

(لاستعمال هيئة التحرير) تاريخ الإرسال (2024-09-12)، تاريخ قبول النشر (2024-10-29)

أحمد إبراهيم منصور Ahmed Ibrahim Mansour	اسم الباحث الأول باللغتين العربية والإنجليزية	دور الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لدى آباء وأمّهات ذوي الاحتياجات الخاصة
عمار ميلود Ammar Miloud	اسم الباحث الثاني باللغتين العربية والإنجليزية:	
/	اسم الباحث الثالث باللغتين العربية والإنجليزية:	
جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم- الجزائر Abdelhamid Ibn Badis University-Mostaganem-Algeria	¹ اسم الجامعة والدولة (لأول) باللغتين العربية والإنجليزية	The role of the peers in promoting the psychological hardiness of the parents and mothers of people with special needs
جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم- الجزائر Abdelhamid Ibn Badis University-Mostaganem-Algeria	² اسم الجامعة والدولة (لثاني) باللغتين العربية والإنجليزية	
/	³ اسم الجامعة والدولة (لثالث) باللغتين العربية والإنجليزية	
ahmed.mansour.etu@univ-mosta.dz	* البريد الإلكتروني للباحث المرسل: E-mail address:	Doi: لاستعمال هيئة التحرير

الملخص:

هذه الدراسة النوعية تبحث في دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لدى الآباء والأمهات الذين لديهم أطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة. وتكشف عن أن دعم الأقران يعزز أبعاد الصلابة النفسية المتمثلة في الالتزام والسيطرة والتحدى. يواجه المشاركون في الدراسة ضغوطاً وتحديات كبيرة في تربية أطفالهم، بما في ذلك التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليمية المعقدة، وإدارة الأعباء المالية، والتعامل مع التأثير العاطفي لرعاية الطفل. تؤكد نتائج الدراسة على الدور المهم لدعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية للآباء والأمهات. حيث يوفر هذا الدعم العاطفي والتأييد والشعور بالانتماء إلى مجتمع. كما أن تبادل المعلومات والموارد العملية بين الأقران يعزز الشعور بالسيطرة والوكالة الشخصية. علاوة على ذلك، فإن مشاركة استراتيجيات التأقلم وقصص الصلابة مع أقرانهم تساعد على إعادة صياغة تحدياتهم كفرص للنمو والتعلم. تساهم نتائج الدراسة في فهم أعمق لآليات تعزيز الصلابة النفسية لدى هذه الفئة. ويمكن أن توجه النتائج تصميم وتنفيذ التدخلات والمبادرات التي تستخدم قوة دعم الأقران لتعزيز الصلابة والرفاهية لدى الآباء والأمهات الذين لديهم أطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة.

كلمات مفتاحية: (الأقران، الآباء والأمهات، ذوي الاحتياجات الخاصة، الصلابة النفسية)

Abstract:

This qualitative study investigates the role of peer support in enhancing psychological hardiness in parents with children with special needs. It reveals that peer support enhances the psychological toughness dimensions of commitment, control, and challenge. Study participants face significant pressures and challenges in raising their children, including navigating complex health and education care systems, managing financial burdens, and coping with the emotional impact of child care.

The results of the study underscore the important role of peer support in strengthening the psychological resilience of parents. It provides emotional support, endorsement, and a sense of community. Sharing practical information and resources between peers also fosters a sense of personal control and agency. Moreover, sharing coping strategies and psychological hardiness stories with their peers helps them reframe their challenges as opportunities for growth and learning.

The results of the study contribute to a deeper understanding of the mechanisms of enhancing psychological hardiness in this group. Results can guide the design and implementation of interventions and initiatives that use the power of peer support to enhance the resilience and wellbeing of parents with children with disabilities.

Keywords: (peers, parents, people with special needs, psychological hardiness)

1. مقدمة

يمكن أن تكون تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة تجربة صعبة للغاية ومرهقة للآباء والأمهات (Shapiro et al., 2014)، غالباً ما يواجه هؤلاء الآباء عدداً لا يحصى من التحديات، بما في ذلك التنقل في أنظمة الرعاية الصحية المعقدة (Burton et al., 2018)، بالإضافة إلى الاحتياجات التعليمية والاجتماعية لأطفالهم، وإدارة الأعباء العاطفية والمالية المرتبطة برعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة (Fitriani, & Ambarini, 2013)، لذلك يتعرض آباء الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة لخطر متزايد للإصابة بمشاكل الصحة العقلية، مثل الاكتئاب والقلق والإرهاق (Desiningrum & Kurniawati, 2023)، ومن ناحية أخرى، فيما يتعلق بالعوامل التي يمكن أن تكون مفيدة عند تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، يمكن أن يكون مفهوم الصلابة النفسية مفيداً (Cantwell et al., 2015).

إذ تم تحديد الصلابة النفسية، والتي تعرف بأنها سمة شخصية تمكن الأفراد من الازدهار في مواجهة الشدائد، كعامل حاسم في مواجهة الشدائد وتعزيز الرفاهية بين آباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Dunst, 2021)، وتتميز الصلابة بثلاثة مكونات مترابطة: الالتزام (القدرة على الاستمرار في المشاركة والمشاركة)، والتحكم (الإيمان بقدرة الفرد على التأثير في الأحداث)، والتحدى (تصور التغيير كفرصة للنمو) (Woodson et al., 2015)، وقد تبين أن الآباء والأمهات الذين يظهرون مستويات أعلى من الصلابة النفسية يعانون من مستويات أقل من التوتر ونتائج أفضل للصحة العقلية بشكل عام (Peer & Hillman, 2014; Weiss, 2002)، من ناحية أخرى، من المرجح أن يصاب الآباء والأمهات الذين يمتلكون مستويات منخفضة من الصلابة النفسية بمشاعر العجز والإرهاق والاكتئاب (Peer & Hillman, 2014).

نظراً لأهمية الصلابة النفسية في تعزيز الصلابة والرفاه بين آباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، لا بد من تحديد العوامل التي يمكن أن تعزز تنمية هذه الخاصية الشخصية الحاسمة، ومن أحد هذه العوامل التي تم تحديدها هو دور دعم الأقران (Cantwell et al., 2015)، حيث تم تحديد دعم الأقران كوسيلة محتملة لتعزيز الصلابة النفسية بين آباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015)، إذ أجرى وايس (Weiss, 2002) واحدة من الدراسات القليلة التي فحصت بشكل مباشر العلاقة بين الدعم الاجتماعي والصلابة النفسية والإجهاد لدى أمّهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. ووجدت الدراسة أن المستويات الأعلى من الدعم الاجتماعي، بما في ذلك الدعم من الأقران، ارتبطت بزيادة الصلابة النفسية وانخفاض مستويات التوتر بين أمّهات الأطفال المصابين بالتوحد والإعاقات الذهنية. تشير هذه النتائج إلى أن دعم الأقران قد يساهم في تطوير مكونات الالتزام والتحكم والتحدى للصلابة النفسية، والتي بدورها يمكن أن تخفف من التأثير السلبي للإجهاد وتعزز الرفاه العام يمكن لمجموعات وتحالفات المساعدة الذاتية أن توفر للآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة فرصة للمشاركة والشعور بالاستماع إليهم أو الاستماع إليهم لأن الأعضاء الآخرين يمكنهم فهم أوضاعهم بشكل أفضل (Benson, 2016)، يمكن أن يساعد ذلك في تعزيز مشاعر المسؤولية والمشاركة، للآباء وخاصة الأمهات، الذين لم يعودوا يشعرون بالوحدة بسبب دعم الآخرين، وبالتالي تقليل مشاعر الإهمال (Cantwell et al., 2015)، هذا وقد أفاد ودمان و هوسير-كرام (Woodman & Hauser-Cram, 2013) أن استخدام استراتيجيات المواجهة، والتي يمكن تسهيلها من خلال دعم الأقران، كان مؤشراً مهماً للتغيرات في فعالية الأبوة والأمومة وأعراض الاكتئاب بين أمّهات المراهقين ذوي الإعاقات النمائية.

علاوة على ذلك ، يمكن أن يوفر دعم الأقران التحقق من الصحة العاطفية والمساعدة العملية والشعور بالمجتمع ، وكل ذلك قد يساهم في تطوير الصلابة النفسية (Woodman & Hauser-Cram, 2013).

علاوة على ذلك ، يمكن أن يكون لدعم الأقران مكونات دعم ملموسة تشمل إرشادات حول مرافق الرعاية الصحية المجتمعية أو الانخراط في عملية الحصول على الخدمات التعليمية للطفل (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، كما سلط بيير وهلمان (Peer & Hillman, 2014) الضوء على الدور المحتمل لدعم الأقران في تعزيز الصلابة بين آباء الأطفال ذوي الإعاقات الذهنية والتنموية. أكد المؤلفون على أهمية تعزيز الشعور بالانتماء والانتماء، فضلا عن توفير المعلومات والموارد العملية، كآليات رئيسية يمكن من خلالها دعم الأقران تعزيز الصلابة النفسية واستراتيجيات التأقلم لدى الآباء والأمهات . وكذل الشعور بمزيد من التحكم في الموقف لأنهم يشعرون بالقدرة على التعامل مع التحديات التي تأتي مع رعاية طفل ذي إعاقة (Peer and Hillman, 2014)، ويمكن دعم الأقران الآباء والأمهات من رؤية الصعوبات التي يواجهونها في الحياة كشيء يتعلمون منه ، وليس كعقبات لا يمكنهم التغلب عليها (Weiss, 2002). من خلال سرد القصص ونهج مشاركة حل المشكلات ، يمكن للأقران تطوير شعور بالتحدي مع الإيمان بالتغيير والشدائد (Cantwell et al., 2015).

ومع ذلك، فإن الأبحاث الحالية في هذا المجال محدودة ، والطرق المحددة التي يؤثر بها دعم الأقران على الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة لا تزال غير مستكشفة إلى حد كبير (Benson, 2016)، وهناك حاجة إلى مزيد من البحث النوعي والكمي لتوضيح العمليات التي يمكن من خلالها لدعم الأقران أن يعزز الالتزام والسيطرة والتحكم، وتحديد العوامل والآليات المحددة التي تساهم في تطوير الصلابة النفسية لدى هذه الفئة.

وبناءً على ما سبق الهدف من هذه الدراسة النوعية هو استكشاف دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لأولياء الأمور وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. من خلال فهم تجارب ووجهات نظر آباء وامهات ذوي الاحتياجات الخاصة ، تسعى الدراسة إلى توضيح الطرق التي يمكن من خلالها لدعم الأقران أن يعزز الالتزام والسيطرة والتحكم ، وبالتالي تعزيز الصلابة النفسية للآباء والأمهات الذين ينتقلون في تحديات تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة.

2. الخلفية النظرية

2.1 الصلابة النفسية

الصلابة النفسية هي سمة شخصية تم تحديدها كعامل حاسم في تعزيز الصلابة والرفاهية بين الأفراد الذين يواجهون تحديات كبيرة في الحياة، وتتميز الصلابة بثلاثة مكونات مترابطة: الالتزام والتحكم والتحكم (Kobasa, 1979). إذ يشير الالتزام إلى القدرة على الاستمرار في المشاركة والمشاركة ، حتى في مواجهة الشدائد (Kobasa, 1979)، إذ يحافظ الأفراد ذوو الالتزام العالي على الشعور بالهدف والمعنى في حياتهم ، وهم قادرين على إيجاد طرق للمشاركة بنشاط في الأحداث والعلاقات التي تهمهم (Maddi et al., 2006)، ويمكن أن يساعد هذا الالتزام في تخفيف التأثير السلبي للإجهاد وتوفير شعور بالاتجاه والتحفيز ، حتى في الأوقات الصعبة (Maddi, 2006).

يعكس عنصر التحكم في الصلابة إيمان الفرد بقدرته على التأثير على الأحداث والنتائج في حياته (Buheji & Jahrami, 2020)، وينظر الأفراد ذوو السيطرة العالية إلى أنفسهم على أنهم يتمتعون بالوكالة والقدرة على إحداث فرق ، بدلا من

الشعور بالعجز أو تحت رحمة القوى الخارجية (Peer & Hillman, 2014)، ويمكن أن يمكن هذا الشعور بالسيطرة الأفراد من اتخاذ خطوات استباقية لإدارة المواقف العصبية والبحث عن الموارد لمواجهة تحدياتهم (Mund, 2021) كما ينطوي عنصر التحدي في الصلابة على تصور التغيير والشدائد كفرص للنمو والتنمية ، بدلا من التهديدات أو العقبات التي يجب تجنبها (Kobasa, 1979)، فالأفراد الذين يواجهون تحديات عالية قادرون على إعادة صياغة الصعوبات كتجارب تعليمية ويتم تحفيزهم لمواجهة التحديات والتغلب عليها ، بدلا من أن يصبحوا غارقين أو مشلولين بها (Weiss, 2002)، ويمكن لهذه العقلية أن تعزز الشعور بالصلابة والقدرة على التكيف في مواجهة تحديات الحياة. (Hystad, 2012).

ويُرى بشكل جماعي ، تساهم مكونات الالتزام والتحكم والتحمي في المستوى العام للصلابة النفسية للفرد (Mund, 2021)، ولقد ثبت أن الأفراد الذين يظهرون مستويات أعلى من الصلابة يعانون من نتائج أفضل للصحة العقلية ، بما في ذلك انخفاض مستويات التوتر والقلق والاكتئاب ، فضلا عن زيادة الرفاهية العامة والرضا عن الحياة (Desiningrum & Kurniawati, 2023).

وفي سياق تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة ، تم تحديد الصلابة النفسية كعامل مهم بشكل خاص في تعزيز الصلابة والرفاهية بين الآباء والأمهات (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن تكون التحديات والضغوطات المرتبطة برعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة ساحقة ، ويمكن أن تكون القدرة على الحفاظ على الشعور بالالتزام والتحكم والتحمي حاسمة في التغلب على هذه الصعوبات (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، ولقد ثبت أن الآباء الذين يظهرون مستويات أعلى من الصلابة النفسية هم أكثر عرضة للبحث بنشاط عن الموارد ، والدفاع عن احتياجات أطفالهم ، والحفاظ على نظرة إيجابية ، حتى في مواجهة التحديات الكبيرة (Cantwell et al., 2015). وهذا بدوره يمكن أن يؤدي إلى استراتيجيات أفضل للتكيف ، وتقليل التوتر ، وتحسين نتائج الصحة العقلية (Benson, 2016; Woodman & Hauser-Cram, 2013)

على العكس من ذلك ، قد يكون الآباء والأمهات الذين يفتقرون إلى الصلابة النفسية أكثر عرضة لمشاعر العجز والإرهاق والاكتئاب (Peer & Hillman, 2014)، وقد يكافح هؤلاء الأفراد للحفاظ على الشعور بالسيطرة والالتزام ، وقد ينظرون إلى تحديات تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة على أنها ساحقة ولا يمكن التغلب عليها (Weiss, 2002).

2.2 التحديات والضغوطات التي يعاني منها آباء الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

يعاني آباء الأطفال ذوي الإعاقة من مستويات مرتفعة بشكل ملحوظ من التوتر مقارنة بآباء الأطفال الذين يتطورون عادة (Hayes & Watson, 2013)، وغالبا ما تواجه هذه العائلات عددا لا يحصى من التحديات المعقدة والمتشابكة التي يمكن أن يكون لها تأثير كبير على صحتهم العقلية ورفاههم.

أحد التحديات الرئيسية التي يواجهها الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة هو التنقل في نظام الرعاية الصحية والدعوة إلى الاحتياجات الطبية والعلاجية لأطفالهم (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، ويمكن أن يشمل ذلك تنسيق المواعيد مع العديد من مقدمي الرعاية الصحية ، وتأمين التغطية التأمينية للعلاجات الضرورية ، وضمان حصول طفلهم على المستوى المناسب من الرعاية والدعم (Benson, 2016)، ويمكن أن يكون الوقت والطاقة اللازمان لإدارة هذه المهام المتعلقة بالرعاية الصحية ساحقين ويمكن أن يسهما في الشعور بالتوتر والإرهاق.

بالإضافة إلى التحديات المتعلقة بالرعاية الصحية ، يجب على الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة أيضا التنقل في النظام التعليمي والدفاع عن الاحتياجات الأكاديمية والاجتماعية لأطفالهم (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن يشمل ذلك العمل مع المعلمين ومديري المدارس لتطوير خطط تعليمية فردية ، وضمان حصول أطفالهم على التسهيلات والدعم اللازمين ، ومعالجة أي قضايا تتعلق بالتمتع أو العزلة الاجتماعية (Peer & Hillman, 2014)، ويمكن أن تكون الحاجة المستمرة للدفاع عن حقوق أطفالهم واحتياجاتهم مستنزفة عاطفيا ويمكن أن تؤدي إلى الشعور بالإحباط والعجز .

علاوة على ذلك ، يمكن أن يكون العبء المالي المرتبط برعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة مصدرا كبيرا للتوتر للعديد من العائلات (Benson, 2016)، ويمكن أن تتراكم تكاليف العلاجات الطبية والعلاجات والمعدات المتخصصة بسرعة ، ويمكن أن تؤدي الحاجة إلى قيام أحد الوالدين بتقليل ساعات عملهم أو ترك القوى العاملة بالكامل إلى تفاقم الضغط المالي (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، ويمكن أن يكون لهذا الضغط المالي تأثير متتالي على الرفاهية العامة للأسرة ويمكن أن يساهم في الشعور بالقلق والاكتئاب.

كما يمكن أن تكون الخسائر العاطفية والنفسية لرعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة كبيرة (Weiss, 2002)، وقد يواجه الآباء والأمهات مجموعة من المشاعر ، بما في ذلك الحزن والشعور بالذنب ومشاعر العزلة ، حيث يتصالحون مع تشخيص أطفالهم والتحديات التي يواجهونها (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن تؤدي المطالب المستمرة لتقديم الرعاية إلى الإرهاق والشعور بالإرهاق العاطفي ، مما قد يعرض صحتهم العقلية ورفاههم للخطر (Peer & Hillman, 2014).

ومما يضاعف من هذه التحديات ، قد يواجه آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة أيضا وصمة عار اجتماعية ونقص في الفهم من مجتمعهم (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن يؤدي الحكم المتصور أو الفعلي والتمييز من الآخرين إلى تفاقم مشاعر العزلة والمساهمة في الشعور بالتهميش (Benson, 2016).

بالنظر إلى العديد من التحديات والضغوطات التي يواجهها آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ، فليس من المستغرب أن تكون هذه الفئة من السكان معرضة لخطر متزايد من التعرض لمشاكل الصحة العقلية ، مثل الاكتئاب والقلق والإرهاق (Peer & Hillman, 2014; Weiss, 2002)، وقد تبين أن آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم معدلات أعلى من الاكتئاب مقارنة بنظرائهم الذين لديهم أطفال في طور النمو عادة (Peer and Hillman, 2014)، ويمكن أن تؤدي مشاعر الحزن والذنب والعزلة التي غالبا ما تصاحب تجربة تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة إلى تفاقم تحديات الصحة العقلية هذه (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن يؤدي الحكم المتصور أو الفعلي والتمييز من الآخرين إلى تفاقم مشاعر العزلة والتهميش ، مما قد يكون له تأثير ضار على صحتهم العقلية (Benson, 2016)، ويمكن أن يكون للإجهاد والإجهاد العاطفي وقضايا الصحة العقلية التي يعاني منها هؤلاء الآباء والأمهات تأثير متتالي على نوعية حياتهم بشكل عام ، وقدرتهم على رعاية أطفالهم بشكل فعال ، وعلاقتهم مع العائلة والأصدقاء (Weiss, 2002).

نظراً للتحديات الكبيرة ومخاطر الصحة العقلية التي يواجهها آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة ، من الأهمية بمكان تحديد العوامل التي يمكن أن تعزز الصلابة والرفاهية في هذه الفئة من السكان (Cantwell et al., 2015)، وأحد هذه العوامل التي تم تحديدها كوسيلة محتملة لدعم الصحة العقلية ورفاهية هؤلاء السكان هو دور دعم الأقران (Woodman & Hauser-Cram, 2013).

2.3 دور الدعم الاجتماعي في تعزيز الصلابة النفسية

تم تحديد الدعم الاجتماعي كعامل حاسم في تعزيز الصلابة النفسية والصلابة بين الأفراد الذين يواجهون تحديات كبيرة في الحياة (Weiss, 2002)، وبالنسبة لآباء وأمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، يمكن أن يلعب الدعم الاجتماعي دوراً مهماً بشكل خاص في تعزيز الالتزام والسيطرة والتحدى الذي يشمل الصلابة النفسية (Cantwell et al., 2015). يمكن أن يساعد الدعم العاطفي، في شكل التعاطف والتحقق من الصحة والشعور بالانتماء، آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة في الحفاظ على الشعور بالالتزام والمشاركة، حتى في مواجهة الشدائد (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، فمن خلال الشعور بالفهم والقبول من قبل الآخرين الذين واجهوا تحديات مماثلة، قد يكون هؤلاء الآباء والأمهات أكثر قدرة على إيجاد المعنى والهدف في أدوارهم في تقديم الرعاية، والاستمرار في المشاركة بنشاط في حياة أطفالهم (Peer & Hillman, 2014). أيضاً، يمكن أن يساهم الدعم المعلوماتي والعملي، مثل التوجيه بشأن التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم، في الشعور بالسيطرة والوكالة بين آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015). عندما يشعر هؤلاء الآباء والأمهات بأنهم مجهزون بالمعرفة والموارد للدفاع بشكل فعال عن احتياجات أطفالهم وإدارة المتطلبات العملية لتقديم الرعاية، فقد يكونون أكثر عرضة للإيمان بقدرتهم على التأثير على مسار الأحداث وتشكيل النتائج لأسرهم (Woodman & Hauser-Cram, 2013).

علاوة على ذلك، يمكن أن يساعد الدعم الاجتماعي في تعزيز عنصر التحدى المتمثل في الصلابة النفسية من خلال توفير الفرص للآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة لإعادة صياغة تجاربهم والنظر إلى التحديات كفرص للنمو والتعلم (Weiss, 2002)، فمن خلال مشاركة استراتيجيات المواجهة وتقنيات حل المشكلات وقصص الصلابة مع أقرانهم، قد يكون هؤلاء الآباء والأمهات أكثر قدرة على إدراك التغيير والشدائد على أنها يمكن التحكم فيها، بدلاً من كونها عقبات ساحقة (Cantwell et al., 2015).

تم تحديد دور دعم الأقران، على وجه الخصوص، كوسيلة قوية محتملة لتعزيز الصلابة النفسية بين آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Benson, 2016). من خلال التواصل مع الآخرين الذين واجهوا تحديات مماثلة، قد يشعر آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة بأنهم أقل عزلة وأكثر قدرة على مواجهة الصعوبات التي يواجهونها (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن يساعد الدعم العاطفي والشعور بالانتماء الذي يوفره دعم الأقران في تعزيز الشعور بالالتزام والمشاركة، في حين أن الدعم المعلوماتي والعملي يمكن أن يعزز إحساسهم بالسيطرة والوكالة (Peer & Hillman, 2014). علاوة على ذلك، فإن فرصة تبادل الخبرات واستراتيجيات المواجهة مع الأقران قد تساعد هؤلاء الآباء والأمهات على إعادة صياغة تحدياتهم كفرص للنمو والتعلم، وبالتالي تعزيز عنصر التحدى في صلابتهم النفسية (Weiss, 2002).

2.4 الدراسة الحالية

تم تحديد دعم الأقران كوسيلة محتملة لتعزيز الصلابة النفسية بين آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015)، ويمكن أن يوفر دعم الأقران التحقق من الصحة العاطفية والمساعدة العملية والشعور بالمجتمع، وكل ذلك قد يساهم في تطوير الصلابة النفسية (Woodman & Hauser-Cram, 2013)، ومع ذلك، فإن الآليات المحددة التي يؤثر بها دعم الأقران على الصلابة النفسية لهذه الفئة من السكان لا تزال غير مدروسة (Benson, 2016)، و الهدف من

هذه الدراسة النوعية هو استكشاف دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لأولياء الأمور وأمهات الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. من خلال فهم تجارب ووجهات نظر هذه الفئة ، وتسعى الدراسة إلى توضيح الطرق التي يمكن من خلالها لدعم الأقران أن يعزز الالتزام والسيطرة والتحدي ، وبالتالي تعزيز الصلابة النفسية للآباء والأمهات الذين يتقلون في تحديات تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة.

3. منهجية الدراسة

3.1 تصميم الدراسة

استخدمت هذه الدراسة تصميمًا بحثيًا نوعيًا ظاهريًا لاستكشاف دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. تم اختيار نهج ظاهري لأنه يسمح بفهم متعمق للتجارب الحية ووجهات نظر المشاركين (Creswell & Poth, 2016)، التصميم الظاهري مناسب تمامًا لهذه الدراسة لأنه يهدف إلى التقاط جوهر تجارب المشاركين مع دعم الأقران وكيف أثر ذلك على صلابتهم النفسية. من خلال التركيز على التجارب الذاتية للمشاركين، يمكن أن توفر الدراسة فهما غنيا ودقيقا للعمليات التي قد يساهم من خلالها دعم الأقران في تطوير الالتزام والسيطرة والتحدي في هذه الفئة من السكان. هذا النهج ذو قيمة خاصة في مجال يكون فيه البحث الحالي محدوداً ، حيث يمكنه الكشف عن رؤى جديدة وتوليد فرضيات للتحقيقات المستقبلية الأكثر استهدافاً.

3.2 اختيار المشاركين

بالنسبة لهذه الدراسة النوعية والظواهرية، تم استخدام نهج أخذ العينات الهادف لتجنيد المشاركين الذين يمكنهم تقديم رؤى غنية ومتعمقة حول دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Creswell & Poth, 2016). وتم مقابلة أم لذوي الاحتياجات الخاصة في أحد مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة في مدينة نابلس فلسطين وطلب منها المساعدة في الاستدلال على مشاركين تعرفهم وتشارك معهم في الدعم وتبادل الخبرات، استخدم الباحثان أيضاً أخذ عينات من كرة الثلج، حيث طلب من المشاركين مشاركة المعلومات حول الدراسة مع أقرانهم الذين قد يكونون مؤهلين ومهتمين بالمشاركة، مع الاهتمام أن يكون المشاركون والداً أو أما لفرد من ذوي الاحتياجات الخاصة، مثل إعاقة النمو أو الإعاقة الذهنية أو اضطراب طيف التوحد. كذلك (Creswell & Poth, 2016).

3.3 الأدوات والإجراءات

يتم استخدام الدراسة المقابلة كأداة لجمع البيانات. وأجريت مقابلات مع 15 من أولياء الأمور، وتم الاتصال بجميع المشاركين الذين أعربوا عن اهتمامهم بالدراسة واستوفوا معايير التضمين من قبل فريق البحث لتحديد موعد مقابلة. قبل المقابلة، تم تزويد المشاركين بنموذج موافقة مستنيرة يحدد الغرض من الدراسة، والطبيعة الطوعية لمشاركتهم، والتدابير المتخذة لضمان سرية وخصوصية ردودهم. بعد ذلك، تم استخدام المقابلات المتعمقة لجمع البيانات.

3.4 تحليل البيانات

تم تحليل البيانات التي تم جمعها من خلال المقابلات المتعمقة باستخدام نهج التحليل الموضوعي، وهو طريقة مستخدمة على نطاق واسع في البحث النوعي لتحديد وتحليل وإعداد التقارير عن الأنماط أو الموضوعات داخل البيانات (Braun & Clarke, 2006)، وأثناء عملية تحليل البيانات ، تشارك الباحثان في مناقشات منتظمة ، وتضمن ذلك التحقق من الترميز وتطوير

الموضوع ، بالإضافة إلى تحدي أي تحيزات أو افتراضات محتملة قد تكون أثرت على تفسير البيانات، وشملت عملية التحليل الموضوعي الخطوات التالية:

1. مراجعة نصوص المقابلة ، وقراءة البيانات وإعادة قراءتها للتعرف على عمق المحتوى واتساعه.
2. توليد الرموز الأولية التي حددت الميزات ذات الصلة للبيانات. وشمل ذلك تسليط الضوء على العبارات والأفكار والمفاهيم الرئيسية التي كانت ذات صلة بأسئلة البحث في الدراسة وتصنيفها.
3. تجميع الرموز الأولية وتنظيمها في مواضيع محتملة. تضمن ذلك دمج السمات أو تقسيمها أو تجاهلها حسب الضرورة.
4. تحديد وتسمية الموضوعات النهائية، وتقديم وصف واضح وموجز لما يمثله كل موضوع وكيفية ارتباطه بأسئلة البحث الشاملة.
5. تضمنت الخطوة الأخيرة نسج الموضوعات معا في سرد متماسك تناول أهداف الدراسة وقدم رؤى سياقية غنية حول دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.

4. النتائج

4.1 المشاركين وخصائصهم

تألفت عينة الدراسة من 15 مشاركا، جميعهم من الآباء أو الأمّهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، مثل إعاقات النمو أو الإعاقات الذهنية أو اضطراب طيف التوحد. تراوحت أعمار المشاركين بين 25 و43 عاماً، بمتوسط عمر 34 عاماً. غالبية المشاركين (ن = 9) كانوا أمّهات، بينما كان المشاركون ال 6 الباقون من الآباء. شملت أنواع الاحتياجات الخاصة الممثلة في العينة اضطراب طيف التوحد (ن = 11)، ومجموعة من الإعاقات التنموية والذهنية (ن = 4). وفيما يتعلق بمشاركة المشاركين في دعم الأقران، شارك معظمهم بنشاط في مجموعات الدعم المحلية أو الإقليمية للآباء والأسر من ذوي الاحتياجات الخاصة.

4.2 المواضيع المنبثقة عن تحليل البيانات:

أولاً: تجارب الإجهاد والتحديات في تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة

وصف المشاركون في هذه الدراسة مجموعة من التحديات والضغوط الهامة المرتبطة بتربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، والتي تتماشى مع الأدبيات الموجودة حول هذا الموضوع (Cantwell et al., 2015; Woodman & Hauser-، 2013)، وكان أحد المصادر الرئيسية للتوتر الذي حدده المشاركون هو الحاجة المستمرة للتنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم المعقدة للدفاع عن احتياجات أطفالهم. كما أوضح أحد المشاركين: "إنها مثل وظيفة بدوام كامل تحاول فقط الحصول على الخدمات ودعم احتياجات ابني. أنا دائماً على الهاتف مع الأطباء والمعالجين ومديري المدارس إنه أمر مرهق".

كما أعرب العديد من المشاركين عن العبء المالي لرعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، والذي غالباً ما يشمل تكاليف العلاجات الطبية والعلاجات والمعدات المتخصصة. مشارك آخر أشار: "الضغط المالي لا يصدق. لقد اضطررنا إلى تقديم الكثير من التضحيات، مثل تقليص ساعات العمل أو حتى ترك وعدم شراء أشياء كثيرة، حتى نتمكن من رعاية ابنتنا. إنه مصدر دائم للتوتر والقلق".

وصف المشاركون أيضا الخسائر العاطفية لتربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، بما في ذلك مشاعر الحزن والذنب والعزلة. كما أوضحت إحدى الأمهات:

"هناك هذا الشعور المستمر بالخسارة، هل تعلم؟ أنا حزين على الطفل الذي اعتقدت أنني سأعيشه، الحياة التي اعتقدت أنني سأعيشها. لدي شعور بالذنب، كما لو كنت مسؤولاً بطريقة ما عن حالة طفلي، ويمكن أن يكون وحيداً ومعزولاً".

تفاقت تجارب المشاركين مع الإجهاد والتحديات بسبب وصمة العار الاجتماعية وعدم الفهم الذي واجهوه في كثير من الأحيان من مجتمعاتهم. كما أوضح مشترك آخر:

"الناس فقط لا يفهمون ذلك. إنهم ينظرون إلى ابني ويضعون افتراضات، أو يتجنبوننا تماما لأنهم لا يعرفون كيف يتفاعلون معه. هذا يجعلني أشعر بأنني منبوذ، وكأن ابني ليس جزءاً من العالم الطبيعي".

تسلط هذه النتائج الضوء على التحديات الكبيرة والمتعددة الأوجه التي يجب على آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة مواجهتها على أساس يومي، والتي يمكن أن يكون لها تأثير عميق على صحتهم العقلية ورفاههم (Benson, 2016; Peer & Hillman, 2014).

ثانياً: دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية

(أ) الدعم العاطفي والتحقق من الصحة

أفاد المشاركون في هذه الدراسة بأغلبية ساحقة أن الدعم العاطفي والتحقق من الصحة الذي تلقوه من أقرانهم لعب دوراً حاسماً في تعزيز صلابتهم النفسية (Cantwell et al., 2015; Woodman & Hauser-Cram, 2013) كما أوضح أحد المشاركين:

"كوني جزءاً من مجموعة الدعم هذه كان شريان الحياة بالنسبة لي. مجرد معرفة أن هناك آباء آخرين يفهمون حقاً ما أمر به، والذين يمكنهم التعاطف مع مشاعري والتحقق من صحتها، كان مهماً للغاية. لقد ساعدني ذلك على الشعور بوحدة أقل وأكثر التزاماً بهذه الرحلة".

وصف المشاركون كيف أن الشعور بالمجتمع والانتماء الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران سمح لهم بالتعبير عن مشاعرهم بصراحة ودون إصدار أحكام. كمشارك آخر أشار:

"في هذه المجموعة، يمكنني أن أكون صادقاً تماماً بشأن التحديات التي أواجهها، والمخاوف التي لدي، والأيام التي أشعر فيها بالإرهاق. والآباء الآخرون، يحصلون عليه. لا يحاولون تقليده أو إصلاحه. إنهم يستمعون فقط ويقدمون الدعم. لقد كان ذلك لا يقدر بثمن".

(ب) الدعم المعلوماتي والعملية

بالإضافة إلى الدعم العاطفي والتحقق من الصحة، سلط المشاركون الضوء أيضاً على أهمية الدعم المعلوماتي والعملية الذي تلقوه من أقرانهم (Peer & Hillman, 2014; Weiss, 2002). كما أوضحت إحدى الأمهات:

"لقد كان الآباء الآخرون في مجموعة الدعم الخاصة بي مورداً رائعاً. لقد شاركوا النصائح والاستراتيجيات للتنقل في نظام الرعاية الصحية، والدفاع عن أطفالنا في المدرسة، وإيجاد موارد المجتمع. أشعر بأنني أكثر سيطرة على الوضع بسبب المعلومات والإرشادات التي قدموها".

وصف المشاركون كيف ساعد الدعم العملي الذي تلقوه من أقرانهم، مثل مشاركة الموارد واستراتيجيات حل المشكلات وتقنيات المواجهة، في تعزيز إحساسهم بالسيطرة والوكالة في إدارة متطلبات رعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة. كمشارك آخر افاد:

"عندما أشعر بالإرهاق أو التعلق، أعلم أنه يمكنني التواصل مع المجموعة والحصول على المشورة أو الاقتراحات. لقد ساعدوني في العثور على معالجين، والتقدم بطلب للحصول على تمويل، وحتى مجرد معرفة كيفية الحصول على استراحة من تقديم الرعاية. لقد جعلني أشعر بمزيد من القدرة والتمكين كوالد".

تشير هذه النتائج إلى أن الدعم العاطفي والتحقق من الصحة والمساعدة العملية التي تقدمها شبكات دعم الأقران يمكن أن تلعب دوراً مهماً في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

(ت) الشعور بالانتماء والانتماء

بالإضافة إلى الدعم العاطفي والعملي الذي تلقوه، أكد المشاركون في هذه الدراسة على أهمية الشعور بالمجتمع والانتماء الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران الخاصة بهم (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002). كما أوضح أحد المشاركين: "كوني جزءاً من هذه المجموعة جعلني أشعر بأنني أقل عزلة وأكثر ارتباطاً بمجتمع من الأشخاص الذين يفهمون حقاً ما أمر به. لقد كان من المفيد جداً أن يكون لدي هذا الشعور بالانتماء، وأن أعرف أنني لست وحدي في هذه الرحلة".

وصف المشاركون كيف ساعدت التجارب المشتركة والتفاهم المتبادل الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران الخاصة بهم على تعزيز الشعور بالالتزام والمشاركة في أدوارهم كأباء ومقدمي رعاية. كمشارك آخر افاد:

"عندما أكون مع الآباء الآخرين في مجموعتي، أشعر أنني جزء من شيء أكبر من مجرد صراعات عائلي. نحن جميعاً في هذا معاً، وندعم بعضنا البعض، وقد ساعدني هذا الشعور بالمجتمع حقاً على البقاء ملتزماً ومشاركاً، حتى في أصعب الأيام".

كما سلط المشاركون الضوء على كيف ساعد الشعور بالانتماء المجتمعي الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران في التخفيف من وصمة العار الاجتماعية والعزلة التي غالباً ما عانوا منها في مجتمعاتهم الأوسع. كما أوضح أحد الآباء:

"في "العالم الخارجي"، أشعر أحياناً بأنني منبوذ، مثل الناس لا يفهمون ما يشبه تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة. لكن في مجموعة الدعم الخاصة بي، أشعر بالقبول والفهم. لقد كان هذا الشعور بالانتماء حاسماً في مساعدتي على الشعور بمزيد من السيطرة والقدرة على مواجهة التحديات وجهاً لوجه".

تشير هذه النتائج إلى أن الشعور بالمجتمع والانتماء الذي يتم تعزيزه داخل شبكات دعم الأقران يمكن أن يلعب دوراً مهماً في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002)، من خلال توفير مساحة آمنة وداعمة حيث يمكن للمشاركين أن يشعروا بالفهم والتحقق من الصحة والتواصل مع الآخرين الذين يشاركون تجاربهم، يمكن أن يساعد دعم الأقران في تعزيز التزامهم وسيطرتهم وقدرتهم على رؤية التحديات كفرص للنمو.

ثالثاً: العوائق والميسرون للوصول إلى دعم الأقران والمشاركة فيه

بينما أبلغ المشاركون في هذه الدراسة بأغلبية ساحقة عن فوائد دعم الأقران في تعزيز صلابتهم النفسية، فقد حددوا أيضاً العديد من الحواجز والميسرين للوصول إلى شبكات الدعم هذه والمشاركة فيها. وكان أحد العوائق الرئيسية التي ذكرها المشاركون

هو التحدي المتمثل في إيجاد موارد دعم الأقران المناسبة والوصول إليها، لا سيما في المناطق الريفية أو المحرومة من الخدمات. كما أوضح أحد المشاركين:

"لا يوجد الكثير من مجموعات الدعم أو الموارد المتاحة في مجتمعي. اضطررت إلى إجراء الكثير من البحث عبر الإنترنت والتواصل مع المنظمات حتى للعثور على المجموعة التي أنا جزء منها الآن، ويمكن أن يكون الأمر منعزلاً حقا إذا كنت لا تعرف أين تبحث".

كما سلط المشاركون الضوء على أهمية تصميم مجموعات دعم الأقران وفقا للاحتياجات والخبرات المحددة لآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. كمشارك آخر قال:

"لقد جربت بعض مجموعات الدعم المختلفة، لكنها لم تشعر بأنها ذات صلة بوضعي. كنت بحاجة إلى أن أكون مع آباء آخرين يفهمون حقا التحديات الفريدة لتربية طفل مصاب بالتوحد أو إعاقة ذهنية. العثور على تلك المجموعة المتخصصة أحدث فرقا كبيرا".

فيما يتعلق بالميسرين، أكد المشاركون على الدور الحاسم للمنظمات المجتمعية ومقدمي الرعاية الصحية والأخصائيين الاجتماعيين في ربط العائلات بموارد دعم الأقران. كما أوضحت إحدى الأمهات:

"عندما تم تشخيص ابني لأول مرة، أعطاني الأخصائي الاجتماعي في المستشفى معلومات حول مجموعة دعم الوالدين المحلية. كان هذا شريان الحياة بالنسبة لي في تلك الأيام المبكرة الساحقة. لا أعرف ما إذا كنت سأجدها بمفردتي".

وأشار المشاركون أيضا إلى أهمية إمكانية الوصول إلى مجموعات دعم الأقران، سواء من حيث الموقع أو الجدول الزمني. كما أوضحت مشاركة:

"حقيقة أن وجودي بمجموعة إلكترونية، سهل علي الكثير من الأمور ويمكن باي وقت استفيد من تجارب الأقران".

تشير هذه النتائج إلى أنه في حين أن دعم الأقران يمكن أن يكون أداة قوية في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، إلا أن هناك حواجز كبيرة يمكن أن تمنع العائلات من الوصول إلى هذه الموارد والتفاعل معها، وقد تكون معالجة هذه الحواجز، من خلال زيادة التواصل المجتمعي، وإحالات مقدمي الخدمات، وتطوير برامج دعم يمكن الوصول إليها ومصممة خصيصا، أمرا بالغ الأهمية في ضمان استعادة جميع العائلات من الدعم والمجتمع الذي يمكن أن توفره شبكات الأقران.

رابعاً: التأثير المتصور لدعم الأقران على الصلابة النفسية

(أ) زيادة الالتزام بالأبوة والأمومة

أفاد المشاركون في هذه الدراسة بأغلبية ساحقة أن مشاركتهم في شبكات دعم الأقران كان لها تأثير إيجابي على صلابتهم النفسية، لا سيما من حيث التزامهم بتربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002)، وصف العديد من المشاركين كيف ساعد الدعم العاطفي والتحقق من الصحة الذي تلقوه من أقرانهم على تعزيز إحساسهم بالهدف والمعنى في أوارهم في تقديم الرعاية. كما أوضح أحد المشاركين:

"لقد ساعدني كوني جزءا من هذه المجموعة حقا على البقاء ملتزما ومشاركا، حتى في أصعب الأيام. إن معرفة أنني لست وحدي، وأن هناك آباء آخرين يفهمون ما أمر به، كان مهما للغاية في إبقائي متحمسا وأركز على ما هو أفضل لطفلي".

كما سلط المشاركون الضوء على كيف ساعد الشعور بالمجتمع والانتماء الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران الخاصة بهم على تعزيز التزام أعمق بأدوارهم كأباء ومقدمي رعاية. مشارك آخر قال:

"لقد أصبحت هذه المجموعة بمثابة عائلة بالنسبة لي. نحن جميعا في هذا معا، ندعم بعضنا البعض، وقد عزز هذا الإحساس بالمجتمع حقا التزامي بأن أكون أفضل والد يمكن أن أكون لابني. لا أشعر بالوحدة أو العزلة، وهذا يحدث فرقا كبيرا".

وصف المشاركون كيف ساهم الدعم العملي والمعلومات التي تلقوها من أقرانهم، مثل استراتيجيات التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم، في شعورهم بالالتزام. كما أوضحت إحدى الأمهات:

"لقد قدم لي الآباء الآخرون الكثير من النصائح والموارد المفيدة. أشعر أنني أكثر استعدادا للدفاع عن ابنتي والتأكد من حصولها على الرعاية والدعم الذي تحتاجه. وقد عزز ذلك حقا التزامي بأن أكون أقوى مدافع عنها".

تشير هذه النتائج إلى أن الدعم العاطفي والاجتماعي والعملي الذي تقدمه شبكات دعم الأقران يمكن أن يلعب دورا مهما في تعزيز عنصر الالتزام بالصلابة النفسية بين آباء وأمّهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002)، من خلال تعزيز الشعور بالهدف والمجتمع والتمكين، يمكن أن يساعد دعم الأقران هؤلاء الأفراد على الاستمرار في المشاركة والاستثمار في أدوارهم في تقديم الرعاية، حتى في مواجهة التحديات الكبيرة.

ب) الشعور بالسيطرة والوكالة

أفاد المشاركون في هذه الدراسة أيضا أن مشاركتهم في شبكات دعم الأقران كان لها تأثير إيجابي على إحساسهم بالسيطرة والوكالة، وهما مكونان رئيسيان للصلابة النفسية (Peer & Hillman, 2014; Weiss, 2002)، وصف العديد من المشاركين كيف ساعد الدعم العملي والمعلومات التي تلقوها من أقرانهم في تعزيز قدرتهم على التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم المعقدة، والدعوة بشكل أكثر فعالية لاحتياجات أطفالهم. كأحد المشاركين أوضح:

"لقد شارك الآباء الآخرون الكثير من النصائح والموارد القيمة معي. أشعر بأنني أكثر سيطرة على الموقف، كما لو أن لدي المعرفة والأدوات اللازمة للحصول على الدعم الذي يحتاجه ابني. لقد كان هذا الشعور بالوكالة ممكنا حقا".

كما سلط المشاركون الضوء على كيف ساعد الدعم العاطفي والمصادقة التي تلقوها من أقرانهم في تعزيز ثقتهم وإيمانهم بقدرتهم على التأثير في مسار الأحداث. كما شاركت مشاركة أخرى قالت:

"عندما أشعر بالإرهاق أو أنني لا أفعل ما يكفي، تذكرني المجموعة بأنني أبذل قصارى جهدي. لقد ساعدني هذا الطمأنينة والتشجيع حقا على الشعور بمزيد من السيطرة على الموقف، بدلا من مجرد أن أكون تحت رحمته".

ت) تبني التحدي المتمثل في تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة

بالإضافة إلى الشعور المعزز بالالتزام والسيطرة، أفاد المشاركون أيضا أن مشاركتهم في شبكات دعم الأقران ساعدتهم على إعادة صياغة تحديات تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة كفرص للنمو والتعلم، وهو المكون الثالث للصلابة النفسية (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002). كما أوضح أحد المشاركين:

"إن سماع قصص الآباء الآخرين، وكيف تغلبوا على العقبات، ألهمني حقا للنظر إلى التحديات التي أواجهها كفرصة للتعلم والنمو، وليس مجرد مشاكل يجب حلها. أشعر بأنني أكثر مرونة وقدرة على التكيف بسبب هذه المجموعة".

وصف المشاركون كيف ساعدتهم التجارب المشتركة واستراتيجيات المواجهة التي تعلموها من أقرانهم على تطوير عقلية أكثر إيجابية واستباقية تجاه الصعوبات التي واجهوها. كما اشارت مشتركة: "بدلاً من مجرد الشعور بالهزيمة بسبب المعارك المستمرة، أراها الآن فرصاً للدعوة، وحل المشكلات، لتصبح والداً أقوى وأكثر قدرة. لقد ساعدتني المجموعة حقاً في تبني جانب "التحدي" المتمثل في الصلابة". تشير هذه النتائج إلى أن دعم الأقران يمكن أن يلعب دوراً مهماً في تعزيز مكونات التحكم والتحدي للصلابة النفسية بين آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Peer & Hillman, 2014; Weiss, 2002). من خلال تقديم المساعدة العملية والتحقق من الصحة العاطفية والشعور بالمجتمع، يمكن لشبكات دعم الأقران أن تساعد هؤلاء الأفراد على الشعور بمزيد من التمكين والصلابة والقدرة على التكيف في مواجهة التحديات الفريدة التي يواجهونها.

5. مناقشة

5.1 تفسير النتائج في سياق الأدبيات الموجودة

توفر نتائج هذه الدراسة النوعية رؤى قيمة حول دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. تتوافق النتائج مع الأدبيات الموجودة حول هذا الموضوع وتتوسع فيها، مما يوفر فهماً أعمق للآليات المحددة التي يمكن من خلالها لدعم الأقران أن يعزز الالتزام والتحكم وتحدي مكونات الصلابة النفسية لدى هذه الفئة من السكان تمسحياً مع الأبحاث السابقة، وصف المشاركون في هذه الدراسة التحديات والضغوطات الكبيرة التي يواجهونها في تربية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة، بما في ذلك التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليمية المعقدة، وإدارة الأعباء المالية، والتعامل مع الخسائر العاطفية لتقديم الرعاية (Cantwell et al., 2015; Woodman & Hauser-Cram, 2013)، وتؤكد هذه النتائج على أهمية تحديد العوامل التي يمكن أن تعزز الصلابة والرفاهية بين هؤلاء السكان، حيث أنهم معرضون بشكل متزايد لخطر الإصابة بمشاكل الصحة العقلية مثل الاكتئاب والإرهاق (Benson, 2016; Peer & Hillman, 2014). تسلط نتائج الدراسة الضوء على الدور الحاسم الذي يمكن أن يلعبه دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. أفاد المشاركون أن الدعم العاطفي والتحقق من الصحة والشعور بالمجتمع الذي وجدوه داخل شبكات دعم الأقران الخاصة بهم ساعد في تعزيز التزامهم بأدوارهم في تقديم الرعاية، مرددين نتائج الأبحاث السابقة حول أهمية الدعم الاجتماعي في تعزيز الصلابة والمشاركة بين هؤلاء السكان (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002). علاوة على ذلك، وصف المشاركون كيف عززت المعلومات والموارد العملية التي تلقوها من أقرانهم إحساسهم بالسيطرة والوكالة في إدارة متطلبات رعاية طفل من ذوي الاحتياجات الخاصة. وهذا يتماشى مع الأدبيات الموجودة حول الطرق التي يمكن أن يساهم بها الدعم الاجتماعي في زيادة الشعور بالكفاءة الذاتية والتمكين بين آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة (Peer & Hillman, 2014; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

كما سلطت نتائج الدراسة الضوء على دور دعم الأقران في مساعدة المشاركين على إعادة صياغة التحديات التي يواجهونها كفرص للنمو والتعلم، وهو عنصر أساسي في الصلابة النفسية (Kobasa, 1979). من خلال مشاركة استراتيجيات المواجهة وقصص الصلابة، ساعدتهم أقران المشاركين على تطوير عقلية أكثر إيجابية واستباقية تجاه الصعوبات التي واجهوها،

وهو ما يتوافق مع الأدبيات الموجودة حول الطرق التي يمكن للدعم الاجتماعي من خلالها تعزيز الشعور بالتحدي والقدرة على التكيف في هذه الفئة من السكان (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002).

تشير نتائج هذه الدراسة مجتمعة إلى أن دعم الأقران يمكن أن يلعب دوراً متعدد الأوجه في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. من خلال توفير التحقق من الصحة العاطفية والمساعدة العملية والشعور بالمجتمع، يمكن لشبكات دعم الأقران مساعدة هؤلاء الأفراد في الحفاظ على شعور قوي بالالتزام والسيطرة والتحكم في مواجهة الشدائد الكبيرة. هذه النتائج لها آثار مهمة على تطوير التدخلات المستهدفة وبرامج الدعم التي تهدف إلى تعزيز مرونة ورفاهية هؤلاء السكان. من خلال الاستفادة من قوة دعم الأقران، يمكن لمثل هذه البرامج مساعدة الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة على تنمية الصلابة النفسية اللازمة للتغلب على التحديات الفريدة التي يواجهونها بمزيد من الثقة والقدرة على التكيف والرفاه العام.

5.2 الآثار النظرية: فهم الآليات التي يعزز بها دعم الأقران الصلابة النفسية

تشير نتائج الدراسة إلى أن دعم الأقران يمكن أن يعزز الالتزام من خلال مساعدة الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة في الحفاظ على الشعور بالهدف والمعنى والمشاركة في أدوارهم في تقديم الرعاية، ويمكن أن يعزز الدعم العاطفي والتحقق من الصحة والشعور بالمجتمع الذي توفره شبكات دعم الأقران إيمان المشاركين بأهمية أدوارهم ودوافعهم لمواصلة الدفاع عن احتياجات أطفالهم، حتى في مواجهة التحديات الكبيرة (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002). فيما يتعلق بعنصر التحكم في الصلابة النفسية، تشير نتائج الدراسة إلى أن دعم الأقران يمكن أن يعزز شعور المشاركين بالوكالة والكفاءة الذاتية من خلال تزويدهم بالمعلومات العملية والموارد والاستراتيجيات للتنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم المعقدة. وهذا بدوره يمكن أن يساهم في زيادة إيمانهم بقدرتهم على التأثير على مسار الأحداث وتشكيل النتائج لأسرهم (Peer & Hillman, 2014; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

علاوة على ذلك، تشير نتائج الدراسة إلى أن دعم الأقران يمكن أن يعزز عنصر التحدي المتمثل في الصلابة النفسية من خلال مساعدة المشاركين على إعادة صياغة الصعوبات التي يواجهونها كفرص للنمو والتعلم. من خلال مشاركة استراتيجيات المواجهة وتقنيات حل المشكلات وقصص الصلابة، يمكن للأقران تعزيز عقلية أكثر إيجابية واستباقية، حيث ينظر إلى التحديات على أنها عقبات يمكن التحكم فيها يجب التغلب عليها، بدلاً من كونها تهديدات ساحقة (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002).

تتوافق هذه النتائج مع الإطار النظري للصلابة النفسية الذي اقترحه كوباسا (Kobasa, 1979) وتتوسع فيه، والذي يفترض أن المكونات الثلاثة المترابطة للالتزام والتحكم والتحدى حاسمة في تعزيز الصلابة والرفاهية في مواجهة ضغوط الحياة الكبيرة. تشير نتائج الدراسة إلى أن دعم الأقران يمكن أن يلعب دوراً رئيسياً في تنمية مكونات الصلابة النفسية هذه، وبالتالي تعزيز الصلابة الشاملة والقدرة على التكيف لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.

علاوة على ذلك، تساهم نتائج الدراسة في الفهم النظري الأوسع لدور الدعم الاجتماعي في تعزيز الصحة العقلية والرفاهية. وقد اعترفت الأدبيات الموجودة منذ فترة طويلة بأهمية الدعم الاجتماعي في تخفيف الآثار السلبية للإجهاد وتعزيز استراتيجيات التكيف الإيجابية (Weiss, 2002; Woodman & Hauser-Cram, 2013)، وتشير نتائج الدراسة الحالية إلى أن دعم الأقران، على وجه الخصوص، قد يكون شكلاً قوياً بشكل فريد من أشكال الدعم الاجتماعي في سياق تربية طفل من ذوي

الاحتياجات الخاصة ، حيث يمكن أن يوفر إحساسا بالمجتمع ، والتحقق من الصحة ، والمساعدة العملية المصممة خصيصا للتجارب والاحتياجات المحددة لهذه الفئة من السكان.

5.3 الآثار العملية: استراتيجيات لتعزيز تدخلات دعم الأقران لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة

لنتائج هذه الدراسة آثار عملية مهمة على تطوير وتنفيذ تدخلات دعم الأقران التي تهدف إلى تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. وتتمثل إحدى الآثار العملية الرئيسية في الحاجة إلى ضمان إمكانية الوصول إلى برامج دعم الأقران وتكييفها مع الاحتياجات والخبرات المحددة لهذه الفئة من السكان. سلط المشاركون في هذه الدراسة الضوء على أهمية العثور على مجموعات دعم الأقران ذات الصلة بتحدياتهم الفريدة، مثل تلك التي تركز على دعم آباء الأطفال المصابين بالتوحد أو الإعاقات الذهنية، ويمكن أن يساعد ضمان أن تكون برامج دعم الأقران متخصصة ويمكن الوصول إليها بسهولة في معالجة الحواجز التي يواجهها بعض الآباء والأمهات في الوصول إلى هذه الموارد (Benson, 2016; Cantwell et al., 2015).

ومن الآثار العملية الهامة الأخرى الحاجة إلى دمج استراتيجيات تعزز إحساسا قويا بالانتماء إلى المجتمع والانتماء داخل شبكات دعم الأقران. أكد المشاركون في هذه الدراسة على الدور الحاسم الذي لعبه الإحساس بالمجتمع والتحقق من الصحة في تعزيز صلابتهم النفسية، لا سيما من حيث تعزيز التزامهم وقدرتهم على النظر إلى التحديات كفرص للنمو. لذلك، يجب أن تعطي برامج دعم الأقران الأولوية للأنشطة والهياكل التي تسهل تطوير روابط ذات مغزى وإحساس مشترك بالهدف بين المشاركين (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002).

بالإضافة إلى ذلك، تشير النتائج إلى أن تدخلات دعم الأقران يجب أن تركز بشدة على توفير المعلومات العملية والموارد والاستراتيجيات لمساعدة الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة على التنقل في أنظمة الرعاية الصحية والتعليم المعقدة. من خلال تزويد المشاركين بالمعرفة والأدوات التي يحتاجونها للدفاع عن احتياجات أطفالهم وإدارة المتطلبات العملية لتقديم الرعاية، يمكن أن تساعد برامج دعم الأقران في تعزيز شعور أكبر بالسيطرة والوكالة، وهما مكونان رئيسيان للصلابة النفسية (Peer & Hillman, 2014; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

علاوة على ذلك، تسلط نتائج الدراسة الضوء على أهمية دمج الفرص للمشاركين لمشاركة استراتيجيات المواجهة وتقنيات حل المشكلات وقصص الصلابة ضمن برامج دعم الأقران. من خلال تسهيل تبادل هذه الأفكار القيمة، يمكن لتدخلات دعم الأقران أن تساعد الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة على إعادة صياغة التحديات التي يواجهونها كفرص للنمو والتعلم، وبالتالي تعزيز عنصر "التحدي" في صلابتهم النفسية (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002).

وأخيرا، تشير نتائج الدراسة إلى أنه ينبغي دمج تدخلات دعم الأقران في نهج أوسع ومتعدد الأوجه لدعم الصحة العقلية ورفاه آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. في حين أن دعم الأقران يمكن أن يلعب دورا حاسما في تعزيز الصلابة النفسية، إلا أنه يجب استكمالها بتدخلات أخرى قائمة على الأدلة ، مثل الاستشارات الفردية أو العائلية ، وتقنيات إدارة الإجهاد ، وخدمات الرعاية المؤقتة ، لتوفير نظام دعم شامل وكلية لهذه الفئة من السكان (Peer & Hillman, 2014; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

5.4 حدود الدراسة واتجاهات البحوث المستقبلية

بينما توفر هذه الدراسة النوعية رؤى قيمة حول دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، من المهم الاعتراف بقيود البحث وتحديد الاتجاهات المحتملة للتحقيق في المستقبل. أحد القيود الرئيسية للدراسة هو اعتمادها على البيانات المبلغ عنها ذاتيا من المشاركين. في حين أن المقابلات المتعمقة سمحت باستكشاف غني ودقيق للتجارب الحية ووجهات نظر المشاركين، فقد تكون النتائج عرضة للتحيزات المحتملة أو عدم الدقة في ذكريات المشاركين وتصوراتهم (Creswell & Poth, 2016)، ويمكن أن تتضمن الأبحاث المستقبلية مصادر بيانات إضافية، مثل ملاحظات تفاعلات مجموعة دعم الأقران أو التقييمات الطولية للصلابة النفسية للمشاركين ورفاههم، لتوفير فهم أكثر شمولاً وموضوعية لهذه الظاهرة.

بالإضافة إلى ذلك، اقتصر عينة الدراسة، على الرغم من تنوعها من حيث الخصائص الديموغرافية، على المشاركين الذين شاركوا بنشاط في شبكات دعم الأقران، وقد يكون هذا قد أدى إلى تحيز في الاختيار، حيث لم يتم التقاط تجارب ووجهات نظر الآباء والأمهات الذين لا يشاركون في دعم الأقران، أو الذين لديهم تجارب سلبية مع هذا الدعم، في الدراسة الحالية (Benson, 2016)، ويمكن أن تستكشف الأبحاث المستقبلية تجارب مجموعة أوسع من الآباء والأمهات، بما في ذلك أولئك الذين لم يتمكنوا من الوصول إلى دعم الأقران أو المشاركة فيه، لاكتساب فهم أكثر شمولاً للعوامل التي تسهل أو تعيق استخدام هذه الموارد.

علاوة على ذلك، لم تدرس الدراسة الحالية العوامل المعتدلة أو الوسيطة المحتملة التي قد تؤثر على العلاقة بين دعم الأقران والصلابة النفسية، وقد تلعب عوامل مثل شدة الاحتياجات الخاصة للطفل، أو الوضع الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، أو توافر أشكال أخرى من الدعم الاجتماعي دوراً في تشكيل تأثير دعم الأقران على الصلابة النفسية للمشاركين (Cantwell et al., 2015؛ Peer and Hillman, 2014)، ويمكن أن يوفر استكشاف هذه المتغيرات المعتدلة والوساطة المحتملة رؤى قيمة حول التفاعل المعقد بين دعم الأقران والصلابة النفسية والعوامل السياقية الأخرى.

وأخيراً، اقتصرت الدراسة الحالية على تصميم مقطعي، والذي لا يسمح بفحص الآثار طويلة الأجل لدعم الأقران على الصلابة النفسية ورفاهية آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. ويمكن للبحوث الطولية التي تتعقب تجارب المشاركين ونتائجهم على مدى فترة طويلة أن تلقي الضوء على الآثار المستدامة لدعم الأقران وإمكانية أن تعزز هذه التدخلات التغييرات الدائمة في الصلابة النفسية والصلابة (Weiss, 2002; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

على الرغم من هذه القيود، توفر الدراسة الحالية أساساً قيمياً للبحوث المستقبلية حول دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، ويمكن للرؤى المكتسبة من هذه الدراسة أن تغيد في تطوير التدخلات المستهدفة وبرامج الدعم التي تستفيد من قوة دعم الأقران لتعزيز مرونة ورفاهية هؤلاء السكان.

يمكن للبحوث المستقبلية التي تتناول قيود الدراسة الحالية، وتستكشف عوامل الاعتدال والوساطة المحتملة، وتدرس الآثار طويلة المدى لدعم الأقران، أن تساهم بشكل أكبر في فهم أعمق للآليات التي يمكن من خلالها لشبكات الدعم هذه تعزيز الالتزام والتحكم وتحدي مكونات الصلابة النفسية. ويمكن لهذه المعرفة، بدورها، أن تغيد في تصميم تدخلات أكثر فعالية وتأثيراً يمكن أن تحدث فرقا ذا مغزى في حياة آباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.

6. الاستنتاج

أولاً، تقدم الدراسة فهماً غنياً ودقيقاً للتجارب ووجهات النظر الحية لهذه الفئة من السكان، وتلقي الضوء على التحديات الفريدة التي يواجهونها والطرق التي يمكن أن يساعد بها دعم الأقران في مواجهة هذه التحديات. من خلال اعتماد نهج نوعي ظاهري، تمكنت الدراسة من التقاط عمق وتعقيد تجارب المشاركين، والتي يمكن أن تقيد في تطوير تدخلات دعم أكثر استهدافاً وفعالية (Creswell & Poth, 2016).

ثانياً، تساهم نتائج الدراسة في فهم نظري أعمق للآليات التي يمكن من خلالها لدعم الأقران أن يعزز الالتزام والتحكم وتحدي مكونات الصلابة النفسية لدى هذه الفئة من السكان. من خلال توضيح الطرق المحددة التي يمكن أن يعزز بها دعم الأقران الشعور بالهدف، ويعزز مشاعر الوكالة والكفاءة الذاتية، ويعزز عقلية أكثر إيجابية واستباقية تجاه التحديات، تقدم الدراسة رؤية قيمة يمكن أن تقيد الأبحاث المستقبلية وبناء النظريات في هذا المجال (Cantwell et al., 2015; Weiss, 2002).

ثالثاً، تعتبر الآثار العملية للدراسة ذات أهمية خاصة، لأنها يمكن أن تقيد بشكل مباشر في تصميم وتنفيذ تدخلات دعم الأقران التي تهدف إلى تعزيز الصلابة النفسية والرفاه العام لآباء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة. تشير نتائج الدراسة إلى أن مثل هذه التدخلات يجب أن تعطي الأولوية لإمكانية الوصول، وبناء المجتمع، وتوفير المعلومات والموارد العملية، والفرص للمشاركين لتبادل استراتيجيات التكيف وقصص الصلابة (Peer & Hillman, 2014; Woodman & Hauser-Cram, 2013).

وأخيراً، فإن نتائج الدراسة لديها القدرة على التأثير بشكل إيجابي على حياة الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، وكذلك الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة أنفسهم. من خلال تعزيز الصلابة النفسية لهذه الفئة من السكان، يمكن أن تساعد تدخلات دعم الأقران في تعزيز مرونتهم، واستراتيجيات التكيف، والصحة العقلية الشاملة والرفاه، والتي بدورها يمكن أن تحسن جودة الرعاية والدعم الذي يمكنهم تقديمه لأطفالهم (Benson, 2016; Cantwell et al., 2015).

في الختام، تقدم هذه الدراسة مساهمة كبيرة في فهم دور دعم الأقران في تعزيز الصلابة النفسية لأولياء وأمهات الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة، ويمكن للرؤى المكتسبة من هذا البحث أن تقيد في تطوير التدخلات المستهدفة وبرامج الدعم التي يمكن أن تعزز بشكل فعال مرونة ورفاهية هذه الفئة من السكان، مما يفيد في نهاية المطاف كل من الآباء وأطفالهم ذوي الاحتياجات الخاصة.

7. التوصيات

- 1) تطوير التدخلات المستهدفة وبرامج الدعم التي تستفيد من قوة دعم الأقران لتعزيز مرونة ورفاهية الآباء والأمهات للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة.
- 2) إجراء دراسات طولية تتعقب الآثار طويلة المدى لدعم الأقران على الصلابة النفسية للمشاركين والرفاهية العامة يمكن أن تلقي الضوء على الآثار المستدامة لهذه التدخلات
- 3) استكشاف العوامل المعتدلة والوسيط التي قد تؤثر على العلاقة بين دعم الأقران والصلابة النفسية فهما أكثر دقة للتفاعل المعقد بين هذه المتغيرات.
- 4) يمكن للبحوث المستقبلية أيضاً التحقيق في تجارب الآباء والأمهات الذين لم يتمكنوا من الوصول إلى دعم الأقران أو المشاركة فيه، من أجل الحصول على فهم أكثر شمولاً للحوجز والميسرين لاستخدام هذه الموارد، ويمكن أن يؤدي دمج

مصادر بيانات متعددة، مثل ملاحظات تفاعلات مجموعة دعم الأقران والتقييمات الموضوعية للصحة العقلية للمشاركين ورفاههم، إلى زيادة تعزيز دقة النتائج وجدارتها بالثقة.

المصادر والمراجع

المراجع الأجنبية:

- Benson, P. R. (2016). The impact of child symptom severity on depressed mood among parents of children with ASD: The mediating role of stress proliferation. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(6), 2111-2121.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Buheji M & Jahrami H 2020 Analysing Hardiness Resilience in COVID-19 Pandemic - Using Factor Analysis. *International Journal of Management* ,11 (10): 802-815.
- Burton, R. S., Zwahr-Castro, J., Magrane, C. L., Hernandez, H., Farley, L. G., & Amodei, N. (2018). The nurturing program: An intervention for parents of children with special needs. *Journal of child and family studies*, 27, 1137-1149.
- Cantwell, J., Muldoon, O. T., & Gallagher, S. (2015). The influence of self-esteem and social support on the relationship between stigma and depressive symptomology in parents caring for children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59(10), 948-957.
- Cantwell, J., Muldoon, O. T., & Gallagher, S. (2015). The influence of self-esteem and social support on the relationship between stigma and depressive symptomology in parents caring for children with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 59(10), 948-957.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Desiningrum, D. R., & Kurniawati, K. (2023, October). Parenting Self-Efficacy, Hardiness and Psychological Well-Being of Parents of Children with ASD. *In Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche)* (Vol. 4, pp. 328-340).
- Dunst, C. J. (2021). Family hardiness and parent and family functioning in households with children experiencing adverse life conditions: a meta-analysis. *International Journal of Psychological Research*, 14(2), 93-118.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara hardiness dengan tingkat stres pengasuhan pada ibu dengan anak autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(2), 34-40.
- Hayes, S. A., & Watson, S. L. (2013). The impact of parenting stress: A meta-analysis of studies comparing the experience of parenting stress in parents of children with and without autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders*, 43, 629-642.
- Hystad, S. W. (2012). Exploring gender equivalence and bias in a measure of psychological hardiness. *International Journal of Psychological Studies*, 4(4): 69
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1-11.
- Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *The journal of positive psychology*, 1(3), 160-168.
- Maddi, S. R., Harvey, R. H., Khoshaba, D. M., Lu, J. L., Persico, M., & Brow, M. (2006). The personality construct of hardiness, III: Relationships with repression, innovativeness, authoritarianism, and performance. *Journal of personality*, 74(2), 575-598.
- Mund, P. (2021). *Culture and resilience at work: A study of stress and hardiness among Indian corporate professionals*. Routledge.
- Peer, J. W., & Hillman, S. B. (2014). Stress and resilience for parents of children with intellectual and developmental disabilities: A review of key factors and recommendations for practitioners. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, 11(2), 92-98.
- Shapiro, C. J., Kilburn, J., & Hardin, J. W. (2014). Prevention of behavior problems in a selected population: Stepping stones triple P for parents of young children with disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 35(11), 2958–2975. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.07.036>.
- Weiss, M. J. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115-130.

- Woodman, A. C., & Hauser-Cram, P. (2013). The role of coping strategies in predicting change in parenting efficacy and depressive symptoms among mothers of adolescents with developmental disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 57(6), 513-530.
- Woodson, K. D., Thakkar, S., Burbage, M., Kichler, J., & Nabors, L. (2015). Children with chronic illnesses: factors influencing family hardiness. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 38(1), 57-69.