

****قوى الشخصية والإعاقة الفكرية والتنموية:** نهج قائم على القوى من علم النفس الإيجابي ****** ومع ذلك، تلقت قوى الشخصية اهتماماً كبيراً في المجال الأوسع لعلم النفس الإيجابي. ونتائج أبحاث، وتدخلات من علم الشخصية يمكن أن توفر إطاراً لمجال الإعاقات الفكرية والتنموية لبدء البناء على قوى الشخصية لتعزيز أنظمة الدعم ونتائج جودة الحياة التي يعيشها الأشخاص ذوو الإعاقات الفكرية والتنموية. ****** (ظهور علم الشخصية ****** وود، 2006). (والسمات، 2011). شهدت مجال علم النفس الإيجابي نمواً كبيراً، 000 مقال تم نشره تحت هذا المفهوم في العقدين الماضيين (هارت وساسو، 2011). واغتر، مما يشير إلى الفائدة المحتملة لهذا النهج. والفضول، يذكرون أنهم يعيشون حياة أكثر إشباعاً. البراعة: ****** التفكير في طرق جديدة ومنتجة لتصور وفعل الأشياء؛ الانفتاح على التجربة: ****** الاهتمام بالتجارب الجارية لذاتها؛ العثور على مواضيع ومواضيع مثيرة؛ الاستكشاف والاكتشاف. - ****** الحكم [الانفتاح؛ التفكير النقدي]: ****** التفكير في الأمور من جميع الجوانب؛ - ****** حب التعلم: ****** إتقان مهارات جديدة، ومواضيع، ومجالات معرفة، التحدث عن ما هو صحيح حتى مع وجود معارضة؛ العمل وفقاً للقناعات حتى لو كانت غير شعبية؛ تشمل الشجاعة البدنية ولكنها لا تقتصر عليها. المثابرة في مسار العمل على الرغم من العقبات؛ أن تكون بدون تظاهر؛ تحمل المسؤولية عن المشاعر والأفعال. الطاقة: ****** التعامل مع الحياة بحماس وطاقة؛ عدم القيام بالأشياء بشكل نصف أو بغير حماس؛ الرعاية، الحب الإيثاري، مساعدتهم؛ - ****** الذكاء الاجتماعي [الذكاء العاطفي، الذكاء الشخصي]: ****** الوعي بدوافع ومشاعر الآخرين ونفسه؛ المسؤولية الاجتماعية، الولاء: ****** العمل بشكل جيد كعضو في مجموعة أو فريق؛ القيام بدوره. - ****** العدالة: ****** معاملة جميع الناس بنفس الطريقة وفقاً لمفاهيم العدالة؛ عدم السماح للمشاعر بالتأثير على القرارات بشأن الآخرين؛ - ****** التسامح [الرحمة]: ****** مسامحة من أساء إليهم؛ - ****** E التواضع [الاعتدال]: ****** السماح لإنجازات الشخص بالتحدث عن نفسها؛ عدم اعتبار النفس أكثر خصوصية مما هي عليه. عدم قول أو فعل أشياء قد يندم عليها لاحقاً. - ****** تنظيم الذات [التحكم الذاتي]: ****** تنظيم ما يشعر به الشخص وما يفعله؛ التحكم في الرغبات والعواطف. ****** F التجاوز ****** - قوى تربط الفرد بالكون وتوفر معنى - ****** E تقدير الجمال والتميز [الإعجاب، الدهشة، بدءاً من الطبيعة إلى الفن إلى الرياضيات إلى العلوم إلى التجارب اليومية. - ****** الامتنان: ****** الوعي بالأشياء الجيدة التي تحدث؛ أخذ الوقت للتعبير عن الشكر. التفكير في المستقبل، رؤية الجانب المشرق؛ صنع (ليس بالضرورة سرد) النقاط. - ****** E الروحانية [الدينية، الإيمان، 2006؛ ب؛ 2004). وبسبب هذه الارتباطات، وقد درس الباحثون تأثير التدخلات المصممة لتعزيز قوى الأفراد المميزة - تلك القوى التي تحتل أعلى المراتب في تقييمات قوى الشخصية. ستين، ويلينزوهون، الموظفون (فورست وآخرون، ستانيميروفيتش، كلاين، شيمائي، تانكا-ماتسومي، أوتسوي، سليغمان وآخرون، والامتنان، رش، وبوشور، 2014). ديسنر، يحدث رصد القوى على مستويين - الذات والآخرين - ويتضمن تسمية قوى الشخصية الملاحظة وتقديم مبرر أو دليل على كيفية تعبير كل قوة (نيميك، يُوصى عادةً برصد القوى كخطوة أولية للممارسين والآباء الجدد في الأساليب القائمة على القوى، ويساعد في بناء مفردات أو لغة للقوى ويسهل إنشاء "عقلية القوة". استراتيجية أخرى، 2013، في المرحلة الأولى، يبدأ الممارسون بمساعدة الشخص على بناء وعي عام بقوى الشخصية، وكسر الحجب عن القوى والوعي العام. المرحلة التالية تتضمن ربط قوى الشخصية بالتجارب السابقة بحيث يفهم الأشخاص كيف ساهمت قوى الشخصية في الأحداث والإنجازات الإيجابية والمرضية وكذلك في تسهيل إدارة المشكلات والصعوبات. ****** الحركات المتوازنة وإقامة الحاجة لقوى الشخصية والفضائل ****** ظهور علم الشخصية كمنطقة تركيز ضمن مجال علم النفس الإيجابي يعكس، تماماً كما هو الحال في مجال علم النفس الأوسع، على سبيل المثال، ينص قانون تعليم الأفراد ذوي الإعاقات (2004) بشكل محدد على أن خدمات الانتقال المقدمة للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 16 عاماً وما فوق لدعم الانتقال من المدرسة إلى عالم البالغين يجب أن تأخذ في الاعتبار "قوى الطفل وتفضيلاته واهتماماته". وترينور، ويهمير، وبريسغروف، سكوتكو، ليفين، 2011؛ ويهمير، 2013)، ونادراً ما تم تضمين الأشخاص ذوي الإعاقات العقلية والتنموية في الأبحاث في مجال علم النفس الإيجابي بشكل عام. على سبيل المثال، من بين هذه المقالات، علاوة على ذلك، قامت شوجرن (2013) بمراجعة المقالات المنشورة في مجال علم النفس الإيجابي لتحديد درجة تمثيل الإعاقات (بشكل عام، وليس محددًا بالإعاقة العقلية) في تلك الأدبيات. وجدت تركيزاً محدوداً على قضايا الإعاقات في "مجلة علم النفس الإيجابي"، حيث من بين 162 مقالاً منشوراً بين عامي 2006 و2011، بينما توجد مناهج قائمة وناشئة في مجال الإعاقات، (سوغاي، 2009؛ 2010)، التدخلات النفسية (مثل، ****** التدخلات النفسية وأهمية قوى الشخصية ****** 2014) على أهمية التدخل الاستباقي الذي يعزز الكفاءات الشخصية؛ لم يُعطَ اهتمام جوهري لقوى الشخصية. يميل هذا العمل إلى التركيز أكثر على الاهتمامات (مثل الهوايات، والموارد (مثل الدعم الخارجي كالصداقة،

والدعم العلاجي)، ومهارات التواصل). علاوة على ذلك، (2011) في علم النفس الإيجابي وجودة الحياة (شالوك، غاردنر، 2007) وتقرير الذات (شوجرن، بالمر، فوربر-برات، 2015) في الإعاقات العقلية والتنموية، عبر الفئات السكانية. أخيراً، تم تطوير أدوات تقييم، بما في ذلك "جرد قوى الشخصية (VIA-IS) (VIA)" و"جرد قوى الشخصية - نسخة الشباب" (VIA-Youth)، ودراسها عبر الثقافات (ماكغراث، بدأت الأعمال الأولية (شوجرن، ويهمير، لانغ، ونيميك، فوربر-برات، 2015). ومع ذلك، قام الشباب ذوو الإعاقات بتقييم أنفسهم بدرجة أقل في كل قوة شخصية (انظر الجدول 1) مقارنة بالشباب دون الإعاقات. فإن النتيجة التي تشير إلى أن الطلاب ذوي الإعاقات يسجلون بشكل أقل تكيفاً عبر جميع قوى الشخصية توحى بأن هناك عوامل بيئية محددة قد تؤثر على المعتقدات التي يحملها الشباب ذوو الإعاقات حول أنفسهم وقواهم. هذا يتماشى مع أبحاث أخرى حول مفاهيم مثل تقرير الذات التي وجدت أيضاً أن الشباب ذوي الإعاقات يقيمون أنفسهم بدرجة أقل من أقرانهم دون إعاقات (شوجرن، وآخرون، قيد النشر). على الرغم من أن الآليات الدقيقة لهذه التأثيرات غير مفهومة، لا سيما الشباب ذوي الإعاقات العقلية والتنموية، على سبيل المثال، إلى أنه إذا تم تنفيذ تدخلات لتعزيز تقرير الذات مع المراهقين ذوي الإعاقات العقلية وصعوبات التعلم، فإن مستويات تقرير الذات لديهم تزيد (ويهمير وآخرون، 2012). (2009). وتقيم 10 قوى شخصية، بما في ذلك التعاطف والشجاعة، التي تظهر من قبل شخص ذي إعاقة عقلية أو تنموية. تختلف هذه الأداة عن "VIA-IS" و"VIA-Youth" حيث يُبلغ الآباء أو مقدمو الدعم، بدلاً من الفرد نفسه. لقد أظهرت ASPeCT-DD مقاييس نفسية قوية، كذلك، عند استخدامها مع "VIA-IS" أو "VIA-Youth"، تتوفر تقارير ذاتية وأخرى عن قوى الشخصية ويمكن استخدامها لتطوير وتقييم التدخلات القائمة على القوى. بشكل عام، هناك حاجة لمزيد من التحقق من صحة تقييمات قوى الشخصية، بالإضافة إلى ذلك، خاصةً بالنظر إلى التقليد القائم على استخدام التقييم لتحديد وتعريف العجز في الوظيفة لتقسيم الأشخاص إلى فئات تشخيصية تستبعد القوى (راشيد وأوسترمين، 2002). هناك حاجة لمزيد من العمل للتحقق من صحة واختبار صحة التنبؤ لهذه الأدوات، واستكشاف استخدامها عبر الفئات السكانية. بعد أن يتم التحقق من صحة أدوات التقييم لقوى الشخصية والفضائل مع هذه الفئة، تم إنجاز عمل أقل في استخدام المعلومات من أدوات تقييم قوى الشخصية لتطوير واختبار فعالية التدخلات التي تستخدم قوى الشخصية لإبلاغ تخطيط الدعم وتعزيز النتائج القيمة، بما في ذلك نتائج جودة الحياة. تم تطوير عدد من التدخلات في مجال علم النفس الإيجابي الأوسع، كما تم وصفه في الأقسام السابقة. لوكاسون، وشالوك، 2015). في السكان العاميين، على سبيل المثال، يمكن دمج التمارين الحالية مثل "تحديد القوى"، و"استخدم قواك المميزة بطرق جديدة كل يوم" (سليغمان وآخرون، و"عدّ اللطف" (أوتاكي وآخرون، و"هدايا الوقت" (غاندر وآخرون، 2012)، بسهولة في السياقات التعليمية والمجتمعية، خاصةً إذا تم تطوير موارد للمعلمين ومقدمي الدعم وأفراد الأسرة. قد توفر مثل هذه التدخلات وسيلة لمعالجة القضايا التي تُحدد عادةً المتعلقة ببناء العلاقات بين الأشخاص ذوي الإعاقات العقلية وأقرانهم، بدلاً من تقديم المساعدة، مما يحد من التفاعل المتبادل. من خلال إنشاء طرق منظمة للأشخاص ذوي الإعاقات العقلية لاستخدام قواهم للمساهمة في حياة أقرانهم، يمكن تعزيز التبادلية في العلاقات بين الأقران. على سبيل المثال، حيث يمكن للأشخاص ذوي الإعاقات (باستخدام "VIA") ومقدمي الدعم (باستخدام قائمة فحص لـ 24 قوة شخصية أو أداة مثل "ASPeCT-DD") تحديد قواهم المميزة كجزء من عملية فهم أنفسهم وقواهم واحتياجات الدعم. يمكن للأشخاص ذوي الإعاقات العقلية والتنموية استخدام استراتيجيات المراقبة الذاتية لعدّ أفعال اللطف. كجزء من تخطيط الانتقال، يمكن للشباب ذوي الإعاقات العقلية استكشاف القوي التي تمنح كل شخص أكبر إحساس بالأمل (أي، وكيف يمكن استخدام هذه القوى لتوليد وتنفيذ حلول ممكنة باستخدام نموذج "الوعي-الاستكشاف-التطبيق" (نيميك، 2013، خاصة في التعامل مع المشاكل. فوق مجرد تأييد قوى الشخصية، مما يؤدي إلى تعزيز تقرير الذات ونتائج جودة الحياة (شوجرن، ويهمير، ريفينبارك، 2015؛ 2012). يمكن تضمين التدخلات لتعزيز قوى الشخصية في تدخلات تقرير الذات، يمكن استخدام قوى الشخصية بطرق عامة على الأقل: يمكن أن تكون قوة الشخصية "وسيلة" للوصول إلى هدف (أي، الهدف نفسه) (نيميك، 2014). إذا كان لدى شخص ذو إعاقة عقلية هدف الحصول على عمل ذو مغزى، مثل استخدام الفضول لاستكشاف طرق مختلفة، والذكاء الاجتماعي في ربط وتطوير العلاقات مع الأشخاص المرتبطين بعمليات البحث عن وظيفة، إحدى تمارين علم النفس الإيجابي لدعم تحديد الأهداف وتحقيقها هي تمرين "أفضل نسخة ممكنة من الذات"، والذي يرتبط بزيادة قوة الأمل/التفاؤل (ميفسن، وألبيرتس، يمكن أن يسهل هذا التمرين الوعي بالأهداف والتعبير عنها بشكل فوري حيث يُطلب من الفرد تخيل نقطة محددة في المستقبل (شهر واحد، سنة واحدة، خمس سنوات) حيث وصلوا إلى هدفهم أو رؤيتهم لكيفية رغبتهم في أن تكون حياتهم؛ 2014). الصور، استراتيجيات الإدارة الذاتية) لتعزيز التوجيه الذاتي هي اتجاهات تحتاج

إلى استكشاف في الأبحاث المستقبلية. وودارد، ولييست (2011)، مثل نمذجة الضحك المناسب لتعزيز قوة الفكاهة والتشجيع المباشر لقوة اللطف من خلال برنامج الأعمال اللطيفة في المدرسة. يمكن أن يكون نهج آخر هو استكشاف الإفراط في استخدام قوى الشخصية ونقص استخدامها (نيميك)، تم تطبيق هذا النهج على الأشخاص دون إعاقات، على سبيل المثال، قد يواجه الشخص صعوبة في التسوية. على سبيل المثال، قد تواجه شخصاً يعاني من التسوية في كتابة ورقة، هذا التصور للإفراط في استخدام القوي ونقص استخدامها ينطبق على كل من 24 قوة شخصية (انظر غرانت وشوارتز، 2011، لمراجعة) ويقدم إطاراً لشرح أو تفسير جزئي لكيفية حدوث المشاكل والصراعات واستمرارها. يمكن تضمين هذا النهج ضمن دعم السلوك الإيجابي، مع التركيز بشكل خاص على تحديد القوي التي قد تكون مفرطة الاستخدام أو قليلة الاستخدام. تم فحص الإفراط ونقص استخدام قوى الشخصية لدى الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات طيف التوحد (ASD). حيث احتلت المرتبة 16 من أصل 24، نظراً لأن قوة الفكاهة مرتبطة بالسعادة الهيدونية والمشاعر الإيجابية، وقد وُجد أن هذا الإطار يعكس فائدة ليس فقط للمشاركين المصابين بالتوحد، يمكن أن تكون كل من القوي الشخصية الـ 24 أدوات لإعادة الإطار أو ما يشار إليه بعض العلماء بإعادة التقييم الإيجابي (غارلاند، غايلورد، وبارك، على سبيل المثال، يمكن إعادة تأطير العناد كشخص *persevere* ويظل ملتزماً بفكرته، هذه الإطارات لا تحل محل العناد أو فرط النشاط، **توسيع فهم قوى الشخصية ودورها في حياة الأشخاص ذوي الإعاقة** يمكن أن يساهم التركيز على قوى الشخصية في توسيع منظور الأشخاص ذوي الإعاقات العقلية، وعائلاتهم، والأشخاص الذين يقدمون الدعم بشأن الصفات الإيجابية والسمات واستخدام هذه الصفات في السعي نحو تحقيق نتائج حياتية قيمة. كما ذُكر سابقاً، ومع ذلك، هناك حاجة إلى مزيد من العمل، فالتقييم وحده لن يكون كافياً لتغيير سياق التعليم وتخطيط الدعم، بل ستكون هناك حاجة أيضاً إلى تدخلات تبني على قوى الشخصية. التي تم تطويرها في مجال علم النفس الإيجابي، هناك فرص طبيعية لإدماج قوى الشخصية في المناهج الحالية في هذا المجال (مثل، التدخلات السلوكية الإيجابية، تدخلات تقرير الذات، وتخطيط الدعم). تقدم تقييمات قوى الشخصية والتدخلات الكثير لهذه الجهود. تشير الأبحاث الأولية إلى أن الأدوات المستخدمة لتقييم قوى الشخصية موثوقة وصحيحة بنفس القدر بالنسبة للأشخاص ذوي الإعاقات، والدعم الإدراكي يمكن استخدامها لتمكين الأشخاص ذوي الإعاقات العقلية والتنموية من فهم قوى الشخصية. وجود لغة مشتركة لقوى الشخصية، ذات صلة بالأشخاص ذوي الإعاقات وغير ذوي الإعاقات، يوفر وسيلة لتقديم تدخلات عالمية، مع دعم إضافي حسب الحاجة للأشخاص ذوي الإعاقات العقلية والتنموية. هذه اللغة المشتركة للقوى، توسع وتعميق الحوار من المناهج القائمة على القوي التي تركز فقط على المهارات والمصادر لتضمين قيمة فهم نقاط القوة في الشخصية والفضائل لتعزيز أنظمة الدعم والمخرجات الشخصية.