



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف. المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



الرقم:/2022

الصحة النفسية للمرأة العقيم
دراسة ميدانية بولاية المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الاستاذ:

الطاهر مجاهدي

إعداد الطالبة:


جيهان سالمى

السنة الجامعية: 2022/2021

الفصل الثالث : العقم	
19	تمهيد
20	1. مفهوم العقم
20	2 . أشكال العقم
21	3 . أسباب العقم عند المرأة
22	4 . التشخيص
23	5 . الآثار النفسية للعقم
24	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: الدراسة الميدانية وإجراءاتها	
26	منهج الدراسة
26	الدراسة الاستطلاعية
26	عينة الدراسة
27	خصائص عينة الدراسة
27	معايير اختيار عينة الدراسة
27	أدوات الدراسة
الفصل الخامس : عرض النتائج وتحليلها	
34	1- عرض الحالة
34	2- عرض نتائج المقابلة وتحليلها
36	3- عرض نتائج المقاييس وتحليلها
36	4- خلاصة الحالة
38	الخاتمة
39	المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
27	خصائص عينة الدراسة	01
36	عرض وتحليل نتائج المقاييس	02



شكر وقتك

لا عسر إلا وقد خفي في ثنياه السهل، ولا سهل إلا وقد حفه العسر.
بفضل الله أولاً، وثانياً أتمننا عملنا هذا لجوءاً، واتكاءً، وحمداً له.
أشكر كل من ساعدنا طيلة مشوارنا العملي لإنجاز وإعداد عملنا هذا من الأسرة
الكريمة الى أساتذة التخصص وإلى كل من قدم لنا يد العون،
وأخص بالذكر وبالشكر الجزيل الأستاذ المشرف مجاهدي الطاهر
على مجهوداته المبذولة ومرافقته لنا بتوجيهاته وعطاءه السخي

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الى التعرف على الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم من خلال مستوياتها والكشف عن أسباب العقم المختلفة، اذ انطلقنا من التساؤل:

ما مدى تأثير الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم؟

وباتباع المنهج العيادي، ونظرا لصعوبة الحصول على اكبر عدد ممكن من مجتمع وعينة

الدراسة اکتفينا بعينة واحدة لمرأة تعاني من عقم ثانوي تم اختيارها حسب ثلاث معايير :

- أن تعاني المرأة من عقم أولي ثانوي.

- ألا تتناول أو تستخدم المرأة موانع الحمل.

- رغبة المرأة في الإنجاب.

واعتمدنا في دراستنا على الأدوات التالية : المقابلة العيادية، وأربع مقاييس مختارة

والتي بدورها تقيس الصحة النفسية من جوانب مختلفة، مقياس بيك للاكتئاب ومقياس

تقدير الذات لكوبر سميث، مقياس التوافق النفسي العام لإجلال محمد سري، مقياس تايلور

للقلق الصريح.

اذ تم التوصل في نتائج دراستنا الى : الصحة النفسية تتأثر بالعمم بنسب متفاوتة

وذلك من شخص الى آخر وراجع هذا لعدة معايير تحكم حياة المصاب بالعمم منها:

المعاش النفسي، والاطار العلائقي الذي يضم الزوج وعائلة الزوج، وكذا عائلة الحالة، و

معيار الشخصية أي الشخص المصاب بالعمم بحد ذاته ما مدى صلابته شخصيته وقوتها

لتصدي ومقاومة كل المعوقات التي تؤثر عليها سلبا.

مقدمة:

لقد خلق الله الإنسان ليعمر الأرض ويحافظ عليها وعملية الإنجاب والمحافظة على النسل كانت من أولويات اهتمام الإنسان منذ الازل فالأبناء زينة الحياة الدنيا وعدم المقدرة على الإنجاب هو هاجس لكل امرأة (جلاب، حمزاوي، 2015، ص5).

فالعقم لدى المرأة له آثار نفسية كثيرة فليس من الصعب تصور الوضعية التي تعيشها، ومن خلال ادراكها بأنها أصبحت عاجزة عن أداء وظيفتها الطبيعية الفطرية والتي وجدت من أجلها ألا وهي الأمومة، الشيء الذي يؤدي الى تهديد كيانها وراحتها النفسية والجسدية ومستقبلها الغامض والذي ستؤول اليه من فقدان امكانيتها الجسمية والنفسية على أداء مهامها وأدوارها الاجتماعية المنوطة اليها كل هذا من شأنه أن يؤثر سلبا على استقرار صحتها النفسية. (ضيف الله، بشوط، 2015، ص2).

وفي دراستنا نتطرق بالمعالجة ما مدى تأثر الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعقم، أي نسبة تأثر الصحة النفسية بالعقم لدى المرأة، انطلقنا من اشكالية:

ما مدى تأثر الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعقم ؟ المنضوية تحت الفصل الأول الاطار العام للدراسة ثم وضع الفرضيات وأهمية وأهداف الدراسة وتحديد مصطلحات ا وانهاء الفصل بالدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع دراستنا؛ والفصل الثاني والثالث يتناولان متغيرات الدراسة ، الفصل الثاني خاص بالصحة النفسية، والثالث بالعقم، ليعرض الفصل الرابع الدراسة الميدانية وإجراءاتها، منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، عينة الدراسة، خصائص عينة الدراسة، معايير اختيار عينة الدراسة وأدوات الدراسة ؛ والفصل الخامس الخاص بعرض النتائج وتحليلها اذ يعرض الحالة ثم نتائج المقابلة والمقاييس و خلاصة الحالة.

وفي الأخير نختم بالاستنتاج العام "الخاتمة" وقائمة المراجع المعتمدة وكذا الأدوات والوسائل المستخدمة أي الملاحق كأخر عنصر.

الفصل الاول

الاطار العام للدراسة

الفصل الاول: الاطار العام للدراسة

1. الإشكالية
 2. الفرضيات
 3. الأهداف
 4. الأهمية
 5. المصطلحات
 6. الدراسات السابقة
- خلاصة الدراسات السابقة

1. اشكالية الدراسة:

تصاب المرأة بالاعتلال في صحتها النفسية كما تصب باعتلال في صحتها الجسمية، فعندما يكون عقل المرأة ونفسيته سليمين، تكون قادرة من الناحية الوجدانية على الاهتمام بحاجياتها وحاجات أسرتها، وعلى تشخيص مشكلاتها ومحاولتها حلها والتخطيط للمستقبل

(خطاب، 2006، ص3).

ومن الاعتلالات الجسمية المؤدية للاعتلال في الصحة النفسية : العقم، و يعد العقم من المشكلات الطبية المنتشرة في كل أنحاء المعمورة و على الرغم من أن تقديرات انتشارها حسب "راو وآخرين" ليست دقيقة وتختلف من إقليم الى اخر، إلا أن نسبة وجودها تقدر حسب منظمة الصحة العالمية بحوالي 50 إلى 80 مليون نسمة، و أن حوالي مليوني حالة عقم جديدة تحدث سنويا والأعداد تزداد على نحو مطرد، وقد أصبحت مشكلة العقم أكثر إلحاحا، بسبب مختلف التغيرات التي طرأت على الأنماط السكانية في البلدان المتقدمة على مدى الخمسين سنة الماضية وعلى مدى الأعوام العشرين المنصرمة في بعض البلدان النامية وهذا بالرغم من التطور الطبي الذي حقق في هذا المجال (جابر، وبخوش، 2019، ص1).

فالإنجاب من الغرائز الأساسية في حياة الإنسان سواء كان ذكر أم أنثى ، غير أن العقم عند النساء له اهتمام كبير في المناقشات التي تتمحور حول السياسات العامة لما يحتوي هذا الموضوع من حساسيات ثقافية و شخصية لاسيما في مجتمعنا على عكس الأمراض الأخرى (زان، عباس، 2018، ص8).

فالمرأة هي المعنية الأولى بهذا الامر فبمجرد تأخر الحمل، تجد نفسها في مواجهة هذه الإصابة الغامضة والغير متوقعة مما يوقعها في المعاناة والضيق وقد يجعلها عرضة

لضغوط نفسية مختلفة، مما يؤثر على صحتها الانجابية والنفسية . (جابر، وبخوش، 2019، ص 2).

وتعرف هذي الأخيرة ب: "قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي الى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس". ويعني أن يرضى الفرد عن نفسه، وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين، فلا يبدو منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوكا اجتماعيا شاذا بل يسلك سلوكا معقولا يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات، وتحت تأثير جميع الظروف.

وتعرف أيضا اذ لا يتخلف في مضمونه عن التعريف السابق، هي : الشرط أو مجموع الشروط اللازم توفرها حتى يتم التكيف بين المرء ونفسه وكذلك بينه وبين العالم الخارجي تكيفا يؤدي الى أقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي اليه (أحمد، 2013 ، ص 16، 17).

وبناء على ما سبق يمكن طرح التساؤل التالي:

- ما مدى تأثير الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم؟

2. فرضيات الدراسة:

- تتأثر الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم بدرجة عالية.

3. أهداف الدراسة:

- التعرف على الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم
- الكشف عن أسباب العمم المتخلفة
- معرفة مستوى الصحة النفسية للمرأة العقيم

4. أهمية الدراسة:

- تسليط الضوء عن أهمية الصحة النفسية للمرأة العقيم
- الإشارة الى ضرورة التكفل النفسي للمرأة العقيم
- بيان أن للعقم أبعاد نفسية بدورها تصبّ به وتؤثر على حياة المصاب بالعقم

5. تحديد المصطلحات:**1.5 الصحة النفسية:**

اصطلاحاً: هي حالة عقلية انفعالية سلوكية إيجابية [وليست مجرد خلو من الاضطراب النفسي] ودائمة نسبياً، تبدو في على مستوى من التكيف النفسي والاجتماعي البيولوجي حين تفاعل الفرد مع محيطه الداخلي (ذاته) ومحيطه الخارجي (الاجتماعي، الفيزيقي، الطبيعي)، وحين يقوم بوظائفه النفسية بمهامها بشكل متناسق ومتكامل وضمن وحدة الشخصية . (عبدالله، 2008، ص21).

ومن وجهة نظر الجشطالتين (Fritz Perls)، القدرة على العيش هنا والآن بشكل حقيقي (حجازي، 2004، ص42).

وتعني أيضاً سلامة الفرد من المرض النفسي والعقلي في صورته المختلفة، وعدم ظهور أعراض للاضطرابات السلوكية الحادة في أفعاله وتصرفاته. (أحمد، 2013، ص13).

أما إجرائيا فهي: الصحة النفسية هي التوافق الداخلي مع البيئة المحيطة الخارجة عن الذات، والاستقرار النفسي، والخلو من الاعتلال والأعراض النفسية.

2.5.العقم:

اصطلاحا: العقم هو عدم القدرة على الإنجاب بعد سنة على الأقل من الحياة الجنسية الطبيعية دون استعمال أي مانع من موانع الحمل لكلا الزوجين. (زغدي، 2013، ص45)

أما إجرائيا : هو عدم قدرة المرأة على الإنجاب بعد مرو فترة محدد من الزمن.

6. الدراسات السابقة:

1.6دراسة: زان ايمان ، وعباس لودمليا (2018)حول تقدير الذات عند المرأة العقيم وهدفت الدراسة الى:

- معرفة مستوى تقدير الذات عند المرأة العقيم
- اعطاء صورة عن تقدير الذات لدى المرأة العقيم
- معرفة العلاقة بين العقيم وتقدير الذات ومدى تأثيراته على المرأة المصابة
- عينة الدراسة : مكونة من امرأتين تتراوح أعمارهن ما بين 34 و 45سنة مصبتين بالعقم.

وتوصلت نتائج الدراسة الى أن العقم يسبب ضغط نفسي كبير لأن المرأة حساسة جدا وهذا مفطور بها مما ينقلب عليها بالصدمة والانطواء.

2.6 دراسة بودحوش نصر الدين (2015)،حول تأثير برنامج علاجي في التخفيف من

حدة الأعراض الاكتئابية لدى المصابين بالعقم، وهدفت الدراسة الى :

- الوصول لوضع برنامج علاجي سيكولوجي فعال للتخفيف من حدة الاكتئابية لدى الأزواج المصابين بالعقم.

- تحديد اثر الاستجابة الممكنة لهذا النوع من البرامج العلاجية السيكولوجية عند كلا الجنسين المصابين بالعمم الذين يعانون من الاعراض الاكتئابية.
 - تعديل الافكار السلبية نحو الذات والعالم الخارجي والمستقبل لدى المكتئبين المصابين بالعمم.

- التحقق من مدى فاعلية هذا البرنامج العلاجي في المدى القريب.
 طبقت الدراسة على عينة تتكون من عشرة حالات لديهم أعراض اكتئابية ويعانون من العمم وهم خمس رجال وخمسة نسوة واعمارهم (20)سنة الى حوالي (37) سنة.
 وتوصلت الدراسة الى أن المساهمة العلاجية المستخدمة انطلاقا من العلاج النفسي المعرفي _السلوكي اثبتت فعاليتها في التخفيف من حدة الأعراض الاكتئابية لدى الازواج المصابين بالعمم.

3.6 دراسة ضيف الله سمية، بشوط سهام، حول التوافق النفسي لدى المرأة المصابة بالعمم، وهدفت الدراسة الى معرفة سوء التوافق لدى المرأة.
 وطبقت الدراسة على عينة تتكون من خمس حالات بالاختلاف أعمارهن.
 وتوصلت نتائجها الى أن النساء المصابات بالعمم لديهن توافق نفسي يتراوح ما بين المنفض والمرتفع أي انهم لا يعانون من سوء التوافق النفسي.

4.6 دراسة بوحروج فريدة (2010) حول الضغط النفسي عند المرأة العقيم وأثره على توافقها النفسي، وكان الهدف من الدراسة الكشف عن الضغط النفسي لدى المرأة العقيم وتأثير هذا الضغط على توافقها النفسي.

أجريت الدراسة على عينة تتكون من خمس حالات يعانين من العمم تم الحصول عليها عن طريق السؤال والتقصي في مختلف العيادات ودور الصحة.

5.6 دراسة لعلام مروة (2020)، حول: الضغط النفسي والتوافق النفسي عند النساء

المصابات بالعقم، وهدفت الدراسة الى :

- معرفة المستوى الضغط النفسي عند المرأة العقيم

- معرفة درجة العلاقة بين الضغط النفسي والتوافق النفسي عند النساء المصابات بالعقم

- معرفة الفروق الفردية في التوافق النفسي لدى النساء العقيمات

تم تطبيق الدراسة على عينة تتكون من 68 مريضة مصابة بالعقم.

وتوصلت الدراسة الى مايلي:

- تعاني النساء العقيمات من ضغط نفسي.

- يؤثر الضغط النفسي على التوافق النفسي لدى النساء العقيمات.

خلاصة الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة متغير العقم كمتغير أساسي في كل الدراسات، يختلف من

دراسة الى أخرى وكلها جوانب تصب في قالب واحد " الصحة النفسية"، الضغط النفسي،

التوافق النفسي، تقدير الذات...، والتي بدورها تقيس مستوى الصحة النفسية.

اذ تشابهت الدراسات في تناولها لعينة واحدة وهي المرأة العقيم، وكذا في النتائج

المتوصل إليها أن العقم له ابعاد نفسية، اذ يصيب الأرضية النفسية للمرأة المصابة مما

يسبب سوء في التوافق النفسي، وزيادة الضغط النفسي وفي مستوى تقدير الذات....

وفي دراستنا تناولنا كموضوع للبحث " الصحة النفسية للمرأة العقيم" بصفة عامة

فلم نحدد متغير واحد فيها لقياسه والبحث فيه. وهذا ما شملته الدراسات السابقة كنقطة

التقاء وتشابه بموضوع دراستنا، وسنحاول من خلالها معرفة ما مدى تأثير ومساهمة

العقم على الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعقم وذلك بعدة اختبارات خاصة بقياس جانب

من جوانبها المتعددة.

الفصل الثاني

الصحة النفسية

الفصل الثاني : الصحة النفسية

تمهيد

1. الجانب الإيجابي للصحة النفسية

1.1 مفهوم الصحة النفسية

2.1 المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية

3.1 مظاهر الصحة النفسية

4.1 أهداف الصحة النفسية

5.1 معايير الصحة النفسية

2. الجانب السلبي للصحة النفسية

1.2 مفهوم اضطرابات الصحة النفسية

2.2 أسباب حدوث اضطرابات الصحة النفسية

3.2 أنواع الاضطرابات النفسية

3. نسبة الصحة النفسية.

خلاصة الفصل

تمهيد :

تعتبر الصحة النفسية ذات أهمية كبيرة في تحقيق حياة كريمة للفرد وفي تنمية المجتمع وازدهاره، فهي تهم كل فرد من أفراد المجتمع و ذلك بسبب الانتشار الواسع الاضطرابات و الأمراض النفسية.

ولكن لابد من الإشارة إن الصحة النفسية في جوهرها حالة نسبية وليست مطلقة لدى الفرد الواحد، فالفرد السوي يفرح، ويحزن، وينفعل، و يغضب، و يشك...، الصحة النفسية لا يمكن تحقيقها كلياً، فالإنسان المتمتع بالصحة النفسية هو القادر علي مواجهة مصاعب و مشاكل الحياة، و كذا التكيف مع مختلف المواقف الحياتية المعاشة يعتبر تكيفاً معقولاً.

ونظراً لان كل شخص وخاصة المريض يحتاج إلي هذا النوع من التكيف داخل بيئته وحتى داخل الأسرة الواحدة فهو بحاجة إلي مستوى معين من الصحة النفسية يضمن له مساراً علاجياً إذا لم يكن جيد علي الأقل متوسط.

وفيما يلي عرض لأهم عناصر الصحة النفسية بداية فهي تنقسم لي جانبين : الجانب الإيجابي و هو الصحة النفسية و الجانب السلبي و هو اضطرابات الصحة النفسية.

1. الجانب الإيجابي لصحة النفسية :

1.1 مفهوم الصحة النفسية :

ليس من السهولة وضع تعريف محدد للصحة النفسية لان ذلك يتطلب تحديد ماهية النفس, فالصحة النفسية تكوين فرضي يمكن التعرف عليه من خلال بعض الظواهر الإنسانية التي تخص سلوك الإنسان وشخصيته. ولقد تعددت وتنوعت تعريفات العلماء والباحثين في الصحة النفسية, فما من نظرية أو مذهب أو مدرسة في علم النفس إلا وافترض تعريفا في الصحة النفسية، ويمكن إجمال التعريفات المقترحة للصحة النفسية في:

2_تعريفات أصحاب المدارس:

ا_ و تركز هذه المرحلة علي **Freud** - التحليل النفسي: مؤلفها سيجموند فرويد

الخبرات في مرحلة الطفولة.

في بداية التحليل النفسي كان مفهوم الصحة النفسية يعرف باعتباره نقيضا للمرض, فكان مجرد غياب الأعراض ثم أصبح يعني غياب أنواع الصرع اللاشعوري المعطلة لإمكانات الفرد في قطاعي الانجاز والحب الناضج بحيث يمكن تعريف الصحة النفسية بحسب فرويد القدرة على الحب والعمل والاستمتاع بالعمل الخلاق, فالصحة النفسية وفقا للتحليل النفسي ليس نфия أو إلغاء لمل هو طفلي أو لا شعوري وليس امتثالا لواقع جامد، بل هو تفاعل دينامي خلاق بين هذه المكونات جميعها, ويعرف فرويد الصحة النفسية بقوله أينما يتواجد الهو تتواجد الأنا, وتحرص هذه النظرية على متطلبات الواقع الاجتماعي الذي يعمل على التوافق بين عناصر الشخصية الثلاثة الهو والانا و الأنا الأعلى (ربيع، 2000، ص42.48).

ب- **الاتجاه السلوكي**: من روادها ثور نديك, وطسون, بافلوف, وسنكر.

تعرف المدرسة السلوكية الصحة النفسية بان يأتي الفرد السلوك المناسب في كل موقف حسب ما تحدده الثقافة والبيئة التي يعيش في كنفها ، فالمحك المستخدم هنا للحكم على صحة الفرد النفسية محك اجتماعي, فالسلوكية تعتبر البيئة المنزلة الأولى واعتبرها من أهم العوامل التي تعمل على تكوين الشخصية (عبد الغفار 2001، ص33.46)

ج- **الاتجاه الإنساني**: ويعد كل من كارل روجرز وأبراهام ماسو من أشهر رواد هذا الاتجاه.

الصحة النفسية كما يراها ما سلو هي تحقيق الذات ويذهب ما سلو إلى أن صاحب الشخصية السوية يتميز بخصائص معينة بالقياس إلي الغير السوي ، قام ما سلو بدراسة مجموعة من الأشخاص حققوا ذواتهم، فقد اختار الطريقة المباشرة فدرس أصحاب من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وكليتها بوضوح أكثر بوصفهم أشخاصا حققوا ذواتهم (أبو نجيلة, وأبو إسحاق, 1997, ص25.23) .

خلاصة القول إن تعريفات أصحاب المدارس المختلفة لا تتعارض فيما بينها من حيث تعريفها للصحة النفسية ولا تتعارض أيضا مع التعريفات العامة والقاسم المشترك الذي يجمع بين هذه التعريفات جميعا من الناحية العملية يبدو في الاتفاق علي ثلاث نقاط رئيسة هي:

إن الصحة النفسية ليست مرادفا للاطمئنان أو سلامة العقل وهي ليست غياب الصراعات الانفعالية والوجدانية، ولا تعني أيضا التكيف والتوافق بمعنى المسايرة والتمسك بالتقاليد, ولكن الخلاف الحاد ينشب إذا انتقل الحديث والنقاش من تعريف الصحة النفسية والشخصية السوية إلى ديناميتها والمحددات الفاعلة .

تعريف منظمة الصحة العالمية : الصحة النفسية حالة من الاكتمال الجسمي و النفسي والاجتماعي لدى الفرد، و ليست الخلو من المرض النفسي أو العقلي(سفاشفه محمد و عربيات أحمد، 2005 ص 09)

3_ المفاهيم المرتبطة بالصحة النفسية:

1-التوافق الشخصي: هو مجموعة من الاستجابات المختلفة التي تدل على تمتع الفرد، و شعوره بالأمن الشخصي ، كم يتمثل في اعتماده على نفسه، وإحساسه بقيمته ، وشعوره بالحرية في توجيهه السلوك دون سيطرة الغير ، والشعور بالانتماء، والتحرر من ميل إلى الانفراد ، والخلو من الأمراض العصابية ، و كذلك شعوره بذاته ،أو برضاه عن نفسه ،و بخلوه من علامات الانحراف النفسي.

ب-الإحباط : يعتبر الإحباط من المفاهيم الأساسية في مجال الصحة النفسية ، و هو مواجهة الفرد لما يمنعه أو يعيقه في تحقيق أهدافه و إشباع دوافعه ، و هو أيضا انفعالية و دافعية يشعر بها الفرد عندما يجد ما يحول دون إمكانيته لتحقيق ذاته ،أو غاياته .

ت-العدوان : هو سلوك يوجه نحو الغير ،الغرض منه إلحاق الضرر النفسي و المادي ، و قد يوجه نحو الذات فيلحق الضرر بها .

ج- القلق: نوع من الانفعال المؤلم يكتسبه الفرد و يكونه خلال المواقف التي يصادفها ، فهو يختلف عن بقية الانفعالات غير السارة (كالشعور بالإحباط ، أو الغضب أو الغيرة) لما يسببه من تغيرات جسمية داخلية يحس بها الفرد ،و أخرى خارجية تظهر علي ملامحه بوضوح .

د- الصراع النفسي هو تعرض الفرد لقوى متساوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجزا عن اختيار اتجاهها معيناً و يترتب عليه الشعور بالضيق و عدم الارتياح ،و كذلك

القلق، وهذا ناتج عن صعوبة اختياره ، أو اتخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه.(أديب محمد الخالدي ص 99_2009)

3. مظاهر الصحة النفسية :

أ- الاتزان الانفعالي: و هو حالة من الاستقرار النفسي ، حيث يكون الفرد مزود بالقدرة على للمثيرات المختلفة و هذه القدرة هي سمة الحياة.

ب- الدافعية: و هي التي تدفع الفرد للقيام بنشاط معين ، و هي القوة المحركة و الموجهة لنشاط الفرد نحو تحقيق أهدافه.

ت- الشعور بالسعادة : المتمثل في اعتدال المزاج ، والتعبير بالرضا عن الحياة.

ث- التفوق العقلي: حيث أن الطاقة العقلية للإنسان تعد مظهرا من مظاهر الصحة النفسية (أديب محمد الخالدي. 2009 . ص 59_77)

ج- غياب الصراع النفسي الحاد (الداخلي و الخارجي)

د- النضج الانفعالي :بحيث يعبر الفرد عن انفعالاته بصورة متزنة بعيدة عن التعبيرات البدائية و الطفولية.

هـ- التوافق النفسي: المتمثل في العلاقة المتجانسة مع البيئة حيث يستطيع الفرد الحصول على الإشباع اللازم لحياته مع مراعاة ما يوجد في البيئة المحيطة من متغيرات.(ربيع.2000،ص92_99).

4. أهداف الصحة النفسية:

تدفع الصحة النفسية بصف عامة إلي مساعدة الأفراد علي التعديل و التغيير في سلوكياتهم وفقا لخبرات التي مرو بيها، أي الخبرات السابقة و تمكنهم من تحقيق النجاح في مختلف المجالات و مجابهة الأزمات و التحديات التي تعترضهم، و مساعدتهم علي

التكيف مع المواقف الجديدة و يمكن إجمال أهم أهداف الصحة النفسية حسب رأي "رحماوي" إلي:

- المحافظة عمي سلامة الفرد و الجماعة من المرض.
- فهم العلاقة بين تجارب الحياة و نمو الشخصية.-
- مكافحة الاضطرابات النفسية و العقلية و الانحرافات الخلقية لما لها من آراء مدمرة تهدد الإنسانية.

- انتشار مبادئ الصحة النفسية ونشر الوعي الصحي بصفة عامة، و الوعي الصحي النفسي بصفة خاصة، حتى يساعد ذلك علي الوقاية من الأمراض النفسية و الانحرافات الخلقية (رحماوي ساعد، 2008، ص 55).

5. معايير الصحة النفسية :

الخلو من الاضطراب النفسي : هو المعيار الأول والضروري لتوفر الصحة النفسية، ولكن ليس بمجرد غياب المرض النفسي، لا يعني توافر الصحة النفسية، لأن هناك معايير وشروط أخرى يجب توفرها ونذكر منها معيارين :

التكيف بأبعاده وأشكاله المختلفة : التكيف النفسي الذاتي من حيث التوافق بين الحاجيات والدوافع والتحكم بها وحل صراعاتها والتكيف الاجتماعي بأشكاله المختلفة : المدرسي، المهني، الزوجي والاسري.

تفاعل الشخص مع محيطه الداخلي والخارجي (الادراك الصحيح للواقع) : ويتداخل هذا المعيار مع سابقة، لأن عملية التكيف تجري حين يتفاعل الشخص مع ذاته ومعرفة قدراته ودوافعه واتجاهاته، والعمل على تنميتها وتطويرها وتحقيقها. (عبدالله، 2008، ص 21)

تقبل الفرد الواقعي لحدود إمكانياته: احدى الوسائل للتعرف الصحة النفسية من الأفراد نسأل : الى أي حد يدرك هذا الفرد حقيقة وجود الفروق الفردية بين الناس ومدى

اتساع هذي الفروق، وكيف يرى نفسة بالمقارنة مع الآخرين، وما هي فكرته عن مميزاته الخاصة وحدود قدرته وما لا يستطيع..

وسنجد أن بعض الناس لهم بصيرة لا بأس بها بأنفسهم ويفهمون ذواتهم فهما واقعيان أو قريباً من الواقع وهذا يهيئ لهم تجنب الكثير من الإحباط وتجنب الفشل ويساعد على الإنجاز والتوافق السليم، لكننا نلاحظ أن كثيرين يبالغون في تصور قدراتهم يتوهمون في أنفسهم أكثر مما يستطيعون فعلاً، كما يحاول البعض ان يهون من شأن نفسه ويركز على عيوبه ونقائصه ولا يستطيع لسبب ما يعاني منه من مشاعر النقص أن يرى كل امكانياته وقدراته رؤية واضحة (أحمد، 2013، ص21)

2. الجانب السلبي لصحة النفسية:

1.2 اضطرابات الصحة النفسية :

مفهومه:

يرجع الاضطراب النفسي إلى صدمات انفعالية و أحداث أليمة و أزومات نفسية، واضطراب في العلاقات الإنسانية التي تعرض لها الفرد في طفولته المبكرة و في عهد مبكر، فهو يرجع إلى تضافر كبت عنيف في عهد الطفولة مع أزومات نفسية عنيفة في عهد الكبر.

_لاضطرابات النفسية هي نمط سلوكي، وسيكولوجي، ونفسي، ينتج لدى الفرد نتيجة شعوره بالضيق أو العجز، حيث تعتبر هذه الاضطرابات نمواً غير طبيعياً في المهارات النفسية أو العقلية ، ويُعتقد بأنها تحدث نتيجة ظهور بعض المشاكل في عصبونات الدماغ، وذلك بسبب التفاعل المعقد الذي يحدث بين العوامل الوراثية والتجارب الحياتية التي يمر بها الفرد

2.2 أسباب حدوث الاضطرابات النفسي:

_ **العوامل الوراثية:** كأن يكون للمريض أقارب ممن يعانون من الاضطرابات النفسية، حيث أثبتت الدراسات أن هناك تدخلاً جينياً في حدوث أمراض الفصام، واضطرابات المزاج، وأمراض الوسواس القهري، بالإضافة إلى إدمان الكحوليات، حيث تزداد احتمالية الإصابة بمثل هذه الأمراض في حالة وجود أحد الأقارب من الدرجة الأولى ممن عانى من أحد هذه المشاكل.

_ **العوامل العضوية:** كحدوث مشاكل في المخ، فمن المعروف بأن المخ هو مركز عمل جسم الإنسان، وهو المسؤول عن السلوك، والتفكير، والذاكرة، والذكاء، والمشاعر، والتحكم في تصرفات الفرد، وقد يحدث خلل في المخ نتيجة حادثٍ معين قبل الولادة، أو نتيجة لحدوث مشاكل في مرحلة الطفولة المبكرة.

_ **عوامل نفسية:** حيث إن تأثير العامل النفسي يظل مع الشخص لآخر حياته، بحيث يكون للأب، أو الأم، أو الأخوة، أو المدرسة، أو الأصدقاء تأثير مباشر على نفسية الطفل، ومن الأمثلة على ذلك الاضطراب النفسي المعروف بالفصام، والذي يعد خللاً في تقدير الإنسان لذاته، حيث تؤثر هذه المشكلة على إدراك الفرد للواقع والتحكم في الغرائز، وينتج هذا المرض عادةً بسبب وجود اضطراب في العلاقة بين الطفل والأم، بالإضافة إلى بعض المشاكل الأسرية مثل: إدمان الكحول وكذلك المخدرات.

_ **العوامل الجسدية:** نتيجة حدوث تغيير في الحالة العضوية الطبيعية التي يجب أن يكون عليها الإنسان، مثل سوء التغذية، أو قلة النوم.

_ **العوامل الاجتماعية:** مثل حدوث الهجرة، والحروب، والبطالة، والعنف، والتغيرات المجتمعية وكذلك الكوارث الطبيعية، مما يؤدي إلى ظهور اضطرابات ومشاكل نفسية عديدة مثل القلق، الاكتئاب، وسوء التكيف

3.2 أنواع الاضطرابات النفسية :

1.3.2 الاضطرابات النفسية العصابية:

وهي الاضطرابات التي تحدث في الشخصية، وتظهر على هيئة أعراض جسمية ونفسية مختلفة مثل التردد المفرط، الخوف، القلق، الوسواس، الأفكار السلبية المتسلطة، الشكوك التي لا أساس لها، ومن أعراض هذه الاضطرابات حدوث شلل في أحد الأعضاء كاليد والساق بالإضافة إلى تعطل في حاسة من الحواس كالسمع والبصر دون أن يكون هناك سبب عضوي، ومن الأمثلة على هذا النوع الوسواس القهري والهستيريا.

2.3.2 الاضطرابات النفسية الذهانية:

وهي اضطرابات خطيرة تحدث في الشخصية بأكملها وتتمثل في حدوث اختلال شديد في التفكير والقوى العقلية الطبيعية، مع عدم القدرة على إدراك الواقع إدراكاً صحيحاً ما يسبب مشاكل في حياة الشخص من ناحية اجتماعية وأسرية ومهنية (الموضوع)

2 3.3. الأمراض السيكوسوماتية :

الأمراض السيكوسوماتية أمراض جسمية ترجع في المقام الأول إلى عوامل نفسية ، سببها مواقف انفعالية تثيرها ظروف اجتماعية مثل " القرحة المعدية...الخ" .

3. نسبية الصحة النفسية:

الصحة النفسية مسألة نسبية يتمتع بها الفرد بدرجة من الدرجات ، بمعنى انه ليس هناك حد فاصل بين الصحة والمرض، وهذا ما يؤكد تعريف صموئيل مقاريوس فيعرف الصحة النفسية بأنها مدى او درجة نجاح الفرد في التوافق الداخلي بين دوافعه ونوازعه المختلفة، وفي التوافق الخارجي في علاقاته ببيئته المحيطة بما فيها من موضوعات وأشخاص.

وعلى هذا نؤكد أنه ليس هناك حد نهائي للصحة النفسية فلا يوجد انسان يخلو من الصراع أو من القلق ، ولم يخبر والاحباط والفشل وما يترتب هل عليها من مشاعر وانفعالات، وكما أن المضطربين أنفسهم يختلفون في درجة الاضطراب، ابتداء من المشكلات السلوكية ومرورا الاضطرابات الذهانية (العقلية) التي يفقد فيها المريض قدرته على التعامل من الواقع والحياة وفق عالم خاص به ومتخيل.(أحمد،2013،ص18.19)

خلاصة الفصل :

وما يمكن استخلاصه في نهاية هذا الفصل أن للصحة النفسية أهمية كبيرة في حياة الانسان ، فهي تساعد في التوافق السليم و النجاح في شتي مجالات الحياة ، إذ توافق الفرد مع ذاته ومجتمعه سيعود بالإيجاب على أداء عمله أداء جيدا .

الفصل الثالث

العق

م

الفصل الثالث : العقم

تمهيد

1. مفهوم العقم
2. أشكال العقم
3. أسباب العقم عند المرأة
4. التشخيص
5. الآثار النفسية للعقم

خلاصة الفصل

تمهيد :

لقد خلق الله الانسان ليعمر الأرض ويحافظ عليها، وعملية الانجاب والمحافظة على النسل كانت من أولويات اهتمام لدى الانسان منذ الأزل، فالأبناء زينة الحياة الدنيا، وعدم القدرة على الانجاب هو هاجس لكل امرأة. (جلاب، حمزاوي، 2015، ص5)

فالعقم لدى المرأة من المواضيع الحساسة نظرا لتعلقه بحرمان المرأة من دور لا نستطيع فصله عنها وهو أن تكون أما (بوعروج، 2011، ص42)

وفي ما يلي عرض لمفهوم العقم وأنواعه وأسبابه ثم التشخيص والاثار النفسية الناجمة عنه.

1. مفهوم العقم :

العقم هو عدم قدرة على الإنجاب، وهو عبارة عن مرض عضوي يشترك فيه الرجال والنساء ولا يرجى شفاؤه...

وحسب قاموس لاغوس الطبي يعرف العقم بأنه: " عدم قدرة الزوجين على انجاب طفل ولا يستطيع الحديث عن العقم إلا بعد عامين من محاولات اخصاب منظمة من أجل الظفر بطفل.. "

ويعرف العقم بأنه: ضعف القدرة على الانجاب أو عدم القدرة على الحمل بعد مرور سنة على الزواج مع افتراض أن الزوجين يعيشان تحت سقف واحد خلال تلك الفترة ويمارسان حياتهما الزوجية بصورة طبيعية دون استعمال أي ما نع للحمل لكلا الزوجين . (بن خليفة، بيصة، 2018، ص34).

2. أنواع العقم :

يصنف الأطباء العقم الى نوعين اساسيين:

العقم المطلق : ويعني عدم حدوث حمل مطلقا لأسباب غير قابلة للعلاج، كعدم وجود رحم أو مبيضين أو خصيتين وهو حالة نادرة الحدوث.

العقم النسبي : ويعني وجود عوائق تعيق حدوث الحمل يمكن علاجها، وقد أوضحت الدراسات أن ما بين 10%_15% من الأزواج ما بين سن 15_45 يرغبون في الإنجاب يعانون من مشكلة العقم النسبي. (عبد الحميد النجار، 2015، ص308).

وينقسم العقم النسبي الى قسمين :

عقم أولي: وهو عدم حدوث حمل عند المرأة بعد سنين من الزواج، وهي تعيش حياة جنسية طبيعية منتظمة.

عقم ثانوي: يعني عدم حدوث حمل جديد بعد مرور سنين من الحمل الأول رغم رغبة الزوجين في الانجاب، أو قد يحدث حمل لكنه ينتهي بإجهاض دون الحصول على طفل. (بن خليفة، بيصة، 2018، ص35).

3. أسباب العقم عند المرأة.

-أسباب مهبلية :

▪ انسداد المهبل لمانع او ضيق

▪ الالتهابات الشديدة في جدار الرحم.

-اسباب تتعلق بعنق الرحم وهي من أهم الاسباب :

▪ ضيق العنق الخارجي.

▪ وجود أجسام مضادة تقتل الحيوانات المنوية

▪ انسداد عنق الرحم

-اسباب تتعلق بالرحم:

▪ تنشأ عن عيب تشرجي كالتشوهات الخلقية مثل: ضمور الرحم.

▪ التصاقات داخل الرحم ناتجة التهاب شديد في الرحم أو جراء استئصال ورم ليفي

سابق.

▪ تيبس الرحم الذي يحدث بعد الإصابة بمرض إي التهاب بطانة الرحم.

-أسباب تتعلق بقناة فالوب :

▪ الالتهابات المزمنة تؤدي الى الالتصاقات ومنع البويضة لعملية الاخصاب.

▪ قصر الأهداب أقل من (4)سم.

▪ أورام تصب قناة فالوب أو المبيض.

-أسباب تتعلق بالمبيض:

▪ مرض المبيض نتيجة تكيسات أو خلل في افرازات الهرمونات.

- انعدام أو خلل في مستقبلات هرمونات (L, H) و (F, S, h) في المبيض.
- استئصال المبيض جراحياً لسبب أو لآخر.

-مرض بطانة الرحم: وهو عبارة عن ظهور أنسجة بطانة الرحم في مناطق خارج تجويف البطن مثل: المبيض، الأمعاء.

-أسباب نفسية: يظهر كثيراً في العقم الثانوي بعد أول انجاب أو بعد اجهاض لأسباب متعددة ويرجعُ البعض لأسباب صدمية واخرى للخوف والقلق من الحمل الذب يؤدي الى تشوه الجسدي وتظهر في الشخصيات القلقة.(بودحوش ،ص34،36،35)

4. التشخيص:

اختبار الإباضة: يقيس اختبار الدم مستويات الهرمون لتحديد ما إذا كنتِ في حالة تبويض.

تصوير الرحم والبوق: يُقيم تصوير الرحم والبوق حالة رحمكِ وقناتي فالوب ويبحث عن الانسدادات أو المشكلات الأخرى. تحقن مادة التباين المستخدمة في الأشعة السينية داخل الرحم وتلتقط صورة للأشعة السينية لتحديد ما إذا كان التجويف طبيعياً وأن السائل ينسكب من قناتي فالوب لديك.

فحص مخزون المبيض: يساعد هذا الفحص على تحديد كمية البويضات المتاحة للإباضة. يبدأ هذا النهج عادةً بفحص هرموني مبكر أثناء دورة الحيض.

فحوصات هرمونية أخرى: تتحقق الفحوصات الهرمونية الأخرى من مستويات هرمونات الإباضة، وكذلك هرمونات النخامي التي تتحكم في العمليات التناسلية.

الفحوصات التصويرية: يبحث اختبار التصوير فوق الصوتي (الألتراساوند) على الحوض عن وجود أمراض في الرحم أو المبيضين. يُستخدم التصوير فوق الصوتي للرحم ويُطلق

عليه أيضاً مخطط تصواتي بحقن المحلول الملحي، في بعض الأحيان، لرؤية التفاصيل داخل الرحم والتي لا يمكن رؤيتها في التصوير فوق الصوتي المعتاد.

بناءً على حالتك، نادراً ما قد يتضمن فحصك ما يلي:

تنظير الرحم: قد يطلب طبيبك، بناءً على أعراضك، إجراء فحص تنظير الرحم للبحث عن وجود أمراض في الرحم. يُدخل طبيبك، خلال هذا الإجراء، جهازاً رفيعاً مضيئاً عبر عنق رحمك إلى الرحم لرؤية أي شذوذات محتملة.

تنظير البطن: تتضمن تلك الجراحة طفيفة التوغل إجراء شقٍ صغير أسفل السرة وإدخال جهاز رؤية رفيع لفحص قناتي فالوب، والمبيضين، والرحم. يمكن لتنظير البطن أن يكشف عن انتباز بطانة الرحم (بطانة الرحم المهاجرة)، أو التندب، أو الانسدادات، أو العيوب في قناتي فالوب والمشكلات المتعلقة بالمبيضين والرحم.

لا تحتاج كل امرأة للخضوع لجميع هذه الاختبارات، أو حتى العديد منها، قبل اكتشاف سبب عدم الخصوبة. ستحدد أنتِ وطبيبك الاختبارات التي ستجرينها ومتى

(www.mayoclinic.org)

5. الآثار النفسية للعقم.

هناك أعراض نفسية اجتماعية تتصاحب مع معاناة الإنسان من مشكلة العقم فهذه المشكلة يصاحبها من الآلام النفسية والشعور الشديد بالفقدان والعزلة النفسية والاجتماعية إضافة لمفرطة التحدث أو الاستمتاع بمناقشات تلك المشكلة.

ويمكن التأكد على وجود دراسات أكدت الآثار السلبية للعقم إذ تبين أن مرضي العقم يعانون من بعض المشاكل النفسية كالحزن والخوف والقلق والاكتئاب والعزلة ونوبات من الغضب والشعور بالذنب وتحقير النفس وانخفاض تقدير الذات. (بويزري، 2012، صص 58-59)

خلاصة الفصل:

وفي الأخير وبعد ان تطرقنا فيما سبق فهوم العقم وبعض من النقاط واثاره النفسية نستنتج أنّ أسباب العقم متعددة منها الجسمية ومن الدرجة الأولى والنفسية من الدرجة الثانية، اذ لها اثار بالغة على الحياة الزوجية والطرف العقيم بحد ذاته والمرأة بوجه الخصوص ولأن سيكولوجيتها ضعيفة وحساسة.

فالعقم هو عدم القدرة على الانجاب وبتالي حرمان المرأة من تحقيق غريزة الأمومة وهي أول ما تسعى وترغبه بعد الزواج.

الفصل الرابع

الدراسة الميدانية واجراءاتها

الفصل الرابع: الدراسة الميدانية واجراءاتها

1. منهج الدراسة
 2. الدراسة الاستطلاعية
 3. عينة الدراسة
 4. خصائص عينة الدراسة
 5. معايير اختيار عينة الدراسة
 6. أدوات الدراسة
-

1. منهجية الدراسة :

يرتبط منهج البحث بالهدف العلمي الذي يسعى الباحث الى تحقيقه، فلهذا توجب علينا حسب طبيعة بحثنا أن نتجه الى دراسة العمل النفسي للحالة والتي قمنا باختيارها مما توجب منا أن نتبع منهج العيادي.

تعريف المنهج : كلمة منهج تعني الطريقة أو الأسلوب.

تعريف المنهج العيادي : هو المنهج الذي يقوم على استعمال فحص عدة مرضى ودراستهم الواحدة تلو الأخرى، من أجل استخلاص مبادي عامة تحوي بهت ملاحظة كفاءتهم وقصورهم. (شبوط ،ضيف الله، 2014،ص64).

2. الدراسة الاستطلاعية :

هي مجموعة من الدراسات في المرحلة الأولى من أي بحث علمي يقوم به الباحث وتعد الدراسات الاستطلاعية بمثابة اللبنة الأولى التي تتمركز عليها الدراسات الميدانية، اذ تعرف بالظروف التي سيجري بها البحث العلمي.

اذ لم يكن هناك مكان محدد اجريت به دراستنا فنظرا لصعوبة البحث عن الفئة المقصودة "النساء العقيمت" في دور الصحة ورفض العيادات الخاصة توجيهنا لنهن، والى تحفظ النساء بعد بوحها او اخبارنا انها تعاني من العقم، تعذر علينا اجراء الدراسة في مكان محدد، اذ تم الوصول الى حالة عن طريق احد التقصي وبعض من الزملاء وما ان تمت الموافقة من قبلها وتم تحديد زمان ومكان المقابلة.

3. عينة الدراسة:

هي عبارة عن شريحة (جزء) من مجتمع الدراسة، تحمل خصائص وصفات هذا المجتمع وتمثله فيما يخص الظاهرة موضوع البحث، ويتم اختيارها بطريقة معينة وقد تضمنت عينة دراستنا حالة واحدة تعاني من العقم.

1.3 معايير اختيار عينة الدراسة

- أن تعاني المرأة من عقم أولي أو ثانوي
- ألا تتناول أو تستخدم المرأة موانع الحمل
- رغبة المرأة في الانجاب

2.3 خصائص عينة الدراسة :

السن	السن عند الزواج	نوع العقم	المهنة	المستوى التعليمي	مدة الزواج
26	17	ثانوي	ماكثة بالبيت	أمية	10 سنوات

4. أدوات الدراسة :

قصد تحقيق الغرض من الدراسة، لا بد من الاعتماد على مجموعة من الأدوات لتسهيل الحصول على المعلومات المراد وصفها وتحليلها ومعالجتها، واختبار مدى صحة الفرضيات للوصول بذلك إلى نتائج دقيقة لدراستنا.

-اعتمدنا في دراستنا على تطبيق المقابلة العيادية ومجموعة من المقاييس لقياس الصحة النفسية (مقياس تايلور للقلق الصريح، و بك للاكتئاب B. D. I و مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، مقياس التوافق النفسي العام).

تعريف المقابلة العيادية: تعتبر المقابلة العيادية القاعدة الأساسية التي يعتمد عليها تكون المختص النفسي وهي تتركز على أساسها على الانتاج اللغوي.

وفي تعريفها العام، فهي عبارة عن لقاء يجمع بين شخص احدهما المختص النفسي العيادي والآخر المفحوص (الزبون) يتبادلان الحوار ضمن علاقة لا متناظرة من حيث التوقع ضمن هذه العلاقة التبادلية والتفاعلية، وكذا من حيث مصدر الطلب الذي حدد

اللقاء، وهي تهدف الى فهم التوظيف النفسي للمفحوص من خلال التركيز على الخطاب والمعاش والعلاقة في اطار وضعية تفاعلية تتمحور حول المشكلة الفردية في محاولة لمساعدة المفحوص على التخلص من المشكلة.

مقياس كوبر سميث لتقدير الذات

تعريف : صمم هذا المقياس من طرف الباحث الأمريكي : (كوبر سميث " Cooper " Cmith) سنة 1967 ، و هذا المقياس اتجه تقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية ، الأكاديمية ، العائلية ، و الشخصية .

وتضيف ليلي عبد الحميد (1985) أن مقياس كوبر سميث تمت ترجمته إلى العربية من طرف فاروق عبد الفتاح (1981) كما عدلت مقاييس تقدير الذات لديه و غيرت عناوينها.

أما العنوان الجديد الذي استخدم سنة 1981 هو:

— مقياس خاص بالصورة الخاصة بالمدرسة ، يستعمل مع تلاميذ تتراوح أعمارهم بين (8 سنوات — 15 سنة) و يتضمن 58 عبارة (50 عبارة لمقياس تقدير الذات و 8 عبارات تكون مقياسا للكذب) .

— مقياس خاص بالصورة الصغيرة بالمدرسة : يستعمل مع تلاميذ تتراوح أعمارهم بين (8 سنوات — 15 سنة) ، و يتكون من 25 عبارة لمقياس " تقدير الذات " و لا يشمل مقياس الكذب

— مقياس الصورة الخاصة بالكبار ، و هو المقياس المستخدم في دراستنا هذه ، و هو خاص بالأفراد الذين يتجاوزون سن 16 سنة ، و يتكون من 25 عبارة ، تنقسم إلى عبارات سالبة و عبارات موجبة و هي كالآتي :

العبارات السالبة ذات الأرقام:

– 23 – 22 – 21 – 18 – 17 – 16 – 15 – 13 – 12 – 10 – 6 – 3 – 2
 . 25 – 24

العبارات الموجبة ذات الأرقام :

. 20 – 19 – 14 – 9 – 8 – 5 – 4 – 1

– طريقة التصحيح :

يمكن الحصول على درجات مقياس (كوبر سميث " Coopet Smith ") باتباع الخطوات التالية :

أ – إذا كانت إجابة " لا تنطبق " على العبارات السالبة بمنحه (1) ، أما إذا كانت إجابته " تنطبق " بمنحه (0) .

ب – إذا كانت إجابة ا على العبارات الموجبة " تنطبق " بمنحه (1) ، أما إذا كانت إجابته " لا تنطبق " بمنحه (0) .

ج – يمكن الحصول على الدرجة الكلية للمقياس بجمع عدد العبارات الصحيحة و ضرب التقدير الكلي للدرجات الخام في العدد (4) .

فئات مستويات تقدير الذات .

درجة منخفضة 20 – 40

درجة متوسطة 40 – 60

درجة مرتفعة 60 – 80

مقياس بيك للاكتئاب من إعداد آرون بيك

نبذه عنه : ترجم هذا المقياس الى العربية الدكتور عبد الستار إبراهيم، ويزود هذا المقياس بتقدير صادق و واسع لمستوى الاكتئاب، يتكون المقياس من 21 سؤال لكل سؤال سلسلة متدرجة من أربع بدائل مرتبة حسب شدتها، والتي تمثل أعراضا للاكتئاب وتستخدم الارقام من 0_30 لتوضيح شدة الأعراض .

طريقة التطبيق والتصحيح :

يطبق المقياس على الأشخاص البالغين 15 سنة فأكثر.

يختار المفحوص أحد البدائل الانسب لوضعه الحالي، ويوضع دائر حوله.

درجة كل سؤال هي رقم العبارة التي اختارها المفحوص فمثلا اذا اختار المفحوص البديل 3 تعطى له الدرجة ثلاثة وهكذا.

-في السؤال 19 يُسأل المفحوص هل هو خاضع حاليا لبرنامج تخسيس؟، فاذا كان الجواب نعم تُعطى له درجة 0 اذا كان لا تعطى له الدرجة حسب اختياره للبدائل.

وتجمع الدرجات الكلية وفقا لـ :

صفر_9 : لا يوجد اكتئاب

15_10 :اكتئاب بسيط

23_16 :اكتئاب متوسط

36_24 : اكتئاب شديد

37 فما فوق :اكتئاب شديد جدا

مقياس التوافق النفسي العام لإجلال محمد سري 1986

تعريفه : أعدته لقياس التوافق النفسي العام ويتكون من 40 عبارة تقيس التوافق في أربعة ابعاد :

التوافق الشخصي : العبارات 1_10

التوافق الاجتماعي : العبارات 10_20

التوافق الاسري : العبارات 20_30

التوافق الانفعالي : 30_40

طريقة التصحيح :

تكون طريقة التصحيح من خلال العبارات حيث يحتوي على عبارات موجبة وهي 20 عبارة اذا اجاب عليها ب نعم تعطى له درجة 1 واذا اجاب عليها ب لا تعطى له صفر 0 ، والعبارات سالبة 20 عبارة اذا اجاب عليها ب نعم تعطى له درجة 1 وذا اجاب عليها ب لا تعطى له صفر 0، والعبارات كتالي :

نعم -1,3,6,7,8,12,15,16,18,19,22,23,25,27,29,31,32,34,35,40-

-2,4,5,9,10,11,13,14,17,20,21,24,26,28,30,33,36,37,38,39-

ويمكن تصنيفها كالتالي :

من 0الى 10 توافق ضعيف

من 10الى20 و 21الى30 توافق متوسط

من 31الى40 توافق جيد.

مقياس تايلور للقلق الصريح

اقتباس وإعداد_الدكتور مصطفى فهمي أستاذ ورئيس الصحة النفسية بجامعة عين الشمس، والدكتور محمد احمد غالي أستاذ علم النفس جامعة الازهر.

مقياس القلق: يقيس بدرجة كبيرة من الموضوعية مستوى القلق الذي يعانيه الأفراد عن طريق ما يشعرون به، اعراض ظاهرة صريحة، ويصلح هذا المقياس للاستعمال في جميع الاعمار، و المقياس مقتبس من مقياس القلق الصريح الذي استخدم وقنن عن طريق الاخصائية والعاملة النفسية J, A, Taylor .

طريقة التصحيح :

-تعطى درجة واحدة عن كل اجابة ب نعم.

-يدرس مستوى القلق الذي يعانيه المفحوص من خلال :

صفر_16 : خال من القلق

20_17 :قلق بسيط

26_21 : قلق عادي

29_27 : قلق شديد

50_30 : قلق شديد جدا.

الفصل الخامس

عرض النتائج وتحليلها

الفصل الخامس: عرض النتائج وتحليلها

- 1- عرض الحالة
 - 2- عرض نتائج المقابلة وتحليلها
 - 3- عرض نتائج المقابيس وتحليلها
 - 4- خلاصة الحالة
-

عرض الحالة :

تبلغ من العمر 26 سنة، متزوجة منذ 10 سنوات حيث كانت في سن 17 عند الزواج، لم تلتحق بمقاعد الدراسة اذ لم تتعلم إلا عن طريق اجتهادات خاصة في منزلها ومع أفراد أسرتها، ما كته بالبيت، لديها ثلاثة اخوة ذكور وثلاثة بنات، تحتل المرتبة الرابعة بين اخوتها، تقطن في سكن جماعي مع أهل زوجها ويبلغ زوجها من العمر 36 سنة وهو ابن عمته اذا لا يعاني من أي سوابق مرضية.

تعاني الحالة من عقم ثانوي، بعد مرور عام وثلاث اشهر من الزواج حملت وفي الشهر السادس تمت الولادة بشكل طبيعي إلا أنها كانت متقدمة وبعد الفحوصات تم الكشف على أن سبب الولادة في غير وقتها راجع لحمى في الرحم. تم فقدان الطفل في اليوم الثاني.

عرض نتائج المقابلة :

بلغ زمن المقابلة ما بين 30 الى 45 دقيقة، اذ أبدت الحالة ارتياحها في البداية وسرعة تجاوبها مع الأسئلة، لكن سرعان ما تغير حالها الى التحفظ وعدم الإجابة أو الإجابة بعبارات قصيرة لا تكاد تفهم وتفسر، وكانت تصاحب كل جواب بتتهيدة أو ابتسامة.

العلاقات الاجتماعية:

وصفت علاقتها بعائلتها قبل الزواج بأنها كانت "عادية"، وبأمها " كنت قريبة من أمي"، وعلاقتها بأهل زوجها " هاك وهاك، أحيانا مليحة وأحيانا لا"، وأردفتها بابتسامة والتي تنفي استقرار العلاقة وبأنها تواجه مشاكل معهم.

تتجنبين المناسبات؟ هل تتأثرين بنظرة الآخرين؟ : لا منتجنبش المناسبات بالعكس نحبهم، وأكد تأثر فيا " أيه تأثر فيا " .

الحياة الأسرية:

وصفت نظرتها لزواج قبل أن تتزوج بأنها "عادية جدا"، وأنا علاقتها الآن مع زوجها جيدة ومعاملته جيدة أيضا : متفاهمين، مليحة، يعني عادي، يعاملني مليح وهذا يدل على أنها وزجها لا يواجهان أي مشكل في علاقتهما وراضيان.

ما قبل العقم:

حاولت حمل بعد ما مر عام وثلاث أشهر بعد الزواج وكى حملت فقدت ابني بعد ما ولدت في الشهر السادس بسبب حمى في الرحم فقط مكان حتى سبب اخر ولا مرض، هو عاش يومين وبعد مات، ماكنتش متوقعة انو يموت ولدت بشكل طبيعي وكان بحالة جيدة. تقبلتي فقدان ابنك؟، لا، متقبلتش، حتى زوجي غاضو ومتقبلش وبكى عليه، ولفترة هذي كانت صعبة غاضنا، وزوجي كان معيا ومساندني. كم كانت المدة وحاولتي الانجاب للمرة الثانية؟ ثلاث أشهر برك .

في هذي الفترة دليل على انه مرت بأيام صعبة بسبب الفقد الغير متوقع وهي وزوجها وكانا السنن لبعضهما مما خفف وطأة الصدمة " صدمة الفقد المفاجئة".

اكتشاف العقم:

وكتاه حسيتي بالقلق بخصوص الانجاب؟ قالولي كاين لي يطولو نورمال وبعد يحملو كنت مقتنعة بها على اساس بعد فترة ونحمل، وبعد فات عام ومحملنش وليت نتقلق. وردت فعل زوجك كفاش كانت طوال هذ المدة؟، كانت عندو عادية قالي وكتاه كتب ربي هذاك هو .

كفاش واجهتي الفكرة أنو مش قادره تجيبي مرة أخرى؟، متقبلتش، كانت صعبية، نقول كفاش منقدرش نجيب طول هذ المدة، يعني منيش رح نجيب مرة أخرى!، رحت لطيب شحال من مرة عالجت ومزالني نروح، ورحت للرقاة ثاني رحنا لزوج انا والزوج، وداويت بالأعشاب عند العجائز.

عندك أمل في الانجاب؟ هه مرات نفقد الأمل ومرات لا

كفاش تشوفي حياتك الآن؟ مليحة

النظرة المستقبلية:

كيف ترين حياتك دون اولاد؟ استغرقت وقت في التفكير ثم أجابت : "نشوفها صعبية"، ثم "عادي".

2. عرض وتحليل نتائج المقاييس

مقاييس	مقاييس كوبر سميث	مقاييس التوافق	مقاييس	مقاييس بيك
التقدير الذات	النفسي العام	تايلور للقلق	الإكتئاب	من
10 ن	إجلال محمد سري	الصريح	اعداد ارون بيك	18 ن
العلامة	31 ن	قلق عادي	اكتئاب متوسط	النتائج
مستوى تقدير ذات متوسط	توافق جيد			

خلاصة الحالة:

بناء على ما ورد في فرضية بحثنا بأن: تتأثر الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم ومن خلال المقابلة والمقاييس المطبقة لقياس الصحة النفسية وذلك كل من مقاييس الاكتئاب والتوافق النفسي، وقياس تقدير الذات والقلق العام، يتضح أن الحالة لم يؤثر العمم

على صحتها النفسية بدرجة كبيرة فأعاق حياتها أي تأثير نسبي، ويظهر ذلك من خلال اجراءنا للمقابلة في الاصعدة " العلاقات الإجتماعية، الحياة الأسرية، ومراحلة قبل وبعد القعم"، وأيضا من النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق المقاييس والتي تهدف الى قياس الصحة النفسية وما مدى تأثرها، ف مقاييس الاكتئاب و مقاييس تقدير الذات كنا في المتوسط أي "اكتئاب متوسط وتقدير ذات متوسط" ، وفي مقاييس القلق " عادي " أي مستوى القلق لديها كان عادي، وتوافق جيد في مقاييس التوافق النفسي العام.

وبالتالي نصل الى أن الصحة النفسية تتأثر بالعقم بنسب متفاوتة وذلك من شخص الى آخر وراجع هذا لعدة معايير تحكم حياة المصاب بالعقم منها : المعاش النفسي، والاطار العلائقي الذي يضم الزوج وعائلة الزوج، وكذا عائلة الحالة، و معيار الشخصية أي الشخص المصاب بالعقم بحد ذاته ما مدى صلابه شخصيته وقوتها لتصدي ومقاومة كل المعوقات التي تؤثر عليها سلبا. والحالة التي تناولنها في دراستنا صحتها النفسية متأثرة بنسبة متوسطة.

خاتمة :

من عرض موضوع الصحة النفسية للمرأة المصابة بالعمم والتي أجريت دراستها بعرض مضمونها النظري وطرحه الادبي من خلال متغير الدراسة من جهة ومن خلال الدراسة الميدانية بالوقوف على واقع المرأة العقيم وبتطبيق المنهج العيادي. كان استخلاصنا من خلال تطبيق المقابلة العيادية والمقاييس مع العينة، مقياس بيك للاكتئاب، مقياس تايلور للقلق الصريح، مقياس التوافق النفسي العام لإجلال محمد سري، ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث، أن الصحة النفسية تتأثر بالعمم من شخص لآخر لكن بنسب متفاوتة أي أنها نسبية، وذلك وفق عدة معايير، تحكّم في حياة المصاب بالعمم منها:

- المعاش النفسي، - الاطار العلائقي الذي يضم الزوج وعائلة الزوج، وكذا عائلة الحالة، ومعيار الشخصية أي الشخص المصاب بالعمم بحد ذاته ما مدى صلابته شخصيته وقوتها لتصدي ومقاومة كل المعوقات التي تؤثر عليها سلبا. والحالة التي تناولنها في دراستنا صحتها النفسية متأثرة بنسبة متوسطة.

قائمة المراجع

الكتب :

- محمد قاسم عبد الله، مدخل الى الصحة النفسية، الطبعة 8، دار الفكر.
 - مصطفى حجازي، الصحة النفسية منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، الطبعة 2، المركز الثقافي العربي (دار البناء المغرب)، 2004.
 - عبد الغفار، عبد السلام، مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية، مصر، 2001.
 - ربيع محمد شحاته، أصول الصحة النفسية، مؤسسة نيل للطباعة، طبعة 2، مصر، 2000.
 - محمد إبراهيم السفاسفة، أحمد عبد الحكيم عريبيات ،مبادئ الصحة النفسية والمدرسة، دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع، 2014.
 - أديب محمد الخالدي ،الصحة النفسية (نظرية جديدة)، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان - الاردن، 2009.
 - سمير كامل أحمد ، الصحة النفسية والتوافق، مركز الاسكندرية للكتاب، 2013.
- الرسائل الجامعية :**
- زان ايمان وآخرون، تقدير الذات لدى المرأة المصابة بالعقم، مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس في علم النفس العيادي ، 2018.
 - بودحوش نصر الدين، أثر برنامج علاجي في تخفيف من حدة الاعراض الاكتئابية لدى المصابين بالعقم، لنيل شهادة ماجستير في علم النفس العيادي، 2015.
 - ادريس زغيدي ،تقدير الذات لدى الراشد المصاب بالعقم - دراسة عيادية -، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي، 2013.
 - بويزري كريمة ، التوظيف النفسي لدى النساء المصابات بالعقم، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر عيادي، 2012.

- جلاب فاطمة وآخرون، تقدير الذات والإكتئاب لدى المرأة العقيم-دراسة لثلاث حالات بعيادة خاصة بأمراض الناس والتوليد بحاسي مسعود، مذكرة تخرج لنيل شهادة ما ستر في علم النفس عيادي والصحة النفسية، 2015.

- بوعروج فريدة، الضغط النفسي عند المرأة العقيم وأثره في توافقها النفسي، مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر، 2011.

- ياسر عبد الحليم النجار، أسباب العقم في الشريعة والطب وحكم علاجه، دراسة فقهية مقارنة ، 2015

المجلات والمطبوعات :

- محمد خطاب، مشروع الصحة في ظروف الحرب، الصحة النفسية، العدد 9، 2006،صفحة201

- سعاد بخوش وآخرون، مجلة علوم الانسان والمجتمع، الضغط النفسي لدى عينة من النساء العقيمات وفق متغيري،(مدة العقم ومسببه)، المجلد 8/ العدد4، صص 1- 2، 2019.

الملاحق:

دليل المقابلة العيادية

المحور الاول : البيانات الشخصية

-السن

-السن عند الزواج

-مدة الزواج

-المستوى التعليمي

-السكن فردي أم جماعي

-المستوى الاقتصادي

المحور الثاني :العلاقات الاجتماعية

-كيف كانت علاقتك مع عائلتك وبالأخص امك؟

كيف هي علاقتك مع أهل زوجك؟

هل تتجنبين المناسبات العامة؟

هل تؤثر عليك نظرة الآخرين؟

ما هي الصعوبات التي تواجهينها مع الآخرين؟

المحور الثالث : الحياة الاسرية

-كيف كان تصورك حول الزواج؟ والحياة الزوجية قبل الزواج؟

كيف هي علاقتك مع زوجك؟

-كيف يعاملك زوجك؟

المحور الرابع : ما قبل العقم

-كم كانت فترة بين الزواج وحملك الأول؟

كيف فقدتي ابنك؟

-كيف كانت ولادتك؟ طبعتها؟

-هل تقبلي فقدانك لابنك؟

كيف كانت رجة فعل زوجك حيال هذا؟

كيف واجهتما هذه المرحلة؟

هل سانذك زوجك؟

-كم طالت المدة وحاولتي الانجاب للمرة الثانية؟

المحور الخامس: اكتشاف العقم

-متى شعرتي بالقلق حيال الانجاب.؟

-كيف كانت ردة فعل زوجك حينما لم تستطيعي الحمل للمرة الثانية؟

-كيف واجهتي هذا؟

-ماهي انواع العلاجات التي قمتي بها؟

هل لديك امل في الحمل؟

-كيف هي حياتك الآن؟ وكيف تعيشين؟

المحور السادس: النظرة المستقبلية

-كيف ترين مستقبلك دون أولاد؟

مقياس كوبر سميث لتقدير الذات

تعلية تطبق الاختبار :

اليوم سوف تقوم بملء هذا المقياس ، فيما يلي مجموعة من العبارات ، إجابتك عليها سوف تساعدني في معرفة ما تحب و ما لا تحب .

إذا كانت العبارة تصف ما تشعر به عادة فضع علامة (×) داخل المربع في خانة "تنطبق" أما إذا كانت العبارة لا تصف ما تشعر به فضع علامة (×) داخل المربع في خانة "لا تنطبق".

و لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة ، و إنما الإجابة الصحيحة هي التي يعبر بها الشخص عن شعوره الحقيقي.

العبارات: تنطبق لا تنطبق

- 1 – لا تضايقني الأشياء عادة .
- 2 – أجد من الصعب علي أن أتحدث أمام زملائي في العمل .
- 3 – أود لو استطعت أن أغير أشياء في نفسي .
- 4 – لا أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي .
- 5 – يسعد الآخرون بوجودهم معي .
- 6 – أتضايق بسرعة في المنزل .
- 7 – أحتاج وقتاً طويلاً كي أعتاد على الأشياء الجديدة .
- 8 – أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني .
- 9 – تراعي عائلتي مشاعري عادة .
- 10 – أستسلم بسهولة .
- 11 – تتوقع عائلتي مني الكثير .
- 12 – من الصعب جداً أن أظل كما أنا .
- 13 – تختلط الأشياء كلها في حياتي .

- 14 – يتبع الناس أفكارى عادة .
- 15 – لا أقدر نفسي حق قدرها .
- 16 – أود كثيرا لو أترك المنزل .
- 17 – أشعر بالضيق من عملي غالبا .
- 18 – مذهري ليس وجيها مثل معظم الناس .
- 19 – إذا كان عندي شيء أريد أم أقوله فإنني أقوله عادة .
- 20 – تفهمني عائلتي .
- 21 – معظم الناس محبوبون أكثر مني .
- 22 – أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء .
- 23 – لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال .
- 24 – أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر .
- 25 – لا يمكن للآخرين الاعتماد علي.

مقياس تايلور للاكتئاب (I, D, B)

تعليمات :

في هذه الاوراق احدى وعشرون مجموعة من العبارات، الرجاء أن أقرأ كل مجموعة على حده، وستجد أن كل أربع منها تتناول موضوعا معيناً أختار عبارة واحدة ترى انها تصف حالتك ومشاعرك خلال هذا الاسبوع، ثم ضع دائرة حول رقم العبارة التي تختارها 0 أو 1 أو 2 أو 3.

تأكد من قراءة عبارات كل مجموعة قراءة جيدة قبل أن تختار واحدة منها، وتأكد انك أجبت على كل مجموعة.

أولا :

0. لا أشعر بالحزن.
1. أشعر بالحزن
2. أشعر بالحزن طوال الوقت، ولا أستطيع أن أتخلص منه
3. أنني حزين بدرجة لا أستطيع تحملها.

ثانيا:

0. لست متشائماً بالنسبة للمستقبل.
1. أشعر بالتشاؤم بالنسبة للمستقبل.
2. أشعر بأنه ليس هناك شيء يشدني للمستقبل.
3. أشعر أن المستقبل لا أمل فيه وأن الأمور لن تتحسن.

ثالثا :

- 0- لا أشعرُ بأني فاشل.
- 1- أشعرُ بأنني فشلتُ أكثر من المعتاد
- 2- عندما أنظر الى ما مضى من سنوات عمري فأنا لا أرى سوى الفشل الذريع.
- 3- أشعرُ بأني شخص فاشل تماما.

رابعاً:

- 0- أستمتع بدرجة كافية بجوانب الحياة كما اعتدت من قبل
- 1- لا أستمتع بجوانب الحياة على النحو الذي تعودت عليه.
- 2- لم أعد أحصل على استمتاع حقيقي في أي في الحياة
- 3- لا استمتع إطلاقاً بأي شيء في الحياة.

خامساً:

- 0- لا أشعر بالذنب.
- 1- أشعرُ بأنني قد أكون مذنباً.
- 2- أشعرُ بشعور عميق بالذنب في أغلب الأوقات.
- 3- أشعرُ بالذنب بصفة عامة.

سادساً :

- 0- لا أشعرُ بأنني اتلقى عقاباً.
- 1- أشعرُ بأنني قد أتعرض للعقاب.
- 2- أتوقع أن أعاقب.
- 3- أشعرُ بأنني اتلقى عقاباً.

سابعاً :

- 0- لا أشعرُ بعدم الرضا عن نفسي.
- 1- أنا غير راضي عن نفسي
- 2- أنا ممتعض من نفسي.
- 3- أكره نفسي.

ثامناً :

- 0- لا أشعرُ بأنني أسوأ من الآخرين.
- 1- انقد نفسي بسبب ضعفي وخطائي.

2- ألوم نفسي معظم الوقت على أخطائي.

3- ألوم نفسي على كل شيء سيء يحدث.

تاسعاً :

0- أشعر بضيق من الحياة.

1- ليس لي رغبة في الحياة.

2- أصبحتُ أكره الحياة.

3- أتمنى الموت إذا وجدت فرصة لذلك.

عاشراً :

0- لا أبكي أكثر من المعتاد.

1- أبكي الآن أكثر من ذي قبل.

2- أبكي طوال الوقت.

3- لقد كنت قادراً على البكاء فيما مضى ولكنني الآن لا أستطيع البكاء حتى لو كانت

لي رغبة في ذلك.

الحادي عشر :

0- لست متوتراً أكثر من ذي قبل.

1- اتضايق وأتوتر بسرعة أكثر من ذي قبل.

2- أشعر بالتوتر كل الوقت.

3- لا أتوتر أبداً من الأشياء التي كانت توترني فيما مضى.

الثاني عشر :

0- لم أفقد الاهتمام بالناس الآخرين.

1- اني اقل اهتماماً بالآخرين مما اعتدت أن أكون عليه.

2- لقد فقدتُ معظم اهتمامي بالناس الآخرين.

3- لقد فقدت كل اهتمامي بالناس الآخرين.

الثالث عشر :

- 0- اتخذت قرارات على نفس المستوى الذي اعتدت عليه
- 1- لقد توقفت عن اتخاذ القرارات بصورة أكبر مما مضى.
- 2- أجد صعوبة أكبر في اتخاذ القرارات عما كنت أقوم به.
- 3- لم أعد أستطيع اتخاذ القرارات على الإطلاق.

الرابع عشر :

- 0- لا أشعرُ اني أبدو في حالة أسوأ مما اعتدت أن أكون عليه.
- 1- يقلقني أن أبدو أكبر سنا وأقل حيوية.
- 2- أشعر بأن هناك تغيرات مستديمة في مظهري تجعلني أبدو أقل حيوية.
- 3- أعتقد أني أبدو قبيحا.

الخامس عشر :

- 0- أستطيع أن أقوم بعلمي كما تعودت.
- 1- أحتاجُ لجهد كبير لكي ابدأ في عمل شيء ما
- 2- إن عليا أن اضغط على نفسي بشدة لعمل أي شيء..
- 3- لا أستطيع أن أقوم بعمل أي شيء على الإطلاق.

السادس عشر :

- 0- أستطع أن أنام كالمعتاد.
- 1- لا انام كالمعتاد.
- 2- أستيقظ قبل مواعي بساعة أو ساعتين وأجد صعوبة في النوم مرة أخرى.
- 3- أستيقظ قبل بضعة ساعات من مواعي المعتاد ولا أستطيع العودة للنوم مرة أخرى..

السابع عشر :

- 0- لا أشعرُ بالتعب أكثر من المعتاد.

- 1- أتعب بسرعة عن المعتاد..
- 2- أتعب من القيام بأي جهد في عمل أي شيء.
- 3- إني أتعب لدرجة أنني لا أستطيع أن أقوم بأي عمل .

الثامن عشر :

- 0- ان شهيتي للطعام ليست أقل من المعتاد.
- 1- ان شهيتي للطعام ليست جيدة كالمعتاد.
- 2- ان شهيتي للطعام اسوأ كثيرا الآن.
- 3- ليس لدي شهية على الإطلاق في الوقت الحاضر.

التاسع عشر:

- 0- لم ينقص وزني في الأونة الاخيرة.
- 1- فقدت اكثر من كيلو غرام من وزني.
- 2- فقدت أربعة كيلو غرام من وزني.
- 3- فقد ستة كيلو غرام من وزني.

العشرون :

- 0- لست مشغولا على صحتي أكثر من السابق.
- 1- اني مشغول جدا ببعض المشكلات البدنية مثل الالوجاع واضطرابات المعدة والامساك.
- 2- اني مشغول جدا ببعض المشكلات اليومية ومن الصعب أن أفكر في أي شيء آخر.
- 3- اني مشغول جدا ببعض المشكلات البدنية لدرجة اني لا أستطيع أن أفكر في أي شيء آخر.

الواحد والعشرون:

- 0- لم ألاحظ أي تغيرات حديثة في اهتمامتي الجنسية.

1- انني اقل اهتماما بالجنس عن المعتاد.

2- لقد قل اهتمامي بالجنس كثيرا.

3- لقد فقدت اهتمامي بالجنس تماما.

مقياس التوافق النفسي العام

التعليمة: اليك العبارات التالية، إقرأ كل واحدة بتأن، واجب عليها بنعم أو لا، لا وجود

لإجابة صحيحة أو خاطئة، قل فقط ما ينطبق عليك وما لا ينطبق،

نعم لا

1-أملأ حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي.

2-من المؤكد انه ينقصني الثقة في نفسي.

3-إذا فشلتُ في أي موقف فإنني أحاول من جديد.

4-أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة.

5-أشعر في حياتي بعدم الأمن الشخصي

6-أخطط لنفسي أهداف واسعى لتحقيقها.

7-أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية وحلها.

8- اتصرف بمرونة في معظم أموري الشخصية.

9-أشعرُ بالنقص وبأنني اقل من غيري.

10-بعض ظروف البيئية صعبة التغيير تؤدي الى سوء حالتي النفسية.

11-أشعرُ بالوحدة رغم وجودي مع الآخرين.

12-أتقبل نقد الآخرين بصدق.

13-أشعرُ أنّ معظم زملائي يكرهونني.

14-كثيرا ما اجرحُ شعور الآخرين.

15-أشارك في نواحي النشاط العديدة.

16-علاقاتي ناجحة وحسنة مع الآخرين.

- 17-تفصني القدرة على التصرف في المواقف المحرجة.
- 18- أتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين.
- 19-يكون سلوكي طبيعيا في تعاملي مع أفراد الجنس الآخر.
- 20-أجدُ صعوبة في الاختلاط مع الناس.
- 21-أشعرُ بالغربة وانا بين أفراد أسرتي.
- 22- تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين أفراد أسرتي.
- 23-اتشاور مع أفراد أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة.
- 24-أسبب الكثير من المشكلات لأسرتي.
- 25-أبذل كل جهدي لإسعاد أسرتي.
- 26-تتدخل أسرتي في شؤوني الخاصة بشكل يضايقني.
- 27-أحب بعض أفراد أسرتي.
- 28- أسرتي مفككة
- 29- اقضي كثيرا من وقت فراغي مع افراد أسرتي.
- 30- ترهقني مطالب أسرتي.
- 31-من الصعب أن يمتلكني الغضب اذا تعرضت لما يثيرني.
- 32- حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة.
- 33-أعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر.
- 34-عادة ما اتماسك عندما اتعرض لصدمات انفعالية
- 35- لم يحدث أنغصت حياتي مشكله انفعالية.
- 36- تمر علي فترات أكره فيها نفسي وحياتي.
- 37- اشعر غالبا بالاكئاب.
- 38-يتسم سلوكي بالاندفاع.
- 39-اشكو من القلق معظم الوقت.

40- من الصعب أن ينجرح شعوري.

مقياس تابلور للقلق الصريح

اقتباس وإعداد الدكتور مصطفى فهمي أستاذ و رئيس الصحة النفسية بجامعة عين الشمس، والدكتور محمد احمد غالي أستاذ علم النفس جامعة الأزهر.

التعليمة : المطلوب منك أن تقرأ العبارات بتمعن وتضع دائرة حول كلمة نعم إذا كانت العبارة تناسبك وتضع دائرة حولة كلمة لا اذا كانت العبارة لا تناسبك.

1	نومي مضطرب متقطع.	نعم	لا
2	مخاوفي كثيرة جدا لا أنام بالمقارنة مع أصدقائي	نعم	لا
3	يمر عليا ايام لا انام بسبل القلق	نعم	لا
4	أعتقد أنني أكثر عصبية من الآخرين	نعم	لا
5	أعاني كل عدة ليالي من الكوابيس المزعجة.	نعم	لا
6	أعاني من الألام بالمعدة في كثير من الأحيان.	نعم	لا
7	كثيرا جدا ألاحظ يداي ترتعش عندما أقوم بأي عمل.	نعم	لا
8	أعاني من إسهال كثيرا جدا.	نعم	لا
9	تثير قلقي أمور العمل والمال.	نعم	لا
10	تصيبني نوبات من الغثيان	نعم	لا
11	أخشى أن يحمر وجهي خجلا.	نعم	لا
12	دائما اشعر بالجوع.	نعم	لا
13	أنا لا أثق في نفسي.	نعم	لا
14	أتعب بسهولة.	نعم	لا
15	الانتظار يجعلني عصبي	نعم	لا

لا	نعم	16 كثيرا أشعرُ بالتوتر لدرجة أعجز عن النوم.
لا	نعم	17 عادة لا أكون هادئاً وأي شيء يسرني.
لا	نعم	18 تمر بي فترات من التوتر لا أستطيع الجلوس طويلاً.
لا	نعم	19 أنا غير سعيد في كل وقت.
لا	نعم	20 من الصعب على جدا التركيز أثناء أداء العمل
لا	نعم	21 دائماً أشعرُ بالقلق دون مبرر.
لا	نعم	22 عندما أشاهد مشاجرة ابتعد عنها.
لا	نعم	23 أتمنى أن أكون سعيداً مثل الآخرين.
لا	نعم	24 دائماً ينتابني شعور بالقلق على أشياء غامضة
لا	نعم	25 أشعرُ بأني عديم الفائدة
لا	نعم	26 كثيرا أشعرُ بأني سوف انفجر من الضيق الضجر.
لا	نعم	27 أعرق كثيرا بسهولة حتى في الأيام الباردة.
لا	نعم	28 الحياة بالنسبة لي تعب ومضايقات.
لا	نعم	29 أنا مشغول دائماً أخاف من المجهول.
لا	نعم	30 انا بالعادة أشعر بالخجل من نفسي
لا	نعم	31 انا بالعادة أشعر أن قلبي يخفق بسرعة.
لا	نعم	32 أبكي بسهولة.
لا	نعم	33 خشيت أشياء وأشخاص لا يمكنهم اذائي.
لا	نعم	34 أتأثر كثيراً بالأحداث
لا	نعم	35 أعاني كثيراً من الصداع.
لا	نعم	36 أشعر بالقلق على أمور وأشياء لا قيمة لها.
لا	نعم	37 لا أستطيع التركيز في شيء واحد.

38	من السهل جدا أن أرتبك وأغلط وعند عملي شيء أرتبك بسهولة.	نعم	لا
39	أشعر اني عديم الفائدة، أعتقد أحيانا أنني لا أصلح بالمرّة.	نعم	لا
40	أنا شخص متوتر جدا.	نعم	لا
41	عندما أرتبك أحيانا أعرق ويسقط العرق مني بصورة تضايقيني.	نعم	لا
42	يحمر وجهي خجلا عندما اتحدث مع الآخرين.	نعم	لا
43	أنا حساس أكثر من الآخرين.	نعم	لا
44	مرت بي أوقات عصبية لم أستطع التغلب عليها.	نعم	لا
45	أشعر بالتوتر أثناء قيامي في العادة.	نعم	لا
46	يдаي وقدماي باردتان في العادة.	نعم	لا
47	أنا غالبا أحلم بحاجات من الأفضل ألا أخبر أحد بها.	نعم	لا
48	تتقصني الثقة بالنفس.	نعم	لا
49	قليل ما يحصل لي حالات امسك تضايقني.	نعم	لا
50	يحمر وجهي من الخجل.	نعم	لا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Mohammed Boudiaf - M'sila
Faculty of Humanities and Social Sciences
Department of Psychology



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي أسفله:

السيد (ة):
الصفة: طالب، أستاذ، باحث
طالب

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم:
203833249. والصادرة بتاريخ:
2018/12/13

والمسجل بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة تخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)

عنوانها:
البحث النفسي للمرأة في المجتمع

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة

في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:
2022/05/28

توقيع المعني (ة)

المرجع: القرار 1082 المؤرخ في 27 ديسمبر 2020