



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد خيضر - بسكرة -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم العلوم الاجتماعية  
شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

**الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة**  
**دراسة عيادية لحالتين (02) من خلال تطبيق اختبار تفهم**  
**الموضوع T.A.T**

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص -عيادي-

إشراف الأستاذ:

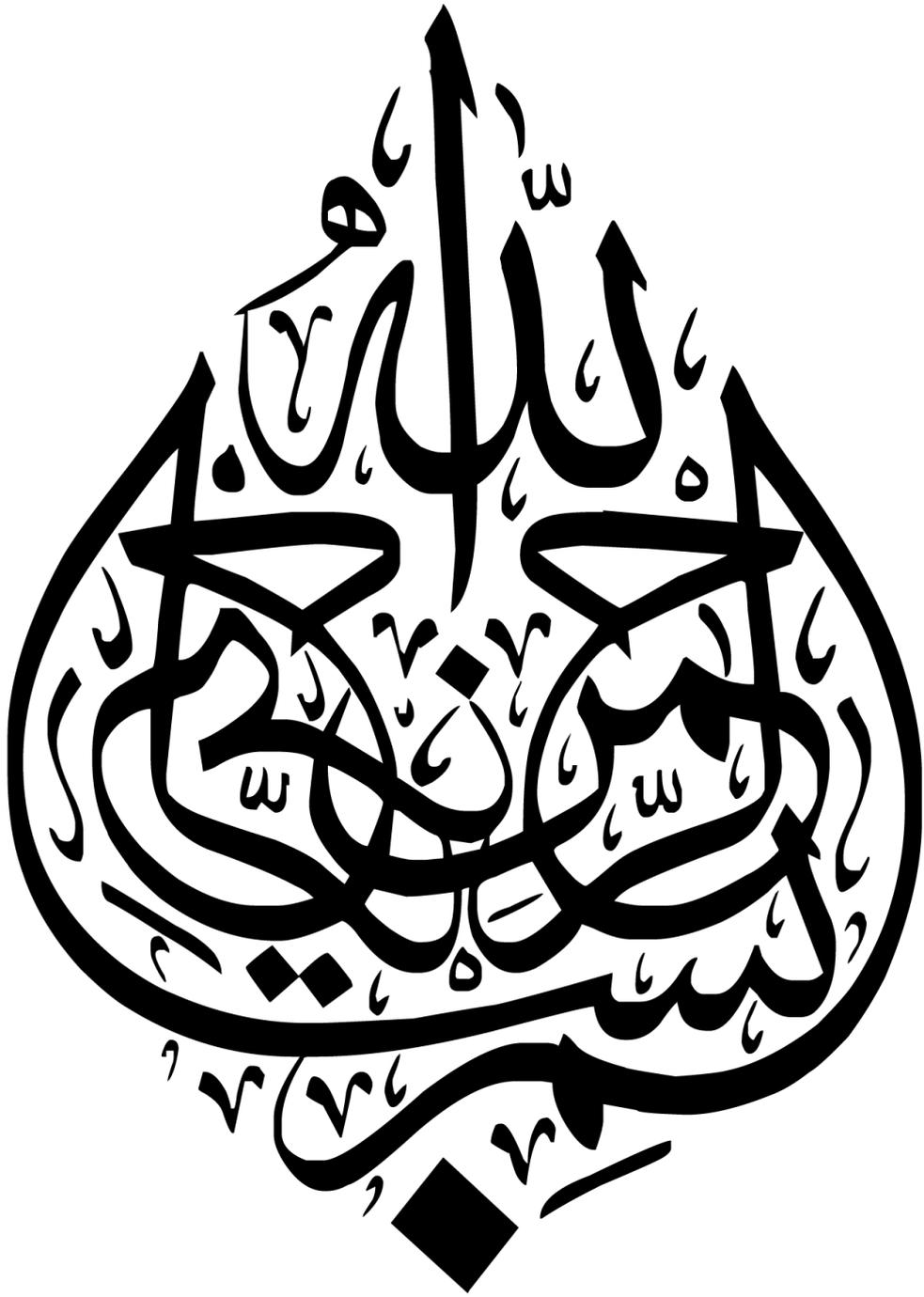
د- نبيل مناني

إعداد الطالبة:

• شفيقة عويسي

السنة الجامعية:

2016/2015



## شكر وتقدير

الحمد لله على نعمائه والشكر له على توفيقه وإمّنتانه والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء  
وعلى آله و أزواجه وأصحابه ومن تبعه وسار على نهجه وأسّئن بسنّته إلى يوم الدين

وبعد:

قال رسول الله صل الله عليه وسلم: "من لا يشكر الناس لا يشكر الله".

فإعترافاً بالفضل لأهله أتوجه بشكر الجزيل والثناء الكبير لكل من ساهم معي في إنجاز  
هذا البحث وفي مقدمتهم جامعة محمد خيضر بسكرة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
متمثلة في إدارتها وأساتذتها وأخصّ منهم مُشرفي على هذا البحث الدكتور "نبيل مناني"  
أسأل الله أن يجعل ذلك في ميزان حسنات الجميع، إنه وليّ ذلك والقادر عليه وصلى الله  
على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

## ملخص الدراسة

جاءت هذه الدراسة بعنوان : " الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة " وهدفت إلى التعرف على أكثر الضغوط النفسية شيوعاً لدى المرأة العاملة المتزوجة ، وذلك إنطلاقاً من التساؤل الآتي :

- ما هي الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى المرأة العاملة المتزوجة ؟

أمّا الجانب الميداني تم فيه التطبيق على حالتين طبيبة وممرضة في مؤسسة العمومية للصحة الجوارية بسكرة - الحاجب- وقد إعتمدت الطالبة في هذه الدراسة على المقابلة العيادية النصف موجهة وإختبار تفهم الموضوع T.A.T

ولقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

من خلال مناقشة النتائج على ضوء التساؤل تبين أن الضغط النفسي الأكثر شيوعاً لدى الزوجة العاملة تمثل في الضغوط النفسية الداخلية وضغط الحياة العائلية والأسرية، حيث أن الحالة الأولى تكثر لديها الضغوط الأسرية والعائلية وهذا من خلال خوفها على علاقتها داخل الأسرة، أمّا الحالة الثانية فظهرت لديها الضغوط النفسية الداخلية التي إتضح من خلال القلق والصراعات النفسية الداخلية بالإضافة إلى ضغط العائلة والأسرة بما فيها العلاقة مع الزوج، هذا ما ظهر لدى الحالتين فرغم تنوع الضغوط النفسية التي يعانون منها إلا أن تمسكهم بالواقع موجود وظاهر .

# فهرس الموضوعات

شكر وتقدير

ملخص الدراسة

مقدمة.....أ

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للدارسة

1- إشكالية البحث ..... 5

2- أهداف البحث ..... 7

3- أهمية البحث..... 7

4- التعريف الإجرائي للمصطلحات البحث ..... 8

الفصل الثاني: الضغط النفسي

تمهيد ..... 10

1- تطور مفهوم الضغط النفسي..... 10

2- تعريف الضغط النفسي ..... 11

3- مصادر الضغط النفسي..... 12

4- أنواع الضغط النفسي ..... 15

5- آثار الضغط النفسي ..... 16

6- النظريات المفسرة للضغوط النفسية..... 19

7- إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية ..... 24

خلاصة ..... 27

## الفصل الثالث: المرأة العاملة المتزوجة

- تمهيد ..... 29
- 1- المرأة في المجتمع الجزائري التقليدي ..... 29
- 2- تعريف المرأة العاملة ..... 29
- 3- مجالات عمل المرأة ..... 30
- 4- دوافع خروج المرأة لميدان العمل ..... 30
- 5- آثار عمل المرأة العاملة ..... 32
- 6- أدوار المرأة العاملة والضغط النفسي ..... 34
- 7- أعراض الضغط النفسي لدى المرأة العاملة ..... 35
- 8- الفرق بين إستجابة المرأة والرجل للضغط النفسي ..... 36
- خلاصة ..... 37

## الجانب الميداني

## الفصل الرابع: الإجراءات الميدانية للدراسة

- تمهيد ..... 40
- 1- التذكير بالتساؤل ..... 40
- 2- الدراسة الإستطلاعية ..... 40
- 3- المنهج المتبع في البحث ..... 40
- 4- أدوات البحث ..... 42
- 4-1- المقابلة العيادية النصف موجهة ..... 42
- 4-2- إختبار تفهم الموضوع (TAT) ..... 42
- 5- تحديد الإطار المكاني و الزماني للبحث ..... 49
- خلاصة ..... 50

## الفصل الخامس: تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

أولاً: الحالة الأولى.....	52
1-تقديم الحالة الأولى.....	52
2-الظروف المعيشية للحالة الأولى.....	52
3- ملخص المقابلة مع الحالة الأولى.....	52
4-تحليل المقابلة مع الحالة الأولى.....	52
5-تقديم وتحليل إختبار تفهم الموضوع للحالة الأولى.....	55
6-التحليل العام للحالة الأولى.....	64
ثانياً: الحالة الثانية.....	65
1-تقديم الحالة الثانية.....	65
2-الظروف المعيشية للحالة الثانية.....	65
3-ملخص المقابلة مع الحالة الثانية.....	65
4-تحليل المقابلة مع الحالة الثانية.....	66
5-تقديم وتحليل اختبار تفهم الموضوع للحالة الثانية:.....	67
6-التحليل العام للحالة الثانية.....	75
ثالثاً: مناقشة النتائج على ضوء التساؤل.....	78
الخاتمة.....	80
قائمة المراجع.....	81
الملاحق.....	87

### قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
44	لوحات اختبار تفهم الموضوع TAT المخصصة لكل صنف أو المشتركة بين الأصناف الأربعة من حيث الجنس والسن.	01
62	توزيع السياقات الدفاعية للحالة 01	02
74	توزيع السياقات الدفاعية للحالة 02	03

### قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
19	مخطط يوضح أثر الضغط النفسي	01
22	تخطيط عام لنظرية سيللي	02
23	تخطيط خبرة الضغط النفسي	03
24	نظرية التقدير المعرفي للضغط النفسي	04

# مقدمة

إن خروج المرأة إلى ميدان العمل في العصر الحديث، أصبح ظاهرة منتشرة عبر العالم، باعتبار المرأة نصف المجتمع فهي تحتل مكانة هامة سواء داخل الأسرة أو في المجتمع. وبفعل التحولات التي مست المجتمعات الحديثة على مستوى مختلف المجالات ساهمت بشكل كبير في تغيير دور ومكانة المرأة بحيث أصبح لديها دور هام تلعبه داخل المجتمع مثلها مثل الرجل، وهذا بدخولها عالم الشغل بقوة وهذا سعيا منها في المساهمة في التنمية فبعدما كانت المرأة عامة والزوجة خاصة ملزمة بالمكوث في بيتها ترعى شؤون أسرته أصبحت تتواجد في معظم القطاعات فتجدها في التعليم والإدارة والصحافة والصحة وهذا الأخير تتواجد به أكبر نسبة، حيث قدرت نسبة النساء العاملات في القطاع أو المجال الصحي بالجزائر 63.05% في السنوات الأخيرة (بو بكر عائشة، 2007، ص02).

هذا ما جعل دراستنا الحالية تركز على فئة الزوجات العاملات، هذه الزوجة العاملة التي تزاوّل عملا محددًا، طبيبة كانت أو ممرضة أو إدارية فخروجها للعمل وفي خضم هذا المسعى تجد المرأة نفسها أمام تحديات ومسؤوليات بسبب إزدواج وانقسام أعمالها بين البيت والعمل مما يصعب عليها التأقلم مع هذه الوضعيات وجعلها تعيش الكثير من التوترات والضغوط النفسية.

فالضغط النفسي هو حالة من التوتر النفسي الشديد والإنعصاب يحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد تحدث عنده حالة من إختلال التوازن والإضطراب في السلوك، ومصادر الضغوط كثيرة منها ما يرجع لمتغيرات بيئية خارجية كالطلاق، الوفاة، والخسارة المادية والهجرة ومنها ما يرجع لمتغيرات داخلية كالصراع النفسي والطموح الزائد والتنافس وطريقة التفكير ويظهر الضغط النفسي عند الأشخاص عندما يواجهون مواقف تتطلب منهم التكيف معها ومواجهتها، فخلال حياتهم تتعرض الناس إلى مواقف جديدة وأحيانا صعبة يحاولون التعامل معها ومع الضغوط النفسية الناشئة عنها.

إن ضغوط الحياة تنتج بسبب مجموعة من ضغوطات نفسية أو بيئية أو مواقف شخصية يمر بها الفرد تختلف من حيث شدتها أو مدتها وقد تتغير عبر الزمن تبعاً لتكرار المواقف الصعبة التي يصادفها الفرد كما أنها قد تبقى وقتاً طويلاً إذا ما إستمرت الظروف المثيرة لها، وقد تترك آثار نفسية عميقة لفترات زمنية طويلة.

ولما كان هذا العصر يسمى عصر الضغط النفسي كان سعياً منا لمعرفة الضغوط النفسية الأكثر شيوعاً لدى المرأة العاملة المتزوجة.

وقد تكونت هذه الدراسة من خمسة فصول جاءت كالاتي:

- **الفصل الأول:** يضم الإطار العام للدراسة ويشمل إشكالية البحث إضافة إلى أهداف وأهمية موضوعه والتعريف الإجرائي للمتغيراته.

- **الفصل الثاني:** يشتمل على متغير الضغط النفسي من خلال تطور مفهومه وتعريفه وأهم مصادره ونظرياته المفسرة والإستراتيجيات بالإضافة إلى الآثار والمصادر وأنواع الضغوط النفسية.

- **الفصل الثالث:** فقد تطرقنا فيه إلى المرأة العاملة المتزوجة، وشمل المرأة في المجتمع الجزائري التقليدي وتعريفات بالإضافة إلى مجالات ودوافع المرأة إلى ميدان العمل وآثاره، وأعراض الضغط لدى الزوجة العاملة والفرق بين إستجابة المرأة والرجل للضغوط النفسية.

- **الفصل الرابع:** كان مخصصاً للإجراءات الميدانية المتمثلة في الدراسة الاستطلاعية والمنهج والأدوات المتبعة في الدراسة إضافة إلى مجالات الدراسة.

- **الفصل الخامس:** فخصص لعرض ومناقشة النتائج والتي إشتملت على تقديم حالات الدراسة وتحليل المقابلة والإختيار مع كل حالة وأخيراً مناقشة النتائج على ضوء التساؤل والخاتمة وأخيراً خاتمة وقائمة المراجع ومنه الملاحق.

# الجانب النظري

# الفصل الأول:

## الإطار العام للدارسة

- 1 إشكالية البحث
- 2 أهداف البحث
- 3 أهمية البحث
- 4 التعريف الإجرائي للمصطلحات البحث

## 1- إشكالية البحث:

إن التغيرات الاجتماعية والتكنولوجية أتاحت للمرأة أن تقوم بدور فعال في جميع مجالات العمل، ويرجع ذلك إلى زيادة الإهتمام بتعليم المرأة وإعطائها فرصة مساوية كالرجل. إن المرأة تمثل نصف المجتمع وهي التي يقع عليها أساس مهمة تربية النشء، فضلت بعيدة عن ميدان العمل الرسمي خارج المنزل أجيالا طويلة تكفي بتربية الصغار والإشراف على مجتمعها الصغير، ثم ما لبث أن تغير الأمر بحيث إستطاعت في النهاية أن تتصل بالمجتمع الكبير، وأخذت فرصتها من التعليم، وإندفعت نحو ميدان العمل الخارجي ومارست شتى الوظائف.

هذا التغير والإزدهار أفرز ديناميكية واسعة ومكّن المرأة من تعزيز إستقلاليتها الإقتصادية، ومن رفع ثقّتها بنفسها، لكن على الرغم من هذا النجاح الذي حقّقه المرأة بقدرتها على ممارسة مهنتها وبتحقيق بعض الأهداف الشخصية، لا تزال مصاعب كثيرة تواجهها خارج وداخل العمل أيضا.

فألزوجة العاملة تعيش اليوم بين عالمين، عالم تلتزم فيه بدورها التقليدي داخل المنزل، وآخر في الخارج تسعى فيه إلى دعم المنزل ذاته، لقد إزدادت وظائف المرأة بالتدرّج وبدأت تمارس الأعمال وتشتغل بالمهن المختلفة، وبالتالي أصبحت في آن واحد زوجة عاملة إضافة إلى مسؤولياتها الإجتماعية فالتوفيق بين مستلزمات العمل ومتطلباته، ومتطلبات المنزل وشؤونه ليس بالأمر الهين واليسير، فقد أصبحت المرأة العاملة المتزوجة فريسة للإضطرابات النفسية كالقلق والإكتئاب وفقدان المزاج والعصبية، وقد أشارت الدراسة التي قام بها الباحث " شارون كيورتيس " أن الضغط النفسي الذي تعيشه المرأة العاملة قد يصب معه الشعور بالقلق بإعتباره أهم الإضطرابات النفسية التي تشكو منها بحيث أن التعرض للضغوط النفسية نتيجة تعدد أدوارها والصراع بينهما يترك أثره على الصحة الجسمية والحالة الإنفعالية) قلق،الاكتئاب،العدوان)(كاميليا عبد الفتاح،135،1984).

هذا ما أثبت أن خروج المرأة المتزوجة للعمل له أثر على الجوانب النفسية إلا أننا في هذه الدراسة سنتناول موضوع الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة.

يعتبر الضغط النفسي من العوامل النفسية الاجتماعية التي تؤثر على الصحة الجسدية والنفسية للأفراد، فعندما يلاقي الفرد موقف ضاغظ فإنه يحاول أن يراقبه ويتحكم فيه عن طريق مختلف الإستجابات التي من شأنها أن تؤثر على هذا الحدث الضاغظ وتخفف من شدته، وتكوّن استراتيجيات المقاومة التي يوظفها وترتبط بتقديره المعرفي لمصدر الضغوط ولا يتوقف الضغط على الموقف الخارجي بقدر ما يتوقف على طبيعة التفسير والمعاني التي يعطيها الفرد لهذا الموقف (علي عسكر، 2000، ص 99).

ومنه فإن الضغوط النفسية موجودة في كل مجالات الحياة وتتخذ لها عدة أوجه وأقنعة فأينما ذهبنا وجدناها في المدرسة والعمل والأسرة وبين الأصدقاء وعلى جميع المستويات المختلفة، حتى اعتبره بعض الباحثين "القاتل الصامت"

إن التعرض المتكرر للمواقف الضاغطة والتي تتمثل في المثيرات الداخلية والخارجية التي يتعرض لها الفرد بصورة مستمرة، وبدرجة متفاوتة من الشدة تفوق مصادره وإمكاناته الخاصة وقدرته التوافقية يترتب عليها تأثيرات سلبية في حياته، وهذه التأثيرات قد تجعله عاجزاً عن اتخاذ القرارات وعن التفاعل مع الآخرين كظهور عدم التوافق بين الأعمال لدى الزوجات العاملات نتيجة تعدد مسؤولياتهن داخل البيت وخارجها، وكل هذه الظروف تجعل المرأة تفقد جانب من سعادتها وتقع في دائرة الضغوط النفسية، وأصبح مؤلوف في كثير من قطاعات مجتمعنا أن تتحمل المرأة مسؤوليات العمل خارج البيت وأن تشارك الرجل في تحمل الأعباء المالية للأسرة، ولكنها في الوقت نفسه لا تتنازل عن أدوارها التقليدية كربة منزل وزوجة وأم وهذا الأمر يقود إلى العديد من الصعوبات والتي تؤدي إلى ضغوطات وإضطرابات نفسية لدى هذه الزوجة العاملة (يوسف عبد الفتاح، 1999، ص 45).

و مما سبق فإن الضغوط النفسية الواقعة على المرأة العاملة المتزوجة تختلف في مصادرها، فالمرأة بشكل عام تعاني من ضغوط متنوعة سواء في العمل أو في الحياة الأسرية أو في علاقتها مع زوجها أو أطفالها وفي تحقيق التوازن بين عمل البيت والعمل خارجا والواجبات الأسرية.

من هنا نطرح التساؤل الآتي :

- ماهي الضغوط النفسية الأكثر شيوعا لدى المرأة العاملة المتزوجة ؟

### 2- أهداف البحث:

يسعى أي بحث علمي أو أي دراسة للوصول إلى أهداف محددة والهدف من هذه الدراسة

هو:

- التعرف على أكثر الضغوط النفسية شيوعا لدى المرأة العاملة المتزوجة.

- الكشف عن أهم الأنواع والعوامل النفسية الإجتماعية التي تعيشها المرأة العاملة المتزوجة.

### 3- أهمية البحث:

تتضح أهمية الدراسة الحالية من طبيعة الظاهرة التي تتصدى لها وبما تحمله المشكلة بين دفتيها من تساؤلات، فالمرأة محور الحياة بكل تعقيداتها وعلاقاتها وإحتمالاتها لكن خروجها للعمل عرضها للكثير من المتاعب والضغوط النفسية

- تساهم الدراسة في جانبها النظري على إثراء رصيدنا المعرفي فيما يتعلق بموضوع الضغوط النفسية وأسبابها ومصادرها وآثارها أما في جانبها الميداني فتمكننا من معرفة أنواع وعوامل الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة.

- تعتبر الدراسة بمثابة نموذج تحليلي لوضعية المرأة العاملة المتزوجة والظروف التي تعيشها والمسؤوليات التي تتحملها في الأسرة من جهة والعمل من جهة أخرى.

#### 4-التعريف الإجرائي للمصطلحات البحث :

##### 4-1- الضغط النفسي:

هي حالة من عدم التوازن تنشأ من خلال المثيرات الداخلية والخارجية التي تؤثر على المرأة العاملة المتزوجة وتجعلها غير قادرة على أداء عملها بشكل جيد من خلال تطبيق إختبار تفهم الموضوع T.A.T

##### 4-2- المرأة العاملة المتزوجة:

هي المرأة التي تزاول عملا خارج بيتها بشكل رسمي ومنتظم مقابل أجر مادي، والتي تكون لديها مسؤوليات أسرية نحو الزوج والأولاد وهي الزوجة العاملة في المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بسكرة -الحاجب-.

# الفصل الثاني:

## الضغط النفسي

### تمهيد

- 1- تطور مفهوم الضغط النفسي
- 2- تعريف الضغط النفسي
- 3- مصادر الضغط النفسي
- 4- أنواع الضغط النفسي
- 5- آثار الضغط النفسي
- 6- النظريات المفسرة للضغوط النفسية
- 7- إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية

### خلاصة

تمهيد:

تعتبر الضغوط النفسية من المصطلحات الحديثة نسبياً التي يجري تداولها في علم النفس، وقد يعود استخدام هذا المصطلح لإرتباطه بالتقدم الحضاري المتسارع والأزمات المتزايدة التي يمر بها الفرد والتي تؤدي إلى إفراز إنحرافات تشكل عبئاً على قدرة مقاومة البشر في التحمل، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الضغوط على النفس والجسم مما ينعكس على الحالة الصحية (الجسدية والحياتية)، وهذه الظاهرة شأنها شأن معظم الظواهر الحياتية كالقلق والصراع والعدوان وغيرها، وهذه طبيعة الوجود الإنساني وبالتالي لا يستطيع الإحجام عنها أو الهروب منها.

1- تطور مفهوم الضغط النفسي:

لا يمكن دراسة وفهم أي ظاهرة دون تحديد مفهومها أو تعريفها، حيث أن التعريف الدقيق للظاهرة، والمفاهيم الأخرى المرتبطة بها، يسهل عملية فهمها، والتعامل معها بفعالية وإيجابية، وقبل التطرق إلى ضبط مفهوم الضغط وتعريف الباحثين له يجب المرور أولاً إلى جذوره.

لقد أستعار علم الحياء " مفهوم الضغط "من علماء الفيزياء،" وحدث إختلاط في دلالات الألفاظ لإستخدامها كلمة stress و strain بشكل متبادل، فكلمة stress أو الشدة هي القوة الموزعة على السطح، أما كلمة strain أو التوتر، فهي التشوه النسبي الناجم عن القوة في وحدة الطول (أسامة إسماعيل قولي، 2006، ص13).

وفي القرن الرابع عشر (14) استخدم المصطلح بأكثر عمومية، ليصف المشقة أو الضيق، فقد إستعملها "إبن سينا" من خلال التجربة التي قام بها، والمعروفة بتجربة "الجمل والذئب"، والتي تبين أثر الضغط النفسي على الحيوان، والذي قد يؤدي للموت.

ثم استخدمت هذه الكلمة في القرن السابع عشر (17) لتصف الشدة والصعوبات الهندسية، وفي أواخر هذا القرن لقي مصطلح الضغط تأييداً نظرياً من قبل المهندس "روبرت هوك"، وكان متأثراً إلى حد كبير بتصميم الأبنية مثل: الجسور التي تتحمل حمولة ثقيلة،

وتقاوم قوى الطبيعة كالزلازل دون أن تنهار ( طه عبد العظيم حسين وسلامة عبد الحفيظ حسين، 2006، ص17).

ليطور مدلوله في القرن الثامن عشر (18) بحيث صارت الكلمة تحمل بدل النتيجة الإنفعالية للضغط، سببه الأساسي أي الثقل الذي يؤدي إلى توتر المادة أو تشوهها بمرور الزمن أما في القرن التاسع عشر (19) أصبح يعبر به عن العبء الذي يحدث التوتر ( إيتسام محمود محمد سلطان، 2009، ص75).

خلال هذه الفترة بالذات يقول الفيزيولوجي "كلود برنارد *Claude Bernard* أن التغيرات الخارجية في البيئة يمكن أن تعطل الجهاز العضوي، ولكي يحافظ عن نفسه، يجب أن يتكيف بطريقة مناسبة مع هذه التغيرات، وأنه من المهم أن يحصل العضو على الإلتزان في البيئة، ويبدو أن هذا أول إقرار بالنتائج المضرة الكامنة لعملية الضغط، والتي تخل بإتزان الجهاز العضوي.

لكن الإستعمال الفعلي لهذا المصطلح كان في سنة 1914 على يد الفيزيولوجي الأمريكي "ولتر كانو" *walter canon* الذي قام بربط مصطلح الضغط بعمليات التنظيم الهرموني للإنفعالات عند الحيوانات، وأصل مصطلح الضغط النفسي ظهر على يد كلود بيرنارد ثم ولتر كانون وفي سنة 1936 تبنى هذا المصطلح "هانز سيلبي" *Selye hanse* فكان الأب الروحي له.

وحديثاً استخدمت الكلمة بوجه عام لوصف الأحداث الخارجية التي تؤدي إلى الشعور بالضيق وعدم الإرتياح للفرد ( طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص18).

## 2- تعريف الضغط النفسي:

لا يوجد تعريف محدد للضغط النفسي، وذلك لإرتباطه بعدة مفاهيم متقاربة من حيث المعنى، وارتباطه كذلك بإتجاهات نظرية مختلفة، وغالبا ما يستخدم للتعبير عن السبب والنتيجة في آن واحد، وسوف تعرض أهم هذه التعريفات.

الضغط النفسي: هو العملية التي تشمل أحداث ضاغطة تثير إستجابات وتغيرات جسمية وسلوكية وإنفعالية.

- وعرف ماكغراث *McGrath* الضغط النفسي بأنه حالة تحدث عندما يتوقع الفرد خطر من البيئة، ويجعله ذلك يزيد من استخدام قدراته وإمكاناته الذاتية.
  - يعرفه هانز سيللي "*Hans Selye*" هو الإستجابة الغير محددة المصادر من الإنسان لأي مثير أو طلب يوجه نحوه"
  - أما لازاروس *lazaros* فيعرفه بأنه: مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد بالإضافة إلى الإستجابات المترتبة عليها، وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر، وأساليب التكيف مع الضغط والدفاعات النفسية التي يستخدمها الفرد في مثل هذه الظروف
- (louis crocq,2007,p4).

- وولتر جملش *gamelch* يعرف الضغط بأنه: التوقع الذي يوجد لدى الفرد حيال عدم القدرة على الإستجابة المناسبة لما قد يعرض له من أمور أو عوارض قد تكون نتائج إستجاباتها لها غير موفقة وغير مناسبة.
- أما بيك *Beck* يرى أن الضغط النفسي هو: إستجابة يقوم بها الكائن الحي لموقف يضغط على تقدير الفرد لذاته أو مشكلة ليس لها حل لتسبب له الإحباط وتعوق إتزانه أو موقف يثير أفكار عن العجز واليأس والإكتئاب.
- ويرى زيمباردو *zimbardo* أن الضغوط النفسية هي: نمط الإستجابات غير النوعية يقوم بها الكائن الحي لأحداث مثيرة تعوق إتزانه وتحبط من محاولاته لمواجهتها، وتشمل تلك الأحداث التي تبعث الإستثارة على عدد كبير ومختلف من العوامل الداخلية والخارجية والتي يطلق عليها مجتمعة الضواغط (وليد السيد خليفة، 2008، ص 128).

### 3- مصادر الضغط النفسي:

الضغط قد ينشأ من داخل الشخص نفسه نتيجة الأزمات التي يعيشها ويسمى ضغط داخلي، أو قد يكون ناتجا عن ظروف خارجية مثل: العمل والعلاقات الشخصية مع الأصدقاء أو شريك الحياة أو موت عزيز أو موقف صادم يسمى ضغط خارجي.

ولقد حدد ميلر *MILLER* سببين للضغوط هما:

- الأسباب الداخلية: وتكون نابعة من المعتقدات والأفكار الخاطئة وهي إفتراضات غير واقعية.

- الأسباب الخارجية: وهي المواقف للضغوط مثل ضغوط القيم والمعتقدات والمبادئ والصراع بين العادات والتقاليد التي يتمسك بها الفرد وبين الواقع مما يسبب له ضغوط عالية، وتتحدد الضغوط بالموقف الذي يسبب الصراع بين القيم والواقع.

- وقد قسم مجراث **1970** مصادر الضغوط إلى ما يلي:

1-ضغوط تأتي من المطلب (الفعل)

2-ضغوط تأتي من الدور

3-ضغوط تأتي من نوعية السلوك

4-ضغوط تأتي من البيئة الطبيعية نفسها

5-ضغوط تأتي من البيئة الإجتماعية

6- ضغوط متوطنة في أنظمة الفرد الداخلية معه في أي وقت ( تامر حسين علي

السميران، عبد الكريم عبد الله، 2004، ص 135).

ويشير **كوبر ومارشال 1977** إلى وجود سبعة مصادر رئيسية للضغوط النفسية

سنة منها مصادر خارجية ومصدر واحد داخلي، وهي:

1-ضغوط تأتي من العمل.

2-ضغوط تأتي من تنظيمات الدور.

3-ضغوط تأتي أثناء النمو (في المراحل المختلفة للحياة).

4-ضغوط تأتي من التنظيمات البيئية.

5-ضغوط تأتي من العلاقات الداخلية في التنظيمات البيئية.

6-ضغوط تنشأ من المصادر والتنظيمات العالمية.

7- المصدر الداخلي: ويتمثل في ضغوط تنشأ من المكونات الشخصية للفرد

وهناك أيضا عدة مصادر الضغط وهي كالآتي:

- 1- ضغوط البيئة الطبيعية: وهي تلك الخاصة بدرجة الحرارة، والبرودة وتضاريس الأرض الجغرافية والموارد الطبيعية، الكوارث الكونية، وإزدحام السكان، وقلة الخدمات، وضيق السكن، وضعف الإنارة.
- 2- الضغوط الإجتماعية: وهي خاصة بالنمذجة الإجتماعية، والمشكلات الأسرية، والتفاوت الحضاري، والعلاقة مع الجيران والأصحاب، والأقران، وصراع الأجيال، وكثرة عدد الأبناء وانعدام الرفاهية الإجتماعية، وموت عزيز.
- 3- الضغوط الاقتصادية: وهي خاصة بالبطالة، وانخفاض الإنتاج والتفاوت الطبقي، وعدم الرضا الناتج عن عدم التوافق مع الأوضاع الإقتصادية.
- 4- الضغوط السياسية: وتنشأ من عدم الرضا عن الحكم القائم ونتيجة للصراعات السياسية والثقافية، وهيمنة قوى خارجية والإحتلال، وغياب المشاركة السياسية.
- 5- الضغوط المهنية: وتنشأ من مهن الفرد، وما يقوم به من عمل أو عدم الرضا عن المركز الوظيفي أو عن الراتب أو عن الترقية والتميز الغير مبرر بين العاملين.
- 6- ضغوط التربية: تنشأ من ضغط المناهج الدراسية، أو المعلم والإمتحانات والقوانين المدرسية وإزدحام الصفوف وضغط زملاء، وتوقعات الأهل، والفشل الدراسي.
- 7- ضغوط المستوى الإجتماعي: وتنشأ طبقاً للوسط الإجتماعي، ويأتي الفقر في مقدمة ضغوط الطبقات الدنيا.
- 8- الضغوط الذاتية: تنشأ من عوامل فردية ذاتية (جسمية ونفسية وعقلية)، وتنشأ من اختلافات في بنية الجسم، أو من القصور والإختلالات الوظيفية العقلية (فاروق السيد عثمان، 2001، ص45).

#### 4- أنواع الضغط النفسي:

تتعد الضغوط النفسية تبعا لتعدد مدراس علم النفس، لذلك نجد عدة تصنيفات للضغوط النفسية.

فقد ميز لازوراس وكوهن *lazureus.cohn* بين نوعين من الضغوط:

أولاً: الضغوط الخارجية والتي تعني الأحداث الخارجية والمواقف المحيطة بالفرد، وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الحادة.

ثانياً: الضغوط الداخلية والتي تعني الأحداث التي تتكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر وذات الفرد.

بينما يحصرها بعض الباحثين في نوعين هما: الضغوط الإيجابية أو المفيدة، والضغوط السلبية أو الضارة، ويقصد بالضغوط الإيجابية الضغوط المعتدلة التي تؤدي إلى ردود فعل إيجابية لدى الفرد مثل: الإنجاز والفخر والتغلب على التحديات، أما الضغوط السلبية فتحصل عندما يصل الفرد إلى الحد الذي يشعر فيه أنه غير قادر على تحمل الضغط مما يسبب له الضرر في صحته وسلوكه (أحمد نايل عبد العزيز وأحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2009، ص 100).

ومن أنواع الضغوط:

- 1) الضغوط الإنفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية)
- 2) الضغوط الأسرية بما فيها الصراعات الأسرية والإنفصال، والطلاق وتربية الضغوط الأطفال .... الخ
- 3) الضغوط الإجتماعية: كالتفاعل مع الآخرين وكثرة اللقاءات أو قلقتها، والإسراف في التزاور مع الحفلات.
- 4) ضغوط العمل: كالصراعات مع الرؤساء، وضغوط الإنتقال كالسفر، والهجرة والإساءة في استخدام العقاقير والكحول ( ماجدة بهاء السيد عبيده، 2008، ص 98).

ولقد قسم أبتنر APTER الضغوط إلى نوعين هما :

1- **ضغوط التوتر:** وهي المشاعر التي تنشأ عندما يدرك الفرد أن دافعيته للقيام بعمل ما منخفضة، ومستوى المثير أصبح عالياً، وهنا الفرد يحتاج إلى بذل جهد أكبر.

2- **ضغوط الجهد:** ويعني أن الفرد يبذل جهداً أكبر لتقليل من ضغوط التوتر، فالعلاقة بين الجهد والتوتر إيجابية فكلما زاد التوتر زاد الجهد للتغلب عليه، كما أن ضغوط الجهد تحدث أحياناً في غياب ضغوط التوتر، كنتيجة للضغوط التي تؤدي ضغوط التوتر مثال: الشخص ذي المسؤوليات الكثيرة ربما يبذل جهد أكبر لإنجاز المهام الضرورية لكي يتجنب مشاعر التوتر والقلق. وذكر أورنيلاس وكلاينر نوعين من الضغوط:

1- **ضغوط حادة ومباشرة:** والتي تتكون نتيجة لحدث ضاغط يحدث لمرة واحدة، وغالبا ما يأتي وينتهي بسرعة مثل التعرض لمواجهة حادة مع شخص ما أو التعرض لحادث سيارة عنيف.

2- **ضغوط مزمنة (طويلة الأجل):** والتي تكون نتيجة لسلسلة مستمرة من أحداث ضاغطة مثل: الشعور بالوحدة وإنجاز مهام صعبة (وليد السيد خليفة، مراد علي عيسى، 2008، ص 108-119).

### 5- آثار الضغط النفسي:

تترك الضغوط النفسية آثاراً سلبية يترتب عليها تأثيرات جسمية وإنفعالية ومعرفية وإدراكية وسلوكية.

#### أولاً: التأثيرات الجسمية:

يقول جون كاربي الضغط النفسي لا يضع رأسك في الملزمة فقط بل أنه يحدث خلافاً في أجهزة الجسم كله بما فيها الدماغ، هناك أعراض وعلامات عضوية متنوعة تظهر نتيجة التعرض للضغوط النفسية أهمها:

- توتر العضلات: الرقبة والظهر، الإرتجاف، الصداع التوتري، برودة الأطراف.

- توتر في الجهاز الهضمي: حموضة المعدة، غثيان، ألم بطني تشنجي إمساك، فقدان الشهية وإسهال.
- اضطرابات النوم: أرق في النوم، واستيقاظ مبكر، كوابيس وأحلام مزعجة.
- آلام في الظهر والكتفين.
- اضطرابات قلبية: تسارع القلب وضربات غير منتظمة.
- اضطرابات في التنفس عسر التنفس والالام الصدري.
- اضطرابات جنسية متنوعة

إن الضغوط النفسية تثير الجهاز العصبي اللاإرادي والغدد الصماء وتسبب زيادة إفراز الأدرينالين وتزيد من معدلات نبض القلب وضغط الدم وترفع مستوى السكر، وتوجه كمية كبيرة من الدم للعضلات والرئتين، وتزيد من انطلاق الكوليسترول في الكبد، وتؤدي إلى جفاف الفم، وتحول الدم من سطح الجلد إلى أماكن أخرى في الجسم ويزداد العرق والإمساك وفقدان الطاقة وزيادة معدل التنفس (حمدي علي الفرماوي، رضا عبد الله، 2009، ص 20).

ويعتقد كثير من الباحثين أن الناس لديهم قدرة جيدة على الصمود أمام الضغوط الحادة القاسية قصيرة المدى ولو كانت مصيبة أو كارثة خطيرة مستقلة ولكن المشكلة الحقيقية كما يقولون تحدث عندما تصبح الضغوط طويلة المدى غير متناهية (حسين عبد المعطي، 2003، ص 106).

### ثانياً: التأثيرات الإنفعالية:

أظهر لازاروس وآخرون أن الإستجابة الإنفعالية للضغوط النفسية متنوعة وتتضمن التوتر والقلق والإكتئاب والشعور بالعجز وانخفاض تقدير الذات وسرعة الإستثارة والغضب والإحباط وتقلب المزاج والحزن، ويشك الباحثون بأن معرفة الفرد أنه مهدد بفعل موقف ضاغط فقد يؤدي إلى إنفعال محدد مثل القلق بدلاً من الغضب أو الاكتئاب بدلاً من الخوف، بل إن فهم عملية الضغوط النفسية بأكملها وبعناصرها المترابطة والمختلفة (الموقف، الفرد، البيئة) تحدد أياً من نتائج العلاقة الضاغطة التي تتحقق من خلال تفاعل الفرد والبيئة (عماد حداد، 2002، ص 21).

ثالثا: التأثيرات المعرفية الإدراكية:

أظهر كوهن *cohen* وشاهام *shaham* أن الإستجابة المعرفية للضغوط النفسية تتضمن حصيلة عميلة تقييم الموقف الضاغط ومدى الضرر أو التهديد الناجم عن الموقف الضاغط ومسبباته، ومدى إمكانية التحكم به، كذلك تشتمل الإستجابة المعرفية للضغوط على الذهول وعدم القدرة على التركيز وتشوش الأداء في المهام المعرفية .

ويرى ديفيد فونتانا أن الإستجابة المعرفية للضغوط الحادة تتمثل في مجموعة من الأعراض: نقص مدى الإنتباه والتركيز، ضعف القدرة على الملاحظة، إضطراب في القدرة على التفكير، تدهور في الذاكرة قصيرة المدى وصعوبة التنبؤ بسرعة الإستجابة، زيادة في معدل الأخطاء، تدهور قوى التنظيم والتخطيط (سمير الشبخاني، 2003، ص 20).

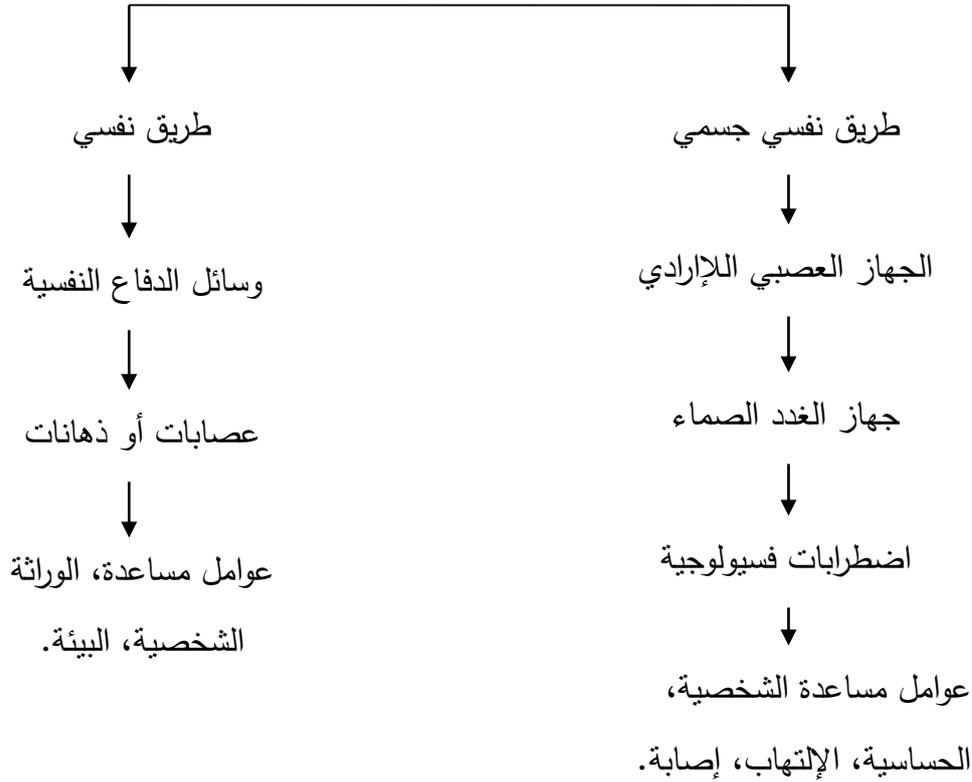
رابعا: التأثيرات السلوكية:

يرى موراي *murray* أن الضغط يمثل أهم المحددات الجوهرية للسلوك في ظل تصور عن دوافع ونزاعات الفرد من خلال تصوره عن الطريقة التي يرى ويفسر بها الفرد للبيئة، وللضغط تأثير على الإنجاز والأداء البشري بصفة عامة فقد اقترح جروس ومانستينبورك *Grosse Mastorbork* أن تناقص العمل والإنجاز يظهر بسبب الضغوط وأثبت لانتز *lantz* ذلك بوجود فروق في ظل الظروف العادية والأداء في ظل الضغوط ( هارون توفيق الرشيدى، 1999، ص34).

وقد تظهر تأثيرات سلوكية عامة على الإنسان الذي يتعرض لضغوط حادة ومن هذه التأثيرات: تزايد مشكلات الكلام، نقص الميول والحماس فيتوقف عن ممارسة هواياته ويتخلى عن أهدافه ويزداد تغيب الفرد عن عمله بسبب ظهور مرض حقيقي أو وهمي، ويزداد سوء استخدام العقاقير، وينخفض مستوى الطاقة، وتضطرب عادات النوم، ويزداد عدم الإطمئنان فيزيد من لومه للآخرين، ويتجاهل المعلومات الجديدة فيرفض باستمرار التطورات الجديدة، وفي العمل يقوم بحل المشكلات بشكل سطحي ولا يبحث في جذور المشكلة وأحيانا يستسلم لأي حلول، فقد تظهر أنماط سلوكية شاذة، وربما يهدد بالانتحار، هذه التأثيرات السلوكية

تختلف من شخص لآخر وتعتمد في شدتها على شدة الضغوط وحدتها (حسين مصطفى عبد المعطي، 2009، ص396).

الضغط



شكل رقم 01: مخطط يوضح آثار الضغط النفسي.

يتضح من هذا الشكل أن العوامل الشخصية لها دور في حدوث الضغط كالقلق الذي يسهم في تفاقم الحدث الضاغط كذلك العوامل الوراثية ومن أمثلتها التشوهات الجسمية التي تعترى جسم الإنسان، كذلك المحيط الخارجي للفرد.

### 6- النظريات المفسرة للضغوط النفسية:

تعددت الآراء التي تناولت تفسير الضغوط النفسية، وذلك لتعدد وجهات النظر لدى العلماء وتباين النظريات التي إنطلقت منها ومن هذه النظريات:

- نظرية التحليل النفسي:

طبقاً لوجهة نظر فرويد *Freud* تتطوي ديناميات الشخصية على التفاعلات المتبادلة وعلى الصدام بين الجوانب الثلاثة للشخصية وهي: *id*، وهو الجانب البيولوجي للشخصية، والأنا *Ego* الجانب السيكولوجي للشخصية، والأنا الأعلى *Super Ego* ويعكس قيم ومعايير المجتمع فالهو تحاول دائماً السعي نحو إشباع المحفزات الغريزية ودفاعات الأنا تسد عليها الطريق، وبالتالي لا تسمح لهذه المحفزات والرغبات الغريزية الصادرة من الهو بالإشباع ما دام الإشباع لا يتسق ولا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع ويتم هذا عندما تكون الأنا قوية، ولكن عندما تكون الأنا ضعيفة وتكون الطاقة المستثمرة لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات ومن ثم لا تستطيع الأنا القيام بوظائفها ولا تستطيع تحقيق التوازن بين مطالب ومحفزات الهو ومتطلبات الواقع الخارجي وعلى هذا ينتج الضغط النفسي ( ماجدة بهاء السيد عبيد، 2008، ص131-132).

ويميز التحليليون بين الشعور بالقلق الموضوعي الذي يعتبر هو ردة فعل معقولة لمواقف مؤلمة، والقلق السلبي يعتبر كمثير داخلي ناتج عن صراعات غير منطقية وغير محددة ومصحوبة بالخطر الحقيقي، ويؤكد يونغ أن الضغط النفسي ناتج عن الطاقة التي هي مع الإنسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات الطفولة مما يكون شخصيته المستقبلية وسلوكه المتوقع وإذا ما واجه الإنسان أنواعاً من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة ضغوط حياتية مختلفة ويتغير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن الضغوط الذي يحتاج إلى علاج ( تامر حسين علي السميران، عبد الكريم عبد الله المساعيد، 2014، ص60-61).

- نظرية ولتر كانون *walter Cannon*:

يعتبر العالم الفسيولوجي كانون من أوائل الذين استخدموا عبارة الضغط وعرفه برد الفعل في حالة الطوارئ وكشف في دراسته مصادر الضغط الإنفعالية من الألم والخوف والغضب تسبب تغييراً في الوظائف الفسيولوجية للكائن الحي ويرجع لإفرازات عدد من الهرمونات أبرزها

الأدرينالين والذي بدوره يهيئ الجسم لمواجهة المواقف الطارئة حيث يرى أن تلك الإستجابة تجعل الكائن الحي إما أن يواجه الموقف ويتصدى له أو يتجنبه ويهرب ( علي عسكر، 2003، ص26).

### - نظرية هانز سيلبي *Hans Selye*:

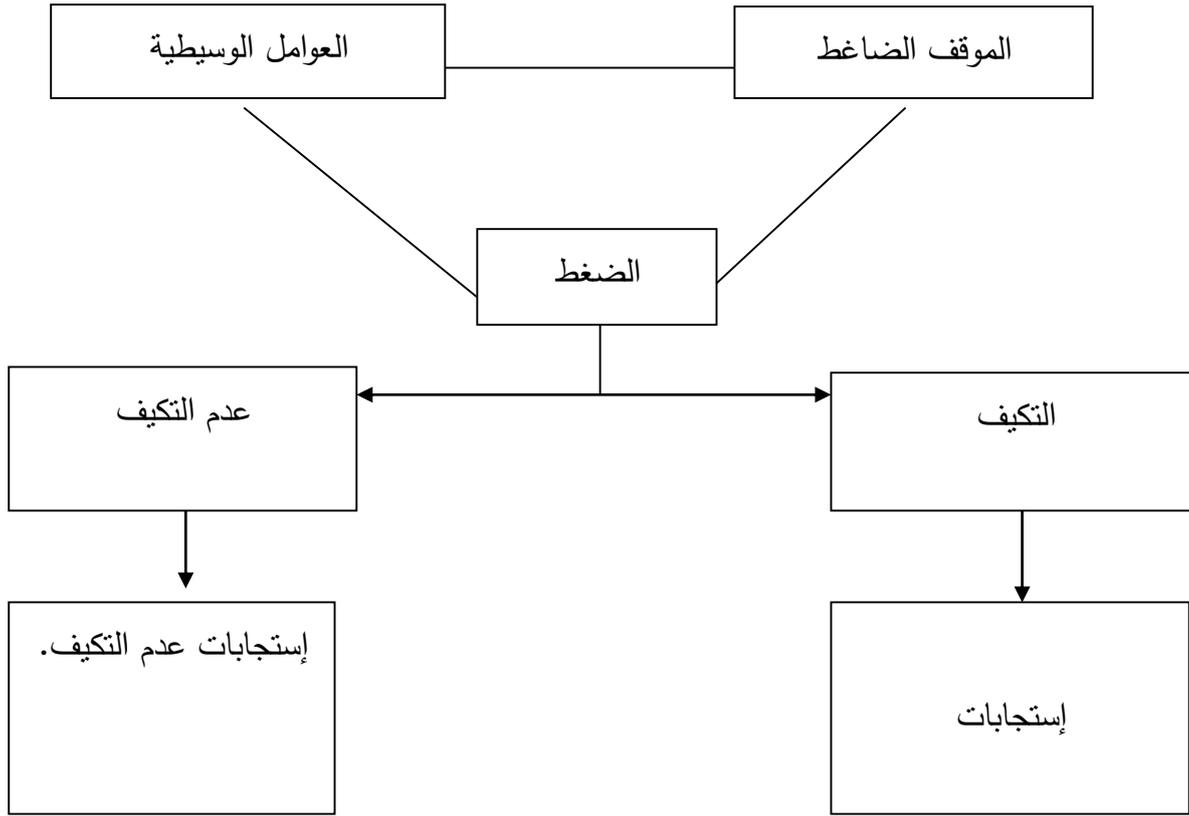
يعتبر هانز سيلبي *Selye* أحد أهم الرواد الكبار الذين تناولوا مفهوم الضغوط، فهو أول من تناول مفهوم الضغوط النفسية وعلاقتها بفسولوجيا الجسم من خلال تركيزه على عدد كبير من الهرمونات ودورها في إصابة الفرد بالعديد من الأمراض الخطيرة بما في ذلك إنسداد الشرايين، ونزيف الدماغ، وتصلب الشرايين، وارتفاع ضغط الدم والفشل الكلوي، والتهاب المفاصل والقرحة الهضمية وحتى السرطان.

وفقا لسيلبي فإن الضغوط النفسية تشير إلى إستجابة الكائن الحي لمجموعة متنوعة من التحديات البيئية مثل التغير في درجة الحرارة أو التعرض للضوضاء، وتكون هذه الإستجابة من خلال مجموعة متنوعة من الإستجابات الفسيولوجية (فاروق السيد عثمان، 2001، ص98).

وقد وضع سيلبي ثلاث مراحل تمر عملية تعرض الفرد للضغوط النفسية بها أولها، مرحلة الإنذار بالخطر *Stage of alarm reaction* وفي هذه المرحلة تؤدي الضغوط النفسية إلى تنشيط ميكانزمات الدفاع في الجسم، وتكون تأثيرات الضغوط تحت السيطرة، وإذا زادت مستوى الضغوط النفسية ينتقل الجسم إلى مرحلة المقاومة *Stage of resistance*، حيث يزيد الجسم من تنشيط مختلف اليات الدفاع الكيميائية والحيوية والنفسية والسلوكية، وإذا إستمر تأثير الضغوط النفسية نصل إلى مرحلة الإستنزاف *Stage of exhaustion* وفي هذه المرحلة تؤدي الضغوط النفسية إلى إنهاك آليات الدفاع من الإستخدام المستمر لها.

وقد أوضح "سيلبي" في كتابات ليفين واسكوتش *Socotch،Livin* رسما توضيحيا

لنظريته ( فاروق السيد عثمان، 2001، ص99)



شكل رقم 02: تخطيط عام لنظرية سيلبي

- نظرية لازاروس وفولكمان *Folkman et Lazarus*:

أشار الباحثان لازاروس وفولكمان إلى أن البيئة تؤثر في الشخص، والشخص بدوره يؤثر على البيئة بطريقة تبادلية، ويوجد ثلاث مكونات للضغط حسب هذه النظرية وهي: الموقف الضاغط أو المطالب، والتقييم الموقفي للموقف، والمصادر المدركة لدى الفرد في مواجهة المطالب، حيث تحدث الضغوط عندما تزيد المطالب البيئية على قدرات الفرد على المواجهة، ويرى الباحثان لازاروس وفولكمان أن أساليب مواجهة الضغوط تتحدد من تقييم الفرد للموقف، فعندما يواجه الفرد ويتم تقييمه على أنه ضار أو مهدد ويكون متحدياً لتوافقه فهنا ينشأ الضغط.

وتفسير الحدث الضاغط يركز على عمليتين أساسيتين هما:

- التقييم الأولي: ويشير إلى عملية تقييم الفرد للموقف وطريقة إدراكه له فهل الموقف

خطير أو مهدد للفرد أم لا؟ وعملية التقييم الأولي تتأثر بالعوامل الشخصية للفرد مثل

الإعتقادات والعوامل الموقفية، وتشمل طبيعة الموقف الضاغط.

- التقييم الثانوي: عملية تشير إلى تقييم ما يمتلكه الفرد من مصادر للتعامل مع الحدث الضاغط أي الخيارات المتاحة لدى الفرد والتي تكون فعالة للتعامل مع الحدث الضاغط.

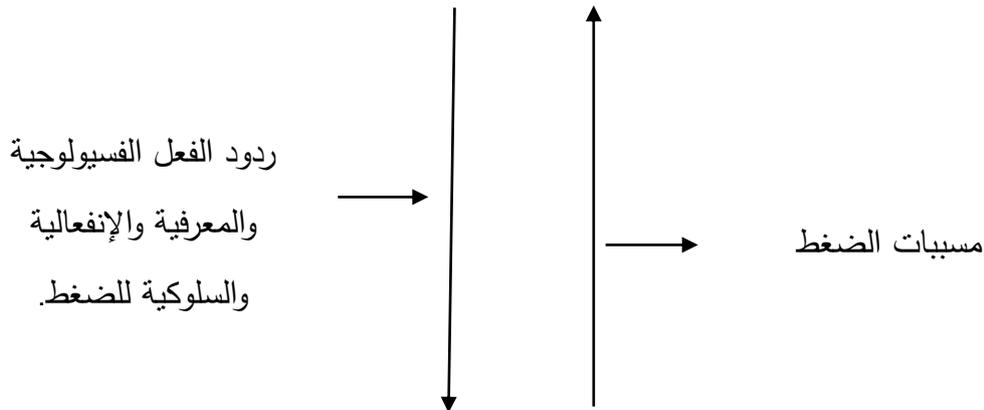
أما مصادر المواجهة فتتقسم إلى نوعين هما:

مصادر شخصية تتعلق بخصائص الشخصية والخصائص المعرفية للفرد، ومصادر بيئية وترتبط بجوانب البيئة الإجتماعية والمادية ( فاروق السيد عثمان، 2011، ص101).

لازاروس:

التقييم الاولي:

هل يتضمن الحدث نتائج إيجابية أو محايدة أو سلبية وإذا كانت الأحداث سلبية فالى أي حد تسبب الأذى.



التقييم الثانوي:

هل تكفي الإمكانيات التعامل والقدرات التي يمتلكها الفرد لتخفيف الأذى أو لمواجهة التهديد أو التحدي الذي يسببه الحدث.

شكل رقم 03: تخطيط خبرة الضغط النفسي.

العوامل الخارجية	التقدير	العوامل الشخصية
- العوامل	- العوامل	- مهارات
الصحية	الموقفية	الإتصال
- التأيد	- التكرار	- الحالات
الإجتماعي	- الخبرة	الإنفعالية
- المتطلبات	- التهديد	- التعب
المهنية	- الضغط	- هوية الذات
- الأمن	- التعب	- تقدير الذات
والسلامة		- الشخصية
		- الخبرة
		- العادات

شكل رقم 04: تخطيط نظرية التقدير المعرفي للضغط

يتضح من الشكل أن ما يعتبر ضاغطا بالنسبة لفرد ما، لا يعتبر كذلك بالنسبة لآخر ويتوقف ذلك على سمات شخصية الفرد كسمة القلق التي تستقطب الأحداث الضاغطة وخبراته الذاتية ومهاراته في تحمل الضغط وحالته الصحية، كما يتوقف على عوامل ذات صلة بالموقف نفسه، كنوع التهديد وكمه وأخيرا العوامل البيئية الإجتماعية كالتغير الإجتماعي ومتطلبات الوظيفة ( فاروق السيد عثمان، 2011، ص101).

7- إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية:

يعرف لطفي الباسط 1994 "إستراتيجية المواجهة" على النحو التالي: مجموعة من النشاطات أو الإستراتيجيات السلوكية أو المعرفية التي يسعى الفرد من خلالها لتطويع الموقف الضاغط وحل المشكلة أو تخفيف التوتر الإنفعالي المترتب عليه ( حسين عبد المعطي، 2009، ص396).

وعليه يمكن تقسيم أشكال المواجهة إلى ثلاث أنواع:

- أشكال مواجهة داخلية: عبارة عن سيوررات معرفية كالإدراك.
- أشكال مواجهة تفاعلية: تقوم على السلوك.
- أشكال مواجهة تعبيرية: التعبير عن الإنفعالات (سامر جميل رضوان، 2002، ص165-172).

فتعدد أشكال المواجهة له سبب وحيد هو أنه لا توجد إستراتيجية واحدة وفعالة في كل المواقف الضاغطة، أو تصلح لجميع الأفراد بالرغم من وجود فروق متباينة بينهم ومن بين الإستراتيجيات الشائعة ما يلي:

### 1. الضحك:

من وجهة النظر النفسية يفسر سيغموند فرويد الضحك على أنه مثل اللهو، يقوم على مبدأ اللذة، بحيث أن الإنسان بطبيعته يجنح للمواقف التي تؤدي الى حصوله على اللذة لأن الضحك يتضمن إنكار الواقع وتحررا منه وهو إستجابة سوية وصحية للتخلص من ضغوط الواقع الخارجي.

فالضحك يعزز نشاط خلايا الجهاز المناعي، التي تدافع عن الجسم كما تؤكد دراسة حديثة تنشرها مجلة العلاجات البديلة في الصحة، والطب الأمريكي كما يخفف الضحك من كمية الهرمونات التي يفرزها الجسم في حالات الضغط مثل: هرموني الأدرينالين والكورتيزول. كما يساعد الضحك على توسيع الأوعية الدموية الشعيرية مما يزيد من تدفق الدم والأكسجين في مختلف أنحاء الجسم (سمير بقيون، 2007، ص198).

### 2. الإسترخاء:

تعني كلمة إسترخاء حسب "جوزيف كنيدي" إستعمال آلتنا الإنسانية للوصول بكفاءتنا ومهارتنا إلى أقصى الحدود، ويتمثل دور الإسترخاء في إيقاف كل الإنقباضات والتقلصات العضلية المصاحبة للتوتر للوصول بالفرد إلى حالة من الهدوء وتطوير الصحة النفسية (حمدي الحجار محمد، 2005، ص105).

ولقد بين "هيربرت ايشون" طريقة الإسترخاء وذلك بإتباع الخطوات الآتية:

- إسترخ.

- إجلس في محيط هادئ بعيون مغلقة وبوضعية مريحة.

- قم بإرخاء كل عضلاتك بصورة شعورية، حيث تبدأ بقدميك منتهيا بالجبين.

- تنفس بشكل طبيعي ودون جهد من الانف وكرر عند الزفير المقطع.

- ركز على إيقاع تنفسك والتكرار الصمت المنتظم وفي حالة ظهور أفكار أو صور

تشتت تركيزك إتخذ عندئذ وضعية سلبية دعها تمر وعدّ مرة أخرى للتكرار.

- إستمر بين 10 حتى 20 دقيقة (سامر جميل رضوان، 2002، ص154-155).

### 3. ميكانيزمات الدفاع:

أول من أدخل مفهوم أليات الدفاع هو "سيغموند فرويد" ويرى أن الأفراد يلجؤون إليها لحماية أنفسهم بإعتبارها أساليب عقلية لا شعورية، تقوم بتشويه الخبرات وتزييف الأفكار والصراعات التي تتمثل في التهديد ومن أمثلتها: الكبت الذي يرمي من خلاله الفرد أن يدفع عنه تصورات من أفكار وصور وذكريات المرتبطة بالنزوة إلى اللاوعي ( جان لابلاش وبونتاليس، 1997، ص416).

كذلك التكوين العكسي وهو أن يظهر الإنسان نفسه أمام الناس في صورة تخفي ما بداخله من دوافع، وهذه الميكانيزمات الدفاعية وغيرها يتحايل بها الأنا على اللاشعور بمساعدة الإرصان النفسي، لتحقيق الإتران النفسي للفرد وتستخدم هذه الأليات عندما تفشل أليات الدفاع العادية والمتمثلة في الهروب، المقاومة... الخ ( أحمد عبد المطيع الشخابنة، 2010، ص42).

## خلاصة:

لقد شغل موضوع الضغط النفسي إهتمام الباحثين والمتخصصين في العلوم الإنسانية والإجتماعية والطبيعية، لما له من آثار على صحة الإنسان النفسية والجسمية وكذا على حياة الإجتماعية والمهنية وأدائه في العمل.

والضغط النفسي قد يكون إيجابيا، فيكون بمثابة حافز للإبداع كما قد يكون الضغط ذو طابع سلبي وهنا يستلزم على كل فرد خلق إستراتيجيات وسبل فعالة للإبقاء على المستوى المناسب والإيجابي للضغط النفسي.

## الفصل الثالث:

# المرأة العاملة المتزوجة

### تمهيد

- 1- المرأة في المجتمع الجزائري التقليدي.
- 2- تعريف المرأة العاملة.
- 3- مجالات عمل المرأة.
- 4- دوافع خروج المرأة لميدان العمل.
- 5- آثار عمل المرأة.
- 6- أدوار المرأة العاملة والضغط النفسي.
- 7- أعراض الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة
- 8- الفرق بين إستجابة المرأة والرجل للضغط النفسي.

### خلاصة

**تمهيد:**

إحتلت البحوث التي تناولت المرأة العاملة المتزوجة أهمية كبيرة في مجال الدراسات النفسية والاجتماعية، وذلك نتيجة لزيادة عدد النساء العاملات رغم مسؤولياتهن الأسرية، وقد حاولت المرأة أن تتطرق إلى العمل خارج البيت مع القيام بأدوارها كزوجة وأم وربة بيت إلا أن هذه الأدوار جعلتها تعاني من ضغوط نفسية نتيجة هذا وذاك.

**1- المرأة في المجتمع الجزائري التقليدي:**

يعتبر المجتمع التقليدي مجتمع رجالي، يهيمن عليه النظام الأبوي، أما المرأة فهي عنصر ثانوي، ولكي تظل المرأة محل إحترام وتقدير من طرف المجتمع، عليها أن تبقى حبيسة بين والديها أو زوجها، ولا يحق لها المعارضة أي إبداء الرأي، فدورها هامشي خاضع لسلطة الرجل (مصطفى بوتقنوش، 1984، ص 281).

وإذا أردنا الكلام عن المرأة كفرد إجتماعي، فلا يتسنى لنا ذلك لأن وضع المرأة في المجتمع لا يتجزأ عن الوضع العام بما فيه المجتمع نفسه، الذي تنتمي إليه، والمرأة التقليدية كما يراها "بوتقنوش" هي امرأة الجيل الفارط هي أم، جدة، عمة، أو خالة، أو هي امرأة الجيل الحاضر، التي لم تستفد من محو الأمية أو من تعليم متطور، ولم تعرف كثيرا أو قليل عالم الشغل ( مليكة ستي، 1990، ص 57، 59).

فالمرأة في المجتمع التقليدي تخضع لسيطرة الرجل فهو يقرر مصيرها، ويحدد تصرفاتها وسلوكها، ولكي تفوز بإحترام زوجها عليها أن تحافظ على خصوصياتها الأنثوية التي فرضها المجتمع ( مصطفى بوتقنوش، 1984، ص 250).

**2- تعريف المرأة العاملة:**

عرف عبد الجواد (1974) المرأة العاملة بأنها: المرأة المتعلمة والتي لديها من الأطفال إثنان فأكثر وتعمل عملا حكوميا منظما وتتقاضى منه الأجر وتبعد عن منزلها وأطفالها مدة لا تقل عن سبع ساعات في اليوم.

وعرف وحيد (1978) المرأة العاملة " بأنها المرأة التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مادي مقابل عملها وهي تقوم بدورين أساسيين في الحياة دور ربة البيت ودور الموظفة. وتعرف أيضا المرأة: هي التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مادي مقابل عملها وتقوم في نفس الوقت بأدوار أخرى كزوجة وأم إلى جانب دورها كعاملة أو كموظفة (أماني حمدي، 2011، ص 54).

### 3-مجالات عمل المرأة:

العمل النسائي ذا أهمية كبيرة في إطار بناء المجتمع للنهوض بالنساء في شتى المجالات، وما نلاحظه أن الميدان التعليمي والصحي سيطرت عليه المرأة العاملة بشكل كبير، ولم يترك للرجل إلا القليل وينقسم عمل المرأة الى نوعين هما:

- العمل داخل المنزل: أي أن العمل يكون ضمن أسرتها من حيث شؤون المنزل ومتطلباته وتربية الأبناء والعناية بالزوج وكل ما يتطلب من رعاية لشؤون الأسرة ومن الجدير بالذكر أن عمل المرأة في هذه الحالة يتم من دون أجر مادي .
- العمل خارج المنزل: ويقصد به العمل الذي تقوم به المرأة خارج المنزل ويكون مقابل أجر تتقاضاه نتيجة عملها خارج البيت ( أماني حمدي شهادة كحلوت، 2011، ص 54، 55).

### 4-دوافع خروج المرأة لميدان العمل:

تزايد عدد النساء في مواقع العمل فتزايد عددهن في مواقع إدارية وقيادية مهمة وهذا راجع إلى تغيير الثقافة فقبل التطرق إلى هذا العنصر يجب أولاً ضبط مفهوم العمل كي تتضح الرؤية بحيث يقصد بالعمل ما يعتبر منه يدويا أو بدنيا أو ذهنيا سواء كان العمل زراعيا أو تجاريا أو صناعيا، مهني أو غير مهني طالما سمحت به طاقة المرأة، فالفرد غير العامل هو إنسان فارغ الحياة ولذلك كان من الخطأ الفادح إعتبار المرأة مخلوق فارغ، والعمل بالنسبة للمرأة كما تقول الكاتبة " فرانسو جيرو " ضرورة وليس تسلية، والعمل ليس علاجاً للمرض وإنما ضرورة حياة أو الحياة نفسها ( كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 80).

#### 1-4 الدوافع الإقتصادية:

لقد أثبتت الدراسات أن خروج المرأة للعمل كان الدافع إليه هو الحاجة الإقتصادية والمقصودة به حاجة المرأة الملحة، والشديدة لكسب قوتها بنفسها أو لحاجة أسرتها لدخلها ولقد تبين من إستفتاء "بيدجون 1952" الذي أجري على 3800 امرأة أن 70% من هذا يعملن من أجل مساعدة الأسرة (عوفي مصطفى، 2003، ص 74).

ونظرا لما لهذا الدافع من أهمية كبيرة في تحقيق دخل الأسرة وضمان مستواها المعيشي عن طريق الحاجة إلى دخل المرأة والإعتماد عليه، لا يمكن التقليل من أهمية المادة بالنسبة لخروج المرأة للعمل، وخاصة إذا كانت طبقها الإجتماعية منخفضة، وليس العمل من أجل الترف أو الهرب من الأدوار التقليدية داخل الأسرة الغنية (كامليا عبد الفتاح 1984، ص 88).

#### 2-4 دوافع ذاتية:

وذلك لتأكيد مكانة الذات والمكانة الإجتماعية، كذلك حب الظهور وتحقيق المنفعة الشخصية وهي دوافع أخرى لخروج المرأة لسوق العمل، وعليه الأسباب المختلفة، كالميل الشخصي والرغبة في تحقيق الذات والحاجة إلى تحسين المداخل العائلية، وضرورة مساعدة الأسرة، باتت النساء تدخل وبأعداد متزايدة إلى ميدان العمل المأجور كما أشار " فيشير" في دراسته إلى أن (100) عائلة من الأمهات اللاتي تخرجن من الكليات بنيويورك تبين أن نصف مجموعة اللاتي يعملن يشعرن بالملل والضجر أثناء وجودهن بالمنزل وأن خدمة الأطفال والقيام بالأعمال المنزلية أصبحت أعمالا روتينية (كامليا عبد الفتاح، 1984، ص 275).

#### 3-4 الدوافع الإجتماعية:

تؤدي دورا مهما في تحفيز المرأة ودفعها نحو العمل، فخروجها للعمل دون تنسيق جيد ومتكامل مع المنزل بكل ما يحتاجه من رعاية تربية وحياة زوجية قد يؤدي إلى زعزعة الأسس التربوية والأخلاقية عند الأبناء كذلك إزدياد المشاكل الزوجية حتى تصل الأمور أحيانا إلى التفكك الأسري، فالسعي وراء المادة والشهرة على حساب الصحة الأسرية يمكن أن تؤدي إلى تدهور العلاقات الأسرية إلى جانب سوء تربية الأطفال، فالواجب هو التنسيق الجيد والمتكامل

بين المنزل والعمل وعدم الإتكال على الآخرين لتأثيره على عملية التكوين النفسي والاجتماعي على شخصية الأبناء ( كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 277 ).

### 5- آثار عمل المرأة العاملة:

#### أولاً: الآثار الإيجابية على عمل المرأة:

- رفع عجلة التنمية الاقتصادية والإستفادة من العاملات ذات الخبرة العلمية المتميزة.
- العمل يشعر المرأة بقيمتها في المجتمع، فتصبح عنصراً فعالاً يساعد في التنمية ويشترك في إزدهار البلاد، ولذلك نرى العديد من الموظفات في مراكز قيادية وذوات خبرة وتدريب عالي يساهمن مساهمة فعّالة في حقول العمل المختلفة.
- ساهم عملها في رفع دخل الأسرة وزيادة درجة الرفاهية لديها وسدّ حالات الفقر والعوز لكثير من الأسر.
- تصبح أكثر إستقلالية وتحكم بأوقاتها بشكل يختلف عن وجودها داخل المنزل، وتعطي الراحة لزوجها من حيث القيام ببعض النشاطات لوحدها دون الإعتماد الدائم عليه.
- تحقق هويتها الذاتية فتكريس كل الوقت لخدمة أسرتها يجعلها تشعر وكأن هويتها قد سلبت منها، وعملها خارج المنزل يجعلها تشعر بأنها تحافظ على هوية مستقلة.
- تحقق حلم ذاتها فالمرأة عندما تتجرب الأطفال تعتقد أن حلمها في إدراك ذاتها من خلال ممارسة العمل حسب إختصاصها خارج المنزل قد زال، ولكنها عندما تجد عملاً تحبه وتمارسه خارج منزلها فهي تشعر بأنها إنسانة فعالة في المجتمع ولها قيمتها ( تماضر زهري حسون، 1996، ص 50).

#### ثانياً: الآثار السلبية على عمل المرأة:

##### 1. الآثار العائدة على المرأة نفسها:

تؤكد جميع الدراسات السيكولوجية أن المرأة تواجه جملة من الإضطرابات النفسية نتيجة خروجها للعمل، رغم أنها خرجت للعمل بمليء إرادتها، فهي تشعر بالإكتئاب والإحساس

بالذنب، لأنها مشتتة الفكر ما بين عملها وضرورة تأديته على أكمل وجه، وما بين أسرته وبينها وأطفالها، وتتنوع مصادر القلق لديها فقد يعود إلى عدم مقدرتها على إرضاء دافع الأمومة أو سبب ظروف العمل وعدم التكيف معها مقابل حاجتها للحفاظ على مكانتها المهنية وإثبات قدرتها الوظيفية، ولاشك أن الدور الاجتماعي الذي تقوم به المرأة المتزوجة العاملة في تعدد مسؤولياتها لا يساعدها كثيرا في تفرغها لشؤون بيتها وأطفالها هذا بخلاف الضغوط التي تقابلها داخل العمل فلا يمكنها أن تتخلص من تأثيرها على منزلها مما يترتب عليها اضطراب في حياتها العائلية وفقدانها القدرة على التكيف وتحقيق ما تصبو إليه من السعادة الزوجية .

### 2. الآثار العائدة على علاقتها الزوجية:

نتيجة لتبدل مكانة المرأة العاملة المتزوجة وشعورها بالإستقلالية وإملاك حرية القرار، والتحرر من الكثير من القيود الأسرية والاجتماعية أدى ذلك إلى ظهور الرغبة في التحكم والسيطرة الذي قد يسئ للعلاقة الزوجية فيكون أحد مصادر الشقاكات من جانب المرأة وقد ينتج عن عملها شعور الزوج بالغيرة لتميز الزوجة ونجاحها في العمل، كما أن إهمالها لزوجها وإنشغالها لفترات طويلة في العمل، ثم شعورها بالتعب في المنزل ورغبتها في الراحة وقت تواجده وعدم مقدرتها على التحدث إليه يؤدي إلى التباعد بين الزوجين مما له آثار سيئة على نفسية كل منهما.

### 3. الآثار العائدة على أطفالها:

يتفق علماء النفس في إجماع الفروق بين الأفراد إلى ما يتلقونه عن والديهم من مكونات وراثية، وأساليب التنشئة التي تتبعها الأسرة في تربية أبنائها بالإضافة إلى عوامل أخرى، ولا يكمن أن تحل الخادومات أو المربيات أو دور الحضانة محل الأم في التربية والتوجيه للأبناء وفي منطقة الخليج العربي تكثر إعداد الخادومات والمربيات بسبب غياب الأم أو إنشغالها في الواجبات الاجتماعية، أدى ذلك إلى حدوث العديد من التأثيرات الواضحة على الأطفال، وأن من أعظم وأخطر أضرار عمل المرأة على طفلها الإهمال في التربية ومن ثم تهيئة الجو للإنحراف والفساد، وأصبحت علاقتها بأطفالها يسودها الإنفعال والقسوة وإرتفاع الصوت

والضرب الشديد نظرا لما يسبب عملها من توتر وقلق يؤثر على نفسياتها وسلوكها، ويترك بصمات وأثار على تصرفاتها ويفقدها الكثير من هدوئها وإتزانها، ومن ثم يؤثر بطريقة مباشرة على زوجها وأطفالها ( تماضر زهري حسون، 1996، ص 95 ).

### 6- أدوار المرأة العاملة والضغط النفسي:

لقد تغير دور المرأة جذريا في مجتمعاتنا العربية، فقد أصبحت المرأة تشارك أسرتها في تحمل المسؤولية ويقع عليها أيضا عبء الحياة من خلال معاشتها مع أسرتها أن كانت غير متزوجة أو متزوجة فهي تتحمل أكثر لمشاركة الزوج طموحاته إضافة إلى زيادة مصادر الضغوط الناتجة عن الواجبات المنزلية وتربية الأولاد وتوفير الراحة للعائلة في الأوضاع الإعتيادية، أو في حالات الأزمات وخاصة ونحن نعيش في مجتمعات عصفت بها الأزمات وابتعدت عن الإستقرار والتماسك نتيجة إشباع الطموحات وأصبح البحث عن مكان آمن وإيجاد متنفس للتعبير عن الرأي الشاغل الأهم لدى المرأة والرجل.

إذن عانت المرأة الكثير بقدر معاناة الرجل، فإذا كانت ردود الأفعال لدى الرجال تتضح بحالات التجهم والكآبة والتحدث بصوت مسموع، فعند المرأة تظهر على شكل أعراض جسدية مثل إنقطاع الحيض، والتوترات، والصداع وحالات الإنهيار بعد الولادة، وظهور أعراض سن اليأس ومن الأعراض الظاهرة المصاحبة للإضطرابات فقدان شهية الطعام، أو الشرهية..... الخ (بوبر عائشة، 2007، ص 56).

إن خروج الزوجة للعمل وإكتسابها لدور العاملة مع إحتفاظها في ذات الوقت بأدوارها الطبيعية كأم وزوجة وربة بيت وما لديها من مسؤوليات عديدة ومتنوعة جعلها عرضة أكثر من غيرها لعمليات التضارب بين مختلف المتطلبات وأكثر معاشة لسلسلة من الصراعات والإضطرابات.

حيث أكدت الدراسات السيكولوجية أن المرأة العاملة تواجه جملة من الإضطرابات النفسية نتيجة خروجها إلى ميادين العمل ولعل من أبرز هذه الإضطرابات:

• الإحساس بالذنب:

تشعر المرأة العاملة بالإحساس بالذنب نتيجة ضغط بعض العوامل النفسية والاجتماعية على شخصيتها فهي مشتتة الفكر ما بين عملها وضرورة تأديته على أكمل وجه وما بين أسرتها وأطفالها ومنزلها وضرورة القيام بواجباتها كاملة إتجاههم، إن هذه الحالة تجعلها في توتر نفسي مستمر الذي يهدد بناء شخصيتها فينعكس على سلوكياتها وتصرفاتها.

• القلق والخوف:

يتولد القلق والخوف لدى المرأة العاملة نتيجة للعوامل الآتية:

إن للمرأة العاملة صلات إجتماعية لعل أبرزها صلة الأسرة فهي مسؤولة عن أطفالها ورعايتهم هذا ناتج من دافع الأمومة لديها وأن عدم قدرتها على إرضاء هذا الدافع بسبب طول الوقت الذي تقضيه في العمل على حساب الوقت المخصص لحياتها الإجتماعية فإنه سوف يولد لديها قلقا نفسيا دائما واضطرابا عاطفيا يتجلى في صورة مخاوف متعددة.

بالإضافة للقلق من ظروف العمل وهذا ما يؤدي بها الى الشعور بالنقص في أداء عملها نتيجة لكثرة غيابها وشعورها بعدم القدرة على العطاء لإنشغال تفكيرها بأبنائها، شؤون منزلها الأمر الذي يجعلها قد تفكر بترك العمل أو التوقف المؤقت عنه ( أماني حمدي شحادة كحلوت، 2011، ص 73).

• الصراع العاطفي والتأزم النفسي:

في جميع الحالات تكون المرأة العاملة المتزوجة عرضة للوسواس والمتاعب والإرهاق العصبي حيث أنها دائما مشغولة التفكير تخاف على أطفالها أثناء غيابها عن المنزل لتواجدها في مقر عملها وتود التواجد في بيتها وبين أفراد أسرتها وهكذا تقع المرأة العاملة في صراع عاطفي حيث تبدأ في الشعور بالكراهية لعملها الذي يمثل مصدر الإبعاد عن بيتها وأولادها ( أماني حمدي شحادة كحلوت، 2011، ص 74).

7- أعراض الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة:

من بين الدراسات العديدة حول الضغط تبدو دراسة الدكتورة جورجيا ويتكن لانويل " LANNOIL -DR GORGIUA WITHIN من أفضل الدراسات إذ تشير إلى الأعراض

المصاحبة للضغط النفسي لدى المرأة وهي كالأتي إنقطاع الطمث، التوترات التي تعترتها في مرحلة ما قبل الحيض، الصراع، إنهيار ما بعد الولادة، إكتئاب سن الياس، تشنج المهبل، البرودة الجنسية .... الخ.

من الأعراض المصاحبة ظاهرة فقدان الشهية للطعام، هذه الأعراض كما نلاحظ مرتبطة بالجانب البيولوجي للمرأة، لكنها تؤثر على تقديرها لذاتها تأثيرا سلبيا، وهناك أعراض عامة لا تخص فئة معينة من الأفراد المتعرضون للضغط النفسي وهي كالاتي:

- أعراض فسيولوجية: إرتفاع ضغط الدم، التنفس السريع، نوبات من الدوار، عدم الإنتظام في النوم، التوتر.

- أعراض إنفعالية: العصبية، سرعة البكاء، الغضب، الإكتئاب، الشعور بالقهر.

- أعراض معرفية: الإختلاط في التفكير، عدم القدرة على التركيز، صعوبة إتخاذ القرار.

- الأعراض السلوكية: الإنسحاب من الآخرين، تغير في أنماط السلوك الإعتيادية (وليد

السيد أحمد خليفة، مراد على عيسى السعد، 2008، ص103).

- قد يظهر عرض أو عرضين حين تتعرض المرأة للضغط النفسي كأن تظهر عليها

الأعراض الفسيولوجية أو المعرفية، أو أن تظهر عليها الأعراض الإنفعالية والسلوكية فقط

وهناك من تظهر عليها 3 أصناف في آن واحد.

### 8- الفرق بين إستجابة المرأة والرجل للضغط النفسي:

النساء يتأثرن أكثر من الرجال عندما يتعرضن لمشاكل تخص علاقاتهن الإنسانية بينما الرجال يتأثرون أكثر للمشاكل التي تهدد عملهم، وكذا المشاكل المادية، كما أن إستجابتهم للضغط تختلف فالأعراض التي تظهر لدى المرأة أثناء تعرضها للضغط النفسي هي القلق، وتنشيط الرغبة الجنسية، إكتئاب، وتحاول مواجهته بالبحث عن موضوع بديل كالقيام بالتسوق أما الرجل فتظهر عنده الأعراض التالية: الغضب والعوانية، ويحاول نسيان مشاكله بإتباع سلوكيات ضد المجتمع.

و في حالة ما إذا ظهر القلق كعرض لدى المرأة والرجل نتيجة التعرض للضغط فهناك فرق في عملية التشخيص، بحيث الرجل إذا عانى من أعراض أي القلق، فإن الطبيب في العادة سوف يفحصه ليتأكد من عدم وجود مرض في القلب، أما في حالة المرأة فإن النظرة لها بأنها تشكو من أعراض نفسية كثيرة تجعل الطبيب يشخص الحالة على أنها نفسية وليست عضوية، إذن تختلف إستجابة المرأة عن إستجابة الرجل عند تعرضهم للضغط النفسي وكذا أعراضه، فكل جنس له طبيعة فسيولوجية تختلف عن الجنس الآخر (منى الصواف وقتيبة الجلى، 2006، ص 140).

### خلاصة:

في ضوء ما تقدم نخلص إلى أن عمل المرأة خارج البيت زاد من مسؤولياتها فبعد أن كان دورها يقتصر على رعاية الأسرة وتنشئة الأطفال والقيام بالأعباء المنزلية كأدوار تقليدية وبعد أن كانت متفرغة تفرغا كاملا لهذا الدور الذي خلقت مؤهلة له بيولوجيا وسيكولوجيا أصبح لها دور آخر يقتضي خروجها من المنزل، ولا شك أن ذلك سيؤدي إلى ظهور العديد من الإضطرابات سواء في العمل داخل أو خارج البيت منها الضغوطات والصراعات النفسية.

الجانب الميداني

# الفصل الرابع:

## الإجراءات الميدانية للدراسة

### تمهيد

1. التذكير بالتساؤل
2. الدراسة الإستطلاعية
3. المنهج المتبع في البحث
4. أدوات البحث
- 1.4. المقابلة العيادية النصف موجهة
- 2.4. إختبار تفهم الموضوع (T.A.T).
5. تحديد الإطار المكاني والزمني للبحث.

### خلاصة

**تمهيد:**

يتضمن هذا الفصل الإجراءات الميدانية التي يتم إتباعها في الدراسة من حيث وصف منهجية الدراسة، و وصف أدوات الدراسة والإجراءات والخطوات المتضمنة لتطبيق الدراسة.

**1. التذكير بالتساؤل:**

- ما هي الضغوط النفسية الأكثر شيوعا لدى المرأة العاملة المتزوجة؟

**2. الدراسة الإستطلاعية:**

هي من أهم المراحل التي يمر بها البحث العلمي في علم النفس الإكلينيكي لما تمثله من ركيزة لقيام بحث علمي دقيق، ويسمي أيضا بالدراسة العلمية الكشفية، وهو يهدف للتعرف على مشكلة البحث عن قرب عندما يكون مقدار ما يعرفه الباحث عن الموضوع غير كاف لتصميم الدراسة الأولية، فيلجأ الباحث لهذا النوع من الدراسة الأولية لتمكين من جمع رصيد كاف والتعرف على متغيرات مكان البحث وخصائص الظاهرة المدروسة، وتحديد المفاهيم الأساسية للبحث وضبطها إجرائيا وتساعده على تنمية العروض وكذا تمكّنه من بلورة الموضوع وتصميم خطة البحث حيث سمحت لنا الدراسة الإستطلاعية في المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بسكرة -الحاجب- بالتعرف عن قرب على مميزات حالات بحثنا ومعرفة الظروف التي يمكن أن تعزوا ممارسات الباحثة، وهذا ما ساعدنا على تغيير المقياس بإختبار من شأنه مساعدتنا على الدراسة وهو إختبار تفهم الموضوع (TAT).

ففور قبولنا في المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بسكرة -الحاجب- قمنا بإجراء بعض المقابلات الأولية مع بعض الزوجات العاملات، بالإضافة لإستعانتنا ببعض المسؤولين والعاملين في المؤسسة وهذا ما ساعدنا أكثر من تصحيح وتعديل التصميم المنهجي للبحث.

**3. المنهج المتبع في البحث:**

يعد المنهج العيادي أحد المناهج المهمة والأساسية في مجال الدراسات النفسية، ولقد أُعتمد عليه لأنه المنهج الملائم للدراسة وموضوعها ولفردانية الحالات أيضا.

يعرف المنهج الإكلينيكي على أنه: "طريقة تنتظر إلى السلوك بمنظور خاص فهي تحاول الكشف بكل موضوعية عن كينونة الفرد والطريقة التي يشعر بها والسلوكيات التي يقوم بها في موقف ما، وكذلك الكشف عن الصراعات النفسية مع إظهار دوافعها وما يقوم به من السلوكيات إزاء هذه الصراعات من أجل التخلص منها" (Reuchlin. Maurice, 1969. P87).

ويعرف كذلك على أنه أحد المناهج الرئيسية في مجالات الدراسات النفسية، ويقوم على أسلوب دراسة الحالة بصورة كلية شاملة لكونها متفردة في خصائصها (مصطفى كامل، دت، ص 263).  
 إذن هذا المنهج يمتاز بالموضوعية كما يهتم بوضع صورة متكاملة للحالة وأعراضها كما يقف على الأسباب والظروف السابقة من أجل الوصول إلى التشخيص السليم.

وبالتالي فإستخدامنا لهذا المنهج يساعدنا على التقرب من الحالة ومن تحديد خصائصها النفسية الجسدية ومختلف التغيرات الطارئة داخل عمل البحث وخارجه.

تعتبر دراسة حالة من أكثر الطرق شمولاً وقرباً من التفكير السليم في تجميع البيانات والمعلومات وتنظيمها، إذ أنها تمد الأخصائي سواء كان موجهاً أو معالجا نفسياً أو تربوياً بصورة واضحة تتضمن جميع البيانات المتعلقة بالفرد أيًا كان مصدرها أو الوسائل التي أُستخدمت في الحصول عليها.

وتستخدم دراسة الحالة أيضاً في توجيه الأفراد للأعمال التي تناسبهم وعلى الأخص عندما يعجز الفرد عن تحديد الوظيفة التي تناسبه وتتطلب دراسة الحالة تحاليل الفرد وبحث سجله المرضي ومعرفة مستواه المادي زيادة على سمات شخصيته وعاداته وميوله وهواياته (موسوعة علم النفس والتربية، الجزء 9، ص 7).

ويُعرفها مصطفى عبد المعطى بأنها: الإطار الذي ينظم ويقيم فيه الأخصائي الإكلينيكي كل المعلومات والنتائج التي يحصل عليها عن الفرد وذلك عن طريق: الملاحظة، المقابلة، التاريخ الاجتماعي، السيرة الشخصية، الإختبارات السيكولوجية والفحوص الطبية... إلخ (حسين مصطفى عبد المعطى، 1998، ص 156).

## 4. أدوات البحث:

## 4-1- المقابلة العيادية النصف موجهة:

عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين شخصين أو أكثر وتستخدم هذه الطريقة للحصول على تاريخ الحالة الذي يجمع مصادر لمعلومات مقدرة ليكون منها صورة متماسكة للشخص، وفي المقابلة العيادية النصف موجهة يدرك القائم بالمقابلة أنه يريد أن يعطي المعلومات فهو يقوم بتوجيه أسئلة مباشرة كثيرة لتغطية الموضوع المدروس ( جوليان روتر، 1985، ص 44 ).

ويعرفها أيضا فيصل عباس فيقول: أن هذا الفرع من المقابلة يهدف إلى توجيه حادث العمل نحو أهداف البحث والسير في اتجاه واضح وأقل توجيه وضبط الأسئلة مع المحافظة على التعبير للعمل والبحث عن المعلومات التي تخدم الموضوع ( فيصل عباس، 1983، ص175).

وقد كانت وسيلتنا في هذا البحث هي المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة لأنها تسمح لنا وتساعدنا في جمع قدر كاف من المعلومات حيث يتمكن العميل من التعبير عن حالته بكل حرية وتدخل الباحث يكون نوعا ما توجيهي عندما يلاحظ خروج العميل عن الموضوع فيحاول أن يحصره في إطار الموضوع.

## 4-2- إختبار تفهم الموضوع (TAT):

## - تعريف إختبار تفهم الموضوع (TAT):

هو أحد الإختيارات الإستقراطية وقد وضعه العالم النفسي "موراي Murry" عام 1935، وتحدث عنه في كتابه الشهير "أبحاث في الشخصية"، ويتألف الإختبار من ثلاث مجموعات من الصور، كل مجموعة منها تشمل على عشر صور، وهي تمثل مشاهد نرى فيها شخصا أو عدة أشخاص في أوضاع ملتبسة تسمح بتأويلات مختلفة، ويطلب من المفحوص في هذا الإختبار أن يقص ما حدث قبل الموقف الذي تمثله الصور، وما الذي يحدث الآن في الصورة،

وما عسى أن تكون خاتمة القصة، وقد إختبرت الصور إختبار يجعلها تمثل أفكار حول الصداة والخوف والخطر والحياة الجنسية والإنتحار والعلاقة بين الإبن ووالديه...إلخ.

و الفكرة التي يقوم عليها إختبار تفهم الموضوع هي القصص التي يحكيها المفحوص إستجابة لمثل هذه الصور تكشف عن مكونات مهمة في شخصيته على أساس إفتراضي:

- أولها: نزعة الناس إلى تفسير المواقف الإنسانية الغامضة بما يتفق وخبراتهم الماضية ورغباتهم الحاضرة وآمالهم المستقبلية.
- ثانيهما: نزعة كثير من كتاب القصص إلى الأخذ في كثير مما يكتبون من خبراتهم الشخصية ويعبرون عما يدور في أنفسهم من مشاعر ورغبات (خليدة مليوح، 2014، ص171).

- مادة الإختبار:

يتكون إختبار تفهم الموضوع من 31 بطاقة، طبعت على كل منها صورة على ورق أبيض مقوى وتركت بطاقة واحدة بيضاء خالية من الصور، حيث رقت فقط وذلك في البطاقات التي يمكن إستخدامها مع الجنسين ومع كل من الصغار (تحت سن 14)، والراشدين (فوق سن 14)، وعدد هذه البطاقات 11 بما فيها البطاقة البيضاء رقم 16، رقم يتبعه الحرف B للأولاد تحت سن 14، رقم يتبعه الحرف G للبنات تحت السن 14، رقم يتبعه الحرف M للذكور فوق السن 14، رقم يتبعه الحرف F للإناث فوق السن 14، رقم يتبعه حرفان MF للذكور والإناث فوق السن 14، رقم يتبعه الحرفان GF للبنات والإناث الراشدين (جلالي سليمان، 2012، ص113).

أما التصنيفات الجديدة حسب V,shentoub تستعمل ثلاثة عشر للرجال، ثلاث عشر بطاقة للنساء، 13 للبنون و13 للبنات موضحة في الجدول الموالي:

جدول رقم 01: لوحات اختبار تفهم الموضوع TAT المخصصة لكل صنف أو المشتركة بين الأصناف الأربعة من حيث الجنس والسن.

الصنف	اللوحات														المرجع	
	1	2	3BM	4	5	6BM	7BM	8BM	10	11			13MF	19		16
رجال	1	2	3BM	4	5	6BM	7BM	8BM	10	11			13MF	19	16	13
نساء	1	2	3BM	4	5	6GF	7GF	9GF	10	11			13MF	19	16	13
بنون	1	2	3BM	4	5	6BM	7BM	8BM	10	11	12BG	13B		19	16	14
بنات	1	2	3BM	4	5	6GF	7GF	9GF	10	11	12BG	13B		19	16	14

(عبد الرحمان سي موسى، 2008، ص180)

إن إجراء الإختبار حسب طريقة شنتوب يقتضي حصة واحدة فقط مع إتباع الخطوات

التالية:

- تقديم التعلية.
- تقديم اللوحات المناسبة حسب الجدول السابق مع مراعاة الترتيب المحدد وتقديم اللوحة 16 في آخر الإختبار.
- تسجيل وقت الكمون، زمن كل لوحة، خطاب المفحوص دون إضافات، مع تدوين كل التعبيرات الأخرى من إيماءات حركات جسدية.

تعلية:

لقد أضفت شنتوب تعديلا على التعلية الأصلية ودون تكرارها أثناء التمرير "تخيل قصة إنطلاقا من اللوحة".

نجد في هذه التعلية حركتين متناقضتين تضع المفحوص في وضعية حركية عليه التعامل معها، فهي تدعوه من خلال "تخيل قصة" إلى خفض الرقابة، حتى يترك المجال إلى التخيل وهكذا يعني النكوض وفتح المجال أكثر للهوامات والشحنات العاطفية، لكن في نفس الوقت نجد بقية الجملة "إنطلاقا من اللوحة" تدعو المفحوص إلى الرقابة أي الأخذ بعين

الإعتماد المحتوى الظاهر للوحة بمعنى إرسان قصة واقعية متناسقة ( جلاي سليمان، 2012، ص114).

وبالإطلاع على البطاقات والأدبيات المتعلقة بإختبار تفهم الموضوع قامت الطالبة بإختيار مجموعة من البطاقات لتطبيقها على حالات البحث وهي كآآتي: [1، 2، 3BM، 4، 5، 6GF، 7GF، 9GF، 10، 11، 13MF، 19، 16].

### - طريقة وخطوات تحليل تفهم الموضوع:

#### • طريقة فيكاشنتوب:

#### سلسلة الرقابة (A):

يتعلق الأمر بسياقات تتدرج في معظمها في إطار اللجوء إلى الواقع الخارجي تتضمن سلسلة الرقابة ثلاث سلاسل فرعية وتتضمن في مجملها سياقات تساهم في بناء القصة، من خلال الرجوع إلى الواقع الخارجي والأعراف والتقاليد والثقافة، ووجود سياقات، هذه السلسلة أمرا مفيدا وإيجابيا ولكن عندما يكون تواترها كثيف، فإنه يعطي بعدا هاجسا للتنظيم النفسي، ووجود سياقات هذه السلسلة يعطينا فكرة على مدى غنى وتوفر التصورات، تتمثل السلسلة الفرعية الأولى في استثمار الواقع الخارجي، وذلك بالرجوع إلى تفاصيل اللوحة بإستمرار أو العودة إلى المراجع الثقافية والدينية والأدبية والأعراف، توفر هذه السياقات يوحى بعلاقة جيدة مع الواقع وسلامة الإدراك.

أما السلسلة الفرعية الثانية فتتضمن إستثمار الواقع الداخلي والديناميكية النفسية يتعرف من خلالها على حدة الصراعات والإمكانيات الفكرية التي يمكن أن تسمح بإرضانها.

أما السلسلة الفرعية الأخيرة فتتضمن السياقات ذات النمط الهاجسي كالتحفظات الكلامية والعزل والتكوين العكسي.

سلسلة المرونة (B):

تتضمن السلسلة الفرعية الأولى إستثمار العلاقات والسياقات التي تظهر في هذه السلسلة نوع من التنظيم العقلي يكون متمركز حول العلاقة بالموضوع والتي عادة ما يكون فيها الفرد مختلف عن الآخر ومتميز، حيث تسمح هذه العلاقات بإسقاط ما يدور في مخيلة الفرد، الواقع الخارجي يكون مؤخوذاً بعين الإعتبار، ولكن يحتمل مكانة ثانوية أما التعبير عن العواطف وبصفة عامة عن كل ما يحس به الفرد ذاتياً.

تحتوي هذه السلسلة بدورها على ثلاث فرعية وتوفر البروتوكول على بعض بنودها يعتبر أمراً لأنه يعطينا صورة عن إستثمار العلاقات والعواطف، التواتر الكبير لسياقات هذه السلسلة يعطي التنظيم النفسي للفرد وبعده هستيريا، غير أن بعض سياقات هذه السلسلة يمكن العثور عليها في أي تنظيم نفسي آخر.

أما السلسلة الفرعية الثانية فهي تتمثل في سياقات التهويل والتمسرح، حيث أنه وفي إطار هذه السياقات يستثمر الفرد عالمه الداخلي على غرار ما يحدث في عمل مسرحي؛ أي يعبر عن الصراع من خلال سرد الأحداث والوضعيات العلائقية (خليدة مليوح، 2014، ص180-181).

بينما تمثل السلسلة الفرعية الثالثة السياقات ذات النمط الهستيري والتي تعود على أنماط دفاعية هستيرية بحتة عندما تظهر مصحوبة سياقات السلسلة الفرعية الأولى والثانية وبعض سياقات تعود في البروتوكول كلما ظهر الطابع العصابي لشخصية الفرد.

سلسلة تجنب الصراع (C):

تسمح سياقات هذه السلسلة من إظهار أنماط الخطاب التي توحى إلى أنواع من إضطرابات أو إشكاليات خاصة مرتبطة بتجنب الصراع البين نفسي، تحتوي هذه السلسلة على خمسة سلاسل جزئية، تعبر كل منها على أنماط دفاعية خاصة تعود إلى صعوبات نفسية مختلفة تمثل السلسلة الفرعية الألى بنود إستثمار المفرط للواقع الخارجي وذلك من خلال

الرجوع إلى الواقع الخارجي والتشديد على الحياة اليومية والعملية والحالي والملموس والفعل والعواطف الظرفية، بنود هذه السلسلة تكتسي طابع إيجابي عندما يكون تواترها معتدلاً لأنها تقف حجر عثر أمام العمليات الهوامية.

أما السلسلة الفرعية الثانية فتتضمن بنود الكف من خلال الصمت داخل القصص أو إيجازها بشكل كبير، إضافة إلى عدم توضيح دوافع الصراعات وعدم التعريف بالأشخاص التواتر الكبير لهذه السياقات يضر بنوعية الخطاب، ويقفل من مرونة وحركية ذلك من خلال التشديد على الإنطباعات الذاتية والعودة إلى مصادر الشخصية والتاريخية والذاتية، إضافة إلى التشديد على الخصائص الحسية والحدود والحواف تسمح هذه السياقات بمعرفة تصور الذات ونوعية من خلال التعرض إلى عمق الإصابات النرجسية في حين تمثل السلسلة الفرعية الرابعة بنود إستثمار الحدود من خلال نفاذية الحدود والخلط بين الراوي وموضوع القصة أو من خلال التشديد على المدرك والمثناة والإنشطار، وتتعلق السلسلة الفرعية الخامسة بالسياقات الهوسية أو الضد الإكتئابية وتظهر من خلال الإستثمار الفائق لوظيفة الإسناد، وعدم الإستقرار في التماهيات، إضافة إلى الإستخفاف واللف والدوران، تواتر السياقات لهذه السلسلة يوحي بضعف سياق التفرد والإستقلالية.

### سلسلة العمليات الأولية (E)

عادة ما تكون سياقات هذه السلسلة مؤشر التوظيف النفسي من نوع ذهاني حجم هذه السياقات من الناحية الكمية والكيفية هـو الذي يسمح بالتمييز بين السيرورات الأولية التي تدخل إطار خطاب عادي وسيرورة أولية تعود إلى توظيف نفسي ذهاني.

وجود هذه السياقات يظهر لنا النفوذية بين مكونات الجهاو النفسي، بمعنى آخر تسمح بإظهار مرونة في وظيفة ما قبل الشعور، غير أنه كلما كانت السيرورات الأولية حاضرة كمياً ونوعياً بشكل معتبر كلما كانت أنا الفرد هشاً.

تتكون هذه السلسلة من أربعة سلاسل جزئية:

- السلسلة E1: تشير إلى مستوى الإدراك وتظهر إضطراب الإدراك والعلاقة مع الواقع.
- السلسلة E2: تمثل غزارة العمليات الإسقاطية التي تعود إلى إضطراب مرتبط بطغيان الحياة الهوامية.
- السلسلة E3: فتمثل إضطراب معالم الهوية والموضوعية وتظهر صعوبة في تصورات العلاقات بالموضوع وتصور الذات.
- السلسلة E4: تشهد هذه السياقات إضطراب في الحياة الفكرية لدى الفرد وإضطراب في الخطاب ( خليدة مليوح، 2014، ص181-182).

لقد أشار موراي في طريقته للتحليل الإختبار إلى:

-الضغوط أو العوامل البيئية والمؤثرات التي تؤثر على الفرد: دراسة الجو المحيط بالبطل ودراسة مختلف العلاقات القائمة بين البطل والآخرين، ومختلف الضغوط الصادرة نحو بيئته، على حسب إدراك المفحوص لها في ماضيه وحاضره وما يتوقعه من ضغوط في مستقبله، وهذا يعني دراسة مختلف المواقف في أوامه وأحلامه، أو يعتقد أنه سيواجهها أو يرجو مواجهتها (فيصل عباس، 2001، ص172).

ولقد أعطى موراي للضغوط والعوامل البيئية التالية أهمية:

- أ. النزعات الاجتماعية: وتتضمن:
  - الخلطاء: هل له صديق واحد أو عدد من الأصدقاء، هل هو عضو في جماعة من نفس سنه.
  - الأشخاص الآخرين: الأب، الأم، الزوجة، الجد، الجدة، الأخوة... إلخ، هل يحبونه، هل له مغامرات.
- ب. العدوان: قد يتخذ الصورة التالية:
  - العدوان الإنفعالي أو اللفظي: كره، إنتقاد، تهديد من طرف آخر.
  - عدوان مادي وإجتماعي: توقع السلطة (سلطة الأب أو الآخرين).
  - تحطيم الممتلكات.

ج. السيطرة: تتمثل في:

- الضغوط الخارجية: فرض رأي بالقوة عليه.
- تقييد الحركة: منعه من القيام بالأشياء مرغوبة،
- محاولة التأثير عليه وإغرائه.

د. العطف: حماية البطل ، العفو عن خطايا من طرف الآخر.

هـ. الحرمان: حرمان البطل مما يحتاجه لتحقيق النجاح في الحياة.

و. النبذ: عدم التقبل واللامبالاة به ورفض المطالب ( فيصل عباس، 2001، ص173).

#### - صدق وثبات إختبار TAT:

لم يثر الجدل فيما يتصل باستخدام الأساليب الإسقاطية قدر ما أثير حول استخدام الكم والإحصاء في معالجة بياناتها، فهناك خلاف ظاهر بين علماء النفس حول قياس صدق وثبات هذه الإختبارات الإسقاطية، يؤمنون بأنها تزود الباحث بمعطيات هامة عن ديناميات الشخصية، وأن مسألة الثبات والصدق لا تعتبر مشكلة حقيقية، وأن الغرض الذي وضعت من أجله هذه الإختبارات عرض الإكلينيكي "هولت" أن إختبار تفهم الموضوع TAT ليس إختيار بالمعنى المفهوم في مقاييس الذكاء، وبالتالي فإنه يصعب تطبيق مفاهيم الثبات والصدق عليها يغير كثير من التحفظ، فإختيار تفهم الموضوع بحسب رأي "هولت" يقدم لنا جانب من السلوك يمكن تحليله بعدد من الطرق ويشكل الأساس لإستنتاج خصائص عديدة للشخصية، فإختيار TAT يقوم على أساس تحليل مضمونه ديناميا، إذ أن هذا المضمون يتأثر تأثيرا لا نهائيا بالأبنية الحضارية الفرعية بقدر أكبر بكثير مما هو الحال بالنسبة لمقاييس الذكاء(خليدة مليوح، 2014، ص186).

#### 5. تحديد الإطار المكاني و الزماني للبحث:

##### • الإطار المكاني:

لقد أجريت الدراسة الميدانية على مستوى المؤسسة العمومية للصحة الجوارية -بسكرة- تحتوي هذه المؤسسة على خمسة عشر (15) قاعة، و 30 عامل موزع على حسب التخصص منهم

5 أطباء، 10 من الممرضين (نساء ورجال)، 2 أطباء أسنان، 2 أطباء بيولوجيين في مخبر التحاليل، 2 قابلتين، 2 عاملات نظافة، 01 أخصائية نفسانية و 5 عمال في الحراسة وسياسة الإسعافات.

### • الإطار الزمني:

إنطلقنا في الدراسة عندما تلقينا الموافقة النهائية من طرف الطبيب المراقب في المؤسسة وكان ذلك ابتداءً من 2016/03/06 إلى 2016/03/20.

### خلاصة:

لقد تم الإعتماد على المنهج العيادي الذي يقوم على دراسة الحالات الفردية، حيث تم الإتصال بمؤسسة الصحة العمومية أين تم إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة وتقنية تفهم الموضوع TAT على حالتين، بعد الحصول على بروتوكولات تفهم الموضوع للحالات سيتم عرضها وتحليلها في الفصل الموالي.

# الفصل الخامس:

## تحليل ومناقشة نتائج

### الدراسة

أولاً: الحالة الأولى.

- 1- تقديم الحالة الأولى
- 2- الظروف المعيشية للحالة الأولى
- 3- ملخص المقابلة مع الحالة الأولى
- 4- تحليل المقابلة مع الحالة الأولى
- 5- تقديم وتحليل إختبار تفهم الموضوع للحالة الأولى
- 6- التحليل العام للحالة الأولى

ثانياً: الحالة الثانية.

- 1- تقديم الحالة الثانية
- 2- الظروف المعيشية للحالة الثانية
- 3- ملخص المقابلة مع الحالة الثانية
- 4- تحليل المقابلة مع الحالة الثانية
- 5- تقديم وتحليل إختبار تفهم الموضوع للحالة الثانية
- 6- التحليل العام للحالة الثانية

ثالثاً: مناقشة النتائج على ضوء التساؤل

## أولاً: الحالة الأولى

### 1- تقديم الحالة الأولى:

الإسم: سعاد

المهنة: طبية

السن: 43 سنة

الحالة الإجتماعية: متزوجة

الحالة الإقتصادية : جيدة

عدد الأطفال: 02

### 2- الظروف المعيشية للحالة الأولى:

سعاد سيدة تبلغ من العمر 43 سنة متزوجة ذات مستوى وحالة إقتصادية جيدة تعيش لوحدها مع الزوج والأطفال فقط، وهي أم لإثتان (ذكر وأنثى)، بدأت العمل قبل الزواج ، وهي تعمل ثمانية إلى تسعة ساعات يوميا وأحيانا العمل ساعات في الليل مع العلم أنها إنتقلت من مكان العمل الذي كانت فيه في الولاية الأصلية غليزان وأصبحت تعمل في ولاية بسكرة، وهذا بسبب عمل الزوج هنا militaire وهو يشتغل لساعات طويلة أغلب وقته بعيد عن العائلة والأبناء والزوجة.

### 3- ملخص المقابلة مع الحالة الأولى :

تمت المقابلة مع الحالة سعاد في ظروف هادئة، ولقد ضمت المقابلة أسئلة تخص العديد من جوانب الحياة منها الأسرية والمهنية والصحية والعلاقات الزوجية والنفسية، بحيث لم تكن هناك صعوبات فالحالة كانت متجاوبة معنا، إلا أن الحالة كانت تظهر عليها حركات خاصة في الإشارة باليدين والرأس، فهي ترى أنها تقوم بعملها على أكمل وجه لأنها خرجت للعمل بمليء إرادتها.

### 4- تحليل المقابلة مع الحالة الأولى:

من خلال مقابلتنا مع الحالة سعاد وملاحظتنا لها أثناءها تبين لنا لدى الحالة الإحساس بعدم الإرتياح في العمل فقد بدت مظاهر التوتر على الحالة من خلال السرعة في الكلام

والحركات اللاإرادية كالضغط على اليدين مرارا ووضعهم على الخد والقم أحيانا، كانت في تعاملاتها مع الآخرين جيدة تحاول وتسعى دائما إلى السيطرة على إنفعالاتها والمواقف التي تستدعي الغضب والهياج ، إلا أنها أبدت التذمر من العمل وذلك بشعورها بالتعب حيث تقول أنها تشعر بالتعب النفسي والجسدي وهذا ما جاء في استجابتها: " أكيد نتعب " فهي تبذل جهد فكري وجسدي كبير لهذا تشعر بالتعب بالإضافة إلى المسؤوليات الأخرى الملقاة على عاتقها هذا ما أدى إلى التعب والتوتر هذا الأخير يعتبر حالة من الإنفعالات الداخلية الشديدة التي تحدث نتيجة مثير هذا المثير قد يكون واقع حقيقي أو خبرة سابقة سيئة وتؤدي هذه الإنفعالات إلى تأثير جميع أجهزة الجسم، وبالتالي مظاهر التوتر بالنسبة للحالة واضحة بكثرة الكلام والتحريك بدون توقف ومن جهة أخرى فالحالة تشعر بالذنب إتجاه أطفالها هذا ماجاء في قولها "أغلب وقتي في الخدمة وهما ديما وحدهم " هذا ما يدفعها للتعويض عن غيابها ساعات عن المنزل لأن تميل للين أحيانا حتى تكون زوجة وأم صالحة وهذا ما جاء في استجابتها: "كاين نقص لازم ديرى باه تعوضى" فالحالة تميل للتعويض النقص من أجل الأولاد وتخفيف شعورها بالذنب إتجاههم، ومن خلال المقابلة أيضا تبين أنها تواجه الكثير من الاضطرابات كالقلق هذا ما جاء في قولها: " أكيد القلق ديما حاضر" وقد عرف فرويد القلق بأنه : نوع من الإنفعال المؤلم يكتسبه الفرد ويكون خلال المواقف التي يصادفها فهو يختلف عن الإنفعالات الغير سارة كالشعور بالاحباط والغضب لما يسببه من تغيرات جسيمة داخلية يحس بها الفرد وأخرى خارجية تظهر على ملامح (أديب محمد الخالد، 2009، ص125).

بالإضافة إلى عدم الرضا على العمل برغم من أنها خرجت بمليء إرادتها فهي مشتتة الفكر ما بين أسرتها وعملها وضرورة قيامها بواجباتها كاملة ، وتفضل أن تكون التي بيت فقط وهذا ما جاء في استجابتها " 100%أكيد ياريت راني في داري ضرك" هنا يتبين لنا ضغط نقص التأييد الأسري فهو الشعور بالتوتر والضيق الناتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الإنتماء، وكذلك الشعور بعدم الرضا الناتج عن وجود موضوعات بيئية تجعل الفرد يشعر بفقدان الجماعة

الأسرية، يشعر بفقدان السند والشريك في وسطها وعدم الاستقرار المنزلي ( الرشيدى هارون توفيق، 1999، ص96).

وفيما يخص التوفيق بين العمل والواجبات المنزلية فهي تقول : " نص نص فيها حاجة ناقصة **toujours** " فالضغط النفسي الأسري والاجتماعي ونظرة المجتمع للعمل ولشخصية الزوجة العاملة تؤثر على عدة جوانب وعلاقات خاصة الزوجية، فالحالة تعاني من الخوف بسبب الضغط والعمل، هذا ما جاء في استجابتها : " **أکید نخاف على علاقتي الزوجية، وماشي ساهل باه نجمع بين متطلبات العمل والمنزل** " فالتقدم التدريجي للمجتمع صارت مسؤوليات الزوجة أكبر من مجرد تأدية الأعمال المنزلية أو بالاهتمام بالزوج فقد تحولت بفضل دخولها ميدان العمل إلى مركز المشارك في الحياة والعاملة على تغييرها ونرى أن المرأة في كثير من الأحيان تواجه بالاختيار بين عملها وبين واجباتها الأسرية وهنا كانت استجابة الحالة بقولها: " **الحياة الأسرية والمنزلية لها الأولوية ولو كان نلقى ضرك نحبس الخدمة مالمقيتش السبب برك** " هذا يرجع إلى أن الزوجة العاملة لها علاقات عديدة وأدوار كثيرة فهي ربة منزل وأم وزوجة وموظفة وإذا أرادت أن تحقق النجاح والتوفيق بين أعمالها هذا من شأنه أن يوقعها في صراعات نفسية يصعب عليها حلها وبالتالي الوقوع في دائرة المعاناة والضغط النفسية . فمفهوم الضغط النفسي يشير إلى وجود عوامل خارجية على الفرد سواء بكلية أو بجزء منه، وبدرجة تولد لديه إحساس بالتوتر أو تشويها في تكامل شخصيته ( طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص 193).

هذا ما ظهر على الحالة حيث إزدادت المهام الملقاة على عاتقها مما يجعلها مرهقة وغير قادرة على التوفيق بين مسؤولياتها وهذا ما جاء في قولها : " **أکید دويل معاناة الخدمة والراجل** " ، وكذلك بالنسبة للإستجابات الحالة فالضغوط النفسية تكثر عندما تطالب الزوجة العاملة بمطالب كثيرة والمتمثلة في الواجبات الكبيرة تقول الحالة: " **خدمتنا médecine أي دقيقة يجيك واحد تعبان، وأنا هنا برانية ولادي وحدهم في الدار نخاف عليهم، وثاني راجلي militaire والإنسان يدبر ربي في خاطروا والوالدين ثاني جيت بالسيف عليهم للخدمة** "

في هذه الإستجابة ظهر على الحالة البكاء وذلك بسبب المسؤوليات والشعور بالخوف والبعد أيضا فعندما عدت الأمور التي تشغل تفكيرها من الأولاد والزوج والوالدين وكذلك الآخرين فالمسؤوليات سواء الأسرة أو مجال العمل تختلف في إستمراريتها وحدتها، فالحالة سعاد تعاني من الضغوط النفسية في العمل والمنزل بسبب تعدد المسؤوليات التي تقوم بها من رعاية البيت وتربية الأبناء ورعاية الزوج .

### 5-تقديم وتحليل إختبار تفهم الموضوع للحالة الأولى:

#### -الملاحظات الأولية للإستجابات:

- زمن الكمون للإستجابات كان قصير
- القصص كانت قصيرة
- التعبير عن المشاعر
- التردد في التفسيرات المختلفة
- التركيز على الوصف مع التمسك بالتفاصيل

#### البطاقة 01:

10ثا طفل بيان حزين حاط قدامو كمان علاه حزين ماعلابليش 25ثا

3-1B: التعبير عن المشاعر

1-1A: وصف مع التمسك بالتفاصيل

1-3A: التردد في التفسيرات المختلفة

-تمثلت الأساليب الدفاعية التي إعتدتها الحالة في الإستثمار العلائقي من خلال التعبير عن المشاعر مع المرجعية للواقع الخارجي وذلك بالوصف والتمسك بالتفاصيل مع التردد في التفسيرات المختلفة.

-أما الإشكالية تتمثل في إرسان الحالة للوحة من خلال إدراكها للموضوع الكامل، غير أن الحالة لديها ضعف في الإمكانيات الإرسانية المتمثلة في إهمال بعض التفاصيل في اللوحة.

## البطاقة 2:

15 ثا ريف راجل فلاح يخدم و2fame وحدة قارية ووحدة لا لا قاعدة في الدار وحتى وحدة مارهي لباس 40 ثا

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل

A1-4: مرجعية أدبية ثقافية

CF-1: تشديد على الحياة اليومية العلمية.

A2-4: تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب واياب بين التعبير النزوي والدفاع.

-تمثلت الأساليب الدفاعية في المرجعية للواقع الخارجي من خلال وصف مع تمسك بالتفاصيل وتميزت بمرجعية أدبية ثقافية ،و قد استخدمت الحالة من خلال استثمار للواقع الخارجي تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب واياب بين التعبير النزوي والدفاع وكذلك اللجوء إلى إفراط في الإستثمار للواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية العلمية.

-الإشكالية تمثلت في عدم إرسان اللوحة، فالحالة تمكنت من معرفة الشخصيات لم تتمكن من معرفة الفرق الأجيال وهذا ما يوحي بعدم مقدرتها على إحياء الصراع الأديبي من جديد.

## البطاقة 3BM:

10 ثا طفلة صغيرة ولا une fame تبكي 25 ثا

B1-3: التعبير عن المشاعر

B1-2: إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة

- الحالة لجأت الى الإستثمار العلاقي من خلال إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة والتعبير عن المشاعر.

-أما إشكالياتها فتمثلت في إرصان اللوحة والوضعية الإكتئابية من خلال الإعتراف بالوجدان الإكتئابي.

#### البطاقة 4:

15ثا une fame حابة تحكمو بذراع ، هو في راسو حاجة وحدة كاين une fame وحدة أخرى حابها وهي حاباتو يقعد وهو ماشي معول نهائيا 40ثا

A1-1: وصف مع تمسك بالتفاصيل

A1-2: تأكيد على الخيال والحلم

A2-4: تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع.

E2-1: عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه

B1-3: التعبير عن المشاعر.

\_تمثلت الأساليب الدفاعية في مرجعية الواقع الخارجي من خلال الوصف والتمسك بالتفاصيل وإستثمار الواقع الخارجي بتأكيد على الخيال والحلم والتشديد على الصراعات النفسية الداخلية الذهاب والإياب بين التعبير النزوي والدفاع وبروز العمليات الأولية كوسيلة دفاعية باللجوء للقوى الإسقاط من خلال عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

-أما الإشكالية تمثلت بعدم تمكن الحالة من إرصان اللوحة وذلك من خلال عدم مقدرتها للرجوع إلى الصراع النزوي في علاقة جنسية عادية وغياب التجاذب الوجداني والصراعي للإشكالية الأوديبية الموجودة .

البطاقة 5:

15ثا fame فاتحة الباب واش تشوف ممكن تنفق حاجة وطل على ولادها 45ثا

1-1A: وصف مع التمسك بالتفاصيل

1-1CF: تشديد على الحياة اليومية العملية.

1-1A3: شك وتردد في التفسيرات المختلفة

-تمثلت الأساليب الدفاعية في الإفراط في استثمار الواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية والعملية، وتميزت الحالة بالرجوع إلى الواقع الخارجي بالوصف والتمسك بالتفاصيل والشك والتردد في التفسيرات المختلفة.

-أما الإشكالية فتمكنت الحالة من إرسان اللوحة والتي ترمي إلى الصورة الأمومة التي تدخل وتنتظر وتراقب حيث يمكن أن تمثل كهيئة للأنا الأعلى، تأتي لتفاجيء مشهد تجاوري.

البطاقة 6GF:

10ثا وحدة تشوف بإستغراب إما هي ماشي فاهمة الرسالة للتوصلها ولا هو ماشي فاهم  
30ثا

1-1CF: تشديد على الحياة اليومية

1-1A3: الشك والتردد في التفسيرات المختلفة

4-2A: تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع

-تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية للواقع الخارجي من خلال بروز العمليات الوسواسية التي تضمنت الشك والتردد في التفسيرات المختلفة ، وإفراط استثمار الواقع الخارجي بالتشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع.

-أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة وعدم إدراكها لهوام الإغراء

**البطاقة 7GF :**

10ثا أم مع بنتها تقرأها بصح بنتها ماشي مركزة 30ثا

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل

CF-1: تشديد على الحياة اليومية والعملية

E1-3: مدركات خاطئة

-لجوء الحالة إلى الوصف بمرجعية الواقع الخارجي مع تشديد على الحياة اليومية والعملية من خلال الإفراط في الإستثمار للواقع الخارجي واللجوء لتحويل الإدراك من خلال المدركات الخاطئة .

-أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة وعدم إحيائها بإشكالية علاقات في بعد مزدوج

**البطاقة 9GF:**

15 ثا 2fame وحدة تشوف فوق وأخرى تجري ممكن تفهم واش بيها 35 ثا

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل

CF-1: تشديد على الحياة اليومية والعملية

CF-2: عواطف ظرفية ومرجعية إلى المعايير الخارجية

-تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية للواقع الخارجي المتمثل في الوصف والتمسك، وإفراط في إستثمار الواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية والعملية والعواطف الظرفية والمرجعية للمعايير الخارجية .

-الإشكالية تمكنت الحالة من إرسانها للوحة والقدرة على التمييز الواضح بين الأشخاص وتعريفهم والتمييز بين السيرورات والهوية.

### البطاقة 10:

15 ثا أب مع ولدو ممكن متوحشو ياسر ولا رايح يودعو 30 ثا

B1-2: إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة

B1-3: تعبير المشاعر

E1-2: إدراك أجزاء نادرة

-تمثلت الأساليب الدفاعية في استثمار العلائقي من خلال إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة واللجوء إلى الإستثمارالعلائقي بتعبير عن المشاعر، و بروز العمليات الأولية من خلال تحويل الإدراك المتمثل في إدراك أجزاء نادرة وغريبة

-أما الإشكالية فالحالة لم تتمكن من إرسان اللوحة حيث تم الإشارة إلى جنسين مختلفين في علاقة ولم تتمكن من الإعتراف بتعبيرات اللبديية داخل الزوج

### البطاقة 11:

15 ثا طريق جسر في وسط غابة ، كاين حوايج كشعل حيوانات مفترشة 45 ثا

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل

A1-2: لتحقيق زمني

E2-2: إدراك موضوع شيرير

-تمثلت الأساليب الدفاعية في الوصف مع التمسك من خلال المرجعية للواقع الخارجي وأيضا التدقيق الزمني و بروز قوى الإسقاط المتمثل في إدراك موضوع شيرير

-أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة وعدم الإعراف بالإحساس بالقلق التي تحي به هذه اللوحة من العلاقة الأم الطبيعية البدائية

### البطاقة 13MF:

20 ثا راجل واقف fame راقدة مانقدرش نقول كثر من هكذا 50 ثا

A1-1: الوصف مع التمسك بالتفاصيل

B3-1: التشديد على المشاعر في خدمة الكبت للتصورات

A3-1: تحفظ كلامي

-تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية للواقع الخارجي من خلال الوصف والتمسك وبالإستثمار العلائقي المتمثل في التشديد على المشاعر في خدمة الكبت للتصورات والرجوع إلى العمليات الواسواسية من خلال التحفظ الكلامي .

-أما الإشكالية فالحالة لم تتمكن من إرسان اللوحة وعدم إدراك للعلاقة الجنسية الغلامية بين الزوجين .

### البطاقة 19:

10 ثا سماء والتحت ماعدو حتى معنى 25 ثا

A1-1: الوصف مع التمسك

E1-1: عدم إدراك الموضوع الظاهري

-تمثلت الأساليب الدفاعية في مرجعية للواقع الخارجي بالوصف مع التمسك واستخدام ميكانزم التحويل المتمثل في عدم ادراك الموضوع الظاهري .

-أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة والمثير لم يحيي في حالة بتنشيط الإشكالية ما قبل التناسلية ولم تدفع إلى النكوص وإسترجاع هوامات خرافية .

**البطاقة 16:**

10 ثا أحسن حاجة عائلي وراجلي في داري 30 ثا

B1-1: التركيز على العلاقات الشخصية في الحوار

A1-2: التدقيق المكاني

-تمثلت الأساليب الدفاعية في الإستثمار من خلال التركيز على العلاقات الشخصية في الحوار وبالمرجعية للواقع الخارجي بالتدقيق المكاني

-أما الإشكالية تعود إلى قدرة الحالة على بناء أشياء بنفسها أو أنها تمكنت من إرسان إشكاليتها بالاستثمار العلائقي والمرجعية للواقع الخارجي.

**الجدول رقم 02: توزيع السياقات الدفاعية للحالة (01)**

E	C	B	A
E1-1=1	CF-1=5	B1-1=1	A1-1=9
E1-2=1	CF-2=1	B1-2=2	A1-2=2
E1-3=1		B1-3=4	A1-4=1
E2-2=1		B3-1=1	A2-1=1
			A2-4=3
			A3-1=4
04	06	08	20

**الأساليب الدفاعية:**

نلاحظ سيطرة سياقات الرقابة (A) بمجموع 20 ، ظهرت على رأسها سياقات المرجعية للواقع الخارجي (A1) التي تمثلت في الوصف مع التمسك بالتفاصيل (A1-1) والتردد في التفسيرات المختلفة (A3-1) والتشديد على الصراعات النفسية الداخلية (A2-4)

وإحتلت سياقات تجنب الصراع النفسي (B) المرتبة الثانية حيث طغت سياقات الإستثمار العلائقي (B1) من خلال التعبير على المشاعر وإدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة (B1-2) ليلبيها التركيز على العلاقات الشخصية (B1-1) والتشديد على المشاعر في خدمة الكبت للتصورات (B3-1) بعدها عوامل تجنب الصراع (C) فطغت سياقات إفراط في الإستثمار للواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية والعملية (CF-1) والعواطف الظرفية (CF-2)، أما السياقات الأولية (E) إحتلت المرتبة الأخيرة من خلال عدم إدراك الموضوع الظاهري (E1-1) وإدراك أجزاء نادرة (E1-2) والمدركات الحسية الخاطئة (E1-3) ويليها موضوع شرير (E2-2)

### المرونة :

نلاحظ سيطرة سياقات الرقابة (A) ويليها سياقات الصراع النفسي العلائقي (B) من خلال التركيز على العلاقات الشخصية ثم سياقات التجنب للصراع (C) لتنتهي بالسياقات الأولية (E)

### الفرضية التشخيصية :

لقد أظهر إختبار تفهم الموضوع أداء مميز للحالة بمحاولاتها لبناء قصص وإن تغلبت على إنتاجية سياقات الرقابة (A) والتي تمثلت أساسا في سياقات الوصف (A1-1) والتي كانت في معظم إجاباتها، إلا أن المرأة إستطاعت التعبير عن حركات نفسية أكثر مرونة وهذا ما ظهر في سياقات المرونة (B) وعلى رأسها سياقات التعبير عن المشاعر وإدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة، هذا ما يسمح لنا القول أن الزوجة العاملة (الحالة) تمتلك إمكانيات معتبرة في إحتوائها للضغوط فقد أظهرت القدرة على التصورات الأوديبية وذلك من خلال إرصانها لإشكاليات بعض اللوحات

## 6- التحليل العام للحالة الأولى:

من خلال إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة، وتطبيق إختبار تفهم الموضوع وتحليله، إتضح أن الحالة تعاني من ضغوط نفسية أكثرها الضغوط النفسية الأسرية بما فيها الصراعات داخل الأسرة والعلاقة مع الزوج وتربية الأبناء إضافة إلى المسؤوليات المطالبة بها في العمل خارج الأسرة والمنزل، فقد عبرت الحالة عن شعورها بالتعب والإرهاق الذي يسببه لها عمل داخل المنزل وخارجه، إلا أن هذه المشاعر يغلب عليها طابع الخوف والتوتر والحزن، فقد حاولت إخفاء هذا الخوف بالميل إلى التشديد على المشاعر في خدمة الكبت للتصورات من خلال إختبار تفهم الموضوع، تبين هنا لجوء الحالة إلى الكبت كميكانيزم دفاعي فهو: عملية ترجع لمشكل الشعور بالذنب والقلق من إستثمار الثروات الغير مقبولة من طرف الأنا الأعلى بحيث يتموقع في اللاشعور بفضلته تبقى الكثير من التصورات الغير مقبولة محصورة في اللاشعور وغير قابلة للإستحضار الشعوري فيصبح الكبت من هذا الأساس وسيلة تجميع وضغط وشكل من أشكال الرقابة (محمود فتحي عكاشة، 1999، ص 87).

وكذلك تعبير الحالة عن العواطف وشعورها بالذنب أثناء المقابلة، كما أشارت إلى وجود صلات إجتماعية وأسرية مسؤولة عنها كالأومومة وغيرها وعندما لا تقوم بهذه المسؤوليات بشكل كامل أو إيجابي فإنه يظهر لديها القلق والذي يعتبر من الأعراض الإنفعالية للضغط النفسي.

لقد أظهرت نتائج إختبار تفهم الموضوع قصص قصيرة ورجوع الحالة إلى مواضيع حول الواقع الخارجي والتمسك بها، غير أن ظهور سلسلة الرقابة لم يكن كافي للموازنة بين متطلبات الحالة، هذا ما جعل سياقات العمليات الوسواسية تظهر من خلال التحفظات الكلامية والتردد في التفسيرات المختلفة، فالحالة تميل لتجنب إدراك التهديد أو الخطر باللجوء إلى تجاهل مؤثرات الضغط النفسي وكبت الإنفعالات من خلال الرقابة الهامة لدى الحالة وتمسكها بالواقع الخارجي، وعليه فيعرف "رايس" **Rice**: الضغط النفسي كتوتر خارجي وكحدث لا يمكننا التنبؤ به أو التحكم فيه ويمكن إرجاعه إلى قوة خارجية قاسية وعنيفة ويفترض بأن جميع الأفراد

بإمكانهم أن يفعلوا شيئاً ما كمحاولة لمقاومة هذه الضغوط، وعلى هذا فإن الضغط الخارجي هو شيء ما يضع عبئاً شديداً على الفرد، وكل فرد يمكنه مقاومة هذا الضغط من أجل البقاء (وفاء خالد، 2014، ص6).

فالحالة تحاول التكيف للوصول إلى تحقيق نوع الضغوط لديها وذلك ما ظهر في عوامل المرونة لديها التي كانت غالبية والتركيز على العلاقات الشخصية بالتعبير عن مشاعرها والتشديد عليها.

### ثانياً: الحالة الثانية

#### 1-تقديم الحالة الثانية:

- الإسم: خديجة.
- الحالة الإجتماعية: متزوجة
- السن: 30 سنة
- المهنة: ممرضة
- الحالة الإقتصادية: جيدة
- عدد الأطفال: طفلين 2

#### 2-الظروف المعيشية للحالة الثانية:

الحالة خديجة سيدة عاملة متزوجة تبلغ من العمر 30 سنة ذات حالة إقتصادية جيدة، تسكن مع أهل الزوج وهي أم للطفلين، بدأت العمل قبل الزواج بشهر، تعمل من خمسة ساعات إلى ثمانية ساعات، مع العلم أن الزوج يعمل موظف يومي بالقرب من المنزل.

#### 3-ملخص المقابلة مع الحالة الثانية:

تمت المقابلة مع الحالة في ظروف جيدة فقد كانت متجاوبة مع الأسئلة بسهولة والتي تمثلت في الجوانب النفسية، الزوجية، الأسرية والصحية والمهنية، إلا أن الحالة كانت حركية كثيراً وتتكلم بصوت مرتفع وبسرعة وتشكو من العمل وتحمل المسؤوليات كاملة وتفضل لو تكون ربة بيت فقط.

#### 4- تحليل المقابلة مع الحالة الثانية:

من خلال إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالة خديجة وملاحظاتنا لها، تبين أن طريقة كلامها وإستجاباتها تتسم بالسرعة والصوت المرتفع وبالإنفعال وهذا واضح في إجابتها: "تبذل جهد من قلبي، خادمة نخدم بسواردي لازم نحلل دراهمي"، وهذا يرجع إلى أن الحالة ينتابها شعور بالقلق والتعب نتيجة المجهودات التي تبذلها في مجال العمل الذي تنتمي إليه وهذا ما جاء أيضا في إستجابتها: "ياه يا القلقة أول حاجة ولدي ويتقلق" حيث يعرف شافرود وركس القلق بأنه إستجابة مكتسبة تحت ظروف أو مواقف معينة، ثم تعمم الإستجابة بعد ذلك (عبد اللطيف، 2009، ص 128).

نجد أن الحالة تتحمل جميع المسؤوليات سواء داخل المنزل أو خارجه وذلك من خلال قيامها بأدوار ومهام وتتمثل في أعمال المنزل وتربية الأبناء ومراعاة الزوج هذه المسؤوليات نتج عنها تأثيرات سلبية منها الصعوبات ولدّ لديها عدم التوفيق بين متطلبات المنزل والعمل وهذا ما جاء في إستجابتها: "التوفيق شوية شوية غير بثون واجري" ويرجع هذا إلى ظهور الضغوط المهنية والأسرية بحيث تتمثل هذه الأخيرة في الصراعات الأسرية وكثرة المجادلات وتربية الأطفال، فيعرف كوكس *Cox* الضغط النفسي بأنه: نتيجة الصراع بين المطالب الملقاة على الفرد وقدراته على التعامل معها، بحيث يفكر الفرد في المطلب وفي قدراته، وأن إختلال التوازن بين الطرفين هو السبب في ظهور الضغط (طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص 20).

فرغم ما تبذله الحالة من جهد إلا أنها لا تحظى بالتقدير أو الإعراف الذي يحظى به عمل مشابه خارج إطار الأسرة هذا يعني عدم تلقي الزوجة العاملة المساندة والمساعدة من طرف الزوج وقد تبين هذا في إستجابة الحالة: "وراسك والله ما يخدم بيبرو وما يديروش عندو عيب"، هذا لكون أن الكثير من الأزواج يرون بأن القيام بالأعمال المنزلية إهانة لهم، فتحمل المرأة لكل هذه المسؤوليات يجعلها مرهقة خاصة أن ساعات التي تقضيها في العمل أكثر من عدد الساعات التي تقضيها في البيت وهذا ما قد يجعلها تلوم نفسها على كل كبيرة

وصغيرة والشعور الدائم بأنها مقصرة في حق الزوج والأولاد بحيث لا تحس بالرضا عن نفسها مهما فعلت وعملت وهذا ما جاء في إستجابتها: "لوم نفسي لو كان درت هذيك الحاجة". بالإضافة فقد أبدت الحالة في حديثها على رعاية الأبناء وطبيعة الجو الأسري وسوء علاقتها مع الزوج، والصراع النفسي التي تعاني منه غير أنها متمسكة بالحب الذي يسود الأسرة خاصة أولادها وهذا ما جاء في إستجابتها: "يسود جو الأسرة الحب الأولاد خاصة، بصح هو الله لا يهزّ عليه"، فكل الضغوط النفسية التي تعاني منها الحالة تكمن في النواحي الأسرية والإجتماعية المتعلقة بالزوج وشؤون المنزل وتناقض النظرة إلى عملها كلها تسببت في ظهور اضطرابات نفسية من بين الإضطرابات التي أفصحت عنها الحالة خديجة إضطراب النوم وهذا ما جاء في إستجابة: "Oui، إضطرابات في النوم في الليل كي يدخلك التوسويس"، فهذا يزيد من القلق والتوتر والإحباط وسوء التكيف وإضطراباته ولعل الضغط لدى الحالة الذي تمثل في الشعور بالقلق والخوف وتوقع الخطر في الظروف العادية أهم الأمراض أو الإضطرابات لدى الزوجة العاملة، يشير لازاروس وكوهن إلى نوعين من الضغوط، الضغوط الخارجية وتتمثل في المواقف المحيطة بالفرد وتمتد من الأحداث البسيطة إلى الأحداث الحادة، والضغوط الداخلية وتعني الأحداث التي تكون نتيجة التوجه الإدراكي نحو العالم الخارجي والنابع من فكر ذات الفرد وتندرج ضمن التصنيف الأول، ضغوط العمل وضغوط الأسرية الإجتماعية، أما الضغوط الداخلية فتندرج ضمنها الضغوط العاطفية أو التفاعلية كالقلق والإكتئاب، ومنه فقد ظهر من خلال المقابلة مع الحالة أنها تعاني من ضغوط نفسية خاصة الضغوط النفسية الأسرية بما فيها صراعات مع الزوج وتربية الأبناء وكذلك ضغط العمل والتوفيق بين المتطلبات الواجبة عليها والضغوط الداخلية والإنفعالية.

## 5-تقديم وتحليل اختبار تفهم الموضوع للحالة الثانية:

### الملاحظات الأولية للاستجابات:

- زمن الكمون للإستجابات كان قصير.
- القصص كانت قصيرة.

- التركيز على الوصف مع التمسك بالتفاصيل.
- التعبير عن العواطف.
- التدقيق الزمني والمكاني.

### البطاقة 1:

10 ثا طفل يخمم...بصح ما عرف واش حط قدامو في الطابلة الحية ظلمة 35 ثا.

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل.

CI-1: ميل عام إلى التقصير، توقعات معتبرة داخل القصة.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية والعملية.

A3-1: الشك والتردد في التفسيرات المختلفة.

تمثلت الأساليب الدفاعية التي إعتمدتها الحالة بمرجعية للواقع الخارجي وذلك من خلال وصفها مع التمسك بالتفاصيل، كما يظهر لديها إفراط في إستثمار الواقع الخارجي وذلك من خلال الميل العام للتقصير والمتمثل في التوقعات المعتبرة داخل القصة كما تلجأ الحالة إلى التشديد على الحياة اليومية العملية، وأيضاً اللجوء للواقع الخارجي من خلال الشك والتردد في التفسيرات المختلفة.

أما الإشكالية فتمثلت في عدم إرسان الحالة للوحة وعدم إعرافها بالنضج الوظيفي في مواجهة الشيء كموضوع خاص بالراشد وذلك ببروز الرمزية والشفافية وعدم الإعراف بقلق الخساء كمشروع تقمصي.

### البطاقة 2:

15 ثا عالم عصر الجاهلي...ولا تاعش يحرثو المرأة العاملة في العصر الجاهلي Normalement هكذا 30 ثا.

A1-2: تدقيق زمني.

CI-1: توقعات معتبرة داخل القصة.

E2-1: عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه.

A3-1: تردد في التفسيرات المختلفة.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية والعملية.

تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية للواقع الخارجي كوسيلة دفاعية من خلال التدقيق الزمني مع ميل الحالة للتوقعات المعتمدة داخل القصة واللجوء لقوى الإسقاط كوسيلة دفاع في عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه والرجوع للواقع الخارجي بتردد في التفسيرات المختلفة. تمثلت الإشكالية بعدم وجود الإستجابات التي توحى بالإحياءات الرمزية وهذا ما يوحي بعدم إرسان الحالة لإشكالية العلاقة الأوديبية الثلاثية التي قد تثير إحياء الصراع الأوديبى من جديد.

**البطاقة 3BM:**

10 ثا هذا يتيم يبكي هكذا.... حزين. 20ثا.

B1-3: تعبير عن مشاعر.

B1-2: إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة.

CI-1: توقعات معتبرة داخل القصة.

E1-1: عدم إدراك الموضوع الظاهري.

-تمثلت الأساليب الدفاعية في التثبيط كوسيلة دفاعية لتجنب الصراع النفسي العلائقي وميلها الى التوقعات المعتمدة داخل القصة، وبعدها بروز تحويل الإدراك من خلال عدم إدراكها للموضوع الظاهري، ولإستثمار العلائقي بإدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة والتعبير عن المشاعر.

-فالإشكالية تمثلت في قدرة الحالة على إرسان إشكالية اللوحة من خلال الإعتراف بالوضعية الاكثابية.

**البطاقة 4:**

10 ثا هذا جو رومنسي هاذا عايشين حياتهم صح بصرح هو تقول غضبان ماشي حابها 35

ثا

B2: التمسرح.

B1-3: تعبير عن المشاعر.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية العملية.

-الأساليب الدفاعية تمثلت في الإستثمار العلائقي من خلال التمسرح كوسيلة دفاعية وبعدها التعبير عن المشاعر، واللجوء إلى إفراط في الإستثمار للواقع الخارجي بالتشديد على الحياة اليومية والعملية بمرجعية للواقع الخارجي.

أما الإشكالية تمثلت في عدم إرصانها للوحة، بسبب إعترافها بالتجاذب الوجداني والصراعي للإشكالية الأويبية التي تحيها للوحة.

**البطاقة 5:**

10ثا امرأة عايشة حياة هنيئة 20ثا.

A1-1: وصف بدون تبرير التفسير.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية-مرجعية الواقع الخارجي-

-تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية للواقع الخارجي كوسيلة دفاعية من خلال الوصف بدون التبرير للتفسيرات بعدها بروز إفراط إستثمار العلائقي والمنتل في التشديد على الحياة اليومية.

-أما الإشكالية فشل الحالة من إرصان اللوحة التي توحى بالصورة الأمومية والإفراط في

الإستثمار العلائقي ورجوع إلى الواقع الخارجي.

**البطاقة 6GF:**

15 ثا امرأة عصرية وراجل بالسيجارة عايشين 30ثا.

A1-1: وصف مع التمسك بالتفاصيل.

A1-2: تدقيق زمني.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية.

تمثلت الأساليب الدفاعية في المرجعية للواقع الخارجي من خلال الوصف مع التمسك بالتفاصيل والتدقيق الزمني، بعدها بروز عملية إفراط الإستثمار للواقع الخارجي وذلك بالتشديد على الحياة اليومية.

-لم تتمكن الحالة من إرسان إشكالية اللوحة وعدم القدرة على إدراك الصراع النزوي فما سجل في اللوحة تمييز وإدراك فروق الجنس فقط.

### البطاقة 7GF:

15 ثا طفلة عايشة حياتها تبان غضبانه مدللة 25 ثا.

A1-1: وصف بدون تبرير.

CF-1: التشديد على الحياة اليومية.

B1-3: تعبير المشاعر.

E2-1: عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه.

تمثلت الأساليب الدفاعية بالمرجعية الواقع الخارجي في الوصف بدون تبرير، وبعدها الإفراط في إستثمار للواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية، وبرز الإستثمار العلائقي في التعبير عن المشاعر وظهور ميكانيزم دفاعي المتمثل في إستخدام قوى الإسقاط وعدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

إما الإشكالية تمثلت في عدم إرسان الحالة للوحة التي توجي إلى إشكالية العلاقة أم- بنت في بعد مزدوج.

### البطاقة 9GF:

5ثا طفلة تحت تمشي وهذي ظلّ عليها 20 ثا.

A1-1: وصف مع تمسك بالتفاصيل.

A1-3: تدقيق مكاني.

CF-1: تشديد على الحياة اليومية.

تمثلت الأساليب الدفاعية في المرجعية للواقع الخارجي من خلال الوصف مع التمسك بالتفاصيل وبعدها التدقيق المكاني والإفراط في الاستثمار الواقع الخارجي بالتشديد على الحياة اليومية.

أما الإشكالية فالحالة لم تتمكن من إرسان اللوحة والتي تُمكنها من الإعراف بالسيرورات والهوية التقمصية.

### البطاقة 10:

15 ثا زوج يعنقوا في بعضاهم صورة غامضة يبانوا خاوا 35ثا.

A1-1: التمسك بالوصف.

E2-1: عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

تمثلت الأساليب الدفاعية في الوصف كوسيلة دفاعية من خلال مرجعية للواقع الخارجي واللجوء إلى تحويل الإدراك كميكانيزم دفاعي وعدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه. أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة بحيث ترجع هذه اللوحة إلى تقارب لبيدي داخل علاقة جنسية عادية فالحالة لم تعترف بالرابط الجنسي بين الزوجين.

### البطاقة 11:

10 ثا هذي حرب ولا بركان 25 ثا.

E2-1: عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه.

تمثلت الأساليب الدفاعية في بروز قوى الإسقاط من خلال عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

أما الإشكالية: تمكنت الحالة من إرسان اللوحة والتي ترجع رمزيا إلى العلاقة للأم الطبيعة أي الأم البدائية، وتوحي بالإحساس بالقلق كما أبدته الحالة فهي بطاقة مقلقة.

### البطاقة 13MF:

20ثا مسكين مرتو مرضت ولا ماتت، حالتها ميؤوس منها 40 ثا.

E2-1: عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه.

3-2E: تصورات ومشاعر متناقضة ذهاب وإياب بين رغبات متناقضة.

-تمثلت الأساليب الدفاعية في بروز قوى الإسقاط كوسيلة دفاعية من خلال عدم تلاؤم بين الموضوع والمنبه، وبعدها الإستثمار العلائقي المتمثل في التصورات والمشاعر المتناقضة ذهاب وإياب بين الرغبات.

-الإشكالية تمثلت في عدم إرسان للوحة فهي غير قادرة على التعبير الجنسي العدوانى بين الزوجين الذي تحيي به هذه اللوحة وعدم إدراكها للعلاقة الجنسية الغلامية الزوجية.

### البطاقة 19:

20 ثا هذي رسمة ما بيانلها حتى شيء رموز العالم الجاهلي 35ثا.

2-1A: تدقيق زمني.

3-2A: الإنكار.

1-2A: عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

تمثلت الأساليب الدفاعية بمرجعية للواقع الخارجي من خلال التدقيق الزمني، وإستثمار الواقع الداخلي بإستخدام ميكانيزم الإنكار، وبرزت قوى الإسقاط في عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه.

-أما الإشكالية لم تتمكن الحالة من إرسان اللوحة التي توحى إشكالياتها إلى الصورة الهوامية للأم فالمثير لم يحيي للحالة تنشيط إشكالية ما قبل التناسلية وهذا لم يدفعها إلى النكوص وإسترجاع الهوامات الخرافية.

### البطاقة 16:

20ثا بالنسبة لي كامرأة عاملة ومتزوجة نتمنى نكون موفقة بين حياتي العملية والأسرية أول حاجة السكن والراحة في العمل وتوفير مرافق للأولاد، وأن يكون الزوج متفهم للحياة الزوجية، باه ما تكونش مشاكل عائلية 45ثا.

1-CF: تشديد على الحياة اليومية.

2-1A: تدقيق مكاني.

A2-4: تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع.  
-تمثلت الأساليب الدفاعية بالإفراط في استثمار الواقع الخارجي من خلال التشديد على الحياة اليومية وبعدها المرجعية للواقع الخارجي وذلك بالتدقيق المكاني وإستثمار الواقع الداخلي بالتشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع.  
أما الإشكالية تعود إلى قدرة الحالة على بناء الأشياء بنفسها، وتمكنت من إرسان إشكاليتها بالمرجعية للواقع الداخلي والخارجي.

الجدول رقم 03: توزيع السياقات الدفاعية للحالة (02)

E	C	B	A
E1-1=1	CF-1=8	B1-2=1	A1-1=6
E2-1=6	CI-1=3	B2=1	A1-2=4
		B2-3=1	A1-3=1
		B1-3=3	A2-4=1
			A3-1=2
07	11	06	14

الأساليب الدفاعية:

لقد تنوعت سياقات الحالة، نجد سياقات الرقابة في المرتبة الأولى بمجموع (A=14) وظهرت أكثر من خلال سياقات مرجعية للواقع الخارجي (A1) والتي تمثلت في الوصف مع التمسك بالتفاصيل (A1-1) والتدقيق الزمني والمكاني (A1-2) وفي استثمار الواقع الداخلي (A2) المتمثل في تشديد على الصراعات النفسية الداخلية ذهاب وإياب بين التعبير النزوي والدفاع وبعدها ظهور العمليات الوسواسية (A3) التي تمثلت في التردد في التفسيرات المختلفة (A3-1).

تأتي سياقات تجنب الصراع النفسي في المرتبة الثانية بمجموع (C=11) وتظهر أكثر من خلال إفراط في الاستثمار للواقع الخارجي (CF) بالتشديد على الحياة اليومية والعملية (CF-1) تليها سياقات التثبيط (CI) المتمثل في ميل عام إلى التفسير توقعات معتبرة داخل القصة (CI-1).

أما السياقات الأولية نجدها في المرتبة الثالثة بمجموع (E=07) حيث ظهرت أكثر من خلال سياقات قوى الإسقاط (E2) المتمثل في عدم التلاؤم بين الموضوع والمنبه (E2-1) وتحويل الإدراك (E1) من خلال عدم إدراك الموضوع الظاهري (E1-1).  
لتنتهي بسياقات المرونة (B=6) وظهر أكثر من خلال سياقات الإستثمار العلائقي (B1) المتمثل في التعبير عن المشاعر (B1-3).

### المرونة:

نلاحظ سيطرة السياقات أو عوامل الرقابة (A) إلى جانب سياقات تجنب الصراع (C) يليها عوامل السياقات الأولية (E) لتنتهي بعوامل المرونة (B).

### الفرضية التشخيصية:

يُظهر البروتوكول تفهم الموضوع وجود رقابة هامة (A=14) تمثلت في الواقع الخارجي حيث نلاحظ وصف وتمسك بالتفاصيل (A1-1) في معظم إجابات الحالة، أما السياقات المرونة لم تظهر سوى في بعدها البيعي من خلال كثرة التعبير على العواطف والمشاعر (B1-3)، سياقات تجنب الصراع النفسي هي أيضا ظهرت بسيطرة الكف على التوظيف النفسي عند الزوجة العاملة (الحالة) حيث برز في تشديدها على الحياة اليومية والعملية- مرجعية الواقع الخارجي- (CF-1)، هذه العناصر كلها تبين وتوحي بصراعات داخلية لم تستطع الحالة إسقاطها خوفا من عدم القدرة على التحكم فيها بالإضافة إلى تجنب الإشكالية الأوديبية وهذا ما ظهر من خلال فشلها في إرضان الإشكاليات الخفية لعدة لوحات تعود محتوياتها إلى الصراع الأوديبية.

### 6- التحليل العام للحالة الثانية:

من خلال إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة، وتطبيق إختبار تفهم الموضوع T.A.T وتحليله، تبين أن الحالة لها ضغوط نفسية إذ أفصحت عن ذلك من خلال المقابلة وذلك بالتعبير عن مشاعرها وإنفعالاتها المرتبطة بالمطالب والأمور التي تسبب لها الإرهاق والتعب والقلق حيث أن الحالة تعاني الصراعات النفسية الداخلية فهي تميل إلى الكف أو تجنب

الصراع من خلال الميل إلى التفسير وتوقعات المعبرة داخل قصصها وهذا ما بينته إستجابات الحالة في إختبار تفهم الموضوع.

وقد أشارت الحالة إلى وجود أعراض الضغط النفسي تمثلت هذه الأعراض في الأعراض الإنفعالية كالقلق والضيق والشعور بالتعب والإرهاق، وهذا حسب ما أشار له علماء النفس بأنها حالة من الإضطراب الإنفعالي أو عدم التوازن النفسي وكأن الضغط خاصة تكمن في الفرد ذاته وتشير إلى الهموم التي تثقل كاهل المرء وتفجر الإضطراب السلوكي لديه ( عبد الرحمان الطريبي، 1994، ص8).

كما أكدت الحالة على أنها تجد صعوبة في الجمع بين متطلبات العمل وتربية الأبناء وحُدوث توتر في العلاقة الزوجية بسبب إنعدام الدعم النفسي الإجتماعي في البيت وعدم مشاركة الزوج لها في تربية الأطفال فتتأزم حالتها أكثر فأكثر هذا يرجع الى الضغوط النفسية البيئية والأسرية هذه الأخيرة تعني الظروف التي يعيش فيها الفرد وضغوط العمل وهي التي تنشأ نتيجة للأحداث والمواقف التي يتعرض لها الفرد من خلال خبرة الفرد الشخصية في مواجهة هذه الضغوط والتي يتدخل فيها مستوى العمر ومتغيرات الشخصية والأعباء الملقاة ( رفيق عوض الله، 2004، ص87).

ورغم أن الحالة متمسكة بالواقع الخارجي (A=14) في إختبار تفهم الموضوع، إلا أن الحالة تجد صعوبة في ضبط وتكييف المواقف خاصة علاقاتها مع الأبناء والزوج والأسرة التي تعيش فيها، فلدى الحالة قلق تبين من خلال إختبار تفهم الموضوع، ومنه فإن القلق واضح في عدم قدرة الحالة على ضبط إنفعالاتها إتجاه المثيرات فهي ليست لديها القدرة على التوفيق مع المواقف والضغوط وهذا يرجع إلى عدم المرونة في إنفعالاتها والتي ظهر من خلال السياقات (B) في الإختبار.

من خلال إستجابات الحالة في المقابلة العيادية النصف موجهة وإختبار تفهم الموضوع إتضح أن لديها نوع من الضغوط النفسية الأسرية بما فيها من صراعات النفسية الداخلية وتربية الأبناء، وهذا لكونها مرأة عاملة متزوجة ومطالبة بالكثير من المسؤوليات، أما القلق الذي تعاني منه فهو نتيجة الضغوط النفسية وأن حدوثه هو إعطاء إشارة بأن شيئاً ما يخل بالتوازن النفسي

الداخلي للإنسان ويمكن ارجاعه إلى أنواع الضغوط التي أشار إليها موراي وهو ضغط النقص والضياع والذي يعتبر شعور بالتوتر والقلق الناتج عن عدم إشباع الحاجة إلى الإنجاز وكذلك الشعور بعدم الرضا الناتج عن وجود موضوعات بيئية وأشخاص يجعلون الشخص يشعر بالضغط كقلة الإمكانيات والشعور بالضيق وفقدان الوظيفة والإحساس بالأشياء، وكذلك ظهور الشعور بالصراع الناتج عن وجود أشخاص وموضوعات تظهر عدم إهتمام الآخرين وقلة تقديرهم للفرد واستمرار التآنيب والعقاب ( الرشيدى هارون توفيق ،1999، ص71).

وكذلك هي الحالة بالنسبة لنقص المرونة وعدم التكيف لديها، فهو راجع الى الصراعات النفسية الداخلية والنزاعات والرغبات المتعارضة، وهذا ما يؤكد علماء مدرسة التحليل النفسي أن الضغوط من خلال كل موقف أو سلوك تعبير عن صراع ما بين قوى ونزاعات ورغبات متعارضة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي أو داخل الفرد ذاته.

### ثالثاً: مناقشة النتائج على ضوء التساؤل:

من خلال تطبيق إختبار تفهم الموضوع T.A.T وتحليله وكذلك إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالتين تبين أن الضغط النفسي الأكثر شيوعاً تمثل في الضغوط الداخلية وضغط الحياة العائلية والأسرية.

ظهرت لدى الحالتين أعراض مرتبطة بالضغط النفسي كالأعراض النفسية الإنفعالية المتمثلة في سرعة الإنفعال والضيق وعدم الإستقرار، وهذا ما فسره "سكت Scott" في دراسته واهتمت بالضغوط النفسية والإنفعالية التي تتعرض لها الأسرة وأفرادها، وأوضحت الدراسة أن هناك أربع عوامل مرتبطة بالإضطرابات النفسية بشكل عام ومفادها نقص الثقة في العلاقات بين الوالدين وسوء العلاقة القائمة وتزايد خيبة الأمل إلى جانب عدم وجود هدف يتم السعي لتحقيقه ( محمد فرج الله مسلم، 2010، ص61).

حيث أن الزوجة العاملة تكون لديها مسؤوليات كبيرة نحو الأسرة وبالتالي الصراعات والتوترات في العلاقات مع الزوج والأبناء، فعندما تكون الأنا ضعيفة وتكون كمية الطاقة المستثمرة لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات ومن ثم لا تستطيع الأنا القيام بوظائفها ولا تستطيع تحقيق التوازن بين مطالب وحفزات الهو ومتطلبات الواقع الخارجي وعلى هذا ينتج الضغط النفسي، فالمرأة العاملة المتزوجة تتعرض للضغط النفسي نظراً لزيادة ما عليها من أعباء مهنية إضافة إلى الأعباء الأسرية فقد أشار سوزان سيوني(2004): إلى أن المرأة العاملة خارج البيت التي تقع عليها ضغوط قد تصيبها وتعرضها لصراعات في الدور بين العمل والمنزل وقد يتولد عليه ضغط نفسي إن عجزت على حل ذلك الصراع مما ينعكس على اهتماماتها بعملها وأولادها وزوجها ( ناجية دايلي، 2013، ص17).

إن الأعراض السابقة بالإضافة إلى القلق كمتغير تابع للضغط النفسي بنوعيه الداخلي المتمثل في إفتراضات الذات أي أن كل شيء يقابل الفرد في الخارج يعطي له إفتراض غير واقعي لديه إلى إحساسه بالضغوط، وضغط الحياة العائلية يتمثل في الظروف التي يعيش فيها

الفرد والصراعات الأسرية وكثرة المجادلات وتربية الأطفال ( إبتسام محمود محمد سلطان، 2009، ص81).

وهذا ما ظهر لدى حالات الدراسة ومنه الإجابة على تساؤل الدراسة: أكثر الضغوط النفسية شيوعا لدى المرأة العاملة المتزوجة هي الضغوط الداخلية وضغط الحياة العائلية الأسرية، حيث أن الحالة الأولى تكثر لديها الضغوط الأسرية والحياة العائلية وهذا ما تبين في الخوف الذي ينتابها والتي حاولت إخفاءه بميل إلى الكذب من خلال إختبار تفهم الموضوع، أما الحالة الثانية فأكثر الضغوط لديها هي الضغوط النفسية الداخلية التي إتضحت من خلال الصراعات والقلق الظاهر بالإضافة إلى ضغط العائلة والأسرة، وهذا ما ظهر على الحالات، فرغم تعدد أنواع الضغوط التي يعانون منها سواء كانت إجتماعية أسرية أو نفسية داخلية إلا أن تمسكهم بالواقع الخارجي بارز أكثر.

## الخاتمة

نستنتج مما تم عرضه في الدراسة الإستكشافية والتي كان موضوعها "الضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة " حيث انطلقنا من التساؤل: ما هي الضغوط النفسية الأكثر شيوعا لدى المرأة العاملة المتزوجة؟

وبعد تناول كل متغيرات البحث في إطارها النظري والاعتماد على المقابلة العيادية النصف موجهة واختبار تفهم الموضوع، وقد كان التطبيق على حالتين في المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بسكرة -الحاجب- وذلك بهدف معرفة أكثر الضغوط النفسية شيوعا لدى الزوجة العاملة والكشف على أهم العقبات والصعوبات التي تسبب لها الضغوط

ومن خلال تحليل ومناقشة النتائج توصلنا إلى الضغوط الأكثر شيوعا لدى حالات الدراسة وهي الضغوط الداخلية والتي ظهرت من خلال الصراعات والانفعالات بالإضافة إلى الضغوط العائلية والأسرية بما فيها العلاقة مع الزوج وضغط تربية الأبناء.

وفي الأخير إن المرأة العاملة المتزوجة لها جملة من الأدوار إضافة لكونها زوجة وأم وربة بيت فهي طبيبة أو ممرضة وأن طبيعة العمل لا تؤثر على الزوجة العاملة في إحساسها بالصراع أو شعورها بالضغط النفسي إنما الأسرة التي تقيم بها الزوجة لها تأثير عليها وبالتالي الضغط النفسي.

# قائمة المراجع

- 1- الرشيدي هارون توفيق، الضغوط النفسية وطبيعتها ونظرياتها برنامج للمساعدة الذات في علاجها، الأمجلو المصرية، القاهرة، 1999.
- 2- إبتسام محمود محمد سلطان، المساندة الإجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، ط1، دار الصفاء، الأردن، 2009.
- 3- أحمد نايل عبد العزيز، وأحمد عبد اللطيف أبوسعدي، التعامل مع الضغوط النفسية، ط1، دار الشروق، الأردن، 2009.
- 4- أديب محمد الخالدي، المرجع في الصحة النفسية، ط1، دار وائل، عمان، 2009.
- 5- أسامة إسماعيل قولي، العلاج النفسي بين الطب والإيمان، دار الكتب العلمية، ط1، بيروت، 2006.
- 6- أماني حمدي شحادة كحلوت، دراسة مقارنة للتوافق النفسي الإجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات، رسالة ماجستير في علم النفس، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- 7- بو بكر عائشة، العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى المرأة العاملة، مذكرة تخرج ماجستير علم النفس عمل وتنظيم، جامعة منتوري، قسنطينة، 2007.
- 8- تماضر زهري حسون، تأثير عمل المرأة على الأسر في الوطن العربي، الفيصل، العدد 2، 38، 20 أوت 1996.
- 9- ثامر حسين علي السميران، عبد الكريم عبدالله المساعدي، سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها، دار الحامد، عمان، 2014.
- 10- جلالي سليمان، الإنتاج الإسقاطي عند المراهق (دراسة لعينة من المراهقين يطلبون مساعدة نفسية باستعمال اختباري الرورشاخ وتفهم الموضوع)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي، جامعة مولود معمري تيزي وزو، 2012.
- 11- جوليان روتر، علم النفس الإكلينيكي، ترجمة محمود هنا، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1985.

- 12- حامد عبد السلام زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة، 1995.
- 13- حسين مصطفى عبد المعطي، المقاييس النفسية المقننة، ط1، زهراء الشرق، القاهرة، 2009.
- 14- حمدي الحجار محمد، الوجيز في المدارس الحديثة في علم النفس، ط1، مؤسسة الرسالة، بيروت، 2005.
- 15- حمدي علي الفرماوي، رضا عبدالله، الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة موجهات نفسية في سبيل التنمية البشرية، دار الصفاء، عمان، 2009.
- 16- خليدة مليوح، مدى فعالية الفحص العيادي الإسقاطية والموضوعية في تشخيص الفصام في المجتمع الجزائري (دراسة مقارنة)، رسالة دكتوراه في علم النفس، جامعة محمد خيضر بسكرة (الجزائر)، 2014.
- 17- رفيق عوض الله، الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، رسالة دكتوراه في علم النفس، جامعة وهران، 2004.
- 18- سامر جميل رضوان، الصحة النفسية، ط1، دار المسيرة، عمان، 2002.
- 19- سمير بقيون، الطب النفسي، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، الأردن، 2007.
- 20- سمير شيخاني، الضغط النفسي، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، 2003.
- 21- سناء الخولي، الأسرة والحياة العائلية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2002.
- 22- طه عبد العظيم حسين، وسلامة عبد العظيم حسين، إستراتيجية إدارة الضغوط النفسية والتربوية، ط1، دار الفكر، عمان، 2006.
- 23- عبد الرحمان سليمان الطريطي، الضغط: مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته، مطابع شركة الصفحات الذهنية، الرياض، 1994.

## قائمة المراجع

- 24- عبد الرحمان سي موسى، علم النفس المرضي التحليلي والإسقاطي، ديوان المطبوعات الجامعية، ج2، الجزائر.
- 25- عبد الفتاح دويدار، مناهج البحث في علم النفس، ب ط، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2009.
- 26- عبد اللطيف حسين فرج، الإضطرابات النفسية، ط1، دار حامد، الأردن، 2009.
- 27- عطوف محمود ياسين، علم النفس الإكلينيكي، ط2، دارالعلم للملادين، لبنان، 1986.
- 28- علي عسكر، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الحديث، الكويت، 2003.
- 29- عماد حداد، كيف تتغلب على الضغوط النفسية في العمل، ط1، دار الصفاء، دار الفاروق، 2002.
- 30- عوفي مصطفى، خروج المرأة ميدان العمل وأثره على التماسك الأسري، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة قسنطينة، العدد19، جوان2003.
- 31- فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 32- فيصل عباس، الشخصية في ضوء التحليل النفسي، دار المسيرة، مصر، 1983.
- 33- كاميليا عبد الفتاح، سيكولوجية المرأة العاملة، دار النهضة العربية، بيروت، 1984.
- 34- لابلانش جان وبونتاليس، معجم مصطلحات التحليل النفسي، ترجمة حجازي مصطفى، بيروت، المؤسسة الجامعية للدراسات، ط4، 2002.
- 35- ماجدة بهاء السيد، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، دار الصفاء، عمان، 2008.

- 36- محمد فرج الله مسلم، الضغوط النفسية لدى المرضى والمرضى والعاملين في المجال الحكومي وعلاقتها بكفاءة الذات، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2010.
- 37- محمود فتحي عكاشة، علم النفس الصناعي، دط، الإسكندرية، 1999.
- 38- مصطفى بوتفوشة، العائلة الجزائرية التطور والخصائص الحديثة، ديوان المطبوعات الجزائرية، الجزائر، 1984.
- 39- مصطفى كامل، معجم علم النفس والتحليل النفسي، دار النهضة العربية، بيروت، دت.
- 40- مليكة ستيبي، ظاهرة تفضيل الذكر على الأنثى، رسالة ماجستير علم النفس العيادي، جامعة بوزريعة، الجزائر، 1990.
- 41- منى الصواف وقتيبة الجلى، الصحة النفسية للمرأة العربية، مؤسسة طبية للنشر، القاهرة، 2006.
- 42- موسوعة علم النفس والتربية، الجزء التاسع، لبنان.
- 43- ناجية دايلي، الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق، رسالة ماجستير، جامعة فرحات عباس سطيف (الجزائر)، 2013.
- 44- نعيمة شناف، المرأة في فكر الشيخ محمد الغزالي، رسالة ماجستير علوم اسلامية، جامعة الحاج لخضر، باتنة، 2007.
- 45- وفاء خالد، أثر الضغط النفسي لدى المرضى والعاملين في وحدات العناية المركزة في صحتهم النفسية والجسدية، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، 2014.
- 46- وليد السيد خليفة، مراد علي عيسى سعد، الضغوط النفسية والتخلف العقلي، دار الوفاء، الإسكندرية، القاهرة، 2008.
- 47- أحمد عبد المطيع الشخابنة، التكيف مع الضغوط النفسية، دار حامد، الأردن، 2010.

- 48- Louis croq, traumatismes psychique Masson,paris,2007.
- 49- Reuchlin Mauricie, les méthode de la  
psychologie,p.v.e,paris,1969.

الملاحق

الملحق رقم (1):

المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى:

س: السلام عليكم.

ج: وعليكم السلام.

س: وقتاش بديتي الخدمة قبل أو بعد الزواج؟

ج: قبل الزواج.

س: شحال تخدمي من ساعة في اليوم؟

ج: من 8 ساعات حتى 9 ساعات، وكاين الخدمة في الليل ثاني.

س: قوليلي تحسي بالتعب بسبب العمل؟

ج: Normalement، وأكيد نتعب.

س: تبذلي جهد كبير عند قيام بالعمل؟

ج: أكيد فكري وعقلي وجسدي، هذي هي الخدمة.

س: هل من عاداتك التأخير في الإلتحاق بالعمل؟

ج: لا، نجني في الوقت ديما.

س: كي تكوني تخدمي تحسي بالقلق باه تكلمي العمل نتاعك؟

ج: أكيد، القلق ديما حاضر.

س: راكي قادرة توقفي بين العمل وواجباتك الأسرية؟

ج: نص نص، فيها حاجة ناقصة Toujours.

س: هل تفضلي لو أنك ربة منزل فقط؟

ج: 100% أكيد، ياريت راني في داري ظرك.

س: قوليلي تميلي للغضب والهياج في بعض الأحيان؟

ج: كنت، بصح ظرك خلاص الحمد لله.

س: هل العمل يؤثر على رعايتك لأولادك؟

ج: Oui، أكيد أغلب وقتي في الخدمة وهما ديما وحدهم.

س: كيفاش تشوفي جو الأسرة نتاعك راه مليء بالحب؟

ج: كاين الحب، لازم ديرني باه تعوضني مدة الغياب على البيت.

س: راكي راضية على حياتك الزوجية؟

ج: فيها نقص، راني خدامة وراجلي خدام Militaire.

س: هل تخافين على علاقتك الزوجية بسبب العمل؟

ج: Oui، نخاف على حياتي الزوجية لأنو هذا الوقت صعب.

س: قوليلي عندك صعوبة في الجمع بين متطلبات العمل والمنزل؟

ج: إيه، ماشي ساهل باه تجمعي بيناتهم.

س: هل ينتابك التوتر كي تفكري بالأعمال إلي تنتظرك في المنزل؟

ج: Oui، الشغل هنا ونزيد الدار والأولاد.

س: عندك ضغوط أسرية وما تقدرش تعبري عليها.

ج: كاين، mais نحكي للإنسانة اللي نرتاح معاها.

س: Madame هل تعاني من الإضطرابات كالنوم مثلاً؟

ج: نعم، إضطرابات النوم، الأكل، الوزن.

س: قوليلي تفتقدي لكثير من الهويات لأن العمل يأخذ كل وقتك؟

ج: نعم، ما تقدري ديرري والو، وأنا هوايتي الكوزينة نحب نطيب والأطباق لي نحب نديرها يأخذ وقت طويل وبزاف.

س: لو كان يطلب منك تخيري ما بين حياتك العملية والمنزلية واش رايح يكون الإختيار؟

ج: الحياة الأسرية والمنزلية لها الأولوية، لو كان نلقى ضرك نحبس الخدمة، ما لقيتش السبب برك.

س: هل تلومي نفسك على أبسط الأشياء؟

ج: أكيد، على خاطر ديمي كاين نقص والوقت يفوت بسرعة.

س: الزوج يساعذك في الأعمال المنزلية؟

ج: على حساب قوستوه ساعات برك.

س: راكي تحسي بلي العمل يسببلك معاناة نفسية؟

ج: أكيد دويل معاناة الخدمة والراجل.

س: عددي لي الأمور لي راكي تشوفي تسببلك ضغوط نفسية؟

ج: خدمتنا Médecine أي دقيقة يجيك واحد تعبان، وأنا هنا برانية نخاف على أولادي، وثاني

راجلي Militaire، آه الإنسان يدير ربي في خاطرو، والوالدين ثاني كي نروح ونجي يبكو عليا

جيت بالسيف عليهم للخدمة (بكاء الحالة).

الملحق رقم (2):

المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية:

س: السلام عليكم.

ج: وعليكم السلام.

س: وقتاش بديتي الخدمة قبل أو بعد الزواج؟

ج: قبل الزواج بشهر.

س: شحال تخدمي من ساعة في اليوم؟

ج: من 5 ساعات حتى 8 ساعات في اليوم.

س: قوليلي تحسي بالتعب بسبب العمل؟

ج: حاجة باينة.

س: تبذلي جهد كبير عند قيام بالعمل؟

ج: نبذل جهد من قلبي خادمة نخدم بسواردي لازم نحلل دراهمي.

س: هل من عاداتك التأخير في الإلتحاق بالعمل؟

ج: آه، ديما نجى في الوقت.

س: كي تكوني تخدمي تحسي بالقلق باه تكلمي العمل نتاعك؟

ج: ياه يا القلقة أول حاجة ولدي ويتقلق.

س: راكي قادرة توقفي بين العمل وواجباتك الأسرية؟

ج: التوفيق شوية شوية، غير بثون وأجري.

س: هل تفضلني لو أنك ربة منزل فقط؟

ج: نفضل نكون ربة بيت، كينشوف لي في دار خير مني...

س: قوليلي تميلي للغضب والهياج في بعض الأحيان؟

ج: ساعات برك.

س: هل العمل يؤثر على رعايتك لأولادك؟

ج: شوية.

س: كيفاش تشوفي جو الأسرة نتاعك راه مليء بالحب؟

ج: يسود جو الأسرة الحب الأولاد خاصة، بصح هو الله لا يهز عليه.

س: راكي راضية على حياتك الزوجية؟

ج: راضيت بالحياة الزوجية يا أختي.

س: هل تخافين على علاقتك الزوجية بسبب العمل؟

ج: حاجة باينة نخاف على علاقتي.

س: قوليلي عندك صعوبة في الجمع بين متطلبات العمل والمنزل؟

ج: كاين صعوبة خاصة مع الأولاد لازم تتوضي تلبسي وتشربي الحليب.

س: هل ينتابك التوتر كي تفكري بالأعمال الي تنتظرك في المنزل؟

ج: منتقلش بزاف كي نكون مروحة.

س: عندك ضغوط أسرية وما تقدرش تعبري عليها.

ج: كاين ساعات ضغوط في العائلة طبيها من بلاسة تلقاها في بلاسة.

س: Madame هل تعاني من الإضطرابات كالنوم مثلاً؟

ج: Oui، اضطرابات في النوم في الليل كي يدخلك التوسويس.

س: قوليلي تفتقدي لكثير من الهويات لأن العمل يأخذ كل وقتك؟

ج: إيه كاين.

س: لو كان يطلب منك تخيري ما بين حياتك العملية والمنزلية واش رايح يكون الإختيار؟

ج: أكيد الأسرية والمنزلية لها الأولوية.

س: هل تلومي نفسك على أبسط الأشياء؟

ج: ألوم (مع الإشارة بالرأس) لو كان درت هذيك الحاجة.

س: الزوج يساعدك في الأعمال المنزلية؟

ج: وراسك والله ما يخدم بييرو ما يديروش عندو عيب.

س: راكي تحسي بلي العمل يسببلك معاناة نفسية؟

ج: أكيد عندي إيه.

س: عددي لي الأمور لي راكي تشوفي تسببلك ضغوط نفسية؟

ج: 02 حوايج، الدار الواحد ما عندوش، الإستقرار والراجل ساعات يبصص.

الملحق رقم (3):

نموذج لورقة المخطط النفسي المستعمل في تنقيط تفهم الموضوع لكاترين شابير.

سلسلة A الصلابة	سلسلة B المرونة	سلسلة C تجنب الصراع	سلسلة E تنظيم العمليات الاولية
<b>A1: مرجعية الواقع الخارجي:</b> A1-1: وصف التمسك بالتفاصيل مع أو بدون تبرير التفسير. A1-2: تدقيق زمني ومكاني مرقم. A1-3: مرجعية إلى المعنى الاجتماعي الأخلاقي. A4-1: مرجعية ادبية ثقافية.	<b>B1 الإستثمار العلائقي:</b> B1-1: التركيز على العلاقات الشخصية في الحوار. B1-2: إدخال أشخاص غير مشكلين في الصورة. B1-3: تعبير المشاعر. <b>B2: التمسرح:</b> B2-1: تعجبات، تعليقات شخصية، قصص الكذب. B2-2: الانفعالات القوية أو التهويل. B2-3: تصورات و/أو المشاعر المتناقضة ذهاب وإياب بين رغبات متناقضة. B2-4: تقديم موضوعات مشتركة أو غير للحالات المشاعر	<b>CF: إفراط في الإستثمار للواقع الخارجي.</b> CF-1: تشديد على الحياة اليومية والعملية-مرجعية الواقع الخارجي-. CF-2: عواطف ضرفية، مرجعية إلى المعايير الخارجية. <b>CI: تثبيط:</b> CI-1: ميل عام الى التقصير (وقت كمون أولي طويل، توقعات معتبرة داخل القصة، إضطراب إلى طرح أسئلة، ميل إلى الرفض، رفض). CI-2: دوافع الصراعات غير موضحة، قصص مبتذلة للغاية، مبنية للمجهول. CI-3: استحضار	<b>E1: تحويل الإدراك.</b> E1-1: عدم إدراك الموضوع الظاهري. E1-2: إدراك أجزاء نادرة أو غريبة. E1-3: مدركات حسية، مدركات خاطئة. E1-4: إدراك مواضيع مفككة أو اشخاص مرضى، مشتبهون. <b>E2: قوى الإسقاط.</b> E2-1: عدم التلاؤم بين موضوع والمنبه تجريد، رمزية غامضة. E2-2: إدراك موضوع شرير، مواضيع الإضطهاد، البحث التعسفي عن مغزى الصورة و/أو تعابير الوجه أو الهيات الجسمية. E2-3: تعبير عن عواطف و/أو تصورات

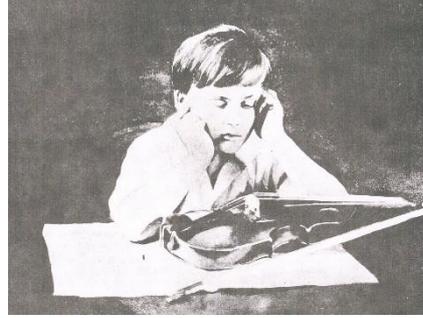
<p>قوية مرتبطة بموضوع جنسي أو عدواني.  <b>E3: عدم استقرار معالم الهوية والموضوعية.</b>  <b>E3-1:</b> إختلاط الهويات-تداخل الأدوار.  <b>E3-2:</b> عدم استقرار المواضيع.  <b>E3-3:</b> اختلاط التنظيم في التتابع الزماني والمكاني أو اسباب منطقية.  <b>E4: ضعف الخطاب.</b>  <b>E4-1:</b> أخطاء كلامية-اضطراب في التركيب اللغوي.  <b>E4-2:</b> عدم تحديد، ابهام، غموض.  <b>E4-3:</b> ترابط جوارى، بالجناس، ارتباطات قصيرة، ديك، حمار.</p>	<p>عناصر مقلقة متبوعة أو مسبقة بتوقفات الحوار.  <b>CN: الاستثمار النرجسي.</b>  <b>CN1:</b> تشديد على الإنطباع الذاتي.  <b>CN2:</b> أجزاء نرجسية.  <b>CN3:</b> إظهار جدول، عاطفة معنونة، هيئة دالة على العواطف.  <b>CN4:</b> التشديد على الحدود ورصد وعلى الخصائص الحسية.  <b>CN5:</b> علاقات مرآتية.  <b>CL: عدم استقرار الحدود.</b>  <b>CL-1:</b> الحدود المسامية (بين الراوي/ موضوع القصة، بين الداخل والخارج).  <b>CL-2M:</b> التأكيد على الادراك و/او اللمسي.  <b>CL-3M:</b> عدم تجانس الطرق الوظيفية (الداخل/الخارج، الادراك/ الرمزية، المحسوس/المجرد).  <b>CL-4:</b> انشطار.</p>	<p>الخوف، الكارثة والدوار.  <b>B3: عمليات هستيرية.</b>  <b>B3-1:</b> التشديد على المشاعر في خدمة الكبت للتصورات.  <b>B3-2:</b> تعليم العلاقات، رمزية شفافة، تعلق بأجزاء نرجسية ذات الميل علائقي.  <b>B3-3:</b> عدم الاستقرار في التقمصات.</p>	<p><b>A3: عمليات الوسواسية:</b>  <b>A3-1:</b> شك، تحفظ كلامي، التردد في التفسيرات المختلفة، اجترار.  <b>A3-2:</b> الغاء.  <b>A3-3:</b> تكوين رد الفعل.  <b>A3-4:</b> عزل بين الشخصيات او بين الشخصية والمشاعر.</p>
--	--	---	--

	<p><b>CM: عمليات مضادة للاكتتاب.</b></p> <p>CM1: استثمار فائق لوظيفة الاسناد على الموضوع (تكافئ +/-) استدعاء الاخصائي. CM2: زيادة عدم الاستقرار في التقصّات.</p> <p>CM3: لف ودوران، غمز الفاحص، سخرية، استعانة بالفاحص.</p>		
--	---	--	--

الملحق رقم (04): صور اللوحات الثلاثة عشر لاختبار تفهم الموضوع



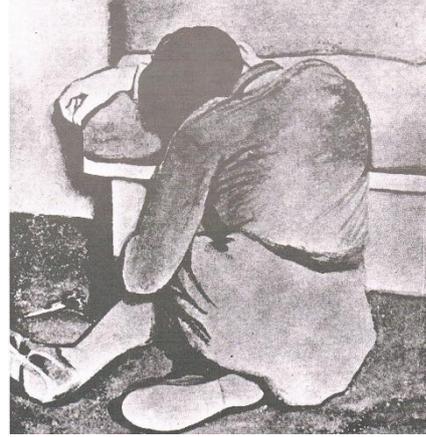
اللوحة 2



اللوحة 1



اللوحة 4



اللوحة 3BM



اللوحة 6GF



اللوحة 5



اللوحة 9GF



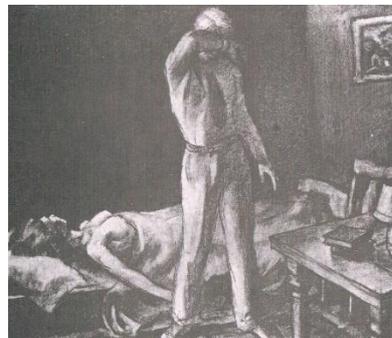
اللوحة 7GF



اللوحة 11



اللوحة 10



اللوحة 16

اللوحة 13MF



اللوحة 19