

**كلية التربية للطفولة المبكرة**

**قسم العلوم النفسية**

الإرشاد بالواقع كمدخل لتحسين الصلابة النفسية لدى أمهات طيف التوحد الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد بمحافظة الإسكندرية

Reality counseling as an approach to improving psychological toughness among mothers of children with autism spectrum disorder in Alexandria Governorate

ياسمين أحمد على عبد الوهاب

باحثة دكتوراة قسم علوم نفسية بكلية التربية للطفولة المبكرة

جامعة دمنهور

**مقدمة:**

تشعر الأم بقلق واكتئاب وعدم اتزان وخوف من المستقبل وتلجأ لا ستخد أساليب تجنبيه في مواقف المواجهة تفتت صلابتها

وقد أظهرت العديد من الدراسات إلى تدهور الصحة النفسية على المدى الطويل لدى ال حيث أشارت هذه الدراسات إلى أن امهات طيف التوحد الأطفال التوحديين يعانين من آثار سلبية على الصحة النفسية على المدى البعيد، كما أن الآثار السلبية للصحة الجسدية هي ناتجة عن اختلال الصحة النفسية لديهم نتيجة لإنجاب طفل معاق.

ويعاني الامهات طيف التوحد من خبرات صادمة وصعوبات في التكيف بالإضافة إلى حالات القلق، الاكتئاب، فقدان الاستقرار النفسي، والضغط النفسي والتي تمثل مظاهر لتدهور الصحة النفسية، بالإضافة إلى تغير الحالة الاجتماعية والشعور بالمسؤوليات الجديدة التي تترتب على لإنجاب طفل معاق

وتعد الصلابة النفسية أحد مؤشرات الصحة النفسية والمتغيرات الشخصية الإيجابية التي تساعد الفرد على التعلل الجيد مع الضغوط والاحتفاظ بصحة نفسية جيدة

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين الصلابة والصحة النفسية، وكانت الصلابة النفسية أفضل مؤشر في الصحة النفسية، فالأفراد الذين لديهم صحة نفسية عالية قادرون على إيجاد معنى وهدف لحياتهم، وأكثر قوة من المجموعات الأخرى الذين كانت لديهم مستويات منخفضة من الصلابة النفسية.

وتتمثل الصلابة النفسية في عملية التكيف السليم في أوقات الشدة والصدمات مع الحفاظ على الل، والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر، والقدرة على حل المشكلات، وهي تلاك الفرد لمجموعة سمات تساعده على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتز، التحكم والقدرة على التحدي

والصلابة النفسية تتكون من الخصائص النفسية التالية: الالتز والتحكم والتحدي، وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على سلة الأداء النفسي للفرد رغم التعرض لأحداث سلبية ضاغطة، فالأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صمودا ومقاومة وإنجازا وضبطا داخليا وقيادة واقتدارا ونشاطا وواقعية

ويعد الإرشاد بالواقع أحد الاتجاامهات طيف التوحد الحديثة في الإرشاد، التي تهتم بالكانيات الإيجابية للفرد والجماعة في إطار نمائي، وتساعد الفرد على تحقيق سلوك فاعل ومتوافق، كما أن الإرشاد يستند إلى مجموعة من القواعد الملموسة في الحياة اليومية، وهو من أكثر الاتجاامهات طيف التوحد فاعلية في الجانب الوقائي للصحة النفسية للفرد

فالواقع في فاعليته في تخفيف الضغط النفسي، المخاوف المرضية، القلق، وزيادة المرونة والصلابة النفسية والمسؤولية والسعادة.

ومن هذا المنطلق سوف تتبنى الباحثة دراسة فاعلية الإرشاد بالواقع لتنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين في مركز دار الرعاية الاجتماعية، بوصفها أحد مظاهر الصحة النفسية.

**مشكلة الدراسة:**

يمثل لانجاب طفل توحدي مشكلة نفسية اجتماعية، وظاهرة عة في جميع المجتمعات العربية والأجنبية، ولا يمكن تجاهل حقيقة أن الامهات طيف التوحد المعرضات لانجاب طفل توحدي يعانين من تدهور في مظاهر الصحة النفسية ومستواها مما قد يكون الأساس للراض النفسية والجسدية. فانجاب طفل معاق بصفة عة وتوحدي بصفة خاصة يعد حدثا ضاغطا يؤثر على حياة أولئك الذين يعانون منه، وهو يرتبط بعدد من المشكلات النفسية والاجتماعية متمثلة في اضطراب العلاقات الاجتماعية والحاجة إلى الدعم الاجتماعي والمادي **(Trivedi, Sareen &Dhyani,2009).**

وعليه يتضح أحد جوانب مشكلة الدراسة في الآثار السلبية الناتجة عن تدهور الصحة النفسية الناجم عن وجود طفل معاق والذي قد يمثل تهديدا للامهات طيف التوحد من الناحية النفسية والصحية حيث تمثل الصلابة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية.

وتظهر نتائج العديد من الدراسات كازاك، إيفرت، كاستن،إيركاسون و سيرلو(**Kazak, 1980; Everett, 1992; Kastin, 1994; Ericsson and Siarlo 2000; quoted from Ahmadi Dizchi,2010 in: Bari et al . , 2013)** أن الكثير من المشكلات النفسية المصاحبة لانجاب طفل توحدي يمكن تجنبها من خلال التدريب وتطوير الجانب النفسي ، ويمكن التكيف مع التغيرات التي تحدث نتيجة لانجاب طفل توحدي من خلال تقديم وسائل التدخل النفسي المناسبة.

وعلى ذلك تتضح أهمية الإرشاد النفسي لامهات طيف التوحد الأطفال التوحديين، ومن الممكن أن يسهم الإرشاد النفسي في تحويل هذه المرحلة الصعبة للامهات طيف التوحد إلى فرصة للنمو والتطور الشخصي، فبعض الامهات طيف التوحد ينظرون إلى اعاقة اطفالهن على أنه فشل منهن, والإرشاد النفسي من الممكن أن يساعدهن في الحصول على منظور جديد, ويمكن أن يكون فرصة للنمو والقوة والحكمة، وتنمية الخصائص التي من شأنها أن تخدم العلاقات المستقبلية.

والإرشاد النفسي يسهم في تدريب الامهات طيف التوحد وتعليمهن مهارات المواجهة الفعالة اللازمة وآلياتها لمساعدتهن في التعل مع اطفالهن من منظور صحي، ويعد الإرشاد بالواقع أحد الأساليب الإرشادية الهة والتي يمكن تطبيقها لمساعدة الامهات طيف التوحد في قبول الواقع والتركيز على الحاضر وعدم مناقشة الماضي، وتنمية الهوية الناجحة والسلوك المسئول، ففي دراسة باري وزملاؤه **(Bari et al. , 2013)** أثبتت فعالية الإرشاد بالواقع في زيادة المرونة النفسية ومواجهة التحديات لدى امهات طيف التوحد الأطفال التوحديين.

ويعد الإرشاد بالواقع أحد الأساليب المستخدمة للإرشاد النفسي حيث تركز على قبول الفرد للواقع الحالي مهما كان مريرا، كما تسهم في تشجيع السلوك المسئول, والالتز بكل ما يسهم في تغيير الوضع الحالي وتحسنه، والتركيز على الحاضر مما يسهم في نمو هوية ناجحة, ومساعدة الفرد على إدراك أن الشخص الوحيد الذي يمكنه التحكم في سلوكه هو نفسه, وتعد الصلابة النفسية أحد العول الشخصية في تحسين الصحة النفسية والأداء، كما تسهم الصلابة النفسية في تنمية اتجاه داخلي يؤثر على طريقة مواجهة الأفراد في حياتهم العة حيث تحدد الصلابة النفسية أساليب المواجهة الفعالة للضغط النفسي وتحقيق التوافق النفسي الذي يمثل جانباً مهماً للصحة النفسية، حيث ينتبه الفرد إلى عول الضغط بطريقة واقعية ويدركها كفرصة للنمو، كما يدرك مسؤوليته وتحكمه الداخلي تجاه سلوكياته الحالية (الصمادي و الخزعلي، 2006).

وتتفق أهداف الإرشاد بالواقع مع الصلابة النفسية ، حيث يسهم الإرشاد بالواقع في تنمية مكونات الصلابة النفسية من حيث اتفاقهما حول الالتز وأهمية الاندماج مع الآخرين والأحداث والمسؤولية، كذلك القدرة على التحكم الداخلي والحث على التغيير وتحدي الصعوبات والمواجهة الناجحة للواقع من أجل نمو الشخصية الناجحة.

وبناء على ذلك تتضح أهمية تنمية الصلابة النفسية بوصفها متغيراً نفسياً في تحديد أساليب المواجهة الفعالة لتحقق التوافق النفسي لدى الامهات طيف التوحد والذي يمثل جانباً مهماً من جوانب الصحة النفسية .

وبناء على ما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال التالي :

**ما تأثير برنج قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين ؟**

ويتفرع من هذا السؤال التساؤلات التالية:

**بناء على ما سبق يمكن صياغة تساؤلات الدراسة كما يلي:**

1- ما الفروق في متوسط درجات الصلابة النفسية بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع ؟

2- ما الفروق في متوسط درجات الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع ؟

3- ما الفروق في متوسط درجات الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية في القياسين البعدي و التتبعي؟

**أهداف الدراسة:**

**تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار تأثير برنج قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد في دار الرعاية الاجتماعية.**

ويتفرع من هذا الهدف الأهداف التالية:

1. التعرف على الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدي للصلابة النفسية.
2. التعرف على الفروق لدى المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للصلابة النفسية.
3. التعرف على الفروق لدى المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الصلابة النفسية.

**أهمية الدراسة :**

**الأهمية النظرية للدراسة:**

تتمثل الأهمية النظرية لموضوع الدراسة فيما يلي:

**1-**في حدود علم الباحثة، قصور وندرة الدراسات التي تناولت برج الإرشاد النفسي لفئة امهات طيف التوحد التوحديين في المجتمع العربي عة والمجتمع المصري خاصة.

1. -إثراء المعرفة والفكر النفسي في الجانب النظري للبحوث العربية في مجال الإرشاد بالواقع والصلابة النفسية، حيث يتفقان من أن كليهما يهدفان إلى تنمية الالتز بالسلوك الإيجابي والتحكم بشكل أفضل في الحياة والتحدي من خلال مواجهة الواقع وتغيير سلوكه إلى نحو إيجابي .
2. تنمية الصلابة النفسية عن طريق الإرشاد بالواقع لدى امهات طيف التوحد التوحديين تسهم في إلقاء الضوء على أساليب مواجهة الآثار الناتجة عن الاعاقة، فتساعد على تنمية النواحي الإيجابية لديهن وتقليل أعراض المرض النفسي والجسدي.

**الأهمية التطبيقية:**

تكمن أهمية الدراسة التطبيقية فيما يلي:

1- يمكن أن تفيد هذه الدراسة في حالة إثبات نجاح البرنج الإرشادي لكل الباحثين النفسيين والمهتمين بمجال امهات طيف التوحد التوحديين بالاهتم بجانب الإرشاد بالواقع واقتراح الخطط المستقبلية لتساعدهن على اكتشاف جوانب القوة في نفوسهن وتفتح لهن آفاقا جديدة من أجل الوصول إلى درجة مرتفعة من التوافق النفسي والقدرة على الأداء والإنجاز المثمر.

2- تل الباحثة أن تسهم النتائج التي تتوصل إليها نتائج الدراسة في الاستفادة منها في المراكز والمؤسسات المعنية بأمهات طيف التوحد التوحديين مثل وزارة الشئون الاجتماعية و مراكز الرعاية الاجتماعية و التوعية الأسرية.

**محددات الدراسة:**

**الحدود الموضوعية:**

سوف تقتصر الدراسة الحالية في اختبار تأثير برنج قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين في مركز الارشاد النفسي و الاجتماعية بمدينة الاسكندرية.

-المتغير التجريبي: الإرشاد بالواقع.

-المتغير التابع: الصلابة النفسية.

- العينة: امهات طيف التوحد التوحديين.

**الحدود الزمانية:**

سوف يطبق البحث الحالي خلال الفصل الدراسي الثاني الع1435-1436هـ.

**الحدود المكانية:**

سوف يتم تطبيق الدراسة على امهات طيف التوحد التوحديين في مركز دار الرعاية الاجتماعية**.**

**مصطلحات الدراسة:**

**الإرشاد بالواقع (** Real counseling)

"هو أسلوب إرشادي، يقوم على نظرية الاختيار، يستخدم بفاعلية في الجانب الوقائي في ميدان الإرشاد والعلاج النفسي والذي يهدف إلى تشجيع الفرد في أن يتعلم ويعيد النظر في الطريقة التي يرغب بها في تلبية حاجاته، والتركيز على السلوك الحالي وكيفية السيطرة والتحكم بشكل أفضل على حياته"(الزغبي و الكريديس،179:2013).

قدم William Glasser (1962)فكرة الإرشاد بالواقع, ويرى" أن كل شخص قادر على توجيه حياته، وأن بكان الناس إذا اعتمدوا على قراراتهم أكثر من الاعتماد على مواقفهم أن يحيوا حياة مسئولة وناجحة وراضية" (في: عبد الرزاق،23:2009)

وتعرف الباحثة الإرشاد بالواقع إجرائيا بأنه برنج مصمم ومخطط يتكون من مجموعة من الأنشطة التي تطبق على أفراد عينة الدراسة (امهات طيف التوحد التوحديين ) لتزويدهن بالأسس التي تساعدهن في أن يصبحن على وعي بسلوكهن, وأيضا تطوير سلوكيات تساعدهن على أن يصبحن ناجحين في معظم محاولاتهن وجهودهن لتصحيح ذلك السلوك**.**

**الصلابة النفسية psychological hardiness))**

تعرفها (Kobasa, 1979)"أنها مجموعة من خصائص الشخصية, وظيفتها مساعدة الفرد في المواجهة الفعالة للضغوط, وهي تتكون من الالتز والتحكم والتحدي"(في: مخيمر،13:2011).

كما يعرفها مخيمر (1996) "أنها خصائص الشخصية الإيجابية التي تؤدي إلى المحافظة على سلة الأداء النفسي والجسمي في حالة التعرض للضغوط والمواقف الشاقة"(مخيمر،13:2011).

وتعرف الصلابة النفسية إجرائيا بأنها الدرجة التي تحصل عليها المفحوصات في عينة الدراسة والتي تعكس مستوى المتغيرات النفسية من حيث مدى التزها تجاه نفسها وأهدافها وقيمة الآخرين من حولها، كذلك اعتقادها بكانية التحكم فيما تواجهه من أحداث، واعتقادها بأن ما يطرأ من تغير في حياتها هو ر ضروري ومثير.

**فروض الدراسة:**

1. توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع لصالح المجموعة التجريبية.
2. توجد فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع لصالح القياس البعدي.
3. لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الصلابة النفسية.

**الإطار النظري والدراسات السابقة**

**مفهوم الإرشاد بالواقع:**

هو منهج حديث للإرشاد النفسي والذي تأسس على يد ولي جلاسر ع 1965، حيث يساعد الفرد على التخلي عن إنكار العالم الواقعي والاعتراف بأن الواقع موجود، ويسهم في تعلم الفرد كيفية إرضاء حاجاته الأساسية بطريقة مسئولة, والتمسك بالنجاح للجوانب المادية وغير المادية للعالم الواقعي (Glasser, 1990).

إن أغلب المشكلات التي تواجه الأفراد ترجع إلى التواصل غير المرضي والهدف من الإرشاد بالواقع هو مساعدة الأفراد على إعادة التواصل وإنشاء تواصل جيد بين الأفراد، كما أن تطبيق الإرشاد بالواقع وتعلمه يسهم في التركيز على الحاضر وتجنب مناقشة الماضي، كما يستند العلاج بالواقع على نظرية الاختيار والتي طورها جلاسر وتتمثل في أن أغلب سلوك الفرد قائم على اختياره الشخصي، كما تؤكد نظرية الاختيار على أن الأفراد لديهم دافع لإرضاء واحدة أو أكثر من الحاجات الأساسية الخمس من أجل البقاء, وهي الحب، الانتماء، القوة، الحرية والمرح (Glasser,2010).

**أهمية الإرشاد بالواقع:**

يتميز الإرشاد بالواقع بشكل جوهري بأنه منهج غير تقليدي يختلف عن المناهج التقليدية والتحليلية الأخرى من حيث: عدم قبول مفهوم المرض العقلي، حيث يرفض جلاسر أن يطلق على الفرد بأنه مريض عقلي إلا إذا كان لديه اضطراب حقيقي في الدماغ مثل مرض الزهايمر أو الصرع، بالتالي يجب معالجتهم من قبل أطباء الأعصاب، خلاف ذلك لا يعد اضطراب عقلي. كذلك التركيز على الحاضر وتقبل الواقع ورفض التركيز على الماضي. يرى جلاسر أنه لا جدوى من البحث في الماضي، حيث أن تخفيف ألم الماضي لا يقدم أي فائدة للفرد، والحالة الوحيدة التي يتم التركيز عليها في الماضي أثناء الإرشاد في حالة الكشف عن الإنجازات والنجاح الذي تم في الماضي، كما أن إشباع الحاجات الأساسية يمكن الوفاء بها فقط في الحاضر (Petersen, 2005). كما يرى باين مالكوم (1997) أن الإرشاد بالواقع يعد أحد الأشكال المعاصرة للعلاجات المعرفية التي تضم بجانب الإرشاد بالواقع كل من العلاج العقلاني الانفعالي والعلاج الوجودي وخدمة الفرد العقلانية (عبد الحافظ، 2006).

**مراحل تطور الإرشاد بالواقع:**

مر الإرشاد بالواقع بعدة مراحل ساهمت في تطوره كأسلوب حديث في الإرشاد، في ع 1965 نشر ولي جلاسر أول كتاب له " العلاج الواقعي: طريقة جديدة في الطب النفسي Reality therapy a new approach to psychiatry (Glasser, 1990). لا يؤمن جلاسر بمفهوم المرض النفسي مالم يكن هناك مرض أساسي في الدماغ، كما يرى جلاسر أننا وراثيا مخلوقات اجتماعية وبحاجة إلى بعضنا البعض وأن السبب الرئيسي للأعراض النفسية تتمثل في الأغلب إلى عدم قدرتنا في الحصول على الأشخاص المهمين في حياتنا، وعدم القدرة على إشباع حاجاتنا الأساسية بطريقة مسئوله. في أواخر السبعينات، قدم جلاسر نظرية التحكم control theory من خلال كتابات ولي باوزر William T.Powers (Glasser, 2010) . وتشرح هذه النظرية كيفية عمل الدماغ كنظ ضابط لكافة الأنشطة المعرفية والسلوكية والحركية بل وحتى الفسيولوجية للفرد، تبنتها كنظرية في الإرشاد. وفي ع 1998 أصدر جلاسر كتاب "نظرية الاختيار: سيكولوجية جديدة للحرية الشخصية" (the choice theory: a new psychology of personal freedem) حيث توسع في دراسة وفهم الدوافع والسلوك ، غير جلاسر أسم نظرية الضبط لتحمل أسم نظرية الاختيار (choice theory) وقد برر جلاسر هذا التغير بأن مصطلح نظرية الضبط هو أسم مضلل ومنفر يصعب قبوله، وهي تختلف مع نظرية الضبط الخارجي التي تعزو السلوكيات لدوافع ومثيرات خارج إرادة الفرد، في حين تعزو نظرية الاختيار سلوكيات الفرد لدوافع تكمن داخل الفرد نفسه. يرى هورات، 2001 أنه حسب نظرية الاختيار يتم تدريب الناس على عدم الميل إلى عزو سلوكياتهم إلى ظروف وأسباب خارجية وإنما جعل دوافع سلوكياتهم داخلية (الصمادي، الخزعلي، 2006).

وتتمثل الافتراضات البديهية الأساسية لنظرية الاختيار في عشرة نقاط كالآتي:

* الشخص الوحيد الذي يمكنه التحكم في سلوكك هو أنت.
* كل ما يقوم به الفرد هو سلوك
* جميع سلوكيات الفرد هي سلوكيات اختيارية
* كل ما يكن أن تقدمة للشخص الآخر هي المعلومات.
* جميع المشاكل النفسية طويلة المدى هي مشاكل في العلاقات كما أن مشكلة العلاقات الغير فعالة دائما ما تكون جزء من حياتنا الحالية.
* كما أن الفرد لدية دافع لإرضاء خمس حاجات أساسية حيث يولد الفرد بها وهي: البقاء، الحب والانتماء، القوة، الحرية والمرح.
* ما حدث في ماضي الفرد له علاقة بما يفعله الآن، لكن يمكن تلبية الحاجات الأساسية الآن والتخطيط لمواصله تلبيتها في المستقبل.
* يمكن إشباع هذه الحاجات من خلال تلبية صورة جودة العالم.
* مفهوم السلوك الكلي: ويتكون من أربعة عناصر وهي : (الأداء، التفكير، الشعور والوظائف الحيوية الداخلية في الجسم) كما أن السلوك الكلي هو اختياري، لكن لدينا القدرة على التحكم المباشر على الأداء والتفكير، كما يمكن التحكم بطريقة غير مباشرة في المشاعر وفي الوظائف الحيوية من خلال اختيار الأداء و طريقة التفكير. (Glasser,2010).

تتمثل الحاجات الخمسة الأساسية في الآتي:

ـ الحاجة للبقاء: وتتمثل في الصحة الجيدة، حماية الذات، اتخاذ المخاطرة.

ـ الحب والانتماء: وتتمثل في الصداقة والعلاقات الحميمة، الإيثار والتعارف. كما يرى جلاسر أن الحب هو السلوك الذي يقوم به الآخرين ويعني به توجيه الاهتم و المسؤولية الاجتماعية.

ـ القوة: تتمثل في المهارات، الانجازات، وتقدير الذات، الشعور بالن والسلة، الشعور بالفخر.

ـ الحرية: وتتمثل في الاستقلالية، الحكم الذاتي.

ـ المرح: وتتمثل في الأنشطة الممتعة والمثيرة للاهتم والإبداع (Wubbolding, 2002).

العملية التي تتم من خلالها إشباع هذه الحاجات تتمثل في مشاركة الفرد والانخراط مع الآخرين من خلال تكوين علاقات إنسانية فعالة معهم، يجب على الفرد أن يكون على اتصال مع واقعه وأن يكون قادر على الوفاء بحاجاته ضمن واقعة، كذلك التشجيع والمساندة للتعل مع الواقع، قد تؤدي بالفرد إلى المحاولة بطريقة يائسة وغير واقعية لإشباع حاجاته بطريقة غير مسئوله مما يؤدي إلى الهوية الفاشلة كما حددها جلاسر، أيضا العديد من المشكلات النفسية مثل القلق والاكتئاب وقد يصل إلى مرحلة الإنكار الكل للواقع . يؤكد جلاسر على عدم فعالية علم النفس التحليلي، ويرى أن متطلبات المشاركة الشخصية مع الآخرين، مواجه الواقع، ورفض السلوك الغير مسئول وتعلم طرق أفضل للتصرف هي من أسس العلاج بالواقع وتساهم في تكوين شخصية ناجحة. أن عدم القدرة على الوفاء باثنين من الحاجات الأساسية وهي أن يحب وأن يكون محبوبا ، والشعور بالقيمة الذات والآخرين قد يؤدي إلى السلوكيات الغير مسئولة (Glasser, 1990).

**أهداف الإرشاد بالواقع:**

مساعدة الفرد على قبول واقع الحياة وقبول المسئولية تجاه سلوكياتهم من أجل مساعدة الفرد على الحصول على هوية ناجحة. يساهم منهج الإرشاد بالواقع في خفض حالات القلق والاكتئاب حيث أظهرت نتائج العديد من الدراسات (Peterson,2009; Karkhanechi,2010; Prinzola,2009; Lawrence,2004 ;Kim2005 in: Haidarabadi,2014) والتي أظهرت أن تطبيق الإرشاد بالواقع ساعد في زيادة مستويات تقدير الذات، مفهوم الذات اتخاذ القرارات، التوافق مع التوتر والصحة النفسية ، السعادة والصلابة النفسية. كما أثبتت دراسة كل من (Lo 2007; Aghayi,2010 in: Haidarabadi,2014) أن العلاج بالواقع قادر على زيادة إدراك الحاجات، خاصة السعادة والمرح لدى طلاب المدرسة الثانوية مع زيادة الل، الصحة النفسية.

**مفاهيم الإرشاد بالواقع:**

يسعى المرشد في المرحلة الأولى من الإرشاد بالواقع إلى مساعدة الفرد على قبول واقع الحياة وإن كان مؤلما بالنسبة له، وفي المرحلة الثانية يساعد المرشد الفرد على قبول المسؤولية تجاه سلوكه من أجل مساعدة ذاته للحصول على هوية ناجحة، لأن السلوكيات الغير مسئولة ورفض الواقع يمكن أن يؤدي إلى حالة الاكتئاب والقلق. يرتبط الإرشاد بالواقع بعدد من المفاهيم الأساسية والتي تتمثل في الدافعية، المسئولية، الواقع ، الصحيح (Clog,2008 in: Haidarabadi,2014).

**الدافعية:** ترى نظرية الإرشاد بالواقع أن كل الأفراد بحاجة إلى أن يوجدوا شعورا عما يكونون، وأن يدركون أنفسهم كأفراد لهم أهمية، واستقلالية، وفردية، أطلق جلاسر على هذه الحاجة الأساسية مصطلح الهوية identity . ويميز جلاسر بين نوعين من الهويات وهي "هوية النجاح" والتي تشير إلى أن الفرد يدرك نفسه على أنه ماهر ومقتدر وله أهميته وكذلك القدرة على التأثير على بيئته ،ا "هوية الفشل" فتشير إلى أولئك الأفراد الذين لم يكونوا علاقات وثيقة مع الآخرين والذين لا يتصرفون بمسئولية ويشعرون باليأس وعدم الأهمية. يميل الأفراد إلى تحقيق هوية النجاح، إلا أنها تتطلب الوفاء بحاجتين أساسيتين وهما الحاجة لتبادل الحب أن يحُِب وأن يُحب ، والحاجة إلى الشعور بالأهمية، ويتطلب إشباع امهات طيف التوحدين الحاجتين الاندماج مع الآخرين، حيث أن الاندماج هي الوسيلة الوحيدة لهوية النجاح. كما يصفها جلاسر و زانين 1973 "بأنها الجزء المكمل للكائن وهي القوة الداخلية الحافزة التي تحكم كل السلوك" (الشناوي،1994).

**المسؤولية :**يعرف جلاسر (1965) المسؤولية بالقدرة على تلبية احتياجات الفرد، والقي بذلك بطريقة لا تحرم الآخرين من القدرة على تلبية احتياجاتهم، أن أحد أهداف الإرشاد بالواقع هو المشاركة وأداء السلوك الذي يرضي الفرد بطريقة لا تتداخل مع الوفاء بحاجات الآخرين، حيث يتعلم الناس ذوي المسؤولية مسؤولية التحكم الفعال في حياتهم (Petersen, 2005).

**الواقع:** إن قبول المسؤولية يتطلب من الأفراد أن يواجهوا الواقع، إذ عليهم أن يدركوا أ، حاجاتهم يجب أن تشبع في إطار القيود التي يفرضها العالم عليهم. ويكون التركيز على السلوك الحالي جزء من الواقع، كما أن الحاضر جزء من مفهوم الواقع الصحيح Rightأن الأفكار القيمة تعتبر خاصية أساسية للمخزون المعرفي للشخص المسئول. يرى جلاسر (1965) أن الأخلاقيات، المثل، والقيم أو الصحيح والخطأ من السلوك ترتبط كلها بشكل كبير بحاجاتنا، إن الأحك القيمية التي يمر بها الأفراد حول سلوكيات معينة قد تزودهم بالرغبة في تغيير هذه السلوكيات (الشناوي، 1994).

**مبادئ وأسس الإرشاد بالواقع:**

**:** تتمثل المبادئ الأساسية للإرشاد بالواقع في الآتي:

**تكوين علاقة إيجابية بناءه مع العميل في العلاقة المهنية:** تكوين علاقة مساندة مع العميل ر ه في الإرشاد بالواقع، يرى جلاسر أنه إذا فشل المرشد في التواصل مع العميل، فلن يحدث أي تقدم مع العميل. يطرح المرشد بعض الأسئلة للتعرف على رغبات وتصورات العميل، وما يقوم به العميل حاليا (Petersen, 2005).

التركيز على السلوك الحاضر أكثر من المشاعر: يتعل المرشد بالواقع مع كل ما يحدث في حياة العميل في الوقت الحالي، يرى جلاسر أنه لا فائدة من البحث في الماضي والوقت الوحيد الذي يمكن أن يركز الإرشاد بالواقع على الماضي هي الكشف عن الخبرات الناجحة في الماضي، ويهدف ذلك إلى مساعدة العميل على أن يكون واعيا ومسئولا عما يقوم به من تصرفات في الحاضر . يوضح المرشد للعميل أن الحاجات التي يمكن الوفاء بها تكون في الوقت الحاضر كما أن تخفيف ألم الماضي لا ينفع العميل ولا المعالج(Petersen, 2005).

**تشجيع السلوك المسئول :**ويعرف جلاسر (1965) المسؤولية بالقدرة على تلبية احتياجات الفرد، والقي بذلك بطريقة لا تحرم الآخرين من القدرة على تلبية احتياجاتهم(Petersen, 2005)

* **مساعدة المسترشد على تقييم سلوكه والحكم عليه ما إذا كان يتسم بالمسؤولية**
* **التخطيط والعمل :** يساهم الإرشاد بالواقع على مساعدة المسترشد في وضع خطط محددة لتغيير سلوكه من سلوك الفشل إلى سلوك النجاح، كما يجب أن تتسم هذه الخطط بالواقعية والقابلية للتنفيذ والتعديل وفي حدود دافعية المسترشد.
* **الالتز:** مساعدة المسترشد على الالتز بتنفيذ الخطة، فالبدء في الالتز بالخطة يساهم في عملية الاندماج وتحمل المسؤولية ومن ثم تحقيق هوية النجاح، بالتالي يصبح المسترشد أكثر إحساس بقيمته وأهميته الذاتية.
* **عدم قبول الأعذار:** عندما لا يفي المسترشد بالتزه بتنفيذ الخطة، أو يفشل في تنفيذها، فيجب على المرشد عدم قبول أي عذر، وعدم البحث عن سبب الفشل، لأن ذلك قد يعزز من هوية الفشل، ومن المهم إعداد خطة جديدة تتسم بالواقعية أو تعديل الخطة القديمة.
* **استبعاد العقاب:** العقاب وسيلة غير فعالة في تغيير سلوك الأشخاص الذين يحملون هويات فشل
* **التركيز على الخبرات الناجحة.**

**فنيات الإرشاد بالواقع:**

استخدم جلاسر، وبولدنج وزملاؤه (1998) أول أربعة مقاطع من كلمات (WDEP)لوصف مفاتيح الإجراءات والاستراتيجيات التي يمكن أن تستخدم في تطبيق الإرشاد بالواقع حيث يشكل كل حرف مجموعة من الاستراتيجيات:

ـ الحاجات: wants:حيث يسأل المرشد المسترشد (ماذا تريد؟)إذ من خلال طرح الأسئلة يتم تشجيع المسترشد في أن يتعلم ويعيد النظر في الطريقة التي يرغب فيه تلبية حاجاته.

ـ العمل والاتجاه: Direction and doing: يهتم الإرشاد بالواقع بالسلوك الحالي، والتركيز على الحاضر يكون من خلال سؤال المسترشد (ماذا تفعل الآن).

ـ التقييم: Evaluation حيث يطلب من المسترشد أن يقيم كل جانب من جوانب سلوكه الكلي، وأن يواجهه بنتائج سلوكه.

ـ التخطيط والالتز: planning & Commitmentإن عملية بناء خطة إرشادية معينة قد يمكن المسترشد من السيطرة بشكل أفضل على حياته، فخلال مرحلة التخطيط يستطيع المرشد توجيه المسترشد بشكل مستمر ويشعره بالمسؤولية (الزغبي و الكريديس،188:2013).

**تطور مفهوم الصلابة النفسية:**

يعد مادي وكوبازاMaddi&Kobaza من أهم الباحثين الذين ساهموا بنشوء وتطوير مفهوم الصلابة النفسية. ظهرت جذور الصلابة النفسية ع 1974، عندما قدمت طالبة الدكتوراة سوزان كوبازا إلى مشرفها سالفتور مادي MaddiSalvatore R.مقالة في مجلة دائرة العائلة family circle magazine حول أفضل الطرق لتجنب الضغوط، حيث أن التوتر الناشئ عن الضغوط لفترات طويلة يؤدي إلى تزايد احتمال ظهور مدى واسع من الراض الجسدية والاضطرابات النفسية، وتقاعس أو انهيار في الأداء (Maddi, 2006). بالتالي يعد بداية نشوء مفهوم الصلابة النفسية على يد الريكية سوزان كوبازا Suzanne Kobasaأثناء أعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها سالفاتور مادي SalvtoreMaddi بجعة شيكاغو بالولايات المتحدة الريكية والتي انتهت منها في سنة 1977. يعد مادي من الباحثين الذين اشرفوا على سلسلة من دراسات الضغوط، ومنها دراسة سوزان كوبازا كما أنشا معهد للصلابة النفسية في جعة كاليفورنيا في الولايات المتحدة. ورغم وجود بدايات مبكرة سبقت كوبازا في الإشارة إلى المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تخفف من حدة وقع الضغوط، إلا أن رسالتها للدكتوراه وأبحاثها التي تلك ذلك (Kobaza,1979, 1982, 1983, 1985) وكذلك أبحاث أستاذها مادي قد أحدثت تحولات كبيرة في دراسة الضغوط النفسية. (مخيمر، 2011). كما وجد مادي أن الاتجاه المتمثل في التحدي يخلق أفراد نشطين يبحثون عن التغيير، ويجدون أنفسهم أكثر استثارة بدلا من الضعف والاستسل. كما لحظ الفروق الفردية في التعل مع الضغوط، مما أدى إلى إثارة تساؤلات نظرية حول هذا الموضوع. تناول مادي وزملائه الباحثين دراسة طولية تدت ثمان سنوات 1975-1987 على موظفي شركة بيل للامهات طيف التوحدفBell Telephone company والتي كانت تعاني من عدت مشكلات أثرت على موظفين الشركة. وتعد هذه الدراسة من الأبحاث الأولية والأساسية في دراسة مفهوم الصلابة النفسية . كان التركيز قائما على الموظفين الذين يعانون من ضغوط رئيسية، من أجل تحديد ما إذا كانت هنالك فروق فردية في ردود أفعالهم التي يمكن فهمها من قبل نظرية الصلابة كما اهتموا خلالها بدراسة الأفراد الذين ظلوا في صحة جيدة على الرغم من تعرضهم لمستويات عالية من الضغوط. حيث افترضت الدراسة أنه بالكان عزل خصائص الأفراد الذين ازدهروا تحت الضغط، من شأنها أن تؤدي إلى طرق لمساعدة أولئك الذين لم يزدهروا. تتبع فريق البحث دراسة 430 موظف من الذكور والإناث كان من بينهم مدراء، ومسئولين تنفيذيين، كما تم تطبيق العديد من المقاييس النفسية والفحوصات الطبية بالتعاون مع الإدارة الطبية للشركة. في ع 1981 تقلص عدد الموظفين من 26000موظف إلى ما يزيد عن النصف قليلا في سنة واحدة، رغم ذلك تمكن مادي وفريق البحث من متابعة واختبار مجموعة الدراسة الأصلية حتى ع 1987. أظهرت نتائج هذه الدراسة البحثية الفريدة من نوعها إلى أن ما يقارب ثلثي العينة عانوا من ضعف في الأداء والقيادة ، ضغوط شديدة وانهيارات، مثل العنف والتغيب عن العمل كما عانوا صحيا، خلالها مثل نوبات قلبية ، سرطان، واضطرابات نفسية مثل الاكتئاب والقلق، تعاطي المخدرات. ومع ذلك فقد حافظ الثلث المتبقي من العينة على الصحة، السعادة، الأداء، وازدهروا بشكل جيد . بالنسبة لهم فأن هذه التغيرات قدمت لهم فرص جديدة، على الرغم من تعرضهم للاختلال كما تعرض لها أقرانهم هؤلاء الأفراد نهضوا في الشركة، كان لديهم حماس متجدد، وغالبا ما تحسنت علاقتهم العائلية. حيث حافظوا على ثلاث معتقدات للصلابة والتي ساعدتهم على تحويل المحنة إلى ميزة وفرصه. هذه المعتقدات تتفاعل معا لتحفز وتحث على سلوكيات المواجهة والتي تساعد على إدارة التغيير. ويطلق على هذه المعتقدات بالاتجاامهات طيف التوحد الصلبة Hardy Attitudes (Kobasa, 1979; Maddi & Kobasa, 1984 in: Maddi,2002).

**مكونات الصلابة النفسية:**

أن الأفراد الذين لديهم مستوى عالي من الصلابة النفسية لديهم القدرة على إدراك وتحويل المواقف والظروف الضاغطة إلى فرص للنمو والتطور. بالتالي فأن التصرفات الشخصية الكنة وراء ذلك تكمن في ثلاث مكونات للصلابة وهي : الالتز، التحكم والتحدي والتي تتفاعل معا لتحفز بالتآزر مع سلوكيات المواجه الإيجابية والتي تساعد على إدارة التغيير(Cole et al., 2004). ويمكن وصف هذه المعتقدات كالتالي:

**1-الالتز commitment :** هي الخاصية الأولى للصلابة النفسية، وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه ذاته، وأهدافه وقيمة والآخرين من حوله (مخيمر، 2011). يميل الفرد إلى المشاركة في أي نشاط أو مواجه أي عمل كما يجد هذه الأنشطة مثيرة للاهتم وذات معنى هادف للحياة. الأشخاص الذين لديهم مستوى عالي من الالتز يشاركون بالكل في مايفعلونه. هذه الشعور بالالتز يتيح لهم الشعور بالأهمية الكافية للمشاركة بالكل في مه العمل على الرغم من تغييرات الضغط الموجودة. كما يقدمون على تلك الأنشطة بأفضل مالديهم،(Stek , 2014).

**2- التحديchallenge :**هو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو ر مثير وضروري أكثر من كونه تهديدا له، مما يساعده على المبادرة واكتشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعده على مواجهه الظروف الضاغطة بفاعلية (مخيمر، 2011). هذه الخاصية هة للحفاظ على صحة الفرد تجاه التغيير والمستويات العالية من التوتر والضغوط. الأفراد الذين لديهم مستوى عالي من التحدي يميلون إلى استقبال المواقف الجديدة كفرصة للتعلم، النمو والتطور بدلا من الاستجابة لتوقعات والاحتمالات الجديدة كتهديد ، كما يعتقدون أنه بكانهم النمو من خلال خبرات الحياة الإيجابية بالإضافة إلى الخبرات السلبية ويتقبلون بسهولة فكرة أن التغيير خاصية إيجابية وطبيعية في الحياة (Stek , 2014).

**3-التحكم control:** هي الخاصية الثانية للصلابة النفسية، وتتمثل في القدرة على اتخاذ القرار والتحكم في الأحداث والقدرة على المواجهة الفعالة للظروف الضاغطة، وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات، وتفسير الأحداث هذه الخاصية تدفع نحو الازدهار لإيجاد طرق تؤثر في نتائج الظروف الضاغطة، بدلا من الشعور بالعجز والسلبية(مخيمر،2011).

و ظهرت العديد من الدراسات لتقييم برنج تدريب الصلابة( Kahn, & Maddi, 1998; Khoshaba, Jensen et al., 2002 in: Maddi, 2006) حيث اتفقت نتائج الدراسة في تطور معتقدات الصلابة والأداء، وأيضا تحسين الأداء والصحة لدى البالغين وأيضا لدى الطلاب الجعيين. حيث يساهم التدريب على الصلابة في زيادة مستويات الصلابة والرضا الوظيفي ، كما يساهم في زيادة نسب المحافظة على المعدل التراكمي لطلاب الجعة لمدة سنتين من فترة التدريب. وفي دراسة أخرى (Maddi,Kahn, & Maddi, 1998)تمت مقارنة برنج الصلابة النفسية مع أثنين من برج التدريب (الاسترخاء ـ التل) و (برنج المساندة الاجتماعية) و توصلت نتائج الدراسة إلى أن برنج تدريب الصلابة كان فعالا في تخفيف الضغوط مقارنة بالبرنجين (Maddi, 2002).تظهر النتائج التراكمية لهذه الدراسات الدعم التجريبي لتصور معتقدات الصلابة النفسية كالتشجيع والدافعية في التعل مع الظروف الضاغطة والتي تحولها من كوارث محتملة إلى فرصة للتطور والنمو، بذلك تعزز الأداء والصحة (Maddi, 2006).

**خصائص الشخصية الصلبة:** وجد كل من كوبازا ومادي (1982) أن الأشخاص الذين يقاومون الضغط النفسي لا يتأذون نفسيا ، ولكنهم أيضا يتقبلون التوتر ويعتقدون أن مثل هذه الحالات والمواقف ضرورية لتطورهم ونموهم(Dogaheh et al., 2014) الأشخاص الأكثر صلابة يتفاعلون مع الأحداث والأشخاص والمواقف بطريقة أكثر نشاطا، كما يبحثون عن أسباب الضغوط والتوتر ومن ثم يتخذون الإجراءات اللازمة لمعالجة ذلك. كما أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة لديهم التز بدرجة عالية نحو ذواتهم وأعمالهم ولديهم خبرة نحو التحكم في حياتهم. كذلك لديهم مستويات مرتفعة من الرضا الوظيفي والجودة الحياة ومستويات منخفضة من ضغوط العمل. كما يقيمون المواقف الصعبة كنوع من التحدي وليس تهديد لهم. كما يواجهون المواقف الضاغطة بشكل أكثر فاعلية من منخفضي الصلابة النفسية (Maddi, 2002). كما وجد أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة أكثر عرضة معرضين لزيادة أعراض الاكتئاب والاحتراق النفسي (Rhodewalt & Zone, 1989) بالإضافة إلى الميل لارتفاع معدلات القلق (Shepherd & Kashani, 1991 in: Maddi, 2002).

**الفاعلية النسبية للصلابة النفسية** : ترى كوبازا 1979 أن مكونات الصلابة النفسية : الالتز، التحكم والتحدي هي مجموعة من العول الوسيطة Mediators factors تساهم في ضبط وتعديل آثار الضغوط. ترتبط الصلابة النفسية بالتكيف والانسج الإيجابي في مواجهه المشكلات Issacson, 2002 in: Dogaheh et al., 2014) .أظهرت العديد من الدراسات(Bartone, 1989 ; Kobasa, 1982; Keane, Ducette, and Adler, 1985 )نتائج متشابهه لنتائج دراسة مادي وزملائه 1975 حيث تم تطبيق نموذج الصلابة النفسية على عينات تعمل في مهن مختلفة مثل سائقي الحافلات، المحيين، التمريض. في دراسة بارتون 1999( (Bartone ,1999والتي تناولت دراسة الشخصية العسكرية تحت تأثير الأحداث الضاغطة المختلفة، مثل مهما حفظ السل، المه القتالية، أظهرت النتائج أن الأفراد الذين لديهم مستويات منخفضة من الصلابة النفسية أكثر عرضة للاضطرابات النفسية والاكتئاب واضطرابات ما بعد الصدمة، نتائج مماثلة تم الحصول عليها في عدة دراسات اتيل، كيو و تيسا Atella,1989; Kuo & Tsai, 1986)) لدى موظفين المبتعثين لمهمات عمل في الخارج وللمهاجرين إلى الولايات المتحدة (Maddi, 2006).

توجد العديد من الدراسات التراكمية التي تناولت معتقدات الصلابة النفسية وفاعليتها في الوقاية من الضغوط والتصدي لأساليب المواجهة السلبية مثل استخد الأساليب النكوصية والتجنب. أوضحت ثلاث دراسات ق بها مادي و هيتوار(Maddi & Hightower, 1999)في مقارنة معتقدات الصلابة النفسية والتفاؤل وعلاقتهما بأسلوب حل المشكلات وأساليب التجنب، في الدراسة الأولى والثانية تضمنت طلاب المرحلة الجعية حيث تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية والتفاؤل ومقارنتهما بأسلوب حل المشكلات والتجنب، في الدراسة الثالثة تكونت من نساء كانت مصابات بأور الثدي ويراجعن العيادة للتأكد من عدم رجوع المرض حيث تم قياس معتقدات الصلابة والتفاؤل قبل موعد المستشفى للتأكد من نتيجة عدم معاودة المرض. أظهرت كل الثلاث دراسات على حدة نتائج متشابهه، حيث وجدت علاقة إيجابية بين معتقدات الصلابة وأسلوب حل المشكلات، وعلاقة سلبية مع أسلوب التجنب مقارنة بالتفاؤل. ففي الدراسة الأولى والثانية والتي أكدت على وجود ضغوط يومية في الحياة الجعية لأفراد العينة ، كانت الصلابة أكثر قوة وانتشارا من حيث التأثير على حل المشكلات أو النشاط، أساليب التعل، و خاصة التي تقي ضد الإنكار والتجنب و العدوانية في التعل مع الضغوط مقارنة بالتفاؤل . الدراسة الثالثة أظهرت، تحت تأثير الضغوط معاودة المرض ظهر التفاؤل كعلاقة ارتباطيه بشكل تقريبي مع جهود أساليب المواجهة لحل المشكلات كما وجدت مع الصلابة بمستويات أعلى. كما ارتبطت الصلابة بشكل سلبي مع أساليب المواجهة السلبية العدوانية "الإنكار والتجنب" مقارنة بالتفاؤل(Maddi, 2013)

**الإرشاد بالواقع وتنمية الصلابة النفسية:**

يساهم الإرشاد بالواقع في تنمية الهوية الناجحة ومساعدة الأفراد ليصبحوا أكثر فعالية في الوفاء بكل حاجاتهم النفسية بطريقة مسئوله وواقعية. ظهرت فعالية الإرشاد بالواقع في العديد من المجالات ومن بينها تنمية الصلابة النفسية. حيث أثبتت العديد من الدراسات(Klug,2008; Peterson,2009; Haidarabadi,2014a; Haidarabadi,2014b) فاعلية الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى الرياضيين من الذكور والإناث ورفعت لديهم مستوى الالتز والتحدي والسلوك المسئول وانتصار الفريق، كذلك فعالية الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى الامهات طيف التوحد اللاتي لديهن طفل كفيف. أن من أهداف الإرشاد بالواقع مساعدة العميل على الاندماج والمشاركة مع الأحداث و الآخرين، مواجهه وقبول الواقع مهما كان مريرا وتغيير السلوك الغير مسئول إلى سلوك مسئول وهذا يتفق مع أحد مكونات الصلابة النفسية وهو الالتز، والذي يتمثل في بقاء الفرد مشاركا في الأحداث والأشخاص من حوله، مهما كانت هذه الأحداث ضاغطة ومرهقة، أيضا يرفض مبدأ الانسحاب نحو العزلة والتجنب (Maddi,2002**)**. كما يستند الإرشاد بالواقع على نظرية الاختيار حيث يرى جلاسر، 1998 أن نظرية الاختيار تختلف عن نظرية الضبط الخارجي التي تعزو السلوكيات لدوافع ومثيرات خارج إرادة الفرد مما يؤدي إلى تكوين هوية فاشلة، في حين تعزو نظرية الاختيار سلوكيات الفرد لدوافع تكمن داخل الفرد نفسه. يرى هورات، 2001 أنه حسب نظرية الاختيار يتم تدريب الناس على عدم الميل إلى عزو سلوكياتهم إلى ظروف وأسباب خارجية وإنما جعل دوافع سلوكياتهم داخلية مما يساهم في تنمية السلوك المسئول وتكوين هوية ناجحة (الصمادي، الخزعلي، 2006). ويتفق ذلك مع المكون الثاني للصلابة النفسية وهو التحكم، والذي يتمثل في القدرة على اتخاذ القرار والتحكم في الأحداث والقدرة على المواجهة الفعالة للظروف الضاغطة، وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات، وتفسير الأحداث هذه الخاصية تدفع نحو الازدهار لإيجاد طرق تؤثر في نتائج الظروف الضاغطة، بدلا من الشعور بالعجز والسلبية(مخيمر،2011).يساهم الإرشاد بالواقع في تحفيز وتشجيع الفرد على وضع خطط محددة لتغيير سلوكه من سلوك الفشل إلى سلوك النجاح، كما يجب أن تتسم هذه الخطط بالواقعية والقابلية للتنفيذ والتعديل وفي حدود دافعية الفرد، كذلك تشجيع الفرد على القي بالسلوك المسئول، من ثم تطور ونمو هوية النجاح (الزعبي، الكريديس، 2013). ويتفق كذلك مع المكون الثالث للصلابة النفسية وهو التحدي والذي يتمثل في إدراك الفرد إلى الضغوط كجزء طبيعي من الحياة، وكفرصه للتعلم، التطور والنمو(Maddi,2002**)**. الأفراد الذين لديهم مستوى عالي من التحدي يميلون إلى استقبال المواقف الجديدة كفرصة للتعلم، النمو بدلا من الاستجابة لتوقعات والاحتمالات الجديدة كتهديد ، كما يعتقدون أنه بكانهم النمو من خلال خبرات الحياة الإيجابية بالإضافة إلى الخبرات السلبية ويتقبلون بسهولة فكرة أن التغيير خاصية إيجابية وطبيعية في الحياة (Stek , 2014).

ومن هذا المنطلق سوف تركز الدراسة الحالية على دراسة فعالية الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين.

ومن الدراسات التي تناولت فاعلية البرج الارشادية في تحسين الصلابة النفسية **تناول موسالانجد وزملائه**Mosalanejad et al., 2012) ) فعالية الإرشاد السلوكي المعرفي لتنمية الصلابة النفسية واستراتيجيات المواجهة لدى النساء المصابات بالعقم واللاتي يتلقين علاج للمساعدة على الإنجاب، **كما أجرت زهرا حيدربادي**(Zahra Haidarabadi,2013) دراسة والتي هدفت إلى البحث عن فعالية الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية والسعادة لدى الامهات طيف التوحد اللاتي لديهن طفل كفيف، **وفي دراسة أخرى اجرتها زهرا حيدرابادي** ( (Zahra Haidarabadi,2014 والتي هدفت إلى دراسة مقارنة فعالية بين كل من الإرشاد بالواقع، التفكير الإيجابي والنموذج المتكل(الإرشاد بالواقع والتفكير الإيجابي) لزيادة الصلابة النفسية لدى الامهات طيف التوحد اللاتي لديهن أطفال كفيفين. **ودراسة حنان محبوب (2012)** التي هدفت إلى تحديد مدى فعالية العلاج بالمعنى في تنمية الصلابة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى عينة من المراهقات الكفيفات، **و دراسة ق بها كل من ماجدة محمود وأحمد فتحي علي (2011)** للتحقق من مدى فعالية برنج إرشادي قائمة على علاقة تعاون ومساعدة لتحسين الصلابة النفسية لامهات طيف التوحد الأبناء ذوي الإعاقة البسيطة وأثره على تقدير الذات لهم، **و دراسة ق بها إبراهيم المغازي (2013)** لتحقق من فعالية برنج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لدى التليذ منخفضي التحصيل الدراسي للصف الثاني من التعليم الأساسي، **وتناول جيفري** (Gffrey I. M., 2008) أثر التدريب الرياضي في تنمية الصلابة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، و **تحقق كل من جدكينز، ريد، وفيرلو**(Judkins S.; Reid B.; Furlow L., 2006) في دراسة استكشافية لبرنج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لدى الممرضات: بناء بيئة عمل صحية، لتحديد ما إذا كان يمكن تقليل الضغط النفسي وتنمية الصلابة النفسية وتعزيزها بين مديري التمريض. **و دراسة تناولها كالنتار وزملائة**(kalantar et al., 2011)لدراسة فعالية برنج تدريبي قائم على الإرشاد السلوكي لتنمية الصلابة النفسية.

**ما تنفرد به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:**

اختيار موضوع الدراسة وهي الصلابة النفسية والقائمة على الإرشاد بالواقع، كذلك اختيار عينة الدراسة من امهات طيف التوحد التوحديين، ففي حدود علم الباحثة ندرة الأبحاث التي أجريت في مجال الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين، ولم تطرح هذه الدراسة في المجتمع العربي عة والمجتمع المصري خاصة, وذلك في حدود علم الباحثة، مما قد يشير إلى تفرد الدراسة الحالية عن بقية الدراسات السابقة.

**وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة كما يلي:**

الاطلاع على البرج الإرشادية والاستفادة منها في تصميم البرنج المستخدم للدراسة الحالية، كذلك تعدد الطرق المستخدمة في الدراسات السابقة كعدد الجلسات الإرشادية وتحديد عينة الدراسة. كما استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في اختيار المتغير التابع وهي تنمية الصلابة النفسية.

**منهجية الدراسة وإجراءاتها**

**منهج الدراسة :**

سوف تستخدم الباحثة المنهج التجريبي القائم على التصميم الشبه تجريبي، وسوف يتم تقسيم عينة الدراسة وهن امهات طيف التوحد التوحديين الحاصلات على الدرجات المنخفضة في مقياس الصلابة النفسية إلى مجموعتين وهي: المجموعة التجريبية, والمجموعة الضابطة ، ثم تطبيق المتغير التجريبي وهو البرنج القائم على الإرشاد بالواقع على المجموعة التجريبية ثم إجراء القياس البعدي ، والمقارنة بين المجموعة التجريبية والضابطة في القياس البعدى ، يليه القياس التتبعي بعد فترة زمنية فاصلة (شهرين) من تطبيق البرنج ومقارنة القياس البعدي مع القياس التتبعي للمجموعة التجريبية.

**مجتمع الدراسة:**

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع امهات طيف التوحد التوحديين بمحافظة الاسكندرية.

**عينة الدراسة:**

سوف تقتصر الدراسة الحالية على عينة من امهات طيف التوحد التوحديين، والتي تتكون من 30 ، والتي تتراوح أعمارهن من 25- 35 عا ، وسوف يتم اختيارهن بطريقة مقصودة وفقاً للخطوات التالية :

* تطبيق مقياس الصلابة النفسية على عدد (100) من المترددات على دار الرعاية الاجتماعية.
* اختيار عدد (30) الأكثر انخفاضاً على مقياس الصلابة النفسية.
* تقسيم الثلاثون بطريقة عشوائية إلى مجموعتين مجموعة تجريبية(ن = 15) ، مجموعة ضابطة (ن=15) . على أن يراعى تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في العمر، ومدة الزواج ، وسن الزواج ، ووجود أطفال ، وذلك لتفادى تأثير هذه المتغيرات على نتائج البرنج.

**أدوات الدراسة وإجراءاتها:**

**مقياس الصلابة النفسية إعداد مخيمر (2006):**

أعد هذا المقياس (مخيمر،2006)، ويتكون هذا المقياس من 47 عبارة لفظية موزعة على ثلاث مقاييس فرعية وهي:

1-الالتز : هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمة والآخرين من حوله. ويتكون من 16 عبارة وتشير الدرجة المرتفعة لهذا البعد إلى أن الفرد أكثر التزا تجاه نفسه وأهدافه وقيمة والآخرين

2- التحدي: ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، ويتكون من 15 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسئوليته الشخصية عما يحدث له.

3-التحكم: ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل المسئولية الشخصية عما يحدث له، وهذا البعد يتكون من 15 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسئوليته الشخصية عما يحدث له.

كما أن لكل عبارة ثلاث استجابات وتقدر الدرجة كالتالي (تنطبق دائما3، تنطبق أحيانا2، لا تنطبق أبدا1). وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات إلى درجة واحدة. كما روعي أن تكون بعض العبارات إيجابية والبعض الأخر سلبية وتمثل العبارات السلبية (47,46,42,38,37,36,35,32,28,25,23,21,16,11,7). أي أن هذه العبارات تصحح كالتالي (تنطبق دائما 1، تنطبق أحيانا2، لا تنطبق أبدا3) كما يتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 47-141 درجة، وتتحدد الدرجة الكلية للصلابة النفسية في ثلاث مستويات:

إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (110-141) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص مرتفعة . وإذا كان مجموعة الدرجات يتراوح ما بين (79-109) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص متوسطة. ا إذا كان مجموع الدرجات يتراوح مابين (47-78) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض.

**ا مستويات المقاييس الفرعية لبعد الالتز والتحدي:** إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (38-48) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفعة. و إذا كان مجموعة الدرجات يتراوح ما بين (27-37) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص متوسطة. ا إذا كان مجموع الدرجات يتراوح مابين (16-26)فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض.

**ا مستويات المقياس الفرعي للتحكم:** إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (36-45) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفعة. إذا كان مجموعة الدرجات يتراوح ما بين (25-35) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص متوسطة. ا إذا كان مجموع الدرجات يتراوح مابين (15-24) فإن هذا مؤشر على أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض.

**ثبات المقياس:**ق معد المقياس بحساب ثبات الاختبار بطريقة الاتساق الداخلي ومعل ثبات ألفا. وتم حساب ثبات وصدق الاختبار على عينة من 80 طالبا وطالبة منهم (45) أنثى، و (35) من الذكور بجعة الزقازيق في كلية الآداب، كما تراوحت أعمارهم ما بين 19-24 سنة بمتوسط عمري قدره (20.875) سنة تم إيجاد معل الاتساق الداخلي للعبارات من خلال حساب معل الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه، وحساب معل الارتباط بين درجة كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات الاختبار، من اجل إيجاد التجانس الداخلي للاختبار ولإيجاد هذه الارتباطات تم استخد معادلة بيرسون لحساب معل الارتباط وتعود أهمية استخد معادلة بيرسون إلى أنها تعتمد مباشرة في حسابها على الدرجة الخ ومربعات هذه الدرجة، وقد وجد ارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك درجة كل بعد والدرجة الكلية للاختبار وجميعها داله عند مستوى 00.5 ومستوى 0.01. كما استخدم الباحث معل ألف كرونباخ لحسبا ثبات الاختبار، حيث بلغ معل ألفا 0.75 عند مستوى دلالة 0.01.

**صدق المقياس:** ق الباحث بحساب صدق المقياس بعدة طرق:

الصدق الظاهري: تم عرض عبارات المقياس على ثلاثة من المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس، وترتب على صدق المحكمين أن تم تعديل صياغة بعض عبارات المقياس.

الصدق التلازمي: تم حساب الصدق التلازمي للاختبار مع قياس قوة الأنا ، وكان معل الارتباط بين الاختبار الحالي بمقياس الأنا (ر=0.75) وهو دال عن مستوى 0,01. كما تم حساب الصدق التلازمي للاختبار مع مقياس بيك للاكتئاب وهو دال عند مستوى 0,01. وجدير بالذكر أن المكتئبين مجموعة تعرف بانخفاض الدافعية والفاعلية والصلابة النفسية، فالمكتئب يمكن اعتباره على طرف نقيض لشخص ترتفع لدية الصلابة النفسية وهذا النوع من الصدق يطلق عليه صدق المجموعة المعروفة.

**برنج الإرشاد بالواقع من إعداد الباحثة:**

**التخطيط الع للبرنج الإرشادي:**

يعتمد البرنج الإرشادي في الدراسة الحالية على الإرشاد بالواقع والذي أسسه ولي جلاسر وتعرف الباحثة البرنج الإرشادي إجرائيا بأنه برنج مصمم ومخطط يتكون من مجموعة من الأنشطة والتي سوف تطبق على أفراد عينة الدراسة (امهات طيف التوحد التوحديين) تحت إشراف وتوجيه الباحثة أثناء التطبيق لتزويدهن بالأسس والمفاهيم التي من شأنها أن تؤدي إلى تنمية الصلابة النفسية لديهن.

**الفئة المستهدفة للبرنج الإرشادي:**

سيتم تطبيق البرنج على عينة من امهات طيف التوحد التوحديين الحاصلات على أقل الدرجات في مقياس الصلابة النفسية

**مصادر إعداد البرنج الإرشادي:**

الإطار النظري للإرشاد بالواقع والصلابة النفسية، كذلك الدراسات السابقة في الدراسة الحالية والتي تناولت برج للإرشاد في تنمية الصلابة النفسية, كما في دراسة محمود وعلي (2011)، المغازي (2013)، المحبوب (2013)، الحيدرآبادي. (Haidarabadi,2014)، بالإضافة إلى الدراسات والأبحاث التي تناولت برج الإرشاد بالواقع كما في دراسة بيري وزملائه(Bari et al, 2012)

**الهدف الع من البرنج الإرشادي:**

الكشف عن مدى فعالية الإرشاد بالواقع في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين المشاركات في هذا البرنج الإرشادي، وذلك من خلال تعلمهن بمجموعة من المفاهيم الهة في الإرشاد بالواقع والتي ترتكز على الدافعية والاندماج لتنمية هوية النجاح، وقبول المسؤولية لإشباع الحاجات ومواجهة الواقع؛ ليصلن إلى درجة من الصلابة النفسية، ويتم ذلك من خلال مبادئ وإستراتيجيات إرشادية محددة كان قد وضعها جلاسر في الإرشاد بالواقع.

**الأهداف النفسية من البرنج الإرشادي:**

وتتمثل في مساعدة امهات طيف التوحد التوحديين على اكتساب المهارات اللازمة التي تساعدهم على التكيف النفسي السليم لتنمية الهوية الناجحة والسلوك المسئول ومواجهة الواقع, مما ينعكس في تحسين مستوى الصلابة النفسية لديهن، كذلك تعلم مهارات التكيف مع مواقف الحياة والأحداث الجديدة والحاضرة, والقدرة على مواجهة المشكلات التي تواجههن في المستقبل وحلها.

**الأسس الفلسفية والنفسية للبرنج الإرشادي:**

**الأسس الفلسفية للبرنج الإرشادي:** يرى جلاسر أن كل شخص قادر على توجيه حياته، وأن بكان الناس إذا اعتمدوا على قراراتهم أكثر من الاعتماد على مواقفهم أن يحيوا حياة مسئولة وناجحة وراضية (الزعبي و الكريديس، 2013).

ومن هنا تتضح نظرة جلاسر الإيجابية للإنسان، إذ يرى جلاسر أن الناس هم ما يفعلونه, بمعنى أن تصرفاتهم تحدد شخصياتهم, وبذلك فإن التغيير في حياة غير راضية يمكن أن تبدأ بقرار أن يغير السلوك (الشناوي، 1994، ص 218).

**الأسس النفسية للبرنج الإرشادي:**

ويرى جلاسر أن الشخصية تتطور نتيجة محاولة الفرد إشباع حاجاته الأساسية إلى الحب والأهمية الذاتية، إن القدرة على إشباع الحاجات، هي قدرة مكتسبة تتم عن طريق التعلم، فإذا تعلم الأشخاص إشباع هذه الحاجات، كان نموهم طبيعيا، ويتمتعون بالمسؤولية وبالتوجه نحو الواقع، ويعدون أنفسهم ناجحين. ا أولئك الذين لا يستطيعون تلبية حاجاتهم الأساسية، فيتصفون باللسئولية ، وإنكار الواقع، ويعدون أنفسهم فاشلين (الزعبي و الكريديس، 2013)

**جلسات البرنج الإرشادي:**

سوف يتم صياغة محتوى الجلسات الإرشادية في ضوء ما كتب عن نظرية الإرشاد بالواقع وبناء على الأهداف التي تم تحديدها للبرنج، بالإضافة إلى الإجراءات العملية بما تتضمنه من الفنيات والأسلوب الإرشادي المستخدم وسيتم عرض مفصل للجلسات في الرسالة.

**الفنيات والأساليب والأدوات المتوافقة مع البرنج الإرشادي:**

**الفنيات المستخدمة في البرنج الإرشادي:**

وتتمثل في الفنيات الأساسية المستخدمة في الإرشاد بالواقع كالآتي: الاندماج الشخصي ، التركيز على السلوك الحاضر أكثر من المشاعر، تشجيع السلوك المسئول، التخطيط والعمل.

**الأساليب المستخدمة في البرنج الإرشادي:**

سوف يتم استخد الجلسات الجماعية مع أفراد المجموعة التجريبية لما لها من أثر في سلوك الأفراد؛ أي ما يقوم بين أفراد المجموعة من تفاعل وتأثير متبادل بين بعضهم بعضاً والباحث.

**الأدوات المستخدمة في البرنج الإرشادي:**

تتمثل الأدوات التي سوف يتم استخدها في البرنج الإرشادي بحيث تتناسب مع أهداف البرنج والسمات النفسية والاجتماعية والمعرفية لأفراد المجموعة التجريبية، هذه الأدوات تتمثل في: استخد الكمبيوتر لعرض شرائح البوربوينت، سبورة، أوراق وأقل ملونة، تقييم الجلسات من قبل الباحثة وأفراد المجموعة التجريبية.

**حدود البرنج الإرشادي:**

ويتمثل في الحدود الزمانية والمكانية والبشرية.

**الحدود الزمانية:**

سوف يتم تطبيق البرنج الإرشادي لمدة شهرين بواقع جلستين أسبوعيا.

**الحدود المكانية:**

سيتم تطبيق البرنج الإرشادي في مركز دار الرعاية الاجتماعية

**الحدود البشرية:**

وتتمثل في أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من امهات طيف التوحد التوحديين في مركز دار الرعاية الاجتماعية.

**نتائج الدراسة ومناقشتها**

**التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة:**

للتحقق من التكافؤ بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة قت الباحثة بإجراء التجانس بين المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك باستخد:

1- كاي تربيع Chi-Square للتحقق من تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنج في متغيرات (العمر- مستوى الدخل- سنوات الانفصال- عدد الأولاد- مستوى التعليم).

2- اختبار مان ويتني Mann Whitney Test للتحقق من تجانس المجموعتين في كل من: عدد الأولاد ودرجة الصلابة النفسية الكلية وأبعادها.

**أولا- نتائج التجانس بين المجموعتين في متغيرات (العمر- مستوى الدخل- سنوات الانفصال- عدد الأولاد- مستوى التعليم).**

قت الباحثة بالتحقق تجانس المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنج في متغيرات (العمر- مستوى الدخل- سنوات الانفصال- عدد الأولاد- مستوى التعليم) عن طريق حساب الفروق بين المجموعتين في هذه المتغيرات باستخد كاي تربيع، وجاءت النتائج كما في الجدول التالي:

**جدول رقم (1) يبين نتائج التجانس بين المجموعتين في متغيرات (العمر- مستوى الدخل- سنوات الانفصال- عدد الأولاد- مستوى التعليم) باستخد كاي تربيع**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | **المجموعة** | | **الإجمالي** | **كاي تربيع** | **مستوى الدلالة** |
| **المجموعة التجريبية** | **المجموعة الضابطة** |
| **العمر** | 20-25 | 3 | 5 | 8 | .759 | .684 |
| 26-30 | 3 | 2 | 5 |
| 31-35 | 9 | 8 | 17 |
| **الإجمالي** | 15 | 15 | 30 |
| **الدخل** | **أقل من المتوسط** | 4 | 3 | 7 | .565 | .754 |
| **متوسط** | 8 | 10 | 18 |
| **فوق المتوسط** | 3 | 2 | 5 |
| **عالي** | 0 | 0 | 0 |
| **المجموع** | 15 | 15 | 30 |
| **سنوات الانفصال** | **أقل من سنة** | 4 | 4 | 8 | 12.578 | .014 |
| **سنة** | 1 | 4 | 5 |
| **سنتان** | 5 | 0 | 5 |
| **ثلاث سنوات** | 3 | 0 | 3 |
| **أكثر من 3 سنوات** | 2 | 7 | 9 |
| **المجموع** | 15 | 15 | 30 |
| **عدد الأولاد** | **لا يوجد** | 7 | 9 | 16 | .199 | .995 |
| **واحد** | 4 | 3 | 7 |
| **اثنان** | 2 | 1 | 3 |
| **ثلاثة** | 0 | 0 | 0 |
| **أربعة** | 1 | 1 | 2 |
| **خمسة** | 1 | 1 | 2 |
| **المجموع** | 15 | 15 | 30 |
| **مستوى التعليم** | **ابتدائي** | 1 | 1 | 2 | 1.619 | .805 |
| **متوسط** | 0 | 1 | 1 |
| **ثانوي** | 3 | 6 | 9 |
| **دبلوم** | 0 | 0 | 0 |
| **جعي** | 8 | 6 | 14 |
| **دراسات عليا** | 1 | 1 | 2 |
| **المجموع** | 15 | 15 | 30 |

ويتبين من الجدول (1) أن قيم كاي تربيع غير دالة إحصائيا في جميع المتغيرات عدا متغير واحد هو متغير سنوات الانفصال عن الزوج، وقد يرجع ذلك إلى أن تأثير مدة الانفصال قد تختلف من راه إلى أخرى وليس بمقدار مستوى الصلابة النفسية. كما أن متغير سنوات الانفصال كمتغير ديموجرافي ليست بنفس أهمية مستوى تجانس درجات الصلابة النفسية.

وهذه النتائج تدل على عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في تلك المتغيرات، بما يدل على تجانس المجموعتين في متغيرات (العمر- مستوى الدخل- عدد الأولاد- مستوى التعليم).

**ثانيا- نتائج التجانس بين المجموعتين في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية والأبعاد)- وعدد الأولاد:**

وللتحقق من تجانس المجموعتين في الدرجة الكلية للصلابة النفسية وأبعادها، وعدد الأولاد قت الباحثة باستخد اختبار مـــــــان ويتني للفروق بيـن مجموعتــــــين مستقلتــين Mann-Whitney Test بديلا لا معلميا عن اختبار ت للفروق بين مجموعتين مستقلتين Independent Samples T-Test

**جدول (2) يبين نتائج اختبار مان ويتني للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية قبل البرنج**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **البعد** | **المجموعة** | **العدد** | **متوسط الرتب** | **مجموع الرتب** | **قيمة Z** | **مستوى الدلالة** |
| الالتز | المجموعة التجريبية | 15 | 14.73 | 221.00 | -.484 | .628 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 16.27 | 244.00 |
| الكلي | 30 |  |  |
| التحكم | المجموعة التجريبية | 15 | 14.70 | 220.50 | -.506 | .613 |
| المجموعة الضابطة | 14 | 16.30 | 244.50 |
| الكلي | 29 |  |  |
| التحدي | المجموعة التجريبية | 15 | 11.53 | 173.00 | -2.505 | .012 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 19.47 | 292.00 |
| الكلي | 30 |  |  |
| الدرجة الكلية للصلابة | المجموعة التجريبية | 15 | 12.63 | 189.50 | -1.795 | .073 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 18.37 | 275.50 |
| الكلي | 30 |  |  |
| عدد الأولاد | المجموعة التجريبية | 15 | 13.37 | 200.50 | -.111 | .912 |
| المجموعة الضابطة | 11 | 13.68 | 150.50 |
| الكلي | 26 |  |  |

ويتبين من الجدول (2) عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وبعدي الالتز والتحكم) قبل تطبيق البرنج، وهذا يدل على تجانس المجموعتين في الدرجة الكلية للصلابة النفسية ودرجات هذين البعدين ماعدا بعد (التحدي) . وقد يرجع ذلك إلى أن الباحثة لم تعتمد على الأبعاد الفرعية عند أخذ مجموعتين متجانستين، حيث كانت العينة الاستطلاعية والتي تم أخذ منها عينه الدراسة 100 مفردة، حيث يصعب أن تكون متجانسة في الأبعاد الفرعية، بالتالي اعتمدت الباحثة على الدرجة الكلية للصلابة النفسية.

كذلك يتبين عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في عدد الأولاد، وهذا يدل على تجانس المجموعتين في هذا المتغير.

**التحقق من فروض الدراسة**

**نتائج الفرض الأول:**

ينص الفرض الأول على أنه: "توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع لصالح المجموعة التجريبية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قت الباحثة باستخد اختبار مان ويتني للفروق بين مجموعتين مستقلتين Mann-Whitney Test بديلا لا معلميا عن اختبار ت للفروق بين مجموعتين مستقلتين Independent Samples T-Test

والجدول التالي يوضح نتائج التحليل الإحصائي لهذا الفرض:

**جدول (3) يبين نتائج اختبار مان ويتني للفروق بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية بعد تطبيق البرنج**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| البعد | المجموعة | العدد | متوسط الرتب | مجموع الرتب | قيمة Z | مستوى الدلالة |
| التز بعدي | المجموعة التجريبية | 15 | 20.53 | 308.00 | -3.162 | .002 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 10.47 | 157.00 |
| الكلي | 30 |  |  |
| تحكم بعدي | المجموعة التجريبية | 15 | 17.13 | 257.00 | -1.412 | .158 |
| المجموعة الضابطة | 14 | 12.71 | 178.00 |
| الكلي | 29 |  |  |
| تحدي بعدي | المجموعة التجريبية | 15 | 19.23 | 288.50 | -2.343 | .019 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 11.77 | 176.50 |
| الكلي | 30 |  |  |
| الدرجة الكلية للصلابة بعدي | المجموعة التجريبية | 15 | 20.80 | 312.00 | -3.304 | .001 |
| المجموعة الضابطة | 15 | 10.20 | 153.00 |
| الكلي | 30 |  |  |

ويتبين من الجدول (3) ما يلي:

* توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) فأقل بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وبعدي الالتز والتحدي) بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع لصالح المجموعة التجريبية وهذا يدل على فاعلية البرنج في تنمية الدرجة الكلية للصلابة النفسية بالإضافة إلى درجات البعدين المذكورين لدى المجموعة التجريبية حيث وجدت فروق دالة بين درجات أفراد المجموعة ودرجات أفراد المجموعة الضابطة التي لم تتلق نفس البرنج.
* لا توجد فروق دالة إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في بعد التحكم (من أبعاد مقياس الصلابة النفسية) بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع.

**نتائج الفرض الثاني:**

ينص الفرض الثاني على أنه: "توجد فروق دالة إحصائيا في متوسط درجات الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع لصالح القياس البعدى".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قت الباحثة باستخد اختبار ويلكوكسون للرتب ذات الإشارة Wilcoxon Signed Ranks Test بديلا لا معلميا عن اختبار ت لعينتين ثنائيتين Paired Samples T-Test

والجدول التالي يوضح نتائج التحليل الإحصائي لهذا الفرض:

**جدول (4-4 ) يبين نتائج اختبار ويلكوكسون للفروق بين درجات المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية قبل وبعد تطبيق البرنج**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **البعد** | **المجموعة** | **العدد** | **متوسط الرتب** | **مجموع الرتب** | **قيمة Z** | **مستوى الدلالة** |
| **الالتز** | الرتب السالبة | 0 | .00 | .00 | -3.421 | .001 |
| الرتب الموجة | 15 | 8.00 | 120.00 |
| التداخلات | 0 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **التحكم** | الرتب السالبة | 4 | 4.13 | 16.50 | -2.266 | .023 |
| الرتب الموجة | 10 | 8.85 | 88.50 |
| التداخلات | 1 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **التحدي** | الرتب السالبة | 0 | .00 | .00 | -3.305 | .001 |
| الرتب الموجة | 14 | 7.50 | 105.00 |
| التداخلات | 1 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **الدرجة الكلية للصلابة** | الرتب السالبة | 0 | .00 | .00 | -3.414 | .001 |
| الرتب الموجة | 15 | 8.00 | 120.00 |
| التداخلات | 0 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |

ويتبين من الجدول (4) ما يلي:

* توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) فأقل بين درجات المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وجميع الأبعاد) قبل وبعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع لصالح التطبيق البعدي؛ وهذا يدل على فاعلية البرنج في تنمية الدرجة الكلية للصلابة النفسية بالإضافة إلى درجات جميع أبعاد الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية.

**نتائج الفرض الثالث:**

ينص الفرض الثالث على أنه: "لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي في الصلابة النفسية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قت الباحثة باستخد اختبار ويلكوكسون للرتب ذات الإشارة Wilcoxon Signed Ranks Test بديلا لا معلميا عن اختبار ت لعينتين ثنائيتين Paired Samples T-Test

والجدول التالي يوضح نتائج التحليل الإحصائي لهذا الفرض:

**جدول (5 ) يبين نتائج اختبار ويلكوكسون للفروق بين درجات المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية في القياسين البعدي والتتبعي**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **البعد** | **المجموعة** | **العدد** | **متوسط الرتب** | **مجموع الرتب** | **قيمة Z** | **مستوى الدلالة** |
| **الالتز** | الرتب السالبة | 8 | 5.75 | 46.00 | -1.174 | .240 |
| الرتب الموجة | 3 | 6.67 | 20.00 |
| التداخلات | 4 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **التحكم** | الرتب السالبة | 9 | 7.61 | 68.50 | -.484 | .628 |
| الرتب الموجة | 6 | 8.58 | 51.50 |
| التداخلات | 0 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **التحدي** | الرتب السالبة | 5 | 7.60 | 38.00 | -.529 | .597 |
| الرتب الموجة | 8 | 6.63 | 53.00 |
| التداخلات | 2 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |
| **الدرجة الكلية للصلابة** | الرتب السالبة | 8 | 7.81 | 62.50 | -.632 | .528 |
| الرتب الموجة | 6 | 7.08 | 42.50 |
| التداخلات | 1 |  |  |
| الإجمالي | 15 |  |  |

ويتبين من الجدول (5) ما يلي:

* لا توجد فروق دالة إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وجميع الأبعاد) في القياسين البعدي والتتبعي؛ وهذا يدل على على بقاء تأثير البرنج في تنمية الصلابة النفسية (الدرجة الكلية والأبعاد) لدى أفراد المجموعة التجريبية وعدم زوال هذا التأثير بين التطبيقين البعدي والتتبعي بما يؤكد فاعلية البرنج.

**مناقشة النتائج وتفسيرها**

أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وبعدي الالتز والتحدي) بعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع لصالح المجموعة التجريبية، وهذا يشير إلى فاعلية البرنج الإرشادي في تنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين في الدرجة الكلية وفي البعدين (الالتز والتحدي)، وتتفق هذه النتيجة بصورة أكثر خصوصية مع نتائج عدد من الدراسات السابقة كما في: دراسة **حيدربادي** وزملائها (Haidarabadiet al., 2013) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة التجريبية والضابطة لدى الامهات طيف التوحد اللاتي لديهن طفل كفيف في متوسط درجات الصلابة النفسية لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالواقع، كذلك دراسة **حيدرابادي** ( (Haidarabadi,2014 والتي دلت على وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة التجريبية والضابطة لدى الامهات طيف التوحد اللاتي لديهن طفل كفيف في متوسط درجات الصلابة النفسية لصالح المجموعة التجريبية عند تطبيق ومقارنة فعالية الإرشاد بالواقع والتفكير الإيجابي والمنهج التكلي في تنمية الصلابة النفسية.

وبالنظر إلى الأطر النظرية التي تناولت تفسير الإرشاد بالواقع وتنمية الصلابة النفسية لدى امهات طيف التوحد التوحديين بالإضافة إلى نتائج امهات طيف التوحدين الدراستين السابقتين والتي تتفق مع نتيجة هذا الفرض، نجد أن نتيجة هذا الفرض منطقية ومقبولة وتتفق مع الأطر النظرية والتي تناولت تعريف الإرشاد بالواقع كأسلوب إرشادي، يستخدم بفاعلية في الجانب الوقائي والذي يهدف إلى تشجيع الفرد في أن يتعلم ويعيد النظر في الطريقة التي يرغب بها في تلبية حاجاته، والتركيز على السلوك الحالي وكيفية التحكم بشكل أفضل على حياته"(الزغبي و الكريديس،179:2013).

وتعني الصلابة النفسية : عملية التكيف السليم في أوقات الشدة والصدمات مع القدرة على التحكم بالمشاعر، والقدرة على حل المشكلات، وهي تلاك الفرد لمجموعة سمات تساعده على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتز ، التحكم والقدرة على التحدي **Haidarabadi, 2014)).**

وبذلك تتفق أهداف الإرشاد بالواقع مع الصلابة النفسية ، حيث يسهم الإرشاد بالواقع في تنمية مكونات الصلابة النفسية من حيث اتفاقهما حول الالتز وأهمية الاندماج مع الآخرين والأحداث والمسؤولية، والحث على التغيير وتحدي الصعوبات والمواجهة الناجحة للواقع من أجل نمو الشخصية الناجحة.

كما تتفق نتائج هذا الفرض جزئيا مع نتائج عدد من الدراسات السابقة كما في: **دراسة راشفاند وزملائه** Rashvand et. Al,2015) ) والتي وجدت ارتفاعا في متوسط درجات الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة لدى طلاب الجعة بعد تطبيق برنج قائم على الإرشاد بالمعنى، **دراسة شيران وزملائه** (Shiran Z. et. Al,2015) والتي وجدت فروقا دالة إحصائيا في متوسط درجات الصلابة النفسية و زيادة في متوسط درجات الشعور بجودة الحياة لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة بعد تطبيق برنج تدريبي قائم على التعلم الموجه نحو الإيجابية لدى سيدات غير علات، **دراسة حنان محبوب (2012)** والتي دلت على وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي في متوسط درجات الصلابة النفسية وجودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق برنج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى لدى المراهقات الكفيفات. كما تتفق نتائج هذا الفرض مع دراسة **كالنتار وزملائة**(kalantar et al., 2013) والتي وجدت فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة لدى طلاب الجعة في متوسط درجات الصلابة النفسية والصحة النفسية بعد تطبيق برنج إرشادي قائم على الإرشاد السلوكي لتنمية الصلابة النفسية بالإضافة إلى تحسن مستويات الصحة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية.

وبالنظر إلى الأطر النظرية التي تناولت تفسيرات الصلابة النفسية بالإضافة إلى اتفاق عدة دراسات مع نتيجة هذا الفرض مثل دراسة Rashvand et. Al,2015))، **دراسة شيران وزملائه** (Shiran Z. et. Al,2015) نجد أن نتيجة هذه الفرض منطقية ومقبولة، حيث تعد الصلابة النفسية أحدى الخصائص الشخصية وأفضل مؤشر للصحة النفسية، والتي تساهم في رفع مستوى المرونة الداخلية للفرد للوقاية من الضغوط والآثار المترتبة عليها من اضطرابات نفسية وجسدية، ووفقا لكوبازا (1979) فإن الصلابة النفسية تتمثل في مجموعة من معتقدات الفرد حول ذاته وفي طريقته لإدراك العالم، حيث تتوسط أساليب مواجهة الفرد في التعل مع المواقف الضاغطة بشكل ناجح،

(Jalali & Amarqan,2015).

ويعد الإرشاد بالواقع أحد الأساليب الإرشادية الهة والتي يمكن تطبيقها لمساعدة امهات طيف التوحد التوحديين في قبول الواقع والتركيز على الحاضر وعدم مناقشة الماضي، وتنمية الهوية الناجحة والسلوك المسئول، ففي دراسة باري وزملاؤه **(Bari et al. , 2013)** أثبتت فعالية الإرشاد بالواقع في زيادة المرونة النفسية ومواجهة التحديات لدى امهات طيف التوحد التوحديين.

وتعزو الباحثة فاعلية البرنج القائم على الإرشاد بالواقع في تحسين مستوى الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية "امهات طيف التوحد التوحديين" مقارنة بالمجموعة الضابطة في القياس البعدي إلى فاعلية الفنيات المستخدمة في الإرشاد بالواقع، فالمسئولية كانت أحدى الفنيات الأساسية و المستخدمة في البرنج، ويرى جلاسر أن الوصول إلى السلوك المسئول هو الهدف الأكثر عمقا في الإرشاد بالواقع، كما يعتقد جلاسر أن كل شخص قادر على توجيه حياته، وإن بكان الفرد إذا اعتمد على قراراته بدلا من الاعتماد على مواقفه السلبية أو التي حدثت في الماضي أن يحيا حياة مسئولة وناجحة وراضية ويحقق هوية ناجحة ، وبما أن الإرشاد بالواقع يتجه نحو تغيير السلوك، ويعتبر إستراتجية وقائية تطبق في مجال الصحة النفسية الوقائية، فإن التغيير في حياة غير راضية يمكن أن يبدأ بقرار وهو تغيير السلوك. وبالنظر إلى الجانب النفسي لدى امهات طيف التوحد التوحديين فأن الكثير من المشكلات النفسية المصاحبة يمكن تجنبها من خلال التدريب وتطوير الجانب النفسي لإحداث التغيير ، ويمكن التكيف مع التغيرات التي تحدث نتيجة من خلال تقديم وسائل التدخل النفسي المناسبة، وقد أثبتت عدد من الدراسات صحة ذلك كما في نتائج دراسات كل من : كازاك، إيفرت، كاستن،إيركاسون و سيرلو(**Kazak, 1980; Everett, 1992; Kastin, 1994; Ericsson and Siarlo 2000; quoted from Ahmadi Dizchi,2010 in: Bari et al . , 2013)**.

وركزت الباحثة في الجلسات الإرشادية في أسلوب المناقشات الجماعية على على أهمية إدراك كل عضو على أنه مسئول عن كل سلوكياته وأن كل واحده منهن لديها فرصه للصحة والازدهار ويبدأ ذلك من خلال التركيز على السلوك الحالي وأن يبدأ بالمسئولية عن كل السلوكيات الصادرة عنها، بدلا من عزو أسباب المشكلات والأحداث إلى عول خارجية وللآخرين، والتركيز على السلوك ا لحالي و المسئول بدلا من التركيز على المواقف السابقة والتي حدثت في الماضي، وربط ذلك بحرية الاختيار، وذكر جلاسر في نظرية الإرشاد بالواقع أن جميع سلوكيات الفرد هي سلوكيات اختيارية، وتحمل المسئولية تعني أن كل فرد قادر على اختيار سلوكه، والتركيز على السلوك الحاضر بدلا من الماضي وفي ضوء ذلك ربطت الباحثة في تطبيق البرنج الإرشادي بين فنية تحمل المسئولية كفنية أساسية في الإرشاد بالواقع وبين فنية أخرى ذكرها جلاسر كقواعد مساعدة للفنيات الأساسية وهي التركيز على السلوك الحاضر بدلا من الماضي وتقييم السلوك الحالي ما إذا كان يتسم بالمسئولية لتنمية الصلابة النفسية، حيث أن عملية البناء والتطوير وفق نظرية الإرشاد بالواقع يتطلب تقييم السلوك الحالي كفنية أخرى من فنيات الإرشاد بالواقع، وتم التركيز في جلسات الإرشادية على التدريب وتطبيق بعض التمارين والواجبات المنزلية ومناقشتها لتقييم السلوك الحالي ما إذا يتسم بالمسئولية ا لا، ومن ثم الانتقال من خلال اختيار السلوك والتصرف المسئول من أجل إحداث التغيير الإيجابي**، مما ساهم في اكتساب أعضاء المجموعة التجريبية الوعي والقدرة على تقييم السلوك المسئول والانتقال إلى مرحلة وضع خطط للسلوك المسئول تجاه المواقف الحياتية.**

كما ركزت الباحثة على توضيح وساعد استخد أسلوب المواجهة والمناقشات الجماعية أعضاء المجموعة التجريبية على مناقشة مشكلاتهن وبعض المواقف الحياتية وزيادة الوعي بأهمية تحمل السلوك المسئول، وتعديل بعض المفاهيم الغير متوافقة مع قدراتهن وكاناتهن لإحداث التغيير الإيجابي والوصل إلى هوية النجاح.

وتتضح هنا فاعلية فنية أخرى من الفنيات المستخدمة في الإرشاد بالواقع والتي ركزت على السلوك الحاضر بدلا من الماضي، ويؤكد جلاسر على أن محور التركيز في الإرشاد بالواقع هو الحاضر، بالتالي فأنه يهتم بشكل أكبر بجانب القوة في حياة المسترشد، وحتى في حالة مناقشة أحداث وقعت في الماضي فيتم ربطها دائما بالسلوك الحالي، وقد استخدمت الباحثة هذه الفنية " التركيز على الحاضر بدلا من الماضي" كفنية لمساعدة أعضاء المجموعة التجريبية للوعي بأهمية السلوك الحالي وتقييمه فما إذا كان يتسم بالمسئولية، ولتنمية أبعاد الصلابة النفسية لديهن.

**كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في بعد التحكم**  (أحد أبعاد مقياس الصلابة النفسية) بعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع لدى امهات طيف التوحد التوحديين، وهذه النتيجة تتعارض جزئيا مع نتائج دراسة دراسة حنان محبوب (2012) والتي دلت على وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لجميع أبعاد مقياس الصلابة النفسية وجودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق برنج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى لدى المراهقات الكفيفات، وقد يرجع ذلك لطبيعة خصائص عينة الدراسة الحالية"امهات طيف التوحد التوحديين" فالتغيرات التي تطرأ على ال قد تؤثر بشكل سلبي على الشعور بالجودة، بالإضافة إلى رعاية الأطفال في حالة وجودهم، ومن ثم تصبح معرضة لتحمل ومسئوليات ومه زائدة أكثر مما كانت عليه سابقا كما تعاني ال من صعوبات في التكيف بالإضافة إلى الضغط النفسي والتي قد تمتد فترة زمنية طويلة، مما قد يؤثر على قدرتها في التحكم الداخلي، وقد يرجع ذلك إلى الخصائص الثقافية لمجتمع الدراسة من حيث عدم قدرتها على اتخاذ بعض القرارات بشكل مباشر مثل الوصاية على الأطفال، والحضانة، مما قد يمثل عبء إضافي و في اعتقادها على عدم القدرة على التحكم الداخلي، وعند النظر إلى مفهوم التحكم كأحد أبعاد الصلابة النفسية، والذي يتمثل في القدرة على اتخاذ القرار والتحكم في الأحداث والقدرة على المواجهة الفعالة للظروف الضاغطة، وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم القدرة على اتخاذ القرارات، وتفسير الأحداث هذه الخاصية تدفع نحو الازدهار لإيجاد طرق تؤثر في نتائج الظروف الضاغطة، بدلا من الشعور بالعجز والسلبية، وقد تحتاج هذه الخاصية إلى فترة زمنية أطول لإدراكها والتعل معها ولاكتسابها، حيث أن عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجات التحكم بين المجموعة الضابطة والتجريبية ظهرت فقط في القياس البعدي، لكنها لم تظهر في القياس التتبعي للمجموعة التجريبية ولا في مقارنة القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية.

كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق داله إحصائيا بين درجات المجموعة التجريبية في الصلابة النفسية (الدرجة الكلية وجميع الأبعاد) قبل وبعد تطبيق البرنج القائم على الإرشاد بالواقع لصالح القياس البعدي، وهذا يدل على فاعلية البرنج في تنمية الصلابة النفسية بالإضافة إلى درجات جميع أبعاد الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية. وتتفق هذه النتيجة جزئيا مع نتائج الدراسات السابقة (المحبوب،2012)،(البحيري،2011)،(المغازي،2013) والتي أظهرت وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لأبعاد مقياس الصلابة النفسية لصالح التطبيق البعدي. هذه النتيجة منطقية ومقبولة وتتفق مع الأطر النظرية، فالصلابة النفسية خاصية يمكن اكتسابها وتعلمها من خلال التدريب والممارسة، وليست خاصية فطرية متأصلة، و ترى كوبازا 1979 أن تعلم الصلابة النفسية يقوي قدرة الشخص على التحكم في المواقف، الالتز بالواجبات والمه ومواجه الأحداث، كما أنها تمثل درع واقي ضد الراض النفسية والجسدية (Dogaheh et al., 2014) . وبما أن عينة الدراسة الحالية "امهات طيف التوحد التوحديين" ذات طبيعة خاصة من حيث المشكلات النفسية المصاحبة ، إلا أنه يمكن تجنبها أو الحد منها من خلال التدريب وتطوير الجانب النفسي كما أظهرتها نتائج دراسات كازاك، إيفرت، كاستن،إيركاسون و سيرلو(**Kazak, 1980; Everett, 1992; Kastin, 1994; Ericsson and Siarlo 2000; quoted from Ahmadi Dizchi,2010 in: Bari et al . , 2013)**حيث يمكن التكيف مع التغيرات التي تحدث من خلال تقديم وسائل التدخل النفسي المناسبة.

وبناء على نظرية الإرشاد بالواقع فأنها تقوم على مفاهيم أساسية والتي تحكم سلوك الإنسان وهي: تحمل المسئولية، وقبول الواقع وهي من المفاهيم التي تعتمد بعضها على بعض، فقبول المسئولية يتطلب مواجهة الواقع، وركزت الباحثة على تطبيق هذه المفاهيم كفنيات أساسية في البرنج الإرشادي لدى امهات طيف التوحد التوحديين لتنمية الصلابة النفسية.

ويمكن عزو فاعلية البرنج الإرشاد القائم على الإرشاد بالواقع في زيادة مستوى الصلابة النفسية لدى المجموعة التجريبية (امهات طيف التوحد التوحديين) في القياس البعدي عنه في القبلي إلى الفنيات المستخدمة في البرنج الإرشادي، وقبول الواقع ومواجهته تمثل أحدى الفنيات الأساسية في نظرية الإرشاد بالواقع، يرى جلاسر أن وظيفة الإرشاد بالواقع هي مساعدة الأفراد على أن يواجهوا الواقع بحيث يمكنهم أن يحلوا مشكلاتهم الشخصية عن طريق القي بسلوك أكثر مسئولية"، إن قبول المسئولية يتطلب من الأفراد أن يواجهوا الواقع،

وركزت الباحثة على تطبيق هذه الفنية بما يتناسب مع طبيعة وخصائص عينة الدراسة، فقبول الواقع الحالي يعني أن يكون هناك فرص جديدة للنمو والازدهار ، وأن مواجه الواقع هو الطريق الصحيح للتغيير من خلال فهم المشكلات الحالية والعقبات التي يواجهنها، بالتالي التركيز على السلوكيات الحالية وتقييمها وتحمل مسئولية تلك السلوكيات وتحديد وإشباع الحاجات الهة في حياتهن، مما يسهل الوصول إلى اكتساب هوية النجاح وتحدي المواقف والتحكم الداخلي، وذلك من خلال التركيز على السلوك بدلا من المشاعر والحاضر بدلا من الماضي وهي من الفنيات الأخرى التي تم ربطها مع فنية مواجهة الواقع في جلسات الإرشاد بالواقع.

وقد ساعدت هذه الفنيات أعضاء المجموعة التجريبية على زيادة وعيهن بكانية التغيير والالتز بالسلوك المسئول، وقبول الواقع دون مقاومة الماضي، وإدراكهن لأهمية السلوك الحالي وتقييمه وأتاحت لهن إدراك جديد لمعاني التحدي والالتز والتحكم (مكونات الصلابة النفسية) ونمت لديهن دافع نحو المشاركة الفعالة في البرنج ، كما ركز البرنج الإرشادي على إكسابهن العبارات والألفاظ الخاصة بالصلابة النفسية بدلا من العبارات المرتبطة بالمواقف السلبية والتي حدثت في الماضي.

ويعتبر الاندماج أحد المفاهيم الأساسية التي تقوم عليها نظرية الإرشاد بالواقع والطريق إلى تكوين هوية النجاح، وميز جلاسر بين هوية النجاح والفشل، وتشير هوية النجاح إلى أن الفرد يدرك نفسه كشخص مقتدر وله أهمية، وقدرته على التأثير على بيئته والثقة في اتخاذ القرارات في حياته، ا هوية الفشل فتشير إلى الشخص الذي لم يكون علاقات وثيقة مع الآخرين ولا يتصرف بطريقة مسئوله ويشعر باليأس وعدم الأهمية، ويرى جلاسر أن الوصول إلى هوية النجاح يتطلب الوفاء بحاجتين أساسيتين هما الحاجة إلى تبادل الحب والحاجة إلى الشعور بالأهمية، **ويمثل الاندماج الطريق الأساسي** لهوية النجاح ووسيلة هة في تحقيق غاية الإرشاد بالواقع " السلوك المسئول" وفي مساعدة المسترشد على إشباع حاجاته للحب والأهمية (الشناوي، 1994).

وبما أن جلاسر في نظريه الإرشاد بالواقع يركز على السلوك أكثر من المشاعر فإنه يعرف الحب بالسلوك الذي يقوم به الأفراد " سلوكيات الرعاية والاهتم " على سبيل المثال.

كما يرى هارنتجتون أن الحب هو توجيه الاهتم والاندماج، ويؤكد جلاسر على موضوع الأهمية الذاتية حيث لا يقل أهمية عن الحاجة إلى الحب، ويتمثل أن هذه الأهمية تكتسب من خلال ما يفعله الشخص وتتم من خلال التركيز على السلوك الحاضر والمسئول وتقييمه وبالمواجهة والتعل الناجح مع المشكلات التي تقابله بالتالي فإن الفرد يقدر نفسه، وبالتالي يكتسب شعورا بالانجاز والرضا والأهمية (الشناوي، 1994).

وحرصت الباحثة على التنظيم والتنوع في الأساليب والفنيات المساعدة والأنشطة التي قدمت في جلسات الإرشاد بالواقع في صورة علاقة إرشادية تتسم بالاندماج من حيث التفهم والاهتم ، حيث تتمثل أهمية الاندماج في نظرية الإرشاد بالواقع في مساعدة الفرد على تحقيق حاجاته الأساسية من المحبة والشعور بالقيمة والأهمية، وشعور ال بالضغوط والإجهاد، قد يؤدي إلى اللجوء واستخد أساليب تجنبيه في مواقف المواجهة للظروف الضاغطة، بدلا الاستجابة بطريقة توافقية لتلك الظروف الضاغطة، بالإضافة إلى صعوبات التكيف مع الظروف الحالية، ولذلك تم التركيز على عملية الاندماج في جلسات الإرشاد بالواقع مع عينة الدراسة من أجل مساعدتهن على أن يصبحن

**المراجع والمصادر**

تنهيد عادل (2010). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية. ***مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية*** م 11، ع1.

الشناوي، محمد محروس (1994). ***نظريات الإرشاد والعلاج ا*لنفسي**. دار غريب للطباعة والنشر: القاهرة

الصمادي، أحمد عبد المجيد، الخزعلي، بلال محمود (2006). فاعلية العلاج الواقعي في تنمية المهارات الاجتماعية وتعديل مركز الضبط لدى الأطفال المعرضين للخطر، مجلة ***دراسات العلوم التربوية،*** م 33،ع1، 134-146.

عبد الرزاق، خنساء (2009). أثر أسلوب العلاج الواقعي في تنمية الن النفسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية، ***مجلة الفتح: جعة ديالي***، العراق، م5،ع38، 20-45.

العبدلي، خالد محمد (2012). ***الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهه الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة***. ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جعة القرى، قسم علم النفس.

الكريديس، ريم سالم ، الزغبي، أحمد محمد (2013). ***نظريات الإرشاد النفسي.*** الطبعة الأولى، مكتبة الرشد.

محبوب، حنان محمد ين (2012***). فعالية العلاج بالمعنى في تنمية الصلابة النفسية والإحساس بجودة الحياة لدى عينة من المراهقات الكفيفات بمدينة مكة المكرمة***. رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم الصحة النفسية. جعة القرى.

محمود ماجدة حسين و علي أحمد فتحي (2011). مدى فاعلية برنج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية لامهات طيف التوحد الأبناء المعاقين عقليا وأثره على تقدير الذات لأبنائهم. ***دراسات نفسية***، مج 21،ع3، 447-473.

مخيمر، عماد محمد (2011). **استبيان الصلابة النفسية (دليل الاستبيان)**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

المغازي، إبراهيم محمد (2013). فاعلية برنج تدريبي لتنمية الصلابة النفسية لدى التليذ منخفضي التحصيل الدراسي***، مجلة كلية التربية:جعة بنها***، مج25،ع94، 135-168.

Bonanno, G. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? ***American psychologist***, 51,72-82.

Cole, M., Field, H. & Harris, S. (2004). Student learning Motivation and Psychological Hardiness: Interactive Effect on Students' Reactions to a Management Class. ***Academy of Management Learning and Educatio***n.

Glasser W. (1990).***Reality therapy a new approach psychiatry***. Material.

Glasser W. (2010).***Reality therapy and choice theory***.Glasser Institue.

Haidarabadi Z.G. (2014) The comparison of effectiveness of reality therapy, positive looking and integrated model on increase of mothers hardiness (how have blind children) ***of Tehran city. Kuwait chapter of Arabian Journal of business and management review***. Vol.3,no9,130-145.

Judkins S.; Reid B.; Furlow L.(2006). Hardiness training among nurse managers:buliding a healthy workplace. **Journal Contin Education Nurs**. Vol.(7). 208-238.

Kalantar J.; Khedri L.; Nikbakht A.; Motvalian M. (2013).Effect of psychological hardiness training on mental health of students. International Journal of Academic Reasarch In Business and Social Scinences. Vol.3(3) 68-73.

Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice, ***Consulting Psychology Journal, 54, 173-185.***

Maddi, S.R. (2006). Hardiness: the courage to grow from stresses. ***The journal of positive psychology***; 1(3) 160-168.

Mosalanejad L.; Koolaee A. K.; Jamali S. (2012) Effect of group cognitive behavioral therapy on hardiness and coping strategies among infertile women receiving assisted reproductive therapy. Iran Journal Psychiatry behav Sci. Vol.6(2). 16-22.

Nematzadeh A.; sary S. (2014). Effectiveness of group reality therapy in increasing the teachers happiness. ***Procedia-Social and behavioral Sciences***, vol. 116.907-912.

Wubbolding R. (2002). Reality therapy for the 21st century.Brunner-Routledge. Philadelphia.