

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الشهيد حمه لخضر- الوادي

قسم: علم النفس

تخصص: علم نفس العيادي



كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

## الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان

(دراسة عيادية لثلاث (03) حالات بمركز مكافحة السرطان بالوادي)

مذكرة مكملة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس

تحت إشراف الأستاذة

د/عمامرة سميرة

إعداد الطلبة

✓ بن عودة صبرينة

✓ مسعي سلسبيل

✓ عدايكة ايمان

السنة الجامعية: 2021/2022





# شكر وتقدير

عانينا الكثير من الصعوبات...

وها نحن اليوم والحمد لله نودع سهر الليالي ونمحو  
تعب الأيام، ونختتم مشوارنا  
الدراسي بين دفتي هذا العمل المتواضع، فالحمد لله  
الذي وفقنا

في إتمام هذا العمل

ولأنه من لا يشكر الناس لا يشكر الله

فالشكر الجزيل للدكتورة

"سميرة عمارة"

الذي تكبدت عناء الإشراف على هذا البحث ولم تبتخل  
علينا بنصائحها

كما ارفع أسمى آيات الشكر والتقدير إليه  
واطلب من الله عز وجل أن يوفقني لما فيه الخير



## الإهداء

أهدي ثمرة بحثي المتواضع ...

إلى من هيا لي أسباب النجاح وذلك طريق الصعاب ...

إلى ذر الفضل العظيم ... (الله عز وجل)

إلى من أروضتني الحب والحنن ...

إلى من احتضنتني صغيرة وصادقتني كبيرة ...

(أمي الحبيبة)

إلى من حصد الأشواق عن دربي ليمد لي طريق العلم ...

إلى القلب الكبير ...

(أبي الغالي)

إلى القلوب الطاهرة الرقيقة والتنفوس اليريد ...

إلى رياحين حياتي ...

(أفراء أسرتي)

أهدي رسالتي ...



## العنوان: الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان

### ملخص البحث

هدفت الدراسة الى الكشف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان بأبعاده الثلاث الالتزام، التحكم، التحدي، ولتحقق من صحة هذه الاهداف تم الاعتماد على المنهج العيادي، حيث انطلقت الدراسة من الاشكالية التالية:

ما مدى مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان ؟

ثم سيغت الفرضيات على اساس هذا التساؤل، بالنسبة للعينة تم اختيارها بطريقة عشوائية تتكون من ثلاث حالات من ولايات مختلفة، الاولى من ولاية تبسة (سرطان الثدي)، الثانية من ولاية بسكرة (سرطان الثدي)، الثالثة من ولاية ورقلة (الورم المفاوي)

تم استخدام مجموعة من الادوات لجمع البيانات والمعلومات منها المقابلة، الملاحظة، اختبار الصلابة النفسية لبشير معمريه. وبعد تطبيق المقياس تم التوصل إلى النتائج التالية:

- ✓ وجود فروق فردية في درجة الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان.
- ✓ المؤهل العلمي ليس له دور في ارتفاع او انخفاض الصلابة النفسية.
- ✓ ارتفاع مستوى الصلابة النفسية في المجتمع الجزائري راجع الى التشبث بالعقيدة الاسلامية والايمان القوي.

## **Title: Psychological hardness in cancer patients**

### **Research Summary**

The study aimed to reveal the level of psychological hardness among cancer patients with its three dimensions: commitment, control, and challenge.

What is the level of psychological hardness among cancer patients?

Then the hypotheses were set based on this question, for the sample was randomly selected consisting of three cases from different states, the first from Tebessa (breast cancer), the second from Biskara (breast cancer), the third from Ouargla (lymphoma).

A set of tools were used to collect data and information, including interview, observation, and psychological hardness test by Bashir Maamaria.

After applying the scale, the following results were obtained:

- ✓ There are individual differences in the degree of psychological hardness among cancer patients.
- ✓ Academic qualifications have no role in increasing or decreasing mental toughness.
- ✓ The high level of psychological hardness in the Algerian society is due to the adherence to the Islamic faith and strong faith

## الفهرس

الشكر

الإهداء

ملخص البحث

محتويات البحث

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

مقدمة..... أ

### الجانب النظري

#### الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

1/ إشكالية..... 3

2/ فرضيات البحث..... 5

3/ أهداف الدراسة..... 5

4/ أهمية الدراسة..... 5

5/ تحديد مصطلحات الدراسة..... 5

6/ الدراسات السابقة..... 6

#### الفصل الثاني: الصلابة النفسية ومرض السرطان

تمهيد..... 10

## الصلابة النفسية

- 11** ...../مفهوم الصلابة النفسية
- 12** ...../الصلابة النفسية وبعض المفاهيم المرتبطة بها
- 14** ...../النظريات المفسرة للصلابة النفسية
- 18** ...../أبعاد الصلابة النفسية
- 24** ...../اهمية الصلابة النفسية
- 25** ...../خصائص الصلابة النفسية
- 27** .....الخلاصة

## مرض السرطان

- 29** .....تمهيد
- 30** ...../مفهوم السرطان
- 31** ...../تصنيف مرض السرطان
- 33** ...../العوامل المساعدة للإصابة لمرض السرطان
- 37** ...../أعراض السرطان
- 38** ...../علاج السرطان
- 39** ...../الاثار النفسية لمرضى السرطان

7/خلاصة.....41

## الجانب الميداني

### الفصل الأول: الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.....44

1/منهج الدراسة.....45

2//الحدود الزمنية والمكانية.....47

3//عينة البحث.....47

4//ادوات البحث.....48

### الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج الدراسة

1//عرض وتحليل النتائج.....61

2//عرض وتحليل نتائج المقابلة الأولى مع الحالة(أماليز من ولاية تبسة).....61

3//عرض وتحليل نتائج المقابلة الثانية مع الحالة(فاطمة ب من ولاية بسكرة).....63

4//عرض وتحليل نتائج المقابلة الثالثة مع الحالة(بخنتة ع من ولاية ورقلة).....65

5//مناقشة الفرضيات في ضوء نتائج البحث.....67

خلاصة.....69

قائمة المصادر والمراجع

الملاحق

## قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
32	يوضح تنشؤ الورم الحميد والخبث	01
54	يبين قيم "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور	02
54	يبين قيم "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث	03
56	معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية	04
57	يبين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية	05
57	يبين معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية ومتغيري التشاؤم واليأس	06
58	يبين معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا لكرونباخ	07
59	يوضح توزيع البنود على الأبعاد	08

## قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
16	يوضح التأثيرات المباشرة والغير مباشرة للصلابة النفسية	01
17	يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية	02
18	يوضح نموذج فنك المعدل كوبازا مع المشقة وكيفية مقاومتها	03

إن الصحة النفسية والجسدية هي هدف كل إنسان ليحيا حياة هادئة وخالية من الامراض. حيث أن كل من الجسد والنفس وحدة متكاملة وغير منفصلة يؤثر بعضها على البعض تأثيرا واضحا فالأمراض الجسدية تكون لها أثار نفسية متعددة ومن بين هذه الامراض الاكثر تفشيا السرطان الذي يقتحم جسد الفرد ويعرقل حياته.

حيث يعتبر مرض السرطان مرض القرن حيث يصيب هذا المرض أي جزء من أجزاء الجسد ويحدث به انتفاخا وتورما, وتتكاثر الخلايا بشكل غير طبيعي . ولكن ما يزيد خوف الانسان هي كلمة سرطان التي تشير الى داء خطير. حيث ينتج عن هذا الداء ألام جسدية ونفسية حيث يمر الشخص بعدة مستويات من الضغوط النفسية

التقلبات العاطفية والشعورية, تغير نظراته الاجتماعية والذاتية عدم تقبله للمرض ولكن هناك من يواجه هذه الضغوط أو الصدمة النفسية ويتعايش مع مرض وتظهر لديه ملامح الالتزام والتحدي والقدرة على المقاومة هنا يسعنا القول أن للفرد صلابة نفسية عالية التي تعد مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الاثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من أثاره على الصحة النفسية والجسمية مما يجعل الفرد يتقبل التغيرات والمصاعب التي قد يتعرض لها ويعود مفهومها الى الباحثة كوبازا (1979) وتوصلت الى ان الاشخاص الاكثر صلابة هم الاكثر صمودا ومقاومة وانجزا وضبطا داخليا ونشاطا ودافعية وهذا ما تطرقنا له في دراستنا الحالية.

من اجل الامام بمتغيرات الموضوع وعناصره, تم تقسيم البحث على فصلين

- الفصل الاول: الذي مثل الجانب النظري والذي يحتوي على فصل الأول: إشكالية، فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة، اهمية الدراسة، التعريفات الإجرائية، الدراسات السابقة. أما الفصل الثاني: فتطرقنا أولا إلى، تعريف الصلابة النفسية. ابعاد الصلابة النفسية، خصائص الصلابة النفسية، اهمية الصلابة النفسية، وثانيا: مفهوم السرطان، تصنيف السرطان، اسباب السرطان، انواع السرطان وعلاجه.
- الفصل الثاني: المتمثل في الجانب التطبيقي ويحتوي الفصل الأول على الإجراءات المنهجية للدراسة ويتفرع إلى: منهج الدراسة(المنهج العيادي)، الحدود الزمنية والمكانية، عينة البحث، أدوات البحث، أما فصل ثاني فيخص عرض وتحليل النتائج، ومناقشة الفرضيات.
- وفي الاخير خلاصة عامة، قائمة والمراجع والملاحق.

# الجانب النظري

## الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

1/ اشكالية

2/ فرضيات البحث

3/ أهداف الدراسة

4/ أهمية الدراسة

5/ تحديد مصطلحات الدراسة

6/ الدراسات السابقة

### الإشكالية

تعتبر الحياة اليومية بتعقيداتها المختلفة منشأ الكثير من الصراعات والضغوطات النفسية والاجتماعية التي من خلالها تزداد تعرض الفرد للإصابة بمختلف الصراعات والاضطرابات النفسية , ومن أبرز الأمراض المزمنة في العصر الحديث , السكري وضغط الدم, ومرض السرطان , و يعتبر هذا الاخير أكثر الامراض رهبة ووقعا في نفوس الافراد .

فبالرغم من التقدم العلمي المذهل مازال التأثير السيء للسرطان على تحريض ربما يكون مدمرا , فلا تزال كلمة السرطان تستحضر مخاوف الموت والعذاب و التنشؤ والاعتماد على الغير والعجز وعادة ما يكون ردة الفعل الشعورية عند التشخيص هي عدم التصديق والاصابة بالصدمة ثم تأتي مرحلة الضيق الحادة والضياع الشديد ثم يأتي الاكتئاب و الذي ينطوي على التفكير بالموت والقلق وفقدان الشهية والأرق والعجز عن قيام بالأعمال اليومية والحياتية.

وهذا ما يجعل المصاب في دوامة الضغوطات النفسية حيث يمر الشخص الذي تم تشخيصه بمرض السرطان بعدة مستويات من الضغوط النفسية والإجهاد العصبي والتقلبات العاطفية والشعورية والقلق العصبي والتغيرات الجذرية في نمط الحياة وتغير النظر إلى الذات.

وطريقة تجاوب هذا المصاب مع ضغوطات مرضه وتقديره لذاته, تختلف من فرد إلى آخر فهناك من ينظر لنفسه نظرة عادية يتعامل مع الآخرين ويتفاعل معهم فيحسن التقييم والتقدير ويتميز بدرجة مرتفعة من الصلابة, وفي المقابل نجد من يستسلم لمرضه بكل سهولة ويرى نفسه عاجز على مواصلة العيش فيحس بنوع من النقص والخجل من نفسه يجب العزلة والانطواء و لا يعاشر أفراد المجتمع , ولا يحترم نفسه لذا ينقص من قيمته لذاته فتتخفف صلابته النفسية.

تعد الصلابة النفسية من أهم المصادر النفسية والاجتماعية التي تجعل الفرد قادرا على تحمل ضغوط الحياة. كما أنها تخفف من أثار التعرض لهذه الضغوط وهي على علاقة بمصادر المقاومة الاخرى مثل تقدير الذات والمساندة الاجتماعية.

وعليه فإن الصلابة النفسية هي مصدر الوقاية والمقاومة النفسية للضغوط أو التوتر والاحباط ومشاعر القلق وكذلك الأعراض النفسية – والجسمية ويعود مفهوم الصلابة النفسية الى الباحثة كوربازا – Korbaz – (1979) من خلال سلسلة من الدراسات والأبحاث . وتوصلت كوربازا الى أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صمودا ومقاومة وإنجاز وضبطا داخليا وخارجيا ونشاطا ودافعية. ومن هذا المنطلق نطرح اشكالية الدراسة الحالية التي تحاول الكشف عن

## الاطار العام للإشكالية

مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان استنادا إلى ذلك نطرح التساؤل التالي ما مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان?

### \_ فرضيات البحث

- ✓ مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان بمركز مكافحة السرطان بالوادي مرتفع.
- ✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان تعزى للمتغيرات الشخصية (السن، المؤهل العلمي).

### 3\_ أهداف الدراسة

- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان
- التعرف اذا كانت هناك فروق في الصلابة النفسية تعزى للمتغيرات الشخصية (السن، الجنس، المؤهل العلمي)

### 4\_ أهمية الدراسة

- يمكن لهذه الدراسة أن تفيد طلبة البحث العلمي من خلال اعتمادهم عليها كدراسات سابقة.
- يمكن لهذه الدراسة أن تعود بالفائدة على المرضى أنفسهم (حالات الدراسة).
- قد توضح نتائج هذه الدراسة بعض الأمور الغامضة حول هذا المرض و كيفية تأثيره على الجانب النفسي و الاجتماعي لدى المريض المصاب بالسرطان.

### 5\_ تحديد مصطلحات الدراسة:

#### 5-1 الصلابة النفسية:

هي الدرجة التي تحصل عليها الشخص المصاب بالسرطان على مقياس الصلابة النفسية.

#### 5-2 السرطان cancer:

هو مرض خطير الذي يستهدف خلايا الجسم الإنسان التي تعتبر الوحدة الأساسية في بناء الجسم والذي يتميز بتكاثر والانتشار السريع والعشوائي وهو أنواع : سرطان الدم, سرطان الثدي, سرطان القولون, سرطان الحنجرة, سرطان الكبد, سرطان الرئة, سرطان الرأس, سرطان الجهاز البولي, سرطان الرحم, سرطان النخاع الشوكي..... .

6\_ الدراسات السابقة

• الدراسة الأولى

-عنوان الدراسة: الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

-اسم الباحث: شافي أمينة.

-السنة: 2018

- مكان إجراء الدراسة: عين تموشنت

-عينة الدراسة:حالتين الأولى في مديرية التكوين والتعليم المهنيين والحالة الثانية في مستشفى دكتور بن زرجب.

-أدوات الدراسة: اشتملت أدوات الدراسة على مقياس الصلابة النفسية إعداد عماد مخيمر (2002م), المقابلة العيادية, الملاحظة

-فرضيات الدراسة: يوجد مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

-هدف الدراسة: يهدف هذا البحث إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية والكشف عن الأبعاد الثلاثة الآتية: الإلتزام, التحكم, التحدي.

- المنهج المتبع: المنهج العيادي

-نتائج الدراسة: أظهرت النتائج كالأتي:

الحالة الأولى: الدرجة الكلية للصلابة النفسية(131) وهذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (110-144)درجة.

الحالة الثانية: الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي(107) يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى

الحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (79-109) درجة.

(شافي أمينة,2018)

• الدراسة الثانية

- عنوان الدراسة: الصلابة النفسية عند الراشد المصاب بالسرطان
  - اسم الباحث:بوصاح حنان و بوداود خديجة
  - سنة الدراسة: 2019
  - مكان إجراء الدراسة: بومرداس
  - عينة الدراسة: تكونت العينة من (05) حالات بمستشفى برج منايل تم اختيارهم بطريقة قصدية
  - تساؤلات الدراسة: ما مستوى الصلابة النفسية لدى الراشدين المصابين بالسرطان ؟
  - هدف الدراسة: يهدف هذا البحث إلى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى الراشد المصاب بمرض السرطان ، لإلقاء الضوء على أهمية الصلابة النفسية في التخفيف من الإضطرابات النفسية المختلفة التي تصاحب مرض السرطان.
  - أدوات الدراسة: تم استخدام مقياس الصلابة النفسية محمد أحمد مخيمر(2002).
  - النتائج الدراسة: و بعد الدراسة لخمس حالات ت تراوح أعمارهم بين 32 ( و 60 سنة ) كلهم يحضون بمستوى تعليمي فوق المتوسط و كما أن جميعهم يتلقون الدعم الأسري و المساندة الإجتماعية و قد بينت النتائج المتحصل عليها من خلال كل من المقابلة العيادية نصف الموجبة و مقياس الصلابة النفسية لمخيمر و أن مستوى التحكم و الإلتزام و التحدي مرتفع عند الراشدين المصابين بمرض السرطان الخاضعين للعلاج الكيميائي و بمعناه العام أن مستوى الصلابة النفسية مرتفع عند الراشد المصاب بمرض السرطان.
- (بوصاح حنان وبودتود خديجة,2019)

• الدراسة الثالثة

- عنوان الدراسة: الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان
- اسم الباحث: خمدي سميرة و حبرتش فتيحة
- السنة: 2019/2018

## مدخل إلى الدراسة

- مكان اجراء الدراسة: مركز الوطني لمكافحة السرطان بالوادي
  - عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على 3 حالات ثم اختيارهم بطريقة قصدية
  - تساؤلات الدراسة: مستوى الالتزام/التحكم/التحدي لدى مرضى السرطان
  - فرضيات الدراسة: لدى الشحص المصاب بالسرطان مستوى مرتفع من الالتزام/ التحكم/ التحدي
  - أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى الكشف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرض السرطان بأبعاده الثلاث الالتزام،التحكم،التحدي، والتحقق من صحة الأهداف
  - المنهج المتبع: استخدام المنهج العيادي.
  - أدوات جمع البيانات: استعمل الباحث لجمع البيانات المقابلة العيادية، الملاحظة.
  - مقياس الصلابة النفسية : عماد محمد أحمد مخيمر(2002).
  - نتائج الدراسة: عدم وجود فروق في الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان رغم اختلاف الجنس/ السن. ارتفاع مستوى الصلابة لنفسية في المجتمع الجزائري راجع إلى التنشئة بالعقيدة الاسلامية والايمان القوي.
- (حمدي سميرة،حبرش فتيحة،2018،ص21)

## الفصل الثاني: الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان

أولاً: الصلابة النفسية

تمهيد

1- مفهوم الصلابة النفسية

2- الصلابة النفسية وبعض المفاهيم المرتبطة بها

3- النظريات المفسرة للصلابة النفسية

4- أبعاد الصلابة النفسية

5- أهمية الصلابة النفسية

6- خصائص الصلابة النفسية

الخلاصة

**تمهيد:**

إن مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً في علم النفس، وهي من الخصائص النفسية المهمة التي تساعد الفرد على إدراك الواقع بإيجابية ومواجهة المشكلات بفعالية حيث كانت كوبازا من الأوائل من وضع الأساس لهذا المصطلح.

## أولاً/ الصلابة النفسية

## 1- مفهوم الصلابة النفسية:

1-1 - لغة: صلب أي شديد، صلب الشيء صلابة فهو صلب أو صلب فهو شديد.

(بوجمعة حافظ، 2018، ص13)

1-2- إصطلاحاً: وقد تعرض الباحثون في علم النفس إلى تعريف الصلابة النفسية حسب

وجهة نظرهم لهذا المفهوم، وقد عرفها:

1-3- أشار مجدي (2007): إلى أن الصلابة النفسية تعني المقدرة العالية على مواجهة

الضغوط بإيجابية ومواجهة التحديات المستقبلية وإمكانية استخدام كل الوسائل

المناسبة لتفسير هذه الأحداث التي تواجهه وإيجاد طرق مناسبة لمواجهتها، وتحقيق

النجاح في الحياة.

(هلا خليل، 2017، ص07)

1-4- تعريف سيد احمد الباهض: الصلابة النفسية بأنها " إدراك الفرد وتقبله للمتغيرات أو

الضغوط النفسية التي يتعرض لها .فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية

للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالتهك

النفسى باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط " .

(فاتح، 2014، ص14)

1-5- تعريف بروكس 2005: الصلابة النفسية بأنها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع

الضغوط النفسية والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع

الإحباط، والأخطاء والصدمات النفسية والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة

واقعية لحل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الآخرين ومعاملة الآخرين بإحترام وإحترام الذات".

(عبد الرحمان, 2011)

ونرى أن الصلابة النفسية تشير إلى قدرات ومهارات شخصية يكتسبها الفرد نتيجة لمروره بخبرات حياتية ونفسية ضاغطة, بالإضافة إلى تدريبه على المهارات والمتمثلة بالصبر, العزيمة والإصرار, والتحدي والتحكم والضبط الذاتي, وتنظيم الانفعالات الشخصية, بالإضافة إلى القدرة على التخطيط والتنفيذ والسيطرة على مجريات الأحداث والتحكم بها لتحقيق الأهداف الشخصية.

## 2- الصلابة النفسية وبعض المفاهيم المرتبطة بها

هناك العديد من المتغيرات والمصطلحات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً ومتداخلاً مع متغير الصلابة النفسية حيث هذا المتغير عام ويشتمل على العديد من السمات الشخصية السيكولوجية للفرد فقد أشارت (مريامة الحنطالي, 2014) بأن هناك مصطلحات متداخلة مع الصلابة النفسية وهي (الجلد وفاعلية الذات وقوة الأنا والتكيف).

2-1- الرجوعية النفسية أو الجلد: هي قدرة الشخص أو الجماعة على التطور الإيجابي ومواصلة توجه البناء نحو المستقبل على الرغم من وجود الجرح الصدمي ويتجه المسار الرجوعي في الشخص بفعل التفاعل بين الفرد نفسه ومحيطه.

(بن قاسي دليلة, دلهوم ريمة, 2017, ص10)

يعرفها نوربير سلمي: على أنها مقاومة الفرد أو الجماعة لعوامل وجودية صعبة بالتالي القدرة على العيش والنمو رغم الظروف الغير ملائمة أو الكارثية

(بوسنة عبد الوافي زوهير, 2012, ص125)

2-2- فاعلية الذات: هي توقع الفرد بأنه قادر على أداء تنفيذ السلوك الملائم والمناسب الذي يحقق نتائج مرغوب فيها, تخدم صحته وتزيد من ثقته وقدرته على مواجهة التحديات التي يواجهها في حياته اليومية.

**يعرفها Bandura 1989:** بأن تقييم الفرد لمدى فاعليته، وكفائته في مواجهة المواقف التي تحتوي على المشقة والشدة غير المتوقعة.

لقد ميز باندورا بين معنيين للفاعلية:

**2-2-1- الفاعلية الذاتية المتوقعة:** وتعني شعور الفرد بقدراته أو عجزه عن القيام بسلوك معين أو إنجاز ما يضمن هذا الشعور بالقدرة على التحكم.

**2-2-2- الفاعلية الذاتية المرجعية:** اعتقاد الفرد بأن السلوك الذي يقوم به سوف يوصله إلى النتائج التي يتمناها وتعرف على مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد، وهي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة، وكذلك التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة وتحدي الصعاب.

(عيساوي مروة وآخرون، 2018، ص 14-15)

**2-3- قوة الأنا أو مرونة الأنا:** تعد الأنا من المفاهيم الجوهرية في نظرية التحليل النفسي عند فرويد فهي محور التوازن بين الرغبات ذات الصراع وبين المكون الرئيسي للجهاز النفسي إضافة إلى أن (أنا فرويد) قد تبنت هذا المفهوم في نظريتها من خلال سيكولوجية الأنا وأيضاً فإنها ترى أن الإنسان يتأثر بماضيه وحاضره أشارت إلى أن الأمر لا يقتصر على الخمس سنوات الأولى التي حددها فرويد لتكوين الشخصية وان هناك عمليات شعورية يدركها الفرد وهي السؤولة في مجملها عن وضيقة الأنا.  
(محمد محمود قطب ابراهيم، 2017، ص 37)

ونرى بأن قوة الأنا هي المحاولة الدائمة والمستمرة في القدرة على إعادة تنظيم الشخصية وتخطي المحن والصعاب والضغط على السلوكيات السلبية الغير مرغوب فيها إجتماعياً أو دينياً أو تربوياً أو ثقافياً أو مهنياً والعمل على تقديم السلوك السوي الذي يتوافق مع المجتمع والمواقف الحياتية للحفاظ على الذات.

**2-4- التكيف:** لغة، كلمة تعني التألف والتقارب واجتماع الكلمة، فهي نقيض التخالف والتنافر والتصادم والتكيف في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها

الشخص إلى أن يغير سلوكه، ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة . وبناء على ذلك الفهم نستطيع أن نعرف هذه الظاهرة بأنها القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين المرء وبيئته.

(مصطفى فهمي، 1978، ص11)

### 3- النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

نعرض أبرز النظريات التي تناولت موضوع الصلابة النفسية بالبحث والتفسير .

#### أ- نظرية "كوبازا" kobasa

قدمت الباحثة الأمريكية "سوزان كوباز" مصطلح الصلابة النفسية للمرة الأولى عام 1979 في مقالة بعنوان "أحداث الحياة الضاغطة، الشخصية والصحة: تحقيق للصلابة النفسية"، وهي ترى أن تعرض الأفراد للضغوط أمرحتمي لا مفر منه، فالحياة مليئة بالصعوبات والعقبات والنكسات والظروف الصعبة، والأفراد لا يستطيعون تجنب الفشل أو الإحباط أو الشعور بالاغتراب، ولا يمكنهم الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل الحياة المعاصرة.

وقد صاغت "كوبازا نظريتها في الصلابة النفسية من خلال اعتمادها على نتائج سلسلة من الدراسات التي أجرتها في أعوام (1979، 1982، 1983، 1984)، وهدفت إلى معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم الجسمية والنفسية على الرغم من تعرضهم للضغوط. وقد أجريت هذه الدراسات على عينات متباينة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا، ومن المحامين، ورجال الأعمال. فقد أجرت "كوبازا" عام (1982) دراستها الأساسية بعنوان "الصلابة النفسية وعلاقتها بتخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية". وقد هدفت هذه الدراسة لمعرفة أثر الصلابة النفسية ومكوناتها، في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية.

(هلكا علاء الدين، 2016، ص19)

وطرحت "كوبازا" الافتراض الأساسي لنظريتها، بعد أن أجريت دراسة على رجال الأعمال و المحامين و العاملين في الدرجة المتوسطة و العليا في الصحة النفسية و الجسمية و الأحداث الصادمة. وقد خرجت ببعض النتائج والتي كان منها:

الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية و الجسمية و هو الصلابة النفسية بأبعادها "الالتزام، التحكم، التحدي".  
إن الأفراد أكثر صلابة حصلوا على معدلات اقل في الإصابة بالاضطرابات النفسية رغم تعرضهم للضغوط الشاقة.

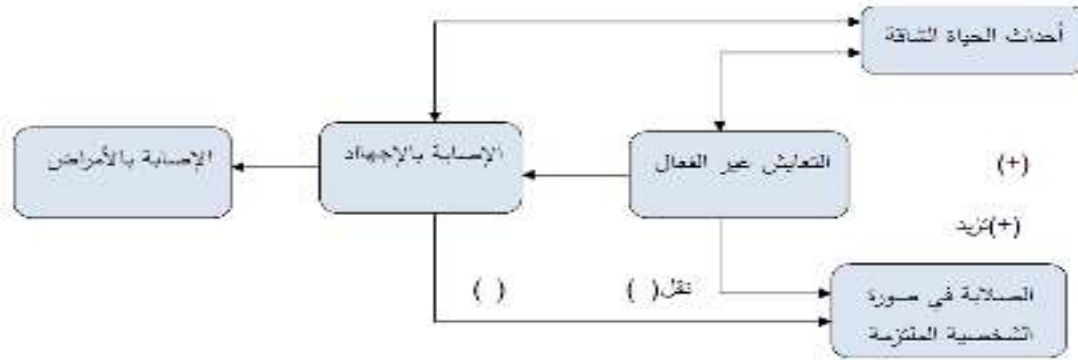
فكان هذا الافتراض أن التعرض للأحداث الصادمة الحياتية الشاقة يعد أمراً ضرورياً، بل انه حتمي لا بد منه لارتقاء الفرد و نضجه الانفعالي والاجتماعي و إن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى و تزداد عند التعرض لهذه الأحداث الصادمة، ومن ابرز هذه المصادر الصلابة النفسية.

وقد فسرت "كوبازا" الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض، أدى إلى تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي تؤديها للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة.

وترى "كوبازا" إن الأفراد الذين يتسمون بصلابة نفسية يكونون أكثر نشاطاً ومبادرة وقيادة وضبط داخلي، وأكثر صموداً ومقاومة لأعباء الحياة وشد واقعية وانجاز و سيطرة وقدرة على تفسير الأحداث.

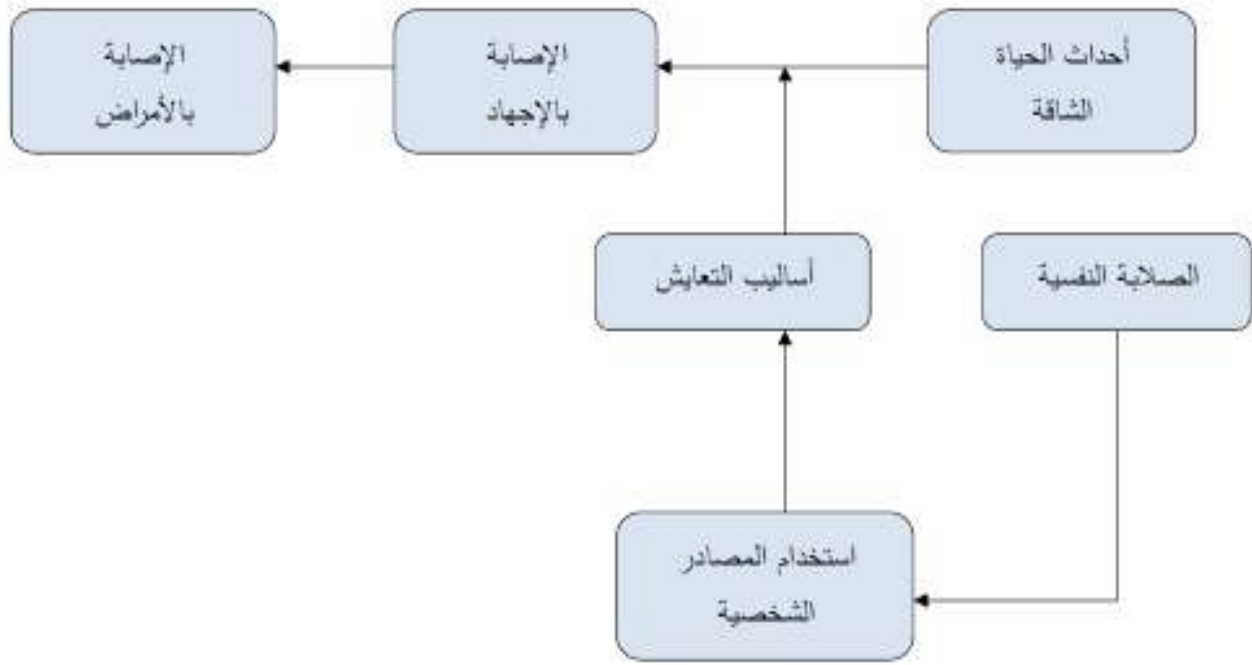
كما يجدون أن تجاربهم ممتعة و ذات معنى، وعلى العكس فإن الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم بدون معنى و يشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها، أو عندما تخلو من التجديد فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة.

وفيما يلي عرض لبعض الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد وتوضح منظرا جديدا للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث:



شكل رقم 01: التأثيرات المباشرة وغير مباشرة للصلابة النفسية

يوضح الشكل رقم ( 01 ) آثار الصلابة النفسية في صورة الشخصية الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة إذا انخفضت أساليب التعايش غير الفعالة.



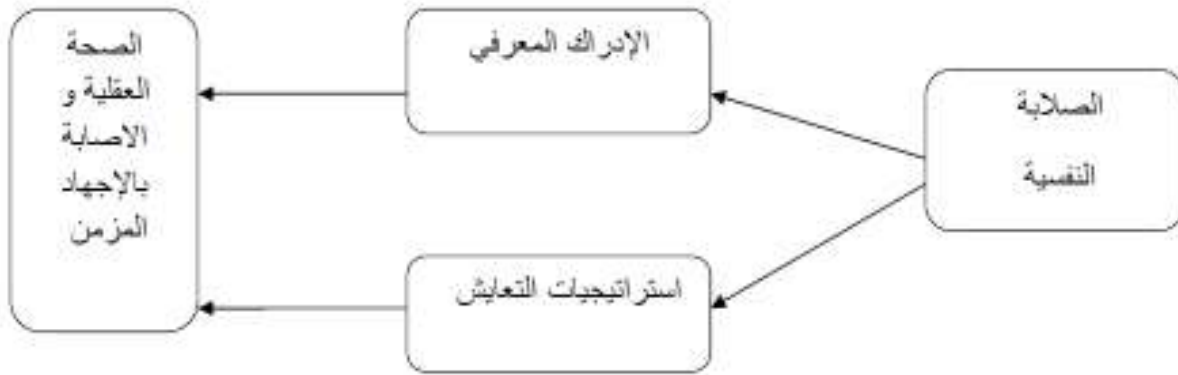
الشكل رقم 02: يوضح التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية

يوضح الشكل رقم ( 02 ) إن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي يقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغوط، وتزيد من استخدام الفرد لأساليب المواجهة الفعالة. (بن قاسية دليلة، دلهوم ريمة، 2017، ص14-16)

### ب- نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا(1993):

لقد ظهر في مجال الوقاية حديثاً من الإصابة بالإضطرابات أحد النماذج الذي حاول تعديل نظرية كوبازا وأعاد النظر فيها ، وهذا النموذج قد قدمه فنك وذلك من خلال دراسته التي كانت تهدف إلى بحث العالقة الموجودة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى وذلك على عينة قوامها (167)جندياً إسرائيلياً ، واعتمد فنك على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة ، وقد قام الباحث بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الصعبة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية.

كما توصل فنك إلى ارتباط مكثف مع الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد ، فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال ، وبالأخص إستراتيجية ضبط الإنفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك لموقف على أنه أقل مشقة ، واستخدام إستراتيجية حل المشكلات. (شابي حليمة،نواورية أمال،2017،ص14) فطرح فنك نموذجه ويوضحه الشكل التالي :



الشكل رقم (03): نموذج فنك المعدل كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها

#### 4- أبعاد الصلابة النفسية

توصلت كوبازا (1979) Kobaza ، إلى ثلاثة أبعاد تتكون فيها الصلابة النفسية وهي : الالتزام، التحكم، التحدي، ورأيت أنني قد أضيف بعدين هما الصبر، والإيمان بالقضاء والقدر، وذلك لمناسبتهم للبيئة الفلسطينية التي تتميز باعتناق الدين الإسلامي، وسأتكلم عن هذه الأبعاد بشيء من التفصيل كما يلي:

**أولا الإلتزام:** يعتبر مكون الإلتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة وصفها مصدرا لمقاومة ميزان المشقة.

**تعريف الإلتزام:** هو اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم، واعتقاده أن لحياته هدفا ومعنى يعيش من أجله.

**ويعرف (عماد مخيمر، 1997):** أنه نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه، وقيمه والآخرين من حوله.

**ويعرفه (عبد الرحمن أبو ندى، 2007):** بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه، وقيمه في الحياة، وتحمله المسؤولية، وأنه يشعر أيضا إلى اعتقاد الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته، أو للجميع.

من خلال التعريفات السابقة تبين أن الإلتزام هو تبني الفرد لقيم، ومبادئ، ومعتقدات، وأطراف محددة، وتمسكه بها، وتحمله المسئولية تجاهها وتجاه نفسه ومجتمعه، وهذا يعكس مستوى الصلابة النفسية للفرد.

**أنواع الإلتزام:** تناولت كوبازا (1979)، وآخرون مكون الإلتزام الشخصي أو النفسي، إلا أن وويب ذكروا أنواعا مختلفة للإلتزام، فهناك الإلتزام تجاه الذات، وهناك الإلتزام الاجتماعي، والإلتزام الأخلاقي، ويوجد أيضا الإلتزام الديني، والإلتزام القانوني.

وكذلك تناولت كوبازا، مكون الإلتزام الشخصي في واقعها حيث رأت أنه يضم كلا من:

(١) الالتزام نحو الذات، وعرفته بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين.

(٢) الالتزام تجاه العمل، وعرفته بأنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته في إنجاز عمله، وضرورة تحمله لمسئوليات العمل والالتزام.

وقد تناول عبد الرحمن أبو ندى ، الالتزام وصنفه في ثلاثة أنواع وهي:

1- الالتزام الديني : حيث عرفه بأنه التزام المسلم بعقيدة الإيمان الصحيح، وظهور ذلك على سلوكه بممارسة ما أمر الله به والانتهاز عن إت يان ما نهى عنه "الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر".

2- الالتزام الأخلاقي: وقد عرفه جونسون (2004) ، بأنه "اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقته الشخصية والاجتماعية"، ويحمل هذا التعريف للالتزام في مضمونه لهذا الشكل معنى الإكراه الذاتي الذي أشار إليه جونسون بوصفه التزاما داخليا يرتبط بالقيود الاجتماعية، إلا أن التزام الفرد بعلاقة ما يرتبط بوجود قيمة أو هدف داخلي تجاه العلاقة ولا يرتبط بالجوانب الأخلاقية الاجتماعية، فالفرد حين يلتزم بمجموعة من العلاقات الاجتماعية الحميمة فإنه يلتزم بها من واقع سعادته بها ورضاه

عنها، وهذا المعنى أشار إليه إكليي ،وأما سيزنبرج فقد أشار إلى رأي مخالف، حيث إن الفرد يستطيع الدخول في كثير من العلاقات دون التزامه بها، أو استمراره فيها، على الرغم من رضاه عنها، مثل ذلك العلاقات العاطفية، وأيد روزبلت كيلبي، مشيرا إلى أنه قد تبين أن الارتباط بين الالتزام والرضا صفة أساسية، ومن هؤلاء فلتشر ، وهيرون وكرامر وفرنشار.

وتعكس هذه التعريفات للالتزام الأخلاقي النظرة الغربية له، وهي نظرة دنيوية بعيدة كل البعد عن الالتزام الأخلاقي، وهي تدعو إلى الانحلال والانخراط في علاقات مشبوهة تسيء إلى الفرد ومجتمعه، فالأصل في الالتزام الأخلاقي هي التزام المسلم بالقيم والأخلاقيات التي ترجع في أصلها إلى الأديان والعقائد، ومن ثم فالأخلاقيات التي يجب أن يلتزم بها الأفراد في المجتمع المسلم مصدرها القرآن والسنة ورأي العلماء المسلمين والموحدين، فالمسلم يستمد أخلاقه وقيمه من القرآن والسنة ويتعلمها ويلتزم بها فيحيا حياة طاهرة مستقرة.

3- **الالتزام القانوني:** الذي ارتبطت طبيعته ببعض المهن، وميزت محدداته طبيعة المهن، ومن أبرزها مهمة المحاماة، فنجد أن ممارسي المهنة يلتزمون بالجوانب القانونية بوصف محدود لطبيعتها الشاقة، كما يلتزمون بنفس المحددات القانونية أثناء ممارسة حياتهم الشخصية.

ويعرف علي أنه اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبرا بواسطة السلطة المختصة في حالة الخروج عنها أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة للسلوكيات العامة داخل المجتمع .

(وليد عبد الرحمان، 2018، ص471-475)

**ثانياً: التحكم:** هو الميل نحو الشعور بأن الفرد هو المؤثر في أحداث الحياة وهذا لا يعني التوقع الساذج لتحديد نتائج أحداث الحياة، بل يعني إدراك الذات على أنها ذو تأثير واضح من خلال ممارسة الخيال، والمعرفة، والميارة، والإختيار، والتحكم يعزز إدراك مقاومة الضغوط من

خلال زيادة توقع أن تكون الأحداث ذو خبرة وأنها نتيجة طبيعية إنفعال الفرد، وهي ليست خبرات غريبة أو غير متوقعة.

(أمل عبد الله، 2015، ص451)

تعرفه الباحثة إجرائياً: أنه قدرة الفرد على التأثير على أحداث الحياة، والقدرة على تطوير الخيارات المواجهة، وتحمل مسؤولية مايتخذه الفرد من قرارات، والقدرة على تفسير أحداث الحياة تفسيراً عقلانياً ، وبذل المزيد من الكفاح والجيد لضبط مشكلات الحياة والسيطرة عليها.

-ويتضمن التحكم لدى الفرد أربع صور رئيسية هي:

### 1. القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل المتعددة:

ويشمل هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار طريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه، ولهذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف حدوثه حيث يتضمن الاختيار من بين البدائل.

### 2. التحكم المعرفي المعلوماتي واستخدام العمليات الفكرية في الحدث الضاغط:

يكون في القدرة على التحكم باستخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة، كالتفكير في الموقف و ادراكه بطريقة ايجابية و متفائلة و تفسيره بصورة منطقية و واقعية و عمل خطة للتغلب على المشكلة، بمعنى آخر الشخص يتحكم في الحدث الضاغط باستخدامه بعض الاستراتيجيات العقلية، ويختص التحكم المعلوماتي بقدرة الفرد على استخدام كافة المعلومات المتاحة من الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه.

### 3. التحكم السلوكي

هو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز والتحدي، ويقصد به التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة بمعنى التحكم بأثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات المخططة لها لتغييره وتعديل وقع الحدث الضاغط.

## 4. التحكم الإسترجاعي

يرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي إلى استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد من الموقف ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول و السيطرة عليه، مما يخفف من وقع الحدث الضاغط. (أحمد عوض، 2014، ص31)

## ثالثاً: التحدي

**تعريفه:** تُعرّفه "كوبازا" بأنه: " اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة، هو أمرٌ طبيعي بل حتميٌّ لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه تهديداً لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية ".

كما يعرف توماكا 1996 tomaka التحدي بأنه "تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردًا على المتطلبات البيئية وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فسيولوجية أو سلوكية وقد تجتمع معًا وتوصف بأنها استجابات فعالة."

ويعرفه (مخيمر، 1997، 14) بأنه " إعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغييرٍ على جوانب حياته، هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً مما يساعده على المبادأة و استكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط عليه" ويتضح من ذلك أن التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة ، وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة ، باعتبارها أموراً طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه ، مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية ، وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة ، وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة ، وإذا اتسم المرء بقوة التحدي وهو يعني اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري وبشكل فرصة للنمو وللنضج وليس أمراً باعثاً على التهديد فإنه يستمر في التعلم من تجاربه السابقة والموجبة ، ويعتبرها مصدراً للنمو والإنجاز ، وعلى ذلك فإن الحرص على المرور بتجارب مألوفة والإحساس بالتهديد نتيجة للتغيير تبدو له أموراً سطحية

، كما يعتقد بأن التغيير وليس الثبات هو الطبيعي في الحياة ، وأن التعامل الفعال الإيجابي مع التغيير يؤدي إلى النضج وليس لتهديد الإحساس بالأمن.

(خالد بن محمد، 2012، 29-31)

### 5- أهمية الصلابة النفسية

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

- أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- رابعاً: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة.

وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية.

وقد أكدت البحوث أهمية إدراك الأحداث في الشعور بالضغوط من عدمه ، فقد وجد كل من أنه بمقارنة الأشخاص ذوي الصلابة المرتفعة بأقرانهم ذوي rodwalt & zun رودوالث وزون الصلابة المنخفضة وجدوهم يميلون أكثر للنظر إلى أحداث الحياة الماضية على أنها كانت إيجابية وكانت لديهم القدرة على التحكم فيها . ووجد مادي وكوبازا أن الأشخاص ذوي الصلابة

النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في خفض تهديد الأحداث الضاغطة من خلال رؤيتها من منظور واسع وتحليلها إلى مركباتها الجزئية ووضع الحلول المناسبة لها.

ويؤكد اليرد وسميث أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية وما نتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفسيولوجي ، وأن لديهم أيضًا مجموعة من الجمل الإيجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة " والتي تعرف بالالتزام والسيطرة والتحدي " التي ترجع إلى التفاؤل وهي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط.

كما تؤثر الصلابة النفسية على القدرات التكيفية فالأفراد الأكثر صلابة عندهم كفاءة ذاتية أكثر ولديهم قدرات إدراكية من ناحية أن الشخص الصلب يدرك ضغوطات الحياة اليومية على أنها أقل ضغطًا ولديهم استجابات تكيفية أكثر.

ومما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطًا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ، ليصل إلى مرحلة التوافق ، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنضرة ملؤها الأمل والتفاؤل ، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثالاً للاستحسان.

(خالد بن محمد، 2012، ص 31-32)

## 6- خصائص ذوي الصلابة النفسية

### أولاً: خصائص مرتفعي درجة الصلابة النفسية

1. القدرة على الصمود والمقاومة
2. لديهم إنجاز أفضل
3. ذوو وجهة داخلية للضبط

4. أكثر اقتداراً ويميلون للقيادة والسيطرة
5. أكثر مبادأة ونشاطاً وذو دافعية أفضل
6. ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه بدلا من شعورهم بالغبية.
7. لديهم القدرة على التحكم في الأحداث بدلا من شعورهم بفقدان القوة
8. ينظرون إلى التغيير على أنه تحد عادي بدلا من شعورهم بالتهدي.
9. يجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة الفرصة لممارسة اتخاذ

#### القرار

10. لديهم تركيز على التحمل الاجتماعي.
11. لديهم درجة دافعية مرتفعة نحو العمل.
12. لديهم قدرة على التفاعل. والتفائل الدائم.

#### ثانياً: خصائص منخفضة الصلابة النفسية

1. عدم القدرة على الصبر، وعدم تحمل المشقة.
  2. عدم القدرة على تحمل المسؤولية.
  3. قلة المرونة في اتخاذ القرارات.
  4. فقدان التوازن.
  5. الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة.
  6. سرعة الغضب والحزن الشديد ويميلون إلى الاكتئاب والقلق.
  7. ليس لديهم قيم ولا مبادئ معينة.
  8. التجنب، والبحث عن المساندة الاجتماعية.
  9. عدم القدرة على التحكم الذاتي
- (ناصر الدين إبراهيم، ص 65\_66)

**الخلاصة:**

إن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي لفرد يعينو على التكيف مع أحداث الحياة الضاغطة وتخلق نمطا من الشخصية شديدة الاحتمال، تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفيف من آثارها السلبية وتجعل الفرد قادر على التحكم في مشاعره، وحل مشكلاته وله القدرة على الإلتزام والتحدي ليصل إلى مرحلة التكيف.

**تمهيد**

سرطان مصطلح عام يشمل مجموعة كبيرة من الأمراض. تتميز خلاياها بانتشارها الغير محدود في جميع أجزاء الجسم. التي يمكن أن تصيب كل المراحل العمرية عند الانسان حتى الاجنة كما يعتبر هو ثاني سبب رئيسي للوفاة على مستوى العالم.

## ثانياً/ مرض السرطان

## 1- مفهوم السرطان:

1-1 **التعريف الأول:** تتكون أعضاء وأنسجة أجسامنا من لبنات صغيرة تسمى الخلايا. السرطان هو مرض يصيب هذه الخلايا ينجم عن نمو غير منضبط لخلايا غير طبيعية الذي يمكن أن يحدث في أي جزء من الجسم. تنمو الخلايا غير الطبيعية بسرعة أكبر من الخلايا الطبيعية ، وتشكل في النهاية تورم سرطاني. ثم يتنافس التورم السرطاني مع الخلايا الطبيعية للحصول على المواد الغذائية و إمدادات الدم. ثم قد تنتشر الخلايا السرطانية تدريجيا في مجرى الدم أو تنمو في الهياكل المحيطة الأمر الذي قد يجعل الأمر علاجها أكثر صعوبة أو يكون من المستحيل علاجها. كلما تم الكشف عن مرض السرطان في وقت مبكر كلما كانت هناك فرصة أفضل لعلاجها والعيش لفترة أطول.

1-2 **التعريف الثاني:** نمو غير طبيعي لخاليا الجسم هي:- وحدة تكوين الأجسام الحية والجسم البشري، ولها وظيفتان:- التكاثر ووظيفة أخرى تخصصية تختلف باختلاف نوع الخلية قد تكون هذه الوظيفة التخصصية "حركة" كما في العضلات أو "إنزيمات"، أو "إفراز" عصارة، أو غير ذلك من الوظائف الحيوية، وفي الجسم البشري المكتمل النمو تكون الوظيفة التخصصية هي الأساس بينما يقتصر التكاثر على عدد قليل من الخلايا.

(زايد، 2016، ص 400 )

1-3 **التعريف الثالث:** السرطان ورم مستدير في أكثر الأمر الزم الأصل فهو في العضو أكثر منه خارج، له أصل كبير وعروق ممتدة منها خضر وفي مجسته حرارة على الأمر

الأكثر وله ضربان ما، وربما كان أشد ويكون صغيرا ثم يكبر قليلا ، ويعرض في الأكثر في الأعضاء العصبية، وإن تقرح أو بط انقلبت وغلظت شفاهه واحمر وصار وحشا ولم يبرأ إلا باستئصاله وسل عروقه .

(الدوسري ، 2020، ص722)

## 2-تصنيف مرض السرطان:

قبل الإشارة إلى تصنيف السرطانات، لابد من التطرق إلى التسميات التي عادة تطلق على أي نمو غير طبيعي:

- الورم Tumor : هو أي نمو أو تضخم غير طبيعي، أو ظهور كتلة غريبة في الجسم، ويعتبر الورم مرادف لكلمة تنشؤ Neoplasm ،ولكن يقصد بالورمالتنشؤ الصلب، وتوجد تنشؤات غير صلبة مثل اللوكيميا لا تنتج أوراما.

- التنشؤ Neoplasm :وهي كلمة انجليزية، تعتبر أكثر دقة من كلمة ورم. وتعني تكاثر الخلايا ذات الطفرات الجينية والخلايا المنتشئة نوعان:

➤ **تنشؤ ورم حميد Begnin** :وهو تنشؤ يتصف بأن نموه وتكاثره محدود غير غازي ولا يتميز بالانتشار ،يمكن استئصاله دون أن يعود للنمو ثانية فيأغلب الأحوال والأهم من ذلك أنه نادرا ما يعد مهددا للحياة.

➤ **تنشؤ ورم خبيث Malignant** :وهو ما يقصد به السرطان Cancer و هوالنوع الخطر، الذي يتميز إضافة إلى البنية والنمو الشاذين بالمقدرة على غزوالأنسجة أو الأعضاء الحيوية سواء المجاورة لموضع نشوئه أو البعيدة والتأثير عليها وأحيانا تدميرها وذلك لمقدرة خلاياه على اختراق الأنسجة والانتشاروالانتقال من مواضع نشوئها إلى

مواقع أخرى بالجسم وفي الأغلب يتم انتقالها إلى المواقع البعيدة عبر الدورة الدموية والجهاز الليمفاوي.

والجدول التالي يوضح الفروق بين تنشؤ الورم الحميد والخبيث:

الجدول رقم (1): يوضح الفروق بين تنشؤ الورم الحميد والخبيث

الأورام الخبيثة	الأورام الحميدة	
يغزو النسيج الطبيعي المحيط يكون محاط بمحفظة واضحة وتكون حدوده مختلطة مع النسيج الطبيعي.	يدفع بالنسيج الطبيعي جانب يكون محاط بمحفظة واضحة الحدود.	توضع الورم
قد يؤدي إلى حدوث التوضعات في العقد اللمفية القريبة والبعيدة كما يصيب الورم أعضاء أخرى.	يعتصر على الكتلة الورمية ونموها.	مدى انتشاره
قد تكون سريعة أو بطيئة.	بطيئة.	سرعة النمو
قد تكون مميتة إذ لم يعالج الورم.	عادة حميدة.	النتيجة
قد لا تكون الجراحة وحدها شافية وتحتاج إلى علاج كيميائي أو إشعاعي داعم.	الجراحة شافية.	العلاج

ويكون تصنيف السرطانات بناء على التشابه بين الخلية السرطانية، والخلية السليمة كما يلي:

- سرطانة Carcinoma :وهي سرطانات تتبع من الخلايا الظهارية cells Epithelial ،وهي تشكل أكبر مجموعة من السرطانات عامة وخصوصا سرطان الثدي، والبروستاتا والرئة والبنكرياس
- ساركومة Sarcoma :وهي سرطانات تتبع من النسيج الضام Mesenchymal أو من خلايا اللحمة المتوسطة، Tissue Connective cells
- ميلوما Myeloma : وهو تنشؤ خبيث ، ينشأ في خلايا البلازما للنخاع العظمي.
- ليمفوما lymphoma : هو سرطان ينبع من الجهاز اللمفاوي.
- الليوكيميا leukemia : وهو سرطان ينبع من الخلايا المكون للدم hemopoietic (مرازقة ، 2008/2009، صفحة 85/87 )

### 3-العوامل المساعدة للإصابة بالسرطان:

كان الاعتقاد السائد في الماضي أن السرطان هو نتيجة خطأ وراثي؛ أما الآن فتشي رالتقديرات إلى أن (80%) على الأقل من جميع حالات السرطان يلعب فيها العامل البيئي دورا ما؛ إذ يحدث هذا العامل التغييرات التي تسبب تحول الخلايا الطبيعية إلى سرطانية، وهذا الفهم للتأثير الهائل للعوامل البيئية هو تطور مشجع لأنه يشير إلى أن الاهتمام يجب أن يتركز على تحديد العوامل التي تعرض للإصابة بالسرطان كي يتم تجنبها، ونعني

بالعوامل المساعدة الظروف والحالات التي تزيد احتمالات ظهور السرطان ،ويمكننا تصنيف هذه العوامل فيما يلي:

### 3-1 العوامل الفيزيائية:

إن التعرض المفرط لضوء الشمس هو من العوامل العامة للتعرض للإصابة بسرطان الجلد، كما أن التعرض للإشعاعات الأيونية من أنواع مختلفة يزيد إلى حد بعيد من خطر الإصابة بالسرطان، فوجود اللوكيميا (سرطان مجموعات خلايا الدم البيضاء)

ازداد بشكل هائل بين الناجين من القنبلة الذرية، وقد ظهر بينهم المرض في فترة السنوات الثلاث إلى الخمس التي تبعت الانفجار.

في السنوات الأولى لتطوير تكنولوجيا أشعة "إكس" لم يكن الفيزيائيون الذين يعملون في مجالها على معرفة جيدة بمخاطر هذه الأشعة، ولم يتوخوا نفس الحذر من استعمالها كما يفعل علماء الأشعة اليوم، وكان أمثال هؤلاء الفيزيائيين معرضون للإصابة باللوكيميا بنسبة تبلغ 10 مرات نسبة الإصابة بين الفيزيائيين عامة.

### 3-2 العوامل الكيميائية:

يعرف عن الكثير من المواد الكيميائية الصناعية أنها تعرض للإصابة بالسرطان ف: قطران الفحم ومستحضرات الكريوسوت (سائل زيتي تستحضر بتقطير القطران) يسببان سرطان الجلد.

أما المستحضرات الزرنخية فهي أيضا تسبب سرطان الجلد حتى وإن أخذت ع نظريق الفم، كذلك فأصباغ الأنالين قد تؤدي إلى الإصابة بسرطان المثانة في حالة ما إذا تعرض

لها الشخص باستمرار، ويفترض في هذه الحالة أن المثانة هي العضو المعرض للإصابة لأن المواد المسببة للسرطان يتم التخلص منها عن طريق البول.

وظهر مؤخرا اهتمام كبير بسبب الأدلة المتزايدة على استعمال هرمون الاستروجي نالصناعي من قبل النساء المريضات يزيد من احتمال إصابتهن بسرطان المهبل، وعنق الرحم، ومما أيد هذا الاهتمام ملاحظة كون البنات المراهقات اللواتي تلقت أمهاتهن الاستروجين الصناعي خلال أشهر الحمل الثلاثة الأولى معرضات أكثر من غيرهن للإصابة بسرطان المهبل وعنق الرحم، وهكذا يبدو أن هناك انتقال فيالتأثير من جيل إلى جيل.

أما المشروبات الكحولية فمن الصعب تحديد التأثير الدقيق لها لأسباب عديدة، أولها أن الأشخاص الذين يتناولونها غالبا ما يكونون من مدخني السجائر، وهكذا فإنهم عندما يظهر السرطان لا يعود باستطاعتنا الجزم فيما إذا كان بسبب الكحول أوالسجائر، وتدخين السجائر مسؤول عن (90% على الأقل من حالات الإصابة بسرطان الرئة الذي يسبب عددا اكبر من الوفيات بين الرجال؛ مما يسبب أي نوع من أنواع السرطان.

### 3-3 العوامل البيولوجية (الفيروسات):

هناك احتمال كبير في إمكانية حدوث السرطان نتيجة فيروس ما أو مجموعة فيروسات؛ فالفيروس الحليمي البشري (HPV) يمكن أن ينتقل من خلال العلاقات الجنسية ويسبب سرطان عنق الرحم، كما نجد فيروس التهاب الكبد "C" الذي يسبب سرطان الكبد، أما فيروس (EBV) فهو يسبب سرطان الجهاز اللمفاوي أو مايعرف بداء بورلين.

### 3-4 العوامل النفسية والأورام السرطانية:

ظهر فرع جديد من الطب وهو الطب السيكوسوماتي الذي يتناول تأثير الضغوط أو الانفعالات على الاختلال الوظيفي أو المرضي، ويرى "وولف (Wolf)" أن الأمراض السيكوسوماتية ترجع غالباً لضغوط المواقف المختلفة في الحياة، هذه الضغوط التي لا تتفق مع تكريس الفرد الفسيولوجي أو النفسي، وهي مواقف يحدث فيها ما يضغط على نفسية الفرد، ويثير قلقه وتوتره حتى تؤثر على أحشائه وإفرازات غده من الهرمونات والعصارات وغيرها؛ مما يجعل الحالة الانفعالية الحشوية تأخذ صفة الاستمرار بما لا تتحملة الآليات الجسمية الداخلية فتضطرب الوظائف أو تصاب الأعضاء. ويرى الباحثون أن العامل النفسي لا يعمل لوحده؛ وإنما إلى جانب التغيير الهرموني ويعتبره البعض العامل الغلاب والفعال والمباشر في إحداث الأذى للعضو، ومن ثم فإن هذه الاضطرابات تؤثر على الجهاز العصبي والهرموني والحالة الجسمية للفرد بصفة عامة، وإن تفاعل العامل النفسي مع العامل الوراثي والبيولوجي له أثر كبير في إحداث الاضطرابات الجسمية.

ويعتبر العالم "سيمونز" "1956" Simons في كتابه الشهر (المظاهر السيكوسوماتية للسرطان) وهو من أبرز العلماء والأطباء الذين درسوا (الجزور النفسية) الكامنة وراء السرطان قد توصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. يكون هناك نوع من الصدمات النفسية؛ ما يجعل بظهور السرطان دون أن تكون تلك الصدمات هي السبب الأول للمرض.

2. إن الاضطرابات في الوظائف الغددية تثيرها وتطلقها الضغوط الانفعالي ة وخاصة تلك المتعلقة بمشكلات الطفولة أو القلق العنيد.

3. إن العلاج يجب أن يجمع بين الجراحة والأشعة وعلاج الغدد؛ بالإضافة إلى العلاج النفسي والخدمة الاجتماعية على مستوى الفرد والجماعة والعائلة.

4. عدم العزل بين العلاج النفسي والعلاج الطبي، فهما صنفان متلاحمان.

\* وقد أثبتت دراسات معاصرة على عينات عديدة مصابة بالسرطان وتمكّن المحللون النفسانيون من ملاحظة التالي:

- معظم النساء المصابات بالسرطان كن يعانين صعوبة في تقبلهن لذاتهن.

- معظم المصابات بالسرطان كنا يعانين صعوبة من مشاعر سلبية نحو الحمل والولادة وغالبا ما يكون موضع الإصابة الثدي أو الحنجرة.

- معظم المصابين والمصابات يعانون (غيره دفينه) من الأمهات في مجال الجنس والإنجاب، وفي أغلب الأحيان كانت عداوتهن مكبوتة.

ويرى الدكتور "برنارد" (Bernard) أن هناك أثرا للعوامل النفسية، وحالات القلق، واليأس والخوف والتوتر.

وهذه العوامل التي قد تكون نتاجا لأوضاع اجتماعية واقتصادية تزيد من أعباء الإنسان ومشكلاته؛ مما يترك أثره الواضح في عضوية الإنسان بما فيها ما يزيد من اضطرابات عصبية وهرمونية تعتبر من أكبر العوامل المساعدة على حدوث السرطان ونموه أو تطوره.

**4- أعراض السرطان:** إن السرطانات التي لا يمكن اكتشافها بالفحص وقبل ظهورها الأعراض لاتزال في حاجة إلى طرق لتشخيصها في مرحلة مبكرة حتى تزداد فائدة فرصة الشفاء هذا وينصح المجتمع الأمريكي للسرطان بملاحظة سبعة علامات الإنذار المبكر لظهور السرطان وهذه الأعراض لا تكتش فيه إلا بعد تقدم المرض. هذه الأعراض تشمل:

- تغيير في الحالة الطبيعية للأمعاء والمثانة.
- وجود موجع غير قابلة للالتئام.
- نزيف دموي أو إفرازات غير طبيعية.
- ظهور ورم أو تضخم بالثدي أو بأي جزء آخر.
- عسر هضم أو صعوبة في البلع.
- تغيير واضح في مظهر نتوء أو شامة بالجلد.
- وجود كحة أو صوت مبجوح بشكل مستمر.

(كوبر، 2004)

#### 5- علاج السرطان:

يقتضي العلاج الحرص بعناية على اختيار واحد أو مجموعة من التدخلات مثل الجراحة والمعالجة الإشعاعية والمعالجة الكيميائية، والغرض المنشود هو ضمان الشفاء للمرضى، وتحسين نوعية حياتهم، ويكمل الدعم النفسي خدمات التشخيص والعلاج إلى:

- العلاج الجراحي: للتخلص من الورم.
- العلاج الكيميائي: وهو أدوية تعمل على قتل الخلايا السرطانية.

- العلاج الإشعاعي: باستخدام أشعة عالية الطاقة مثل أشعة إكس.
- زراعة خلايا الجذع: بواسطة نقل نخاع العظم, ويمكن أن يؤخذ من المريض أو من متبرع.
- العلاج البيولوجي: يساعد الجهاز المناعي للجسم على الكشف عن الخلايا السرطانية ومحاربتها.
- العلاج الهرموني: بعض أنواع السرطان تتغذى من هرمونات الجسم مثل سرطان الثدي والبروستات, فعند التخلص من هرمون الجسم تموت الخلية السرطانية.
- العلاج التلطيفي: وهو علاج بغرض التحكم في مضاعفات المرض .

#### 6- الآثار النفسية لمرضى السرطان:

مازال التأثير النفسي للسرطان على المريض ربما يكون مدمرا فلا تزال كلمة السرطان تستحضر مخاوف الموت والعذاب والتشوه والاعتماد على الغير والعجز عن حماية أولئك الذين نعتبرهم أعضا علينا، وعادة ما تكون ردة الفعل الفورية عند تشخيص المرض عند الفرد ما هي إلا عدم التصديق والإصابة بالصدمة، ثم تأتيرحلة الضيق الحاد والهباج الشديد والاكنتاب الذي قد ينطوي على الإنهاك في التفكير بالمرض والقلق والموت، وفقدان الشهية والأرق وضعف التركيز والتذكروالعجز عن القيام بالأمور اليومية الحياتية.

يشير كلا من " هولاند وسرلين " إلى أن الأفراد الذين يعانون من الخوف والإصابة بمرض السرطان يتعرضون إلى حالة شديدة من القلق تقسد أدائهم، ويتطور هذا الشكل من رهاب السرطان في أعقاب محنة صحية أو في حالة فقدقريب أو صديق أصيب بالسرطان ويصبح الفرد شديد الحساسية والقلق نحو أيعرض جسمي كان يعاني منه

الشخص المتوفى خلال فترة مرضه، ويصبح الفرد حساساً لأي عرض جسمي يطرأ عليه وهو كان يتجاهله في الماضي.

ولعل المعتقدات والمزاج الانفعالي لدى مرض السرطان ومواقفهم من الوضع الجديد الذي يعيشونه بعد الإصابة وردود الأفعال النفسية والجسدية تجاه الضغوطات المستجدة على حياتهم جميعها عوامل تساهم في تفاقم المشقة النفسية عند المرضى السرطان، وتشير بعض الإحصائيات الطبية إلى أن نسبة تتراوح بين 40% إلى 60% من حالات الإعياء والتعب النفسي عند المرضى بالسرطان لا تتم عن حالات جسدية حيوية، وإنما نابعة عن حالات وظروف نفسية وتصبح حالة المريض أكثر صعوبة عندما يعاني من القلق والرهاب والاكئاب النفسي؛ إذ تبين الدراسات أن نسبة 15% إلى 25% من مرضى السرطان يعانون من أعراض الاكتئاب النفسي، ومن أهم الأعراض: فقدان الاهتمام، صعوبة التركيز الذهني والشعور باليأس واللامبالاة بالإضافة إلى أعراض القلق والخوف من الموت وكلها عوامل تزيد من الضغوطات النفسية لدى المريض.

(قواجلية، 2013/2012)

**خلاصة:**

تضمن هذا الفصل مرض السرطان وقد تم التطرق إلى تعريفه وتصنيفه حيث يصنف إلى أورام حميدة وأخرى خبيثة، كما تم الإشارة إلى أنواع السرطان المتمثلة في سرطان الرئة، وسرطان المعدة سرطان الرحم، كما تناولنا أعراض هذا المرض الخطير والعلاج المناسب للتخفيف من تكاثره.

ثانيا: السرطان

تمهيد

1/مفهوم السرطان

2/تصنيف مرض السرطان

3/العوامل المساعدة للإصابة لمرض السرطان

4/أعراض السرطان

5/علاج السرطان

6/الاثار النفسية لمرضى السرطان

الجانب الميداني

## الفصل الأول: الاجراءات المنهجية للدراسة

1/ منهج الدراسة

2/ الحدود الزمنية والمكانية

3/ عينة البحث

4/ ادوات البحث

## تمهيد

يتناول هذا الفصل توظيفاً شاملاً لإجراءات الدراسة الميدانية التي قمنا بها لتحقيق أهداف الدراسة و يتضمن تحديد المنهج المتبع في الدراسة و تعريف مجموعة و أدوات الدراسة.

## 1-منهج الدراسة

لإجراء أي دراسة علمية أو بحث علمي من أجل الوصول إلى حقيقة أو البرهنة على حقيقة ما  
وجب اتباع منهج يساعد على دراسة المشكلة وتشخيصها وذلك بتتبع مجموعة من القواعد  
والأنظمة العامة التي يتم وضعها بغية الوصول إلى حقائق حول الظاهرة موضوع الدراسة أو  
البحث.

ويعرف المنهج العيادي بصورة عامة فالمنهج العيادي هو دراسة عيادية تستند الى المقابلات  
و تستعين بالاختبارات للوصول الى غايات يحددها هذا المنهج.

كما يتحدد المنهج وفقا للموضوع المراد دراسته وطبيعة الدراسة والأهداف التي تسعى لتحقيقها  
وفي هذه الدراسة إعتدنا على إستخدام المنهج العيادي فهو أفضل المناهج أدقها على دراسة  
الحالة الفردية.

برز هذا المنهج في بداياته كردة فعل على التجارب المخبرية التي افتتحها "فيبر وفشنر"  
غيرهم ممن يرون ان المنهج العيادي مهم في دراسات كثيرة تحاول ان تعالج و تقي من  
الاضطرابات من خلال جمع البيانات من وحدات الدراسة.

المنهج العيادي الذي يعتمد على دراسة الحالات الفردية معتمدا على عدة وسائل او تقنيات  
برز هذا المنهج في بداياته كردة فعل على التجارب المخبرية التي افتتحها "فيبر وفشنر" و غيرهم  
ممن يرون ان المنهج العيادي مهم في دراسات كثيرة تحاول ان تعالج و تقي من الاضطرابات  
من خلال جمع البيانات من وحدات الدراسة يعتمد المنهج العيادي على دراسة الحالات الفردية  
معتمدا على عدة وسائل او تقنيات فعلم النفس الاكلينيكي هو في الاساس تطبيق للطريقة العيادية

تشخيصا و تنبؤا و علاجا اي ان الاخصائي النفس هو الذي يستخدم الاسس و التكتيكات مع غيره من الاخصائيين في الفريق الاكلينيكي كل في حدود اعداده و تدريبه و امكانياته في اطار التفاعل الايماني بقصد فهم ديناميات شخصية العميل و تشخيص مشكلاته و التنبؤ عن احتمالات تطور حالته و مدى استجابته لمختلف لصنوف العلاج ثم العمل على الوصول بالعمل الى اقصى توافق اجتماعي شخصي.

(محمد يزيد, 2015, ص37)

ان اصل اللفظ <<عيادي>> ياتي من التقليد الطبي ليعني "السرير" بمعنى مكان نزول المريض في المستشفى الا ان علم النفس العيادي تعدى هذا المفهوم الضيق ليتسع الى منهج علمي يقوم على دراسة كل ما يتعلق بالمريض.

يقصد بالعبارة <<منهج عيادي>> جملة التقنيات المستخدمة في اطار مهنة المختصين العياديين و الاسلوب الموجه نحو الفرد في وحدانيته و فرديته فالاسلوب العيادي يرتكز على الملاحظة العيادية لجمع المعلومات التي تسمح للمختص تحديد و فهم وضعية المريض و معاناته و اعراضه و من ذلك اقتراح التشخيص و التقييم و نوع الكفالة العلاجية التي تتوافق مع الحالة.

(محمد يزيد, 2015, ص38)

تعتبر دراسة الحالة استيراتيجية نحو البحث وطريقة منهجية لجمع المعلومات ، وهي تدرج ضمن الدراسات الكيفية (المقاربات الكيفية) التي تستخدم في علوم الانثربولوجية ، التاريخ ، علم النفس و علم الاجتماع.

حسب J.Rotter فهي المجال الذي يسمح للأخصائي النفسي جمع أكبر عدد ممكن من المعلومات من مصادر مختلفة حتى يستطيع الأخصائي النفسي اصدار حكم عن حالة تعاني مشكلات توافقية

وبرزت أهمية دراسة الحالة في ميادين الخدمة الإجتماعية والعلاج النفسي وتعددت آراء العلماء في أساليب دراسة الحالة ولكن اتفقوا على أنها الإحاطة الشاملة بتفاصيل الحالة.

(حمودة, 2021, ص3-5)

## 2-الحدود الزمنية والمكانية

➤ الحدود الزمنية : من 28فيفري2022 إلى غاية 30 مارس 2022.

➤ الحدود المكانية :

المركز الوطني لمكافحة السرطان (ولاية الوادي)

## 3-عينة البحث

من أجل دراسة علمية لابد من وضع منهجية تتوافق مع طبيعة البحث، في إطارهذه المنهجية يتم تحديد نوع العينة المختارة كأساس للبحث، حيث يعرفها موريس أنجرس أنها مجموعة فرعية من عناصر مجتمع البحث .كما أنها ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً.

(محمد در , 2017, ص313)

\_ تم اختيار العينة بطريقة قصدية تتكون من ثلاث حالات مصابين بالسرطان الحالة الاولى من ولاية.. , الحالة الثانية من ولاية بسكرة , والحالة الثالثة من ولاية ... وهذا للتوصل إلى معرفة الاختلاف في مستوى الصلابة النفسية في كلتا الحالتين, كما سنوضح خصائص هذه العينات في الجدول التالي :

الاسم	العمر	المهنة	المستوى التعليمي	الحالة الاجتماعية	المستوى الاقتصادي	مدة المرض	الولاية
أ.ز	29	ربة بيت	ثانوي	متزوجة	متوسط	2سنتين	تبسة
ف.ب	43	ربة بيت	4 متوسط	متزوجة	متوسط	1سنة	بسكرة
ب.ع	46	ربة بيت	ثانوي	متزوجة	ضعيف	7سنين	ورقلة

#### 4- أدوات البحث:

يرتبط البحث العلمي بمدى فاعلية الأدوات التي إستخدمت، كونها الوسيلة التي يستعين بها الباحث في جمع البيانات ذات العلاقة بموضوع الدراسة، وقد استعانة الباحثون في هذه الدراسة على:

**4-1- المقابلة العيادية:** هي علاقة لفظية حيث يتقابل شخصان، فينقل الواحد منهما معلومات خاصة للآخر حو لموضوع أو موضوعات معينة. فهي نقاش موجه وهو إجراء اتصالي يستعمل سيرورة اتصالية لفظية للحصول على معلومات على علاقة بأهداف معينة .

ويرى كورشين أن المقابلة تعتبر وسيلة مؤثرة وفعالة لتنمية التفاعل بين المعالج النفسي والمريض من أجل مساعدته على التخلص من محنته وتسهيل حل مشكلاته. وتسمى بالاستبانة الشفوية الى:

✓ المقابلة الحرة

✓ المقابلة الموجهة

✓ المقابلة النصف موجهة

(زغدي، 2013، ص56)

وقد استخدمنا في دراستنا هذه المقابلة الحرة هذا النوع من المقابلات لا يعتمد على استخدام أسئلة محده مسبقا. وبالتأكيد الباحث لديه فهم عام للموضوع ولكن ليس لديه قائمة أسئلة معدة مسبقا. وتتميز المقابلة الحرة بالمرونة حيث يمكن تعديل أو إضافة أسئلة في أثناء المقابلة.

**4-2- الملاحظة العيادية :** تعد الملاحظة واحدة من أقدم وسائل جمع البيانات والمعلومات الخاصة بظاهرة ما، حيث استخدمت من قبل القدماء في مجال الظواهر الطبيعية مثل خسوف القمر لزلازل وغيرها من الظواهر ثم انتقل استخدامها إلى العلوم الإجتماعية والإنسانية وهي أنواع:

✓ الملاحظة البسيطة

✓ الملاحظة المنظمة

(سميرة،فتيحة،2018،ص24)

#### 4-2-1- أنواع الملاحظة العيادية: وتتمثل في

- **الملاحظة البسيطة:** وتستخدم في الدراسات الاستكشافية حيث يلاحظ الباحث ظاهرة أو حالة دون أن يكون لديه مخطط مسبق لنوعية المعلومات أو الأهداف أو السلوك الذي سيخضعه للملاحظة
- **الملاحظة المنظمة:** ويحدد فيها الباحث الحوادث والمشاهدات والسلوكيات التي يريد أن يجمع عنها المعلومات، وبالتالي تكون المعلومات أكثر دقة وتحديدًا عنها في الملاحظة البسيطة وتستخدم الملاحظة المنظمة في الدراسات الوصفية بكافة أنواعها.

(أمينة،2019،ص93)

**4-3-مقياس الصلابة النفسية:** أعد هذا المقياس عماد محمد أحمد مخيمر. 2002. تتكون

في الأصل من 47 بنداً، موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

1/ الالتزام و تقيسه 16 بند.

2/ التحكم و تقيسه 15 بندا، و أضاف الباحث الحالي (أ.د بشير معمرية) إلى هذا

البعد بندا واحدا و هو رقم 47 ،فصار عددها 16 بندا.

3/ التحدي و تقيسه 16 بندا.

و صار عدد البنود في المقياس كله 48 بندا، يجاب عنها بأسلوب تقريبي.

أ- **تصحيح المقياس**: أربعة بدائل هي: لا و تتال صفرا. قليلا و تتال درجة واحدة. متوسطا و تتال درجتين. كثيرا و تتال ثلاث درجات. و بالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين صفر-144. و ارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

ب- **مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية**:

\* إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (48-78) فان ها يعني ان مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض.

\* إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (79-109) فان هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط.

\* إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (110-144) فان هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع.

(فاتح،2014، 34/35)

#### 4-4- الخصائص السيكومترية لقائمة الصلابة النفسية

##### الصدق والثبات على العينة المصرية

بالنسبة للصدق، تم حساب الارتباطات بين كل بند والدرجة الكلية على الاستبيان على عينات من طالب وطالبات جامعة الزقازيق منهم 35 ذكرا، 45 أنثى تراوحت أعمارهم بين 19 . 24 سنة . وتراوحت معاملات الارتباط بين 22.0 . 72.0 . وكل معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى 01.0 ،ومستوى 05.0 .وحسب كذلك معاملات ارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية فجاءت معاملات الارتباط لبعد الالتزام يساوي 75.0 ،ولبعد التحكم 82.0 ،ولبعد التحدي 60.0 وحسب كذلك الصدق التلازمي مع استبيان يقيس قوة الألنا فبلغ معامل الارتباط بينهما 75.0 وهو دال إحصائيا همد مستوى 01.0 . أما الثبات فاكتفى بحساب معامل ألفا فجاء يساوي 69.0 لبعد الالتزام، 76.0 لبعد التحكم، 72.0 لبعد التحدي، 75.0 للدرجة الكلية.

##### تقنين قائمة الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية

##### عينة التقنين

تكونت عينة التقنين من 392 فردا؛ منهم 191 ذكور و 201 إناث . تراوحت أعمار عينة الذكور بين 15 . 50 سنة. بمتوسط حسابي قدره 64.21 سنة، وانحراف معياري قدره 14.6 سنة. وتراوحت أعمار الإناث بين 15 . 40 سنة. بمتوسط حسابي قدره 73.20 سنة، وانحراف معياري قدره 78.4 سنة. وتم سحب العينتين (الذكور والإناث ) من تلاميذ وتلميذات مؤسسات

التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن كليات جامعة الحاج لخضر . باتنة، وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة، ومن مراكز التكوين المهني والتكوين شبه الطبي بمدينة باتنة .  
تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية، من قبل الباحث شخصيا. واستغرقت عملية التطبيق شهور جانفي فيفري ومارس 2011.

### الصدق والثبات على عينة هذه الدراسة

#### الصدق

تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق

#### 1): الصدق التمييزي

#### عينة الذكور

لحساب هذا النوع من الصدق، تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية. حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور، حجم كل عينة يساوي 26 مفحوص بواقع سحب 27 % من العينة الكلية ( ن = 95).

جدول (1) يبين قيم "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور

قيمة "ت"	العينة الذكورية = 26		العينة العيانية = 26		العينة المتغير
	ع	م	ع	م	
***24.71	3.43	23.67	2.24	43.44	الالتزام
***15.17	5.61	20.78	2.93	39.89	التحكم
***35.96	2.17	25.22	1.66	45	التحدي
***13.41	18.8	71.42	6.91	124.12	الدرجة الكلية

\*\*\*قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى 0.001.

يتبين من قيم "ت" في الجدول رقم (1) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

عينة الإناث

تمت المقارنة كذلك بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الإناث، حجم كل عينة يساوي 26 مفحوصة بواقع سحب 27% من العينة الكلية (ن = 95).

جدول (2) يبين قيم "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث

قيمة "ت"	العينة الذكورية = 26		العينة العيانية = 26		العينة المتغير
	ع	م	ع	م	
***17.64	2.27	29.07	2.27	40.36	الالتزام
***13.81	4.75	25.50	2.29	40	التحكم
***10.20	7.72	24.5	3.30	41.64	التحدي
***20.67	11.53	72.61	5.84	125.93	الدرجة الكلية

**\*\*قيمة "ت" دالة إحصائياً عند مستوى 0.001.**

يتبين من قيم "ت" في الجدول رقم (2) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الإناث

## (2) الصدق الاتفاقي

لحساب هذا النوع من الصدق، تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية مع استبيان الإلتزام الشخصي واستبيان المساندة الإجتماعية، إعداد : السيد إبراهيم السماذوني ،واستبيان سلم السعادة واستبيان الدافعية إلى الإنجاز، وقائمة الدافع إلى الإنجاز وقائمة الثقة بالنفس.

ويبين الجدول رقم (3) معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية وكل من الإلتزام الشخصي، المساندة الإجتماعية، سلم السعادة، الدافع إلى الإنجاز (خليفة)، الدافع إلى الإنجاز (عبد القادر)، الثقة بالنفس (العنزي).

جدول (3)

معاملات الصدق	حجم العينات	جنس العينات	المتغيرات	
**0.791	41	ذكور	الالتزام الشخصي	قائمة الصلابة النفسية
**0.698	43	إناث		
**0.504	32	ذكور	المساعدة الاجتماعية	
0.119	58	إناث		
**0.775	16	ذكور	سلم السعادة	
**0.615	45	إناث		
**0.926	18	ذكور	الدافع إلى الإجاز (خليفة)	
*0.459	28	إناث		
**0.644	46	ذكور وإناث		
**0.855	14	ذكور	الدافع إلى الإجاز (عبد القادر)	
*0.506	23	إناث		
**0.674	37	ذكور وإناث		
**0.473	88	ذكور	الثقة بالنفس (العززي)	
**0.693	104	إناث		
**0.558	192	ذكور وإناث		

\*\*دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

يتبين من معاملات الصدق الإتفاقي في الجدول رقم (3) أن قائمة الصلابة النفسية تتصف بمعاملات صدق مرتفعة.

### (3) الإرتباطات بين أبعاد الإستبيان والدرجة الكلية

تم حساب معاملات الإرتباط بين الدرجة الكلية والدرجات على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية . ويبين الجدول رقم (4) الإرتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية. ويمثل المثلث العلوي عينة الذكور ن = 36، بينما يمثل المثلث السفلي عينة اناث ن = 45.

جدول 4 يبين معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على الأبعاد الثلاثة

#### لصلابة النفسية

الدرجة الكلية	التحدي	التحكم	الالتزام	م
**0.937	**0.829	**0.769	-	الالتزام
**0.898	**0.736	-	**0.737	التحكم
**0.933	-	**0.594	**0.798	التحدي
-	**0.889	**0.863	**0.938	الدرجة الكلية

\*\*دالة إحصائية عند مستوى 0.01

#### (4) الصدق التعارضي

ولحساب الصدق التعارضي، تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية مع استبيان التشاؤم الخالق، وقائمة اليأس/ بيك.

جدول (5) يبين معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية ومتغيري التشاؤم واليأس

معاملات الصدق	حجم العينات	جنس العينات	المتغيرات	قائمة الصلابة النفسية
**0.566 -	53	ذكور	التشاؤم (عبد)	قائمة الصلابة النفسية
**0.542 -	51	إناث	الخالق	
**0.612 -	53	ذكور	اليأس (بيك)	
**0.600 -	51	إناث		

\*\*دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

يتبين من معاملات الصدق التعارضي في الجدول رقم (5) أن قائمة الصلابة النفسية تتصف بمعاملات صدق مرتفعة.

## الثبات

تم حساب الثبات بطريقتين

(1) طريقة إعادة تطبيق الإختبار.

(2) معامل ألفا.

جدول (6) يبين معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا لكرونباخ

معاملات الثبات	حجم العينات	جنس العينات	نوع معامل الثبات
**0.714	46	ذكور	طريقة إعادة التطبيق (بعد 18 يوما)
**0.721	49	إناث	
0.823	46	ذكور	معامل ألفا لكرونباخ
0.831	49	إناث	

\*\*دالة إحصائية عند مستوى 0.01.

يتبين من معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها، أن قائمة الصلابة النفسية تتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعلها صالحة للإستعمال بكل اطمئنان، سواء في مجال البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي.

التحدي	التحكم	الالتزام
3	2	1
6	5	4
9	8	7
12	11	10
15	14	13
18	17	16
21	20	19
24	23	22
27	26	25
30	29	28
33	32	31
36	35	34
39	38	37
42	41	40
45	44	43
48	47	46
المجموع.....	المجموع.....	المجموع.....
الدرجة الكلية على الصلابة النفسية:.....		

الجدول رقم(07): (يوضح توزيع البنود على الأبعاد)

# الفصل الثاني

## عرض وتحليل نتائج الدراسة

1/ عرض وتحليل النتائج

2/ عرض وتحليل نتائج المقابلة الأولى مع الحالة (أمال. ز. من ولاية تبسة)

3/ عرض وتحليل نتائج المقابلة الثانية مع الحالة (فاطمة. ب. من ولاية  
بسكرة)

4/ عرض وتحليل نتائج المقابلة الثالثة مع الحالة (بختة. ع. من ولاية  
و[قلة)

5/ مناقشة الفرضيات في ضوء نتائج البحث

## 1- عرض وتحليل النتائج:

## 1-1- عرض وتحليل نتائج المقابلة مع الحالة الأولى (أ.ز) من ولاية تبسة

الاسم:أ/ز العمر: 29

المهنة: مأكثة في البيت المستوى التعليمي: 2 ثانوي

الحالة الإجتماعية: متزوجة المستوى الاقتصادي: متوسط

نوع المرض: سرطان الثدي مدة الاصابة: سنتين

✓ عرض وتحليل نتائج الدراسة الاولى:

الحالة (أ/ز) تبلغ من العمر (32)سنة، إمراة متزوجة ام لثلاثة اولاد، من ولاية تبسة مأكثة في البيت. أجريت المقابلة مع السيدة(أ/ز) في فترة خضوعها للعلاج الكيميائي بمستشفى السرطان بالوادي، كانت متفاعلة جدا مع باقي المريضات مبتسمة ومبتهجة طوال الوقت، كما لم تبدي أي معارضة للتحدث معنا إذ وافقت مباشرة على إجراء المقابلة بعد أن شرحت لها موضوع دراستنا والهدف منه، ظهرت عليها اعراض المرض منذ سنتين، حيث قالت الحالة بأنها شعرت بوجود كتلة صلبة على سطح الثدي، قرأت في بعض صفحات الإنترنت عن أعراض سرطان الثدي وجدتها متطابقة تماما لما تشعر بها ثم ذهبت إلى الطبيب، قامت بالفحوصات الطبية الازمة ومن هنا أكد لها الطبيب بأنها تعاني من سرطان الثدي، في بداية الأمر لم تتقبل مرضها، ولكن سرعان ما تطلب الأمر إجراء عملية جراحية .

أثناء اجراء المقابلة لاحظ أن الحالة لديها تتمتع بمستوى مرتفع من التكيف مع الظروف المحيطة بها، مع قدرتها على الصمود والمواجهة حسب قولها (الحمد لله تعرفت على ناس معاملتهم لله يبارك من أطباء ومرضى)، حسب تصحيحها أن سبب الاصابة راجع لمشاكل زوجية وهذا حسب

قولها) أنايا و زوجي دائما عايشين في مشاكل بزاف حتى بعد ماسمع بالمرض أهملني كتر) عانت الحالة كثيرا في فترة علاجها وخصوصا العلاج الكيميائي لكنها تقبلت الوضع وفكرت بالإيجاب نحو الحياة .

خلال المقابلة كانت الحالة مبتهجة تنبسم أحيانا خلال الحديث وبعض الأحيان يبدو عليها التوتر وتذرف بعض الدموع خصوصا عند الحديث على زوجها.

ومن الجانب الأسري كانت الأم والاخت للسيدة امال دورا كبيرا في المساندة النفسية، كما أضافت أن عائلتها وقفت إلى جانبها مساندة لها إلا أن أختها كانت الأكثر تقربا ودعما لها هذا من خلال قولها ( اختي منساش فضل تاعها هي اول واحد عرفت بالمرض تاعي وهي لوقفت معايا حتى لذرك)

حيث أن حديثها كان كله تفاؤل وإبتسامات عن الشفاء والتعافي " ني حاسة بلي نيرا" وأضافت الحالة أن المرض أوقف كامل مشاريعها التي كانت تطمح لها في المستقبل، وأنها متخوفة قليلا من عدم نجاح العلاج لكنها تتأمل وتتمنى ذلك.

- وفي الاخير قمت بتطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة حيث أنها كانت متفهمة جدا واجابت على جميع الأسئلة بكل ثقة واستفسرت ايضا على هذا الاختبار ولماذا اطلقه عليها

- تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الاولى:

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة تحصلت على النتائج التالية:

❖ مجموع درجة الالتزام هو (43) فان هذا يعني ان مستوى الالتزام لحالة الاولى مرتفع

❖ مجموع درجة التحكم هو (31) فان هذا يعني ان مستوى التحكم للحالة الولي

**منخفض**

❖ مجموع درجة التحدي هو (35) فان هذا يعني ان مستوى التحدي للحالة الولي

**منخفض**

من خلال هذه النتائج بينا لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بابعادها الثلاثة (التحدي والتحكم والالتزام) ومن خلال مفاتيح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية كان مرتفع او منخفض وعليه:

✓ درجة الصلابة النفسية الكلية للحالة (1) هي (109) وهذا يعني ان الحالة لديها

مستوى مرتفع من الصلابة النفسية

1-2- عرض وتحليل النتائج مع الحالة الثانية (ف/ب) من ولاية بسكرة:

الاسم: ف /ب العمر: 44

المهنة: مائكة في البيت المستوى التعليمي: 4 متوسط

الحالة الاجتماعية: متزوجة المستوى الاقتصادية : ضعيف

نوع المرض: سرطان الثدي مدة الاصابة: سنة

من خلال المقابلة التي أجريناها مع الحالة (ب) بأن هذه الحالة متوازنة ومستقرة نفسيا نوعا ما ولا تعاني من ضغوط نفسية وانا سبب إصابتها بسرطان الثدي ليست نتيجة ضغوط نفسية ولكن نتيجة إصابة عضوية وهذا في قولها (أنه جاني ميكروب حليب )

لاحظ ان الحال عنده نوع من الصلابة النفسية وقوية و متحكمة في زمام الأمور وان لديها درجة عالية من التحكم و الالتزام الذي يعتبر بعد من أبعاد الصلابة النفسية - وان قوتها نابعة من ذاتها ولا تستند من زوجها الذي يعتبر اقرب الناس وهذا حسب قولها (يوم اجراء العملية تاعي تحرق زوجي وساعدته وعالجته و واصلت العملية تاعي).

ومن الجانب الأسري لديها دعم أسري ومساندة نفسية واجتماعيات من طرف الأسرة اثناء الحصوص العلاجية دليل على قولها (الأهل يزوروني و مد عميني ومحافظين مع أولادي كنعود في سبيطار) .

لاحظت ان الحالة تتمتع بقوة شخصية وصلابة نفسية و هذا ما تحصلنا عليه في مقياس الصلابة النفسية ونتشهد ان الحالة علاقتها بذاتها قوية ولم تؤثر فيها ستصارها لثدي عن صورتها الذهنية و الجسدية.

#### - تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الثانية:

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة تحصلت على النتائج التالية:

- ❖ مجموع درجة الالتزام هو(40) هذا يعني أن درجة الالتزام للحالة الثانية مرتفع.
- ❖ مجموع درجة التحكم هو(38) هذا يعني أن درجة التحكم للحالة الثانية مرتفع.
- ❖ مجموع درجة التحدي هو(45) وهذا يعني أن درجة التحدي للحالة الثانية مرتفع.

من خلال هذه النتائج بينا لنا نتائج الدرجة الكلية لصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام , التحكم, التحدي) ومن خلال مفاتيح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية أنه كان مرتفع أو منخفض :

وعليه درجة الصلابة النفسية للحالة الثانية هي (124) وهذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية.

### 1-3- عرض وتحليل نتائج المقابلة مع الحالة الثالثة (ب.ع) من ولاية ورقلة

الاسم: ب.ع العمر: 46

المهنة: مأكثة في البيت المستوى التعليمي: 3 ثانوي

الحالة الإجتماعية: متزوجة المستوى الاقتصادي: ضعيف

نوع المرض: ورم لمفاوي مدة الإصابة: 7 سنوات

✓ عرض وتحليل نتائج الدراسة الثالثة:

من خلال المقابلة التي أجريناها مع الحالة (ب) بأن هذه الحالة غير متوازنة ومستقرة نفسيا نوعا ما و تعاني من ضغوط نفسية, قلق واكتئاب وانا سبب إصابتها بسرطان الغدة للمفاوية راجع الى اسباب ومشكلات اجتماعية وعائلية وهذا حسب قولها (مرض تاعي هو مفعول بعض الناس لحاسدتي وسحرتني)

لاحظ ان الحال عنده نوع من منخفض من الصلابة النفسية إلا أنها تتظاهر بالقوة وغير متحكمة في زمام الأمور معتمدة على الزوج هو لمسيطر على كل الأمور وهذا حسب قولها (زوجي هو لمسيطر ومتحكم في كل شيء أنا غير نطبخ ونظف ) وتمتع الحالة (ب) بنوع من الانطوائية

والانسحاب من المجتمع . وعدم تكوين علاقات اجتماعية وهذا حسب قولها ( انا لا ندخل ولا نخرج من داري لدار جدي ما عندي لا أصدقاء ما والو ما نحب نروح لحتى واحد . سببطار وينتا نكمل ونخرج)

ومن الجانب الأسري لديها دعم أسري ومساندة نفسية من طرف الزوج والأسرة اثناء الحصص العلاجية دليل على قولها ( زوجي واقف معاياة وساندي وما يخلنيش نتعب على خاطرانا نروح لداري غير نقعد نظف )

لاحظت ان الحالة تتمتع بصلابة نفسية منخفضة لكن لديها درجة مرتفعة من الالتزام ودرجة منخفضة من التحكم والتحدي وأنها تتظاهر بالقوة و هذا ما تحصلنا عليه في مقياس الصلابة النفسية ان الحالة (ب)علاقتها بذاتها ضعيفة وأن المرض لم يؤثر على صورتها الذهنية والجسدية ولكن لديها مشكلات في العلاقات اجتماعية.

### تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الثالثة:

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة تحصلت على النتائج التالية:

- ❖ مجموع درجة الالتزام هو(38) هذا يعني أن درجة الالتزام للحالة الثالثة مرتفع.
- ❖ مجموع درجة التحكم هو(30) هذا يعني أن درجة التحكم للحالة الثالثة منخفضة.
- ❖ مجموع درجة التحدي هو(24) وهذا يعني أن درجة التحدي للحالة الثالثة هي منخفضة.

من خلا هذه النتائج بينا لنا نتائج الدرجة الكلية لصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام , التحكم, التحدي) ومن خلال مفاتيح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية أنه كان مرتفع أو منخفض :

وعليه درجة الصلابة النفسية للحالة الثالثة هي(90)وهذا يعني أن الحالة لديها مستوى منخفض من الصلابة النفسية.

## 2- مناقشة الفرضية في ضوء نتائج البحث:

مما سبق تم عرض النتائج التي توصلنا اليها و من خلالها يتم مناقشة و تحليل هذه النتائج و تفسيرها باعتماد على بعض الدراسات التي تلائم فرضيات البحث المقترحة وتتمثل فيما يلي:

### الفرضية الاولى:

✓ مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان بمركز مكافحة السرطان بالوادي مرتفع.

- ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان في مركز مكافحة السرطان بالوادي.

تحققت هذي الفرضية مع الحالة الثانية(ف) وهذا راجع لقوتها وتحكمها و للمساندة والدعم من طرف الزوج والاهل. وهذا يتطابق مع دراسة كوباسا وآخرون (kobassa&alK1983) حول معرفة اثر الصلابة النفسية في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية على عينة من 259 فرد تراوحت أعمارهم بين 65/32 سنة حيث توصل إلى نتائج مفادها أن الصلابة بأبعادها تخفف من واقع الضغوط على الفرد، وتمثل مصدر للمقاومة والصمود.

### الفرضية الثانية

✓ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان تعزى للمتغيرات الشخصية ( السن، المؤهل العلمي).

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان تعزى للمتغيرات الشخصية (السن المؤهل العلمي) بالنسبة لفروق السن ليس هناك مرحلة محددة لتحقيق الصلابة النفسية فبالنسبة للحالة الثانية فهي تتميز بارتفاع الصلابة النفسية وهي العمر الأوسط بين الحالتين وبالنسبة لاصغر حالة (1) فتميز الصلابة النفسية متوسطة، وأكبر حالة (3) من الحالات الثلاث فليها صلابة منخفضة.

- اما بالنسبة المؤهل التعليمي ليس له دور في ارتفاع مستوى الصلابة النفسية وحسب مقابلة وتحليلنا للحالات الثلاثة ان ارتفاع الصلابة النفسي راجع إلى القوة في الشخصية و المساندة الاجتماعية والاسرية والوازع الديني

## خلاصة

من خلال النتائج المتوصل إليها دارستنا هذه والمتمثلة في مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان. نستنتج أن الفرد الصلب قادر على مواجهة أعباء الحياة ومشاكلها بكل ما تحتويه من آلام وأحزان ولكن هذه الصلابة لا تقوى إلا إذا تقبل المريض مرضه وتحكم في مشاعره واستخدمها سلاحا معه لا ضده، فالحياة لا تتصف أحدا لكننا نحن من نقرر حياتنا وكيف ستكون فرغم الصعاب التي يعاني منها مرضى السرطان إلا أنهم أكثر الأشخاص مثابرة وقوة وهذه القوة تظهر عند مجابتهم لمشاكلهم ومحاولة حلها رغم الصعوبات التي يعانون منها.

### اقتراحات وتوصيات:

بناء على نتائج الدراسة التي قمنا بها يمكن الإشارة إلى الاقتراحات التالية من اجل تعزيز الصلابة النفسية لدى هذه الفئة:

- ✓ التركيز على عملية التوعية والوقاية من مخاطر الإصابة بمرض السرطان.
- ✓ توعية الأسرة بدورها الكبير في التكفل بمرضى السرطان.
- ✓ توفير أماكن الراحة للتخفيف من مستوى الضغوط والانفعالات لكون الراحة أسلوب من أساليب تخفيض التوتر والحزن
- ✓ الإكثار من الأخصائيين النفسيين في المراكز الاستشفائية قصد التحقيق من تأثير المرض على الجانب السيكولوجي للمصاب ، فالعلاج الدوائي لن يكتمل إلا بالعلاج النفسي.

فدرستنا هذا ركزت على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان ومن النتائج المتوصل اليها:

- الصلابة النفسية تلعب دور ا هام في مساعدة المريض على تجاوز محنته مع المرض ومساعدته على التعامل معه كواقع معاش
- المساندة الاجتماعية والاسرية لها دور هام في مساعدة المريض على ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لديه
- الصلابة النفسية ببعديها التحكم والالتزام والتحدي يمكن أن تعود إلى شجاعة ودافعية المرضى وتقبل وضعيتهم رغم الألم فهم يملكون صلابة نفسية عالية تجعلهم اكثر مقاومة وتحدي لتجاوز هذه الأزمة والتخفيف من أثاره السلبية على الصحة النفسية والجسمية

# قائمة المراجع

قائمة المراجع

- أحمد عوض روان،(2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة.
- أمل عبد الله السعدي،(2015). الخصائص السيكو مترية لمقياس الصلابة النفسية، مجلة الإرشاد النفسي، العدد44، ديسمبر2015.
- أية قواجلية،(2013/2012). قلق الموت لدى الراشد المصاب بالسرطان. مذكرة ماستر، جامعة محمد خيضر، بسكرة .
- بن قاسي دليّة، دلهوم ريمة،(2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى المصابين بالسرطان المقيمين للصلاة، شهادة ماستر، قسم علم النفس، جامعة مولود معمري- تيزي وزو.
- بوجمعة حافظ وآخرون،(2018). مؤشرات الصلابة النفسية لدى المرضى الراشدين المصابين بداء السكري، مذكرة ليسانس، جامعة محمد بوضياف، المسيلة.
- بو سنة عبد الوافي زهير،(2012). علم النفس والنمو والنظريات الشخصية، دار الهدى، قسنطينة، الجزائر.
- بوصباح حنان، بوداود خديجة(2018).الصلابة النفسية عند الراشد المصاب بالسرطان مذكرة ليسانس، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.
- بويصري كريمة.(2013).التوظيف النفسي لدى النساء المصابات بالعقم، رسالة ماجستير، قسم العلوم الاجتماعية، جامعة أكلي محمد أولحاج-البويرة.

- جمال شفيق أحمد -رشاد أحمد عبد الطيف -شريف بهاء الدين زايد،(09, 2016). المرونة النفسية كمدخل لفاعلية العلاج عند مرضى السرطان، المجلد الخامس والثلاثون.
- جيفري كوبر،(2004). السرطان دليل لفهم الأسباب والوقاية والعلاج، المجلد الأول ،المترجمون رفعت شلبي، المكتبة الأكاديمية، مصر .
- خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي،(2012).الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة.
- زغيدي إدريس.(2014)، تقدير الذات لدى الراشد المصاب بالعم، رسالة ماستر منشورة ، قسم العلوم الاجتماعية والانسانية جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.
- سليمة حمودة،(2021). مطبوعة حول دراسة حالة، قسم العلوم الاجتماعية جامعة محمد خيضر، بسكرة.
- سعيدة فاتح،(2014). الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، شهادة الماستر قسم العلوم الاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة.
- شابي حليلة، نواورية أمال،(2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى الطالبات المقيمت، شهادة الماستر، قسم علم النفس، جامعة 8 ماي 1945، قالمة.
- شافي أمينة،(2016). الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، مذكرة ماستر قسم العلوم الاجتماعية، بالحاج بوشعيب، عين تموشنت.

- عبد الرحمان بن عبد الجهني،(2011). المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالسلوك التوكيدي و الصلابة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية - المجلد 4، العدد 1سبتمبر.
- عيساوي مرة، بوخلط ايمان، علال سمية (2018).مستوى الصلابة النفسية للأولياء ذوي الاحتياجات الخاصة، شهادة ليسانس، قسم علم النفس، جامعة محمد بوضياف، المسيلة.
- فاطمة بنت علي الدوسري،(17, 06, 2020). فاعلية برنامج إرشادي في تحسين مستوى الشعور بجودة الحياة لدى مرضى السرطان بالرياض.
- محمد محمود قطب ابراهيم،(2017).الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين المعاقين حركيا، شهادة ماجستير، قسم الصحة النفسية، جامعة حلوان.
- محمد در،(2017).أهم مناهج وعينات وأدوات البحث العلمي، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية ، مؤسسة كنوز، الحكمة للنشر والتوزيع .
- محمد يزيد لريونة،(2015). أسس علم النفس، الجسور للنشر والتوزيع ،المحمدية، الجزائر.
- مصطفى فهمي ،(1978). التكيف النفسية ، دار مصر للطباعة، جامعة الملك عبد العزيز ، جدة.

- هلا خليل احمد عردات،(2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة بالفتيات المحرومات من أسرهن في منطقة اعبلين، شهادة ماستر، قسم علم النفس، جامعة عمان العربية، عمان.
- هلكا عمر علاء الدين،(2016). الصلابة النفسية وعلاقتها بكل ما تحمل الضيق و الأبعاد الأساسية للشخصية شهادة دكتورا، قسم علم النفس، جامعة بيروت العربية .
- وليدة مرازقة،(2009/2008). مركز ضبط الالم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضى السرطان. مذكرة ليسانس، جامعة الحاج لخضر، علم النفس، باتنة.
- وليد عبد الرحمان محمد شاغوش، (2018). الصلابة النفسية عند الأطفال، المجلة العلمية لكلية رياض الأطفال، جامعة المنصور، المجلد الخامس -العدد الاول

الملاحق

## مقياس الصلابة النفسية

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

تعديل: بشير معمريه (2011)

الجنس .. ..... العمر ..... المهنة.....

المستوى التعليمي:.....

التخصص التعليمي:.....

### تعليمات

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة. اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع X تحت كلمة لا او قليلا أو متوسطا أو كثيرا. وذلك حسب انطباق العبارة عليك. أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي	...	...	...	...
2- أتخذ قراراتي بنفسني ولا تملى علي من مصدر خارجي	...	...	...	...
3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	...	...	...	...
4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه	...	...	...	...
5- عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها	...	...	...	...
6- أفتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها	...	...	...	...

...	...	...	...	7-معظم أوقاتي استثمرتها في أنشطة ذات معنى وفائدة
...	...	...	...	8-نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ
...	...	...	...	9-لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد
...	...	...	...	10-أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله
...	...	...	...	11-أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حفا وفرصا
...	...	...	...	12-اعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تتطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.
...	...	...	...	13- لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.
...	...	...	...	14-اعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته
...	...	...	...	15-لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى انتهي من حل أي مشكلة تواجهني.
...	...	...	...	16-لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها
...	...	...	...	17-أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي
...	...	...	...	18-عندما تواجهني مشكلة أتحداهما بكل قواي وقد ارتي.
...	...	...	...	19-أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
...	...	...	...	20-أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.
...	...	...	...	21-أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات
...	...	...	...	22-أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة
...	...	...	...	23-اعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي
...	...	...	...	24-عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
...	...	...	...	25-اعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.
...	...	...	...	26-أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي

...	...	...	...	27-أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها.
...	...	...	...	28-اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
...	...	...	...	29-اعتقد أن العمل السيئ وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
...	...	...	...	30-لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
...	...	...	...	31-أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.
...	...	...	...	32-اعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
...	....	...	...	33-أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها
...	...	...	...	34-أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.
...	...	...	...	35-أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكرهم وتخططهم لأنشطتهم.
...	...	...	...	37-إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.
...	...	...	...	38-إن النجاح الذي أحققه بجهدى هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.
...	...	...	...	39-أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.
...	...	...	...	40-أشعر بالمسؤولة اتجاه الآخرين وأبادر فيمساعدتهم.
...	...	...	...	41-اعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من احدا أحداث.
...	...	...	...	42-أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفونى لأنها أمور طبيعية.
...	...	...	...	43-أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.
...	...	...	...	44-اخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.
...	...	...	...	45-إن التغيير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.
...	...	...	...	46-أبقى ثابتا على مبادئى وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.
...	...	...	...	47-أشعر أنى أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.
...	...	...	...	48-أشعر أنى قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.

