المشكلات النفسية و الاجتماعية لأسرة ذوي الاحتياجات الخاصة وطرق مواجهتها

Psychological and Social problems of the families who have people with special needs and ways to cope with

إحسان براجل جامعة باتنة 1

ملخص:

يهدف هذا البحث إلى إبراز أهم المشكلات والضغوط النفسية والاجتماعية الناجمة عن وجود طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة داخل الأسرة والمتمثلة في المشكلات النفسية والأسرية والاجتماعية والمادية، التي تخل بالعلاقات الأسرية، وتهدد البناء الأسري. وبالتالي فإن هذا الوضع يوجب مساعدة أفراد الأسرة من خلال تقديم يد العون لهم و.إرشادهم، وتوعيتهم باستخدام تقنيات واستراتيجيات ملائمة من أجل التخفيف من حدة هذه الضغوط، وبالتالي تقبل الطفل المعاق والتكيف معه.

الكلمات المفتاحية: المشكلات النفسية، الأسرة، ذوي الاحتياجات الخاصة، الضغوط النفسية، الضغوط الاجتماعية، التكيف.

Abstract

The aim of this research is to highlight the most important psychological and social problems and pressures resulting from the existence of a member of the family with special needs, particularly the Psychological problems. That causes dissolution of the family relations and family construction. This situation requires the assistance of family members by helping them and by providing them with guidance and awareness of appropriate techniques and strategies to recover these pressures, thereby accepting and adapting the disabled child.

Keywords: Psychological problems, families, special needs, psychological stress, social stress, adaptation.

مقدمة:

إن اكتشاف الأسرة لإعاقة الطفل في الوهلة الأولى يعتبر بمثابة حدث ضاغط و صادم لها؛ إذ ينجم عنه تغير في الأدوار الأسرية، بالإضافة إلى ردود أفعال انفعالية لفقدان الأولياء لآمالهم و طموحاتهم المرتبطة بميلاد الطفل الذي سيكون بمثابة غراس حياتهم وأمل مستقبلهم، فالعناية بالطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة تتطلب إشرافا مكثفا، ومتابعة دائمة، واهتماما خاصا، ومعاملة مميزة. فالأفراد من ذوي الإعاقة يعتبرون من الفئات التي يصعب التعامل معها، مما يضع الأسرة تحت ضغوط كبيرة ويزيد من مشكلاتها، لذلك فإن أفراد أسرة الطفل المعاق بحاجة لمن يدلهم على الطرق التي يمكنهم استخدامها لمساعدة ابنهم و كيفية التعامل معه و تفادي المشكلات التي قد تخل بالنظام الأسري.

إشكالية الدراسة و تساؤلاتها:

تعتبر الأسرة هي اللبنة الأولى التي يتعلم منها كيف يسلك ، إذ تزرع فيه القيم الثقافية والاجتماعية، كما تلعب دورا هاما في بناء وتشكيل الاتجاهات لديه وصقل شخصيته. و يعتبر أفراد الأسرة سواء والدين أم إخوة المثل الأعلى والقدوة الأولى للطفل، خاصة الوالدين، إذ يكتسب الطفل منهما كل ما يساعده على مواجهة الحياة باعتبارهما النموذج الأول والأهم في حياته الاجتماعية. والأسرة بصفتها وحدة اجتماعية أساسية في بناء المجتمع، فهي تعتبر أيضا مركز تبادل الخبرات بين أفرادها، بحيث يتأثرون بعضهم ببعض وتتقارب مواقفهم وتتلاحم تعبيرا عن المشاركة الوجدانية والانفعالية لأي فرد من أفرادها، وإن أي خلل في بناء هذه الأسرة من شأنه أن يؤثر على بقية أفرادها.

وتعتبر قضية الإعاقة من القضايا الهامة التي تفرض نفسها على الأسرة وتقتحم أمنها واستقرارها، الأمر الذي يتطلب تكاتف أفرادها لمواجهتها، وتقديم العون لمن أصيب بها، حتى لا تترك بصمات سلبية على واقع الأسرة النفسي والاجتماعي على المدى الطويل، ومهما كانت الآليات التي اتبعتها الأسرة في التعايش مع الإعاقة أو مواجهتها، فلا بد أن يترك وجود شخص معاق بين أفرادها آثاراً وإن كانت بسيطة، بحيث تختلف من أسرة إلى أخرى اعتمادا على عدة عوامل من أهمها شدة ونوع الإعاقة، وجنس المعاق، وبنية العائلة، ومستوياتها الثقافية والاجتماعية والاقتصادية.

ولقد تمحور الاهتمام في السابق حول الطفل المعاق كونه العنصر الأهم في قضية الإعاقة دون الالتفات إلى بقية أفراد أسرته، إلا أن المتخصصون في الإرشاد والتأهيل النفسي والاجتماعي بدؤوا حديثا الاهتمام بأسر الأفراد

المعاقين، وأدركوا الضغوط و الصراعات والمشكلات التي تواجههم من خلال رعايتهم لهذا الفرد، فوجود طفل معاق في الأسرة يعتبر بمثابة حدث ضاغط و صادم لها، ينجم عنه ردود فعل انفعالية لفقدان الأولياء لآمالهم و طموحاتهم المرتبطة بميلاد الطفل، تغير في الأدوار الأسرية، وعلاقات أسرية أكثر تعقيدا، هذا ما يحدث تغييرا و خللا في تكيف الأسرة، وفي التنظيم النفس- الاجتماعي لأفرادها. وقد أشارت العديد من الدراسات التي اهتمت بالجانب النفسي لأسر المعاقين إلى أن هذه الأسر تتعرض لضغط نفسي شديد مقارنة بأسر الأطفال العاديين. وبالتالي، فإن العناية بالطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة تتطلب إشرافا مكثفا و اهتماما خاصا، ومعاملة مميزة. مما يضع أفراد الأسرة تحت ضغوط كبيرة تزيد من مشكلاتها، لذلك فهم بحاجة لمن يدلهم على الطرق التي يمكنهم استخدامها لمساعدة أبنائهم و كيفية التعامل معهم و تفادي المشكلات التي قد تخل بالنظام الأسري وذلك من خلال تقديم سبل الإرشاد للأسرة بهدف مواجهة الإعاقة والتخفيف من آثارها ،

و منه، فإننا نهدف من خلال هذه الورقة البحثية إلى التعرف على الضغوط و المشكلات التي تتعرض لها أسر ذوي الاحتياجات الخاصة، و طرق مواجهتها ، وذلك من خلال التساؤل الإشكالي التالي:

ما هي أهم المشكلات التي تواجه أسر ذوي الاحتياجات الخاصة؟ و ما هي طرق و استراتيجيات مواجهتها؟

الإعاقة داخل الأسرة:

يطلق مصطلح " ذوي الاحتياجات الخاصة على الأفراد الذين يعانون من انحراف عن المتوسط العام في القدرات الذهنية، والجسدية، والحركية، والحسية وقدرات الاتصال والتواصل، الأمر الذي يجعل الفرد غير قادر على التكيف مع المتطلبات الحياتية لوحده، ويحتاج إلى دعم وخدمات تربوية خاصة لتطوير وقدراته.(البسطامي، 2013، ص 13). وتشمل فئات ذوي الاحتياجات الخاصة: الموهبة والتفوق، الإعاقة الجسدية، الإعاقة السمعية، الإعاقة البصرية، الإعاقة الذهنية، فئة التوحد، صعوبات التعلم، اضطرابات اللغة والتواصل، اضطراب فرط النشاط المصحوب بنقص الانتباه، والإصابات الدماغية. إلا أننا في هذه الورقة البحثية فإننا سنستخدم مصطلح " ذوي الاحتياجات الخاصة" أو " الإعاقة " للتعبير عن العجز الذي يصاب به الطفل مما يجعله غير قادر على تولي أمور حياته لوحده، وأيضا سيكون تركيزنا على الإعاقة التي تشكل حدثا ضاغطا للأسرة مما يخل بنظامها الأسري.

إن الإعاقة لا تؤثر فقط على الطفل المصاب، و لكنها تؤثر على جميع أفراد أسرته بدرجات متفاوتة، و بالتالي فإن وراء كل طفل معاق أسرة ذات احتياجات خاصة أيضا، فالأسرة لا تحمل فقط المسؤوليات التي تحملها أسرة

عادية، و لكنها تتحمل مسؤوليات إضافية خاصة مثل تنشئة الطفل المعاق، و تنشئة أخوته بأقل مردود نفسي سلبي والتغلب على الضغوطات التي تواجهها.

1. **ردود أفعال الأولياء تجاه الإعاقة:**

2. تختلف ردود أفعال أسر الأطفال المعاقين عند ولادة طفلها، و ذلك حسب درجة ونوع الإعاقة، وشخصية الوالدين وكذلك النمط الثقافي الاجتماعي للأسرة، وبالتالي فإن هذا الحدث يتطلب جهدا من أجل التعامل مع هذا الطفل.

وتتمثل ردود أفعال تجاه الإعاقة مرتبة كما يلي:

أ) **الصدمة:**

ب) و هي المرحلة التي تكتشف فيها الأسرة أن طفلها مصاب بإعاقة مهما كان نوعها، فيصاب الوالدان بالذهول والعجز التام عن فعل أي شيء، وغالبا ما يرفضان تصديق ذلك، وتبدأ هنا مرحلة الانفعالات العنيفة والمليئة بالحزن والألم وعدم الرضا، والإحساس بالذنب، فقد تشعر الأم أنها السبب في ذلك، ويشعر الوالد أن هلم يقم بواجبه كما ينبغي، وأحيانا ما يكون التأنيب لأي من الوالدين من الوراثة التي ورثها لطفله، بالإضافة إلى الشعور بالإحباط والفشل. (القمش، 2011، ص 257)

ج) **الإنكار:**

د) تشير (الخالدي،2014، ص 34) إلى أن الصدمة غاليا ما يتبعها إنكار لهذا الواقع الحقيقي، وعدم التصديق و التشكيك فيه، إذ ينكر الوالدان وجود هذه الإعاقة عند ابنهما و يفسرون الخلل إلى خطأ في عمليات التشخيص، و قد تبحث الأسرة عن مصادر متعددة لتشخيص الحالة، ويركز الوالدان في هذه المرحلة على أشكال السلوك التي يقوم بها الطفل والتي تدل على عدم وجود مشكلة لديه وأنه مختلف عن إخوته في بعض المظاهر التي يمكن أن تزول فيما بعد، وهذا الوضع قد يستمر لفترات مؤقتة وقد يطول، و إذا استمر لفترت طويلة فسيضعف ذلك من فرص التدخل المبكر. و في مرحلة الإنكار والرفض يبدأ الوالدان في التساؤل كيف يدعي الطبيب بأن طفلنا يعاني من إعاقة؟ فهما يحاولان تجاهل الواقع، و يعتريهم الغضب لأنهم لا يمتلكون أسلوبا للتعامل مع مواجهة اليأس والألم.

هـ) **مرحلة الانفعالات:**

و) يعتبر الحزن والأسى رد فعل يحدث مباشرة بعد التشخيص، فهذه المشاعر لا تنبع فقط من وجود طفل معاق في الأسرة، بل أن هذا الشعور قد يتولد نتيجة شعور الوالدين بأنهما السبب في وجود هذا الطفل، وأن الإعاقة غيّرت مجرى حياتهم ولم يعد بمقدورهم الاستمتاع بطعم الحياة. والإحساس بالتعاسة والشعور بالأسى وخيبة الأمل يصاحبه الانطواء والبكاء وبعض الأعراض الجسمية مثل الأرق وفقدان الشهية. وبعد أن يستفيق الوالدان من الصدمة وإنكار الواقع الذي يجب تقبله، يدخلان في حالة حزن عميق ممزوج بالقلق مع الشعور بالغضب والسخط و عدم الرضا، وقد يوجهان هذه الانفعالات نحو الخارج بداية من الطبيب الذي أخبرهما بحالة طفلهما، إلى الطفل الحالة الذي سبب لهما هذا الألم وحطم أحلامهما. وقد يصب الزوج غضبه على زوجته أو العكس، وحتى على الأبناء إخوة الطفل المعاق(الخالدي، 2014، ص 35).

ز) **مرحلة الشعور بالذنب:**

ح) تستبدل مشاعر الحزن والغضب بشعور عميق بالذنب، يكمن السبب فيه أن الضرر الذي لحق بالطفل هو عقاب من الله لذنوبهما، ويبدأ كل واحد منهما بإلقاء اللوم على الطرف الآخر في أنه سبب في إصابة الطفل، وأن الأم لم تتبع سبل الوقاية أثناء فترة الحمل، أو أهملت أساليب التغذية السليمة. و قد يشعر الوالدان بالذنب و تأنيب الضمير ويوجه النقد نحو الذات بحيث يلوم كل من الأب والأم نفسه، وفي كثير من الأحيان نجد الأمهات يشعرن بطريقة أو بأخرى بأن عليهن مسؤولية كبرى بالنسبة لعجز طفلها. ويتطور هذا الشعور بالذنب إلى اكتئاب، ويظهر الوالدان الاستسلام حول إعاقة طفلهما، وقد ينعزل الوالدان عن الآخرين وقد يهرب أفراد الأسرة من المحيط الاجتماعي إلى محيط آخر، ويرفض الوالدان مقابلة الآخرين، وتخفي الأسرة وجود طفل معاق خوفا من نظرة الآخرين والمجتمع بصفة عامة. . (الخالدي،2014، ص 36).

هـ. **مرحلة التقبل:**

و. تمثل هذه المرحلة تقبل الوالدين واعترافهما بالحقيقة، ويصل الأمر إلى الواقعية والتفكير في كيفية التعامل مع الطفل المعاق دون الشعور بالخجل أو الذنب، ويتخلى الوالدان عن فكرة اللوم وتحميل المسؤولية للطرف الآخر. و يهتم الوالدان في هذه ببرامج الرعاية المقدمة لذوي الاحتياجات الخاصة، فيشعران بالمسؤولية تجاهه ويبدآن في البحث والتعرف على البرامج التي تساعد في تنمية مهاراته لأقصى درجة ممكنة. (الخالدي،2014، ص 37).

3. تأثير الإعاقة على الإخوة:

لا تقتصر آثار وجود طفل معاق في الأسرة على الوالدين، وإنما تمتد لتشمل بقية أفراد الأسرة بما فيهم الإخوة ، حيث أن تكليفهم بمسؤوليات رعاية أخيهم المعاق قد تشعرهم بالضغط النفسي، وقد تنتابهم مشاعر الشعور بالذنب والغضب وسرعة الاستثارة، أو حسد أخيهم المعاق على الرعاية والاهتمام الذي يحظى به من الوالدين (عبدات،2007، ص 10). كما أن عدم فهم إخوة الطفل المعاق لوضعية أخيهم نتيجة لغياب المعلومات التي تجيب عن الكثير من الأسئلة التي تدور في أذهانهم أمر قد يعرضهم إلى مشاكل نفسية و صراعات قد تمتد جذورها إلى مختلف مراحل تطور جهازهم النفسي ، وهذا ما توصل إليه كل من فاداسي وفيويل و ماير و شيل(Vadassay, Fewell, Meyer and Schell,1984,). في دراسة قاموا بها حول إخوة الأشخاص المعاقين مؤكدين زيادة احتمال تعرض هؤلاء الإخوة للضغوطات النفسية و المشكلات الانفعالية.(شرادي و ميزاب، 2014، ص 105).

4. مشكلات أسر الأطفال ذوي الإعاقة:

إن وجود طفل معاق يولد لدى الأسرة مشكلات مختلفة تبدأ منذ إعلامهم بأن طفلهم معاق، إذ يختل توازن الأسرة و تفقد قدرتها على أداء وظائفها و تبذل محاولات كبيرة للتوافق معها إلا أنها تفشل في تحقيق ذلك دون دعم و مساعدة، و تتمثل هذه المشكلات في :

5. مشكلات نفسية:

غالبا ما ينتاب الأهل موجة من اليأس والإحباط منذ لحظة إعلامهم بأن طفلهم معاق، حيث تحدث الصدمة، ومشاعر الإنكار والرفض، وقد يمتد الأمر إلى الشعور بالذنب والاكتئاب ولوم الذات، وإسقاط المشاعر على الآخرين من أطباء ومختصين وأقارب، وقد يشمل الأمر مدى قدرة الفرد على القيام بالسلوك المقبول اجتماعياً، والاستجابات السريعة وسرعة الاستثارة والغضب(صندقلي، 2012، ص 289)، بالاضافة إلى ردود أفعال عاطفية يشوبها القلق حول عدم قدرة الطفل على رعاية نفسه، وإيذائه لذاته.كما يظهر على الوالدين الخوف من المستقبل الذي يعتبر خبرة وجدانية غير سارة تنتج عن استغراقهما في التفكير اتجاه ما يتوقع حدوثه في المستقبل، إذ يفكر الوالدان في حالة الطفل إذا تغيرت أوضاع الأسرة بما لا يساعد على تلبية حاجيات الطفل عندما يكبر، وعدم قدرته على الكسب، والزواج و تكوين أسرة وأنه سيبقى على حاله وبالتالي فإن الحالة النفسية لأسرة الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة لا تغير شيئا في الأمور بل سوف تزيد الوضع سوء . (مصطفى و الشربيني، 2011، ص 263،264) ويظل بعض الآباء والأمهات في حالة من اللايقين، فليجؤون إلى العزلة نتيجة

إحساسهم بأنه لا يوجد أي شخص آخر يفهم ما يمرون به ويواجهونه. فقد تعوزهم الثقة في قدرتهم على تلبية حاجات الأسرة والأبناء، وقد يدخلون في حالة من الشك إزاء قدرة الأخصائيين والمؤسسات المعنية بصفة عامة على تحقيق توقعاتهم من البرامج والخدمات المناسبة لأبنائهم. (منصور، 2009، ص 19) ونتيجة لهذه المشكلات النفسية فقد يصاب بعض أفراد الأسرة بأعراض سيكوسوماتية تتمثل في الصداع، وفقدان الشهية، وآلام في الجهاز الهضمي إضافة إلى الأرق.

ب. مشكلات أسرية

إن انضمام طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة إلى الأسرة يخلق جوا عاطفيا ونفسيا داخل الأسرة، و قد يمزق تماسكها ويفكك وحدتها، و قد تتأثر العلاقات بين أفراد الأسرة بسبب متطلبات الطفل المعاق، والتي قد تتطلب من أفراد الأسرة العمل تحت ظروف من الضغط النفسي والتوتر والقلق والحرمان من إشباع حاجاتهم الشخصية، وينعكس هذا على علاقات الأفراد بينهم، ويخلق مشاعر من الضعف والتذمر الدائم إضافة إلى الخلافات التي تقع بين الأفراد سواء بين الزوجين أو بين الإخوة، أو بين الآباء وأبنائهم (الخالدي،2014، ص 52)، كذلك انشغال الأم بشكل كبير بالطفل المعاق مما يقلل من تلبية احتياجات بقية أبنائها، إضافة إلى تدهور العلاقة بين الزوجين ومدى حدوث أزمات زوجية ومشكلات أسرية قد تقود في بعض الأحيان إلى انفصال الوالدين، مما قد يولد شعورا بالرفض اتجاه الطفل المعاق والشعور بالكراهية والرغبة في الهروب من هذا الوضع بشكل عام، قد يدفع بعض أفراد الأسرة إلى مغادرة المنزل لبعض الوقت ، وهذا بدافع الهروب من تحمل مسؤولية هذا الطفل .

ج. مشكلات اجتماعية:

يؤثر وجود طفل معاق في الأسرة على علاقات الأسرة الخارجية، فقد تسود مشاعر الخجل من إظهار المعاق للمجتمع مما يقلل من فرص تواصل الأسرة مع العالم الخارجي لتفادي أية مواقف محرجة وبالتالي العزلة، وهذا يمتد إلى مدى تكيف الأخوة مع بيئتهم التعليمية وفرصهم في الزواج المستقبلي، وتتعرض الأسرة أيضاً لضغوط اجتماعية أكثر من غيرها من الأسر، ويشمل ذلك المواقف والظروف التي تتطلب تغييراً في أنماط الحياة. (عبدات،2007، ص 10). ولعل أهم المشكلات الاجتماعية التي تعاني منها أسر الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة تلك الوصمة الاجتماعية: المرتبطة بالطفل المصاب، وهو الشخص الموصوم اجتماعيا، المنبوذ والمرفوض، تحيط به نظرات الازدراء والاحتقار، أو الخوف والإشفاق، بالإضافة إلى أن الإعاقة وخاصة الإعاقة العقلية أو الذهنية تحيط بها هالة اجتماعية مرتبطة بسلوكات الطفل الغير عادية و الخارجة عن السيطرة، والتي تعتبر غير مقبولة اجتماعيا. بالإضافة إلى الاتجاهات السلبية كالسخرية والتهكم والتطفل(عبد اللطيف، 2007، ص 136). كذلك نجد أن

بعض أفراد المجتمع خاصة الأقارب الذين يحملون الوالدين مسؤولية إصابة الطفل خاصة الأم التي تتجه إليها أصابع الاتهام وبأنها أهملت الطفل ولم تقم بواجبها كما ينبغي. هنا تتلخص مشكلة أخرى من المشكلات الاجتماعية والتي تتمثل في انخفاض مستوى الدعم والمساندة الاجتماعية وإن كان هذا معدوما في كثير من الأحيان.هذه المشكلات الاجتماعية وغيرها تعتبر أعباء إضافية تضاف إلى الأعباء التي يجب أن تتحملها الأسرة، هذه الأخيرة التي هي بحاجة إلى دعم ومساعدة اجتماعية خاصة من الأقارب و الأصدقاء، والتي تخفف من وطأة الضغوط التي تتعرض لها هذه الأسر بصورة يومية.

د. مشكلات مادية :

إن وجود طفل معاق في الأسرة يستنزف الكثير من إمكانياتها ومواردها المادية، وبالتالي فإن هذا يحدث تأثيرات سلبية على الدخل الاقتصادي لها لما تنفقه على علاجه وتقديم البرامج الصحية والتربوية له، إضافة إلى تكاليف الأجهزة والأدوات المساعدة التي يحتاجها الطفل، وقد تستمر هذه المصروفات طيلة حياة هذا الطفل، والتي قد تكلف أكثر من النقود التي تنفقها الأسرة على أخوته العاديين، ناهيك عن أن بعض الأمهات يتركن أعمالهن بعد اكتشافهن بإصابة طفلهن، من أجل تقديم العناية والرعاية اللازمة له، مما يقلل من دخل الأسرة (عبدات،2007، ص 9)، و بالتالي فإن أفراد أسرة الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة يشعرون بنوع من الالتزام الاقتصادي، خاصة إذا كان هناك نوع من العلاقات الأسرية القوية، أما إذا انعدمت فسيرجع ذلك سلبا على الطفل. (عبد اللطيف ،2007، ص 134).

من خلال ما تم ذكره، يتضح لنا أن المشكلات النفسية والاجتماعية أسر الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة تنشا نتيجة للاتجاهات السلبية لدى كل من أفراد الأسرة نحو الإعاقة، وجهل الوالدين والإخوة بأساليب التعامل مع هذا الطفل، بالإضافة إلى نظرة المجتمع لهذا الطفل بأنه فرد مرفوض و منبوذ، لذلك فإن هذه الأسر بحاجة إلى رفع مستوى الوعي لديهم بالإعاقة، وإرشادهم وتوجيههم إلى سبل مواجهة المشكلات النفسية والاجتماعية وتقبل طفلهم من أجل تسهيل عملية التعامل معه وتقديم الرعاية اللازمة له.

تكيف الأسرة مع الضغوطات والمشكلات الناتجة عن وجود طفل معاق:

إن الأسرة التي لديها أطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة تواجه مشكلات جمة كتلك التي ذكرناها سابقا، وبالتالي فإن استجابات الأسرة للضغوط المصاحبة لوجود هذا الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة تختلف من أسرة لأخرى، وأيضا من فرد لآخر، وبالتالي فإن دور الأسرة في تطوير وتنمية قدرة هذا الطفل مرتبط بالأساس بمستوى تكيف البيئة الأسرية، ومدى قدرتها على تجاوز المشكلات و الضغوطات المصاحبة لوجود فرد من ذوي

الاحتياجات الخاصة. وبالتالي، فإنه يمكن التغلب على المواقف المسببة للضغوط النفسية من خلال استراتيجيات التكيف والمواجهة، التي تساعد بدورها أفراد الأسرة على خفض مستوى التعرض للضغوط النفسية.

وتشير .(البسطامي، 2013، ص 25) إلى أن استراتيجيات التكيف مع الضغوط هي مجموعة من الأساليب و النشاطات السلوكية والمعرفية التي تستخدمها أسرة الفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة في مواجهة هذا الحدث الذي يعتبر ضاغطا بالنسبة لهم، وهذا بهدف حل المشكلة والتخفيف من حدة الضغوط المترتبة عنه, وبالتالي فإن استخدام هذه الاستراتيجيات تعود بفائدة على الأسر التي لديها طفل من ذوي الإعاقة، وقد يختلف مدى تقبل الدعم الاجتماعي، ومصادر الضتكيف الخارجية من أسرة لأخرى بسبب اختلاف الثقافات السائدة داخل الأسر.

وقد أشار ولكسون وكامبيل (Wilkinson & Cambel.1997) إلى أن استراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية تنقسم إلى:

_ تكيف متمركز حول المشكلة: ونقد به تنظيم العلاقة بين الفرد والبيئة التي تكون مصدر إحداث ضغط لديه، وذلك عن طريق جهود لتحسين علاقة الفرد مع البيئة (أي تنظيم العلاقة بين الأسرة وبين الطفل المعاق).

_ تكيف متمركز حول الانفعالات: ويقصد به تنظيم الانفعالات الضاغطة وذلك عن طريق أفكار وأفعال صممت لتخفيف التأثير العاطفي للضغط، وتشمل سلوكيات المواجهة مثل إعادة البناء المعرفي، وحل المشكلات والمهارات الاجتماعية والبحث عن المعلومات.

وبالتالي فإننا نجد أسرة الطفل المصاب بالإعاقة مهما كان نوعها، تستخدم العديد من الاستراتيجيات التي تساعدها على مواجهة مشكلتها، والتخفيف من حدة الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجهها، نذكر منها:

. استراتيجية إعادة البناء المعرفي:

ونقصد بها إعادة النظر في المشكلة والتعلم من الأخطاء السابقة، والعمل على تغيير طريفة تفكير أفراد اسرة الطفل المعاق.

. استراتيجية الدعم الاجتماعي:

وتعد هذه الاستراتيجية من بين الاستراتيجيات المهمة والفعالة التي تساعد أفارد أسرة الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة في تحقيق التكيف مع الإعاقة، ونقصد بالدعم الاجتماعي الجهود المبذولة لمساعدة أفراد الأسرة وتقديم الخدمات لهم،.

. استراتيجية التدين:

يعتبر التدين عاملا مهما في التكيف مع الإعاقة، والضغوط الناتجة عنها ، وذلك من خلال علاقة الفرد بربه، ومع المجتمع المؤمن المحيط به، وهذا يعطيه قدرة على إدراك وجود منطق للمعاناة البشرية.

6. إرشاد الأسرة لمواجهة مشكلاتها:

إن الدور الذي تلعبه الأسرة وخصوصاً الوالدين في تطوير وتحسين وضع الطفل المعاق من ذوي الاحتياجات الخاصة هو دور هام، فهم أقرب الناس له، و هم من يمنحونه الحب والحنان ، ولكي تقوم الأسرة بالدور المتوقع منه، فإنها تحتاج إلى نظام دعم يساعدهم على اكتساب المعرفة والمهارات اللازمة لتربية وتعليم طفلها بفعالية (نجاتي، 2015، ص 482) ومواجهة المشكلات والصعوبات التي لخصها كوهين ودونالان في الآتي:

. التعامل مع الطفل الذي لا يستطيع نقل رغباته و حاجاته للآخرين

. التحكم في السلوكات الشاذة ذات الطقوس النمطية التي يمارسها الطفل.

. محاولة إشباع الحاجات الشخصية للطفل وحاجات باقي أفراد الأسرة، والحفاظ على النظام في البيئة والأسرة.

. الصعوبات التي يفرضها المجتمع على الأسرة وتتمثل في العزل أو الرفض.(القمش، 2011، ص 260).

دور الأخصائي النفسي في مساعدة الأولياء على مواجهة مشاكلهم:

إن إرشاد الوالدين هو عملية فنية يجب أن يقوم بها الأخصائي على درجة عالية من الكفاءة للعمل مع أسر الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة. و قد أشارت الكثير من الدراسات إلى أن جلسات الإرشاد الجمعي و الفردي كثيرا ما تساعد الآباء و الأبناء في تخفيف مشاعر الذنب والإهمال والانسحاب التي قد تنتابهم عند التفاعل مع الأطفال المعاقين (القمش، 2011، ص 260).

و لكي تتحقق أهداف عملية إرشاد أسر الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة يجب أن تتوفر بعض الخصائص النفسية في الأخصائي و التي نذكر منها:

. أن يكون على وعي وبصيرة بمشاعره نحو المعاقين حتى تكون قراراته موضوعية.

. أن يكون ضابطا لانفعالاته ومتبصرا بها، وأن لايشعر بالأسى والشفقة على الطفل ووالديه أو العكس.
. عدم ادعاء الفهم التام للخبرة التي يعيشها الوالدان.

. تقديم المعلومة المناسبة والمهمة التي تريح الوالدين وتساعدهما، وأن يكون حذرا جدا في طريقة توصيل المعلومات.

. تشجيع أفراد الأسرة على المواجهة الإيجابية للموقف والرضا بالواقع.

. تفهم دينامية العلاقة الأسرية.

. القدرة على فهم مدى تأثير الإعاقة على جميع أفراد الأسرة. (القمش، 2011، ص 261).

و يوضح (جاد الله ، 2010، ص 1021، 1022) دور الأخصائي في عملية الإرشاد الأسري كما يلي:
. مساعدة الأسرة خاصة الوالدين على اكتساب مهارات التكيف والتوافق مع المشكلات والضغوط التي يسببها وجود طفل معاق.

. مساعدة أفراد الأسرة للتخلص من المشاعر السلبية.

. دعم المشاعر الإيجابية ومنح الأمل في إمكانية التغير وتحقيق تغيير ملموس في سلوك الطفل.

. مساعدة الأسرة على اتخاذ القرارات السليمة لصالح الأسرة و الطفل.

. مساعدة أفراد الأسرة على تعديل أفكارهم الغير صحيحة حول الطفل وضرورة تقبله والتعامل معه.
. مساعدة الأسرة على فهم واقعها واكتشاف قدراتها.

. تزويد أفراد الأسرة بكيفية التعامل مع الطفل من ذوي الاحتياجات الخاصة وإشباع حاجاته.

. تزويد أفراد الأسرة بالمعارف والمعلومات وأساليب مواجهة المشكلات.

. مساعدة الأفراد على تحسين علاقاتهم ببعضهم البعض، ومساعدة الأسرة ككل على استرجاع علاقاتها الاجتماعية.

. توضيح مصادر الخدمات النفسية والاجتماعية المتاحة في المجتمع والتي يمكن أن يستفيد منها الطفل و أسرته.

إضافة إلى ذلك، فإنه يستوجب على الأخصائي النفسي مساعدة الأسرة للتخلص من مشكلاتها، و ذلك بالتركيز على المشكلة، ووضع خطة عن الموقف ثم إتباعها، والتعامل مع الضغوط بصورة مرنة، والتركيز على الجانب الإيجابي من المشكلة، ومحاولة التوصل لحل مقبول يحقق شيئاً إيجابياً من الموقف المرتبط بالمشكلة، والتعامل مع الموقف بصورة تدريجية، والتأني أثناء تعاملهم مع مشكلة الطفل.

الخاتمة:

من خلال ما تم ذكره في هذه الورقة البحثية، فإننا نشير إلى أن الإعاقة تعتبر من بين المواضيع التي لفتت اهتمام الباحثين، وهذا نظرا للخصائص التي يتميز بها الأفراد من ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تجعلهم مختلفين عن غيرهم. كما زاد الاهتمام بأسرة الطفل المعاق نظرا لما تخلفه الإعاقة من اختلال وعدم اتزان في تركيبيتها الأسرية، مخلفا بذلك مشكلات نفسية وأسرية واجتماعية، إضافة إلى المشكلات المادية. و بالتالي فإنه يجب على الأخصائي النفسي تقديم خدمات ارشادية نفسية تتمثل في رفع وعي الأسرة بالإعاقة، و التخفيف من حدة المشكلات و الصعوبات التي تعاني منها سواء في الجانب النفسي أو الأسري أو الاجتماعي، حتى تتمكن من تقبل وضع ابنها والتعايش معه، و مساعدته على إطلاق طاقاته الكامنة وتفتح له المجال للتكيف في المجتمع بصورة طبيعية.

المراجع:

1 – البسطامي سلام (2013): مستوى إدارة استراتيجيات التكيف للضغوط النفسية لدى أباء الأطفال ذوي الاحتتياجات الخاصة وأمهاتهم في محافظة نابلس، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية.

2 . جاد الله البساطي السيد حسن السيد(2010): العلاقة بين التدخل المهني ببرنامج للممارسة العامة للخدمة الإجتماعية و حجم الضغوط النفسية و الإجتماعية التي تتعرض لها أسر الأطفال التوحديين، مجلة دراسات في الخدمة الإجتماعية و العلوم الإنسانية السعودية.العدد 29 ، جامعة حلوان، مصر

4 . الخالدي أميرة بنت عيد (2014): دور الأسرة في تأهيل الطفل المعاق، رسالة ماجستير، جامعة نايف، المملكة العربية

6 . شرادي نادية ميزاب ناصر(2014): الآثار النفسية و الاجتماعية للإعاقة على إخوة المراهقين المعاقين حركيا في الأسرة الجزائرية. مجلة دراسات نفسية و تربوية، العدد 13، مخبر تطوير الممارسات النفسية و التربوية، جامعة ورقلة.

7 . صندقلي ابراهيم هناء (2012):التوحد اللغز الذي حير العلماء، ط 1، لبنان، دار النهضة العربية.

8 . عبدات روحي مروح(2007): الآثار النفسية و الاجتماعية للإعاقة على إخوة الأشخاص المعاقين، الإمارات العربية المتحدة، مدينة الشارقة للخدمات الإنسانية.

9 . عبد اللطيف سماح محمد لطفي (2007): دراسة سوسيو أنثروبولوجية على أسر الأطفال المعاقين ، رسالة دكتوراه، جامعة جنوب الوادي. مصر

11 . القمش مصطفى نوري (2011) : اضطراب التوحد، ط 1، عمان، دار المسيرة

12 . مصطفى أسامة فاروق و الشربيني السيد كامل (2011): التوحد ، ط1، عمان ، دار المسيرة.

13 . منصور طلعت (2009): الدعم . النفسي لأسر الأشخاص من ذوي الإعاقات، الشارقة.

14 . نجاتي أحمد حسن يونس (2015): حاجات أولياء أمور الأطفال ذوي اضطراب التوحد في المملكة العربية السعودية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 42، العدد 2، الجامعة الأردنية.