وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر – بسكرة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

التوافق النفسي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي

دراسة ميدانية لثلاث حالات بمستشفى الدكتور حكيم سعدان – بسكرة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي

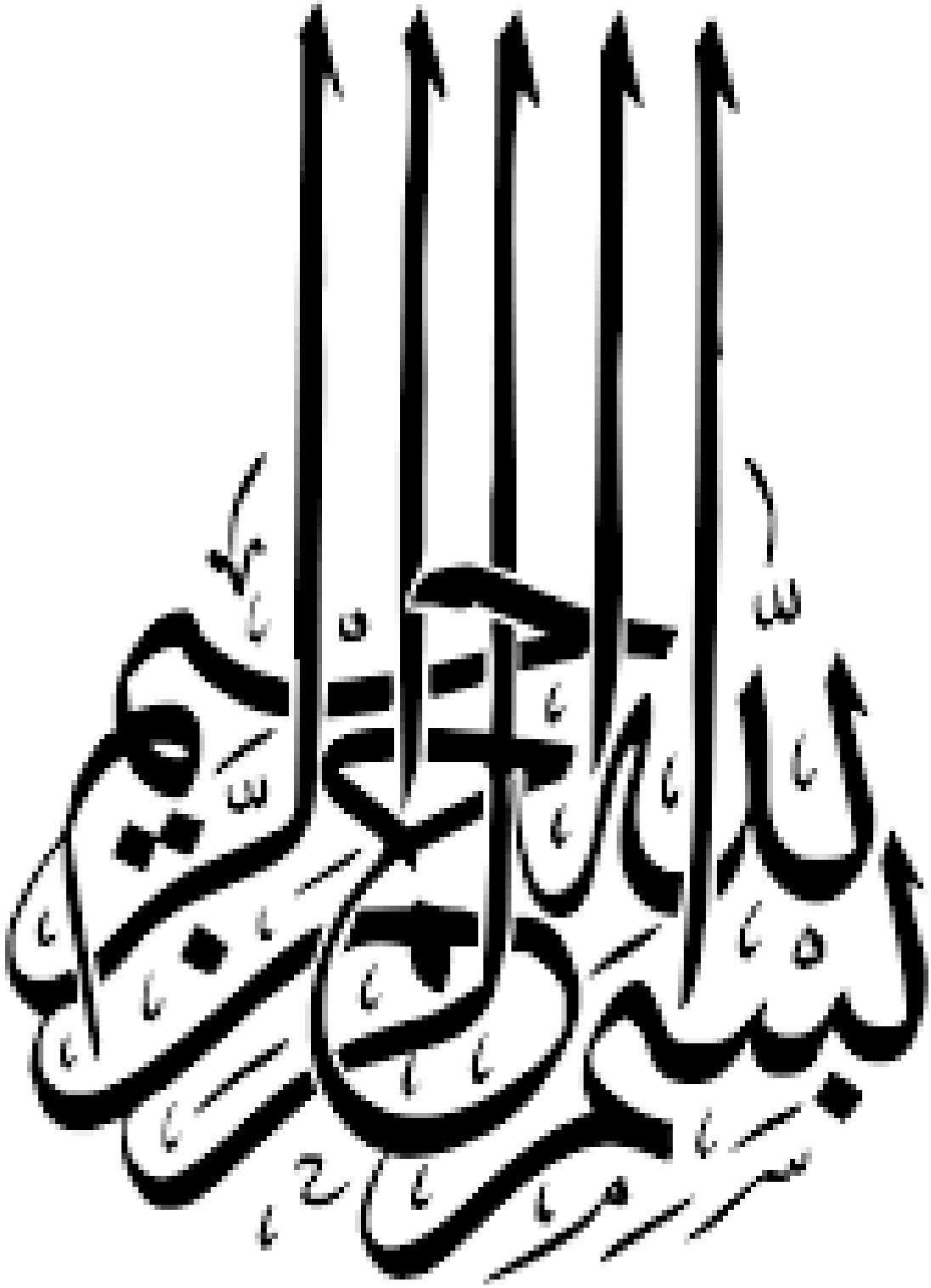
إعداد الطالبة :

- جميلة قروي

إشراف الأستاذة :

- د . فطيمة دبراسو

السنة الجامعية : 2017/2016



شكر وعرفان

لا بد لنا ونحن نخطو خطواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة تعود بنا إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أساتذتنا الكرام الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتبعث الأمة من جديد

وقبل أن نمضي نقدم أسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة إلى جميع أساتذتنا الأفاضل

واخص بالذكر الأستاذة دبراسو فطيمة التي كانت موجهة ومرشدة لي

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

الرقم	الموضوع	الصفحة
	شكر وعرفان فهرس المحتويات فهرس الجداول فهرس الملاحق ملخص الدراسة	
	الفصل الأول الإطار العام للدراسة	
01	- مقدمة – إشكالية	ص 3
02	- فرضيات الدراسة	ص 4
03	- أهداف الدراسة	ص 5
04	- أهمية الدراسة	ص 5
05	- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة	ص 5
06	- الدراسات السابقة	ص 6
07	- حدود الدراسة	ص 9
	الإطار النظري	
	الفصل الثاني التوافق النفسي	
	- تمهيد	
01	- تعريف التوافق النفسي	ص 12
02	- النظريات المفسرة للتوافق النفسي	ص 13
03	- أبعاد التوافق النفسي	ص 15
04	- مؤشرات التوافق النفسي	ص 16
05	- ميكانيزمات التوافق النفسي	ص 18
06	- أسباب سوء التوافق النفسي	ص 19
07	- عوائق التوافق النفسي	ص 20
	- خلاصة	
	الفصل الثالث سرطان الثدي	
	- تمهيد	
01	- تعريف سرطان الثدي	ص 23
02	- أعراض سرطان الثدي	ص 24
03	- أسباب سرطان الثدي	ص 25
04	- تشخيص سرطان الثدي	ص 26
05	- علاقة سرطان الثدي بالتوافق النفسي	ص 27
06	- علاج بسرطان الثدي	ص 28
	- خلاصة	

فهرس المحتويات

	الإطار الميداني	
	الفصل الرابع الإجراءات المنهجية للدراسة	
	- تمهيد	
01	- الدراسة الاستطلاعية	ص 31
02	- منهج الدراسة	ص 32
03	- حالات الدراسة	ص 32
04	- أدوات الدراسة	ص 32
	- خلاصة	
	الفصل الخامس عرض الحالات ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات	
01	- عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى	ص 38
02	- عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية	ص 42
03	- عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة	ص 45
04	- عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات	ص 49
	الخاتمة	ص 52
	قائمة المراجع	ص 54
	الملاحق	

فهرس الجداول

فهرس الجداول

عنوان الجداول	الصفحة
جدول رقم (1) يوضح فقرات مقياس التوافق النفسي	ص 34
جدول رقم (2) يوضح الفروق بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة في مقياس التوافق النفسي	ص 35
جدول رقم (3) يوضح نتائج المقياس الحالة الأولى	ص 40
جدول رقم (4) يوضح نتائج المقياس الحالة الثانية	ص 44
جدول رقم (5) يوضح نتائج المقياس الحالة الثالثة	ص 47

فهرس الملاحق

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
الملحق 01	المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى
الملحق 02	المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية
الملحق 03	المقابلة كما وردت الحالة الثالثة
الملحق 04	مقياس التوافق النفسي

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى التعرف على التوافق النفسي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي ، وذلك انطلاقا من التساؤل التالي :

- هل تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق النفسي ؟

وللإجابة على التساؤل طرحنا الفرضية العامة كالآتي :

- تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق النفسي .

تكمن أهمية هذه الدراسة في كون الثدي عنصر مهم في جسم المرأة فهو مثال لأنوثتها وانه أيضا ذو أهمية بارزة على المستويين الفيزيولوجي والنفسي، فإصابة المرأة بسرطان الثدي قد يؤدي بها إلى انهيار وفقدان التوازن.

استخدمت الباحثة المنهج العيادي ، ومن الأدوات التي اتبعتها المقابلة العيادية نصف الموجهة ومقياس " التوافق النفسي" لزينب محمود شقير على ثلاث حالات في مستشفى الدكتور حكيم سعدان بسكرة .

وتوصلت إلى النتيجة التالية : وهي أن حالات الدراسة الثلاث لديهم توافق نفسي وبذلك لم تتحقق الفرضية على جميع حالات الدراسة .

الكلمات المفتاحية : المرأة ، سرطان الثدي ، التوافق النفسي .

الإطـــار العـام للدراســـة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1- مقدمة إشكالية

2- فرضيات الدراسة

3- أهداف الدراسة

4- أهمية الدراسة

5- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة

6- الدراسات السابقة

7- حدود الدراسة

1- مقدمة إشكالية :

تتمثل مظاهر الصحة الجسمية في خلو أعضاء الجسم من الأمراض والعلل والتشوهات وقيامها بوظائفها على خير وجه ، وهذا ما يساعد الفرد على أن يسلك نحو مواقف الحياة المختلفة سلوكا يدل على توافقه مع نفسه ومع الآخرين ، وأما الصحة النفسية فهي ليست مجرد خلو الفرد من المرض العقلي أو النفسي فقط وإنما هي فوق ذلك حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد ، فقد يتعرض بعض الأفراد إلى مشكلات سوء التوافق نتيجة الضغوطات الحياتية التي تؤدي بالفرد لان يكون عرضة لعدة أزمات وأمراض نفسية خطيرة.

فالتوافق النفسي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدتها وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له ، بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية " إن التوافق يشير إلى فهم الإنسان لسلوكه وأفكاره ومشاعره بدرجة تسمح برسم إستراتيجية لمواجهة ضغوط ومطالب الحياة اليومية " (**جلال سرى ، 2000**) . تتعدد مجالات التوافق فنجد منها التوافق الشخصي والذي يكون الفرد فيه راضيا عن نفسه وواثق منها كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات أو الصراعات النفسية . (**فهمي ، 1978**) إضافة إلى التوافق الاجتماعي الذي يتضمن السعادة مع الآخرين ، كذلك التوافق الأسري والدراسي والصحي أي تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض العقلية والانفعالية والجسمية والنفسية .

فالصحة النفسية لها تأثير على حياة الفرد العادي وذو تأثير أكثر على الأفراد المصابين بأحد الأمراض المزمنة كمرض السرطان ، الذي قد يؤدي بالفرد إلى فقدان توافقه مع نفسه ، كإصابة المرأة بالسرطان في عضو من أعضائها ، كالثدي فهو بالنسبة لها رمزا للأنوثة والأمومة والجمال ، فالمرأة تهتم وتنشغل كثيرا بجسمها وبالتغيرات التي تحدث فسرطان الثدي هو " عبارة عن ورم خبيث ينتج عن التكاثر العشوائي وغير طبيعي لمجموعة من الخلايا في الثدي ، التي تؤدي إلى تدمير النسيج الأصلي ، ثم تغزو الأنسجة المحيطة وتنتقل أحيانا

إلى أماكن أخرى في الجسم خاصة الكبد والعظام ، الذي يؤدي إلى الموت في غياب العلاج " (**larousse medical , 1999 , p425**).

فقد عرف هذا المرض انتشارا مخيفا في المجتمع في الجزائري ، حيث قدر عدد الحالات حسب مركز " **Pierre et Marie Curie**" المتخصص بمستشفى باشا الجامعي بالجزائر : ب 30.000 حالة جديدة سنويا (**نبيلة باوية ، 2013 ص 21**) ، وقدرت عدد الحالات المصابة بسرطان الثدي بولاية بسكرة ب 257 حالة سنة 2015 حسب الإحصائيات المتوفرة بمصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور حكيم سعدان .

يعتبر سرطان الثدي بالنسبة للمرأة هاجس وهوس يهدد حياتها ، بغض النظر عن سنها ومستواها الثقافي أو الدراسي ، فهذا المرض قد يؤدي إلى اضطرابات في توافقها مع نفسها وكيانها ، فبمجرد ظهور عرض من أعراض المرض على المريضة يؤدي بها إلى تقلب المزاج والضيق والتوتر وهذا ما أكدته دراسة " كومباس " (Compas) وآخرين على عينة تقدر ب (N = 117) من السيدات المصابات بسرطان الثدي ، سجلنا أعلى مستوى للمشقة والاكتئاب والقلق ، وذلك لخوفهن من التشخيص والعلاج .(**Compas , et al 1994**) .

وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤل الأتي : هل تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق النفسي ؟

2- فرضيات الدراسة :

2-1- الفرضية العامة:

- تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق النفسي.

2-2- الفرضيات الجزئية :

- تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الانفعالي.
- تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الأسري.
- تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الاجتماعي.

3- أهداف الدراسة:

- التعرف على التوافق النفسي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- التعرف على التوافق الانفعالي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- التعرف على التوافق الأسري لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي .
- التعرف على التوافق الاجتماعي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي .

4- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في:

- تحسيس المجتمع بالحالة النفسية التي تعيشها المرأة المصابة بسرطان الثدي ومحاولة مساعدتها للتأقلم والتكيف مع المرض لتحقيق الصحة النفسية .

5- التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

- **التوافق النفسي:** هو احد مظاهر الصحة النفسية، ويكون هذا التوافق بين الفرد وذاته، حيث يحقق نوع من الراحة النفسية والجسمية والانسجام والتوازن والتلاؤم بين قدرات الفرد ومطالب البيئة، حيث يتمثل في هذا البحث الدرجة الكلية التي تحصل عليها المرأة من خلال تطبيق مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير .
- **المرأة المصابة بسرطان الثدي:** هن النساء اللواتي لديهن أورام سرطانية خبيثة في الثدي واللاتي يتابعن المعالجة في مستشفى الدكتور حكيم سعدان ببسكرة.

6- الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة التي تناولت التوافق ومرضى سرطان الثدي معا:

1-دراسة (Nerenz Dr e Others ;1986)

بعنوان: النتائج النفسية والاجتماعية للعلاج الكيميائي لسرطان الثدي لمرضى كبار السن:

هدفت الدراسة إلى تحديد ما إذا كان كبار السن يتلقون علاجا كيميائيا ، يعانون من ضغط عاطفي ونفسي ، وصعوبة التعامل من الأعراض الجانبية ، وكذلك خلل في النشاطات بصورة اكبر من المرضى الأصغر سنا.

وتكونت العينة من (287) مريضا يتلقون علاجا كيميائيا مبدئيا لسرطان الثدي والورم الليمفاوي ، تتراوح أعمارهم بين 19 سنة و 12 سنة .

تمت مقابلة العينة مرات عديدة خلال الشهور الستة الأولى وتركزت الأسئلة على وجود مدة ، وشدة الأعراض الجانبية ، وكذلك الضغط النفسي الذي يتراوح من 0 إلى 10 وصعوبة النشاط الناتج عن العلاج الكيميائي .

وأظهرت النتائج عدم وجود صعوبات مع العلاج أو ضغط نفسي اكبر من المرضى الأصغر سنا.

يظهر من هذه الدراسة انه لا فرق ذو قيمة بين كبار السن وصغار السن من حيث تأثرهم النفسي والأعراض الجانبية عند تلقيهم العلاج الكيميائي لعلاج السرطان ، وعليه يجب ألا يكون عامل السن سببا في التردد في استخدام العلاج الكيميائي لكبار السن.

2-دراسة (Bugress e Others ; 1988)

بعنوان : الاستجابات النفسية للتشخيص بالسرطان درجة 2 :

هدفت الدراسة إلى معرفة الاستجابات النفسية لدى مريضات شخصن بالسرطان وتأثير هذه الاستجابات على الإصابات النفسية .

وشملت العينة (187) امرأة تم تشخيصهن حديثا بسرطان الثدي ، ورم ليمفاوي ، حيث تمت دراستهن بالنظر إلى استجاباتهن المعرفية للتشخيص بالسرطان ، وذلك من خاصية (القلق ، الاكتئاب ، التحكم الداخلي ، ومتغيرات مرضية إكلينيكية أخرى) .

واستخدم الباحثون قياسات متعددة لقياس الاستجابات النفسية المختلفة من إعداد الباحثين أنفسهم .

وأظهرت النتائج أن الإصابات النفسية الأقل كانت مرتبطة بالاستجابة (ايجابي ، مواجهة) مع تحكم داخلي أعلى ، بينما الإصابات النفسية الأعلى كانت مرتبطة بالاستجابات (فاقد الأمل ، عاجز) وتحكم داخلي .

يظهر من الدراسة السابقة والتي أجريت على عدد من مريضات السرطان من بينها مريضات سرطان الثدي أن الاستجابات التوافقية تلعب دورا في تهيئة وظهور الأمراض النفسية أو عدم ظهوره وذلك بحسب التوافق إما حسن أو سيئ .

3-دراسة (Lewis FM ; Hammond MA ; 1992)

بعنوان : التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأسرة تجاه سرطان الثدي

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير سرطان الثدي لدى الأم على أسرتها خلال فترة التأهيل ، وتحديد الخطوات التي تستخدمها الأسر لتتوافق مع المرض خلال ذلك الوقت.

وتكونت العينة من (111) أم تربي أطفالا ولديهن سرطان الثدي ، وجمعت المعلومات على ثلاث فترات بينها 4 شهور واستخدم الباحثان مقاييس التوافق النفسي والاجتماعي .

وأظهرت النتائج انه بمرور الوقت فان الأسر مرت بمستويات اقل (بشكل مهم) من المطالب المتعلقة بالمرض ، كما انه الزوجات أصبحت أكثر توافق .

يتضح من الدراسة أن الوقت يعتبر عنصرا هاما في عملية التوافق حيث أظهرت الدراسة انه بمرور الوقت فان العلاقة الزوجية والأسرية أصبحت أكثر توافقا.

4- دراسة (Carter RE ; Carter CA ;1993)

بعنوان التوافق الشخصي والزواجي لدى أزواج مريضات سرطان الثدي:

وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التوافق الشخصي والزواجي لدى أزواج السيدات المصابات بسرطان الثدي اللاتي أجريت لهن عمليات استئصال للثدي .

وتكونت العينة من 20 زوجا جرت لهن عمليات استئصال للثدي بعد إصابتهن بسرطان الثدي درجة أولى ، ودرجة ثانية قبل عامين ونصف من البحث .

واستخدم الباحثان استبانه مغلقة للتوافق الشخصي والزواجي وأشارت النتائج إلى أن كلا من الأزواج والزوجات توافقو مع استئصال الثدي جراحيا ، وسارت حياتهم جيدا كأشخاص عاديين ، وعلى العكس فقد أظهرت قياسات التوافق الزواجي إلى وجود مشاكل حقيقية في التوافق الزواجي.

ويظهر من هذه الدراسة أن التوافق الشخصي الجيد لا يعني بالضرورة حدوث التوافق الزواجي الجيد ، بل قد يكون على العكس كما في هذه الدراسة حيث كان هناك توافقا شخصيا جيدا لدي الأزواج وتوافقا زواجيا سيئا .

7- حدود الدراسة:

7-1- الحدود الزمنية:

استغرقت المدة الزمنية من 2017/03/19 إلى غاية 2017/03/30.

7-2- الحدود المكانية:

كانت الدراسة على النساء المصابات بسرطان الثدي ، في مستشفى الدكتور حكيم سعدان، بمصلحة الأورام السرطانية ، وحدة علاج سرطان الثدي ، وتحتوي على:

الأقسام الفرعية: المخبر للتحاليل الخاص بحالات العلاج الكيميائي ، قاعة الفحص العام، قاعة الفحص المتخصص ، قاعة التحضير العلاج الكيميائي ، 3 أسرة وقاعتين للعلاج الكيميائي .

عدد الأطباء: 4 أطباء عام ، وطبيبة مختصة في علاج سرطان الثدي.

عدد الأخصائيين النفسانيين: أخصائيتين نفسانيتين .

عدد الممرضين: 3 ممرضات وممرض واحد.

الإطـــار النظـري

الفصل الثاني: التوافق النفسي

تمهيد

1- تعريف التوافق النفسي

2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي

3- أبعاد التوافق النفسي

4- مؤشرات التوافق النفسي

5- ميكانيزمات التوافق النفسي

6- عوائق التوافق النفسي

7- أسباب سوء التوافق النفسي

خلاصة

تمهيد:

يعتبر التوافق النفسي جانب مهم في جوانب الصحة النفسية فهو يعتبر عنصر مهم في إشباع معظم حاجات الفرد، فهو يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة تمكنه من إشباع دوافعه وتحقيق أهدافه لكي يستطيع أن يخفض من التوترات النفسية التي ترافق الحاجات قبل إشباعها.

1- تعريف التوافق النفسي:

1-1 **لغة:** ورد في لسان العرب لابن المنظور إن: وفق الشئ ما لائمه، وقد وافقه موافقة ووفقا واتفق معه وتوافق(**مومن بكوش الجموعي،2013ص 76**).

1-2 حسب عدد من العلماء:

- **تعريف ولمان wolman** : ان التوافق علاقة متناغمة مع البيئة تتضمن قدرة الفرد على إشباع الحاجات والاجابة على المتطلبات مما يمكن الفرد من اقامة علاقة متناغمة مع البيئة (**ناصر الدين زبدي ، نصيرة لمين ، 2012 ،ص 124**).
- **تعريف أنجلش:** التوافق هو اتزان كائن عضوي مع البيئة، حيث لا يوجد تغيير يستدعي الاستجابة، والتوافق الكامل لا يمكن بلوغه، لان حالة قوامها إقامة علاقة متناغمة مع البيئة، بحيث يستطيع الفرد إشباع معظم حاجاته بشكل مناسب، مع المتطلبات الفيزيقية والاجتماعية المفروضة عليه (**حواس خضرة، 2012**).
- **تعريف الينallen:** إن التوافق يشير إلى فهم الإنسان لسلوكه وأفكاره ومشاعره بدرجة تسمح برسم إستراتيجية لمواجهة ضغوط ومطالب الحياة اليومية (**إجلال سرى، 2000 ، ص 152**).
- **تعريف لازاروس:** التوافق هو مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات والظروف المتعددة (**رمضان محمد القذافي، 1998، ص109**).

- **تعريف جابلن ghaplin:** علاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية (**صالح حسن الداهري، 2008، ص 15).**

2- النظريات المفسرة للتوافق النفسي:

2-1- النظرية البيولوجية الطبيعية:

حيث يرى روادها أن جميع أشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات والجروح والعدوى آو الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الفرد وترجع اللبنيات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داورين منذل وجالتون كالمان **(محمد جاسم العبيدي، 2009، ص24).**

2-2- نظرية التحليل النفسي:

يعتقد فروي دان عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لا شعورية أي أن الأفراد لا تعني الأسباب الحقيقة لكثير من سلوكياتهم ويرى فروي دان العصاب والذهان ماهي إلا عبارة عن شكل من أشكال سوء التوافق ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية في ثلاث مسميات قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب **(مدحت عبد الحميد، 1990، ص 86).**

أما يونج يعتقد أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يمكن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقة وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة.

حيث يعتقد أدلر الطبيعة الإنسانية تعد أساسا أنانية وخلال عمليات التربية فان بعض الإفراد ينمون ولديهم اهتمام اجتماعي قي ينتج عنه رؤية الآخرين مستجابين لرغباتهم ومسيطرين على الدافع الأساسي للمناقشة دون مبرر ضد الآخرين طالبا للسلطة أو السيطرة

2-3- النظرية السلوكية:

طبقا للسلوكية فان أنماط التوافق وسوء التوافق يعد متعلمة أو مكتسبة وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد والسلوك التوافقي يشمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم (**محمد جاسم العبيدي، 2009، ص 25).**

2-4- نظريات علم النفس الإنسان:

يشير روجرز إلى أن الأفراد الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم فيما يتعلق بسلوكياتهم الغير منسقة مع مفهومهم عن ذواتهم .

أما ماسلو أكد على أهمية تحقيق الذات في تحقيق التوافق السوي الجيد.

إضافة إلى بيرز فهو يؤكد على أهمية التنظيم أو التوجيه وعلى أن يحيى الإفراد هذا أو الآن دون خوف من المستقبل لان هذا سيفقد الإفراد شعورهم الفعلي بالرضا وهناك نظريات نفسية تكلمت عن هذا الموضوع (**محمد جاسم العبيدي، 2009، ص 25).**

2-5- النظرية الاجتماعية:

يقوم هذا الاتجاه أساسا على أن التوافق هو عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد بمعايير المجتمع ولمواصفاته الثقافية، وذلك من خلال قدرته على القيام باستجابات متنوعة تلاءم المواقف المختلفة وتشبع رغباته وحاجاته، وهذا يعني أن التوافق من وجهة نظر أصحاب هذا الاتجاه يعكس أسلوب الفرد في مواجهة ظروف الحياة وحل مشاكله.

فقد عرف جوردن التوافق بأنه محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة والمرضية مع بيئته.

وترى ليزلي فيلي سان التوافق يوضح اتجاهين كاملين من المسؤولية اتجاه البيئة الإنسانية.

الأول هي أن يقبل الفرد ويستجيب بفاعلية تجاه التوقعات الاجتماعية التي تواجهه تبعا لسنه وحبه، وهنا فان التوافق يوضح مدى استعداد الفرد لواجهة التوقعات الاجتماعية من اجل السلوك التوافقي.

الثاني هو أن التوافق يعني أكثر من مفهوم بسيط للنماذج الاجتماعية أو بمعنى أخر يعني أن الفرد يستغل كل الفرص التي تسمح له ليحقق هدف ذاتيا ثابتا.

كما يرى كل من فأي وريملي إن نظام التوافق يتحدد بدرجة الفاعلية التي يقابل بها الفرد، مستويات الاستقلال الشخصي والمسؤولية الاجتماعية في عمره وجماعته الثقافية (**حسين احمد حشمت حسين باهي، 2006، ص ص42،43 ،45**).

3- أبعاد التوافق النفسي:

3-1- التوافق الشخصي: ويشمل السعادة مع النفس والثقة يها والشعور بقيمتها وإشباع الحاجات والشعور بالحرية في التخطيط للأهداف والسعي لتحقيقها وتوجيه السلوك ومواجهة المشكلات الشخصية وحلها وتغيير الظروف البيئية والتوافق لمطالب النمو في مراحله المتتالية وهو ما يحقق الأمن النفسي (**عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 60**).

3-2- التوافق الاجتماعي: يشمل الإنسان محصلة نفسية واجتماعية ويعني السعادة مع الآخرين ويعني الاتزان الاجتماعي والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة للمعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والتغيير الاجتماعي ومسايرتها كذلك يضمن للأساليب السائدة في المجتمع وتقبل وجهات النظر وسهولة التفاعل والاختلاط الاجتماعي يوجد داخل هذا البعد عناصر عديدة مكونة من هذا البعد وهو (التوافق

المنزلي، الدراسي، المهني، الثقافي، الاقتصادي الديني) (**سليمان عبد الواحد إبراهيم، 2014، ص 55**).

3-3- التوافق ألزواجي: ويشمل السعادة الزوجية والرضا ألزواجي الذي يتمثل في الاختبار المناسب والاستعداد للحياة الزوجية والدخول فيها والحب المتبادل والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الحياة الزوجية والقدرة على حل المشكلات والاستقرار ألزواجي (**عبد العزيز مفتاح محمد، 2001، ص 91**).

3-4- التوافق العائلي والأسري: تعني السعادة الأسرية وتشمل الاستقرار الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين والتمتع بقضاء وقت الفراغ وسيادة الحب والثقة بينهم (**محمد جاسم العبيدي، 2009، ص 24**).

3-5- التوافق المهني: يشمل الرضا عن العمل والرضا عن المهنة أو إرضاء الآخرين يشمل على اختيار مناسب للمهنة وعلى استعداد هذه المهنة علميا وتدريبيا والدخول فيها والصلاحية إليها والانجاز والتقدم فيها (**محمد جاسم العبيدي، 2009، ص 24**).

3-6- التوافق الصحي: وهو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله للمظهر الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته، وتمتعه بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والاتزان والسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لمهنته أو نشاطه (**زينب محمود شقير، 2002، ص 5**).

4- مؤشرات التوافق النفسي:

4-1- الراحة النفسية: ويقصد بها أن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يستطيع مواجهة العقبات زحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه ويقرها المجتمع.

4-2- الكفاية في العمل: تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيها وفق ما تسمح به قدراته ومهاراته من أهم دلائل الصحة النفسية، إن الفرد الذي يزاول مهنة أو عملا فنيا تتاح له الفرصة باستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية، كل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية.

4-3- مدى استمتاع الفرد بعلاقات اجتماعية: إن بعض الأفراد اقدر من غيرهم على إنشاء علاقات اجتماعية وعلى الاحتفاظ بالصداقات والروابط المتينة في المجموعات التي يتصلون بها، وتعتبر هذه العلاقات سندا وجدانيا هاما، ومقوما أساسيا من مقومات الصحة النفسية.

4-4- الأعراض الجسمية: في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ما يظهر في شكل أعراض جسمية مرضية، فالاضطراب السيكوسوماتي يؤكد لنا كثير من الاضطرابات الفيسيولوجية تكون ناتجة أساسا من الاضطرابات في الوظائف النفسية.

4-5- الشعور بالسعادة: إن الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، شخصية خالية من الصراع أو المشاكل العديدة.

4-6- القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية: أن الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباتهن وان يكون قادرا على إشباع بعض حاجاته فهو لديه قدرة على ضبط ذاته وإدراك عواقب الأمور.

4-7- ثبات اتجاهات الفرد:أن ثبات اتجاهات الفرد يتم عن تكامل في الشخصية ويتم كذلك عن الاستقرار الانفعالي إلى حد كبير.

4-8- اتخاذ أهداف واقعية: إن الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا ومستويات للطموح، ويسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب

الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال بل يعني بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف.

4-9- تنوع نشاط الفرد: إن الاستمتاع بالحياة واتساع مجال التجاوب معها يتطلب العناية بعدة أنواع من المهارات والمعارف، وهذا يقتضي الحرص على النمو المتكامل المتوازن الذي يهتم بكفاية الجوانب (**حسين احمد حشمت، مصطفى حسين باهي، 2006، ص ص62،63).**

5- ميكانيزمات التوافق النفسي:

5-1- التعويض: حيلة دفاعية يعمد فيها الفرد إلى إخفاء النقص أو التغلب عليه وكثيرا ما يكون التعويض سترا للنقص لا التماسك للقوة.

5-2- التقمص: يلجا الفرد بغرض إخفاء التوتر النفسي وإشباع الدوافع المحبطة عن طريق اندماج لا شعوريا في شخصية أخر نجح في تحقيق أهدافه أو ليتحلى ببعض صفات ذلك الفرد (**عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص ص97 ، 98).**

5-3- التبرير: يصعب على الفرد والمراهق بالذات أن يعترف بفشله على الآخرين، فينصب ما يقع فيه من أخطاء إلى الآخرين (**عباس محمود عوض، 1999، ص 147).**

5-4- التكوين العكسي: يلجا إليه الفرد ليتوافق مع الظروف والمواقف المتغيرة المختلفة وذلك بعمل سلوك مغاير أو اتجاه مناقض واستجابة مضادة، والغرض من ذلك محاولة الفرد إخفاء دوافع وأفكار لا شعورية محظورة وغير مقبولة (**سامية لطفي الأنصاري، أحلام حسن محمود، 2007، ص 34).**

6- أسباب سوء التوافق النفسي:

7-1- الشذوذ الجسمي والنفسي: ونعني به أن يكون الإنسان ذا خاصية جسمية أو عقلية عالية جدا أو منخفضة جدا، في مثل هذه الحالات يحتاج إلى اهتمام و رعاية خاصة مما يؤثر على استجاباته للمواقف المختلفة.

7-2- عدم إشباع الحاجات الجسمية والنفسية: يؤدي عدم إشباع الحاجات الجسمية والنفسية على اختلال توازن الكائن الحي مما يدفع به إلى محاولة استعادة اتزانه ثانية، فإذا تحقق له ذلك حقق توازنا أفضل، أما إذا فشل فيظل التفكك والتوتر باقين، ولذلك يصوغ الكائن حلولا غير موفقة لا تخفض التوتر المؤلم إلا بزيادة التفكك نتيجة الاستعانة بعمليات تفكيكية كالحيل الدفاعية.

7-3- تعلم سلوك مغاير للجماعة: تهدف عملية التطبيع الاجتماعية إلى تعليم الإنسان معايير السلوك الخاصة بالجماعة إلا أن هذه العملية يقوم بها أفراد يختلفون فيما بينهم في تطبيق النظم الأولية لعملية التطبيع الاجتماعي.

7-4- الصراع بين ادوار الذات: المعلوم أن كل ذات تؤدي دورا معنيا يتوقعه منها المجتمع وتتعلمه أثناء تنشئتنا الاجتماعية، إن التنشئة أحيانا قد تعلم دورا غير دوره الأساسي كمعاملة الولد على انه بنت، كما قد يتعارض دوران للذات الواحدة كدور المرأة العاملة كأم وموظفة.

7-5- القلق: القلق هو نوع من الخوف الغامض المبهم لا يعرف له سبب ويعتبر العامل الأساسي في جميع حالات المرض النفسي.

تلك هي بعض أسباب سوء التوافق إلا أن هذه العوامل يختلف تأثيرها من فرد لأخر تبعا لعدة تغيرات متوسطة هي:

أ- المدة: ويقصد بها الفترة الزمنية التي يستمر فيها تأثير العامل.

ب- الشدة: وتعني مدة القوة التي يؤثر بها العامل.

ت- حالة الكائن الجسمية وقدراته ومهاراته واتجاهاته، أثناء تعرضه للعوامل المؤدية إلى سوء التوافق.

ث- إدراك الفرد للعامل ويقصد به تصور الفرد للعامل على انه مثير للإحباط أو غير مثير له **(بطرس حافظ بطرس، 2008، ص ص116، 117).**

7- عوائق التوافق النفسي:

6-1- العوائق الجسمية: ونقصد بها العاهات والتشوهات الجسمية ونقص الحواس التي تحول بين الفرد وأهدافه، فضعف القلب وضعف البنية قد يعوق الفرد عن المشاركة في بعض الأنشطة وتكوين الأصدقاء.

6-2- العوائق النفسية: ونقصد بها نقص الذكاء أو ضعف القدرات العقلية، والمهارات النفس حركية، أو هي خلل في نمو الشخصية تعوق الشخص عن تحقيق أهدافه، وعدم قدرته على المفاضلة بينها، واختياري أي منها في الوقت المناسب.

6-3- العوائق المادية والاقتصادية: حيث يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانات المادية عائقا يمنع كثيرا من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط.

6-4- العوائق الاجتماعية: ويقصد بها القيود التي يفرضها المجتمع في عاداته وتقاليده وقوانينه لضبط السلوك وتنظيم العلاقات **(بشير إبراهيم محمد الحجار، ص31).**

خلاصة:

ومن خلال ما سبق عرضه لمفهوم التوافق ونظرياته وأبعاده ومؤشراته وعوائقه، التي تعيق الفرد في تحقيق توازنه مع بيئته أو مع نفسه ، فيعتبر التوافق فهم الإنسان لسلوكه ومشاعره بدرجة تسمح برسم إستراتيجية لمواجهة ضغوط ومطالب الحياة اليومية .

الفصل الثالث: سرطان الثدي

تمهيد

1- تعريف سرطان الثدي

2- أعراض سرطان الثدي

3- أسباب سرطان الثدي

4- تشخيص سرطان الثدي

5- علاج سرطان الثدي

6- علاقة التوافق بسرطان الثدي

خلاصة

تمهيد:

يعتبر سرطان الثدي نوع من أنواع السرطان ، يظهر في أنسجة الثدي ، مما يؤدي إلى تغيير شكل الثدي وظهور تورمات على مستواه.

فكلمة سرطان عند الكثير تعني الموت ، إلا أن تقدم العلم والتوعية أدى إلى اكتشاف المريض في مراحله الأولى وتقديم إمكانيات جيدة للشفاء منه ، فالفكرة الأساسية يجب الإصرار عليها هي أن السرطان مرض قابل للشفاء.

1- تعريف سرطان الثدي:

- سرطان الثدي هو عبارة عن تكتل في الثدي مع العلم أن نسبة 95% من التكتلات هي أورام حميدة وليست سرطانية وتكون أولى أعراضه المرافقة لتشكل الورم وخروج أي إفرازات من الحلمة محتوية على الدم **(وردة سعادي، 2008، ص 60)**.
- ويعني سرطان الثدي أن بعض الخلايا داخل الثدي تنمو بشكل غير طبيعي لتشكل كتلة بداخله، وتختلف هذه الخلايا السرطانية عن الخلايا الطبيعية في عدة أمور هي: الحجم والشكل والسلوك وهذه الخلايا تفرز الأنسجة المحيطة وأحيانا تنتقل أماكن أخرى من الجسم **(وردة سعادي، 2008، ص 60)**.
- سرطان الثدي هو ورم خبيث ناتج عن التكاثر العشوائي غير الطبيعي لمجموعة من الخلايا في الثدي، والتي تؤدي إلى تدمير النسيج الأصلي، ثم تغزو الأنسجة المحيطة وأحيانا تنتقل إلى أماكن أخرى خاصة الكبد والرئتين أو العظام، والذي يؤدي إلى موت الحالة في غياب العلاج **(la rousse medical ;1992p425)**.

2- أعراض سرطان الثدي:

1-الأعراض الجسمية:

- وجود إفراز حليبي من الحلمة خارج الرضاعة.
- وجود إصابة سابقة بسرطان احد الثديين وإمكانية إصابة الثدي الأخر بعد استئصال الأول.
- وجود ورم حميد في الثدي وإمكانية تحوله إلى ورم خبيث.
- البلوغ المبكر وعلاقته بإفراز مفرط لهرمون الأستروجين.
- نسبة الإصابة بسرطان الثدي هي اكبر العذارى اللواتي لا يتزوجن أو تزوجن ولم ينجبن أو أنجبن في سن متأخرة **(فاخوري، 2005، ص 338)**.

- الأعراض الأكثر انتشارا وظهورا هي:

- انتفاخ في الثدي أو الإبط.
- سيلان في الحلمة
- تغيير مظهر الثدي
- انكماش أو اثر في الحلمة
- تغيير بشرة الثدي كالتجاعيد أو الثنايا **(ألبي، تايلور، ص ص 206، 207)**.

2-الأعراض النفسية:

- تقلب مزاج المريضة.
- الاكتئاب الذي يكون شديدا جدا في بعض الحالات.
- الضيق والتوتر اللذان يصبحان عنصران ملازمان لكل تصرفات المريضة.
- اضطراب واضح في شخصية المريض.
- قد تصاب بالوسواس القهري أو الفوبيا وغيرها من الأعراض العصابية
- قد يطلب من الطبيب إيقاف العلاج حتى ولو كان العلاج فعالا **(طارق كمال ، 2006)**.

3- أسباب سرطان الثدي:

من بين أهم الأسباب المؤدية إلى الإصابة بسرطان الثدي حسب ما اجمع عليه الباحثين:

- **السن:** فالتقدم في السن يعد أهم عامل خطورة للإصابة بسرطان الثدي فمن المتعارف عليه إن خطورة المرض تتزايد بتقدم العمر، وتكون معدلات المريض عموما اقل تحت سن الأربعين، ثم تتزايد الخطورة تدريجيا فوق سن الأربعين.
- **السن عند أول ولادة:** أي أن السيدة التي تنجب في سن متأخرة تكون أكثر قابلية للإصابة بسرطان الثدي .
- **شرب الكحول:** فشرب الكحول بصفة منتظمة وبكثرة يزيد في خطورة ظهور سرطان الثدي، ذلك أن الكحول يزيد من معدل الأستروجين .
- **السن عند انقطاع الدورة الشهرية:** فكلما كانت السن متأخرة كان الاحتمال اكبر، لان استمرار الدورة الشهرية حتى سن متأخرة يعرض السيدة لكمية اكبر من هرمون الأستروجين .
- **عدد المواليد:** فالمرأة التي لديها اقل من طفلين تكون أكثر قابلية للإصابة .
- حبوب منع الحمل: تناول المرأة لحبوب منع الحمل يسبب خطر للإصابة بسرطان الثدي.
- **التدخين:** فهو عامل خطورة شديدة للإصابة بسرطان الثدي.
- العلاج التعويضي للهرمونات : وذلك بعد انقطاع الدورة الشهرية قد يكون سببا من أسباب الإصابة بسرطان الثدي **(نبيلة باوية، 2012، ص ص117، 118).**

4- تشخيص سرطان الثدي:

لقد أثبتت العديد من الدراسات، إن الكشف المبكر عن سرطان الثدي يخفف من احتمالات الوفاة، قد يؤدي إلى الشفاء بنسبة أكثر من 90% من الحالات المكتشفة مبكرا ويمكن الوصول إلى ذلك عن طريق:

4-1 الفحص الذاتي: تقوم به السيدة بمفردها، مرة كل شهر حوالي اليوم السابع (بين 7-10 أيام) من الدورة الشهرية لكل امرأة فوق سن العشرين.

4-2- الفحص الطبي: يكون مرة كل ثلاث سنوات من سن 20الى سن 40، ثم مرة كل سنة عند الطبيب لكل امرأة فوق سن الأربعين.

4-3- الفحص الشعاعي والماموغرافي: ذلك مرة كل سنة، من سن 40 إلى سن 69، وحتى إلى سن 75، حسب المؤتمر الأوروبي الثاني لسرطان الثدي الذي انعقد في بروكسيل أيلول 2000.

ومنه تمر مرحلة التشخيص بمجموعة من الخطوات التي يحددها الطبيب المعالج كما يلي:

- **الخطوة الأولى:**

- السيرة المرضية: وهي مجموعة من الأسئلة يطرحها الطبيب المعالج حول مدة ملاحظة الورم وسرعة أو بطء نموه، كذلك يسال المريضة عن دورتها الشهرية ، مواعيد حملها، الرضاعة، تناول حبوب منع الحمل أو حبوب هرمونات بعد سن اليأس، وما إذا كانت هناك حالات مماثلة عند أفراد من العائلة أو الأقارب.

- **الخطوة الثانية:**

- الفحص ألسريري: حيث يتأكد الطبيب من مواصفات الورم، مكانه وحجمه وعلاقته بباقي أقسام الثدي والجلد والقفص الصدري.

- **الخطوة الثالثة:**

- الفحوصات المخبرية والتصورية: إذ يطلب الطبيب صورة إشعاعية للثدي أو صورة صوتية أو الاثنين معا، حيث يوضع الصورة الصوتية إذ كان الورم يحتوي على سائل أو كيس حميد أو إذا كانت محتوياته صلبة، ويزيد المعلومات حول حدوده إذا كانت دائرية مالسة (حميد) متشعبة (خبيث) وقد يطلب الطبيب فحوص الدم.

- **الخطوة الرابعة:**

- ويطلب فحص للتشخيص النسيجي أو ما يسمى بالزرع حسب التعابير الشعبية وهذا يعني رشقه بالإبرة الرفيعة أو خزعه، حيث يسمح التشخيص النسيجي بتحديد نوعية الورم وخصائصه (**نبيلة باوية، 2012، ص ص 115 ، 117**).

5- سرطان الثدي و علاقته بالتوافق النفسي :

إن مشاكل التوافق شائعة لدى المصابين بالسرطان، ويعتبر القلق الشكل الأكثر شيوعا للضغط النفسي ،الذي يزيد في أوقات محددة وهي:

1-عند الفحص الأولي للأعراض المشتبه فيها، وذلك لتحديد التشخيص.

2-عندما ينتهي العلاج الأولي وعندما تقع المسؤولية على عاتق المريض لفحص الأعراض اللاحقة.

3-عند تكرار الإصابة بالمرض.

4-عندما يكون مال المريض ضعيف .

5-عند المرحلة النهائية للمريض.

وهناك العديد من الردود الممكنة للتعامل مع المريض، وهذا يختلف بين الناس حيث يعتمد على الظروف المحيطة، ومن الأمثلة على هذه الردود مايلي:

1-روح القتال: وهي الميل للنظر إلى المرض على انه تحدي.

2-العجز: وهي الميل للشعور بالفقد وعدم القدرة لعمل أي شيء في مواجهة السرطان.

3-القدرية: وهي الميل لقبول الأشياء كما هي وعدم القيام بأي محاولة للسيطرة عليه.

4-الانشغال بالقلق: وهي الميل للتركيز على الإصابة بالسرطان، والسماح للمرض وزيادة القلق.

5-التجنب والانسحابية: وهي الميل إلى تجنب الأفكار المقلقة ومنع أي تفكير يتعلق بالمرض **(بشير إبراهيم محمد الحجار، ص 55).**

6- علاج سرطان الثدي:

يتم علاج سرطان الثدي في اغلب الأحيان بعدة طرق، يقوم الطبيب باختيار التقنية المناسبة لذلك سواء كان علاج طبي أو علاج بالأشعة، فكلما اكتشف الورم مبكرا كلما زادت نسبة الشفاء ونجاح العملية الجراحية، ومن الأساليب العلاجية:

5-**1- الجراحة:** يعتمد على حجم الورم، ومدى انتشار المرض، حيث يقوم الطبيب بالاستئصال الورم فقط أو استئصال كلي الثديين وما يتابعه من أنسجة وتشمل الغدد اللمفية تحت الإبط وفي الصدر.

وهناك أنواع متعددة من الجراحة يلجأ إليها الطبيب من بينها:

5-1-1- استئصال الثدي: وهو استئصال كلي للعضو المصاب.

5-1-2- استئصال الكتل أو الورم: استئصال للكتلة المتواجدة في الثدي وجزء من النسيج الطبيعي المحيط بها **(نبيلة باوية، 2012، ص 148).**

5-1-3- استئصال الثدي الجذري: تشمل استئصال الثدي، والعقد اللمفاوية والعضلات تحت جدار الصدر **(مايك ديكسون، 2003، ص103).**

5-2- العلاج الإشعاعي: هو علاج موضعي يتم بواسطة استخدام أشعة قوية ، تقوم بتدمير الخلايا السرطانية لإيقاف نشاطه.

5-3- العلاج الكيميائي: وهو علاج شامل تعطى فيه الأدوية بشكل دوري، ويتم بالحقن عبر الوريد أو إعطائها عن طريق الفم لتصل إلى الخلايا السرطانية وتقتلها ويعتبر العلاج الكيميائي علاج شامل لان الدورية تتنقل في جميع الجسم.

5-4- العلاج الهرموني: إن عدد كبير من الأورام السرطانية، تعتمد في نموها وتكاثرها على الهرمونات حيث يمكن إجراء عملية جراحية لاستئصال الأعضاء المنتجة لهذه الهرمونات مثل المبايض **(سميح نجيب الخوري، 2000، ص 243).**

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نجد أن سرطان الثدي يعتبر مرض خطير يهدد كيان المرأة باعتبار الثدي بالغ الأهمية لها لما فيه من خصوصيات فالثدي رمز من رموز الأنوثة .

الإطـــار الميدانـــي

الفصل الرابع : الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2- منهج الدراسة

3- حالات الدراسة

4- أدوات الدراسة

خلاصة

تمهيد:

لا تخلو أي دراسة ميدانية من الجانب الميداني الذي يعد أهم نقطة في طرح مشكلة معينة والرغبة في البحث عنها و دراستها فهو يتطلب إتباع خطوات منهجية معينة وهذا ما سيتم عرضه في هذا الفصل وذلك انطلاقا من الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع ثم حدود الدراسة وعينة الدراسة .

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية أو الاستكشافية أول مرحلة في الجانب الميداني ونقطة بداية كل بحث، وتتضمن الجانب النظري كالاطلاع على المراجع والجانب التطبيقي الذي يتمثل في زيارات للاطلاع على ميدان الدراسة وفهمه فهما شاملا وتحديد عينة البحث والمنهج المتبع(**رشيد زرواتي،2008،ص23**).

فالدراسة الاستطلاعية تعتبر من أهم الخطوات الهامة والمتبعة في البحث العلمي، حيث يهدف الباحث من خلالها إلى استكشاف الظاهرة المراد دراستها في الواقع بغية التقرب أكثر من الموضوع، كما تسمح بجمع المعلومات أكثر عن حالات البحث وعن الموضوع.

وبعد إلمامنا بأهم الجوانب المتعلقة بالقسم النظري، بدأنا في القسم الميداني فقمنا بتحديد مكان الدراسة الذي يتمثل في مستشفى "الدكتور حكيم سعدان" مصلحة الأورام السرطانية بسكرة، بحثنا عن الحالات التي تتجاوب معنا، كان الهدف الرئيس من الدراسة الاستطلاعية هو اختبارنا للحالات من أجل إجراء معهم مقابلة عيادية وتطبيق مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير.

فكانت أول خطوة هي التقرب والتعامل مع الحالات لتوضيح ما نهدف إليه ، من خلال بحثنا هذا تم إقناع أربع حالات للدراسة فكان التعامل معهم بطريقة سهلة وبسيطة.

2- منهج الدراسة:

نظرا لأهمية المنهج في البحث أو الدراسة فلا يمكن الاستغناء عنه تتبعا لطبيعة المشكلة المدروسة والأهداف المسطرة ومستوى المعلومات المتوصل إليها نفرض على الباحث تحديد منهج معين لتطبيقه للوصول إلى نتائج دقيقة من هذا المنطلق اخترنا المنهج العيادي.

المنهج العيادي: "هو المنهج الذي يستخدم في تشخيص وعلاج الأفراد الذين يكابدون اضطرابات أو انحرافات حسية أو خلقية أو يعانون من مشكلات توافقية شخصية أو اجتماعية ، دراسية أو مهنية" **(حسن مصطفى عبد المعطي، 1998، ص141).**

3-حالات الدراسة:

لقد تم اختيار حالات الدراسة قصديا ، من فئة النساء المصابات بسرطان الثدي واللاتي يعالجن في مستشفى الدكتور حكيم سعدان بسكرة .

4- أدوات الدراسة:

4-1- المقابلة العيادية نصف الموجهة:

تعريف المقابلة: "هي الطريقة التي نلجأ إليها عادة للحكم على شخصيات الأفراد حكما سريعا شاملا عن طريق التحدث معهم مقابلتهم بشكل مباشر"**(سهير كامل احمد، 2001، ص 33).**

ولقد اعتمدنا في بحثنا هذا على **المقابلة العيادية نصف الموجهة** لأنها تسمح لنا بجمع اكبر عدد ممكن من المعلومات وتعطي الفرصة والحرية للتعبير عن المشاعر والأحاسيس لكن الحرية تكون في ضوء الهدف المسطر الذي يخدم موضوع البحث.

4-2- مقياس التوافق النفسي:

4-2-1 تقديم المقياس:

يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على عبارات المقياس بإعطاء تقدير صحيح وبدون مجاملة، وذلك على مقياس يتدرج من موافق (نعم)، ومحايد (أحيانا)، ومعارض (لا)، وموضوع أمام هذه التقديرات ثلاثة درجات هي (2،1،0) على عكس الترتيب عندما يكون اتجاه التوافق ايجابيا، بينما تكون التقديرات الثلاثة في اتجاه عكسي (0،1،2) عندما ينخفض التقدير (كما هو موضح في الجدول رقم 1).

4-2-2 تصحيح المقياس:

يشتمل المقياس على 80 فقرة تقيس التوافق العام، وتتوزع على أربعة أبعاد (محاور) كما هو موضح في الجدول رقم (1)، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (0-160 درجة).

يفيد المقياس في جميع الأعمار الزمنية من الجنسين ابتداء من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن(**زينب محمود شقير،2003، ص 7،8**).

جدول رقم (1): يوضح فقرات مقياس التوافق النفسي

محاور المقياس	أرقام فقرات كل محور	اتجاه التصحيح	الدرجة الكلية	مستويات التوافق للمقاييس الفرعية الأربعة:
المحور الأول: التوافق الشخصي والانفعالي	الفقرات الموجبة: 1-14 الفقرات السالبة:15 -20	0-1-2 2-1-0	من صفر 40	1) من صفر-10 سوء التوافق
المحور الثاني: التوافق الصحي/ الجسمي	الفقرات الموجبة:21-28 الفقرات السالبة:29-40	0-1-2 2-1-0	من صفر 40	2) 11-20 توافق منخفض
المحور الثالث: التوافق الأسري	الفقرات الموجبة:41-55 الفقرات السالبة:56-60	0-1-2 2-1-0	من صفر 40	3) 21-30 توافق متوسط
المحور الرابع: التوافق الاجتماعي	الفقرات الموجبة:61-74 الفقرات الموجبة:75-80	0 -1-2 2-1-0	من صفر 40	4) 31-40 توافق مرتفع
التوافق النفسي العام	مجموع العبارات الكلية للمقياس 80 عبارة	الدرجة الكلية للمقياس	من صفر 160	1) من صفر-40 سوء توافق 2) من 41-80توافق منخفض 3) من 81-120توافق متوسط 4) من 121-160توافق مرتفع

4-2-3 الخصائص السيكومترية للمقياس

الصدق:

الصدق التمييزي:

وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية ، أي بين مجموعات الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة على المقياس ، وذلك بأخذ 27 % من كل طرف.

حيث تم حساب الفروق بين مجموعة أصحاب الدرجات المرتفعة وأصحاب الدرجات المنخفضة لمقياس التوافق النفسي وكانت النتائج موضحة في الجدول التالي :

جدول رقم (3) : يوضح الفروق بين الدرجات المرتفعة والدرجات المنخفضة في مقياس التوافق النفسي:

الدرجات الطرفية	ن	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مجموع الدرجات المرتفعة	7	12	125.86	5.30	12.86	0.01 دال
مجموعة الدرجات المنخفضة	7		94.43	3.69		

يتضح من خلال الجدول وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعة الدرجات المرتفعة ومجموعة الدرجات المنخفضة ، حيث بلغت قيمة ت 12.86 وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) ، وهذا يعني أن للمقياس قدرة تمييزية عالية بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة وبالتالي فهو يتمتع بصدق تمييزي .

الصدق الذاتي:

هو الجذر التربيعي للثبات بطريقة التجزئة النصفية

0.93=0.96

الثبات:

حسب بطريقة التجزئة النصفية 0.93 وهذا ما يدل على ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات **(أحلام ميلودي، 2013، ص ص 37، 38).**

خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى عرض أهم الإجراءات المنهجية ، من دراسة استطلاعية إلى تحديد المنهج المتبع وحالات الدراسة ، التي ستؤدي إلى تأكيد أو نفي الفرضية والوصول إلى نتائج للمشكلة المطروحة.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

1- عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى

2- عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية

3- عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة

4- عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

عرض ومناقشة النتائج

أولا: عرض وتحليل نتائج الحالة الأولى

1-تقديم الحالة الأولى:

- الاسم : س .
- السن : أنثى.
- الحالة العائلية : متزوجة وأم لأربعة أطفال.
- المستوى التعليمي : شهادة ليسانس.
- المستوى المعيشي : جيدة.
- المهنة : أستاذة متقاعدة.
- البيئة : المدينة.
- عدد الإخوة : 3 بنات و 4 ذكور.
- الرتبة بين الإخوة : الأولى.
- نوع الزواج : متباعد.

2-ملخص المقابلة:

الحالة (س) أنثى تبلغ من العمر 55 سنة، متزوجة وأم لأربعة أطفال، حاصلة على شهادة ليسانس، كانت أستاذة متقاعدة، مقر سكناها المدينة (بسكرة) ، أما بالنسبة لزواجها فكان زواج متباعد لا قرابة بينها وبين زوجها ، عدد الإخوة 3 بنات و 4 ذكور ، رتبتها بين الإخوة الأولى، الحالة تعاني من مرض سرطان الثدي منذ عام تقريبا وهي مصابة ، رغم مرضها إلا أنها راضية بالحالة التي تمر بها وهذا راجع إلى العلاقة التي تعيشها مع زوجها وأبنائها ، كما تبدو شخصية الحالة شخصية اجتماعية وهذا لتفاعلها مع المجتمع وتبادل الزيارات.

3-تحليل المقابلة:

من خلال المقابلة العيادية نصف الموجهة التي أجريت مع الحالة يتبين لنا بأنها متوافقة نفسيا، ويظهر هذا من خلال إجابتها على أسئلة المقابلة، فالحالة كانت متعاونة معنا فهي تشعر بالراحة من خلال قولها (**إيه الحمدالله راضية بمشيئة الله)** وتحس كذلك بالرضا والانسجام مع مرضها وهذا واضح في قولها (**واش راح ندير هذا ابتلاء من عند ربي والله جاتني عادي)** ، لكن رغم أنها إنسانة سعيدة وإنها راضية بمرضها، إلا أن لديها نوع من القلق الذي تحاول إخفائه ويظهر في قولها **(تفوت عليا أيامات نحس روحي منيش مليحة وقلقانة)** ، الحالة تشعر بالثقة بالرغم من مرضها الذي أتعبها ويظهر هذا في قولها (**عندي ثقة بنفسي كبيرة)** . يظهر أن الحالة تستخدم آليات الدفاع والإنكار بخلق أسباب تبدو منطقية من خلال قولها (**مناش كاملين كل واحد فينا نقصاتو حاجة).**

وقد تأثرت الحالة أثناء إجابتها على بعض الأسئلة وظهر ذلك من خلال علامات التوتر البادية على ملامح الوجه واليدين والرجلين (**احمرار الوجه ،وتحريك اليدين، والرجلين بسرعة)** ، و في بعض الأحيان تستخدم ميكانيزم الكبت ويظهر ذلك عندما كانت تصمت لفترة ، الحالة تبدو اجتماعية جدا وتحب تكوين علاقات مع الآخرين وقد تبين هذا من خلال استجابتها معي أثناء المقابلة العيادية ويدعم ذلك قولها (**صحاباتي يجوني ويطلو عليا ونروحلهم عادي)** ، وهي أيضا لا تعاني من مشاكل علائقية داخل أسرتها فعلاقتها جيدة مع والديها وإخوانها من خلال قولها (**خاوتي وولادهم يجوني)**، كما أن علاقتها مع زوجها لم يحدث فيها أي تغير بسبب المرض الذي تعاني منهم وهذا راجع لقولها (**علاقتي مع راجلي لباس كيما بكري كيما درك ماحسسني بوالو مكان حتى تغيير بناتنا)** ، كما أنها متلقية كل الدعم من أولادها فهي تعيش في جو اسري مريح مما

جعلها تتأقلم مع الحالة التي تمر بيها ، ويظهر هذا من خلال قولها (**نحمد ربي سبحانو ولادي وراجلي متفاهمة معاهم**).

إن تكيف الحالة مع مرضها وتقبلها لنفسها جعلها تتغلب على ضغوطات المرض إضافة إلى مساندة الأسرة والزوج والأبناء لعبو دورا واضحا في توافقها.

4-تحليل نتائج المقياس:

جدول رقم (3) يوضح نتائج المقياس الحالة الأولى

المحـــــــاور	الدرجـــــــات
التوافق الشخصي والانفعالي	28 درجة
التوافق الصحي والجسمي	34 درجة
التوافق الأسري	39 درجة
التوافق الاجتماعي	34 درجة
المجموع	135 درجة

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس التوافق النفسي مع الحالة الأولى تبين أن لديها توافق نفسي جدا ايجابي ومرتفع، حيث تحصلت على درجة 28 درجة بالنسبة للمحور المتعلق بالتوافق الشخصي والانفعالي فهو توافق مرتفع، وتحصلت أيضا على 34 درجة في محور التوافق الصحي والجسمي فهو أيضا توافق مرتفع، إضافة إلى محور التوافق الأسري 39 درجة ومحور التوافق الاجتماعي 34 درجة فهو توافق مرتفع.

عند جمع النسب نتحصل على درجة التوافق النفسي حيث تقدر نسبة 135 درجة وهي محصورة حسب المقياس في المجال (121-160) ، فالدرجة تعبر عن توافق نفسي مرتفع لدى الحالة.

5-التحليل العام:

من خلال النتائج المستخلصة من اختبار التوافق النفسي لزينب محمود شقير ونتائج المقابلة ، توصلنا إلى أن الحالة لديها توافق نفسي مرتفع رغم المرض الذي تصارعه فان الحالة تشعر بالرضا والراحة من خلال إجابتها في المقابلة على سؤال راكي راضية على هذه الحياة؟ وقد أشار **لازاروس LAZAROS** إلي "**إن الشخصية السوية هي التي تعيش في سعادة دائمة، شخصية خالية من الصراع أو المشاكل العديدة**" **(حسين احمد حشمت وآخرون، 2006، ص 59)**، كما أن الحالة لديها ثقة بنفسها وهي شخصية متفائلة ومتقبلة لمرضها ولا تشعر بأي نقص، إضافة إلى تمسكها بدينها وإيمانها الداخلي بالله، كما يتضح إن الحالة متوافقة اسريا من خلال نتائج المقياس ، ظهر أيضا من خلال إجابتها على أسئلة المقابلة العيادية نصف الموجهة، إضافة إلى توافقها الاجتماعي وان الحالة لديها أصدقاء وتتبادل الزيارات معهم وهذا ما أوضحه **جابلن** في تعريفه للتوافق النفسي " **بأنه علاقة انسجام الشخص مع البيئة المادية والاجتماعية**" **(صالح حسين الداهري، 2008، ص 16،17)** ، ويتضح لنا أن هناك عدة عوامل ساعدت الحالة على التوافق مع ذاتها ومع المحيط الاجتماعي وبالأساس تفهم الأسرة لحالتها فقد أدلت الحالة في تصريحاتها في المقابلة بأن أسرتها متفهمة ومتعاونة معها وهذا ما جعلها تصارع المرض وقد أوضحت **هورني** " **بان التوافق وعدم التوافق يرجعان إلى عملية التنشئة الاجتماعية والى علاقة الشخص بذاته والتي تعد أساس الصحة النفسية**" **(صالح حسين الداهري، 2008، ص 16، 17).**

ثانيا: عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية.

1-تقديم الحالة الثانية:

- الاسم: ص
- الجنس: أنثى
- السن: 45 سنة
- المستوى التعليمي: بكالوريا
- الحالة العائلية: متزوجة وأم لطفلين
- المهنة: ماكثة في البيت
- المستوى المعيشي: جيد
- مكان السكن: المدينة
- عدد الإخوة: 6 بنات و 2 ذكور
- الرتبة بين الإخوة: الثالثة
- القرابة بين الزوجين: لا يوجد

2-ملخص المقابلة:

الحالة (ص) أنثى تبلغ من العمر 45 سنة متزوجة زام لطفلين، مستواها التعليمي بكالوريا، الحالة ماكثة في البيت وهي الابنة الثالثة بين أخواتها، مستواها المعيشي جيد، الحالة تعاني من مرض سرطان الثدي منذ ستة أشهر تقريبا وهي مريضة بهذا المرض، تبدو الحالة متقبلة لمرضها وهذا راجع لأسرتها خاصة زوجها وأبنائها، فهي تعيش في أسرة جدية ومتلقية كل الدعم ، كما أنها شخصية اجتماعية .

3-تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة نصف الموجهة مع الحالة تبين لنا بأنها متوافقة نفسيا ، ويظهر لنا هذا من خلال إجابتها على أسئلة المقابلة، فالحالة تشعر بالرضى وذلك من خلال قولها "**هذه حاجة ربي لازم نرضى ونتقبل**"، وتحس بالانسجام والتقبل لمرضها و يتضح هذا في قولها " **راني راضية الحمد الله**" إلا أن لديها نسبة من القلق والتوتر خاصة في إجابتها على الأسئلة الأولى للمقابلة ،فهي في البداية لم تكن متقبلة إصابتها بهذا المرض وهذا واضح في قولها " **صعيبة أني نتقبل هذه الحاجة**"

رغم معاناة الحالة مع المرض إلا أنها تتجاوزه من خلال استخدامها لآليات الدفاع كألية التفريغ، وذلك عند شعورها بالقلق والضيق فإنها تتخلص منه عن طريق البكاء، ويظهر ذلك في قولها " **نقعد غير نبكي**" ، كما يتضح أن الحالة ذو شخصية متفاعلة مع المجتمع وهذا من خلال تبادلها الزيارات ، وذلك من خلال إجابتها على محور التوافق الاجتماعي، يتضح لنا أن الحالة متوافقة اجتماعيا من خلال قولها " **عندي صحبتي وحبيبتي نروحلها وتجيني**" ، كما أنها تشعر بالسعادة والراحة النفسية داخل أسرتها وتقضي معظم وقتها معهم وهذا واضح في قولها " **نحس بالفرحة والراحة سيرتو كي يكونو ولادي وراجلي قاعدين حذايا**" ، إضافة إلى علاقتها مع زوجها فهي علاقة جيدة ولم يظهر أي تغيير فهو متعاون معها إضافة إلى مساندته لها ومتفهم للحالة التي تمر بها والضغوطات التي تعيشها بسب المرض الذي تعاني منه ، يظهر ذلك في قولها " **الحمدالله راجلي متفهم وماهوش محسسني بمرضي**" ، فالحالة تعيش في جو اسري جيد وهذا ما جعلها تتوافق نفسيا رغم مرضها، "فالتوافق الأسري يعني السعادة الأسرية وتشمل الاستقرار الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين"(**محمد جاسم العبيدي، 2009، ص24**).

4-تحليل نتائج المقياس:

جدول رقم (4) يوضح نتائج المقياس الحالة الثانية

المحـــــــاور	الدرجـــــــات
التوافق الشخصي والانفعالي	30 درجة
التوافق الصحي والجسمي	25 درجة
التوافق الأسري	36 درجة
التوافق الاجتماعي	33 درجة
المجموع	124 درجة

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس التوافق النفسي مع الحالة ، تبين أن لديها توافق نفسي ايجابي ومرتفع، حيث تحصلت على 30 درجة بالنسبة للمحور المتعلق بالتوافق الشخصي والانفعالي فهو توافق مرتفع، وتحصلت أيضا على 25 درجة في محور التوافق الصحي والجسمي وهو كذلك توافق مرتفع، إضافة إلى محور التوافق الأسري 36 درجة ومحور التوافق الاجتماعي 33 درجة فهو توافق مرتفع.

عند جمع النسب نتحصل على درجة التوافق النفسي حيث تقدر بنسبة 124 درجة وهي محصورة حسب المقياس في المجال (121-160) فالدرجة تعبر عن توافق نفسي مرتفع لدى الحالة.

5-التحليل العام للحالة:

من خلال النتائج المستخلصة من اختبار التوافق النفسي لزينب محمود شقير و المقابلة العيادية نصف الموجهة ، توصلنا إلى أن الحالة لديها توافق نفسي مرتفع رغم إصابتها بالمرض، لكن هذا لا يمنع من وجود بعض المشاعر السلبية، كالقلق والتوتر لكن ما يمكننا قوله هو انه لايوجد توافق مطلق فدائما هناك بعض الاختلالات النفسية،

ويمكننا أن نستند على توافق الحالة من خلال تقبلها لمرضها، ويظهر هذا في إجابتها على المقابلة في قولها " **بالرغم من كل الظروف لي راني فايت بها راني راضية الحمد الله**"، وهذا ما أشار إليه **صالح مرحاب فهو يرى** " **أن التوافق يتضمن تقبل الذات من جهة وتقبل الأخر من جهة أخرى، وان تقبل الذات هو أساس عملية التوافق الشخصي**" **(محمد جاسم، 2004، ص 23)**. أما من الجانب الاجتماعي فقد تبين أن الحالة شخصية اجتماعية ، وذلك من خلال تفاعلها معي وإجابتها على أسئلة المقابلة، كما تبين نتائج المقابلة أن هناك عوامل ساعدت الحالة على التوافق النفسي كتمسكها بدينها والإيمان بما أصابها الله والصبر على الابتلاء ، و أيضا تفهم الأسرة، ووجود الدعم الاجتماعي كتبادل الزيارات بين الأهل والأقارب والأصدقاء ،الذي يقوي دفاعاتهم النفسية ويجعل المريضة أكثر قدرة على تحمل المرض وتكيفها معه.

ثالثا: عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة.

1-تقديم الحالة الثالثة:

الاسم: ع.

الجنس: أنثى.

السن: 46 سنة.

الحالة العائلية: متزوجة وأم ل 4 بنات و 2 ذكور.

المستوى التعليمي: سنة 4 أساسي.

المستوى المعيشي: جيد.

المهنة: ربة بيت.

القرابة بين الزوجين: لا يوجد قرابة.

عدد الإخوة: 2 بنات و 4 ذكور.

الرتبة بين الإخوة: الأخيرة.

2-ملخص المقابلة:

الحالة (ع) أنثى تبلغ من العمر 46 سنة، متزوجة وأم ل 4 بنات و 2 ذكور ، الحالة مستواها التعليمي 4 أساسي ، فهي ماكثة بالبيت والبنت الأخيرة بين إخوانها ، مستواها المعيشي جيد لاتوجد قرابة بينها وبين زوجها، الحالة تعاني من مرض سرطان الثدي منذ 8 أشهر وهي مريضة، تعالج بمستشفى الدكتور حكيم سعدان، تبدو الحالة راضية بمرضها هذا رغم المعاناة التي تمر بها، فإنها شخصية صبورة فهي تحظى بعلاقة جيدة داخل أسرتها.

1-تحليل المقابلة:

من خلال نتائج المقابلة التي أجريت مع الحالة يتبين بأنها متوافقة نفسيا ويظهر هذا من خلال إجابتها على أسئلة المقابلة، فالحالة تبدو متقبلة لمرضها هذا ومتلائمة كما أنها راضية بما كتبه الله لها فإيمانها بالله وقدرها جعلها أكثر تلاءم مع مرضها ويظهر هذا في قولها " **هذه حاجة ربي ما فيهاش هربة** " ، ويظهر أيضا بأنها متكيفة مع مرضها ومرتاحة يتضح هذا في قولها " **راني راضية ومرتاحة**" ، إلا أنه ظهر لديها نسبة من القلق والتوتر خاصة في إجابتها على الأسئلة الأولى من المقابلة ،فهي كانت متشائمة ورافضة فكرة مرضها من خلال تصريحها " **هذه مش حاجة ساهلة هذه راني راح نموت**" ، إلا أنها مع مرور وقت كافي انسجمت مع حالتها المرضية وأصبحت متقبلة فكرة مرضها ، وتنظر للحياة نظرة تفائلية ، كما يظهر أن الحالة لديها اهتمام أخر مما جعلها تنشغل عن مرضها يظهر في قولها " **ديما جابدا المصحف ونقرى راهو مقويلي**

ايماني" ، وهذا ما أشار إليه **يونغ فهو يرى** " إن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية" **(محمد جاسم، 2004،ص 24).**

رغم الظروف والمعاناة التي تمر بها الحالة بسبب مرضها فإنها تتخلص منه عن طريق استخدامها لآليات الدفاع كآلية الإسقاط، وذلك عند شعورها بالضيق والقلق فإنها تتجاوزه عن طريق الصلاة وقراءة القرءان ويظهر هذا في قولها " **نتوضى ونصلي نريح**" ، كما يتضح أن شخصية الحالة شخصية اجتماعية وذلك من خلال تبادل الزيارات بين الأهل والأقارب والجيران ويتضح في قولها " **عندي غير هم داري ديما يجوها حتى أنا نروحلهم** " ، إضافة إلى وجود الدعم الأسري الذي ساعدها على تجاوز صعوبات المرض ومشاكله من خلال تصريحها " **علبالك الضحكة متفارقنيش وننسى روحي بلي مريضة بهذاك المرض**" ، مما جعلها تتوافق نفسيا وهذا راجع إلى السند الاجتماعي والأسري بالدرجة الأولى.

2-تحليل نتائج المقياس:

جدول رقم(5) يوضح نتائج المقياس الحالة الثالثة

المحـــــــاور	الدرجـــــــات
التوافق الشخصي والانفعالي	22 درجة
التوافق الصحي والجسمي	33 درجة
التوافق الأسري	39 درجة
التوافق الاجتماعي	32 درجة
المجموع	126 درجة

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير مع الحالة تبين أن لديها توافق نفسي مرتفع، حيث تحصلت على 22 درجة بالنسبة للمحور المتعلق بالتوافق الشخصي والانفعالي فهو توافق مرتفع، وتحصلت أيضا على 33 درجة في محور التوافق الصحي والجسمي وهو أيضا توافق مرتفع ، إضافة إلى محور التوافق الأسري 39 درجة وحور التوافق الاجتماعي 32 درجة فهو توافق مرتفع.

عند جمع النسب نتحصل على درجة التوافق النفسي، حيث تقدر بنسبة 126 درجة وهي محصورة حسب المقياس في المجال (121-160) ، فالدرجة تعبر عن توافق نفسي مرتفع.

3-التحليل العام للحالة:

من خلال النتائج المستخلصة من اختبار التوافق النفسي لزينب محمود شقير والمقابلة العيادية نصف الموجهة، توصلنا إلى أن الحالة لديها توافق نفسي مرتفع رغم إصابتها بالمرض، فالحالة جد متكيفة مع مرضها ومتقبلة ، إذ يظهر هذا في قولها " **هذه الدنيا فانية على هذا لازم ترضاي واش قسمك ربي وتريحي**" إضافة إلى وجود الدعم الأسري ، وتعتبر الأسرة هي الملاذ الحقيقي للمريضة حيث لاحظنا تصريحاتها أنها تشعر بالأمان والراحة خلال وجودها في البيت وقضائها معظم وقتها في البيت ومع أفراد أسرتها، فالتوافق الأسري " يعني السعادة الأسرية وتشمل الاستقرار الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين والتمتع بقضاء وقت الفراغ وسيادة الحب والثقة بينهم " (محمد جاسم العبيدي،2009، ص24) ، كما يعزي أيضا وجود السند الاجتماعي (الأهل ، الأقارب، الأصدقاء) الذي يقوي دفاعاتهم النفسية ويجعلهم أكثر قدرة على تحمل المرض ، **كما أشار ولمان** " التوافق يشير إلى وجود علاقة منسجمة مع البيئة تتضمن القدرة على إشباع معظم حاجات الفرد وتلبية معظم مطالبه البيولوجية والاجتماعية التي يكون الفرد مطالبا بتبليغها " **(كفافي،2012،ص 158)** ،كما أن الحالة متلقية كل الدعم من الزوج الذي لم يحدث أي تغيير في علاقتها معه وذلك من خلال تصريحها " **راهو واقف معايا وكي نروح ندير تحاليل**

ولا طبيب هو لي يديني " ، إضافة إلى أن الحالة متدينة ومتمسكة بما كتبه الله لها فالجانب الديني يقوي شخصيتها ويساعدها على التكيف والتوافق أكثر .

رابعا: عرض ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

من خلال تطبيقنا للمقابلة العيادية نصف الموجهة ومقياس "التوافق النفسي" لزينب محمود شقير، على حالات الدراسة الثلاث ، المصابات بسرطان الثدي، تبين أن:

الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها " تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الانفعالي" لم تتحقق على حالات الدراسة، وهذا راجع إلى النتائج المتحصل عليها من المقابلة والمقياس. فقد تحصلت الأولى على 28 درجة والثانية على 30 درجة والثالثة على 22 درجة ، وبالتالي نجد أن المرأة المصابة بسرطان الثدي تستطيع أن تحقق التوافق الانفعالي ، وهو ذلك البعد الذي يشتمل على السعادة مع الذات والثقة بها والرضا عنها والشعور بقيمتها أو إشباع الحاجات والتمتع بالأمن الشخصي ، كما يتمثل في اعتماد الفرد على نفسه وإحساسه بقيمته وشعوره بالحرية في توجيه السلوك دون سيطرة الغير ، والشعور بالانتماء والسعي إلى تحقيق الأهداف ويشمل توافق وجداني وعقلي وترفيهي وفيزيقي (أديب محمد الخالدي ، 2009 ، ص 101).

كما نجد أن الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها " تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الأسري " لم تتحقق على حالات الدراسة ، فقد تحصلت الحالة الأولى على 39 درجة والثانية على 36 درجة والثالثة على 39 درجة ، فالأسرة هي الملاذ الحقيقي للمريضة من خلال شعور المريضات بالأمان والراحة خلال وجودهن في البيت ولكونهن يقضين معظم أوقاتهن داخل أسرتهم ، فالتوافق الأسري يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين والأبناء وسلامة العلاقة بين الأبناء حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع (

عبد الحميد محمد شاذلي ، 2001 ، ص 63) ، هذا ما اتفق مع دراسة ; lewis fm) (1992; hammond ma حيث أظهرت أن العلاقة الأسرية تصبح أكثر توافقا مع مرور الوقت بعد الإصابة.

أما الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادها " تعاني المرأة المصابة بسرطان الثدي من عدم التوافق الاجتماعي " لم تتحقق ، فقد تحصلت الحالة الأولى على 34 درجة والحالة الثانية على 33 درجة والحالة الثالثة على 32 درجة ، فهو عملية اجتماعية تقوم على مسايرة الفرد بمعايير المحتمع ولمواصفاته الثقافية ، وذلك من خلال قدرته على القيام باستجابات متنوعة تلاءم المواقف المختلفة وتشبع رغباته وحاجاته (احمد حشمت ، مصطفي حسين باهي ، 2006 ، ص 43) .

خـــاتمـــــــة

خـــاتمـــة

يعتبر التوافق النفسي من الضروريات لأي شخص مريض مرضا جسديا ، ولا سيما إذا كان المرض مرضا خطيرا يؤدي إلى الموت ، كسرطان الثدي الذي يصيب المرأة ، حيث يعد هاجس يهدد كيانها ، باعتباره الثدي ذو أهمية بالغة بالنسبة لها على المستويين الفيزيولوجي والنفسي ، نظرا لوظيفته الأساسية المتمثلة في التغذية بالنسبة للرضيع من جهة وكذلك رمز من رموز الأنوثة والجمال من جهة أخرى .

واستنتجنا من خلال هذه الدراسة أن المرأة المصابة بسرطان الثدي يمكن ان تحقق التوافق النفسي رغم إصابتهن بسرطان الثدي ، وهذا راجع إلى الدعم الأسري بالدرجة الأولى وكذلك الدعم الاجتماعي ، إضافة إلى تمسكهن بالدين الإسلامي والإيمان بابتلاء الله عز وجل .

وفي الأخير تجدر الإشارة إلى ضرورة الإرضاع الطبيعي والقيام بالفحص الدوري فمن خلاله يتم الكشف عن المرض مبكرا وإمكانية الشفاء منه .

قائمـــة المراجع

أولا الكتب :

1-إجلال محمد سرى (2000) ، علم النفس العلاجي ، ط2، عالم الكتب ، القاهرة .

2-بطرس حافظ بطرس (2008) ، التكيف والصحة النفسية للطفل ، ط1 ، دار المسيرة ، الأردن .

3-حسين احمد حشمت ، مصطفى حسين باهي (2006) ، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ، ط1 ، الدار العالمية ، القاهرة .

4-حسن مصطفى عبد المعطي (1992) ، علم النفس الإكلينيكي ، دار قباء للنشر ، القاهرة .

5-رمضان محمد القذافي (1994) ، الصحة النفسية والتوافق ، ط2 ، دار الرواد .

6-رشيد زرواتي (2008) ، تدريبات على منهجية البحث العلمي ، د ط ، سلسلة مناهج ، ردمك .

7-زينب محمود شقير (2003) ، مقياس التوافق النفسي ، ط1 ، مكتبة النهضة العربية ، القاهرة .

8-سميح نجيب الخوري (2000) ، دليل المرأة في حملها وأمراضها ، دار الأفاق ، الأردن .

10-سليمان عبد الواحد إبراهيم (2004) ، الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية (رؤية في إطار علم النفس الايجابي) ، ط1 ، عمان ، الأردن .

11-سامية لطفي الأنصاري ، أحلام حسن محمود (2007) ، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية ، د ط ، صدر الإسكندرية للكتاب ، مصر .

12-سهير كامل احمد (2001) ، الصحة النفسية للاطفال ، الاسكندرية ، مركز الاسكندرية للكتاب ، مصر.

13-سبيرو فاخوري (2005) ، موسوعة المرأة الطبية ، ط1 ، دار العلم للملايين ، بيروت .

14-صالح حسن الداهري (2008) ، أساسيات التوافق والاضطرابات السلوكية والانفعالية ، ط1 ، دار الصفاء .

15-طارق كمال (2006) ، مشاكل نفسية معاصرة ، مؤسسة شباب الجامعة ، الإسكندرية .

16-عبد العزيز مفتاح محمد

17-عبد الحميد محمد الشاذلي (2001) ، الصحة النفسية وسيكوليجية الشخصية ، ب ط ، المكتبة الجامعية ، الإسكندرية .

18-عباس محمود عوض (1999) ، المدخل إلى علم النفس النمو ، ب ط ، دار المعرفة الجامعية .

19-محمد جاسم العبيدي (2009) ، مشكلات الصحة النفسية (أمراضها وعلاجها) ، ط1 ، دار الثقافة .

20-مدحت عبد الحميد (1990) ، الصحة النفسية والتفوق الدراسي ، جامعة بيروت ، دار النهضة العربية .

21-مايك ديكسون (2013) ، سرطان الثدي ، ترجمة هنادي مزبودي ، دار المؤلف الرياضي .

22-ناصر الدين زبدي ، نصيرة لمين (2012) ، مبادئ الصحة النفسية والإرشاد ، ب ط ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.

ثانيا الرسائل الجامعية :

23-مومن بكوش الجموعي (2013) ، القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، قسم العلوم الاجتماعية ، جامعة محمد خيضر بسكرة .

24-حواس خضرة (2012) ، استراتيجيات الإرشاد النفسي في تنمية بعض المتغيرات المساعدة على التوافق النفسي ، رسالة دكتوراه ، قسم العلوم الاجتماعية ، شعبة علم النفس ، جامعة محمد الحاج لخضر باتنة .

25-بشير إبراهيم محمد الحجار ، التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية غزة .

26-نبيلة باوية (2012) ، الدعم الاجتماعي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي ، رسالة لنيل شهادة الدكتوراه علم النفس الاجتماعي ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة .

27-وردة سعادي (2008) ، سرطان الثدي لدى النساء وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي واستراتيجيات المقاومة ، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير ، علم النفس العيادي ، جامعة الجزائر .

28-أحلام ميلودي (2013) ، التوافق النفسي لدى المراهق المفرط في استخدام الانترنت ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي ، جامعة محمد خيضر بسكرة .

ثالثا باللغة الأجنبية :

29-la rousse medical (1992) , librairie larousse , paris ,France ,9eme ,ed.

الملاحـــــــق

الملحق رقم (01) نموذج المقابلة كما وردت مع الحالة

س1 صباح الخير .

ج1 صباح النور.

س2 معليهش نسقسيك على بعض لحوايج؟

ج2 تفضلي بنتي سقسي واش تحبي.

س3 كيفاش عرفتي بمرضك؟

ج3 إيه كون نقلك، جاتني وحد سطرة في الثدي تاعي روحت لطبيب تقلبت عادي ديرت تحاليل قالولي لباس بيك، راهو غير ولسيس بعد أيامات زاد عليا السطر وتنفخ الثدي تاعي وحمارت، زدت روحت للرازي تقلبت قالولي راكي مريضة بهذاك المرض وراهو في الأول مزال مطوريش .

س4 قداه ونتي مريضة؟

ج4 معنديش بزاف ، قريب نذير حوالي عام برك.

س5 واش درتي كي عرفتي بلي عندك سرطان الثدي؟

ج5 واش راح نذير هذا ابتلاء من عند ربي والله جاتني عادي على خاطر يا بنتي كل واحد واش ابتلاه ربي مناش كاملين كل واحد فينا ناقصاتو حاجة الكمال لله سبحانه وتعالى وراني صابرة على مشيئة ربي.

س6 راكي راضية على هذه الحياة؟

ج6 إيه الحمدالله راضية بمشيئة الله حاجة مدهالي ربي لازمتني نتقبلها .

س7 تفوت عليك فترات طويلة تحسي فيها بالضيق؟

ج7 صح كاين منها تفوت عليا أيامات نحس روحي منيش مليحة وقلقانة وتعبانة ودنيا صغيرة ونحس بالضيقة ، الدنيا وكبرها تجيني متبانش صغيرة طووول .

س8 تقدري تطلبي من الآخرين يساعدوك؟

ج8 منطلوبيش نلبس وحدي ونقضي حوايجي وحدي الحمدالله مزالني قادرة.

س9 عندك ثقة بنفسك؟

ج9 عندي ثقة بنفسي كبيرة وأنا ساعات نحب نعاون الناس.

س10 راكي حاسة بالرضا والراحة النفسية؟

ج10 ساعات نحس بالرضا، وساعات لا بصراحة نكبر قلبي بسيف عليا باه ننسى مرضي برك.

س11 تحسي بالوحدة النفسية؟

ج11 والله يا بنتي تجيني أيامات نحب غير نقعد وحدي ونولي غير نبكي كي نتفكر بمرضي والحالة لي راني فيها.

س12 كيفاش تحسي روحك في الدار؟

ج12 الحمدالله مرتاحة في داري.

س13 تحبي تقضي وقتك مع أسرتك؟

ج13 أنا ديما قاعدة مع أسرتي نضحكو ونشايخو.

س14 علاقتك مع أسرتك؟

ج14 نحمد ربي سبحانو ولادي وراجلي ديما متفاهمة معاهم ويحبوني وديما قاعدين مع بعضانا ونسهرو ،وخاوتي ولادهم يجو عندي غير ماما ماقولتيلهاش على خاطر مريضة مسكينة كون نزيد نقلها تمرض كثر وكثر مانيش حابة نزيد نتعبها .

س15 كي تكوني مع الأسرة نتاعك واش تحسي؟

ج15 نبقا غير نشوف فيهم كيفاش راهم يديرو واش يقولو كيفاش يضحكو على خاطر انا قريب ربي يدي أمانتو .

س16 علاقتك مع راجلك مليحة؟

ج16 علاقتي مع راجلي لاباس الحمد لله كيما بكري كيما ضرك ما حسسني بوالو مكان حتى تغيير بيناتنا .

س17 عندك صحابات يجوك ؟

ج17 صحاباتي يجوني ويطلو عليا ونروحلهم عادي.

الملحق رقم (02) نموذج المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية

س1 صباح الخير.

ج1 صباح النور.

س2 معليهش نصقصيك على بعض لحوايج؟

ج2 نورمال تفضلي.

س3 كيفاش عرفتي بمرضك؟

ج3 كنت نحس في روحي في حالة طبيعية مع انو كانت عليا سطرة عادية مراحش بالي أني نكون مريضة بهذاك المرض،كانت عندي حبيبتي نحكيلها كلش كي قلتلها قاتلي روحي تقلبي ، كي تقلبت لقيت روحي مريضة وعندي سرطان .

س4 قداه وأنتي مريضة؟

ج4 عندي تقريبا ستة أشهر .

س5 واش درتي كي عرفتي بلي عندك سرطان الثدي ؟

ج5 صعيبة اني نتقبل هذي الحاجة راح بالي ديراكت لولادي بلي راح نروح ونخليهم، صعيبة كي تخمي بلي راح يجي النهار وتروحي وتخلي أسرتك لي تعبتي وأنتي تكوني فيها بصح واش راح ندير هذي حاجة ربي لازم راح نرضى ونتقبل .

س6 راكي راضية على هذي لحياة ؟

ج6 بالرغم من كل الظروف لي راني فايتة بيها راني راضية الحمدلله والحاجة لي خلاتني نزيد نرضى أسرتي .

س7 تفوت عليك فترات طويلة تحسي فيها بضيق ؟

ج7 إيه حاجة باينة أي إنسان تفوت عليه أوقات يحس بضيقة ماباالك إنسان مريض ، كي يتفكر بلي راهو مريض بهذاك المرض غير أسمو برك يديرلك الضيقة .

س8 تقدري تطلبي من الآخرين يساعدوك ؟

ج8 ساعات نستعين الحمدلله كاين حباباتي لي نحبهم يساعدوني .

س9 عندك ثقة بنفسك؟

ج9 إيه عندي ثقة بربي وبنفسي .

س10 راكي حاسة بالرضا والراحة النفسية ؟

ج10 أحيانا نفقد الراحة والرضا ونحس روحي ضايعة ونخمم حتى في الانتحار ،لكن كي نقوي إيماني بربي نرتاح ونكون راضية ورايحة .

س11 تحسي بالوحدة النفسية ؟

ج11 والله ساعات نحس روحي منبوذة ونقعد غير نبكي ساعات نحس بلي العايلة نتاعي كامل راهي معايا .

س12 كيفاش تحسي روحك في الدار ؟

ج12 نحس بي الفرحة والراحة سيرتو كي يكونو ولادي وراجلي قاعدين حذايا .

س13 تحبي تقضي وقتك مع أسرتك ؟

ج13 إيه أكيد نحب نقضي وقتي مع أسرتي على خاطر نحس بالراحة معاهم وننسى الهم لي راهو راكب راسي وصحتي .

س14 علاقتك مع أسرتك؟

ج14 لاباس كامل متساندين معايا رانا متفاهمين ومتكاملين ربي يدوم جملتنا .

س15 كي تكوني مع الأسرة نتاعك واش تحسي ؟

ج15 تحكمني غير البكية بصح نتمالك أعصابي باه مانحسسهمش .

س16 علاقتك مع راجلك مليحة؟

ج16 الحمدلله راجلي متفهم وماهوش محسسني بمرضي عادي يتصرف كي شغل راني لاباس بيا .

س17 عندك صحاباتك يجوك ؟

ج17 عندي صحبتي وحبيبتي نروحلها وتجيني.

الملحق رقم(03) نموذج المقابلة كما وردت مع الحالة الثالثة

س1 صباح الخير.

ج1 صباح النور.

س2 معليهش نسقسيك على بعض الحوائج؟

ج2 إيه سقسي .

س3 كيفاش عرفتي بمرضك؟

ج3 والله يابنتي عرفتو صدفة مكنت حاسة بوالو بصح كي جات هذيك الحملة لي يتقلبو فيها النساء قولت والله حتلى انأ نروح نشوف روحي انا كي روحت عرفتني الطبيبة بلي مريضة عطاتلي تحاليل درتهم وتأكدت بلي راني مريضة.

س4 قداش وأنتي مريضة؟

ج4 ليا غير 8 أشهر برك.

س5 واش درتي كي عرفتي بلي عندك سرطان الثدي؟

ج5 ابيه هذه مش حاجة ساهلة هذه راني راح نموت ما بقالي والو والله واش نقلك فوت أيامات مش مليحة طووول بصح كي نشهد ونستغفر نريح ، ونقول هذه حاجة ربي ما فيهاش هربة، الهربة غير لربي سبحانو.

س6 راكي راضية على هذه الحياة؟

ج6 الحمدالله نحمد ربي ونشكروه دائما له الشكر في كل شيئ حتى الابتلاء نشكروه عليه لانو ينقص الذنوب ، راني راضية ومرتاحة لباس بيا.

س7 تفوت عليك فترات طويلة تحسي فيها بالضيق؟

ج7 تجيني ايه نحس روحي قلقانة ومريضة ، حتتا نولي نبكي بصح نرجع نتوضى ونصلي نريح.

س8 تقدري تطلبي من الآخرين يساعدوك؟

ج8 كي نكون تعبانة نطلب من بنتي تعاوني ، وكي نكون لباسا بيا منطلبيش .

س9 عندك ثقة بنفسك؟

ج9 كون مجاتش عندي ثقة بنفسي راني مت هذاك العام إيه عندي ثقة بنفسي.

س10 راكي حاسة بالرضا والراحة النفسية؟

ج10 واش راح نقولك يا بنتي هذه الدنيا فانية على هذا لازم ترضاي واش قسمك ربي وتريحي.

س11 تحسي بالوحدة النفسية؟

ج11 لا بصراحة أنا منقعديش وحدي طوول ديما جيراني عندي وحباباتي وخواتاتي على هكاك منحسش بلي راني وحدي وثاني ديما نجبد المصحف ونقرى راهو مقويلي إيماني .

س12 كيفاش تحسي روحك في الدار؟

ج12 يا بنتي قالك دارك تستر عارك ما يريح الواحد غير في دارو.

س13 تحبي تقضي وقتك مع أسرتك؟

ج13 إيه ديما قاعدة معاهم.

س14 علاقتك مع أسرتك؟

ج14 راني لباس معاهم وولادي عاقلين ويخضولي راي وميقلقونيش وراجلي ثاني مليح معايا وزيد عندي خوتاتي ثاني الحمدالله ديما نتلاقاو ومتهلين في بعضانا.

س15 كي تكوني مع الأسرة نتاعك واش تحسي؟

ج15 علبالك الضحكة متفاريقناش وننسى بلي مريضة بهذاك المرض.

س16 علاقتك مع راجلك؟

ج16 والله عادي باه يعني تبدل عليا لا ولد الناس راهو واقف معايا وكي نروح ندير تحاليل ولا طبيب هو لي يديني الحمدالله واقف معايا.

س17 عنك صحابات يجوك؟

ج17 عندي غير هم داري ديما يجوها حتى أنا نروحلهم.

الملحق رقم (04) مقياس التوافق النفسي

الرقم	العبارات	تنطبق نعم	متردد أحيانا	لا تنطبق

المحور الأول

1	. هل لديك ثقة بنفسك بدرجة كافية؟			
2	. هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
3	. هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك وانجازاتك أمام الآخرين؟			
4	. هل أنت قادر على مواجهة مشكلاتك بقوة وبشجاعة؟			
5	. هل تشعر انك شخص له فائدة ونفع في الحياة؟			
6	. هل تتطلع إلى مستقبل مشرق؟			
7	. هل تشعر بالراحة النفسية والرضا في حياتك؟			
8	. هل أنت سعيد وبشوش في حياتك؟			
9	.هل تشعر انك شخص محظوظ في الدنيا؟			
10	.هل تشعر بالاتزان الانفعالي الهدوء أمام الناس؟			
11	.هل تحب الآخرين وتتعاون معهم؟			
12	.ها أنت قريب من الله بالعبادة والذكر دائما؟			
13	.هل أنت ناجح متوافق مع الحياة؟			
14	.هل تشعر بالأمن بالطمأنينة النفسية وانك في حالة طيبة؟			
15	.هل تشعر باليأس وتهبط همتك بسهولة؟			
16	.هل تشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما؟			

17	.هل تشعر بالقلق من وقت لأخر ؟			
18	.هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟			
19	.هل تميل إلى أن تتجنب المواقف المؤلمة بالهروب منها؟			
20	.هل تشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لأخر؟			

المحور الثاني

21	.هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية معظم الوقت؟			
22	.هل لديك قدرات ومواهب متميزة ؟			
23	.هل تتمتع بصحة جيدة وتشعر بأنك قوي البنية ؟			
24	.هل أنت راض عن مظهرك الخارجي (طول القامة ،حجم الجسم)؟			
25	.هل تساعدك صحتك على مزاولة الأعمال بنجاح؟			
26	.هل تهتم بصحتك جيدا وتتجنب الإصابة بالمرض؟			
27	.هل تعطي نفسك قدر من الراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟			
28	.هل تعطي نفسك قدرا كافيا من النوم (أو تمارس رياضة) للمحافظة على صحتك؟			
29	.هل تعاني من بعض العادات مثل "قضم الأظافر أو الغمز بالعين"؟			
30	.هل تشعر بصداع أو الم في راسك من وقت لأخر؟			
31	.هل تشعر أحيانا بحالات برودة أو سخونة؟			
32	.هل تعاني من مشاكل أو اضطرابات الأكل(سوء الهضم، فقدان الشهية، شرح عصبي)؟			

33	.هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟			
34	.هل تشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لأخر؟			
35	.هل تصب عرقا أو ترتعش يداك عندما تقوم بعمل ؟			
36	.هل تشعر أحيانا انك قلق أو أعصابك غير موزونة؟			
37	.هل يعوقك وجع ظهرك أو يداك عن مزاولة العمل؟			
38	.هل تشعر أحيانا بصعوبة في النطق والكلام؟			
39	.هل تعاني من إمساك أو (إسهال) كثيرا؟			
40	.هل تشعر بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز من وقت لأخر؟			

المحور الثالث

41	.هل تشعر انك متعاونا مع أسرتك؟			
42	.هل تشعر بالسعادة في حياتك وأنت مع أسرتك؟			
43	.هل أنت محبوب من أفراد أسرتك؟			
44	.هل تشعر بأن لك دور فعال وهام في أسرتك؟			
45	.هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟			
46	.هل تفضل أن تقضي معظم وقتك مع أسرتك؟			
47	.هل تأخذ حقك من الحب والعطف والحنان والأمن من أسرتك؟			
48	.هل التفاهم هو أسلوب التعامل بين أسرتك؟			
49	.هل تحرص على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟			
50	.هل تشعر أن علاقتك مع أفراد أسرتك وثيقة وصادقة ؟			
51	.هل تفتخر أمام الآخرين انك تنتمي لهذه الأسرة؟			

52	.هل أنت راض عن ظروف الأسرة الاقتصادية والثقافية؟			
53	.هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟			
54	.هل أفراد أسرتك تقف بجوارك وتخاف عليك عندما تتعرض لمشكلة؟			
55	.هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
56	.هل تشعر أسرتك انك عبء ثقيل عليها؟			
57	.هل تتمنى أحيانا أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟			
58	.هل تعاني من كثير من المشاكل داخل أسرتك؟			
59	.هل تشعر بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟			
60	.هل تشعر بان أسرتك تعاملك على انك طفلا صغيرا؟			

المحور الرابع

61	.هل تحرص على المشاركة الايجابية الاجتماعية والترويحية مع الآخرين؟			
62	.هل تستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟			
63	.هل تشعر بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن؟			
64	.هل تتمنى أن تقضي معظم أوقات فراغك مع الآخرين؟			
65	.هل تحترم رأي زملائك وتعمل به إذا كان رأيا صائبا؟			
66	.هل تشعر بتقدير الآخرين لأعمالك وانجازاتك؟			
67	.هل تعتذر لزميلك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟			

68	.هل تشعر بالولاء والانتماء لأصدقائك؟			
69	.هل تشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا؟			
70	.هل تربطك علاقات طيبة مع الزملاء وتحرص على إرضائهم؟			
71	.هل يسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية؟			
72	.هل تحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصك على حقوقك؟			
73	.هل تحاول الوفاء بوعدك مع الآخرين لان وعد حر دين عليه؟			
74	.هل تجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
75	.هل تفكر كثيرا قبل ان تقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو ترفضه؟			
76	.هل تفتقد الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؟			
77	.هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى ولو كانوا في مثل سنك؟			
78	.هل تخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو ترتبك أثناء الحديث معهم)؟			
79	.هل تتخلى عن إسداء النصح لزميلك خوفا من أن يزعل منك؟			
80	.هل تشعر بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟			

الملاحـــــــق