The level of psychological resilience among mothers of children with mental handicap (A field study in Lattakia city)

Dr. Ansab. sharouf [*]
Rahaf. morra [**]

(Received 1 / 7 / 2024. Accepted 29 / 9 / 2024)

□ ABSTRACT □

The aim of the research was to identify the level of psychological resilience among mothers of children with mental handicap, to identify the differences in their psychological resilience according to the mother's educational level and the severity of the child's disability. The researcher adopted the descriptive approach and used the psychological resilience scale of Connor and Davidson (2003) which translated and standardized in the Syrian environment by Alasmi (2012). The research sample consisted of (40) mothers of children with mental disabilities who visit the Women's Support and Empowerment Center in Lattakia in a simple random manner. The results showed that the largest percentage of mothers(57.5%) have a low level between (17-40) of psychological resilience, there are no differences in psychological resilience among mothers according to the mother's educational level, while there are differences according to the severity of the child's mental disability in favor of the highest severity of disability.

Keywords: Psychological resilience, mental handicap.

Copyright **:**Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

[*] **Assistant professor, psychological counseling department, faculty of education, Tishreen university, Syria.**
[**] **Postgraduate student (PhD), psychological counselling department, faculty of education, Tishreen university, Syria.**

مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذّهنية (دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية)

د. أنساب شرّوف*

رهف مُرّة**

(تاريخ الإيداع 1 / 7 / 2024. قبل للنشر في 29 / 9 / 2024)

□ ملخّص □

هدف البحث إلى تعرّف مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذّهنية كذلك تعرف الفروق في المرونة النفسية لديهن تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم وشدة إعاقة الطفل، اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي واستخدمت مقياس المرونة النفسية لـ كونور ودافيدسون (2003) الذي ترجمه وقننه على البيئة السورية العاسمي(2012)، وقد تألفت عينة البحث من (40) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ممن يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية بطريقة عشوائية بسيطة، وتوصلت النتائج إلى أنّ النسبة الأكبر من الأمهات (57.5%) لديهن مستوى منخفض الذي يتراوح بين (17−40) من المرونة النفسية، كما توصلت الباحثة إلى عدم وجود فروق في المرونة النفسية لدى الأمهات تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم، بينما توجد فروق في المرونة النفسية لدى الأمهات تبعاً لمتغير شدة إعاقة الطفل الذهنية لصالح شدة الإعاقة الأعلى.

الكلمات المفتاحية: المرونة النّفسيّة، الإعاقة الذهنية.

حقوق النشر :مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

*أستاذ مساعد ، قسم الارشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين، سورية. Ansab.sharouf@tishreen.edu.sy

**طالبة دراسات عليا (دكتوراه)، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين – سورية. Rahaf.morra@tishreen.edu.sy

مقدّمة:

تُعدّ ولادة طفل ذي إعاقة في محيط الأسرة بمثابة صدمة تترّتب عليها مجموعة من الضغوطات النفسيَّة والاجتماعية والاقتصادية، فمشكلة الطفل بغضّ النّظر عن نوع إعاقته هي مشكلة الأسرة بأكملها لأنّها الجماعة الأوليّة التي ينّمو فيها الطفل ومسؤولة عن تنشئته وتكوين شخصيتّه، حيث يَفرض وجود طفل ذو إعاقة إعادة تنظيم نظام الأسرة وإعادة تعيين الأدوار للقيام بالمسؤوليات الجديدة ولا سيما الأمّ بحكم دورها الاجتماعي فهي الأكثر التصاقاً واحتكاكاً بالطفل الأمر الذي يجعلها في أمس الحاجة إلى أي نوع من أنواع المساعدة والمساندة للتخفيف من أعباء وضغوطات الإعاقة والحدّ من توابعها سواء كانت التوابع نفسيّة أو اجتماعيّة أو صحيّة. تتمثل الإعاقة الذهنية بالتّدني الملحوظ في القدرة العقليّة والذي يُصاحبه قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر التّكيف الاجتماعي مثل مهارات الاتصال اللّغوي، العناية بالذّات، الحياة اليوميّة والاجتماعيّة، التّوجيه الذّاتي، الخدمات الاجتماعيّة، الصّحة والسّلامة، والعمل والمجالات العمليّة (شاهين، 2008، 15).

إنَّ ردود الفعل النفسيَّة لدى الأمهات بعد تشخيص إعاقة طفلهم الذهنية عامل مهم في تحسين واقع الطفل والأسرة بشكل عام؛ فالأمهات اللواتي وصلن إلى مرحلة التقبل والتعايش مع إعاقة طفلهم عن طريق مواجهة الضغوطات النفسيَّة والحدث الصادم بطريقة توافقية وحافظن على حالة من الاتزان الانفعالي هذه العملية الدينامية التي تمكنهم من التعافي والتوافق مع الضغوطات المختلفة للإعاقة تسمى المرونة النفسيَّة Psychological resilience حيث برزَ مصطلح المرونة النفسيَّة عندما حاول مجموعة من الباحثين تفسير السّلوك الايجابي للأفراد عند تعرضهم لظروف ضاغطة فهي من المصطلحات الأساسيّة لعلم النّفس ويعود ظهور الأبحاث العلمية الأولى حول هذا المصطلح إلى عام (1970) تقريباً وذلك بعد عقود من الدّراسة والممارسة التي استهدفت تأثير الصدمة والضغط على وظيفة وتطور الأفراد والأسر (عبد الحافظ، 2017، 13) وتُعرّف بأنّها "عملية ديناميكية يبرز الفرد من خلالها السّلوكيات الإيجابية التكيفية في أثناء مواجهته للمصاعب والمشكلات والصدمات" (زيدان،2021، 355). بالتّالي قد تكون المرونة النفسيَّة بأبعادها المتمثلة بالشجاعة والتفاؤل وسعة الحيلة وتبني هدف ومعنى للحياة رغم الأزمة التي تعيشها الأم نتيجة إعاقة الطفل الذهنية هي التي تمنح الأم القدرة على مواجهة الضغوط والمشاكل الناتجة عن إعاقة الطفل بطريقة توافقية، انطلاقاً مما سبق جاء البحث الحالي ليلقي الضّوء على مستوى المرونة النفسيَّة لدى عينة من أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

مشكلة البحث:

تُعدّ الأسرة من أهم ركائز المجتمع، فهي تَلعب دوراً مُهمّاً في تشكيل سلوك الطفل وشخصيتّه وتلبيّة حاجاته النفسيَّة والاجتماعيّة؛ وعن طريق الأسرة يتعلّم الطفل الاستجابة للمواقف المُختلفة في محيطه، ونظراً لدور الأم الأساسي فلابدّ من الاهتمام بسلامتها النفسيَّة والجسديّة نتيجة لقيامهما بأدوار اجتماعيّة مُتعددة قد تفرض عليها بعض الأعباء من مسؤوليات ومُتطلبات خاصّة بالأطفال مع اختلاف خصائصهم. تزداد هذه الأعباء إذا كان الطفل من ذوي الإعاقة الذهنية ممّا يفرض على الأم ضّغوطاً نفسيّة إضافيّة، وهذا ما أكدّه السّرطاوي والشخص عن مصادر الضّغوط النفسيَّة فمن صدمة التّشخيص المبدئي وتحطيم آمالها، إلى أزمة الواقع المُرتبطة بصعوبة رعاية طفل ذو إعاقة ذهنية الطويلة المدى والمُتمثّلة بمشكلات الأداء الاستقلالي للطفل، والمشكلات المعرفيّة والنفسيَّة والأسريّة والاجتماعيّة، وعدم القدرة على تحمّل أعباء الطفل، والأعراض النفسيَّة والعضويّة، ومشاعر اليّأس والإحباط، وأيضاً القلق على مستقبله

(حنفي، 2007)، حيث تُشكّل رعاية أحد أفراد الأسرة من ذوي الإعاقة الذهنية أصعب أنواع الضّغوط النفسيَّة، فغالباً ما يشعر مقدمو الرّعاية بالإحباط والإرهاق لأنه لا يُمكنهم في كثير من الأحيان أخذ قسط من الرّاحة من مُهمة تقديم الرّعاية (Greenberg,2016)، ففي هذا السّياق محلّياً بيّنت دراسة كيخيا (2017) في سوريّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية أنّ نسبة (14،7%) من الأمّهات لديهم ضّغوط نفسيّة بدرجة مرتفعة، بالتالي تحتاج أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية إلى عملية مستمرة تُظهر الأم من خلالها سلوكاً تكيفياً إيجابياً في مواجهة المحن والصدمة ومصادر الضغط النفسي وهذا ما يسمى المرونة النفسيَّة (القللي، 2016، 10)، والتي تجعلها قادرة على الحفاظ على صحتها الجسمية والعاطفية في مواجهتها لمشكلة إعاقة الطفل لاسيما أنّ الأم بصفتها مقدمة الرعاية الأساسية للطفل ذي الإعاقة فهي بحاجة إلى تطوير القدرة على التوافق والعمل على النحو الأمثل للتغلب على الشدائد، فالمرونة النفسيَّة قد تساعدها على التعامل مع ضغوط الإعاقة وتُحسّن التوافق النفسي والاجتماعي لديها وهذا ما أكدّته دراسة هالستيد وآخرون Halstead et others(2012) في الولايات المتحدة الأمريكية بأنّ مستوى مرونة أمهات الأطفال ذوي الإعاقة مرتبط برفاههم النفسي. بالإضافة إلى أنّ الإعاقة الذهنية تحديداً وما يرافقها من مظاهر مرتبطة بصعوبات في العناية الذاتية والسلوك التكيفي للطفل تجعل الصعوبات اليومية للأم في تزايد كذلك وجود صعوبات الوصول إلى المراكز الخاصة بذوي الإعاقة والتكاليف الباهظة للرعاية وللجلسات في ظل الظروف القاسية التي تعيشها البلاد نتيجة الحرب والحصار الاقتصادي المرافق لها، وانعكاساتها المتعددة على الجانب الصحي، والاجتماعي والاقتصادي للأسرة السورية وخاصة من لديها طفل ذي إعاقة ذهنية وما تسببه من ضغوط نفسية إضافية للأم، الإضافة إلى ندرة الدراسات المحلّية –على حدّ علم الباحثة–التي تناولت المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة، من هُنا تتحدّد مُشكلة البحث الحالي بالسؤال الرئيس الآتي: **ما مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ؟**

أهمية البحث: الأهميّة النّظرية: – تكمن أهمية البحث النظرية من أهميّة متغير المرونة النفسيَّة باعتبارها بناء نفسي إيجابي يُمكّن الفرد من تحقيق الصحة النفسيَّة والتّوافق الإيجابيّ في حياته بالرغم من وجود الضغوط والمحن والظروف ويحتاجها الفرد لتحقيق النّمو النّفسي السّليم، وأهمية دراستها لدى أمهات ذوي الإعاقة الذهنية كونها حاجة لديهنّ وتنعكس على صحة أطفالهنّ.

– أهمية وخصوصيّة الشريحة الانسانية التي يتناولها البحث وهي أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية إذ أنّ الأمّ هي القائم الأوّل على رعاية الطّفل نفسيّاً وجسديّاً ولكونها أعظم مصدر قوّة للطّفل بحكم عاطفة الأمومة ولا سيما في ظل شدة ومآل الإعاقة، وفي ظل الظروف القاسية التي تعيشها البلاد وخاصة من لديها طفل ذي إعاقة ذهنية وما تسببه من ضغوط نفسية إضافية للأم.

– تكمن أهميّة البحث أيضاً من أنّه يُعدّ من الدراسات القليلة محلياً التي تناولت المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ممّا قد يُشكّل إضافة جديدة للتّراث السيكولوجي في هذا الميدان.

الأهمية التطبيقية: – يُمكن للباحثين الاستفادة من نتائج البحث في تصميم البرامج الإرشادّية الهادفة إلى التّعامل مع الضّغوط النفسيَّة لأمّهات ذوي الإعاقة ومن خلال ذلك قد تُبنى برامج إرشادية لتّحقيق وتعزيز التّوافق النّفسي لديهن خاصةً أن نظريات الارشاد النفسي ركزت على مفهوم المرونة النفسية كنظرية التقبل والالتزام.

– قد تفيد المتخصصين في مجال الدعم النفسي في إعداد برامج مساندة نفسية واجتماعية لأمهات الأطفال ذوي الإعاقة.

- كما أنها قد تفيد العاملين في مجال الإرشاد النفسي في تنفيذ جلسات توعية وقائية وندوات ومحاضرات بهدف تدعيم المرونة النفسية لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى: - تعرّف مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في مدينة اللاذقية.

- تعرّف الفروق في المرونة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية تبعاً للمستوى التعليمي للأم.
- تعرّف الفروق في المرونة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية تبعاً لشدة إعاقة الطفل.

أسئلة البحث: ما مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في مدينة اللاذقية؟

فرضيات البحث:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدة الإعاقة لدى الطفل.

حدود البحث:

- **الحدود الزمانيّة:** تمّ إجراء البحث خلال عام (2024)، وتمّ تطبيق أداة البحث في الفترة الواقعة ما بين (24-2-2024) وحتّى (16-4-2024).
- **الحدود المكانيّة:** مركز دعم وتمكين المرأة في اللاذقية التابع لجمعية موزاييك للإغاثة والتنمية الإنسانية.
- **الحدود البشريّة:** أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية اللواتي يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية.
- **الحدود الموضوعيّة:** المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

مصطلحات البحث وتعريفاته الاجرائية:

- **المرونة النفسيَّة Psychological Resilience:**

يُعرّف كل من كونور وديفيدسون (Connor& Davidson) المرونة النفسيَّة بأنها: "القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة والمحن والمواقف الضاغطة المتواصلة وهي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً إيجابياً في مواجهة المحن، والصدمات ومصادر الضغط النفسي" (القللي، 2016، 248).

إجرائياً: تُعرّف الباحثة المرونة النفسيَّة بأنّها ما تَعكسه الدّرجة التي تحصل عليها أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية على مقياس المرونة النفسيَّة ل (العاسمي، 2012).

- **أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية:**

إجرائياً: هم كل أم لديها طفل ذي إعاقة ذهنية بدرجة بسيطة أو متوسطة أو شديدة ، وعمره لا يتّجاوز (12) عام يعيش معها ويترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية.

الإطار النّظري: المحور الأول: المرونة النفسيَّة:

- **تعريف المرونة النفسيَّة Resilience Psychological:**

يُعرّف روتر Rutter 1979 المرونة النفسيَّة بأنّها: "قدرة الفرد على التغلب على المحنة ومواجهة الضغوط، وتجاوز العقبات والمساوئ" (الحمداني ومنوخ، 2013، 382).

أيضاً تُعرّف الجمعية الأمريكية لعلم النفس American Psychological Association [APA] المرونة النفسيَّة بأنّها: "عملية التوافق الجيّد والمواجهة الإيجابية للشدائد، والصدمات النفسيَّة، والنكبات التي يواجهها الأفراد مثل: المشكلات الأسرية، مشكلات العلاقات مع الآخرين، المشكلات الصحية، ضغوط العمل، المشكلات المالية" (إسماعيل، 2017، 295).

- **النظريات المُفسرة للمرونة النفسيَّة:**

نظرية التّحليل النّفسي: يرى فرويد بأنّ النّمو السليم يؤدي إلى نشوء الأنا القوية والتي تظهر كأحد المتغيرات المهمة في الشخصية في ضوء القابلية على مواجهة المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته لتحقيق عملية التوافق. وإنّ النمو الطبيعي يحدث في حالة توازن بين مكونات الشخصية الثلاثة (الهو والأنا و الأنا الأعلى)، عندما يستبدل أساليبه بأساليب أكثر نضجاً وفعالية في التعامل مع المشكلة وعلى نحو ثابت، ويرى فرويد أيضاً أنّ التوافق في الشخصية ما هو إلّا الحصيلة النهائيّة عن إمكانية تحقيق الذات وتجنب الألم، فالسّلوك التوافقي لدى الفرد هو السّلوك الموجه للتغلب على عقبات البيئة أو صعوبات مواقفها، كما أن آليات توافقه التي يتعلمها هي الاستجابة المعتادة التي يسير عليها لإشباع حاجاته وإرضاء دوافعه وتخفيف توتراته، فقدرة المرء تحت تأثير دوافعه على تحويل ما هو ذاتي إلى اجتماعي أو القدرة على التوافق كما يقول فرويد يشكلان الجانب المهم من المرونة النفسيَّة للفرد(الحمداني ومنوخ، 2013، 387).

بينما يفترض آدلر Adler أنّ الفرد المتوافق هو الذي يعيش وفقاً لمبادئ مع إمكانية تغير هذه المبادئ وفقاً للظروف الواقعية والتوجه نحو تحقيق أهداف تتفق مع المصلحة الاجتماعية، وقد افترض آدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات وهي (النمط المسيطر، والنمط المعتمد أو الآخذ، والنمط المتجنب، والنمط المميز اجتماعياً)، فالمرونة النفسيَّة استناداً إلى وجهة نظر آدلر تعتمد على مدى تغيير الفرد لأساليب حياته وفقاً لمستجدات الواقع والمصلحة الاجتماعية بما يحقق له سد ثغرات نقصه من أجل بلوغ مستويات أعلى من النمو النفسي والتوافق مع الواقع الاجتماعي (الحمداني ومنوخ، 2013، 288). **النظرية السّلوكية:** تقوم الشخصية حسب النظرية السّلوكية في حال سوائها أو انحرافها على مجموعة من العادات التي سبق أن تعلمها الفرد، فالسّلوكيات كلها مكتسبة ومتعلمة تحت شروط التعزيز، ويعتبر السّلوكيون أنّ الإشراط والصراع بين المثيرات من أهم مصادر مرونة السّلوك أو نتيجة لما يحدث من سوء التكيف تجاه المواقف الجديدة، ولعلّ سبب ذلك هو عدم قدرة الفرد على ترك الاستجابات القديمة؛ فالمرونة النفسيَّة وفق هذه النظرية متعلمة ومكتسبة، يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للعادات الإيجابية ممّا يؤدي إلى تكوين شخصية متزنة تتمتع بالمرونة وقابلة للتكيف والتوافق، إلى جانب مواجهة ضغوط الحياة وأزماتها(أبو القمصان، 2017، 35).

النظرية الإنسانية لروجرز: يرى كارل روجرز أنّ الإنسان في الأساس مخلوق واعٍ وعاقل، يحكمه الإدراك التام لذاته الخاصة والمحيط الذي يعيش فيه، فبقدر الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه الفرد من المحيطين به يكون نموه النفسي والاجتماعي صحيحاً. إنّ النمو النفسي السليم ينتج فرداً متكامل الوظائف النفسيَّة أي فرد يتمتع بالمرونة وذلك عندما

يكون على وعي تام بكل خبراته، أي أنه لا يهمل، أو يمنع، أو يشوه هذه الخبرات، كذلك يتصف الفرد المرن بالقدرة على الاستمتاع بكل لحظة من حياته، كما يتصف بالقدرة على اتخاذ القرار المناسب، والشعور بالحرية من أجل التحرك في أي اتجاه يرغب ليكون قادراً على تحقيق ذاته (أبو سبيتان، 2014، 20).

المحور الثاني: الإعاقة:

تعريف الإعاقة Handicap:

عالمياً اعتُمدت اتفاقية حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة وبرتوكولها الاختياري في (13) كانون الأول عام (2006) في مقر الأمم المُتحدة في نيويورك، ودخلت حيّز التّنفيذ في سوريّة بتاريخ (27-6-2016) حيث صدرَ تعميم من رئاسة مجلس الوزراء في سوريّة بناءً على ما تمّ اقراره في اجتماع المجلس المركزي للمعوقين باستبدال مُصطلح ذوي الاحتياجات الخاصّة بمصطلح ذوي الإعاقة، فمصطلح "ذو احتياج خاص" يُعبّر عن كل فرد لا يُمكنه القيام بشيء دون مساعدة، أمّا مُصطلح "ذو إعاقة" يعني أنّ هناك ما يُعيق الفرد ممّا يجعله بحاجة إلى تعديلات مُعينة ليتمكّن من الاستقلالية، فهذا المُصطلح يُعطي الفرد الحق القانوني في المطالبة بالتّعديلات البيئية لتتناسب مع إعاقته بالتّالي يتمكّن من ممارسة حق الاستقلالية (موقع وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل في سوريّة). يُعرّف الميثاق العالمي الإعاقة بأنّها" حالة تحدّ من قدرة الفرد على القيام بوظيفة واحدة أو أكثر من الوظائف الأساسيّة في الحياة اليومية وذلك ضمن الحدّود الطبيعيّة بالنّسبة للأسوياء، أي عدم تَمكّن الفرد من الحصول على الاكتفاء الذّاتي وجعله في حاجة مُستمرة لمساعدة الآخرين"، وقد عرّفت منظمة الصّحة العالميّة الإعاقة بأنّها" فقدان قدرة الفرد كلّها أو بعضها على اغتنام فرصة المُشاركة في حياة المجتمع على قدم المساواة مع الآخرين" (الشريف، 2016، 23).

الإعاقة الذهنية Mental Handicap:

الإعاقة الذهنية هي " تسميّة مُرتبطة بثلاثة مكونات أولها مُعدّل الذّكاء الأقل من المتّوسط، ثانياً قيود كبيرة في السّلوك التّكيفي الذي يُقلل من قدرة الفرد على تلبيّة التّوقعات الثقافيّة والاجتماعيّة بالنّظر إلى سنه، ثالثاً تظهر على الفرد قبل سن الثامنة عشرة" (Carey& others, 2020,34). إذاً تُمثّل الإعاقة الذهنية عدداً من جوانب القصور في أداء الفرد والتي تظهر دون سن(18) وتتمثّل بالتّدني الملحوظ في القدرة العقليّة، والذي يُصاحبه قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر التّكيف الاجتماعي مثل مهارات الاتصال اللّغوي، العناية بالذّات، الحياة اليوميّة والاجتماعيّة، التّوجيه الذّاتي، الخدمات الاجتماعيّة، الصّحة والسّلامة، والعمل والمجالات العمليّة (شاهين، 2008، 15).

تُصنّف الجمعيّة الأمريكية الإعاقة الذهنية وفقاً لشدّة الإعاقة إلى:

- الإعاقة الذهنية البسيطة: نسبة الذّكاء من (50-55) إلى (70-75).
- الإعاقة الذهنية المتّوسطة: نسبة الذّكاء من(35-40) إلى(50-55).
- الإعاقة الذهنية الشدّيدة: نسبة الذّكاء من (20-25) إلى(40-45).
- الإعاقة الذهنية الشدّيدة جدّاً: نسبة الذّكاء أقل من(20-25) (شاهين، 2008، 16).

الخصائص العامّة لذوي الإعاقة الذهنية:

من الخصائص الجسميّة والحركيّة لذوي الإعاقة الذهنية أنّ معدل النّمو الجسمي والحركي لديهم يتّسم بالانخفاض فهم أصغر في أحجامهم وأطوالهم من أقرانهم العاديين، قدرتهم على الاعتناء بأنفسهم قليلة، تعرضّهم للمرض أكثر احتمالاً، لديهم تأخّر بالمشي وبالاتزان الحركي، ضعف التآزر البصري الحركي، ضعف القدرة على الانتباه والقابلية للتّشتت،

ضعف الذاكرة، صعوبة التّمييز بين الأشكال والألوان والأحجام والروائح والمذاقات المختلفة، قصور في عمليات الإدراك، وتفكيرهم يدور حول هُنا والآن فقط، أيضا بطء في النّمو اللّغوي والتّأخر بالنّطق واكتساب اللّغة حيث تكون مفرداتهم بسيطة لا تُناسب عمرهم الزمني، ومستوى الدّافعية لديهم مُنخفض، ويميلون إلى اللّعب والمشاركة في المجموعات العمريّة الأصغر سناً منهم وذلك لعدم قدرتهم على التّنافس مع أقرانهم العاديين (القمش،2011).

الدراسات السابقة:

-دراسة هوارية وأحلام (2023) الجزائر، بعنوان: "المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون- دراسة عيادية لحالتين في مركز الإعاقة الذهنية ببني ثور- ورقلة-". هدفت الدّراسة التّعرف إلى مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون، وتمّ استخدام المنهج العيادي (دراسة الحالة) وقد بلغت العينة حالتين لأمهات أطفال مصابين بمتلازمة داون تتراوح أعمارهم بين (50 و 53) عاماً تم اختيارهم بطريقة قصديّة وتمّ جمع البيانات من خلال الأدوات (المقابلة نصف الموجهة ومقياس المرونة النفسيَّة واختبار تفهم الموضوع) وقد أظهرت نتائج الدّراسة أن أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون لديهن مستوى مرتفع من المرونة النفسيَّة حيث حصلت الحالة الأولى على (86) درجة في مقياس المرونة النفسيَّة والحالة الثانية على (81) درجة.

-دراسة المشاقبة والصمادي (2021) الأردن: بعنوان:" القدرة التنبؤية للمرونة النفسيَّة بمستوى التكيف لدى والدي أطفال اضطراب طيف التوحد". هدفت إلى الكشف عن مستوى المرونة النفسيَّة والتكيف النفسي لدى والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد والكشف عن مدى إسهام عوامل المرونة النفسيَّة في مستوى التكيف لديهم، منهج الدّراسة هو المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة الدّراسة من (200) فرد من والدي أطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، وأدوات الدّراسة هي مقياس المرونة النفسيَّة بأبعاده (البعد الانفعالي، والبعد المعرفي، والبعد الاجتماعي)، ومقياس التكيف النفسي من إعداد الباحثين، وتوصلت النتائج إلى أنّ والدي الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد يتميزون بدرجة عالية من المرونة النفسيَّة وعدم وجود فروق بمستوى التكيف بين آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد، كما ساهمت عوامل المرونة النفسيَّة (البعد المعرفي) في تفسير التباين الحاصل في التكيف النفسي.

-دراسة النجار (2021) فلسطين: بعنوان:" الرأفة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسيَّة لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظات غزة". هدفت الدّراسة إلى فحص مستوى الرأفة بالذات ومستوى المرونة النفسيَّة لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظات غزة، كذلك تعرف العلاقة بين كل من الرأفة بالذات والمرونة النفسيَّة لدى عينة الدّراسة التي بلغت (500) من أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظات غزة من المترددات على(16) مركزاً من مراكز تأهيل ذوي الإعاقة في غزة، وقد تراوحت أعمارهن بين (16-54) عاماً؛ واستندت الدّراسة على مقياسي الرأفة بالذات والمرونة النفسيَّة وهما من إعداد الباحثة، وأشارت نتائج الدّراسة إلى أن مستوى كل من الرأفة بالذات والمرونة النفسيَّة ضمن المستوى المرتفع، كما تبين وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين الدرجة الكلية للرأفة بالذات والأبعاد الفرعية لها مع الدرجة الكلية للمرونة النفسيَّة والأبعاد الفرعية لها.

-دراسة بيركيل و كانر Kaner& Bayrakl (2012) تركيا: بعنوان: " دراسة العوامل المؤثرة على المرونة لدى أمهات الأطفال من ذوي الإعاقة الذهنية ومن لا يعانون منها".

"Investigating the Factors Affecting Resiliency in Mothers of Children with and without Intellectual Disability".

هدفت الدّراسة إلى تعرف العوامل المؤثرة على المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية، وتكونت عينة الدّراسة من (491) أم بينهم (257) أم لأطفال ذوي إعاقة ذهنية و(234) أم لأطفال عاديين، تم استخدام مقياس مرونة الأمهات الذي تمّ تطويره بواسطة كانر وبيراكلي ويتكون من (34) بند وثمانية مقاييس فرعية، وأهم ما توصلت إليه الدّراسة هو أن إدراك الأمهات لكمية ونوعية الدعم الاجتماعي أثّر على استراتيجيات مواجهة الضغوط المترتبة على الإعاقة بطريقة إيجابية لكنه أثر على المرونة بدرجة منخفضة، حيث أنّ استراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المشكلة المتضمنة التقييمات الإيجابية المتعلقة بالشدائد والجهود السّلوكية لمواجهة المشكلات وإدارتها أثرت على المرونة لدى الأمهات بشكل إيجابي أكثر من كمية ونوعية الدعم الاجتماعي. كما ترتبط المرونة النفسيَّة والدعم الاجتماعي والتكيف ببعضها البعض، وتعتبر المواجهة المتمركزة حول المشكلات من عوامل الحماية المهمة للمرونة النفسيَّة لدى الأمهات.

-دراسة هالستيد وآخرون Halstead et others (2012) الولايات المتحدة الأمريكية: بعنوان: "العلاقة بين المرونة ورفاهية أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد والاعاقات النمائية الأخرى".

"Associations between Resilience and the Well-Being of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder and Other Developmental Disabilities".

هدفت الدّراسة إلى تعرف العلاقة بين المرونة النفسيَّة والرفاه النفسي لأمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد وفحص ما إذا كانت المرونة تعمل كعامل يؤثر على الرفاه النفسي للأم، تألفت عينة الدّراسة من (312) أماً تتراوح أعمارهم بين(23-67) عاماً وتم استخدام مقياس التكيف المختصر للمرونة لسينكلير وولستون (2004) ومقياس الرضا الأسري، وتوصلت أهم النتائج إلى أنّ مستوى مرونة الأمهات مرتبط بشكل طردي مع رفاههم النفسي وهذا يتأثر بسلوك الطفل ذي اضطراب طيف التوحد، وأنّ مستوى المرونة النفسيَّة المرتفع مرتبط بمستوى منخفض من المشكلات السّلوكية والعاطفية لدى الطفل، وقد كانت مستويات المرونة المرتفعة مرتبطة بأعراض أقل لكل من الاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة لدى الأمهات ومرتبط بتماسك وتوافق أسري عالي.

موقع البحث الحالي بين البحوث والدّراسات السّابقة: تنّوعت أهداف البحوث والدّراسات السّابقة، إذ هدفت بعض الدّراسات إلى تعرّف العلاقة بين المرونة النفسية ومتغيرات كالرفاه والتكيف النفسي كدراسة هالستيد وآخرون(2012) ودراسة المشاقبة والصمادي(2021) ومتغير الرأفة بالذات كدراسة النجار(2021) أمّا البحث الحالي هدفَ إلى تعرّف مستوى المرونة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية والفروق فيها تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم وشدة إعاقة الطفل، أمّا من حيث العينة يتّميز البحث الحالي عن البحوث التي أُجريت في هذا السّياق بكون العينة هي أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية هذه الشريحة الإنسانيّة التي تواجه ضّغوط نفسيّة وتشابهت في ذلك مع دراستي بيركل وكانر(2012) والنجار(2021) في حين تناولت دراسات أخرى عينة أمهات الأطفال المصابين باضطراب طيف التوحد والاعاقات النمائية كدراسة هالستيد وآخرون(2012) وأمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون كدراسة هوارية وأحلام(2023) والمشاقبة والصمادي(2021)، من حيث المنهج المُتبّع فقد استخدمت دراسات المنهج

العيادي كدراسة هوارية وأحلام(2023)، أمّا في البحث الحالي استخدمت الباحثة المنهج الوصفي. بعدَ عرض مجموعة الدّراسات السّابقة التي استفادت منها الباحثة في فكرة هذا البحث وكذلك في تفسير النّتائج وبعدَ وتوضيح الفرق بينها وبين البحث الحالي من حيث الأهداف والعينة والمنهج تبيّنَ موقع البحث الحالي بين الدّراسات السّابقة وتفرّده في البيئة المحليّة.

منهجية البحث وإجراءاته:

منهج البحث: اتبعت الباحثة المنهج الوصفيّ. يُحاول المنهج الوصفيّ الإجابة عن سؤال ما هيَ طبيعة الظاهرة موضع البحث ويشمل ذلك تحليل بنيتها وبيان العلاقات بين مكوناتها، ومعنى ذلك أنّ الوصف يهتّم أساساً بالوحدات، أو العلاقات، أو الفئات التي توجد بالفعل. فالبحوث الوصفيّة تقريرية في جوهرها، ومُهمة الباحث فيها أن يصف الظاهرة دون أن تدّخل الأحكام القيميّة (أبو حطب وفؤاد،2010).

مجتمع البحث وعينته: تكوّن مجتمع البحث من جميع أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في مدينة اللاذقية، لكن من الصعب التّوصل إلى إحصائية دقيقة لمعرفة حجم المجتمع الأصلي؛ لذلك قامت الباحثة بسحب عينة من الأمّهات اللواتي يترددن إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية وقد جرى اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائيّة البسيطة، وقد بلغ حجمها النّهائي (40) أم من أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية ويظهر الجدول (1) توزع أفراد عينة البحث على المتغيرات المدروسة (متغير المستوى التعليمي، متغير شدة الإعاقة).

الجدول (1): توزع أفراد عينة البحث بحسب المتغيرات المدروسة

المتغير		العدد
المستوى التعليمي	أمية	14
	تعليم أساسي	10
	تعليم ثانوي	6
	معهد متوسط	6
	إجازة جامعية	4
شدة الإعاقة	بسيطة	12
	متوسطة	17
	شديدة	11

أداة البحث: مقياس المرونة النفسيَّة:

وصف المقياس: استخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسيَّة لـ كونور ودافيدسون (CD- RISC) (Connor- Davidson Resilience Scale، 2003)، وقام بترجمته إلى العربية وتقنينه على البيئة السورية العاسمي عام (2012). يتألف المقياس الذي أعده كونور وديفيدسون (Connor& Davidson, 2003) والذي يرمز له ب (CD- RISC) بصورته الأولية من (25) عبارة (الملحق 3)، موزعة على أربعة أبعاد أساسيّة، وهي: بُعد الجرأة والشجاعة ويضم (7) بنود، وبُعد التفاؤل ويضم (7) بنود، وبُعد سعة الحيلة (الدهاء) ويضم (6) بنود، وبُعد الغرض (الهدف) ويضم (5) بنود، وتتم الإجابة باختيار بديل واحد من خمس بدائل وفق مقياس ليكرت (دائماً- غالباً- أحياناً -نادراً- أبداً). ويتم التصحيح بإعطاء الإجابات الإيجابية الدرجات (5-4-3-2-1) والعبارات السلبية (1-2-3-4-5). كما قامت الباحثة بالتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (30) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة المترددات إلى مركز دعم وتمكين المرأة في مدينة اللاذقية، وكانت عدد البنود بالصورة النهائية للمقياس (17) بند الملحق (1) وبالتالي الدرجة العظمى (85) والدرجة الدنيا (17).

صدق مقياس المرونة النفسيَّة: تمّ التحقق من صدق المقياس بطريقتين:

1- صّدق المحتوى (صدق المُحكّمين): قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته الأولية المؤلفة من (25) بنداً على مجموعة مؤلفة من سبعة مُحكمين من أعضاء الهيئة التّدريسية في كلية التّربية في جامعة تشرين الملحق (2)، وذلك للتّأكد أنّ المقياس يقيس ما وُضِع لأجله. بعد اطّلاع السّادة المُحكمين على المقياس واقتراح التّعديلات التزمت الباحثة بجميع الملاحظات من إعادة صياغة وحذف ودمج بعض البنود، فأصبح بعد التّحكيم مؤلف من (17) بنداً.

2- الصدق البنائي: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) أم من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة في مدينة اللاذقية من خارج عينة البحث، وللوصول إلى معاملات الصدق تمّ حساب قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع البعد المُدرج وفقه، وبين درجة كل بعد مع الدّرجة الكلّية للمقياس وكانت النتائج كما هي موضحة في الجداول التالية:

جدول (2): معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط ومستوى الدلالة	الجرأة والشجاعة	التفاؤل	سعة الحيلة (الدهاء)	الغرض أو الهدف
معامل الارتباط	.883(**)	.869(**)	.809(**)	.881(**)
مستوى الدلالة	0.000	0.000	0.000	0.000

** دال عند مستوى دلالة 0.01

يُستنتج من الجدول (2) وجود علاقة ارتباطية بين درجة كل بُعد من أبعاد المقياس مع الدّرجة الكليّة للمقياس ككل عند مستوى دلالة (0.01). وبذلك تعدُّ أبعاد المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

كما تمّ حساب قيم معاملات الارتباط الداخلية (الاتساق الداخلي) بين درجة كل بند من بنود المقياس والدّرجة الكليّة للبُعد المُدرج وفقه، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3): معاملات الارتباط بين درجة كل بند مع البعد المُدرج وفقه

الجرأة والشجاعة				التفاؤل				سعة الحيلة (الدهاء)				الغرض أو الهدف			
البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار	البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار	البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار	البند	معامل الارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	القرار
13	**0.49	0.016	دال	7	*0.708	0.000	دال	5	**0.523	0.009	دال	14	**0.802	0.000	دال
14	**0.854	0.000		10	**0.811	0.000		6	**0.758	0.000		17	**0.78	0.000	
15	*0.752	0.000		11	*0.819	0.000		8	**0.789	0.000		22	**0.623	0.000	
16	**0.79	0.000		12	**0.766	0.000		9	**0.74	0.000		24	**0.809	0.000	
17	**0.847	0.000		-	-	-		-	-	-		-	-	-	

***دال عند مستوى دلالة (0.05). **دال عند مستوى دلالة (0.01).**

يظهر من الجداول (2)، (3) أنّ المقياس يتّصف بصدق داخلي جيّد حيث إنّ معاملات الارتباط إيجابية ودالة إحصائياًعند مستوى دلالة (0.05)، (0.01)، وبذلك تُعدّ أبعاد المقياس صادقة لما وضِعت لقياسه.

ثبات مقياس المرونة النفسيَّة: قامت الباحثة بحساب معامل الثّبات للمقياس بطريقتين:

1-ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha):

جدول (4): معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس المرونة النفسيَّة

أبعاد مقياس المرونة النفسيَّة	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)
البعد الأول: الجرأة والشجاعة	5	0.797
البُعد الثاني: التفاؤل	4	0.784
البُعد الثالث: سعة الحيلة (الدهاء)	4	0.654
البُعد الرابع: الغرض أو الهدف	4	0.75
الدّرجة الكليّة للمقياس	17	0.91

يظهر من الجّدول (4) أن قيم معاملات الثَّبات تراوحت بين (0.654)، و(0.797)، وقيمة معامل الثَّبات لمقياس المرونة النفسيَّة ككل بلغت (0.91)، وهذا مؤشر على ثبات المقياس، أي يُمكن الوثوق به.

2- التّجزئة النّصفيَّة (Split- Half):

لحساب ثبات المقياس تم تقسيم البنود إلى نصفين يضم النّصف الأول البنود الفرديَّة، والنّصف الثّاني يضم البنود الزوجيَّة، وتمّ حساب مجموع درجات النّصف الأول وكذلك مجموع درجات النّصف الثّاني، ثُمَّ تمّ حساب معامل الارتباط بين النّصفين، باستخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson)، تمَّ تعديل طول البعد باستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman-Brown)، كما تم حساب معامل غوتمان (Guttman)، وجاءت النتائج كما هو مبين في الجدول (5).

جدول (5): معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس المرونة النفسيَّة

مقياس المرونة النفسيَّة	عدد البنود	معامل الارتباط بيرسون قبل التَّعديل	معامل الارتباط سبيرمان براون بعد التَّعديل
	17	0.849	0.918

يتبين من الجّدول (5) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون قبل التَّعديل بلغ (0.849)، ثمَّ تمَّ تعديل طول البعد باستخدام معادلة سبيرمان براون، وقد بلغ (0.918). أي أنّ المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثَّبات بحيث يمكن تطبيقه على أفراد عيِّنة الدّراسة.

عرض نتائج البحث وتفسيرها:

السؤال الأول: ما مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في مدينة اللاذقية؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد العينة على بنود مقياس المرونة النفسيَّة وفق ثلاث مستويات حسب المعيار الآتي: (أعلى درجة-أدنى درجة) ÷ 3 وبالتالي المجالات من (17) إلى (40) مستوى منخفض، من (41) إلى (62) مستوى متوسط، من (63) إلى (85) مستوى مرتفع، وقد أظهرت النّتائج أنّ أفراد العينة يتوزعون على هذه المستويات كما يوضّح الجدول (6).

جدول (6): مستوى المرونة النفسيَّة لدى أفراد العينة

مستوى المرونة النفسيَّة	العدد	المتوسط الحسابي	النّسبة المئوية
مستوى مُنخفض	23	30.13	%57.5
مستوى متوسط	10	52،1	%25
مستوى مرتفع	7	72.71	%17.5

يتضّح من الجدول (6) أنّ النّسبة الأكبر من أفراد العينة لديها مستوى منخفض من المرونة النفسيَّة، تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة هوارية وأحلام (2023) في الجزائر التي توصلت إلى أنّ الأمهات لديهن مستوى مرتفع من

المرونة النفسيَّة، وتفسر الباحثة ذلك بأنّ ميلاد طفل ذو إعاقة ذهنية يعتبر عامل ضاغط يؤثر على النمو المستقبلي للأسرة بصفة عامة وللأم بصفة خاصة، وهناك جملة من العوامل الداخلية والخارجية التي تؤثر على مستوى المرونة النفسيَّة لدى الأمهات وتجعلها بمستوى منخفض قد تكون متمثلة في الضغوطات النفسيَّة والاجتماعية وعدم توافر الإمكانيات المادية للتكفل الأمثل بالطفل ذي الإعاقة، والإحباط في التعامل مع الطفل ذي الإعاقة الذهنية وعدم القدرة على تحمل أعباء الإعاقة بالإضافة لعدم تلقي المساندة الاجتماعية سواء من الزوج أو العلاقات الأسرية أو العلاقات مع الأسرة الممتدة كذلك قد يكون اضّطرار بعض الأمهات للتّخلي عن بعض الأمور الهامّة وربما التخلّي عن المهنة من أجل التّكفل برعاية الطفل ذي الإعاقة، ومن ناحية العوامل الذاتية وقد يرجع ذلك إلى التفكير السلبي وعدم تقبل إعاقة الطفل وعدم وجود أساليب توافقية لمواجهة الضغوط النفسيَّة المترتبة على إعاقة الطفل، كما أكدّ روتر أنّ المرونة النفسيَّة هي تكوين ثنائي الأبعاد يتضمن البعد الأول التعرض للمتاعب والأحداث الضاغطة والصدمات أمّا البعد الثاني هو التوافق الإيجابي معها(الزغبي، 2016، 69)، كما يُمكن تفسير ذلك بأنّ الخصائص السّلوكية للطفل ذو الإعاقة الذهنية تكون أكثر صعوبة وتعقيد فالطفل ذو الإعاقة الذهنية له احتياجاته الخاصّة، ورعايته تتّطلب جهداً كبيراً وإضافياً من الأم فضلاً عن استمرارية ذلك طوال حياة الطفل ممّا يفرض متطلبات أكثر في إيجاد الطرق المناسبة للتّوافق مع طفلها ذي الإعاقة. بالإضافة إلى أنّ المستوى الاقتصادي وتلبية احتياجات الطفل من المعوقات التي تؤثّر على مستوى المرونة النفسيَّة في ظل الضّغوط الاقتصادية والمعيشية الرّاهنة التي نمرّ بها خلال الحرب على سوريّة والتي تجعل إمكانية تأمين متطلبات الطفل ذو الإعاقة من تأهيل وتدريب وغيرها من الاحتياجات الأساسية أكثر صعوبة على الأمّهات.

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.

للكشف عن الفروق بين متوسطات درجات الأمهات على مقياس المرونة النفسيَّة وعند كل بُعد من أبعاده الفرعية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم (أمية، تعليم أساسي، تعليم ثانوي، معهد متوسط، إجازة جامعية)، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما يظهر في الجدول (7).

جدول (7): الإحصاء الوصفي لمتوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

أبعاد المرونة النفسيَّة	المستوى التعليمي للأم	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
الجرأة والشجاعة	أمية	14	17.30	2.67	0.84
	تعليم أساسي	10	17.27	3.73	0.80
	تعليم ثانوي	6	19.07	2.76	0.71
	معهد متوسط	6	18.60	2.76	0.87
	إجازة جامعية	4	19.25	3.36	0.97
التفاؤل	أمية	14	14.20	2.53	0.80
	تعليم أساسي	10	13.86	2.92	0.62
	تعليم ثانوي	6	13.67	3.20	0.83
	معهد متوسط	6	16.10	3.07	0.97
	إجازة جامعية	4	14.67	3.53	1.02
سعة الحيلة/ الدهاء	أمية	14	13.90	3.11	0.98
	تعليم أساسي	10	13.64	3.58	0.76

	تعليم ثانوي	6	15.93	2.19	0.57
	معهد متوسط	6	16.10	1.73	0.55
	إجازة جامعية	4	15.00	3.49	1.01
الغرض أو الهدف	أمية	14	17.10	2.56	0.81
	تعليم أساسي	10	14.50	4.38	0.94
	تعليم ثانوي	6	15.73	3.60	0.93
	معهد متوسط	6	15.70	1.77	0.56
	إجازة جامعية	4	15.17	2.95	0.85
الدرجة الكلية للمقياس	أمية	14	63.30	6.93	2.19
	تعليم أساسي	10	59.27	9.48	2.02
	تعليم ثانوي	6	64.73	5.57	1.44
	معهد متوسط	6	66.50	4.93	1.56
	إجازة جامعية	4	64.08	8.58	2.48

يتبين من الجدول (7) وجود فروق ظاهرية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم ولإظهار دلالة الفروق وأنّها حقيقية لا تعود للصدفة تمّ استخدام تحليل التّباين الأحادي (One– Way ANOVA) ويبين الجدول (8) هذه النّتائج.

جدول (8): نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

أبعاد المرونة النفسيَّة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار
الجرأة والشجاعة	بين المجموعات	53.112	4	13.278	1.295	0.281	غير دال
	داخل المجموعات	656.047	64	10.251			
	المجموع	709.159	68				
التفاؤل	بين المجموعات	44.242	4	11.061	1.178	0.329	غير دال
	داخل المجموعات	601.091	64	9.392			
	المجموع	645.333	68				
سعة الحيلة (الدهاء)	بين المجموعات	74.466	4	18.616	2.041	0.099	غير دال
	داخل المجموعات	583.824	64	9.122			
	المجموع	658.290	68				
الغرض أو الهدف	بين المجموعات	49.857	4	12.464	1.040	0.394	غير دال
	داخل المجموعات	767.100	64	11.986			
	المجموع	816.957	68				
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	487.824	4	121.956	2.063	0.096	غير دال
	داخل المجموعات	3782.814	64	59.106			
	المجموع	4270.638	68				

تشير النّتائج المدرجة في الجدول (8) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة وعند كل بُعد من أبعاده الفرعية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم، إذ كان مستوى الدلالة أكبر من (0.05) بناءً على ذلك تقبل الفرضية الصفرية بعدم وجود فروق دالة في المرونة النفسية لدى الأمهات تبعاً للمستوى التعليمي للأم. تفسر الباحثة هذه النتيجة بعمليات الإدراك والتّقييم المعرفي التي تُسبب فروق فرديّة في درجة ونوع ردود الفعل لدى الأمهات، حيث يختلف الأفراد في حساسيتهم وتفسيراتهم وردود أفعالهم تجاه المطالب والضّغوط البيئية (Lazarus& Folkman, 1984)، كذلك إنّ حالة الرضا وتقبل الطفل هي العامل الأهم في اتخاذ أساليب توافقية لمواجهة الضغوط النفسيَّة الناتجة عن الإعاقة وهذا عامل أساسي في تحقيق المرونة النفسيَّة فالأساليب التي

يتبنّاها الفرد والتي تشمل أي جهود يقوم أو يفكر بها لإدارة أو للتّصدي للمواقف الضّاغطة بشكل مرن قد لا تعتمد على مستوى تعليمه وخاصة أنّ أفراد العينة يترددن إلى مركز لدعم وتمكين المرأة والذي يُعدّ مساحة آمنة للسيدات يتوفر فيه متخصصين في تقديم الدعم النفسي والمشورة والتوعية والتثقيف للسيدات فضلاً عن تكوين شبكة دعم ومساندة اجتماعية ضمن المركز خلال الجلسات الجماعية مما قد يساعد الأمهات في تنمية قدرتهن على التوافق بشكل مرن مع وجود طفل ذي إعاقة لديهن، وربما العلاقات الزوجية الناجحة، التفكير الإيجابي، وجود نظام المعتقدات والروحانيات، القيم الشخصية كلها عوامل قد تلعب دور في المرونة النفسية بغض النظر عن المستوى التعليمي للأم.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدة الإعاقة لدى الطفل.

للتّحقق من هذه الفرضية تمّ حساب المتوسّطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة والخطأ المعياري لمتوسطات درجات الأمّهات في المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدّة الإعاقة الذهنية، ويظهر ذلك في الجدول (9).

جدول (9): الإحصاء الوصفي لمتوسطات درجات الأمّهات في المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدّة الإعاقة

شدّة الإعاقة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
بسيطة	12	48.1455	7.20704	0.97180
متوسطة	17	49.1463	7.27637	0.65609
شديدة	11	47.0370	7.30201	0.99368
المجموع	40	48.4181	7.28589	0.47834

يظهر من الجدول (9) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابيّة لإجابات أفراد العينة، ولإظهار دلالة الفروق تبعاً لمتغير شدّة الإعاقة وأنّها حقيقية لا تعود للصدفة تمّ استخدام تحليل التّباين الأحادي، ويبين الجدول (10) هذه النّتائج.

جدول (10): نتائج تحليل التباين الأحادي بين متوسطات درجات الأمّهات على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدّة الإعاقة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمةF	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	285.860	2	142.930	5.244	0.006	دال
داخل المجموعات	6241.916	37	27.257			
المجموع	6527.776	39				

يظهر من الجدول (10) أنّ مستوى الدّلالة أصغر من (0.05) بالتّالي نرفض الفرضية الصفريّة، وللتّعرف على طبيعة الفروق تمّ استخدام اختبار المقارنات البعدية LSD (أقل فرق معنوي موجود) وكانت النّتائج كما في الجدول (11).

جدول (11): نتائج اختبار المقارنات البعدية للفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدة الإعاقة

	شدّة الإعاقة (I)	شدة الإعاقة (J)	الفرق في المتوسط(I-J)	الخطأ المعياري	مستوى الدّلالة	القرار
المرونة النفسيَّة LSD	بسيطة	متوسطة	-2.58950-*	0.84687	0.002	لصالح المتوسطة
		شديدة	-2.65455-*	1.00018	0.009	لصالح الشديدة
	متوسطة	بسيطة	2.58950*	0.84687	0.002	لصالح المتوسطة
		شديدة	-0.06504-	0.85227	0.939	لا يوجد فرق
	شديدة	بسيطة	2.65455*	1.00018	0.009	لصالح الشديدة
		متوسطة	0.06504	0.85227	0.939	لا يوجد فرق

من الجدول (11) أظهرت النّتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متّوسطات درجات الأمّهات في المرونة النفسيَّة تبعاً لمتغير شدّة الإعاقة لصالح شدّة الإعاقة المتوسطة والشديدة. تُفسّر الباحثة ذلك بأنّ المرونة النفسيَّة لدى الأم يعود إلى نتيجة إدراكها لحدث إعاقة الطفل فحالة الرضا وتقبل الطفل هي العامل الأهم في اتخاذ أساليب توافقية لمواجهة الضغوط النفسيَّة الناتجة عن الإعاقة وهذا عامل أساسي في تحقيق المرونة النفسيَّة بغض النظر عن درجة الإعاقة إضافة إلى خصاص الطفل ذي الإعاقة الذهنية التي تكون أكثر صعوبة وتعقيد وتأثير من باقي أنواع الإعاقة مما قد يجعل عامل تحمل المسؤولية لدى الأم كاملة كأنها المسؤولة الوحيدة وهذا ما صرحت به أغلب الأمهات وبالتالي الإعاقة قد تمثل لهن تحدي يجعل لديهن مهارة القدرة على التعلم والقدرة على حل المشكلات واتخاذ أهداف واجراءات لتجاوز الضغوطات عن طريق أساليب توافقية مرنة مع شدة إعاقة الطفل.

الاستنتاجات والتوصيات

– تصميم وإعداد برامج إرشاديّة من قبل العاملين في مجال الصّحة النفسيَّة الأسريّة والإرشاد النّفسي لتخفيف الضّغوط النفسيَّة ورفع مستوى المرونة النفسيَّة لدى أمّهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية.

– إجراء ندوات أو مشورات جماعية من قبل المرشدين النّفسيين للأفراد بشكل عام ومقدمي الرعاية لذوي الإعاقة بشكل خاص وذلك لزيادة درجة الوعي لديهم باستراتيجيات تنمية المرونة النفسيَّة وما تعكسه من نتائج على تقبل الطفل ذي الإعاقة وعلى انفعالاتهم وسلوكهم وتوافقهم بشكل عام.

– تطوير المساعدات والخدمات سواء المجانية أو شبه مجانية من قبل المعنيين في القطاع الحكومي من حيث تأمين مراكز أو مُعينات لذوي الإعاقة الذهنية ممّا يُخفّف الأعباء والضّغوط النفسيَّة على أمّهاتهم.

– إجراء المزيد من البحوث التي تتناول المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة الذهنية في علاقتها بمتغيرات كمركز الضّبط ونمط الشّخصيّة وأساليب مواجهة الضغوط النفسيَّة.

قائمة المصادر والمراجع:

أبو القمصان، رانيا. *المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمرونة النفسيَّة لدى المطلقات في محافظات غزة*، الجامعة الإسلامية، فلسطين، 2017، 236.

Abu Al-Qumsan, Rania. *Social support and its relationship to psychological resilience among divorced women in the Gaza Strip*, Islamic University, Palestine, 2017, 236.

أبو حطب، صادق؛ فؤاد، آمال. *مناهج البحث وطرق التّحليل الإحصائي في العلوم النفسيَّة والتربوية والاجتماعية*، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2010،781.

Abu Hatab, Sadiq; Fouad, Amal. *Research methods and statistical analysis methods in psychological, educational and social sciences*, Anglo Egyptian Library, Cairo, 2010, 781.

أبو سبيتان، نرمين. *الدعم الاجتماعي والوصمة وعلاقتهما بالصلابة النفسيَّة والرضا عن الحياة لدى المطلقات في محافظة غزة*، الجامعة الإسلامية، غزة، 2014، 186.

Abu Sbitan, Narmin. *Social support and stigma and their relationship to psychological resilience and life satisfaction among divorced women in the Gaza Strip*, Islamic University, Gaza, 2014,186.

أبو عجيلة، هيام سلامة. *المرونة النفسيَّة والرضا الوظيفي لدى المعلمين مرتفعي ومنخفضي السعادة بمرحلة التعليم الأساسي*، جامعة السادات، مصر، 2017، 133.

Abu Ajila, Hiam Salama. *Psychological resilience and job satisfaction among high- and low-happiness teachers in the primary education stage*, Sadat University, Egypt, 2017, 133.

اسماعيل، هالة. *المرونة النفسيَّة وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية دراسة تنبؤية*. مجلة الإرشاد النفسي مصر،2017، 50(50)، 288-335.

Ismail, Hala. *Psychological resilience and its relationship to mental alertness among students of the Faculty of Education, a predictive study*, Journal of Psychological Counseling Egypt,2017, 50(50), 288-335.

الحمداني، زيدان؛ منوخ، ربيعة. *مستوى المرونة النفسيَّة لدى طلبة المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالجنس والتخصص*. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية العراق،2013، 20(6)، 377-404.

Al-Hamdani, Zidane; Manoukh, Rabia. *The level of psychological resilience among middle school students and its relationship to gender and specialization*, Tikrit University Journal for Humanities Iraq,2013, 20(6), 377-404.

حنفي، علي. *العمل مع أسر ذوي الاحتياجات الخاصّة دليل المعلمين والوالدين*، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع، مصر، 2007، 230.

Hanafi, Ali. *Working with families of people with special needs, a guide for teachers and parents*. Dar Al-Ilm Wal-Iman for Publishing and Distribution, Egypt, 2007, 230.

الزغبي، أحمد. *المرونة النفسيَّة كمتغير وسط بين أحداث الحياة الضاغطة والصحة النفسيَّة لدى عينة من طلبة جامعة دمشق*، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسيَّة سورية،2016، 32(2)، 60-113.

Al-Zaghbi, Ahmed. *Psychological resilience as a mediating variable between stressful life events and mental health among a sample of Damascus University students*, Damascus University Journal for Educational and Psychological Sciences, Syria,2016, 32(2), 60-113.

زيدان، حنان السيد. *المرونة النفسيَّة لدى الأسر المصرية (الوالدين) وعلاقتها بأساليب مواجهة الصدمة النفسيَّة في ظل جائحة كورونا كوفيد-19*. مجلة كلية التربية جامعة عين شمس مصر،2021، 45، 349- 400.

Zidane, Hanan Al-Sayed Abdul Qader. *Psychological resilience in Egyptian families (parents) and its relationship to methods of coping with psychological trauma in light of the Corona Covid-19 pandemic*. Journal of the Faculty of Education Ain Shams University,2021, 45, 349-400.

شاهين، عوني. *الأطفال ذوي متلازمة داون مرشد الآباء والمعلمين*، الجامعة الأردنية، الأردن، 2008، 260.

Shaheen, Awni. *Children with Down Syndrome: A Guide for Parents and Teachers*. University of Jordan, Jordan, 2008, 260.

الشريف، عبد الفتاح. *أساليب رعاية المعاقين عقلياً وحركياً وبصرياً وسمعياً*، المكتب العربي للمعارف، مصر، 2016، 326.

Al-Sharif, Abdel Fattah. *Methods of caring for the mentally, physically, visually and hearing disabled*. Arab Bureau of Knowledge, Egypt, 2016, 326.

عبد الحافظ، هشام. *المرونة النفسيَّة وعلاقتها بقلق الاختبار لدى طلبة الجامعة الأردنية*، جامعة اليرموك، الأردن، 2017، 103.

Abdel-Hafez, Hesham. *Psychological resilience and its relationship to test anxiety among students of the University of Jordan*, Yarmouk University, Jordan, 2017, 103.

القللي، محمد. *البنية العاملية للنسخة الأمريكية لمقياس المرونة النفسيَّة في البيئة المصرية: دراسة سيكومترية على عينة من طلبة الجامعة*، المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسيَّة مصر،2016، (40)، 242-283.

Al-Qalli, Muhammad. *The factor structure of the American version of the Psychological Resilience Scale in the Egyptian environment: A psychometric study on a sample of university students*, International Journal of Educational and Psychological Sciences, Egypt,2016, (40), 242-283.

القمش، مصطفى. *الإعاقة العقلية النظرية والممارسة*، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2011، 309.

Al-Qamish, Mustafa. *Mental Disability Theory and Practice. Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing*, Amman, 2011, 309.

كيخيا، نغم. *مستوى الضّغوط النفسيَّة لدى أمهات الأطفال المعوقين ذهنياً في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية*، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية سورية،2017، 39 (6)، 375- 390.

Kikhia, Nagham. *The Level of Psychological Stress among Mothers of Mentally Disabled Children in Light of Some Variables A Field Study in Lattakia City*. Tishreen University Journal for Scientific Research and Studies Syria, Arts and Humanities Series,2017, 39 (6), 375-390.

المشاقبة، محمد؛ الصمادي، جميل. *القدرة التنبؤية للمرونة النفسيَّة بمستوى التكيف لدى والدي أطفال اضطراب طيف التوحد*. مجلة الأندلس اليمن،2021، 7 (27)، 195- 222.

aLamshaqbeh, Muhammad; Al-Samadi, Jamil. *The Predictive Ability of Psychological Flexibility in the Level of Adaptation among Parents of Children with Autism Spectrum Disorder*. Al-Andalus Journal Yemen,2021, 7 (27), 195-222.

موقع وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل في سوريّة تمّ استرجاعه في 8-2-2024على الرّابط
Https://www.facebook.com/mosal.syria

النجار، مرفت. *الرأفة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسيَّة لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظات غزة*، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسيَّة فلسطين،2021، 12 (36)، 178-198.

Al-Najjar, Marwaft. *Self-compassion and its relationship to psychological resilience among mothers of people with mental disabilities in the Gaza Strip*, Al-Quds Open University Journal for Educational and Psychological Research and Studies Palestine,2021, 12 (36), 178-198.

هوارية، بن كانو ؛ أحلام، بورقعة. *المرونة النفسيَّة لدى أمهات الأطفال المصابين بمتلازمة داون- دراسة عيادية لحالتين في مركز الإعاقة الذهنية ببني ثور- ورقلة-*، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2023، 162.

Hawaria, Ben Kano; Ahlam, Bourqaa. *Psychological resilience among mothers of children with Down syndrome - A clinical study of two cases at the Mental Disability Center in Beni Thour – Ouargla-.* Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Kasdi Merbah, Ouargla, 2023, 162.

References:

Bayrakl، H; Kaner، S. *Investigating the Factors Affecting Resiliency in Mothers of Children with and without Intellectual Disability*. educational consultancy and research center،vol. 12, N. 2, 2012، 936-943.

Carey، A; Block، P; Scotch، R. *Allies and obstacles disability activism and parents of children with disabilities*. Temple University، Library of Congress, United States of America, 2020, 350.

Greenberg، M. *Master Your Emotional Response to Stress Using Mindfulness& Neuroplasticity*, New Harbinger Publications, Canada, 2016, 224.

Halstead، E; Ekas، N; Hastings، R; Griffith، G. *Associations between Resilience and the Well-Being of Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder and Other Developmental Disabilities*، Texas Christian University, California, 2012, 224.

الملاحق:

الملحق (1): مقياس المرونة النفسيَّة بصورته النهائية

الرقم	البعد الأول: الجرأة والشجاعة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أستطيع التعامل مع المواقف الجديدة.					
2	يجعلني التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة أكثر قوة.					
3	عزيمتي لا تفتر أمام الفشل.					
4	أظن أني شخص قوي.					
5	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات التي لا تحظى برضا الآخرين.					
	البعد الثاني: التفاؤل					
6	عندما تبدو الأمور ميؤوساً منها لا أستسلم بسرعة.					
7	يمكنني التفكير بتركيز حتى عندما أكون تحت الضغط.					
8	يمكنني استعادة توازني بسرعة بعد المعاناة					
9	أشاهد الجانب الإيجابي من الحياة.					
	البعد الثالث: سعة الحيلة(الدهاء)					
10	لدي القدرة على التكيف مع المواقف المختلفة.					
11	يمكنني إقامة علاقات وثيقة.					
12	تعطيني نجاحات الماضي القدرة على مواجهة التحديات الجديدة.					
13	أستطيع الحصول على المساعدة في أوقات الشدة.					
	البعد الرابع: الغرض أو الهدف					
14	أعي هدفي في الحياة.					
15	لدي القدرة على ضبط حياتي.					
16	أعمل لتحقيق أهدافي.					
17	أفتخر بإنجازاتي.					

الملحق رقم (2)

قائمة بأسماء السادة المحكمين لأداة الدراسة مرتبة حسب المرتبة العلمية

اسم الدكتور	المرتبة العلمية	الاختصاص	الجامعة
أ.د. فؤاد صبيرة	أستاذ	علم نفس الصحة	كلية التربية جامعة تشرين
أ. د. ريم كحيلة	أستاذ	علم النفس الاجتماعي	كلية التربية جامعة تشرين
أ. د. ليلى شريف	أستاذ	الصحة النفسية	كلية التربية جامعة تشرين
أ. د. صفاء صبح	أستاذ	علم نفس نمائي وتربوي	كلية التربية جامعة تشرين
د. لينا بدور	أستاذ مساعد	التفوق والموهبة	كلية التربية جامعة تشرين
د. سام صقور	أستاذ مساعد	علم نفس تجريبي	كلية التربية جامعة تشرين
د. لبنى جديد	أستاذ مساعد	علم نفس عام	كلية التربية جامعة تشرين

الملحق رقم (3):

مقياس المرونة النّفسيّة بصورته الأولية

عزيزتي الأمّ:

أضع بين يديك مجموعة من البنود التي تقيس المرونة النّفسيّة، أرجو منكِ ملء البيانات بدقة، ثم الإجابة عن كل بند بوضع إشارة (X) في الخانة التي ترين أنها تعبر بصدق عن رأيك، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة أو إجابة خاطئة، وهذا المقياس لخدمة البحث العلمي فقط.

- المستوى التعليمي للأم: .....
- شدة إعاقة الطفل/ة الذهنية: .....

الرقم	البعد الأول: الجرأة (الشجاعة)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
4	أستطيع التعامل مع المشكلات أو المواقف الجديدة+					
7	يجعلني التعامل مع مواقف الحياة الضاغطة أكثر قوة. +					
11	يمكن للفرد أن يحقق أهدافه الخاصة+					
16	عزيمتي لا تفتر أمام الفشل. +					
17	أفكر في ذاتي كشخص قوي. +					
18	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات التي لا تحظى بشعبية. -					
19	يمكنني التعامل مع المشاعر غير السارة. +					
	البعد الثاني: التفاؤل					
12	عندما تبدو الأمور ميؤوس منها لا أستسلم بسرعة. +					
14	يكون تفكيري مركزاً بشكل واضح عندما أكون تحت الضغط أو الإجهاد. +					
8	أميل بسرعة لإعادة توازني بعد المرض أو بعض التعرض لكرب أو معاناة +					
6	أنظر إلى الجانب المضحك من الأشياء+					
10	أفضل أن أبذل الجهد بغض النظر عن النتيجة المتوقعة. +					
15	أفضل أخذ زمام المبادرة في حل المشكلات. +					
20	عليّ العمل بحدس دون معرفة الأسباب. +					
	البعد الثالث: سعة الحيلة (الدهاء)					
1	لديَّ القدرة على التكيف مع المواقف المتقلبة (المتغيرة) +					
2	لديَّ علاقات وثيقة وآمنة +					
3	أعتقد في أحيان كثيرة أن الله سوف يساعدني+					
5	تعطيني نجاحات الماضي الثقة في تحديات جديدة. +					
9	أعتقد أن الأشياء تحدث نتيجة لسبب ما+					
13	خلال أوقات الشدة، أعرف من أين أحصل على المساعدة. +					
	البعد الرابع: الغرض أو الهدف					
21	لديّ إحساس قوي بغرضي (بهدفي) في الحياة. +					
22	لديّ القدرة على ضبط حياتي. +					
23	أنا أحب التحدي. +					
24	يعمل الفرد لتحقيق أهدافه. +					
25	أنا فخور بإنجازاتي. +					