

## 05- اقتراح برنامج هبني على استراتيجيات التفاؤل في إرشاد أسر أطفال التوحد

د. بوضياف نوال ، جامعة المسيلة

ط/د بوساق عائشة، جامعة المسيلة ،

الملخص :

تهدف هذه الورقة البحثية إلى التعرف على دور استراتيجيات التفاؤل في إرشاد أسر أطفال التوحد ، حيث تم التطرق في الجانب النظري لكيفية تطبيق برنامج إرشادي مبني على التفاؤل من وجهة نظر علم النفس الإيجابي وذلك من خلال برمجة جلسات تضم أهداف معينة نسعى لتحقيقها ، كما تطرقنا أيضا إلي اضطراب التوحد مع إبراز أهم الخصائص التي تميزه والعوامل المسببة فيه

الكلمات المفتاحية : استراتيجيات التفاؤل ، البرنامج الإرشادي ، أسر أطفال التوحد .

### Summary:

The purpose of this paper is to identify the role of optimism strategy in guiding families of autistic children. The theoretical aspect of how to apply a program based on optimism from the point of view of positive psychology has been addressed through the programming of sessions with specific objectives that we seek to achieve. Autism disorder with highlighting the most important characteristics that distinguish it and the factors causing it.

**Keywords:** Optimism Strategy, Mentoring Program, Families of Autistic Children.

### مقدمة وإشكالية الدراسة:

يعد اضطراب التوحد من بين الاضطرابات التي زاد الاهتمام بها في الآونة الأخيرة من قبل الباحثين المهتمين بمجال التربية الخاصة وعلوم الإعاقة والتأهيل ، وهذا لعدة أسباب منها ما يتعلق بحجم انتشاره بين الأطفال ، وفي هذا السياق أكدت العديد من الدراسات الحديثة أن معدل انتشار التوحد في ازدياد مطرد وهذا راجع إلى زيادة الوعي العام بالاضطراب بالإضافة إلي ظهور عدد من الأدوات التشخيصية الأكثر دقة ، كما أقرت الاحصائيات المتعلقة بهذا الشأن أن حوالي 1 من 3 أطفال من كل 1000 ألف طفل تظهر عليهم أعراض التوحد ، وكذا 6 أطفال من كل 100 طفل تظهر عليهم بعض أعراض التوحد ، وبعض الأولاد والبنات تظهر عليهم الأعراض بمعدل 4 أولاد لكل بنت تقريبا (كوليل ، 2013، ص66).

وعليه فمنهم من أرجع سبب ظهوره إلى عوامل وراثية (جينية) ، عوامل عقلية ، وعوامل بيئية وأخرى أسرية، ولحد الساعده تبقى أسبابه مجهولة وغير واضحة . والملفت للانتباه أنه يلاحظ في كثير من الأسر عدم تقبلهم لأبنائهم المصابين بهذا الاضطراب، فيسود القلق وعدم تحمل سلوكيات الطفل الغير عادية كباقي الأطفال العادين ، إذ يعتبره البعض عبئا ثقيلا على والديه ، وعلى ضوء هذا وجب علينا كباحثين وكأخصائيين المساهمة في حل هذا الإشكال من أجل مساعدة الأطفال على التحسن والاندماج وذلك بتوعية الأفراد القائمين على الحالة بتعريفهم للاضطراب ، وكيفية حدوئه ، وماهي الطرق الأمثل للتعامل معه ، وذلك عن طريق إقامة برامج متنوعة مبنية على استراتيجيات جديدة تضمن للعائلات رؤية إيجابية جديدة حول مستقبل أبنائهم الذي يكتسيه الغموض ، وقد تنوعت الاستراتيجيات التي استخدمها الأخصائيون في مجال إرشاد أسر ذوي اضطراب التوحد ، فمن خلال ورقتنا البحثية الحالية سنتطرق إلى المدخل الإيجابي في الإرشاد المتعلق ب استراتيجيات التفاؤل ودورها في الإرشاد الأسري لذوي اضطراب التوحد.

## أهمية الدراسة :

- 1- تكمن أهمية هذه الورقة البحثية في التعرف على الدور الذي يلعبه علم النفس الإيجابي (استراتيجية التفاؤل) في المساهمة في إرشاد أسر أطفال التوحد وذلك من خلال تقبلهم لأبنائهم ومحاولة تغيير النظرة السلبية لهذا الاضطراب.
- 2- توعية الأسر من خلال برامج وجلسات جماعية تسمح بمساندتهم لبعضهم البعض وذلك لتشابه حالات أبنائهم.
- 3- إبراز الجانب الذي يلعبه علم النفس الإيجابي في الإرشاد العلاجي الجماعي .
- 4- يمكن أن تسهم هذه الدراسة في توجيه نظر المسؤولين في مجال الإرشاد الأسري إلى أهمية اعلم النفس الإيجابي في إرشاد أسر ذوي اضطراب التوحد .
- 5- يمكن أن تسهم هذه الدراسة في إعداد دورات تدريبية تهدف إلى تنمية بعض المتغيرات الإيجابية لدى أسر ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تساعدهم في تقبلهم لهذا الاضطراب والبحث في كفاءات تجاوزه والتأقلم معه .
- 6- تعد هذه الدراسة استكمالاً للجهود المبذولة في ميدان التربية الخاصة وعلوم الإعاقة والتأهيل .

## منهج الدراسة :

يمكن القول بأن طبيعة البحث تحدد المنهج المستخدم ، وبالتالي تتعدد المناهج المستخدمة في البحوث والدراسات النفسية ، بل تتعدد المداخل لنفس المنهج ، لذا نعتمد على المنهج الوصفي الذي يعتمد على جمع الحقائق والبيانات ومعالجتها للوصول إلى نتائج وتعميمات عن موضوع البحث وهذا من التعرف على طريقة استخدام برنامج في إرشاد الإيجابي للأسر يعاني أطفالها من اضطراب نمائي متمثل في التوحد.

## حدود الدراسة :

جرت الدراسة على عينة من الأسر في المركز البيداغوجي التحضيري لأطفال التوحد المتواجد في حي 108 بالمسيلة ، عند قيامنا بدراسة استطلاعية تعلقت مشروع بحثي قائم على فاعلية برنامج تدريبي في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي باستخدام الوسائط المتعددة (الفيديو والقصة) الاجتماعية لدى الأطفال المصابين بالتوحد .

## أدوات الدراسة :

سوف يتم الاعتماد في هذه الدراسة على المصادر المعلوماتية التالية :  
المصادر المكتبية : والمتمثلة في الكتب والدوريات والدراسات والأبحاث والمقالات والأبحاث النظرية التي تناولت الموضوع .  
المصادر الالكترونية : المتوفرة على شبكة الأنترنت العالمية ذات المصداقية العلمية.  
أهداف الدراسة وتساؤلاتها:

تهدف هذه الدراسة إلى إعداد برنامج يقوم على استراتيجيات علم النفس الإيجابي (استراتيجية التفاؤل) ، وقياس مدى فاعليتها في إرشاد الأسر وإعطائهم نظرة إيجابية حول النظرة المستقبلية الغامضة حول مصير أبنائهم ، حيث تمثلت تساؤلات الدراسة فيما يلي :

-ما مدى فاعلية استراتيجية التفاؤل في إرشاد أسر الأطفال المصابين باضطراب التوحد؟

## المضمون النظري للورقة البحثية :

### أولاً: التوحد:

#### 1- مفهوم التوحد:

يعرف كلا من (Horvath and perman, 2002) التوحد بأنه " أحد الأمراض التي تؤثر في التطور الاجتماعي والتواصل والتفاعل لدى الأطفال خلال الثلاث سنوات الأولى من عمره."

وعرفته اللهيبي (2009) بأنه " اضطراب عصبي يؤثر تأثيراً بالغاً في قدرة الطفل على التفاعل الاجتماعي والاتصال وهو سلوك نمطي متكرر."

كما يعرفه خطاب (2009:17) أنه " اضطراب انفعالي واجتماعي ينتج عن عدم القدرة على فهم التعابير الانفعالية ، خاصة بالتعبير عنها بالوجه أو باللغة ويؤثر ذلك في العلاقات الاجتماعية مع ظهور بعض المظاهر السلوكية النمطية."

ومن خلال التعاريف السابقة نجد التوحد اضطراب متعدد الأسباب والأعراض، ويسبب قصوراً في النمو، وقد تظهر أعراضه متعددة أو منفردة أو متداخلة مع اضطرابات أخرى.

#### 2- المظاهر العامة للتوحد:

تبدأ ملاحظة الأعراض في السنة الثانية والنصف من عمر الطفل (30 - 36 شهراً) و يحددها الشيخ ذيب (2005: 12) في ثلاث أعراض رئيسية:

- 1- ضعف العلاقات الاجتماعية.
- 2- ضعف الاهتمام في الناحية اللغوية.
- 3- الاهتمامات والنشاطات المتكررة.

#### 3-العوامل المؤثرة في التوحد:

##### 3-1-الحمل والولادة:

تمثل فترة الحمل مرحلة مهمة في الإعداد الجسدي والنفسي والعقلي للمرأة، وحيث تحدث في تلك الفترة العديد من التغيرات التي تطرأ على الوزن لذا وجب المحافظة على الوزن المناسب، وتجنب ممارسة العادات الخاطئة مثل: التدخين وتعاطي الأدوية مما يؤدي مضاعفات عند الولادة وتشوهات الجنين ويعتبر ممارسة نظام الغذائي (الحمية) بقصد إنقاص الوزن أثناء الحمل وإن كان لفترة قصيرة مضراً وخطيراً على الأم والجنين. المدني (2005:23). وكذا قد يؤدي تعرض الأم الحامل للضغوط النفسية مثل فقدان شخص عزيز أو لضغوط العمل خلال الأسبوع الرابع والعشرين وحتى الأسبوع الثامن والعشرين من الحمل إلى تغيرات في تكوين المخ. اللهيبي (2009:39)

##### 3-2-الوراثة:

يشير الباحثون إلى مساهمة الوراثة في الإصابة بالتوحد فقد ذكر سجل (Siegel, 1996) أن الوراثة تلعب دوراً في (30. 50 % ) من حالة التوحد والاضطرابات النمائية الشاملة ، إلا أن الاستعداد الوراثي ليس مطلقاً ويصعب تحديد كيفية انتقال الجينات ، وما هو الموروث تحديداً، حيث يتفاعل أكثر من ( 20 ) جين مختلف ، ومن الشواهد على الأسباب الوراثية ما يلي:

1- معاناة نسبة لا بأس بها من أقارب الأطفال التوحديين من الإعاقات النمائية المختلفة واضطرابات الكلام وصعوبات التعلم.

2-زيادة احتمالية إصابة أشقاء الطفل التوحدي بنفس الاضطراب أو اضطرابات مشابهة.

3-زيادة احتمالية الإصابة بالتوحد عند التوحد المطابقة. (الشيخ ذيب ، 2005 : 8)

#### 4-3-التطعيم:

يرى الباحثون إمكانية مهاجمة الفيروسات لدماغ الطفل في مرحلة الحمل أو الطفولة المبكرة وإحداث تشوهات فيه مما يؤدي لظهور الأعراض التوحدية ومما يؤكد وجهة نظرهم إصابة الطفل بالتوحد خلال مرحلة الحمل أو في مرحلة الطفولة المبكرة .

وربط بعض العلماء ما بين الإصابة بالتوحد والمطعم الثلاثي (MMR) مطعوم الحصبة ، ومطعوم أبو دغيم (Mumps) ومطعوم الحصبة الألمانية.(Rubella) ونظراً لمعاناة بعض الأطفال من وجود خلل مبكر في الجهاز المناعي لدى الطفل حيث لا تستطيع كريات الدم البيضاء المسؤولة عن المناعة مهاجمة الفيروسات والالتهابات . إنتاج المضادات الكافية للقضاء على فيروسات اللقاح وبذلك تبقى هذه الفيروسات وتتلغها . (الشيخ ذيب ، 2005 ، 10)

وكذلك فقد أجمع الخبراء أن إصابة الأم بالالتهابات الفيروسية خلال الأشهر الثلاثة الأخيرة من الحمل قد تكون من أبرز العوامل المؤدية للتوحد إضافة إلى أن نقص الأوكسجين أثناء الولادة كما ربط تعاطي الكوكايين أثناء الحمل بتواجد خصائص التوحد لدى الأطفال . (مرهج 2001 ، 15 – 16)

#### 5-3-التلوث البيئي :

ونقصد به العوامل الخارجية أي تلوث البيئة بسبب (المعادن السامة والرصاص واستعمال المضادات الحيوية بشكل مكثف أو تعرض للالتهابات أو الفيروسات ..... وغيرها من الأسباب).(الحكيم 2004 : 33)

قد يتعرض الطفل للتلوث البيئي أثناء فترات حرجة من مرحل تطور الطفل مما يؤدي إلى ظهور العديد من المشكلات التي قد تؤثر على القدرات المختلفة للطفل مثل المشي والنطق وبعض أشكال السلوك التوحدي ، ومن هذه الملوثات حسب (الشيخ ذيب ، 2005 : 11) فيما يلي :

أ-الزئبق : (Mercury) يشير البعض أن التسمم بالزئبق قد يؤدي إلى التخلف العقلي وعدم أتران عضلي وعصبي وظهور بعض أعراض التوحد .

ب-مادة : (Thiomersal) وهي مادة حافظة للمطاعيم حيث يرى الباحثين أن الإصابة بالتوحد لا يعود للمطاعيم نفسها وإنما لهذه المادة.

ت-الرصاص (Lead) يؤدي التسمم بالرصاص إلى تأثيرات سلبية على النمو ويؤدي إلى ظهور مشكلات سلوكية عديدة.

ث-التسمم بأول أكسيد الكربون (Monoxide) تؤدي إلى تشوهات خلقية ، وتلف في خلايا الدماغ ووفاة الجنين واضطرابات في الحركة سواء في مرحلة الحمل أو في المرحل النمائية الأولى من العمر.

3-6-الأدوية والعقاقير : يعتبر تناول الأم للأدوية والعقاقير أمراً غير مرغوب فيه بشكل عام ، حيث قد تؤدي إلى العديد من المخاطر مثل تلف خلايا الدماغ والإصابة بالتوحد ولعل من أبرز الأدوية دواء . (Thalidomise) (ذيب 2005 : 10)

#### 4- خصائص الأطفال التوحديين:

يتميز أطفال التوحد بجملة خصائص وأعراض سلوكية ، باعتبارها حزمة تشخيصية تقدم مؤشرات لتشخيص الاضطراب ، وفي هذا الصدد يحدد كلا من (الجبلي ، 2005:31) و(عبد الله ، 2001:98) و (نور ، 2012:38-39) و(نصر ، 2002:45) ( Adman G ,2009 :286) مجموعة من الخصائص نوجزها فيمايلي:

### 1- خصائص عقلية ومعرفية :

تشابه وتختلط أعراض التوحد مع حالات التخلف العقلي خاصة إذا كان العمر العقلي للطفل التوحدي 20 شهرا لكن ما يميز حالات التخلف العقلي هو أن التخلف قدي يكون بسيطا أو شديدا أو متوسطا ، وقد تقل نسبة الذكاء عن عشرين فيكون صاحبها متخلفا بنسبة شديدة ، أما ذكاء التوحديون فقد يكون لدى (40%) أقل من (50) ، ولدى (30%) تصل إلى (70) أو أكثر ، وعليه يمكننا القول أن التوحد يصاحبه حالات التوحد بنسبة (70)

### 2- خصائص اجتماعية وانفعالية: ويمكن تصنيفها في:

-التجنب الاجتماعي : كأن يتجنب الطفل التوحدي كل أشكال التفاعل الاجتماعي كالهروب من الأشخاص الآخرين الذين يريدون التفاعل معه ، مما يدل على أنه لا يحب الناس و يخاف منهم.

-اللامبالاة الاجتماعية : والمتمثلة في عدم مبالاة أطفال التوحد بالبحث عن التفاعل الاجتماعي ، كما أنهم لا يشعرون بالسعادة عند تواجدهم مع الأشخاص الآخرين.

-الارباك الاجتماعي : وتتمثل في عدم قدرة الطفل التوحدي في تكوين علاقات صداقة والحفاظ عليها ، ويعود السبب في ذلك في عدم رغبتهم في التفاعل الاجتماعي لانهم أنانيين وحيثهم يدور حول أنفسهم . كما يلاحظ عليهم انفعاليا عدم التفاعل مع الآخرين للمواقف السارة أو المحزنة ، كما يعانون من صعوبة ظاهرة في استخدام التعابير الوجهية والايماءات الجسدية ، كما لا تظهر عليهم ردود فعل عاطفية تدل على تعلقهم بالوالدين كالصرخ عندما يتعدون أو الابتسامة عندما يقتربون.

### 3- خصائص لغوية :

وتتمثل في مدي معاناة الطفل التوحدي من مشكلات في اللغة الشفهية كصعوبات اللغة الاستقبالية الانصات للمتحدث ، وسماع الأصوات النوعية ، وتحديد كيفية ضم الأصوات معا ، وصعوبات في فهم الضمير المستخدم في الجملة ، وكذا صعوبات اللغة التعبيرية كعجز الطفل التوحدي عن التعبير من خلال النطق والكلام ، وعجزه عن بناء الجمل وتركيبها ، وحذف كلمات وتحريف كلمات ، وأخيرا مشكلات الدلالة اللفظية ترتبط بنقص عدد الكلمات ، والتميز بين الكلمات المتشابهة في المخرج الصوتي ، وتسمية الأشياء المتناقضة .

### 4- خصائص سلوكية :تتمثل في:

-التعلق الشديد والمبالغ فيه لبعض الأشياء الموجودة في البيئة المحيطة كالوسادة أو دمية معينة.

-عدم الرغبة في تغيير الروتين اليومي للنشاطات اليومية ، وعدم الرغبة في تغيير معالم وترتيب البيئة المحيطة.

-لعب طفل التوحد ينقصه الخيال فلا يضيف أفكاره ومشاعره إلى اللعبة أو تفسيراته الخاصة على اللعب

-الانشغال الزائد بأجزاء التفاصيل الموجودة في الألعاب.

-العداونية والنشاط الحركي الزائد وسرعة البكاء والغضب وتقلب المزاج.

-استخدام اليد كأداة للتوجيه ، كاستخدام يد شخص آخر كالأم مثلا للوصول إلى شيء ما يريد الحصول عليه ، مع أنه بوسعه الوصول إليه بنفسه.

ومن خلال ما سبق عرضه يمكننا أن نشير إلى جملة من الخصائص المشتركة بين الأطفال التوحديون ويمكن طرحها فيمايلي:

-العجز الجسدي الظاهر

-البرود العاطفي.

-الاثارة الذاتية.

-سلوك إيداء الذات يتخللها نوبات الغضب.

-إعادة الكلام أو عدم وضوحه.

-قصور السلوك.

ثانيا :استراتيجية التفاؤل :

1-المفاهيم المتعلقة بالتفاؤل :

رغم صعوبة إعطاء تعريف للتفاؤل ضمن محددات مطلقة إلا أن (PETERSON،2000) وصفه بما يشبه الأميبيا التي يلتصق بكل شيء ويعيد سبب أميبية التفاؤل وطبيعته اللاصقة إلى تعقيده (نيكولاس ،2012،ص106).

عرفه (الأنصاري ،1995) أيضا بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل ، تجعل الفرد يتوقع الأفضل ، وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح (عبد الناصر ،2015،ص193).

وأضاف ع (SELIGMAN) على أنه " الطريقة التي يفسر بها الفرد اتجاهه نحو النجاح وال فشل في حياته فالفرد المتفائل يرى الفشل بها مصدرا يساعد على التطور والنجاح ولذلك فهو يتصرف ويستجيب بفاعلية وسعادة كما يستطيع تطوير حياته نحو الأفضل (مصطفى ،2014،ص433)

وفي السياق ذاته يشر (GRANDALL ;1969) "بأن التفاؤل هو عبارة عن توقع قصير المدى بالنجاح في تحقيق المطالب المستقبلية (الأنصاري ،2005،ص315).

ويضيف (TIGER ,1979) تعريفا آخر للتفاؤل على أنه دافع بيولوجي يحافظ على بقاء الإنسان ويعد الأساس الذي يمكن الأفراد من وضع الأهداف أو الالتزامات ، وأنه الأفعال أو السلوكيات التي تجعل أفراد المجتمع يتغلبون على الصعوبات والمحن التي قد تواجههم في حياتهم "

ويعرف التفاؤل على أنه توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة ، والاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيء (عبد الكريم ،2010،ص246).

من خلال التعاريف السالفة الذكر يمكننا أن نستخلص تعريفا يتماشى مع دراستنا الحالية في كون التفاؤل هو استعداد داخلي ينشأ من نظرة الفرد واعتقاده الجيد والإيجابي للأمور ويبني على عدة مؤشرات أساسية منها ثقته في نفسه وفي المحيط الذي يتواجد داخله.

1- خصائص الأشخاص المتفائلين :

يتصف الأشخاص المتفائلون بصفات نوعية توجزها (دانيال ،2000:132) فيما يلي :

1. الثقة بالنفس والمخاطرة لتحقيق الأهداف .
2. المرونة في اختيار السبل المناسبة للوصول إلى تحقيق الرغبات.
3. عدم الاستسلام للقلق والضغط وتجنب المواقف الانهزامية.
4. يكون أكثر قدرة على التكيف الفعال مع مواقف الحياة الضاغطة.
5. القدرة على اتخاذ أساليب مباشرة ومرنة في حل المشكلات التي تواجهه .

6. يكون أكثر استخدام لأساليب المواجهة الفعالة التي تركز حول المشكلة.
7. اللجوء إلى التخطيط أثناء المواقف الضاغطة.
8. قدرة عالية على الضبط الداخلي وإعادة تغيير الإيجابي للمواقف المحيطة .

من خلال ما سبق عرضه ، يلاحظ أن مصطلح التفاؤل يرتبط بعدة مؤشرات وخصائص نفسية وشخصية متعلقة بالفرد والتي من شأنها أن تجعله يتسم بهذه السمة الإيجابية والتي تؤثر في مستوى نظرتة للأشخاص أو توقعاته عن نفسه وعن الآخرين التي من شأنها أن تؤثر في سلوكه فيما بعد.

## 2-المقاربات النظرية المفسرة للتفاؤل :

لقد تعددت النظريات والمقاربات التي فسرت التفاؤل ، حيث نجد عدة تفسيرات لهذا المصطلح تبعا لاختلاف المنهج الذي يتبعه كل باحث في تفسيره للسلوك الإنساني ، وعلى هذا نحاول في هذه الجزئية استعراض بعض النظريات التي حاولت أن توضح التفاؤل حسب ما طرحه كلا من (العنزي، 2015، ص208-209).و (قنيطة، 2016:18) .

### 1-2-نظرية التحليل النفسي:

يرى فريد أن التفاؤل قاعدة عامة للحياة ، وهو يعتقد أن الفرد يكون متفائلا مالم يقع في حياته حدث يجعل نشأة العقدة النفسية أمرا ممكنا ، ويعني ذلك أن الفرد قد يكون متفائلا جدا إزاء أحد المواضيع أو المواقف ، فتقع حادثة مفاجئة تجعله متشائما جدا من الموضوع ذاته وقد أطلق فرويد مصطلح التفاؤل الفهي للدلالة على التفاؤل الظاهر كسمة أو كطبع ، فقد اعتبر منشئ التفاؤل من المرحلة الفمية وذكر بأن هناك سمات وأنماط شخصية مرتبطة بتلك المرحلة.

### 2-2-النظرية المعرفية :

يرى (SNYDER. 2003) أن التفاؤل يحتوي عنصر يسمى التخطيط والذي يقوم على حقائق منطقية مجردة والتي تتضمن نوعا من النشاط المعرفي ، في حين أن المتفائلين يميلون للتركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية بالشخصية فيكونون أكثر اقتناعا بالرسائل الإيجابية المتعلقة بالشخصية وأقل اقتناعا بالمعلومات السلبية ، ولعل أهم الدراسات التي تؤكد علاقة التفاؤل بالجانب المعرفي التي أشار فيها إلى ارتباط اللغة والذاكرة والتفكير بالتفاؤل.

### 2-3- النظرية السلوكية :

يرى السلوكيون أن التفاؤل كغيره من السلوك يكمن من خلال الاقتران أو على أساس الفعل المنعكس الشرطي ، كما يمكن اعتبار التفاؤل من الاستجابات المكتسبة الشرطية ، فتكرار مثير ما يحدث سار لشخص ما يترتب على هذا المثير التفاؤل ، في حين ارتباط مثير ما بشيء سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند شخص ما

### 2-4-نظرية التعلم الاجتماعي :

يتكون بناء شخصية الفرد من التوقعات والأهداف والطموحات وفعالية الذات ، حيث تعمل هذه الأبنية بشكل تفاعلي عن طريق التعلم بالملاحظة ، والذي يتم على ضوء مفاهيم المنبه والاستجابة والتدعيم ، ولذلك فإن سلوك الفرد يرتبط بتاريخ التدعيم وذلك لبعض المواقف ، وبناء على ذلك فقد ينجح بعض الأفراد في أداء بعض المهمات في بعض المواقف ، وبالتالي تتكون لديهم توقعات إيجابية للنجاح في المستقبل إزاء هذه المواقف ، على حين قد يفشل بعض الأفراد في أداء بعض المهمات وبالتالي تتكون لديهم توقعات سلبية تجاه هذه المواقف وهذا يختلف الأفراد في توقعاتهم للنجاح أو الفشل إزاء الأحداث المستقبلية ، ومن ثم تظهر الرابطة الواضحة بين التوقعات المستقبلية والتفاؤل على أساس نظرية التعلم الاجتماعي .

### التعقيب على المقاربات النظرية :

اعتبرت المدرسة التحليلية أن التفاؤل ينشأ منذ المرحلة الأولى في حياة الفرد وأنه يبقى على نظرة جيدة للحياة ما لم تحدث له مواقف مؤلمة ، أما النظرية المعرفية اعتبرت التفاؤل نشاط معرفي يقوم على التخطيط والرسائل الإيجابية التي يبعثها الفرد في داخله كما فسرت نظرية التعلم الاجتماعي التفاؤل يبني على مجموعة الخبرات التي تعلمها الفرد من مواقف معينة داخل بيئته الاجتماعية .

#### -البرنامج الإرشادي المبني على التفاؤل :

يعتمد البرنامج الإرشادي على استراتيجية التفاؤل من أجل إرشاد أسر ذوي اضطراب التوحد وقد قامت الباحثين بإعداده من أجل تطبيقه في جلسات لإرشاد عائلات أطفال التوحد.

#### أهداف البرنامج :

1. تعريف أسر أطفال التوحد بالاضطراب، مع شرح أسبابه وأعراضه الشائعة.
2. اندماج الأسر مع بعضهم البعض من أجل التخفيف من حجم المعاناة والاستفادة من تجاربهم الشخصية.
3. تدريب الأسر على التقبل والتعايش مع حالة أبنائهم.
4. السعي من خلال هذا البرنامج لإيصال للأسر بأن تحسن أبنائهم يعتمد بدرجة قصوى على المتابعة المستمرة لهم
5. إعطاء نظرة تفاؤلية بمستقبل أبنائهم وذلك بإمكانية تحسينهم واندماجهم وتواصلهم في بيئتهم الاجتماعية.

#### الفترة الزمنية للبرنامج :

يستغرق البرنامج لتطبيقه حوالي 3 أسابيع بمعدل جلستين في الأسبوع أي ما يقارب 6 جلسات .

#### الموضوعات التي ستتضمنها جلسات البرنامج وهي :

الجلسة الأولى: جلسة تمهيدية تتمثل في التعرف على المشاركين في البرنامج.

الجلسة الثانية: التعرف على اضطراب التوحد وأسبابه، والتطرق إلى أعراضه الشائعة وتصنيفاته.

الجلسة الثالثة: تحتوي على مدى مساهمة جانب التقبل والدور الذي يلعبه في تحسن أبنائهم.

الجلسة الرابعة : التعلم بالنمذجة وذلك بإعطاء المشاركين خلال الجلسة نماذج لأطفال ناجحين يعانون من نفس المشاكل الذين يعانون منها أبنائهم.

الجلسة الخامسة :تدريب المشاركين في البرنامج الإرشادي لتنمية التفاؤل بحالة أبنائهم وذلك كخطوة لتخطي المشاكل التي تعود بالسلب على حياة أطفالهم.

الجلسة السادسة : الجلسة الختامية ويكون فيها تقييم مدى استفادتهم من البرنامج وذلك من خلال العمل على الإرشادات الموجهة إليهم.

#### التوصيات :

1-ينبغي الاستخدام العديد من الفنيات او الاستراتيجيات الإيجابية في علم النفس الإيجابي كاستراتيجية غرس الأمل لدى أمهات المصابين بالتوحد .

2-تقديم برامج إرشادية لأمهات الأطفال المصابين بالتوحد لتعزيز التفاؤل لديهم حول مستقبل أبنائهم .

3- عقد ندوات وورشات عمل تهدف إلى توعية الأمهات المصابين بالتوحد تتضمن آليات تكيفهم مع الوضع الحالي ، وإعادة تأهيلهم نفسياً .



4- التوصية بفتح مركز ارشادي تابع للمركز البيداغوجي أطفال التوحد تحت إشراف مؤطرين بيداغوجيين من ذوي كفاءات علم النفس العيادي والإرشاد والتوجيه للنظر في حاجات أمهات الأطفال المصابين بالتوحد عن طريق تعظيم الجوانب الإيجابية لديهم والتقليل من الجوانب السلبية لديهم .

#### قائمة المراجع :

- 1- الأنصاري ، بدر محمد (1997) ، التفاؤل والتشاؤم ( المفهوم ، القياس ) ، ط1 ، الكويت.
- الجبلي ، سوسن شاكر (2005). "التوحد الطفولي أسبابه وخصائصه وتشخيصه وعلاجه" ، ط1 ، مطبعة علاء الدين ، دمشق : سوريا .
- 2- جمعة ، سيد يوسف (2000). "الاضطرابات السلوكية وعلاجها" ، دار غريب ، القاهرة .
- 3- خطاب أحمد محمد (2009). "سيكولوجية الطفل التوحدي" ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ط1 ، مصر .
- 4- دانيال جولمان ، (2000) ، الذكاء العاطفي ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت .
- 5- شيخ ذيب ، رائد (2005). "الدورة الأولى في التوحد" ، مؤسسة كريم رضا سعيد (برنامج الإعاقة في سورية ) ، دمشق .
- 6- عبد العزيز العنزي ، (2015). "دور التفاؤل الغير الواقعي في العلاقة بين المعتقدات الصحية وسلوك التدخين لدى الشباب الجامعي" ، المجلة الدولية التربوية المتخصصة ، المجلد (4) ، العدد (9).
- 7- عبد الكريم إيمان والدوري ، (2010) ، التفاؤل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طالبات كلية التربية ، مجلة البحوث التربوية والنفسية.
- 8- عبد الله ، قاسم (2001). "الطفل التوحدي أو الذواتي الانطوائي حول الذات ومعالجته" ، اتجاهات حديثة ط1 ، مطبعة دار الفكر للطباعة والنشر ، حلب : سوريا .
- 9- العبد الله ، نور (2012). "فاعلية برنامج تدريبي قائم على استراتيجيات النمذجة والتعزيز الإيجابي في تنمية مهارات العناية بالذات لدى عينة من الأطفال التوحديين" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم التربية الخاصة ، جامعة دمشق .
- 10- عبد الناصر ، عبد الرحيم محمد قدومي (2015). التفاؤل وجودة الحياة والسعادة لدى طلبة العلوم الشرطية والعسكرية والأمنية ، فلسطين .
- 11- عزت (2012) ، التوحد الإعاقة الغامضة ، جامعة أم القرى ، فلسطين .
- 12- قنيطة ، سهاد (2016). "التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة لدى المطلقات في قطاع غزة" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، قسم الصحة النفسية المجتمعية ، الجامعة الإسلامية بغزة .
- 13- كوليل ، (2013) ، التوحد فرط الحركة ، خلل القراءة والأداء .
- 14- اللهيبي ، نادية (2009). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الوعي الغذائي لأمهات ومشرفات أطفال التوحد رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للاقتصاد المنزلي ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة .
- 15- مرهج ، ريتا ( 2001 ) . "التوحد" ، نشرة علمية صادرة عن مركز لبنان للتوحد ، بيروت .