفكير الإيجابي.

من خلال حساب معامل الارتباط حيث قدر ب -0.86 وهو دال إحصائيا عند مستوى دلالة 0.01 ، وهذا يعني أن هنالك علاقة عكسية مرتفعة بين التفكير الإيجابي والتعب العصبي.

- الفرضية الفرعية الثانية :

توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتوحد.

أ- التفكير الإيجابي:

بلغ المتوسط الحسابي للأفراد بالنسبة للتفكير الإيجابي 90.39 والانحراف المعياري 15.18 ، وهو ما يعني أن غالبية أفراد العينة يتمتعون بمستوى جد منخفض من التفكير الإيجابي.

ب- التعب العصبي:

الجدول رقم(03) : توزيع أفراد العينة في فئات مقياس التعب العصبي NFSS

التعب العصبي	أفراد العينة	
	التكرار F	النسبة %
الفئة 1:[47-75]	0	0
الفئة 2:[76-87]	0	0
الفئة 3:[88-101]	5	% 15.15
الفئة 4:[102-133]	8	% 24.24
الفئة 5:[134-194]	20	% 60.60
المجموع	33	% 100

يتبين من الجدول رقم(03) أن كل من الفئتين الأولى والثانية حصلت على نسبة 0 %، لتحتل الفئة الثالثة 15.15 %، ثم الفئة الرابعة بنسبة 24.24 % ، وتسجل الفئة الخامسة التي تمثل الأفراد الذين حياتهم النفسية والجسمية في خطر أعلى درجة بنسبة 60.60 % .

يتوزع أفراد العينة على مقياس زملة التعب العصبي بمتوسط حسابي قدره 138.45 و إنحراف معياري قدره 28.09، حيث إن المتوسط الحسابي ينتمي إلى الفئة الخامسة وهي فئة الأفراد الذين حياتهم النفسية والجسمية في خطر.

ت- دراسة علاقة التفكير الإيجابي بالتعب العصبي.

يتبين أن معامل الارتباط دال إحصائيا حيث قدر بـ-0.94 في مستوى دلالة 0.01 وهذا يعني أن هنالك علاقة عكسية جد قوية بين التفكير الإيجابي والتعب العصبي.

- الفرضية الفرعية الثالثة :

توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المصابين بالتخلف العقلي الحاد.

أ- التفكير الإيجابي:

بلغ المتوسط الحسابي للأفراد بالنسبة للتفكير الإيجابي84.57 ، والانحراف المعياري 16.4 ، وهو ما يعني أن غالبية أفراد العينة يتمتعون بمستوى جد منخفض من التفكير الإيجابي.

ب- التعب العصبي:

الجدول رقم(04) : توزيع أفراد العينة في فئات مقياس التعب العصبي NFSS

التعب العصبي	أفراد العينة	
	التكرار F	النسبة%
الفئة 1:[75-47]	1	% 3.03
الفئة 2:[87-76]	1	%3.03
الفئة3:[101-88]	3	% 9.09
الفئة4:[133-102]	4	% 12.12
الفئة 5:[194-134]	24	%72.72
المجموع	33	%100

يتبين من الجدول رقم(04) أن كل من الفئة الأولى والثانية قد تحصلت على أقل نسبة وهي 3.03%، ثم ترتفع هذه النسبة قليلا في الفئة الثالثة التي تمثل فئة الأفراد الذين هم في الطريق إلى التعب بنسبة 9.09 %، ثم ترفع قليلا في الفئة الرابعة التي تمثل فئة الأفراد الذين هم في الطريق إلى التعب العصبي بنسبة 12.12% ، في حين تسجل أعلى نسبة والمتمثلة في 72.72% في الفئة الرابعة التي تدل على الأفراد الذين حالتهم النفسية والجسمية والعائلية في خطر.

يتوزع أفراد عينة البحث على مقياس زملة التعب العصبي بمتوسط حسابي قدره 139.18 وإنحراف معياري قدره 31.20، حيث أن المتوسط الحسابي ينتمي إلى الفئة الخامسة والتي تدل على الأفراد الذين حالتهم النفسية والجسمية في خطر.

أ- دراسة علاقة التفكير الإيجابي بالتعب العصبي.

يتبين أن معامل الإرتباط دال إحصائيا حيث قدر بـ-0.94 في مستوى دلالة 0.01 ، وهذا يعني أن هنالك علاقة عكسية جد قوية بين التفكير الإيجابي والتعب العصبي.

من خلال تحقق الفرضيات الفرعية الثلاثة نؤكد تحقق الفرضية العامة التي تفيد بأنه توجد علاقة بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين.

- تحليل و مناقشة فرضيات الدراسة:

بينت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة عكسية بين التعب العصبي والتفكير الايجابي لدى أمهات الأطفال المعاقين، وتتفق هذه النتيجة مع ما ذهب إليه العديد من الباحثين أمثال كوهن الذي أكد أن التفكير الإيجابي يساعد على الحماية من الصرف الزائد للطاقة في السبل الخاطئة فهو بذلك يساعد على إزالة الإجهاد والتعب. **(Cohen ,S.B .2002)**

كما اتفقت مع دراسة كل من Ostir,G, Ottenbacher,K, Markides,K.S.2004 التي تؤكد على أن هنالك علاقة عكسية بين التفكير الإيجابي والإعياء ، والذي قدّر بعوامل لدى 1558أمريكيا تمت متابعتهم لمدة سبع سنوات ، حيث ركزت هذه الدراسة على الدور الوقائي للتفكير الإيجابي، وتوصل الباحثون الى أن الشخص الإيجابي يكون أقل عرضة بشكل واضح للإعياء ، وقد أرجع الباحثون هذا التأثير إلى ردود الأفعال الكيميائية والعصبية التي تساعد على الحفاظ على التوازن الصحي. وهو ما تؤكده أيضا دراسة Maruta.T.Y.2000 التي توصلت إلى نتيجة مماثلة حيث أن خطر الموت يزداد بما يعادل (19%) مع كل انخفاض يقدر بـ(10) درجات على مقياس التفاؤل.

كما بينت هذه الدراسة وجود ارتفاع في التعب العصبي وانخفاض في الأفكار الايجابية لدى أمهات الأطفال المعاقين ، وهذا ما يدل على شدة معاناة هؤلاء الأمهات من أطفالهم المعاقين. وقد تناولت هذه الدراسة عمر الطفل من 2 الى 10 سنوات ، وهي مرحلة مهمة في حياة الطفل المعاق ، لأنه فيها يتم مضاعفة المجهود

من أجل التطور قليلا بمكتسباته ، في حين تصدم هذه الأم بقلة استعاب الطفل لما تعلمه في مقابل المجهود الكبير المبذول من طرفها. إذ يجاهد الطفل المعاق كثيرا من أجل تعلم أشياء بسيطة في حين أن الطفل السوي في مثل عمره قد بلغ أشواطا كبيرة من الدراسة. كما تؤثر الاعاقة على الأسرة اقتصاديا من حيث التكاليف المباشرة مثل النفقات على رعاية الطفل، الرعاية الطبية ، التجهيزات الخاصة ، والتكاليف غير المباشرة مثل ضياع وقت العمل ، الحاجات الخاصة للاقامة ، والتدخل لتحسين المستقبل. (**السيد كامل الشربيني عن سليجمان، دارلنج، 2001، ص108**)

كما يمكن تفسير هذا من خلال معانات الأمهات من العديد من الضغوط النفسية والانفعالية، والمشاعر السلبية لصراع الادوار الذي يتطلب منها العديد من المسؤوليات ، يضاف إليها محاولة التوفيق بين مقتضيات دورها كزوجة وربة بيت وأم ، وما يصاحب ذلك من مشاعر الخوف والقلق من عدم قدرتها على التوفيق بينها.

على الرغم من غياب الدراسات في هذه الموضوع حيث اقتصرت الدراسات الموجودة على التعرف على ردود أفعال أمهات الأطفال المعاقين ، الضغط النفسي والاحتراق لديهم. إلا أنه تتفق نتائج هذه الدراسة مع العديد من الدراسات التي تناولت العديد من المتغيرات التي تدل على التعب العصبي باعتباره المرحلة المتأخرة الناتجة عن الضغوط النفسية. مثل دراسة سنغي Singhi 1990 عن القلق والشعور بالأمن لدى أمهات الأطفال المتخلفين عقليا وأمهات الأطفال الأسوياء ، على عينة من 60 أم لأطفال متخلفين عقليا ، و 30 أم لأطفال أسوياء. طبق الباحث مقياس القلق وقائمة للأمن وعدم الأمن وأظهرت النتائج وجود فروق دالة بين المجموعتين لصالح أمهات الأطفال المتخلفين عقليا.

في حين بينت نتائج هذه الدراسة تحصل أمهات أطفال دوان على درجة أقل في مقياس التعب العصبي، ودرجة أكبر في التفكير الايجابي. وهذا قد يرجع الى خصوصية كل من أطفال التوحد والتخلف العقلي المتميزة بصعوبة الفهم والتواصل والاكتساب ، في حين أن أطفال داون سريعوا التعلم. وهذا ما يتفق مع دراسة ريدي-براندت Ryde-Brandt التي تكونت من 13 أم لديها طفل مصاب بمتلازمة داون، و13 أم مصاب بأعراض حركية ، و13 أم مصاب بالتخلف العقلي ولديه أعراض ذهنية، وتراوحت أعمار الأطفال بين 7-9 سنوات باستخدام مقياس الضغوط الاجتماعية ، وتوصلت النتائج إلى أن الأمهات في المجموعات الثلاث قد تميزت بعدم الرضى ورفض الطفل ، لكن كانت أمهات أطفال دوان أكثر ايجابية.

(**السيد كامل الشربيني، 2003 ، ص74**)

- خاتمة واقتراحات:

بعد العرض السابق لنتائج الدراسة ومناقشة وتفسير الفرضيات ، تم استنتاج أن أمهات الأطفال المعاقين يعانين من درجة كبيرة من التعب العصبي ، ودرجة منخفضة من التفكير الايجابي خاصة عند أمهات الأطفال المصابين بالتوحد والتخلف العقلي الحاد. لذا يصبح الاهتمام بأم الطفل المعاق من الضروريات من خلال مساعدتهن على التواصل الفعال مع الناس، تقديم الدعم الإجتماعي لهن ، إمدادهن بالمعلومات اللازمة عن إعاقة أبنائهن مع فتح أبواب الأمل أمامهن ، لأن هذا يساعدهن أكثر على تقبل الطفل ومساعدته في التطور بقدراته، مع تهيئة الجو لهن ليعبرن عن مشاعرهن ، وتشجيعهن على التحلي بالصبر، وتعريفهن بالمراكز المتخصصة في رعاية الأطفال المعاقين واتاحة فرصة اللقاء بين الأمهات من أجل تبادل الخبرات.

قائمة المراجع :

1- إبراهيم الزريقات(2004): **التوحد**، دط، دار وائل، الاردن.

2- بن يعقوب نعيمة(2010): **التعب العصبي، بناء مقياس نفسي واقتراح برنامج علاجي**، رسالة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر (02).

3- سي بشير كريمة(1992): **اتجهات الأمهات الجزائريات نحو أطفالهم المتخلفين عقليا**، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس، جامعة الجزائر.

4- السيد كامل الشربيني(2003): **بعض المتغيرات المرتبطة بالضغوط النفسية والقلق والاكتئاب لدى أمهات الأطفال المتخلفين عقليا**، دراسات عربية في علم النفس، المجلد 2، عدد 1، دار غريب، القاهرة.

5- كولز،إدوارد سبينسر(**1977**):**لا تخف**، ترجمة (أمير بقطر)، دار الهلال، القاهرة.

6- محمد السيد، منى خليفة، علي ابراهيم(2005): **رعاية الاطفال التوحديين**، ط1، دار السحاب، القاهرة.

7- Antoine Galland & Janine Galland (1993): **L'enfant Handicapé Mental**, Editions Nathan, Paris, France, 1993.

8- Cohen,S .B(2000) : **Happiness and immune system** ,Journal of Health Psychology ,n 82.

9- Kubzansky,L.D., sparrow,D., Kawachi,I .V.(2001) **:in the glass half empty or halfful ,a prospective study of optimism and coronary heart disease in the normative aging study**, journal of Psychosoma-medecin, n 63 .

10- Larousse(1981) : Nouveau Larousse Médical,Librairie Larousse , paris.

11- Scheier,M.F ., and Charles,S.C.(1993) **:on the power of positive: the benefits of being optimistic**,journal of Cambridge univercity .