الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
قسم علم النفس

الرقم التسلسلي : ...../2022

رقم التسجيل :171735080162

رقم التسجيل :161635086427

عنزان المذكرة :

دور المساندة الاجتماعية لدى المرأة المبتورة المصابة بسلطان الثدي في تحقيق التوافق النفسي

دراسة ميدانية في مستشفى الزهراوي

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في:

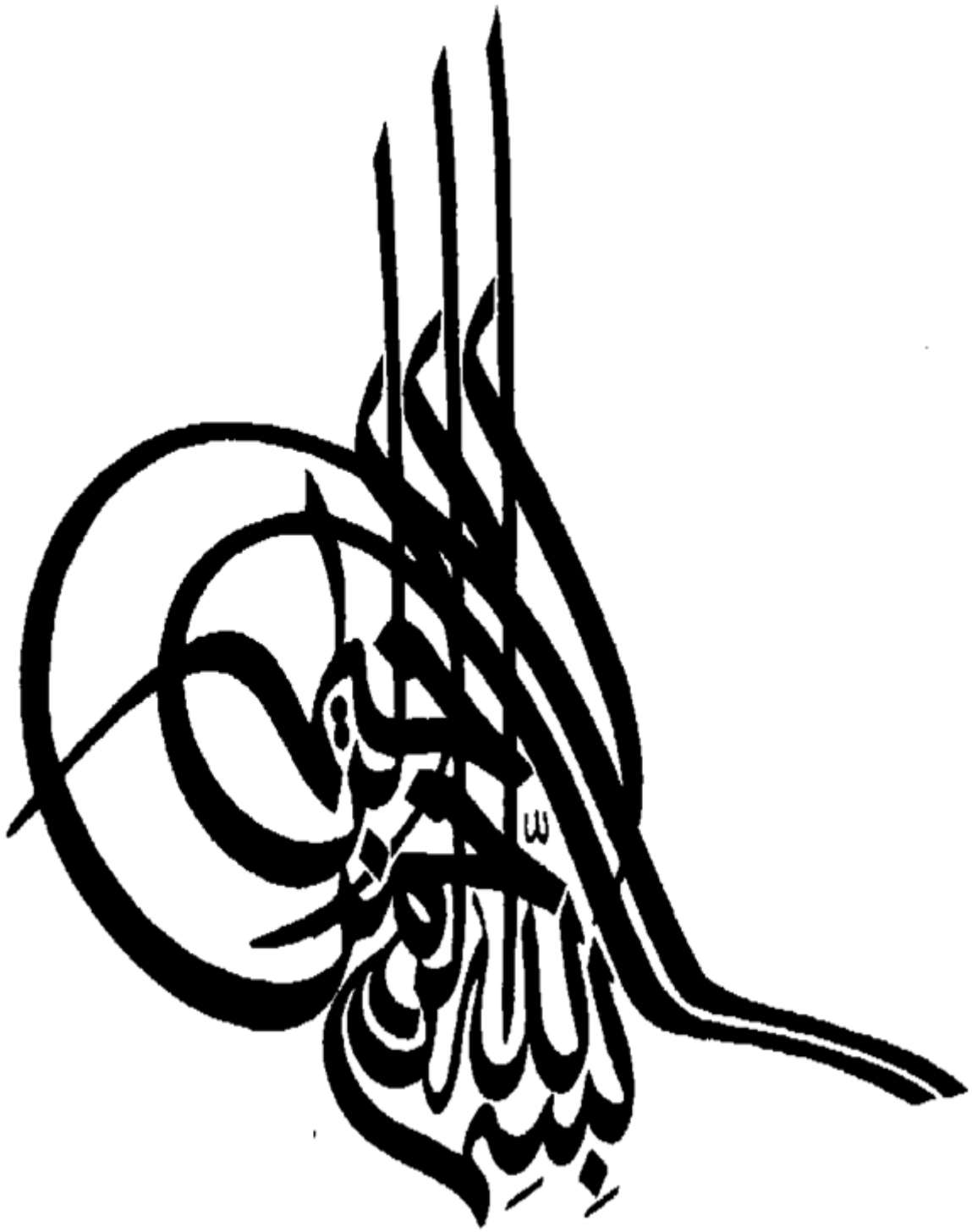
شعبة: علم النفس — تخصص : علم النفس العيادي

من إعداد الطلبة: — إشراف الدكتور

براهيمي فاطمة — اسماعيلي يامنة

بوخلط ايمان

السنة الجامعية : 2022/2021


بسم الله الرحمن الرحيم

شكر وعرفان

بســـــم الله الذي باسمه تتم الصالحات وبحمده تدوم النعم

والصلاة والسلام على رسول الله، أما بعد

أتوجه بالشكر لكل من ساهم معي في مراحل إعداد هذا العمل، ولهم

مني جميعا أسمي عبارات العرفان

كما أتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى كل أساتذة قسم علم النفس

العيادي واخص بالشكر إلى المشرفة اسماعيلي يامنة

على كل إرشاداتها القيمة وتوجيهاتها التي ساهمت في إثراء الموضوع،

لكي مني جزيل الشكر على عطائك الدائم والنصائح التي كانت عونا لنا في

انجاز هذا العمل

اهداء

الى التي سهرت الليالي من أجلي وغمرتني بحبها طيلة عمري

امي

والى الذي كان سندا لي ولم يبخل على بشيء

ابي

اهدي عملي هذا الى اخوتي وكل من ساندني طيلة هذا المشوار

والى كل طلبة واساتذة كلية العلوم الإنسانية

والاجتماعية

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

شكر وعرفان

الاهداء

ملخص

مقدمة أ

الجانب النظري

الفصل الأول:الإطار العام للدراسة

1-اشكالية الدراسة **5**

2- اسباب اختيار الموضوع **7**

3- فرضيات الدراسة **7**

4- اهداف الدراسة **7**

5- اهمية الدراسة **8**

6- التعريفات الاجرائية لمتغيرات الدراسة **8**

7- الدراسات السابقة **8**

الفصل الثاني: المساندة الاجتماعية

- تمهيد **11**

1- مفهوم المساندة الاجتماعية **11**

2- اهمية المساندة الاجتماعية **12**

3-اشكال المساندة الاجتماعية **13**

4- مصادر المساندة الاجتماعية **14**

5-النماذج الرئيسية المفسرة لدور المساندة الاجتماعية **15**

الفصل الثالث: التوافق النفسي

تمهيد **22**

1 – مفهوم التوافق النفسي **22**

2- العوامل المؤثرة في التوافق النفسي **23**

3- ابعاد التوافق النفسي **24**

4- مظاهر التوافق النفسي **26**

الفصل الرابع : سرطان الثدي

تمهيد **30**

1- مفهوم سرطان الثدي **31**

2- اعراض سرطان الثدي **31**

3- مراحل سرطان الثدي **31**

4- تشخيص سرطان الثدي **32**

6- علاج سرطان الثدي **32**

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس : الإطار المنهجي للدراسة

تمهيد **39**

1 منهج الدراسة **39**

2 الدراسة الاستطلاعية **39**

3 حدود الدراسة **40**

4 عينة الدراسة **40**

5 أدوات الدراسة **40**

خلاصة **44**

الفصل السادس :عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها

-الحالة الاولى **46**

- الحالة الثانية **48**

الحالة الثالثة **51**

2-عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة **53**

3-عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى **53**

4- عرض ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية **54**

خاتمة **56**

قائمة المصادر والمراجع **58**

ملاحق **62**

الملخص

هدفت الدراسة الى محاولة معرفة دور المساندة الاجتماعية للمراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي في تحقيق التوافق النفسي وذلك من خلال الاجابة على التساؤلات التالية :

1) **هل تؤدي المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي دورا في تحقيق التوافق النفسي ؟**

2) **ما درجة المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي ؟**

3) **هل توجد فروق في درجة المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي لدى المرأة العاملة والماكثة في البيت ؟**

ولتحقيق اهداف الدراسة استخدمنا المنهج الوصفي واستعمال استبيان كاداة الدراسة تكونت من مقياسين مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي وبعد التأكد من الخصائص السيكومترية وجرى التأكد من صدق الأداة وثباتها ولتحقيق الدراسة قمنا باختيار عينة من النساء المبتورات المصاباة بسرطان الثدي وقد توصلت الدراسة الى مجموعة من النتائج وهيا:

تحقق الفرضية العامة : تؤدي المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي دورا في تحقيق التوافق النفسي

تحقق الفرضية الجزئية الأولى : درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي متوسطة

لم تتحقق الفرضية الجزئية الثانية : لا توجد فروق في درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المصابة بسرطان الثدي لدى المراة العاملة والماكثة في البيت

Résumé

L'objectif de l'étude était d'essayer de découvrir le rôle du soutien social pour les amputées atteintes d'un cancer du sein dans l'atteinte d'une compatibilité psychologique en répondant aux questions suivantes:

1) Le soutien social chez les femmes atteintes d'un cancer du sein joue-t-il un rôle dans l'atteinte de la compatibilité psychologique?

2) Quel est le degré de soutien social chez les femmes atteintes d'un cancer du sein?

3) Y a-t-il des différences dans le degré de soutien social chez les femmes atteintes d'un cancer du sein lorsqu'elles travaillent et restent à la maison?

Pour atteindre les objectifs de l'étude، nous avons utilisé l'approche descriptive et l'utilisation d'un questionnaire des cadaers de l'étude formé de deux mesures de soutien social et de la mesure de la compatibilité psychologique et après avoir vérifié les caractéristiques du séquomètre et confirmé la sincérité de l'outil et pour réaliser l'étude، nous avons sélectionné un échantillon d'amputées atteintes d'un cancer du sein et l'étude a atteint un ensemble de résultats:

Réaliser l'hypothèse générale : Le soutien social chez les femmes atteintes d'un cancer du sein joue un rôle dans l'atteinte de la compatibilité psychologique

La première hypothèse partielle est réalisée : le degré de soutien social chez les amputés atteints d'un cancer du sein est modéré.

La deuxième hypothèse partielle n'a pas été réalisée : il n'y a pas de différences dans le degré de soutien social chez les femmes atteintes d'un cancer du sein pour travailler et rester à la maison.

مقدمة

مقدمة

يمر الانسان بمجموعة من المشاكل والضغوطات النفسية التي يمكن ان تكون جزءا من الحياة اليومية والتي قد تترك اثرا على الصحة النفسية والعقلية للإنسان فمما لا شك فيه ان الاحداث الضاغطة غالبا ما تكون مسؤولة عن ظهور العديد من الامراض النفسية والجسدية ومن بين هده الاعراض الجسمية انها قد تؤدي الى امراض السرطان

اذ يعتبر سرطان الثدي أحد أكثر أنواع السرطانات شيوعا لدى النساء مع أكثر من 2.2 مليون حالة في عام 2020 حيث اكدت الدراسات انه تصاب قرابة امرأة واحدة من بين كل 12 امرأة بسرطان الثدي في حياتهن مما يدل على خطورة الوضع

وبما ن النفس والجسم وحدة متكاملة فان أي ضرر يتعرض له أي عضو في الجسم سيؤثر حتما على باقي الأعضاء ولهذا سيكون للمرض تأثير سلبي على الجانب النفسي كما تؤثر في سلوك المريض في مختلف جوانب حياته فالعديد من علاجات السرطان تؤدي او تسبب تغيرات جسدية دائمة او مؤقتة كاللجوء الى عملية استئصال الثدي لدى المرأة من اجل الحد من هذا المرض يؤدي الى اختلال التوازن النفسي والنقص في الثقة في النفس والى تدني احترام الذات لان صورتها الجسدية كأنثى غير كاملة كما يؤدي الاستئصال الى صدمة نفسية نظرا للأهمية الرمزية للثدي بالنسبة لها وفي تكوين صورتها الجسدية وهويتها الجنسية لان النساء اكثر حساسية واكثر عرضة للانتقاد لصورة اجسادهن فحالة عدم الاتزان النفسي التي تعيشها المرأة بعد اصابتها بهذا المرض ينتج عنه الكثير من المشكلات النفسية

ونظرا لخطورة هذا المرض واعتباره بانه مميت يحتاج مريض السرطان الى الدعم حتى يصل الى التوافق النفسي والتعايش مع هذا المرض حيث تعتبر المساندة الاجتماعية من اهم مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه المريض لرفع روحه المعنوية ومساعدته على خفض الاثار النفسية السلبية الناتجة على المرض خصوصا عند النساء فالمرأة بطبعها

كائن حساس خصوصا اذا تعلق الامر بصورة جسدها لذلك من الضروري اظهار التعاطف والمحبة والاهتمام والتشجيع لأنه يعتبر من اشكال الدعم الاجتماعي سواء كان من قبل افراد العائلة او من الأصدقاء والأشخاص المقربين لها خاصة في أوقات الضغط عندما يشعر الانسان باليأس فقد اوصانا الله سبحانه وتعالى بالضرورة التراحم والتعاطف والشعور بالأخرين فهي من مظاهر التعاون ومن اساسيات الايمان التي دعا اليها الله ورسوله في قوله تعالى (وتعاونوا على البر والتقوى ولا تعاونوا على الاثم والعدوان واتقوا الله ان الله شديد العقاب) المائدة ،2

وبناء على هذا وضعنا الخطة التالية لدراسة هذا الموضوع

اذ تم تقسيم العمل على جانبين جانب نظري وجانب تطبيقي حيث تطرقنا في الفصل الأول من الجانب النظري الى الإطار العام للدراسة والذي يتم فيه إشكالية الدراسة وأسباب اختيار الموضوع فرضيات الدراسة اهداف واهمية الدراسة بالإضافة الى التعريفات الاجرائية للدراسة والدراسات السابقة

اما الفصل الثاني كان بعنوان المساندة الاجتماعية الذي شمل كل من مفهوم المساندة الاجتماعية اشكال المساندة الاجتماعية مصادر المساندة الاجتماعية وظائف المساندة الاجتماعية

النماذج الرئيسية المفسرة لدور المساندة الاجتماعية

اما الفصل الثالث كان بعنوان التوافق النفسي الذي شمل كل من مفهوم التوافق النفسي العوامل المؤثرة في التوافق النفسي ابعاد التوافق النفسي مظاهر التوافق النفسي نظريات التوافق النفسي

اما الفصل الرابع كان بعنوان كان بعنوان سرطان الثدي الذي تطرقنا فيه الى مفهوم سرطان الثدي أعراض سرطان الثدي مراحل سرطان الثدي تشخيص وعلاج سرطان الثدي

اما بالنســبة للجانب التطبيقي فقد كان مخصــص للفصــل الخامس الذي كان بعنوان الإجراءات المنهجية المنهج المعتمد الدراسة الاستطلاعية أداة الدراسة عينة الدراسة

اما في الفصل السادس والذي يعتبر الفصل الأخير من الجانب التطبيقي تم فيه عرض ومناقشة النتائج المتحصل عليها واستنتاج عام كما تم تقديم خاتمة للموضوع وأخيرا توصيلت واتراحات وقائمة المراجع والملاحق

الفصل الاول

الإطار العام للدراسة

1-اشكالية الدراسة .

2- أسباب اختيار الموضوع .

3- فرضيات الدراسة .

4- اهمية الدراسة.

5- اهداف الدراسة.

6- التعريفات الاجرائية لمتغيرات الدراسة

7- الدراسات السابقة

الإشكالية

بالرغم من تلك المجهودات التي يقدمها الأطباء ومن التطورات التي وصـــل اليها العلم والعلماء في المجال الطبي عبر مرور السـنين الا انه يضـل عاجزا امام بعض الامراض ولم يحقق بعد الطموحات المرجوة حتى يومنا هذا

فمرض السرطان يعد من بين الامراض الخبيثة سريعة الانتشار فهو يصيب أي جزء من أجزاء الجسم مخلفا وراءه اثار وتغيرات جسدية ونفسية يمكن ان تكون اثارها طويلة الأمد بالإضـافة الى حالات الاكتئاب والقلق واجهاد ما بعد الصـدمة فهو يتميز بأنواع مختلفة من السرطانات مثل سرطان الثدي وسرطان الرئة والقولون والمعدة والكبد وغيرها فهو يعرف بانه نمو مفرط للخلايا من دون السيطرة عليها كما يعرف السرطان أيضـا باسم الورم الخبيث في حال تركت خلايا الورم الخبيث من دون علاج قد تستمر في النمو وتغزو أخيرا انسجة أخرى في الجسم وتنتشر فيها (مايك ديكسون 2013 ص 6)

ونظرا لما يخلفه هذا المرض من تشـوهات جسـمية واثار نفسـية لابد ان يجد المريض مسـاندة اجتماعية خصـوصـا عند فئة النسـاء المصـابات بسـرطان الثدي والتي أدت هده الإصـابة الى بتر العضـو الدي يمثل رمز لكيان المرأة ووجودها واستمراريتها فالمرأة المصـابة به تكون معرضـة اما للموت او لاسـتئصـال العضـو وكلا الحالتين يؤدي بها الى حالة من الضـغط النفسـي وهدا ما يفرض عليها اللجوء الى اسـتخدام أسـاليب تسـاعدها للوصـول الى التوافق النفسـي حتى يتسـنى له مواجهة احداث الحياة الضـاغطة بجميع اشـكالها فالمسـاندة تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط والاكتئاب والشـعور باليأس خصـوصـا ان لم يكن هناك استجابة للعلاج الكيماوي بالإضـافة الى خفض مستوى معاناته النفسية وتخفيف شعوره بالألم والوحدة كما انها تلعب دور مهم جدا في الوصول الى تعزيز ودعم إحساس المريض بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته والشعور بالسعادة فمن خلالها يمكن ان تقلل من حدوث المرض وتعجل في عملية الشـــفاء فالمريض دائما يكون بحاجة للمســـاندة خاصـــة من

الأشخاص الذي يمكن للفرد الوثوق بهم كالأسرة مثلا او الأصدقاء لما لهم من مكانة خاصة وتأثير كبير وبوصفهم عاملا يزيد من الصمود النفسي للفرد في مسيرته العلاجية والقدرة على تحمل الامه ومعاناته نتيجة لما يخلفه العلاج الكيميائي من ضـرر نفسـي كان او جسـمي بالإضـافة الى انها تخفف من تعرضـه للأمراض النفسـية كما يجب الإحاطة بجميع ظروفه واعانته على اكمال مشـواره العلاجي وهذا ما يسـمى بالمسـاندة الاجتماعية التي خضـعت مؤخرا للعديد من الدراسات الحديثة فهي موضوع العصر لما تقدمه من اثار إيجابية في نفسية المريض وتساعده على تقبل مرحلة العلاج اكثر

كما اشارت دراسة نولتك وإنفيلد والتي هدفت الى معرفة مدى رضا مريضات سرطان الثدي بعد اجراء الجراحة عن المسـاعدات المختلفة من الأصـدقاء والهيئات الطبية وتمثلت الدراسـة على عينة من (58) امرأة منهم (29) امرأة من اجرت عملية اسـتئصـال الثدي وقد أظهرت النتائج الى ان المريضـات اللواتي تلقين المسـاندة كانوا اقل قلقا واكتئابا وهن في المستشفى من المريضات اللاتي لم يتلقين اية مساعدة حيث كانوا في الأشهر الأولى يتقبلن مسـاعدة الهيئات الطبية أكثر من مسـاعدة الأصـدقاء ولكن بعد فترة ارتبطت مسـاعدة الأصدقاء أكثر بالشفاء.

ومن خلال العرض السابق وبناء على ذلك تتحدد مشكلة الدراسة على التساؤلات التالية

1) هل تؤدي المسـاندة الاجتماعية لدى المرأة المصـابة بسـرطان الثدي دورا في تحقيق التوافق النفسي ؟

2) مادرجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المصابة بسرطان الثدي ؟

3) هل توجد فروق في درجة المسـاندة الاجتماعية لدى المراة المصـابة بسـرطان الثدي لدى المراة العاملة والماكثة في البيت ؟

أسباب اختيار الموضوع

زيادة انتشار عدد النساء المصابات بسرطان الثدي في الجزائر

- المعاناة التي تخلفها الإصابة بسرطان الثدي لدى المراة
- غياب شبه كلي عن التكفل النفسي لدى

الفرضيات :

- **الفرضية العامة :**

- تؤدي المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي دورا في تحقيق التوافق النفسي

- **الفرضيات الجزئية :**

1) درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي متوسطة

2) توجد فروق في درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي لدى المراة العاملة والماكثة في البيت.

- **اهداف الدراسة :**

- تبيان أهمية ودور المساندة الاجتماعية في التكفل النفسي لدى المراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي
- نشر ثقافة الصحة النفسية في المجتمع
- تزويد المكتبة بدراسات نوعية تمس احدى مشاكل المراة في المجتع والمجتمع الجزائري على وجه الخصوص
- مساعدة المصابات على تحقيق توافق مع ذاتهن ومع المحيط الاجتماعي بما فيه المحيط الاسري والاهل والاقارب والأصدقاء .

أهمية الموضوع :

للمســـاندة الاجتماعية دورا فعالا في تحقيق التوافق النفســـي ومســـاعدة المريض على خفض مستوى الصدمات نتيجة لإصابة بمرض مزمن كسرطان الثدي

– التعرف على مســـتوى تاثير المســـاندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفســـي لدى مريضات سرطان الثدي

– قلة الدراسـات التي تناولت متغير المسـاندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسـي في المجتمع الجزائري

التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

1) التعريف الاجرائي للمســـاندة الاجتماعية : في ســـلســـلة من البحوث التي قام بها ســارســون واخرون بان المســاندة الاجتماعية تعبر عن مدى وجود او توافر اشــخاص يمكن للفرد ان يثق فيهم ويعتقد ان في وسعهم ان يعتنوا به ويحبوه ويقفو الى جانبه عند الحاجة

2) سـرطان الثدي : تحصـل الإصـابة بسـرطان الثدي من خلال نمو الخلايا وتكاثرها بسرعة اكبر من الطبيعي على مستوى الثدي وتتمكن من تفادي الية الجسم التي تتحكم بنمو الخلايا ويؤدي ذلك الى كتلة سرطانية يكبر حجمها اكثر فاكثر في حال عدم معالجتها

3) التوافق النفســي : يتضــمن الســعادة مع النفس والرضــا عن النفس واشــباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والفيزيولوجية والثانوية والمكتسـبة ويعبر عن سـلم داخلي حيث يقل الصراع

الدراسات السابقة :

الدراسة الأولى :

فقد أجريت على عينة بلغت (191) من Williamson)،(2009دراسة ويليامسون مريضـــات اورام الثدي وقســـمت العينة الى ثلاث مجموعات حســـب مرحلة المرض واســـفرت النتائج عن وجود اختلاف بين المرضـــى في مصـــادر المســـاندة باختلاف مرحلة

المرض كما اكدت الدراسة ان للمساندة الاجتماعية تاثيرا كبيرا في تحقيق التوافق والمواجهة مع الاحداث المثيرة للشفقة وفي استمرار النشاطات الطبيعية للسيدات رغم اصابتهن بمرض اورام الثدي

الدراسة الثانية :

هدفت الى توضيح اثر المساندة Bergman)، et al،(2008دراسة برجمان واخرون الاجتماعية بوصفه عاملا مخففا من اثار الضغوط النفسية وعاملا يزيد من الصحة النفسية للفرد ويقلل من التعرض للامراض النفسية ولتحقيق اهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي التحليلي وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (424)مسنا استخدم الباحثون مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الاعراض النفسية ومقياس الرضا عن الحياة وقد أظهرت نتائج الدراسة ان المساندة الاجتماعية ترتتبط سلبا باعراض الاكتئاب كما اكدت نتائج الدراسة ان المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته

– الدراسة الثالة :

–دراسة الحجاز (2003) بعنوان التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة وعلاقته ببعض المتغيرات

هدفت الدراسة الى معرفة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة وعلاقته ببعض المتغيرات

تكونت العينة من (60) مريضة مصابة بسرطان الثدي واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت اختبار التوافق النفسي والاجتماعي وقد اسفرت النتائج على مايلي :

توصلت النتائج الى ان مريضات سرطان الثدي يعانين من اثار سوء التوافق المترتبة على اعراض ومضاعفات سرطان الثدي وخاصة في البعد الجسدي النفسي الاجتماعي ثم الاسري على التوالي كما انه لاتوجد فروق في التوافق لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة تعزى لمتغير العمر.

الفصل الثاني

المساندة الاجتماعية

تمهيد

1-مفهوم المساندة الاجتماعية

2-اهمية المساندة الاجتماعية

3-اشكال المساندة الاجتماعية

4-مصادر المساندة الاجتماعية

5-النماذج الرئيسية المفسرة لدور المساندة الاجتماعية

تمهيد

تعتبر المســـاندة الاجتماعية من اهم المفاهيم التي تناولها علم النفس نظرا لتأثيرها الكبير على صـــحة الفرد فهي مصـــدر هام للمقاومة والدعم النفســـي والاجتماعي والمادي للفرد وذلك للتغلب على التوتر والقلق وخفض الاثار السلبية للضغوطات التي يواجهها الانسان في مختلف مراحل حياته وخاصة الافراد الذين يعانون من امراض مزمنة كمرض السرطان

وفي هذا الفص ســـوف نتطرق الى مفهوم المســـاندة الاجتماعية وعرض ابعادها ومصادرها واشكالها بالاظافة الى اهم التناولات المفسرة لدور المساندة الاجتماعية

1- مفهوم المساندة الاجتماعية :

حظيت المساندة الاجتماعية باهتمام الباحثين اعتمادا على مسلمة أساسية مضمونها :

أن المســـــاندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها (كالأســـرة والأصـــدقاء والزملاء في العمل) لها دور كبير في خفض الآثار الســـلبية للأحداث والمواقف الضـــاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وتحمل المســـاندة في طيها معنى المعاضـــدة والمؤازرة التقوية والمســـاعدة على مواجهة المواقف المختلفة.(ســـارة صـــالح ،2015، 5)

فالمســـاندة الاجتماعية إذا تعتبر مصـــدرا مهما من مصـــادر الامن النفســـي الذي يحتاجه الانسان من عالمه الذي يعييش فيه عندما يشعر أن طاقته استنفذت وأجهدت وأنه يحتاج عون من خارجه كما أن لها آثارا مهمة في مواقف الشـــدة والإجهاد النفســـي وما تقوم به من تخفيف لنتائج الضغوط والمواقف الصعبة (عماد اشتية ،2018، 50)

تعرف المساندة الاجتماعية بأنها الحصول على المعلومات من الأشخاص الذين يشعر الفرد نحوهم بالحب والاهتمام والاحترام والتقدير ويشـــكلون جزءا من دائرة علاقاته الاجتماعية ويرتبط معهم بمجموعة من الالتزامات المتبادلة مثل الوالدين والأقرباء والأصـــدقاء إذ أن الأفراد

الذين يحصلون على مستوى مرتفع من المساعدة الاجتماعية قد يشعرون بضغط قلقي مواجهة الأحداث الضاغطة (شيلي تايلور ، 2018، 20)

كما ورد في تعريف ساراسون وجونسون بأن المساندة الاجتماعية هي إدراك الفرد بأن البيئة تمثل مصـدرا للتدعيم الاجتماعي الفاعل ومدى توافر أشـخاص يهتمون بالفرد ويرعونه ويثقون به ويأخذون بيده ويقفون جانبه عند الحاجة من ذلك الأسرة والأصدقاء والجيران (امال قسمية ، 2019، 10)

كما يؤكد حســـن عبد المعطي في تعريفه للمســـاندة الاجتماعية لأنها تلك العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين وأنها الســـند العاطفي الذي يســـتمده الفرد من الآخر بالقدر الذي يســاعده على التفاعل الإيجابي مع الأحداث الضــاغطة ومع متطلبات البيئة التي يعيش فيها كما أنها شعور الفرد بأن هناك من يهتم به

في هذا السياق يرى بعض الباحثين أمثال haley أن الدعم الاجتماعي هو شكل من أشكال المواجهة التي تكون هدفها تنظيم الاستجابات العاطفية وهو الجهد الذي يقوم به الناس للحصـول على المسـاندة الاجتماعية للتخفيف من الوضـع الضـاغط ومن آثاره (ايت حمودة ، 2011، 40)

ويشـــير (معتز ســـيد عبد الله 2001) إلى أن هناك من الباحثين من يفترض بأن المساندة الاجتماعية لها مكونات رئيسية عديدة تشمل التعبير عن المشاعر الإيجابية والتسليم بملائمة معتقدات الشـخص وأفكاره وتفسيراته ومشـاعره وإمداد الشـخص المكروب الذي ينتمي إلى شـــبكة اجتماعية للمســـاعدة المتبادلة والالتزام بالمعلومات التي يحتاجها (ســـعد لبنى ، 2008،60)

2- أهمية المساندة الاجتماعية :

للمســـاندة الاجتماعية أهمية في مواجهة الأحداث الضـــاغطة واســـتبعاد عواقب هذه الأحداث على الصـــحة كما أنها تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات

وتجعله قادرا على حل مشاكله بطريقة جيدة فهي تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد عن طريق الدور الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغوط مرتفعا

وتتحدد اهمية المساندة الاجتماعية في :

-المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة في سعادة الفرد واستقراره في الحياة

-المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات وحل المشكلات بطريقة جيدة وفعالة .

-المساندة الاجتماعية تخفض وتستبعد عواقب الأحداث الصادمة والضاغطة على الصحة النفسية والبدنية للفرد .

-تساعد الفرد على تحمل المسؤولية وتبرز الصفات القيادية له

-المساندة الاجتماعية لها قيمة شفائية من الامراض النفسية التي تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي والتكيف الاجتماعي للفرد

-تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته ومقاومة الاحداث الصادمة

-المساندة الاجتماعية تخفف من وقع الصدمات النفسية وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب

-المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته مما يتسنى له تقدير وتقبل ذاته (نعيم شلبي ،2015، 55)

3- أشكال المساندة الاجتماعية :

3-1- المساندة الانفعالية والوجدانية : وهو إظهار التعاطف والاهتمام والمودة والمحبة والثقة والتقبل والتشجيع والرعاية والحنان الذي يقدم للفرد من قبل أفراد العائلة والأصدقاء خاصة في أوقات الضغط عندما يشعر الفرد بالكآبة والحزن والقلق حيث يشعر الفرد بقيمته .

3-2- المساندة بالمعلومات أو الدعم المعلوماتي : وهو تقديم النصيحة والتوجيه والاقتراحات والمعلومات المفيدة للشخص وهذا النوع من المعلومات بشأنه أن يساعد الآخرين

في حل مشاكلهم مثال على ذلك يمكن للشخص الذي يواجه صعوبات في وظيفته أن يحصل على معلومات من زملائه في العمل حول أفضل الطرق التي يمكن له أن يتبعها لتنظيم وقته أو إنجاز المهام بشكل سليم .

2-3- مساندة الأصدقاء : والتي تنطوي على ما يمكن أن يقدمه الأصدقاء لبعضهم البعض وقت الشدة وهذا النوع من الدعم يشعر الفرد بالانتماء الاجتماعي ويمكن ملاحظته من خلال وجود الأصدقاء والانخراط في الأنشطة الاجتماعية المشتركة معهم .(سهيل عباد ،2016، 40)

2-4- المساندة التقييمية : هي مساعدة الفرد على تحقيق فهم أفضل للحدث الضاغط والاستراتيجيات التي يجب حشدها للتعامل معه ومن خلال تبادل التقييمات يستطيع الفرد الذي يواجه حدثا ضاغطا أن يقرر مقدار التهديد الذي يسببه الحدث الضاغط ويستطيع الاستفادة من المقترحات حول كيفية إدارة الموقف (شيلي تايلور ، 357)

4- مصادر المساندة الاجتماعية :

للمساندة الاجتماعية مصادر متعددة ويمكن الإشارة إليها فيما يلي :

1- **الأسرة :** وهي الحصول على الدعم والعون والمساندة من قبل الأسرة والشعور بالأمان النفسي لوجود الفرد بينهم وأنه محل ثقتهم .

2- **الأصدقاء أو المعالج :** وهي الدعم الوجداني التقديري النصائحي المعلوماتي المادي الذي يتلقاه المريض مع الشعور بالرضا من هذا الدعم المقدم له .

ويشير علماء النفس إلى وجود مصدرين أساسيين للمساندة الاجتماعية هما :

1- **المساندة داخل العمل :** يمثلها رؤساء العمل وزملاء العمل المحيطين ببيئة العمل .

2- **المساندة داخل الأسرة :** ويمثلها أفراد الأسرة الأقارب الأصدقاء والعلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد في حياته اليومية (مهيدي نعيمة ،2020، 86)

ويحصل الفرد على المساندة إما :

بشـــكل رســـمي : من خلال المهنيين والمؤســـســـات والخدمات الطبية والاجتماعية مثل الأخصـــائيين النفســـانيين وأدوار الرعاية والمؤســـســـات والجمعيات الاجتماعية حيث يحرص المجتمع بمختلف مؤسساته على تقديم المساندة للأفراد خصوصا وقت الأزمات والمشكلات للمساعدة على تخفيف آلامهم ومعاناتهم وتتمثل هذه المساندة الرسمية في أنها مادية أكثر من أنها نفسية .

بشكل غير رسمي : تتمثل في السند العاطفي أو المساعدات الملموسة المقدمة فعلا أو المتوقع أن تكون متاحة من طرف أعضاء الأسرة والأصدقاء والجيران كما يقصد بها مجموعة المســاعدات التي يتلقاها الفرد من العائلة والزملاء وهي خارج كل الأطر المؤســســاتية وتكون هذه المســـاندة بدافع المودة والمحبة والمصـــالح الاجتماعية والإنســـانية والدينية (زياد حســـن ،2021، 4)

5- النماذج الرئيسية المفسرة لدور المساندة الاجتماعية :

يمكن التمييز بين أربعة شطيرات مختلفة للمساندة الاجتماعية على النحو التالي :

1- من الناحية الاجتماعية ينظر إليها في إطار عدد من روابط وعلاقات الفرد مع الأشخاص الآخرين في بيئته الاجتماعية ومدى قوة هذه الروابط أي درجة الاندماج الاجتماعي للفرد الذي من شـــأنه تحســـين الصـــحة من خلال دعم الســـلوك القويم عن طريق منح الفرد ممارسة سلوك غير قديم .

2- ســـوى الباحثون في المتطور الثاني بين المســـاندة الاجتماعية ووجود علاقات مرضية تشعر بالحب والألفة والثقة.

3- بينما يرى المنظور الثالث أنها تشكل فكرة أنه في ظل الظروف الضاغطة يمكن الاعتماد على الآخرين طلبا للنصـــح والمعلومات والفهم القائم على التعاطف الوجداني، وهذا

المفهوم يطرح فكرة أن مجرد إدراك الفرد لوجود شخص يمكن اللجوء إليه طلبا للمساعدة يساهم بالفعل في التقليل من الضغط .

4- إن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير إلى تلقي أفعال تدل على المساندة من الآخرين بمجرد حدوث موقف للضغط.

ورغم تلك الشطيرات الأربعة لفهم دور العلاقات في خفض الضغط فإنها تختلف في علاقتها بصحة الفرد وسعادته .

ويمكن توضيح هذه النماذج الرئيسية على النحو الآتي :

1- نموذج الأثر الواقي (المخفف من الضغط) :

يرى لازاروس (1966) ولازاروس ولونير (1978) أن الضغط ينشأ عندما يقدر شخص ما موقفا يتعرض له على أنه مهدد أو ملح بينما لا تكون لديه الاستجابة المناسبة للمواجهة coping

وتشمل الآليات التي تربط الضغط بالمرض على سلسلة من الإختلالات للهرمونات العصبية أو لوظيفة جهاز المناعة، وتغيرات مميزة من السلوكيات المتصلة بالصحة أو مجموعة من الاخفاقات في الاهتمام بالنفس، ويلاحظ أن التعريف الخاص بالضغط يربط بدقة بين الضغط المقدر ومشاعر انعدام المساعدة مكان فقدان تقدير الذات، والدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في هذه السلسلة يمكن تصويره كما يلي :

1- يمكن للمساندة ان تتدخل بين الحدث الضاغط وبين رد فعل الضغط حيث تقوم بتخفيف أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الشخص أن الآخرين يمكنهم أن يقدموا له الموارد والإمكانات اللازمة قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة الموقف، أو تقوى لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ومن ثم فإن الفرد لا يقدر المواقف على أنه شديد الضغط .

2- إن المســـاندة المناســـبة قد تدخل بين خبرة الضـــغط وظهور حالة مرضـــية (باثولوجية) وذلك عن طريق تقليل واستبعاد رد فعل الضغط أو التأثير المباشر على العمليات الفسيولوجيةّ ، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم تقديم حل للمشكلة، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الفرد لهذه المشكلة حيث يحدث كبح للهرمونات العصبية بحيث يصبح الشخص أقل استجابة للضغط المدر أو عن طريق تسيير السلوكيات الصحية السليمة

يفترض هذا النموذج أن الأحداث الضـاغطة التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية ذات تأثير سلبي على صحتهم النفسية والبدنية، وأن المساندة الاجتماعية تستطيع أن تخفض من الضغط النفسي حتى يستعيد الفرد نواحي النقص التي نشأت لديه بسبب الحزن، وتقدم هذه النظرية مفهوما نظريا جديدا هو نموذج الحماية، ويقصـد به أن المسـاندة الاجتماعية المرتفعة تحمي الشخص من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي على حالته الصحية .

أي أن هذا النموذج يرتبط بالصحة فقط بشكل أساسي للأفراد الذين يقعون تحت الضغط وينظر فيه أن المساندة تحمي الأفراد الذين يتعرضون لضغوط من احتمال التأثير الضار لها، ومن ثم فإن المساندة تقوم بدورها في نقطتين مختلفتين بين الضغط والمرض وهي :

1- تتدخل المساندة بين الحدث الضاغط (أو توقعه) وبين رد فعل الضغط، حيث تقوم بتحقيق أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الفرد بالآخرين يمكنهم أن يقدموا له الإمكانات اللازمة، قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضـــرر نتيجة للمواقف أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ومن ثم فإن الفرد لا يقدر الموقف على أنه شديد الضغط .

2- تتدخل المســـاندة بين خبرة الضـــغط وظهور حالة مرضـــية (باثولوجية) عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الضغط بالتأثير المباشر على العمليات الفسيولوجية، وقد تزيل

المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل للمشكلة، وذلك بالتخفيف او التهوين من الأهمية التي يدركها الفرد لهذه المشكلة (ابتسام محمود ،2009، 67)

نموذج الأثر الرئيسي : هناك أثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية يمكن أن تحدث، لأن الشبكات الاجتماعية الكبيرة يمكن أن تزود الأشخاص بخيرات إيجابية، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط مع السعادة حيث أنها توفر حالة إيجابية، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط مع السعادة حيث أنها توفر حالة إيجابية من الإحساس بالاستقرار في مواقف الحياة، والاعتراف بالذات، ويصور هذا الوجدان والنموذج للمساندة من وجهة نظر فسيولوجية اجتماعية على أنه تفاعل اجتماعي منظم أو الانعكاس في الأدوار الاجتماعية أما من ناحية علم النفس " فإن المنظور السيكولوجي ينظر للمساندة على أنها تفاعل اجتماعي واندماج اجتماعي ومكافأة العلاقات ومساندة الحالة .

وهذا النوع من المساندة الخاصة بشبكة العلاقات الاجتماعية يمكن أن يرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو وظائف جهاز المناعة أو عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة وفي الصورة القصوى فإن نموذج الأثر الرئيسي يفترض أن زيادة المساندة الاجتماعية يؤدي إلى زيادة تحسن أو طيب الحياة بصرف النظر عن المستوى الموجود للمساندة [1]

لقد اشتق هذا النموذج أدلته من خلال التحليلات الإحصائية التي ظهرت وجود تأثير للتفاعل بين الأحداث الضاغطة والمساندة، مما دعى البعض إلى أن يطلق عليه نموذج الآثار الرئيسية .

فهناك أثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية لأن الشبكات الاجتماعية يمكن أن تزود الأفراد بخيرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع، وهذا النوع من المساندة يرتبط مع السعادة ويجنب الخيرات السالبة التي

قد تزيد من احتمال حدوث الاضطراب السيكو سوماتي، ويرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة : مثل تدخين السجائر .

كما أن البيئة الاجتماعية تؤثر على نواتج الصحة من خلال مجموعة متنوعة من العمليات تشمل الاقتداء والتدعيم والتشجيع وتأثير الأقران .(محمد السيد عبد الرحمان ،2001، 321)

نموذج الارتباط : ويرى (بولبي bowlby) مؤسس نظرية الارتباط أن الساندة الاجتماعية التي يقدمها الأهل والأصدقاء لا تعوض الفرد عن النقص الكبير الذي يكون حدث له سبب فقد شخص عزيز لأنه فقد الشخص الذي يمثل الارتباط .

وهناك نوعان من الشعور بالوحدة النفسية :

1- الشعور بالوحدة الوجدانية

2- الشعور بالوحدة الاجتماعية

والمساندة الاجتماعية تؤثر فقط في الشعور بالوحدة الاجتماعية أما الحالة الزواجية (متزوج، أرمل) فهي تؤثر في الشعور بالوحدة الوجدانية، وذلك لأن غياب الارتباط الوجداني مع الشكل الذي يتعلق به الفرد يؤثر على الشعور بالوحدة الاجتماعية، وهناك بعض الدراسات التي أيدت نموذج الارتباط واعتبرت أن تعبير الفرد عن خبراته الوجدانية سواء بالكتابة أو الحديث يؤدي إلى التحسن في حالته الصحية بل أن الكلمات التي يستخدمها في وصف الصدمة تنبأ عن مدى التحسن في حالته الصحية البدنية أو النفسية (اسماء ابراهيم ،2001، 14)

النموذج الشامل : وضع هذا النموذج ليبر مان وبيرلين (liberman / pearlin) وتم إعادة تطويره في عام 1981 وهو يرى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق تأثيرها حتى قبل وقوع الحدث الضاغط على النحو الآتي :

-يمكن أن تحد المساندة الاجتماعية من احتمالية وقوع الحدث الضاغط

-إذا وقع الحدث الضـاغط فإن المسـاندة من خلال تفاعلها مع العوامل ذات الأهمية قد تعدل أو تغير من إدراك الفرد للحدث ومن ثم تلطف أو تخفف من التوتر المحتمل

-إذا وصـــل التوتر إلى درجة تجعل الحدث المتوقع يغير من وظائف الدور ويمكن المساندة أن تؤثر على العلاقة بين الحدث الضاغط والإجهاد المصاحب .

-يمكن أن تؤثر المســاندة الاجتماعية في اســتراتيجيات المواجهة أو التعامل مع الحدث الضاغط ويذلك تعدل من العلاقة بين الحدث وما يسببه من إجهاد

-بمقدار الدرجة التي ينحدر عندها الحدث الضــاغط فإن عوامل شــخصــية مثل تقدير الذات تجعل في إمكانية المساندة أن تعجل من هذه البثار

-قد يكون هناك تأثير مباشـر من المسـاندة على مسـتوى التوافق وبذلك يرى أنصـار هذا النموذج أن دور المســاندة كعامل مخفف للتوتر أكثر تعقيدا مما يتخيله البعض الآخر (هيجان 1999، 324).

من خلال عرض هذه النماذج يتضح أن المساندة الاجتماعية تعمل على حماية الفرد من سـيطرة الضـغط النفسـي وتأثيره السـلبي، كما أن لها تأثيرا مفيدا على حياة الفرد بصـفة عامة ســواء كان تحت تأثير الضــغط أم لا، إذ أنها تحد من احتمالية وقوع الحدث الضــاغط على الفرد .

الفصل الثالث

التوافق النفسي

تمهيد

1-مفهوم التوافق النفسي

2-العوامل المؤثرة في التوافق النفسي

3- ابعاد التوافق النفسي

4-مظاهر التوافق النفسي

5- نظريات التوافق النفسي

تمهيد

يعتبر التوافق النفسي من اهم المفاهيم في علم النفس والاكثر انتشارا خصوصا في السنوات الاخيرة اين ازدادت فيه الحاجة الى الاستقرار النفسي فالتوافق دليل على تمتع الانسان بالصحة النفسية الجيدة لذلك تعد قدرت الفرد على التوافق من المهارات اللازمة للفرد في الصحة والمرض

سنحاول في هذا الفص التطرق لهذا المتغير الهم جدا

1- مفهوم التوافق النفسي :

هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أو أكثر توافقا بينه وبين البيئة وبناء على ذلك الفهم نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته (خالد الفخراني ،1999، 50)

ويعرف زهران بأنه عملية دينامكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعة والاجتماعية) بالتغير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلباته البيئية .

وقد عرف المنصور التوافق النفسي : بأنه ما يشعر به الفرد نحو ذاته وما يدركه عن ميوله التي تحدد طبيعة استجابته للآخرين وما يملك من كفاءة في مواجهة المواقف المتأزمة انفعاليا .

أجمع علماء النفس ومنهم القوصي (1969م) في كتاب محمد الأبحر " التوافق المهني 1984" أن التوافق النفسي أصبح من المفاهيم التي تجد اهتمام كبيرا من علماء النفس والاجتماع وهو جوهر الصحة النفسي . (صلاح الدين ،2000، 122)

ايزنك : عرف التوافق النفسي بأنه الحالة التي تتناول حاجات الفرد ومطالبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الإشباع الكامل .

داود : عرفه بأنه سعي الإنسان لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباعات وإحباطات وصولا إلى الصحة النفسية .

لندركين وآخرون : التوافق النفسي هو تلك العملية التي يقوم الشخص من خلالها بتعديل المحيطة به (صالح الداهري ،

وبالتالي نستنتج مما سبق أن التوافق النفسي مطلب كل فرد يسعى بأن يعيش حياة كريمة مطمئنة على قدر من الاستقرار النفسي محققا من خلاله التوازن مع بيئته المحيطة به سواء في الأسرة أو المدرسة أو العمل وبالتالي يحقق الراحة والتوازن النفسي .

2- العوامل المؤثرة في التوافق النفسي :

هناك عوامل تؤثر على توافق الفرد إما سلبا أو إيجابا نبينها في النقاط التالية :

1- إشباع الحاجات النفسية الاجتماعية :

يقصد به إلى أن التكيف يكون حسنا أو سيئا تبعا لمدى إشباع حاجات الفرد الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية فإن لم تنل هذه الحاجات قدرا كافيا من الإشباع فإن الشخص يصبح في حالة من التوتر والخلل في الاتزان الانفعالي فليجأ إلى وسيلة لا يقرها المجتمع من أجل إشباع حاجاته مما يؤدي إلى سوء تكيفه .

2- خبرات الطفولة :

إن فقدان أحد الوالدين خاصة في سن الطفولة المبكر أعظم أثرا من فقدانه في سن المراهقة أو في مرحلة الشباب إذ أنه في السنين الأولى من حياة الطفل يكون أكثر حاجة إلى حنان واهتمام الوالدين وعطفهم عليه مما يؤدي إلى توافقه وانسجامه أكثر مع واقعه في حين أن فقدانهم يؤدي إلى فقدان الحنان والعطف وبالتالي سيؤثر على سلوكه وتوافقه وعلى هذا الأساس فإن خبرات الطفولة أيا كانت لها دور كبير ومهم جدا في تكوين وتشكيل شخصية الطفل سواء كانت ضغوطا يعيشها الطفل بخبراتها المؤلمة أو تدليلا زائدا تشكل لديه الاتكالية والاعتماد على الغير .

3- الأزمات والكوارث :

الأزمات التي يمر بها الأطفال لها تأثيرها السلبي على نمو الأطفال النفسي وتوافقهم الاجتماعي في حاضرهم ومستقبلهم سواء كانت الأزمات طبيعية مثل الكوارث والزلازل أو اجتماعية مثل الطلاق والوفاة أو بسبب الحروب .

4- الحالات الفسيولوجية الخاصة :

مثل الإعاقات الجسمية بشتى أنواعها حيث تعتبر من احد أهم العوامل الأساسية في عملية التوافق سواء كانت الإعاقة وراثية أم مرضية كما يشير بعض العلماء إلى أن المظاهر الجسدية الخاصة التي تكون نابية عن المألوف تؤثر في عملية التوافق فالقصر المفرط أو البدانة الزائدة تجعل الشاب يدرك أن ذلك قد يكون مصدر فشله في منافسة اجتماعية (عيسى بن سالم .2017. 4)

3-أبعاد التوافق النفسي :

تتعدد مجالات التوافق النفسي إلا أن معظم الباحثين في ميدان علم النفس يتفقون على بعدين أساسيين للتوافق النفسي هما الشخصي والاجتماعي

1- التوافق الشخصي :

يعني قدرة الفرد على التوافق بين دوافعه المتصارعة توافقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا وهو ما يعرف بالتوافق الذاتي غير أن هذا لا يعني أن الصحة النفسية تعني خلو الفرد من الصراعات النفسية إذ لا يخلو الإنسان أبدا من هذه الصراعات النفسية إنما يعني القدرة على حل المشكلات النفسية حلا إيجابيا بدلا من الهرب منه، وبعبارة أخرى يعني بالتوافق الشخصي أن يعيش الإنسان في زحمة هذه الحياة عيشة راضية في حدود قدراته وأن فشل في ذلك رغم مما يبذله من جهود فهو سيء التوافق .

2- التوافق الاجتماعي :

التوافق الاجتماعي يعني الذات والآخرين إذ إن تقبل الآخرين مرتبط بتقبل الذات ومما يساعد على ذلك قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية وعلاقات تتسم بالتعاون والتسامح وتعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية وبالاعتراف بحاجته للآخرين والعمل على إشباع حاجتهم المشروعة ويجب أن لا يشوب هذه العلاقات العدوان وعدم الاكتراث لمشاعر الآخرين . (انوراحمد ،2014ص 5)

3- التوافق المهني :

يتضمن الاختيار المناسب للمهنة والاستعداد علما وتدريبا لها والدخول فيها والانجاز والكفاءة والإنتاج والشعور بالرضا والنجاح ويعبر عنه العامل المناسب في العمل المناسب (حامد عبد السلام زهران ،1988، 125)

4- نظريات التوافق :

هناك الكثير من النظريات التي فسرت التوافق لدى الأفراد سنشير إليهما من خلال الطرح التالي :

4-1- نظرية التحليل النفسي :

يروي فرويد أن عملية التوافق لدى الأفراد غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقة لكثير من سلوكياتهم حيث يرى أن الأعصاب والذهان ما هي إلا شكل من أشكال سوء التوافق فالشخص المتوافق في نظر فرويد هو الذي يملك سمات أساسية للشخصية المتوافقة تتمثل في ثلاث سمات هي قوة الأنا القدرة على العمل القدرة على الحب .

أما يونج فقد اعتمد في دراسته على مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة .

أما أدلر اعتقد أن الطبيعة الإنسانية تعد أساسا أنانية وخلال عملية التربية فإن بعض الأفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قوي ينتج عنه رؤية الآخرين طالبا للسلطة والسيطرة .(وردة سعادي ،2015،ص 2)

2- النظرية السلوكية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن أنماط التوافق متعلمة أو مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد وأن السلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم .

في حين نجد أن عملية التوافق لدى سكينر وواطسون لا يمكن أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثباتات البيئة في المقابل رفض كل من ألبرت بانادورا والباحث مايكل ماهوني واستبعدوا تفسير توافق الإنسان بطريقة آلية وأن الوظائف البشرية تتم والفرد في درجة عالية من الوعي والإدراك

3- النظرية الطبية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن جميع أشكال الفشل في التوافق تعود إلى أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها الموروثة ومنها المكتسبة من خلال الحياة عن طريق الإصابات والجروح والعدوى أو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد حيث يعتقد أصحاب هذه النظرية أن عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية .(حداوس منال . 2013،

4-مظاهر التوافق النفسي :

قسم ريتشارد سونير مظاهر التوافق النفسي إلى مجموعة من المظاهر الأساسية هي :

1- الفعالية : يصدر عن الشخص المتوافق سلوك أدائي فعال محدد الهدف وموجه نحو حل المشاكل والضغوط من خلال المواجهة المباشرة لمصدر هذه المشاكل والضغوطات .

2- الكفاءة : إن الشـــخص المتوافق يســـتخدم طاقاته بواقعية مما يمكنه من تحديد المحاولات غير الفعالة والعقبات التي لا يمكن تخطيها فيتجنبها ليضـــمن نواتج جهوده دون تبديلها .

3- الملائمة : من صـفات الشـخص المتوافق أن يكون غالبا لديه القدرة على الموائمة بين أفكاره ومشـاعره وسـلوكياته بحيث لا يصـدر منه سـلوكا يتناقض أو يختلف مع أسـاليب تفكيره لأن إدراكاته تعكس واقعه وكل استنتاجاته مستخلصة من معلومات مناسبة .

4- المرونة : إن الشـــخص الســـوي قادر على التكيف والتعديل وفي فترات الأزمات والمواقف الضاغطة يستطيع البحث عن الوسائل الفعالة للخروج من هذا النوع من المواقف .

5- القـدرة على الإفـادة من الخبرات : يعتبر الفرد المتوافق المواقف التي يثمر بهـا خبرات يسـتفيد منها في المواقف المسـتقبلية فهو لا يجتاز الماضـي بألم بل يدرسـه كخبرات وتراكمات يستفيد منها في المستقبل .

6- الاطمئنان إلى الذات : يتسـم الشـخص المتوافق بتقدير عالي لذاته وإدراكه لقيمتها كما يتميز بالأمن والاطمئنان إلى الذات

أما بالنسبة لمظاهر التوافق النفسي عند رالف تندال فهي تتمثل في :

1- امتلاك شخصية متكاملة :

يكون ذلك من خلال تآزر حاجات الفرد وسلوكه الهادف وتفاعلها تفاعلا سهلا ومباشرا.

2- مسايرة الفرد لمطالب مجتمعه :

لا يمكن للفرد أن يحقق توافقه النفســـي دون تحقيق توازنـه مع البيئـة الاجتماعيـة التي يعيش فيها وينسجم مع الجماعة التي ينتمي إليها وإلا اتسمت حياته بالصراع والإحباط **التكيف للظروف الواقعية :**

ذلك أن الظروف الواقعية تتطلب أن يجد الفرد نفسه بين الحين والآخر أمام صعوبات وعوائق واحباطات عليه أن يتوافق معها بإيجاد الحلول لها أو إدارة ضغوطها من أجل تحصيل مكاسب في السعي نحو أهدافه .

3- الاتساق مع النفس :

بمعنى أن يتسم الفرد بالثبات والاتزان الانفعالي وتكوين مفهوم إيجابي نحو نفسه وآرائه واتجاهاته .

4- مسايرة الانفعال للمواقف :

ويقصد بذلك أن يتخذ الفرد موقفا انفعاليا مناسبا للظروف التي يتعرض لها (موسى حسن ،2018، 16)

الفصل الرابع

سرطان الثدي

تمهيد

1- مفهوم سرطان الثدي

2-اعراض سرطان الثدي

3- مراحل سرطان الثدي

4-العوامل المسببة لسرطان الثدي

5-تشخيص سرطان الثدي

6-علاج سرطان الثدي

تمهيد :

يعتبر الســـرطان من أكثر الأمراض رهبة ووقعا في نفوس الناس إذ أنه غالبا ما يرتبط هذا المرض في أذاهان الناس مع الموت المحتم والمعاناة الشديدة ونجد أن سرطان الثدي أكثر أنواع الســرطان دراســة من النواحي النفســية والنفس اجتماعية بســبب ارتفاع نســبة انتشــاره والتأثيرات النفسية للجراحة على عضو مهم في الجسم حيث يصل في السنوات الأخيرة نسبة الإصابة 10% أي بمعدل حالة واحدة بين كل 15 امرأة خاصة الفئة العمرية ما فوق 30 سنة وقد خصصنا التحدث في هذا الفصل عن سرطان الثدي بطريقة مفصلة ليضم تركيب الثدي وتعريف المرض أسبابه أعراضه التطرق إلى التشخيص وكيفية العلاج .

تركيب الثدي :

يحتوي كل ثدي على عدد من الفصــوص وهي على شــكل أوراق زهرة الأقحوان يحتوي كل فص على قصـيصـات أصـغر في نهايتها عشـرات البصـيلات القادرة على إنتاج الحليب ترتبط الفصــوص والفصــيصــات والبصــيلات بواســطة أنابيب رقيقة تدعى القنوات اللبنية أو الحليبية وهذه بدورها تؤدي إلى حلمة الثدي تأتي العضــلات أســفل الثدي وتملأ المادة الدهنية الفراغات بين الفصوص والقنوات مما يعطي الثدي طبيعة تكتلية غير متجانسة

بالاضـــافة للأوعية الدموية التي تقوم بتغذية خلايا الثدي والأوعية اللمفاوية التي تحمل الســائل اللمفي الذي يحتوي على الخلايا المناعية التي تســاهم في محاربة الالتهابات (الحفار ،1983، 48)

أورام سرطان الثدي :

الورم الليثي المتكسـر : عبارة عن اضـطراب موضـعي في الثدي وهو شـائع يتواجد لدى المرأة التي يتراوح عمرها 30–50 سنة وهو ورم غير خبيث وليس مؤلم

الورم الغددي الليفي : هذه الاورام صلبة ملساء بطيئة النمو وتظهر هذه الأورام غالبا بين سن البلوغ والعشرينات ويمكن نجد أكثر من ورم في الثدي

الورم الفصـــــي : ينشـــأ هذا الورم في القناة اللبنية بجوار الحلمة يمكن للمرأة ملاحظة إفرازات تخرج من الحلمة ويمكن تكون هذه الإفرازات ممزوجة بالدم (ســـميح نجيب خوري ،1999، 233)

1-تعريف سرطان الثدي :

يعرف من خلال القاموس الفرنســـي بأنه ورم خبيث ينتج عن التكاثر العشـــوائي وغير الطبيعي لمجموعة من الخلايا في الثدي والتي تؤدي إلى تدمير النســـيج الأصـــلي ثم تغزو الأنسجة المحيطة وتنتقل أحيانا إلى أماكن أخرى في الجسم خاصة الكبد والعظام الذي يؤدي للموت في غياب العلاج (larousse médical ;1999 ;425)

يعرف على أنه ورم خبيث نتج من خلال تطور الخلايا في الثدي ويعني عدم انتظام نمو وتكاثر الخلايا التي تنشأ في أنسجة الثدي ومجموعة الخلايا المصابة والتي تنقسم وتتضاعف بسرعة، يمكن أن تشكل قطعة أو كتلة من الانسجة الاضافية تدعى الاورام ويمكن لبعض هذه الخلايا أن تنفصل وتنتشر في الجسم من منطقة إلى أخرى

يعرف جيســـتاروف gustareroussef هو كتلة أو تورم في الثدي وهي غير مؤلمة مع خروج الدم وإفرازات من الحلمة وتسبب هذه الكتلة السرطانية علامات تؤثر على شكل الثدي الطبيعي كسحب الجلد الذي يغطي الثدي من الداخل وتسبب تجاعيد في الجلد مما تؤدي هذه العلامات إلى فرطحة الحلمة كأنها كتلة الداخل (j .saglier et autre ;2003 ;15)

إذا نقول أن سرطان الثدي مرض خطير وقاتل يبدأ بحبة صغيرة ثم يتطور بطريقة مذهلة ويغير من شكل الثدي إذا لم يعالج فينشر في كامل الجسم

2-أعراض سرطان الثدي :

هناك مجموعة من الإشارات والاعراض يجب الانتباه لها في حال التأكد من وجودها من الضـــروري إبلاغ الطبيب مباشـــرة حتى وولو في حال ظهور عرض واحد فقط من الأعراض التالية :

-الم موضعي في الثدي أو تحت الإبط

-أي تغير في جلد الثدي

-وجود كتلة في الثدي

-تورم في الثدي

-إفراز سائل من الحلمة أو إفرازات دموية

-انقلاب الحلمة دول الحلمة في الثدي

-أي تغير في حجم أو شكل الثدي

-تغير في سطح الحلمة وظهور الاكزيما وتحرشفها (ناجي الصغير ،2005، 51)

3- مراحل سرطان الثدي :

-**المرحلة الصقرية** : ويعني أن السرطان لم ينتقل للأجزاء المحيطة لذلك يسمى سرطان الثدي غير انتشاري ويمثل حوالي 15-25 % من مجموع حالات سرطان الثدي ولا يعتبر سرطانا حقيقيا وينقسم على نوعين

-**سرطان في القنوات الناقلة للحليب** : وتكون خطورة الإصابة بالسرطان مرتفعة لذلك يحتاج متابعة دقيقة لتطوره .

-**سرطان في أنسجة الحليب** : وفيه يستأصل الثدي إما بالكامل أو جزء منه وذلك بناء على منطقة الإصابة .

-**المرحلة الأولى** : وفيه لا يزيد الورم عن 2 سنتيمتر ولم ينتشر خارج الثدي

-**المرحلة الثانية** : ويكون حجم الورم فيها ما بين (2-5 سم) ويكون قد انتشر في الغدد اللمفاوية تحت الإبط من الناحية المصابة نفسها في الثدي ولا تكون الغدد اللمفاوية ملتصقة ببعضها أو بالنسيج المحيط بها ولا يوجد أي انتشار خارجي أو انتقالات بعيدة للورم مثلا للكبد أو العظام أو الرئة أو الدماغ ونسبة الشفاء فيها (60%) وتمتد الحياة لغاية خمس سنوات من العيش الخالي من المرض .

-المرحلة الثالثة : وهي من المراحل المتأخرة للمرض ويكون حجم الورم فيها 5 سم والغدد اللمفاوية ملتصقة ببعضها وبالنسيج المحيط لكن الورم لم ينتشر أو ينتقل انتقالات بعيدة (بكمان وويتاجر ،15،2001)

العوامل المسببة لسرطان الثدي :

-**العوامل الوراثية :** زيادة نسبة حدوث سرطان الثدي في الأمهات والبنات والأقارب بالدرجة الاولى حول 10 % وقد نجح العلماء في عزل جين مورث BRCA يمكن أن يكون سبب بالإصابة بسرطان الثدي

اكتشف العلماء من خلال دراسات حول سرطان الثدي أن نسبة 60 % من المصابات لنقص هذا الهرمون أو عدم نشاطه j)،(saglier.2003.p53

-**العوامل الهرمونية :** يقر العلماء أن عامل السن له مخاطر في الإصابة بسرطان الثدي وهذا راجع إلى هرمون أنثوي أستروجين

البدء المبكر للحيض قبل سن 13 وتأخر سن اليأس بعد 50

عدم الحمل والإنجاب أو حدوث حمل بعد سن 35 سنة

تناول الأدوية الهرمونية الاستروجيبية (عبد الرحمان جازية ، 62)

العوامل النفسية : أوضح باتيل PATIEL أن العوامل النفسية لها تأثير فعال في ظهور وتطور هذا المرض وغالبا ما تتعرض المريضات بمواقف ضاغطة وصدمات نفسية خلال مراحل الطفولة وتظهر تأثيراتها فيما بعد (زينب محمد شقير ،127،2002)

4-تشخيص سرطان الثدي :

لقد أثبتت العديد من الدراسات أن الكشف المبكر عن سرطان الثدي يخفف من احتمال الموت ويمكن الشفاء بنسبة 90 % من الحالات المكتشفة مبكرا ويمكن الوصول إلى ذلك عن طريق .

-الفحص الذاتي : تقوم به المرأة بنفسها مرة كل شهر حوالي اليوم السابع (7-10 أيام) من الدورة الشهرية لكل امرأة فوق العشرين .

-الفحص الطبي : يكون مرة كل 3 سنوات من (20-40) سنة فما فوق سن 40 نقوم بالفحص كل سنة

-الفحص الشعاعي والماموغرافي : تأخذ مرة كل سنة المرأة التي يتراوح عمرها من 40 -69 سنة لرؤية الأجزاء الداخلية للثدي (نبيلة باوية ،2013، 115)

علاج سرطان الثدي :

ويتضمن العلاج :

-الجراحة

-العلاج بالأشعة

-العلاج بالهرمونات

-العلاج الحيوي

وفي الكثير من الأحيان يلجأ الطبيب إلى استخدام عدة وسائل علاجية معا ويتم اختيار العلاج حسب ما يناسب المريضة أكثر استنادا إلى نوع السرطان المصابة به والمرحلة التي بلغها (ولا يحدد الطبيب العلاج إلا بعد أخذ رغبات المريضة في عين الاعتبار)

وفي حال توفرت عدة خيارات علاجية يشرح الطبيب للمريضة الوضع ويسألها عن الطريقة التي تفضلها وفي معظم الحالات يكون العلاج الأول هو الجراحة يليها العلاج بالأشعة للقضاء على السرطان في الغدد اللمفاوية تحت الإبط ويلي ذلك العلاج بالعقاقير الذي يهدف إلى القضاء على أي خلايا ربما انتقلنا إلى مناطق أخرى من الجسم

-العلاج بالجراحة :

وهي من أكثر العلاجات شيوعا عند النساء اللواتي يعانين من سرطان الثدي وهناك عدة أنواع من الجراحة .

-عندما يكون السرطان صغيرا نسبيا أي حجمه أقل من ثلاثة سنتميترات سيتمكن الجراح عادة من استئصال الكتلة مع كمية صغيرة من نسيج الثدي الذي يحيط بها في ما يعرف بجراحة الثدي ... ويقترن ذلك عادة باستئصال بعض وجميع العقد اللمفاوية تحت الإبط وإن كان حجم السرطان أكبر أو يصيب أكثر من منطقة واحدة في الثدي أو في حال كانت المرأة تفضل ذلك يمكن استئصال الثدي بأكمله

-وعندما يكون سرطان كبير الحجم يمكن استخدام العقاقير لتخفيف حجم الورم أو جراحة تجميل لاستئصال السرطان ولكن يتم الحفاظ على شكل الثدي

الجراحة التحفظية للثدي :

-وتعرف أيضا بعملية الاستئصال الموضعي (أو استئصال الكتل) وتهدف الجراحة التحفظية للثدي إلى استئصال الورم وبعض النسيج الطبيعي الذي يحيط به وفي حال لم يتم استئصال السرطان بكامله يكون خطر عودته كبيرا فغالب ما تخضع المريضة إلى العلاج بالأشعة الموضعية بعد الجراحة التحفظية للثدي .

-وتتراوح الجراحة التحفظية للثدي بين استئصال الكتل وعملية استئصال موضعية واسعة (حيث يتم استئصال الورم مع كمية مغيرة من النسخ المحيطة به) الذي يعرف أحيانا بالهوامش إلى عملية استئصال نحو ربع ثدي .(زهرة كروزان ،2007،ص57)

الأنواع المختلفة من عمليات استئصال الثدي :

جراحة استئصال الثدي البسيطة :

-تزيل عملية استئصال الثدي البسيطة نسيج الثدي ولكن لا تزيل جميع الغدد اللمفاوية أو عضلات جدار الصدر وإن كان الثدي كبيرا من الأفضل ان تلجأ إلى نوع الشق المستخدم في عمليات تخفيض حجم الثدي التي تترك ندبة على شكل (T) مقلوبة وعند إجراء عملية استئصال جميع نسيج الثدي حتى لا يبقى في نهاية العملية أي جلد مرتخي، ويظهر على

جدار الصدر ندبة عريضة وترتبط الوجهة المحددة المحددة بموقع الورم إلا أن معظم الندبات الناتجة عن عملية استئصال الثدي تكون أفقية أو قطرية

عملية استئصال الثدي الجذرية المعدلة :

تجري هذه العملية بالقيام بالشق عينه مثل عملية استئصال الثدي البسيطة وهي تقوم على استئصال الثدي جميع العقد اللمفاوية التي تصرف السائل من الثدي إلى منطقة تحت الإبط

عملية استئصال الثدي الجذرية :

فلا يتم اللجوء إلى هذه العملية في أي من هذه وتشمل استئصال الثدي والعقد الليمفاوية والعضلات تحت جدار الصدر

عملية استئصال الثدي تحت الجلد :

تجري هذه العملية للنساء اللواتي يعانين من سرطان حجم أصغر أو سرطان لا بد والنساء المعرضات لخطر أكبر للإصابة بسرطان الثدي فتزال فيها جميع أنسجة الثدي (مايك ديكسون ،2013، 88)

وفي بعض الحالات يفترح الطبيب العلاج الكيماوي قبل الجراحة ويسعى في هذه الحالة العلاج الكيماوي المساعد الجديد والهدف منه الحد من انتشار الورم حتى يمكن إجراء جراحة محافظة

6-العلاج النفسي ودور العلاج الأسري لدى مرضى سرطان الثدي :

تتجه الاهتمامات الحديثة في علم النفس الطبي medical psychology إلى تأكيد دور العناية المجتمعية community coir في عمليات الشفاء للأمراض المختلفة وتقوم هذه العناية على مدى تقبل هؤلاء المرضى خاصة من أفراد الأسرة العلاج الأسري، therapy family فالعناية والرعاية اللذان تقدمان من طرف الأهل والأقارب والأصدقاء تساهم في تقدم المريض ويذكر الأطباء النفسانيون أن معظم أمراض السرطان ليست راجعة للمرض الحقيقي

لكنها راجعة لقلق المريض وفزعه مما حدث له ومن ثم فإن العلاج التدعيمي أو المساندة في المنزل ضروري وهام لمساعدة المريض على التغلب على مرضه وإدراكه ويستخدم في هذا المجال أساليب مثل : التدعيم والمساندة ن الاسترخاء، التمرينات السلوكية، تحديد أهداف الحياة، إدارة الألم، بعث التفاؤل، برنامج تغذية .

فقد بينت البحوث ضرورة أن يكون علاج السرطان متكاملا عصبيا ونفسيا كما أثبت العلاج النفسي أن الإنسان كائن متكامل عصبيا ونفسيا وأثبت أيضا العلاج النفسي الجماعي فعالية في خفض مستوى الضغوط النفسية وزيادة استخدام اساليب موائمة الفعالة التي ارتبطت جوهريا بزيادة حجم الحبيبات اللمفاوية فاستمرار رعاية مرضى السرطان وخاصة من الأسرة وارتباط أفراد ذوي علاقة حميمة، والتكيف مع المخاوف والتخلص من القلق والاكتئاب وإحياء روح المقاومة وجودة الحياة لها أهمية أثناء العلاج والتحكم في المرض وهناك عوامل نفسية لها دور فعال في تحمل ومقاومة الآثار السلبية الناتجة عن الامراض والضطرابات العضوية منها تقدير الذات self esteem وهي أحد مكونات الصحة الشعور بالوجود الأفضل well being أحد الأساليب الموائمة وبناء نموذج وظيفي موسع في مواجهة الانفعالات السلبية فالخبرة الذاتية الإيجابية تؤدي إلى تحسين الحياة تجعل الحياة قيمة وتحول دون الأعراض المرضية وتنمي المرونة في التفكير وحل المشكلات وتقدير الطات وتخفف آثار الضغوط الناتجة عن الاضضطرابات العضوية والنفسية ولها أهمية في علاج السرطان وتجعل المريض واعيا بها وتؤدي إلى تقدكم فعاليته والتحكم في المرض لذلك تستخدم بنجاح واسع في بحوث السرطان وأكدت البحوث على أهمية الحالة النفسية والإرادة القوية في تةدعيم المريض والشفاء من المرض فغن الإيجابية والإدرادة القوية تدعم مقاومة المريض في المرض وتساعده على الشفاء حيث تتأثر مادة هرمونية تسمى thyhodoms تسير في الدم وتنشط المناعة كما ان الانفعالات السلبية تؤدي إلى ارتفاع خلايا الكابحة T–suppressor فتضعف المناعة وينمو السرطان (رابعة عبد الناصر ،2017، 122)

الفصل الخامس

الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1-المنهج المستخدم في الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

3- حدود الدراسة

4- عينة الدراسة

5-ادوات الدراسة

تمهيد

يجب في كل بحث علمي تحديد إطار منهجي يتبعه الباحث وفي هذا الجانب التطبيقي اعتمدنا على الدراسة الميدانية التي تعتبر من اهم الوسائل الضرورية في جمع المعلومات والبيانات والتي أجريت داخل المؤسسة الاستشفائية في قسم الاورام السرطانية بمدينة المسيلة حيث قمنا بداية بتحديد المنهج المتبع في الدراسة ومجتمع وعينة الدراسة بالإضافة إلى أدوات الدراسة

1 – المنهج المعتمد :

المنهج هو الوسيلة التي بواسطتها يمكن الوصول إلى المعلومات الموضوعية أو اكتشاف حقائق جديدة التي نتوصل إليها بطريقة منهجية حتى يتضمن الدقة والمصداقية للنتائج المتحصل عليها لذا من المفروض على الباحث إتباع إطار منهجي حتى يتسنى له دراسة المشكلة

وعليه اعتمدنا في دراستنا هذه على المنهج الوصفي لانه المنهج الاكثر ملائمة للدراسة الحالية حيث يعرفه (عبيدات ذوقان) على انه اسلوب من اساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة او موضوع محدد من خلال فترة او فترات زمنية معلومة وذلك من اجل الحصول على النتائج العلمية التي تم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة . (محمد عبيدات واخرون 45،1999)

2– الدراسة الاستطلاعية :

قبل تحديد متغيرات البحث تم القيام بالتحقيق الاولي او ما يسمى بالدراسة الاستطلاعية لكونها مرحلة مهمة في كل بحث علمي وذلك لارتباطها المباشر بالميدان وهي دراسة اكتشافية تسمح للباحث بالحصول على المعلومات الاولية حول موضوع بحثه كما تسمح له كذلك بالتعرف على الظروف والامكانيات المتوفرة في الميدان وتوفر الحالات من عدمها

فاتجهنا الى المصلحة الاستشفائية مستشفى الزهراوي بالمسيلة بقسم طب الاورام اين وجدنا حالات تخدم موضوع بحثنا فبعد الحصول على التصريح من رئيس مصلحة طب الاورام امراض الثدي ومن المختصة النفسانية التابعة لتلك المصلحة وبعدما تمكنا من الحصول على التقنيات التي تخدم بحثنا والمتمثلة في دليل المقابلة النصف الموجهة مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق النفسي والحصول على عينة الدراسة والمكونة من ثلاث حالات

3- حدود الدراسة :

تحددت الدراسة بالمجالات التالية :

1/ المجال البشري : اشتملت هذه الدراسة على نساء مرضى سرطان الثدي

2/ المجال المكاني : تم اجراء الدراسة بالمصلحة الاستشفائية لمستشفى الزهراوي مصلحة طب الاورام وهيا مصلحة تختص بسرطان الثدي

3/ المجال الزماني : اجريت هذه الدراسة خلال نهاية شهر فيفري

4- عينة الدراسة :

يقصد بالعينة بأنها مجموعة جزئية من المجتمع يكون اختيارها عشوائيا أو بصورة غير عشوائية حسب الطرق المتعارف عليها تكون أسلوبية أو طبقية أو نسبة معينة وأيضا يكون للعشوائية حصة في هكذا طرق لسحب العينة وعلى أساس نسب تمثيلها لخصائص المجتمع كافة المسحوبة منه العينة (عبد الباقي دفع الله، 2008، ص 40)

حيث شملت الدراسة ثلاث حالات من النساء تتراوح اعمارهم ما بين 44 سنة و54 سنة و60 سنة وكلهن مصابات بسرطان الثدي

5- ادوات الدراسة :

هي تلك الوسائل التي يستخدمها الباحث لإعداد البحث وتكون متنوعة إذ كل ما يمكن أن يمدنا بمعلومة وما يمكن الباحث من جمع المعلومات والبيانات اللازمة حيث اعتمدنا في

هذه الدراســـة على مجموعة من الادوات منها المقابلة العيادية النصـــف الموجهة والملاحظة العيادية مقياس المساندة الاجتماعية مقياس التوافق النفسي سنتطرق لهما بالتفصيل فيما يلي :

اولا- المقابلة العيادية :

تعتبر المقابلة العيادية احدى التقنيات العلاجية وهي بصورتها البسيطة تقابل فردين وجها لوجه في مكان ما لفترة زمنية معينة كما نعرفها ايضـــا بانها علاقة اجتماعية مهنية دينامية وجها لوجه بين الاخصـائي والعميل في جو امن تسـوده الثقة المتبادلة بين الطرفين وذلك لحل مشكلة ما

ثانيا - المقابلة العيادية النصف الموجهة :

ان طبيعة البحث الذي نحن بصدد القيام به استدعى منا اختيار نموذج المقابلة النصف الموجهة لأنها اكثر التقنيات اســـتعمالا من طرف الباحثين في علم النفس الاكلينيكي هذا من جهة ومن جهة اخرى تخدم موضـــوع الدراســـات مباشـــرة بحيث هذا النوع من المقابلة يترك المفحوص يتكلم بعد طرح السؤال واما الفاحص يستمع اليه وتعتبر من الادوات الرئيسية لجمع المعلومات والبيانات في دراسة الافراد

ثالثا - الملاحظة العيادية :

تعتبر وســيلة هامة من الوســائل جمع المعلومات خاصـــة المتعلقة بســلوك المفحوص ويكون الهدف منها معرفة كل ما يتعلق بالمظهر الخارجي والتصرفات ... الخ

- مقياس المساندة الاجتماعية :

وقامت الباحثة عفاف عبد الفادي spider Georgeتم اعداد هذا المقياس من طرف دانيال بترجمته واعداده للبيئة العربية يتكون من 42 بندا مقسم على بعدين بعد المسـاندة الاجتماعية داخل الاسرة وبعد المساندة الاجتماعية خارج الاسرة .

خصائص السيكومترية للمقياس :

قام معد المقياس بتطبيقه على 255 فردا من فئات عمرية ومســـتويات اجتماعية مختلفة وتراوحت قيمة معاملات ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق والقسـمة بين 93،51 كما ان هناك معاملات اتســـاق عالية بين البنود وبين كل من الدرجة الفرعية لكل من ابعاد المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس 96 وهي دالة عند مستوى 0.001 (دانيال د ت ص 5)

طريقة تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية :

-يقوم المفحوص باختيار إجابة من بين 4 إجابات :

(موافق تماما ، موافق بصفة عامة ، موافق الى حد ما ، غير موافق)

- لكل بند من بنود المقياس ولكل إجابة من هذه الإجابات درجة على النحو التالي
- موافق تماما : 4 درجات
- موافق بصفة عامة : 3 درجات
- موافق الى حد ما : درجتان (2)
- غير موافق : درجة واحدة فقط (1)
- ويتم الحصول على درجة كلية للمقياس تتراوح بين 42-168 درجة

مقياس التوافق النفسي :

من اعداد الدكتورة اجلال محمد سـرى (1986) الذي أعدته لقياس التوافق النفسـي العام في دراستها ويتكون من أربعين عبارة تقيس التوافق في أربعة ابعاد

- التوافق الشخصي : العبارات 1-9
- التوافق الاجتماعي : العبارات 10-20
- التوافق الاسري :العبارات 21-30
- التوافق الانفعالي : العبارات 31 - 40

الخصائص السيكومترية للمقياس :

الصدق :

قامت الباحثة بحساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي للاختبار فاستخلصت ذلك من معامل الارتباط بين درجة كل بعد من ابعاد الاختبار والدرجة الكلية للاختبار بالاستعانة بمعادلة بيرسون على العينة الكلية (ن = 700)

الثبات :

قامت الباحثة بقياس ثبات الاختبار بابعاده الأربعة والتوافق العام ككل وكان معامل ثبات الاختبار بطريقة إعادة التطبيق (بعد 15 يوما) هو (70) (سرى، 1986، 183)

طريقة تصحيح المقياس :

تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبارات حيث يحتوي على عبارات موجبة وهي (20) عبارة اذا أجاب عليها المفحوص ب نعم تعطي له درجة اما اذا أجاب لا فتعطي له صفر والعبارات السالبة هي (20) عبارة اذا أجاب المفحوص ب لا تعطي له درجة اما اذا أجاب ب نعم يعطي له صفر

العبارات :

1-3-6-8-12-15-16-18-19-22-23-25-27-29-31-32-34-35-

40 الإجابة عليها بنعم

العبارات :

2-4-5-9-11-13-14-17-20-21-24-26-28-30-33-36-39 الإجابة عليها ب لا

ونظرا ان كل استجابة يمكن ان تقاس من 0 الى 1 فان الحد الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي (0) والحد الأعلى هي (40) درجة .

خلاصة الفصل

تم طرح في هذا الفصـــل أهم الإجراءات المنهجية التي اســـتعملناها في دراســـتنا بداية بالمنهج المتبع الذي تمثل في المنهج الوصفي بعدها الدراسة الاستطلاعية بالإضافة إلى حدود الدراسة وعينة الدراسة وأخيرا الادوات المستعملة للدراسة.

الفصل السادس

الدراسة الاساسية

1- عرض الحالة الاولى

2- عرض الحالة الثانية

3-عرض الحالة الثالثة

4- تحليل ومناقشة الفرضيات

5- الفرضية العامة

6- الفرضية الجزئية الاولى

7-الفرضية الجزئية الثانية

الحالة الاولى:

البيانات الاولية

الاسم: م ب

الجنس: انثى

السن: 56 سنة

المستوى التعليمي: 6 ابتدائي

المهنة: ربة بيت

نوع العلاج: كيميائي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

عدد الأولاد: 3اولاد

الرتبة داخل الاسرة: الثالثة

الإصابة بأمراض أخرى: لا يوجد

المستوى الاقتصادي للعائلة: متوسط

مدة الاصابة: من بداية العام 2008

1/ تقديم الحالة:

الحالة م–ب البالغة من العمر 56 سـنة متزوجة ذات قامة طويلة وعينان بنيتان ومظهر خارجي نظيف ومحترم بشوشة ذات صوت مرتفع لها ذاكرة قوية

2- عرض المقابلات:

مقابلة الأولى:

كانت المقابلة مع الحالة في قاعة الانتظار نظرا لعدم السـماح لنا بدخول الى قاعة العلاج حيث كانت الحالة جالسـة تنتظر دورها تقدمت اليها وعرفت بنفسـي تقبلت الكلام معي

كانت تحكي بطلاقة مما سمح لي بان اجمع معلومات كثيرة حول مرضها كانت الحالة مصابة بسرطان الثدي ذكرت الحالة بانها لم تكمل دراستها بسبب ظروف عائلية

- تعيش الحالة في جو عائلي مرتبط وتجمعها علاقة وطيدة مع زوجها وأولادها
- المقابلة الثانية:

التاريخ المرضي للحالة

ذكرت الحالة بانها مصابة بمرض السرطان منذ عام 2008 ولها عدة سنوات مع العلاج الكيميائي

اكتشفت الحالة اعراض المرض حين كانت تستحم حيث ذكرت بانها شعرت بشيء غريب في الثدي يصاحبه إحساس بألم والشعور بالتعب والدوار طوال الوقت ولكن في بداية الامر ضنت الحالة بانه مجرد تعب من الجهد المبذول في اعمال البيت (قلت بلي عيا تاع دار ومدرت حتى حاجة في بالي) الى حين توجهت الحالة الى الطبيب لإجراء بعض الفحوصات وهنا تبين انها مصابة بمرض السرطان أصيبت الحالة بصدمة نفسية لحظة تلقيها الخبر(تشوكيت وبكيت ومينتش لحتى واحد وخممت في بنتي خليتها صغيرة) كانت الحالة في صدمة قوية لان اختها كانت قد أصيبت بنفس المرض من قبل

قالت الحالة ان اول شخص قامت بإخباره هو زوجها لم يكن الخبر سهل عليه في الأول بعد ذلك اخبرت أولادها وعائلتها فكانت صدمة أخرى لهم

ذكرت الحالة انها اكثرت من الدعاء والصلاة لكي أستطيع تقبل المرض (دعيت لربي سبحانوا هو لي يشفيني وسلمت امري لربي)

بعد ذلك اجرت الحالة العملية الاولى لاستئصال الثدي كان سنة 2008 ذكرت بان في الثدي الأول لم تقم بالعلاج بالأدوية وفي عام 2016 اكتشفت اورام في الثدي الثاني وبعد قيامها بالفحوصات والعلاج بالأدوية استأصلت الحالة الثدي الثاني

بقيت الحالة تتلقى العلاج الكيميائي بعد قيامها بالعملية مرة كل 21 يوم مما أثر على تغير نمط حياتها حيث ذكرت بانها لم تعد قادرة على القيام بأشغال المنزل مثلما كانت من قبل ولم تعد تمارس حياتها بشـــكل طبيعي (موليتش نقدر ندير لحوايج لي كنت نديرهم من قبل وليت نتعب خصوصا كي ندير حصة العلاج الكيميائي)

قالت الحالة بانها تلقت مساندة من قبل الزوج والعائلة وخصوصا أولادها (ديما يشجعوني وقفو معايا يعاونوني في الدار عندي بنتي كي نتقلق نعيطلها ونفرغلها قلبي وامي ديما تصبرني رغم كبرها)

- استنتاج المقابلات:

يتضـــح لنا من نتائج المقابلة التي اجريناها والتي تحصـــل من خلالها الحالة بحســـب محاور المساندة الاجتماعية على درجة 66 في بعد المساندة الاجتماعية داخل إطار الاسرة وهي درجة مرتفعة وحصـــلت على 53 درجة في المســـاندة خارج إطار الاســـرة وهي درجة متوسطة

اما بالنسبة للتوافق النفسي فقد حصلت على درجة منخفضة في بعد التوافق النفسي بينما حصلت على درجة مرتفعة في البعد الاجتماعي والاسري وهذا يدل على ان الحالة لديها توافق اجتماعي واسري

- الحالة الثانية:

الاسم: ر س

الجنس: انثى

السن: 60 سنة

المستوى التعليمي: امية

المهنة: ربة بيت

نوع العلاج: علاج كيميائي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

عدد الأولاد: 5 أولاد

الرتبة داخل الاسرة: الأولى

الإصابة بأمراض أخرى: لا يوجد

المستوى الاقتصادي للعائلة: دون الوسط

مدة الاصابة: 4 سنوات

1/ تقديم الحالة:

الحالة ر س تبلغ من العمر 60 سنة متزوجة وام لخمسة أولاد مقيمة بمدينة المسيلة ربة منزل ليس لها مستوى تعليمي ذات بشرة سمراء وصوت مرتفع تتكلم كثيرا ولها ذاكرة قوية بشوشة الوجه

2/ عرض المقابلات:

المقابلة الأولى

كانت المقابلة الأولى في مكتب الاخصائية النفسانية توجهت نحوها وعرفتها بنفسي وبدات بالكلام رحبت الحالة بالأمر وتقبلت الكلام معنا سألتها عن المعلومات الأولية فأجابت بكل ثقة

ذكرت الحالة انها تعيش في ظروف اجتماعية قاسية وعلاقتها بأولادها كانت عادية لا تربطهم علاقة وطيدة

لم تستطيع الحالة الدخول الى المدرسة بسبب ظروفها العائلية وكونها الأخت الكبرى في العائلة.

شخصت الحالة بإصابتها بسرطان الثدي تتلقى العلاج الكيميائي في المصلحة الاستشفائية لمرضى السرطان بالمسيلة منذ حوالي 4 سنوات لا تعاني الحالة من أي امراض أخرى

- **المقابلة الثانية :**

فيما يخص التاريخ المرضي للحالة الذي كان محور هذه المقابلة اكتشفت الحالة مرضها منذ اربع سنوات حيث صرحت (كان عندي كيست تاع ماء قبل 19 سنة بصح خليتو مكانش عندي دراهم باش نعالجو قاتلي طبيبة كون تخليه راح يطور) لم تهتم الحالة بكلام الطبيب حيث انها نسيت الامر واستمرت بممارست حياتها بشكل عادي ولكن قبل اربع سنوات من الحادثة شعرت الحالة بالم وانتفاخ على مستوى الثدي حيث ذكرت (كنت ندوش حتى حسيت بحاجة توجع فيا) وهذا ما جعل الحالة تقوم بمجموعة من التحاليل والفحوصات اتضح انها مصابة بسرطان الثدي ويجب القيام بعملية جراحية لبتر الثدي في اقرب وقت قبل انتشار المرض

بعد تلقي الحالة هذا الخبر أصيبت بتوتر وقلق حيث صرحت (تقلقت وبكيت حسيت روحي منيش نورمال وظروفي المادية صعبة ولادي ضايعين) تغير نمط الحياة عند الحالة حيث انها أصبحت غير قادرة على ممارست نشاطاتها في المنزل كما كانت (موليتش نحب نشوف الناس شعري راح وجسمي تعب)

صرحت الحالة ان اول من اخبرته عن مرضها كان زوجها تقبل الامر ولم يقل شيء (مقالي والو ومحبش يبينلي مخبي كلش في قلبو) ولكن حسب تصريح الحالة انها تلقت مساندة معنوية من طرف عائلتها حسب قولها (عاونوني دارنا وما ديما تصبر فيا يشجعوني وقفو معايا معنويا) إضافة الى مساعدتها من قبل الجمعيات ماديا وهذا ما جعل الحالة تتعايش مع مرضها بشكل عادي وزاد من رفع معنوياتها والامل في الشفاء

بعد مدة من اجراء الفحوصات والتحاليل تبين للحالة انه يجب اجراء عملية استئصال الثدي (نصف الثدي) وبعد العملية أكملت علاجها الكيميائي مرة كل 21 يوم .

- **استنتاج المقابلات:**

يتضـــح لنا من نتائج المقابلة التي اجريناها والتي تحصـــلت من خلالها الحالة بحســـب محاور المســاندة الاجتماعية على 48 درجة في بعد المســاندة الاجتماعية داخل الاســرة وهي درجة متوسطة كما تحصلت أيضا على درجة 48 في بعد المساندة الاجتماعية خارج الاسرة وهي متوسطة اما بالنسبة لمقياس التوافق النفسي فقد تحصلت على درجة منخفضة جدا في بعد التوافق الشـــخصـــي والتوافق الانفعالي بينما تحصـــلت على درجة متوســـطة في البعد الاجتماعي والاسري وهذا يدل على انخفاض في درجة التوافق النفسي

الحالة الثالثة :

الاسم : ح،ح

الجنس : انثى

السن : 44 سنة

المستوى التعليمي : جامعي

المهنة : موظفة

نوع العلاج : كيميائي

الحالة الاجتماعية : متزوجة

عدد الأولاد : 5بنات

الرتبة داخل الاسرة : الصغرى

إصابات بامراض أخرى : السكر

المستوى الاقتصادي للعائلة : دون الوسط

مدة الإصابة : 9سنوات

- تقديم الحالة :

الحالة ح ح البالغة من العمر 44 سنة متزوجة وام لخمسة بنات تعمل موظفة ذات قامة طويلة وجسم نحيل وعينان سوداوان ومظهر خارجي مرتب ونظيف وذات شخصية هادئة جدا

عرض المقابلات :

المقابلة الأولى :

كانت المقابلة مع الحالة في مكتب الاخصائية النفسانية حيث قامت الاخصائية النفسانية بطلب من الحالة اجراء مقابلة معنا ووافقت الحالة ثم تقدمنا اليها وعرفناها عن انفسنا اننا متربصون وعلينا الحديث معها حول طبيعة مرضها حيث شخصت الحالة بإصابتها بسرطان الثدي وكانت تتلقى العلاج الكيميائي في المصلحة الاستشفائية لمرضى السرطان بالمسيلة منذ حوالي 8 سنوات

ذكرت الحالة بانها تعاني من مرض السكر وأنها تعيش في ظروف اجتماعية قاسية

المقابلة الثانية:

ذكرت الحالة انها اكتشفت اصابتها بسرطان الثدي وهي في سن 36 سنة ولها 8 سنوات معاناة مع هذا المرض حيث انها اكتشفت الورم عند الاستحمام حيث شعرت بوجود كتلة في الثدي ثم توجهت الى الطبيب فاخبرني بوجود ورم كانت صدمة كبيرة لي واحسست بالألم والبكاء لان اختي توفيت بنفس المرض لم اتقبل المرض في البداية (خممت في بناتي وبقيت 3 أيام وانا نبكي وخبرت زوجي وبناتي بمرضي) ثم اخبرني الطبيب باستئصال الورم فورا ثم قمت باستئصال الورم وبعد مدة تأزمت حالتي وقمت باستئصال الثديين معا وبعد ان قمت بالعملية (وليت نحس بالنقص) تغير نمط حياتي لم اعد امارس نشاطاتي مثل ما كنت سابقا عشت في صدمة (ومن بعد زوجي **ساندني وقالي هذا** ابتلاء من عند ربي) لكن الحمد لله تلقيت مساندة كبيرة من اهلي وعائلة زوجي وحتى زملائي في العمل بعد ذلك تقبلت المرض لأنه ابتلاء من الله عز وجل .

- **استنتاج المقابلات :**

من خلال نتائج المقابلة اتضح لنا ان الحالة تحصلت 60 درجة بحسب محاور المساندة الاجتماعية داخل اطر الاسـرة وهي درجة مرتفعة كما تحصـلت أيضـا على 63 درجة في بعد المسـاندة الاجتماعية خارج اطار الاسـرة وهي درجة مرتفعة اما بالنسـبة لقياس التوافق النفسـي فقد تحصـلت على درجة مرتفعة بدرجة 35 على مقياس التوافق النفسـي وهذا مايدل على ان الحالة لها توافق نفسي مرتفع

- **عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة:**

أولا: مناقشة النتائج :

الفرضية العامة: نصت الفرضية العامة على ان

– تؤدي المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي دورا في تحقيق التوافق النفسي .

من خلال اجراء المقابلات مع الحالات الذي يقدر عددهم ب 03 حالات يتراوح أعمارهم ما بين 44 الى 60 سـنة تبين لنا ان الحالة الأولى لديها مسـاندة اجتماعية مرتفعة تقدر ب 123 درجة حيث يرجع سبب ذلك الى تلقيها مساندة قوية داخل إطار الاسرة مما جعل توافقها النفسـي مرتفع وبالتالي تحققت الفرضـية الإجرائية التي تنص على ان المسـاندة الاجتماعية لها دور في تحقيق التوافق النفسـي حيث صـرحت الحالة انها تلقت مسـاندة من قبل عائلتها خصوصا زوجها وأولادها

الفرضية الجزئية الأولى : والتي نصت على ان درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المبتورة المصابة بسرطان الثدي متوسطة.

– اما بالنسـبة للحالة الثانية فلديها درجة مسـاندة متوسـطة من داخل إطار الاسـرة ومن خارجها حيث تحصلت على 96 درجة وهي نسبة متوسطة بينما تحصلت على درجة منخفضة في مقياس التوافق النفسـي بنسـبة 17 وهذا ما يظهر ان مسـاندتها من قبل افراد اسـرتها كانت

متوســـطة ولم تكن بالقوية وبالتالي تحققت الفرضـــية الجزئية القائلة بان درجة المســـاندة الاجتماعية لدى المرأة المبتورة المصابة بسرطان الثدي متوسطة.

الفرضـــية الجزئية الثانية : والتي نصـــت على –توجد فروق في درجة المســـاندة الاجتماعية لدى المرأة المبتورة المصابة بسرطان الثدي لدى المرأة العاملة والماكثة في البيت

بالنسبة للحالة الثالثة فلديها درجة مساندة مرتفعة من داخل اطار الاسرة ومن خارج اطار الاسرة حيث تحصلت على 123 درجة وهي نسبة مرتفعة كما تحصلت على 35 درجة في مقياس التوافق النفسي وهي نسبة مرتفعة وبالتالي لاتوجد فروق في درجة المساندة الاجتماعية لدى المراة المبتورة المصـــابة بســـرطان الثدي لدى المراة العاملة والماكثة في البيت وهنا لم تتحقق الفرضية لانه لايوجد فرق في درجة المساندة .

الخاتمة

خاتمة

بعد تطرقنا إلى الطرح النظري والتطبيقي ومن خلال النتائج التي تم التوصل اليها على اهمية دور المساندة الاجتماعية لنساء المصابات بسرطان الثدي في تقبلهم اكثر للمرض وفي تحقيق التوافق النفسي لهم

وهذا ما يؤكد لنا من خلال الدراسة التي قمنا بها ومن النتائج المتحصل عليها ان حاجة المصابات بمرض سرطان الثدي لوجود مساندة اجتماعية من المحيطين بهم لتخفيف من حدة القلق وامكانية تقبل المرض والعلاج فالمساندة الاجتماعية بمختلف اشكالها من اهم الاستراتيجيات الكفيلة لمساعدة المرضى لتحقيق التوافق والاستقرار النفسي وهي كفيلة ايضا بمساعدة المرضى للتكيف مع هذا المرض

توصيات واقتراحات

- ضرورة تصميم برامج ارشادية لتوعية النساء اللواتي يعانين من سرطان الثدي
- توفير الرعاية النفسية والاجتماعية لدى المصابات بسرطان الثدي
- الوقاية من الاسباب المؤدية والتعرف على افضل الاسباب والاعراض وطرق العلاج والوقاية

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المراجع :

1- شيلي تايلور، ترجمة وسام درويش ، فوزي شاكر . 2008، علم النفس الصحي، دار حامد للنشر والتوزيع عمان، ط 1.

2- سميح نجيب الخوري(1999) دليل المراة في حملها وامراضها دار الافاق الأردن

3- أنور ابرهيم أحمد 2014 التوافق النفسي والاجتماعي لبناء نوبة في ضوء البناء الثقافي والاجتماعي المكتب العربي للمعارف للنشر والتوزيع ،ط1.

4- محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبد الرحمن(1994) . المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسة تطبيقية الطبعة الاولى القاهرة مكتبة الانجلو المصرية . مصر.

5- عماد عبد اللطيف حسين اشتية تأثير المساندة الاجتماعية في الصلابة النفسية لدى المصابين بمرض السرطان، مجلة جامعة القدس، العدد السادس، 2018 .

6- أمال قسمية سارة زوبية 2019 المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمواظبة العلاجية لدى مرضى القصور الكلوي المزمن مجلة للدراسات الانسانية والاجتماعية، العدد السابع

7- ايت حمودة فاضلي أحمد 2011 أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب البطال مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية العدد الثاني

8- بن سعد احمان لبنى 2008 دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من اضطراب الضغوط التالية للصدمة دراسة ميدانية على ضحايا فيضان غرداية

9- سهيل مقدم قدور بن عباد 2016 المساندة الاجتماعية كاستراتيجية إيجابية في مواجهة الأحداث الضاغطة لدى المرأة الجزائرية العاملة، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية العدد 10.

10- مهيدي نعيمة 2020 تأثير المساندة الاجتماعية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مذكرة لنيل شهادة الماستر .

11- زياد حسن 2021 مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية مجلد 3.

12- سارة صالح الخمشي، 2015، ممارسة الخدمة الاجتماعية في الدفاع الاجتماعي مكتبة الشقرى .

13- صالح حسن الداهري أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية التوافق النفسي لدى الطفل اليتيم عيسى بن سالم، مجلد 10، عدد 03، 2017.

14- وردة سعادي سرطان الثدي لدى النساء وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي، مذكرة لنيل شهادة الماجستير .

15- حداوس منال، الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي ومستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح، مذكرة لنيل الماجستير، 2013.

16- المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية موسى صالح حسن ابكر دراسة عن التوافق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية لدى الطلاب وطالبات بالمرحلة الثانوية العدد 3.

17- الحفار، سعيد محمد (1983) علم السرطان البيئي المعرفة بالداء طريق الوقاية والشفاء دار الفكر بدمشق الطبعة الأولى.

18- نعيم عبد الوهاب شلبي (2015) إدارة الضغوط الحياتية من منظور اجتماعي معاصر المكتبة العصرية للنشر والتوزيع ط 1.

19- زينب محمد شقير، (2002) الامراض السيكوماتية مكتب النهضة المصرية مصر.

20- بكمان وويتاكر، (2001) كيف تعالج نفسك سرطان الثدي اكاديميا انترنت شيونال للنشر والتوزيع بيروت .

21- ناجي الصـــــغير، (2005)، الف باء امراض الثدي من الوقاية الى العلاج الدار العربية للعلوم بيروت لبنان .

22- مايك ديكســـــون،هنادي مزيود (2013)، ســـــرطان الثدي التوزيع دار المؤلف للرياض .

23- رابعة عبد الناصر، 2017 الارشاد الاسري لذوي الامراض المزمنة مؤسسة حورس الدولية الإسكندرية.

المراجع بالفرنسية

24- Larousse médical،(1999).librairie larousse : paris : France 9em e ، ed

25- J.saglier et autre (2003) Cancer du sein question et réponses au quotidien masson paris

26- Roger gyps ،(1994) les maladies du sien québerc :canada q

الملاحق

مقياس المساندة الاجتماعية

المطلوب منك تقييم حجم المساعدة والدعم الفعلي الذي تتلقاه من محيطك داخل الاسرة وخارجها منذ ان تعرضت للحدث او الاصابة نرغب في تحديد اجابتك على ضوء الدعم الحقيقي الذي تتلقاه

العبارة	موافق	موافق بصفة عامة	موافق الى حد ما	غير موافق
يزورني اقاربي في مواعيد محددة				
اتلقى مساعدة اشقائي				
احظى بالدعم ممن حولي عندما اقول بعمل جيد				
اجود العون اثناء قيامي بمهمة ما				
اتلقى النصائح والارشادات من الاكبر سنا				
اتلقى العون من شقيقاتي في اختيار ملابسي				
يزورني ابناء اعمامي وابناء خالاتي في مواعيد محددة				
اعتقد انني موضع رعاية واهتمام من الاخرين				
يزورني اشقائي للاطمئنان علي				
يدعوني اصدقائي للخروج معهم في مواعيد منتظمة				
اتلقى مساعدة من ابنائي في اعمال المنزل				
احظى بعلاقات اجتماعية طيبة				
علاقتي مع جيراني جيدة جدا				
يزورني جيراني في المنزل للاطمئنان علي				
اجد من يقيم ادائي				
احظى بحب ابنائي				
اتلقى النصيحة من المحيطين بي كلما احتجت اليها				
عندما اكون في ضائقة مادية اتلقى من المحيطين المساعدة الكافية				
احظى بتشجيع دائم عندما اكون سعيدا اجد السعادة في وجوه المحيطين بي				

في اوقاتي العصيبة اجد من يهتم بي				
احظى بقدر كافي من حب الاصدقاء				
اعتبر نفسي محبوبا من والدي				
مازلت احظى بحب ورعاية والدي				
هناك من يحفظ اسراري				
احظى بصداقتي مع ابنائي				
احظى بحب زملائي في العمل				
عندما اقوم بسلوك خاطئ اجد من يقومني				
لا اشعر بالغربة وسط اقاربي				
القى العون من اسرة زوجي				
اتلقى الجوائز التقديرية على الاعمال التي اقوم بها				
اجد من يساندني من اخوتي عندما اواجه مشكلة مع احد ابنائي				
يساعدني افراد اسرتي في تربية الابناء				
لا يترك لي افراد اسرتي الفرصة كي اجلس وحيدا				
يشجعني ابنائي على تحمل اعباء الحياة				
احظى بعدد من الاصدقاء المخلصين				
اشعر بان ابنائي يقدمون لي النصح دون ان اطلب منهم ذلك				
اتلقى التشجيع من ابنائي عند القيام بشيئ ما				
يقدم لي ابنائي هدايا في المناسبات				
زملائي في العمل يقفون بجواري عند الحاجة				
اشقائي ووالدي يقدمون الهدايا لابنائي دون انتظار للمناسبات				
اتلقى اتصالات من احد افراد اسرتي للاطمئنان على صحتي				

مقياس التوافق النفسي

البنود	نعم	لا
املا حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي		
من المؤكد انني ينقصني الثقة في نفسي		
اذا فشلت في أي موقف فإنني احاول من جديد		
اتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل لبسيطة		
اشعر في حياتي بعدم الامن الشخصي		
اخطط لنفسي اهدافا وأسعى لتحقيقها		
أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية وحلها		
اتصرف بمرونة في معظم اموري الشخصية		
اشعر بالنقص وبأنني اقل من غيري		
بعض ظروفي البيئية صعبة التغيير وتؤدي الى سوء حالتي النفسية		
اشعر بالوحدة رغم وجودي مع الاخرين		
اتقبل نقد الاخرين بصدر رحب		
اشعر ان معظم زملائي يكرهونني		
كثير ما اجرح شعور الاخرين		
اشارك في نواحي النشاط العديدة		
علاقتي حسنة وناجحة مع الاخرين		
تنقصني القدرة على التصرف في المواقف المحرجة		
اتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين		
يكون سلوكي طبيعيا في تعاملي مع افراد الجنس الاخر		
أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس		
اشعر بالغربة وانا بين افراد اسرتي		
تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين افراد اسرتي		
اتشاور مع افراد اسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة		
اسبب الكثير من المشكلات لأسرتي		
ابذل كل جهدي لإسعاد اسرتي تتدخل اسرتي في شؤوني الخاصة بشكل يضايقني		
أحب بعض افراد اسرتي		

اسرتي مفككة		
اقضي كثيرا من وقت فراغي مع افراد اسرتي		
ترهقني مطالب اسرتي الكثيرة		
حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة		
اعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر		
عادة ما اتمسك عندما اتعرض لصدمات انفعالية		
لم يحدث ان نغصت حياتي مشكلة انفعالية		
تمر على فترات أكره فيها نفسي وحياتي		
اشعر غالبا بالاكتئاب		
يتسم سلوكي بالاندفاع		
اشكو من القلق معظم الوقت		
من الصعب ان ينجرح شعوري		

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People'sDemocraticRepublic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

وثيقة ايداع مذكرة ماستر

الموضوع: دور الحسابة الاجتماعية لدى المرأة المطورة المهاجرة بسبب الهجرة غير الشرعية نحو الوطن الأصلي

إعداد الطلبة:

1- ابراهيمي حافظة رقم التسجيل:

2- بوعلاق امانة رقم التسجيل:

القسم: الشعبة: التخصص:

إشراف: الرتبة:

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2021-2022 وأسمح بإيداعه على مستوى ادارة القسم للمناقشة والتقييم.

موافقة وامضاء الاستاذ(ة) المشرف(ة):

أ.د الياس بابا سي

رئيس فريق الاختصاص

رئيس القسم

Web site :http://virtuelcampus.univ-msila.dz/facshs/ الموقع الالكتروني
Face book : https://www.facebook.com/FshsUnivMsila/ الفايسبوك
Tél / Fax : 213 35 35 ... هاتف / فاكس: 3044

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People'sDemocraticRepublic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: /2022

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضى ادناه :

السيد(ة): براهيمي فاطمة

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالب

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 168351276

الصادرة بتاريخ: 2017/07/04 عن دائرة: المسيلة

المسجل بكلية: العلوم الاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي تحت رقم التسجيل: 171735086169

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: دور المساندة الاجتماعية لدى المرأة المبتورة الضفائر لسرطان الثدي في تحقيق التوافق النفسي

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه.

المسيلة في: 16 جوان 2022

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People'sDemocraticRepublic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues
الرقم: /2022

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضى ادناه :

السيد(ة): بوذيب ايمان

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالب

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 199609950095900008

الصادرة بتاريخ: 2016/12/24 عن دائرة: بوسعادة

المسجل بكلية: العلوم الانسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي تحت رقم التسجيل: 161635086427

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: دور المساندة الاجتماعية المدركة في تحسين الصحة النفسية لدى عينة من المتقاعدين

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه.

المسيلة في: 16 جوان 2022

امضاء المعني (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

تم بحمد الله