



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة وهران 2 محمد بن احمد كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس والارطفونيا

تخصص علم النفس العيادي



مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في تخصص علم نفس العيادي

دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم
لدى المرأة المصابة بالسرطان الرحم
دراسة عيادية لحالتين بمستشفى علاج الأورام والسرطان
"الأمير عبد القادر"

تحت إشراف :

- محرزى مليكة

إعداد الطلبة :

- رابحي خلود
- عروسي فاطمة

الاسم واللقب	الجامعة	الصفة
د. بلعابد عبد القادر	جامعة وهران 02	أستاذ رئيس
د. محرزى مليكة	جامعة وهران 02	مشرف ومقرر
د. ملال صافية	جامعة وهران 02	مناقش

السنة الجامعية: 2023/2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

((وآخر دعوانهم أن الحمد لله رب العالمين))

الحمد لله الذي ما تم جهدا ولا ختم سعي الا بفضلہ وما سلکنا البدايات الا
بتسييره وما بلغنا النهايات الا بتوفيقه وما حققنا الغايات الا بفضلہ فالحمد لله
حبا وشكرا والحمد لله على البدء والختام.

بكل ما أتينا من مشاعر الحب والتقدير نهدي تخرجنا الى:

أهدي ثمرة جهدي الى روح أبي الطاهرة رحمه الله

والى أمز انسانة من دعمتني منذ الصغر وأنارت دربي لتحقيق حلمي الى من ربنتني وكافحت من

أجلي ومن كان دعائها سر نجاحي ستبقى كلماتك نجوى اهتدي بها

اليوم وفي الغد والى الأبد.

واهدي هذا التخرج الى كل من كان بجانبني من قريب أو بعيد الذين شاركوني خطوات

هذا الطريق ومن شجعوني على المثابرة واكمال المسيرة وخاصة الى زوجي وابنائي الأعماء.

كلمة الشكر والتقدير

أحمد الله تعالى الذي بارك لي في إتمام هذه المذكرة.

وأقدم بجزيل الشكر وخالص الامتنان

الى كل أساتذتي الكرام، الذين كان لهم الفضل في اكمال هذه المسيرة الدراسية.

نتقدم بجزيل الشكر والتقدير الى الأستاذة المشرفة "محرزي مليكة" على كل ما قدمته

لنا من توجيهات ومعلومات ساعدتنا في إتمام هذا العمل.

كما نتقدم بجزيل الشكر الى أعضاء لجنة المناقشة الموقرة على تفضلهم بقبول مناقشة

هذه المذكرة وعلى الوقت الذي بذلوه في تقييمها، لهم مني كل الاحترام والتقدير.

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم، حيث قمنا بطرح التساؤل "ما هو دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم. وبغرض الإجابة على التساؤل قمنا بدراسة عيادية لحالتين بمستشفى علاج الأورام والسرطان الأمير عبد القادر وذلك باتباع المنهج العيادي ودراسة الحالة وقمنا بتطبيق الأدوات وتمثلت في المقابلة، الملاحظة العيادية، مقياس الصلابة النفسية ومقياس صورة الجسم. ومن خلالها توصلنا الى أن درجة الصلابة النفسية متوسطة لدى الحالتين وهذا ما نتج عنه عدم تقبل لصورة الجسم، وأن الصلابة النفسية كلما ارتفعت تحسنت صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، صورة الجسم، المرأة المصابة بسرطان الرحم.

Résumé :

Cette étude a eu pour objectif de déterminer et connaitre le rôle de la force mentale psychologique dans l'acceptation de l'image du corps chez une femme atteinte d'un cancer de l'utérus, ou nous avons soulevé la question : « Quel est le rôle de la force mental dans l'acceptation de l'image du corps chez la femme atteinte d'un cancer de l'utérus ? dans l'objectif de rejoindre a cette problématique, nous avons fait une étude chez deux malades au niveau de l'établissement hospitalier des cancéreux (Amir Abdelkader) en suivant l'approche clinique en utilisant un processus ,l'observation clinique ,la force mental , l'image du corporelle , suite à cela nous avons constaté que le degré de la force mentale est moyenne pour les deux cas, pour conclure on peut dire que l degré de la force mentale joue un rôle important dans le morale de la femme atteinte d'un cancer de l'utérus .

Les Mots Clés : La force mentale, l'image du corps, la femme atteinte d'un cancer de l'utérus.

الفهرس المحتويات

أ.....	الإهداء
ب.....	الشكر والتقدير
د.....	ملخص الدراسة:
1	المقدمة:
4	الإشكالية :
6 ...	2_ الفرضية : للصلاية النفسية دور في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .
6	أهداف الدراسة :
6	أهمية الدراسة :
11	التعريف للصلاية النفسية :
12	أبعاد الصلاية النفسية :
13	أهمية الصلاية النفسية :
14	النماذج النظرية المفسرة للصلاية النفسية :
18	خصائص ذوي الصلاية النفسية:
19	خلاصة:
22	تعريف صورة الجسم :
22	أنواع صورة الجسم :
23	النظريات المفسرة لصورة الجسم :
24	أهمية صورة الجسم :
25	أبعاد صورة الجسم :
25	2_ صورة الجسم عند المرأة المصابة بسرطان الرحم :
26	3 : أعراض سرطان الرحم :

4	: الميكانيزمات الدفاعية التي تستخدمها المرأة المصابة بسرطان	27
5	: علاج سرطان الرحم:	27
6	: صورة الجسم عند مرضى السرطان :	28
	: خلاصة :	29
	: الدراسة الاستطلاعية :	31
	: أهداف الدراسة الاستطلاعية :	31
	: الحدود الزمانية و المكانية للدراسة الاستطلاعية :	32
	: ظروف اجراء الدراسة الاستطلاعية :	32
	: مجتمع الدراسة الاستطلاعية:	32
	: مواصفات حالات الدراسة الاستطلاعية :	33
	: الأدوات و الوسائل المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية :	33
	: نتائج الدراسة الاستطلاعية :	34
	: ثانيا : الدراسة الأساسية :	34
	: حالات الدراسة الأساسية :	34
	: 01 مقياس الصلابة النفسية :	36
	: الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :	38
	: 02 مقياس صورة الجسم :	41
	: صدق المحكمين :	41
	: ثبات المقياس :	41
	: خلاصة :	42
	: عرض و تحليل النتائج :	44
	: عرض و تحليل النتائج مع الحالة الأولى :	44

46	تطبيق مقياس الصلابة النفسية :
47	عرض نتائج الحالة الأولى :
47	تطبيق مقياس صورة الجسم :
48	عرض نتائج الحالة :
49	عرض و تحليل نتائج الحالة الثانية :
49	ملخص المقابلة:
52	عرض نتائج الحالة الثانية :
53	عرض نتائج الحالة الثانية :
53	تحليل العام للمقابلات :
54	مناقشة الفرضية :
54	الخلاصة :
57	قائمة المراجع :
61	قائمة الملاحق :

مقدمة

المقدمة:

يتعرض الأفراد في الحياة لضغوط وصعوبات و يتم مواجهة هذه العقبات بما يملكه من مصادر شخصية منها الصلابة النفسية و ذلك من خلال القدرة على مواجهة الضغوط الحياتية بنظرة واقعية و موضوعية للحياة اليومية و مشاكلها حتى يتمكن من التغلب و مواجهة الأحداث و التغيرات التي تشكل له ضغط و التحكم فيها و تحمل المسؤولية الاجتماعية و مسؤولية السلوك الشخصي و السيطرة على الظروف البيئية مع القدرة على تجديد الأفكار الإيجابية و ابتكار أفكار تقاؤلية جديدة.

وتعد الصلابة النفسية عامل حاسم في تحسين الأداء النفسي والمحافظة على الصحة الجسمية فهي تجعل الفرد يتكيف و يتقبل التغيرات الطارئة و يحاول التعايش معها و هي تختلف من شخص الى آخر حيث تعتبر سمة من سمات الشخصية، قد تكون مرتفعة أو منخفضة أو متوسطة و هذا ما ينعكس و يؤثر على تقبل صورة الجسم لدى مريض السرطان حيث أن ذوي الصلابة النفسية المرتفعة لديهم أفكار إيجابية عن الذات أكثر من الذين لديهم صلابة منخفضة. و باعتبار أن صورة الجسم هي ما يتصوره الفرد ذهنياً عن جسمه وسلامته الوظيفية، فكلما كان الأداء الوظيفي لأعضاء الجسم سليماً تكون نظرة إيجابية عن صورة الجسم. فان العضو في حد ذاته لديه رمزية للفرد، فالشائع أن الرحم عند المرأة يرمز لأنوثتها وهو مصدر الأمومة فتولي المرأة أهمية كبيرة لصورة الجسم فهي تعبر عن الطريقة التي تنظر فيها لذاتها وترمز لأنوثتها وتمكنها من فهم المتغيرات الحاصلة أثناء المرض ويساعد مفهوم صلابة في تخطي هذه التغيرات في الهيئة الجسدية الناتجة عن الإصابة بالسرطان. و حتى بعد الانتهاء من العلاج فالجسد هو المظهر الخارجي الذي تقابل به الآخرين و كل عضو فيه حتى لو لم يكن ظاهر له رمزية لأنوثتها مثل الرحم و اصابته بالسرطان يؤثر بشكل سلبي على شخصية المرأة .

حيث تواجه المرأة صعوبة في التكيف مع التغيرات في هيئة الجسم الناتجة عن الإصابة بالسرطان من لحظة الإصابة بالمرض حتى بعد الانتهاء من العلاج .

كما تواجه مريضات السرطان تذبذب في مشاعر من خوف و حزن وقلق حيث يؤثر السرطان على نظرة المرأة لذاتها , حيث هناك من يزيد وزنه أو نقص بشكل ملحوظ و هناك من يفقد شعره تماما و البعض الآخر يقوم باستئصال جزء أو كل لعضو المصاب . و هذا غير الندب الناتجة عن الجراحة و الحروق الناجمة عن العلاج الإشعاعي و هذا التغيير قد يؤدي الى انخفاض الصلابة النفسية و بالتالي يؤدي الى عدم تقبل لصورة الجسم .

و هذا ما حاولنا الكشف عنه في هذه الدراسة وهو دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم . و اعتمدنا في دراستنا على جانبين النظري و يضم الفصل الأول و هو مدخل تمهيدي لدراستنا عبر طرح الإشكالية , الفرضية , الأهداف , الأهمية , و تعاريف المصطلحات إجرائيا , و الدراسات السابقة . و في الفصل الثاني تطرقنا الى تعريف الصلابة النفسية و أهميتها , النظريات المفسرة لها , و الفصل الثالث تطرقنا فيه الى التعرف عن صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم . و بعدها انتقلنا الى الجانب التطبيقي في الفصل الرابع الذي قمنا فيه بإجراءات الميدانية من حيث الدراسة الاستطلاعية و الدراسة الأساسية و منهجها , أدواتها و مواصفات حالات الدراسة , و تطرقنا في الفصل الخامس الى عرض حالات دراستنا و تطبيق مقاييس الدراسة و مناقشة الفرضية و في الأخير قمنا بإعطاء خاتمة حول الدراسة مع توصيات و اقتراحات .

الفصل الأول

مدخل الى الدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضية الدراسة
3. أهمية الدراسة
4. أهداف الدراسة
5. التعاريف الاجرائية
6. الدراسات السابقة

الإشكالية :

يعتبر سرطان مرض القرن الذي يهاجم أي جزء من أجزاء الجسم و يشكل به انتفاخا و تورما و تكاثرا في الخلايا الذي يزيد من مخاوف الناس , حيث أن السرطان له انعكاسات كثيرة على الفرد و الأسرة سواء من الناحية الاجتماعية و النفسية . و قد يكون السرطان من الأمراض الفتاكة التي تواجه الانسان في وقتنا الحالي فهو يتسبب في موت الكثير من المرضى وعلى الرغم من التقدم الكبير الذي حدث , و ينتج عن نمو بعض خلايا الجسم بطريقة غير طبيعية و عشوائية و تستمر في الانقسام مما يؤدي الى عرقلة وظائف الخلايا . فمرض السرطان هو من الأمراض الخطيرة المزمنة , بل هو أخطر الأمراض و أصعبها على الاطلاق فهو مرض شرس يهاجم الجسم مرة تلو الأخرى , و في ظل وجود ضعف الإمكانيات و الفحص والتشخيص و العلاج فان ذلك قد يؤدي بحياة الفرد المصاب , فتشخيص مرض السرطان في مراحله المبكرة يعطي أفضل الفرص للعلاج و التخلص منه لذلك غالبا ما ينصح الأطباء بالكشف المبكر الذي قد ينقذ حياة المصاب .

و قد اشارت بعض الدراسات الى أن من الآثار النفسية المرتبطة بمرض السرطان ظهور أعراض الاكتئاب حيث أن الاكتئاب من أكثر الاضطرابات النفسية التي تظهر بعد التشخيص و قد يستمر الى مرحلة ما بعد العلاج أو الشفاء و يظهر ذلك من خلال المزاج المتقلب للمريض و رفضه الحديث عن مرضه . من بين هذه السرطانات سرطان الرحم هو من الأمراض التي تهدد كيان المرأة لارتباطه بالهوية الجنسية و لدوره البيولوجي و التناسلي فالإصابة به تجعل المرأة في حالة مليئة بالصراعات و الانفعالات و هذا نظرا لاختلاله الصورة الجسمية , كما يعتبر الجسد الأنثوي المجال الحيوي للمرأة و أن سرطان الرحم فهو يستهدف العضو الأكثر حساسية في جسم المرأة و الذي يعتبر رمز الأنوثة و الخصوبة و بدونها المرأة تفقد سلطتها و مكانتها الاجتماعية .

تعتبر صورة الجسم الصورة الذهنية تكونها عن أجسامنا ككل لما فيها من خصائص فيزيقية و خصائص وظيفية (ادراك الجسم) و اتجاهاتنا نحو هذه الخصائص. كما أن صورة الجسم تتبع لدينا من مصادر شعورية و مصادر لا شعورية و تمثل مكونا أساسيا من مفهومنا عن ذاتنا حسب "جابر عبد الحميد و علاء الدين كفاقي 1989"

و هكذا يمكن القول بأن التعريفات الحديثة لصورة الجسم ترى أنها صورة ذهنية أو تصور عقلي إيجابي أو سلبي يكونه الفرد لنفسه و يسهم في تكوين هذه الخبرات و المواقف التي يتعرض لها الفرد .

يعد اضطراب صورة الجسم شكل من أشكال الاضطرابات النفسية التي يكون فيها عدم الرضا عن المظهر الجسمي أو السمة الأساسية المحددة لهذا الاضطراب الجسماني حيث تم ادراجه حديثا في الدليل التشخيصي والإحصائي الثالث لمعدل الاضطرابات النفسية (DSM 3) حيث كان يشار اليه من الناحية التاريخية على أنه قلق على الجمال و صحة الجسم و الخوف من التشوه والعجز . و أضاف الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية محكا يقضي بأن انشغال الفرد يجب أن يكون حادا أو شديدا بما يكفي أن يسبب خلاا وظيفيا, و الأفراد الذين يعانون من هذا الاضطراب تسيطر عليهم فكرة أن جزء من جسمهم يعتبر قبيحا أو معيبا و يكاتفهم الكرب و الضيق لدرجة أن عملهم أو حياتهم أو علاقاتهم الاجتماعية تتأثر بذلك .

حيث أن صورة الجسم لدى المرأة المرآة التي ترى بها نفسها و تكوين شخصيتها و أي تغيير في هذه الصورة سوف تتأثر المرأة عند اصابتها بسرطان الرحم الذي سوف تؤثر على صورتها الجسمية و ذلك من خلال الأدوية أو العلاجات الكيماوية أو حتى العمليات الجراحية لأن المرأة تعطي أهمية لصورتها الجسمية حيث تعتبرها هي مصدر أنوثتها . حيث تعرف زينب شقير صورة الجسم بأنها هي الصورة الذهنية و العقلية يكونها الفرد عن جسمه سواء في مظهره الخارجي أو في احدى مكوناته الداخلية و أعضائه المختلفة , وقدرته على توظيف هذه الأعضاء و اثبات كفاءتها و قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سالبة عن تلك الصورة الذهنية للجسم .(شقير , 2005,ص304)

حيث أن المرأة سوف تغير نظرتها لجسمها سواء نظرة إيجابية أو سلبية , فالنظرة الإيجابية يمكن جعلها تتقبل الوضع و الرضا عن حالها و مواجهة المرض أما اذا كانت تواجه صعوبة في التكيف مع التغيرات التي سوف تحدث لها فتجعلها تغير نظرتها من إيجابية الى سلبية أثناء تغير صورة جسمها حيث يترتب انفعالات المختلفة كالقلق و الحزن و الاكتئاب و يصبح لديها نقص في تقبل الذات لذلك فان الصلابة النفسية لها دور في تقبل التغيرات التي تحدث في صورة جسمها حيث تمثل من أهم السمات . و تتمثل الصلابة النفسية احدى اهم السمات الشخصية التي تساعد الفرد على التخلص من الضغوط و الاحتفاظ بالصحة النفسية و الجسدية و مقاومة التوتر و الاحباطات الناتجة عن المشكلات الحياتية التي يتعرض لها الفرد .و مواجهة الأثار السلبية للضغوط و التخفيف من حدتها على الصحة النفسية و الجسمية , بحيث يتقبل الفرد التغيرات التي تواجهه و يستقبلها على انها نوع من التحدي و ليست تهديد .

(نوفل , 2008,ص22)

حيث يشير أحمد زهران أن القدرة على مواجهة ضغوطات الحياة تتطلب النظرة الموضوعية و السليمة للحياة و مشكلاتها اليومية و التكيف مع الحاضر بمرونة إيجابية و بصيرة نافذة .(زهران , 2005,ص13)

و تعرف الصلابة النفسية على أنها عملية تكيف السليم و الجيد في أوقات الشدة و الضغوط و الصدمات مع بقاء الأمل و الثقة بالنفس و القدرة على التحكم بالمشاعر و حل المشكلات و فهم مشاعر الآخرين و التعاطف معهم مع امتلاك لمجموعة من السمات تساعد على مواجهة مصادر الضغوط و هي القدرة على الالتزام و التحدي و التحكم في الأمور الحياتية . (العبدلي,2012,ص22)

و من هنا نطرح التساؤل التالي : هل للصلابة النفسية دور في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم ؟

2_ الفرضية : للصلابة النفسية دور في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

أهداف الدراسة :

هدفت الدراسة الى تحقيق ما يلي :

➤ تبيان دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

أهمية الدراسة :

- تأكيد أهمية الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم للمرأة المصابة بسرطان الرحم .
- الإشارة الى خطورة و سرعة انتشار المرض و التأكد على ضرورة التوعية و الارشاد للنساء و تجهيزهم نفسيا لمواجهة المرض .
- قد تفيد هذه الدراسة هذه الدراسة في التعرف على العوامل التي تساعد في انخفاض أو ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .
- استخدام نتائج الدراسة في تصميم برامج تساعد في تعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

التعريف الإجرائية :

1. **الصلابة النفسية :** هي أسلوب نفسي مرتبط بالقدرة على تحمل الضغوطات و التكيف معها .
2. **سرطان الرحم :** هو ورم خطير يستهدف خلايا الجسم و يتميز بتكاثر و الانتشار السريع و الذي يصيب المرأة على مستوى الرحم .
3. **صورة الجسم :** هي الأفكار و المشاعر التي يحملها الانسان داخل نفسه و ما يعتقده عن نظرة الآخرين له .

الدراسات السابقة :

دراسات حول سرطان الرحم :

دراسة "سوسي سليمة " (2023_2022) بعنوان "تقدير الذات لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم " لعينة قدرت ب 3 حالات مصابات بسرطان الرحم تتراوح أعمارهم بين 47_53 بطريقة قصدية و اعتمدت هذه الدراسة على المنهج العيادي , و تم تطبيق مقياس تقدير الذات " لكوبر سميث " حيث توصلت نتائج الدراسة على أن هناك اختلاف في درجة تقدير الذات لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم , أن الإصابة بسرطان الرحم تؤثر على نفسية المصابة مما يولد لديها قلق و اكتئاب و عدم تقبل الصورة الجسدية و عدم الثقة بالنفس .

دراسات حول صورة الجسم :

دراسة "مختاري سليمة 2004" بعنوان "تأثير مراحل العلاج لدى المصابين بالسرطان على صورتهم الجسدية " لمجموعة قدرت ب 8 حالات مختلطة من نساء و رجال تتراوح أعمارهم بين 40-50 سنة توصلت الدراسة الى أن الإصابة بالسرطان و ما يعقبه من علاج و خاصة العلاج الكيميائي يشكل تهديدا على حياة الفرد الجسدية و حياته النفسية كون السرطان و العلاج يشكلان اختراقا للجسد حيث تبين أن المصابين بالسرطان يحدث لديهم اضطراب في صورة الجسم .

"دراسة منار سعيد بني مصطفى " هدفت الدراسة الكشف عن قدرة صورة الجسد و بعض المتغيرات على التنبؤ و الاكتئاب لدى مريضات سرطان الثدي و لتحقيق هدف الدراسة طبق مقياس صورة الجسد و مقياس الأعراض الاكتئابية على عينة تكونت من 118 مريضة بسرطان الثدي حيث أشارت نتائج الدراسة الى أن مستوى الاكتئاب لدى مريضات السرطان كان متوسطا و مستوى الرضا عن صورة الجسم كان منخفضا إضافة الى ذلك أشارت نتائج الى وجود علاقة سالبة دالة احصائيا بين مستوى الاكتئاب و مستوى الرضا عن صورة الجسم .

دراسات حول الصلابة النفسية :

دراسة (نفيسة فاطمة و هروال منير, 2022)

"الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان "

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان . حيث هدفت الى معرفة الفروق في درجة الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان حسب المتغير (الجنس ,السن) حيث قاموا باختيار العينة قوامها 50 فردا , 23 ذكورا و 27 اناثا بطريقة قصدية . واتبعوا المنهج الوصفي و طبق مقياس الصلابة النفسية (المخيمر 2002) واختبار (ت) لمعرفة الفروق ما تبين أنه عدم وجود فروق في درجة الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة باختلاف الجنس . و من خلال دراسة السابقة أن هذه الدراسة احتوت موضوع المتغيرات النفسية ارتبطت بمرض السرطان عموما و بأنواعه .

أما موضوع دراستنا فإنها خصصت لسرطان الرحم بشكل خاص . أما من حيث أن نتائج توصلت الدراسة السابقة على أن المرضى المصابين بسرطان يتمتعون بمستوى الصلابة النفسية مرتفع مما ساعدهم في الالتزام بالحصص العلاجية . تختلف دراستنا عن الدراسة السابقة لأنها تسعى لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى مرضى السرطان الرحم بشكل خاص و مدى تقبل صورة الجسم للمرأة المصابة بسرطان الرحم . و من هذا فان الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم مهمة و ضرورية في تقبلها للتغيرات التي تطرأ عليها و التكيف معها .

و ذهبت دراسة "بلمومن رشيدة 2022"

بعنوان " الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم "

هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم , و ابراز أهم الآثار الجسدية و النفسية و قدرة المرأة المصابة على مواجهة المرض اعتمدت الدراسة على ثلاث حالات مصابات بسرطان الرحم و ذلك بطريقة قصدية . و اتبعت المنهج العيادي و مقياس الصلابة النفسية . و في الأخير توصلوا على ان المرأة المصابة بسرطان الرحم لديها مستوى متوسط من الصلابة النفسية لأن أهم ما ترتكز اليه المصابة هو الحفاظ على الحالة النفسية و تجنب الضغوط و القلق الذي تتعرض له خلال مسيرتها العلاجية .

التعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال عرض الدراسات السابقة فقد تبين أن هناك أن هناك عوامل تشابه و الاختلاف بين الدراسة الحالية و الدراسات السابقة :

و ذلك من أجل جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الدراسات التي تناولت موضوع دراستنا , و قد اختلفت هذه الدراسات من حيث الأهداف و فرضيات الدراسة و تساؤلاتها , و الأدوات المستخدمة و كذلك النتائج المتحصل عليها , و من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة تبين :

من حيث موضوع الدراسة : من خلال التطلع على مواضيع الدراسة السابقة فان بعض المواضيع احتوت على متغيرات ارتبطت بالصلابة النفسية و الأخرى احتوت على متغيرات صورة الجسم و سرطان الرحم. أما موضوع دراستنا فإنها خصصت في متغيرات الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم بشكل عام و هذا لم تشملها الدراسات السابقة كدراسة " هروال نفيسة و دراسة بلمومن رشيدة " .

من حيث العينة المستخدمة : لقد تناولت الدراسات السابقة التي تم عرضها حجم العينة 118 مريض كدراسة منار سعيد و دراسة مختاري سليمة حيث اعتمدت في دراستها على 08 حالات و هذا ما اختلفت فيه دراستنا حيث اعتمدنا على حالتين .

من حيث الأدوات المستخدمة : لقد اختلفت دراستنا عن الدراسات السابقة من حيث الأدوات حيث اعتمدنا في دراستنا على المقابلة و الملاحظة و مقياس الصلابة النفسية و مقياس صورة الجسم , و ذلك للإجابة على فرضية الدراسة .

من حيث المنهج : اعتمدت الدراسات السابقة على المنهج الوصفي أما الدراسة الأساسية اعتمدنا على المنهج العيادي لأنه المنهج أكثر ملائمة مع دراستنا و ذلك من أجل الوصول الى نتائج الدراسة .

من حيث النتائج : توصلت الدراسات السابقة الى العديد من النتائج على أن المتغيرات الصلابة النفسية و صورة الجسم تؤثر على حياة المريض بحيث يختلف مستوى الصلابة النفسية من شخص لآخر (منخفضة و متوسطة و مرتفعة) .

الموقف من الدراسة السابقة : تختلف دراستنا عن الدراسة السابقة لأنها تسعى لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى النساء المصابات بسرطان الرحم و مدى تقبلهم لصورة الجسم بهدف التخفيف من تأثيره السلبي اختلفت معظم الدراسات السابقة عن الدراسة الحالية من حيث الأهداف حيث تهدف الدراسة الى معرفة دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم

الفصل الثاني :

الصلابة النفسية

1. التعريف
2. أبعاد الصلابة النفسية
3. دور الصلابة النفسية
4. أهمية الصلابة النفسية
5. النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية
6. العوامل المؤثرة في الصلابة النفسية
7. خصائص ذوي الصلابة النفسية
8. خلاصة الفصل

على اعتبار السرطان المرض الذي نال ومازال يحوز على اهتمام الباحثين والعلماء وذلك لتأثيره الحتمي على معاش المصاب وما يجعله يشعر به من ألم وتعب فله أيضا انعكاسات سلبية على صحته النفسية وهذا ما يؤدي إلى انخفاض قدرته على محاربة هذا المرض غير أن هناك بعض المتغيرات تساعد الفرد على التكيف مع المواقف الضاغطة وتدعم قدرته في التحدي ومواجهة المشكلات منها الصلابة النفسية التي تعمل على تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والجسمية، فإحساس مرضى السرطان بالقدرة على السيطرة والتحكم في المواقف الصعبة ومواجهتها بشكل فعال يقلل من مضاعفات المرض لديهم.

التعريف الصلابة النفسية :

لغة :

الصلابة النفسية: صلب صلابة، أي صلبا؛ صلب الخشب أي اشد وقوي والصلابة أي قساوة، فيقال صلابة الطين، أي قساوة ومقاومة كما تعني مقاومة التعب والقدرة على الاحتمال، ويقال برهن عن الصبر والصلابة أي ثبات عن القرار أو موقف أو عزيمة لا تلين على مواصلة ما بدأ به، ويقال تحمل مصائبه بصلابة، أي برباطة جأش و شجاعة في تحمل الألم. (نعمة و آخرون 2000 ص84).

تعريف الاصطلاحي :

الصلابة النفسية : اعتقاد عام لدى الفرد في فعاليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كما يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة وتشمل الصلابة النفسية مجموعة من الأبعاد هي الالتزام، والتحكم، والتحدي. (الخالدي، 2009 ص 480).

و حسب فاطمة زروق 2015: يرتبط مفهوم الصلابة بسمات الشخصية القادرة على تحمل الضغوط ومواصلة بدل الجهد في مواجهتها. وهو مصطلح استعمل من طرف كوبازا 1979 لتفسير سبب قدرة بعض الأشخاص على الحفاظ على حياة صحية جيدة، حتى وهم تحت وضعيات شديدة من الضغط والتوتر.

التعريف الاجرائي :

الصلابة النفسية هي سمة تدخل في تركيب البنية الشخصية و تختلف من فرد لآخر و تعزز بالمعلومات المكتسبة سواء دينية او علمية و تصحيح الأفكار السلبية و كذلك تمكنه من التكيف مع الظروف .

أبعاد الصلابة النفسية :

وفقا لكوبازا الصلابة النفسية هي بنية متعددة الأبعاد تتكون من الالتزام , التحكم ,التحدي و أكد أن هذه المكونات ذات صلة و قادرة على مواجهة تحديات البيئة و تحويل الأحداث الضاغطة في الحياة الى فرص لنمو الشخصية و نقص هذه الأبعاد يوصف بأنه انهاك نفسي , هذه البنية تهدف الى تخفيف من اثر الاجهاد من خلال تغيير النظرة السلبية و تقلل من التأثير السلبي لأحداث الحياة من خلال التأثير على كل التقييم المعرفي و المواجهة و هذا حسب " lambert 2003 " و يضيف " maddi 2004 " أنه لا يكفي مكون واحد من المكونات الصلابة لتمدنا بالشجاعة و الدافعية اللازمة لمواجهة تحديات الحياة بل لا بد ان تعمل المكونات الثلاثة معا . (السعدي,2015,ص45)

01 الالتزام : يعد مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة النفسية بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة .

و قد أشارت بعض الدراسات الى ان الالتزام يمثل القدرة على ادراك الفرد لقيمه وأهدافه و تقدير امكانياته ليكون لديه هدف يحققه و كذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن .
أنواعه : و يضم اتجاهين :

1. الالتزام اتجاه الذات : من خلال تحديد الأهداف الشخصية و القيمة الخاصة في الحياة و المميزات الإيجابية التي تميزه عن الآخر .

2. الالتزام اتجاه العمل : هو الاعتقاد بكفاءة المهنية و أهمية العمل و الادماج في محيط العمل و تحمل المسؤولية . (عبد الصلاح ,2019,ص 26)

02 التحكم : يقول مخيمر بأن التحكم هو اعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة و التحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواء كان ذلك معرفيا أو لا .
أنواعه :

1. القدرة على اتخاذ القرارات و الاختيار بين البدائل المتعددة و هذا ما يحسم طريقة التعامل مع الموقف سواء بانتهائه أو تجنبه أو التعايش معه .

2. التحكم المعرفي المعلوماتي : باستخدام المعلومات المتاحة عن الموقف لمحاولة السيطرة عليه .

3. التحكم السلوكي : يقصد به التعامل مع المشكلة بصورة فعلية ملموسة و التحكم في آثار الحدث الصادم باستخدام سلوكيات منهجية لتعديل واقع الحدث الصادم .

4. التحكم الترجلي : يرتبط بخلفية الفرد و معتقداته عن الموقف و طبيعته و اختيار موقف ذو معنى و يمكن السيطرة عليه مما يخفف واقع الحدث الصادم . (المشاي،2020،ص396)

03 التحدي : تعرف كوبازا "1983" التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في احداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتفاع الأكثر من كونه تهديداً لأمنه و ثقته بنفسه و سلامته النفسية . و يقول مخيمر بأن اعتقاد الشخص أن ما يطرأ له من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير و ضروري للنمو أكثر من كونه تهديد مما يساعده على استكشاف البيئة و معرفة المصادر النفسية و الاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية . (شاغوش،2018،ص478)

أهمية الصلابة النفسية :

قدمت كوبازا ((kubaza 1979) عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تضعف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص اثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص تر كل من مادي و كوبازا ان الأحداث الضاغطة تقود سلسلة ارجاع تؤدي إلى استئارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن بدي فيما بعد للإرهاق وما يصاحبه من امراض جسدية ونفسية وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية التي تبدأ بالضبط وتنتهي بالإجهاد كما انها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد فالأشخاص مرتفعي الصلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون وجد كل من مادي و كوبازا أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة تفيدهم في خفض التهديد للأحداث الضاغطة وتقييم الفرد المعرفي للحدث الضاغط وأساليب المواجهة (تحمل المسؤولية، البحث عن المساندة، التحكم الذاتي، مواجهة المشكلات) وعلى عكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوي الصلابة المنخفضة إلى أسلوب المواجهة التراجعي والذي يتضمن نكوصاً

كما يتجنبون ويتعدون عن المواقف الضاغطة فنجدهم متشائمين منشغلين ومهمومين بهذه الضغوط (المشاي، 2020، ص398).

و يرى (contrado) أنه من الممكن للصلابة النفسية أنه تساعد في اسكات أو توقيف استجابات الجهاز الدوري للضغط النفسي و أظهر (allard and smith) في دراسته أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب الطريقة الإدراكية التكيفية و ما نتج عنها انحدار في مستوى التحفز الفيسيولوجي و أن لديهم مجموعة من الجمل الايجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل

صلابة و التي تعرف بالالتزام و السيطرة والتحدي التي ترجع الى التفاوض و هي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط . (راضي ,2008,ص 55)

تعتبر الصلابة النفسية مهمة لأنها تؤدي الى زيادة تفاؤل الفرد بمواجهة المشكلات و الأزمات في الحياة و تزيد من قدرته على التعايش مع الضغوط و النظر اليها بإيجابية و بعيدا عن القلق و التوتر .

حيث للصلابة النفسية قدرة على تخفيف الأحداث الضاغطة على صحة الفرد النفسية و الجسمية مما ينمي لديه عامل المرونة في المواجهة , اذن الأشخاص الذين يمتازون بالصلابة النفسية يكون لديهم قدرة على مواجهة الضغوط أكثر من غيرهم .

النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية :

1. نظرية كوبازا: وهي الرائدة في مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية وتناولت من خلالها العلاقة بين الصلابة بالنفسية احتمالات الاصابة بالأمراض معتمدا في صياغة نظريتها مجموعة من الاسس التي هي عبارة عن اراء بعض العلماء مثل: ماسلو وروجرز وفرانكل قائلة بأن للفرد هدف من وجوده يجعله يتحمل احباطات الحياة ويتقبلها معتمدا

في ذلك على قدرته واستغلال امكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة.

كما اعتمدت كوبازا على نموذج Lazarous لازاروس والذي يرى أن أحداث الحياة الضاغطة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثير سلبي على الاستجابات السلوكية للموقف ولها اهمية في تحديد نمط التكيف الكائن الحي فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة يشعره بالتهديد ومن ثم الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر الذي قد يقرر الفرد وقوعه بالفعل.

وارتباط هذه النظرية بثلاث عوامل اساسية وهي:

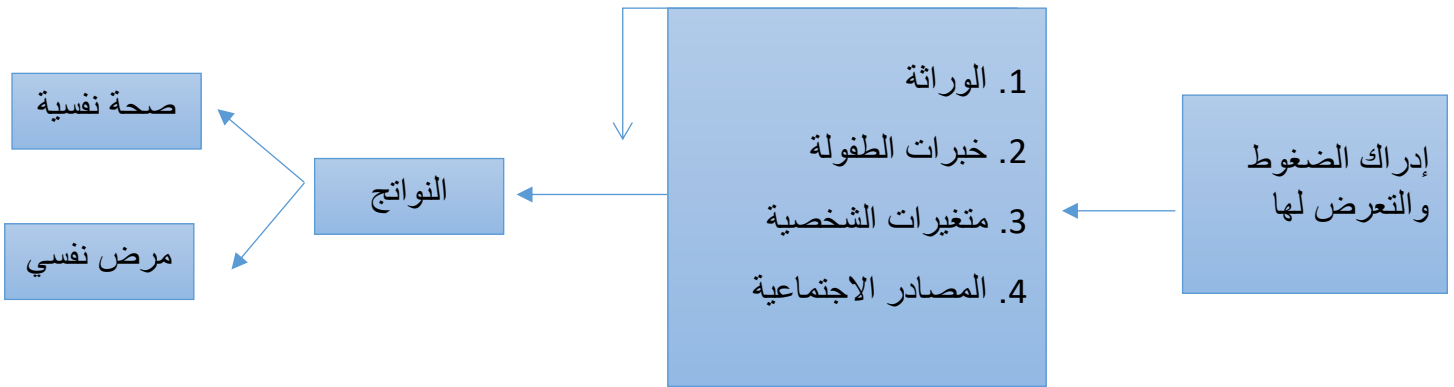
(1) البنية الداخلية للفرد

(2) الاسلوب الادراكي المعرفي

(3) الشعور بالتهديد والإحباط

رأت كوبازا ان عدم تأثر الأشخاص بالضغوط يعود إلى عوامل وسيطة Mediators بين التعرض للضغوط ونواتجها Mediators

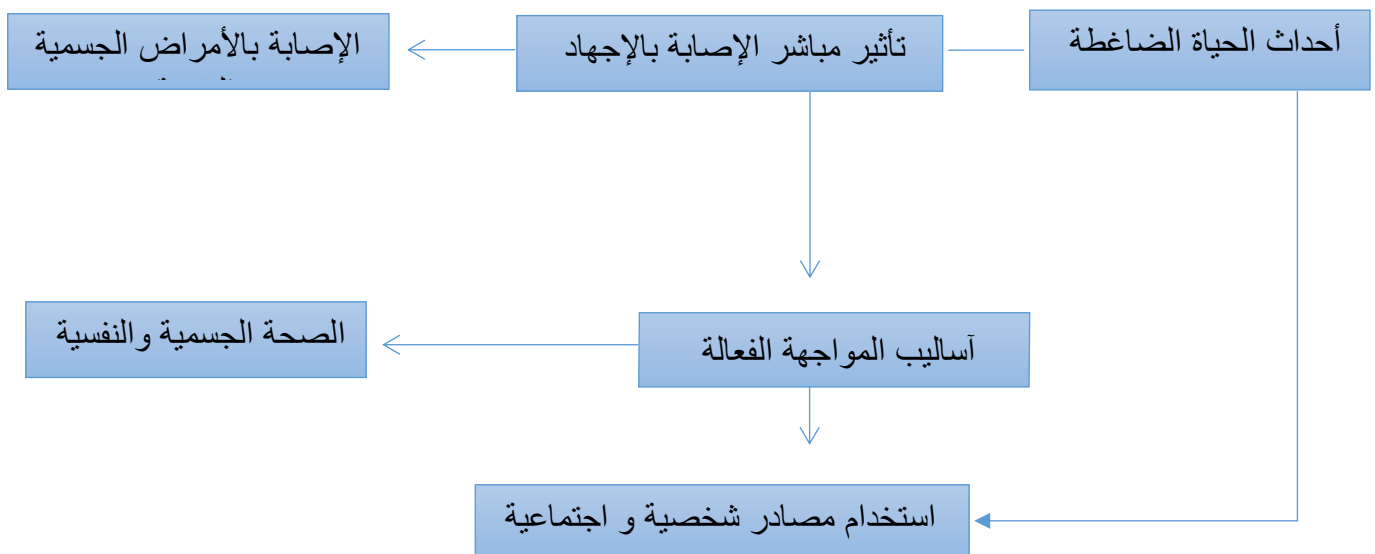
- الشكل رقم 01 : نموذج كوبازا



يوضح نموذج كوبازا وجود علاقة بين ادراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها حيث ان المتغيرات الوسيطة تؤثر في ادراك الضغوط ونتائجها وفي سنة 1983م قدمت كوبازا نموذجا عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة .

(أحمد بن عبد الله محمد العيافي، ص22).

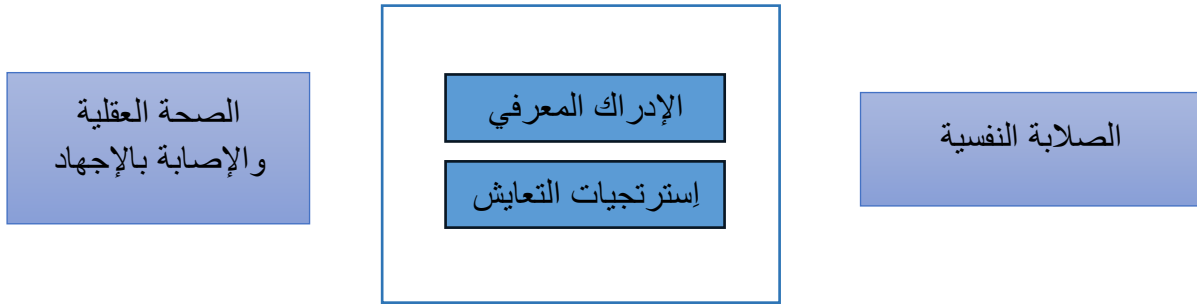
- الشكل رقم 02 : نموذج كوبازا



يوضح نموذج كوبازا وجود علاقة بين ادراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها حيث ان المتغيرات الوسيطة تؤثر في ادراك الضغوط ونتائجها وفي سنة 1983م قدمت كوبازا نموذجا عن العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة .

(أحمد بن عبد الله محمد العيافي، ص22).

- شكل رقم 03 يوضح نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للصلابة النفسية



نموذج فنك funk المعدل لنظرية كوبازا للصلابة النفسية 1992 ظهر حديثا في مجال الوقاية من الاصابة بالاضطرابات وحاول تعديل نظريه كوبازا وذلك من خلال دراسة اجرائها تهدف إلى بحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية المعرفي والتعايش الفعال والصحة العقلية على عينة قوامها 167 جنديا اسرائيليا واعتمد الباحث المواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي اعطاها للمشاركين والتي بلغت 06 شهور وبعد انقضاء المدة توصلت نتائج إلى ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد فالأول من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام الاستراتيجيات إدراك الضغوط والتعرض لها . (زيدان، 2017، ص55).

الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد وتظهر المتغيرات البناءة في علم النفس الحديث بالمنظور الجديد :

أحداث الحياة الضاغطة تأثير مباشر الإصابة بالإجهاد بالإصابة بالأمراض الجسمية والنفسية

أساليب المواجهة الفعالة الصحة الجسمية والنفسية

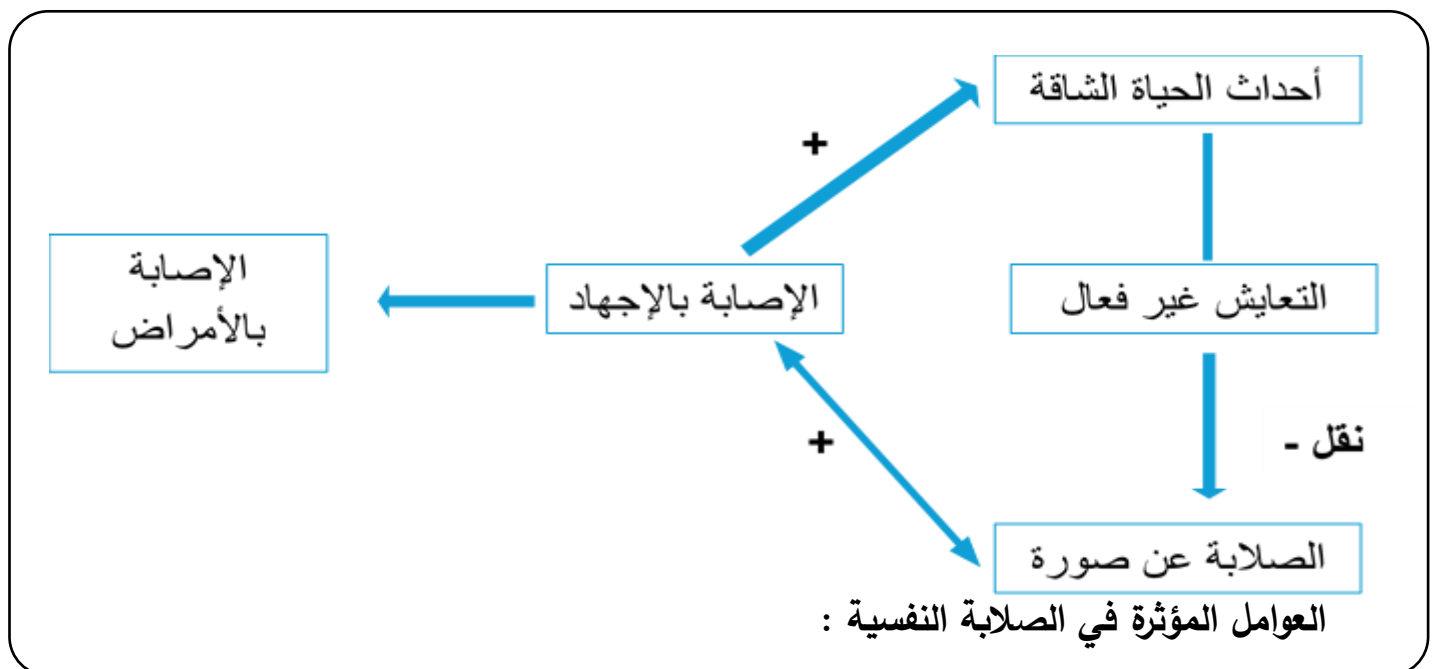
استخدام مصادر شخصية و اجتماعية

التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط انفعال حيث يرتبط ببعيد التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال ادراك الموقف على انه اقل مشقة واستخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش.

الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد وتظهر المتغيرات البناءة في علم النفس الحديث بالمنظور الجديد :

الشكل رقم 04 يوضح آثار الصلابة الشخصية الملتزمة التي تقل بشكل مباشر من التأثير السلبي لضغوط الحياة .

(Maddi,1999,p192,196)



حدد (سيشر و كارفز, 2000,ص37) عدة عوامل تؤثر على الصلابة النفسية لدى الفرد هي على النحو

التالي :

- التنشئة الاجتماعية .

- الوراثة .
- المساندة الاجتماعية .
- خبرات الطفولة
- المتغيرات الشخصية .
- التعرض للضغوط و الأزمات . (شريدة ,2021,ص520)

خصائص ذوي الصلابة النفسية:

حصر تايلور 1995 خصائص ذوي الصلابة النفسية بما يلي :

1. الإحساس بالالتزام لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم .
 2. الاعتقاد بالتحكم أي إيمان الشخص بقدرته على التأثير في بيئته و أن له دور في أي حدث في حياته.
 3. التحدث هو الرغبة في إحداث تغيير و مواجهة مواقف تكون فرص للنماء و التطور .
- وتتمثل خصائص مرتفعي الصلابة النفسية حسب ما جاءت به كوبازا في سنوات دراستها من 1979...1985 حيث توصلت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يتميزون بمجموعة خصائص و هي:

1. القدرة على الصمود و المقاومة.
 2. يمتلكون أفضل إنجاز.
 3. و لديهم وجهة داخلية للضبط.
 4. يميلون للقيادة و السيطرة و هم أكثر اقتدار.
 5. أكثر مباداة و نشاط و ذوي دافعية أفضل.
- و حسب بعض العلماء مثل ديلاك و كوري أن أصحاب الصلابة المرتفعة لديهم القليل من الأعراض النفسية و الجسمية و تركيز كبير على التحمل الاجتماعي و دافعية عالية اتجاه العمل و تجدهم متفاعلين ومتفائلين و لديهم قدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة و تلاشي الإجهاد.
- كما يصفهم حمادة و عبد اللطيف أنهم:

- أكثر التزاما بالعمل الذي يوكل إليهم بدلا من شعورهم بالغيرة.
- و يعتقدون أنهم قادرين على التحكم في الأحداث بدلا من اعتقادهم بفقدان القوة .
- ينظرون إلى التحيز أنه تحدي بدلا من أن يشعرون بالتهديد.

- يجدون في إدراكهم و تقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة فرصة لممارسة و اتخاذ القرار . (عودة، ص68، 2010).

خلاصة:

تعيش المرأة المصابة بسرطان الرحم حالة من عدم الاستقرار النفسي والخوف والقلق بالتزامن مع الألم الجسدي والمعاناة تتفاوت من مرأة إلى أخرى دلالة على الصلة القوية بين الجسم والنفس والتفاعل بينهما فإن هذا التأثير المتبادل يؤدي إلى اضطرابات وصعوبات في التوافق النفسي والتكيف مع المرض لكن هذا التفاعل يتحدث بمتغيرات منها الصلابة النفسية حيث أن كلمة سرطان هي في حد ذاتها تعتبر مصدرا للقلق والخوف والتعب فالصلابة النفسية تعتبر عامل من عوامل الأمن الذي يحتاجه الفرد لتجاوز مواقف الشدة الإجهاد النفسي , و سوف ننتقل في الفصل الموالي الى تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم

الفصل الثالث :

صورة الجسم عند المرأة المصابة بسرطان الرحم

01: صورة الجسم :

1. تعريف صورة الجسم
2. أنواع صورة الجسم
3. مكونات صورة الجسم
4. النظريات المفسرة لصورة الجسم
5. أهمية صورة الجسم
6. أبعاد صورة الجسم

02: صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

1. تعريف مرض السرطان
2. تعريف سرطان الرحم
3. أعراض سرطان الرحم
4. الميكانيزمات الدفاعية التي تستعملها المرأة المصابة بسرطان الرحم
5. علاج سرطان الرحم
6. صورة الجسم عند مرضى السرطان

خلاصة

I / صورة الجسم :

1. تعريف صورة الجسم
2. أنواع صورة الجسم
3. مكونات صورة الجسم
4. النظريات المفسرة لصورة الجسم
5. أهمية صورة الجسم
6. أبعاد صورة الجسم خلاصة

II / صورة الجسم عند المرأة المصابة بسرطان الرحم .

7. تعريف مرض السرطان
8. تعريف سرطان الرحم
9. أعراض سرطان الرحم
10. الميكانيزمات الدفاعية التي تستعملها المرأة المصابة بسرطان الرحم
11. علاج سرطان الرحم
12. صورة الجسم عند مرضى السرطان
13. خلاصة

تعد صورة الجسم امر من الأمور الهامة التي يهتم بها الكثير من الناس و هذا ما يتجلى في النظرة الخارجية التي تختص في تأثيرات الاجتماعية للمظهر و النظرة الداخلية هي الطريقة التي يرى بها الفرد نفسه وهي ما اطلق عليها العلماء صورة الجسم و التي سوف نتطرق اليها في هذا الفصل .

تعريف صورة الجسم :

يرى جابر عبد الحميد و علاء الدين كفاقي : أن صورة الجسم عبارة عن صورة ذهنية تكونها عن أجسامنا ككل بما فيها الخصائص الفيزيائية , و الخصائص الوظيفية (ادراك الجسم) و اتجاهاتنا نحو هذه الخصائص كما أن صورة الجسم تتبع لدينا من مصادر شعورية , و مصادر لا شعورية و تمثل مكونا أساسيا في مفهومنا عن ذاتنا . (دسوقي,2006,ص20)

بمعنى آخر هي الطريقة التي ينظر بها الشخص ما لجسمه و يفترض أن يرى الآخرون ذلك , وغالبا ما تتأثر هذه الصورة بالعائلة و الأصدقاء و الضغوط الاجتماعية .

وفقا لبول شيلدر : أن صورة الجسد هي صورة جسدنا التي نشكلها في أذهاننا , و بعبارة أخرى الطريقة التي يظهر بها ج

سدنا لأنفسنا , انه مجموعة من الأحكام الواعية و اللاواعية التي نتخذها بشأن أجسادنا . فهو يشمل تصورات الحاضر و الماضي .(selon 1991 p 741)

أنواع صورة الجسم :

تتنوع صورة الجسم باختلاف تصورات الذهنية و كيفية تكوينها التي من خلالها تساهم في تكوين الشخصية وهي تنقسم الى :

1. **صورة الجسم الموجبة :** تظهر من خلال جسد جيد الادماج بالإضافة الى الأنا اكتسب حدود ثابتة ما يثبت أنه قادر على الدخول في علاقات مع العالم الخارجي , تعمل صورة الجسدية المدمجة جيدا أو المبنية على حدود جسدية واضحة كصاد للإثارات حاجزا ضد تسرب للمحتويات المادية النفسية , لكن أيضا كحاجز حامي ضد التدخل المقلق و المهدد للمحتويات الخارجية .
2. **الصورة الجسدية السالبة :** وهي أن يظهر الفرد خجل من جسمه و الشك في قدراته و الإحساس بالنقص عندما يقارن جسمه بأجسام رفاقه و قد يتطور هذا الإحساس الى مركب نقص , مما يعرقل حياته و يعكر

نفسيته , مما قد يختار طريق الانسحاب و الانطواء بعيد عن الأفراد الآخرين . و قد يختار الأساليب العدوانية و العنف لإيقاع الأذى بأولئك الذين يملكون أجساما أفضل و أحسن .

3. **الصورة الجسمية المذبذبة :** تتمثل هذه الصورة في رضاه عن جسمه تارة و رفضه تارة أخرى , بكل ما يحمله الرفض من استفزاز و قلق و خوف من الأشياء قد تكون وهمية , فلو لم يحقق في توتر مستمر ينعكس على علاقته ليس مع جسمه فقط , و انما على علاقته أيضا بالآخرين , خاصة عندما يكشف هؤلاء الآخرين أن مزاجه تارة مسالم و تارة عدواني , انطوائي . (الأنصاري,2002,ص180)

مكونات صورة الجسم :

ان صورة الجسم ظاهرة مركبة , تحتوي مكونات فيزيولوجية و سيكولوجية و اجتماعية , و أنها ليست مطابقة للصورة الواقعية للجسم , و انما تتدخل عوامل عديدة شعورية و لا شعورية لتشكل التصور الخاص لكل شخص عن جسمه .

المكون الإدراكي : يعني ادراك الفرد لحجم , و مكونات الجسد

المكون الذاتي : و يعني لبرضا عن الجسد , و الاهتمام به و القلق بشأنه

المكون السلوكي : و يعني تجنب الفرد المواقف التي تتسبب عدم الراحة أو التعب أو المضايقة التي ترتبط بالمظهر الجسدي . (الدسوقي,2006,ص 25)

النظريات المفسرة لصورة الجسم :

1) **نظرية التحليل النفسي :** أوضح فرويد في نظريته عن الليبيدو أن مناطق الاستثارة الجنسية هي مناطق الجسم و مناطق الحساسية الجسمية , و أن شخصية الفرد تتطور بحسب تتابع سيطرة الاحساسات الجسمية , و يبدأ الفرد في تكوين صورة عن جسمه و عن طريق نمو الانا التي تهيء السبل له ليكون قادرا على التمييز بين ذاته و بين الآخرين , و تشير نظرية التحليل النفسي الى ان اضطراب صورة الجسم لدى الفرد و اختلال الشخصية ترجع كلها الى تطور الحياة الجنسية في السنوات الأولى من عمر الانسان يرى أدلر أن أسلوب الحياة يشكل فرد مشاعر النقص التي يحس بها الفرد سواء كانت مشاعر حقيقية أو وهمية , فالشخص الذي يكون أسلوب حياته قائما على تدني نظرتة الى نفسه تضطرب صورة جسمه مما يؤثر على توازن الشخصية بكاملها , كما أن الفرد عندما يكون له عضوا ذا قيمة دنيا من حيث الشكل لأسباب قد تكون عضوية , فان هذا الفرد يعمل جاهدا كي يطور أحاسيسه المعقدة بالنقص و يحاول بشتى الطرق تعويض النقص الجسدي لديه باستكمال عضوا اخر (الدسوقي,2006,ص15)

2) **النظرية السلوكية :** و يرى أصحاب هذه النظرية أن الفرد ينمو في بيئة اجتماعية يؤثر فيها و يتأثر بها , و يكتسب منها أنماط الحياة و المعايير الاجتماعية و التي تكون مجموعة من المحددات السلوكية لدى

الفرد , و التي تكون صورته عن جسمه من خلال جو الأسرة و بعبارات الذم و المدح التي يتلقاها و تعليقات والوالدين لأجسام أبنائهم فان ما تطلقه الأسرة من تعزيزات نحو أبنائهم , بإضافة الى ذلك تعزيزات الرفاق و الأصدقاء أيضا التي تؤثر في درجة قبول الفرد لجسمه (سالي,2018,ص262)

(3) **النظرية الإنسانية :** اعتبر روجرز الذات المحور الأساسي للشخصية اذ تتضح شخصية الفرد بناءا على ادراكه لذاته , فالخبرات التي يمر بها أو المواقف التي يتعرض لها تؤثر على سلوكه تبعا لإدراكه لذاته , و كلما كان لصورة الجسم أهمية كبرى من خلال تداخلها مع تقدير الفرد لذاته , فان الفرد يقيم ما يتعرض له من خبرات على ضوء ما يشعر بالتقدير الإيجابي للذات , فالتجارب الماضية خاصة أحداث و خبرات الطفولة التي ترتبط بصفات الفرد الجسمية التي لها تأثير في ادراك الفرد لصورة جسمه . (الجبوري,2007,ص359)

(4) **المدرسة الظاهرية :** اقترح هذا الاتجاه التمييز ما بين الجسد الإنساني و الجسد الموضوعي الذي يعترف بأجزائه بينه و بين المواضيع الأخرى في العلاقات الخارجية ' يعني أن الجسد في الدراسات الفيزيولوجية و الطبية هو الجسد الموضوعي و يعتبر كشيء أما الجسد الإنساني هو يمثل تواجدنا من أجل التصرف و الادراك و بطريقة أخرى هو وسيلة و أداة ادراج الفرد في العالم . بالنسبة لمارلو بونتي MERLEAU PONTY الجسد الظاهري هو الجسد الحقيقي التشريحي التجريبي و تحليل هذا الأخير للجسد يمنع من رؤيته كموضوع من المواضيع حيث نجد الشعور موحد , يظهر أن الفرد ينتمي الى العالم من أجل اكتشاف جسده , فالجسد هو النواة التي تحمل الوظائف العامة لاستمرار النمو . (Geneviève C 2001 ,P 13)

أهمية صورة الجسم :

تكمن أهمية الجسم في أنه تعتبر كونها مظهر و عامل مهم في العلاقات و في الحياة , و لذلك تختلف أهميتها :

- تؤثر صورة الجسم معرفيا و انفعاليا على تفاعلاتنا و اتجاهاتنا في الحياة , و ترتبط بعدة صفات شخصية و نفسية كتقدير الذات و السعادة و التفاؤل و الاكتئاب و القلق .
- تسهم في تكوين الخبرات و اتجاهات الفرد من خلال ما يعيشه من مواقف و نتيجة لذلك تؤثر على نمو الشخصية و تطورها من خلال ما يكونه الفرد نحو جسمه من اتجاهات قد تكون أما إيجابية أما سلبية .
- تحدد تفاعلات الفرد مع ذاته و مع الآخرين
- كما يمكن الافتراض ان الاتجاه النفسي الإيجابي يؤثر بصورة إيجابية في نظرة الفرد لذاته و للأحداث و مواجهة المواقف الضاغطة .

التوجه نحو الحياة و هو أحد مظاهر الصحة النفسية حيث عرفه "شايروكارفر" 1985 على أنه النظرة الإيجابية و الميل للتعاؤل و الاقبال على الحياة و توقع أحداث جيدة . (عبد الفتاح,2019,ص111)

أبعاد صورة الجسم :

تضع جيمس بعدين لصورة الجسم , حيث تقول ان مفهوم حدود صورة الجسم بعدا هاما لصورة الجسم , ووعي الجسم بعدا اخر لصورة الجسم , كما تذكر أن جسم الفرد لا شعوري و يسمح بالإحساس المنفصل عن البيئة الخارجية , و أن حدود الجسم قد تدرس باستعمال الاختبارات الإسقاطية . أما ووعي الجسم فيشير لوظائف الجسم أو الجسم و يمكن قياسه باستخدام استبيان تركيز الجسم . (James,1997,p109) و ترى زينب شقير أن صورة الجسم تنقسم الى ستة أبعاد وهي : المظهر الشخصي العام , التناسق بين مكونات الوجه الظاهرية , الجاذبية الجسمية , و التآزر بين أشكال الوجه و باقي أعضاء الجسم الخارجية و الداخلية , و التناسق بين الجسم , و القدرة على أداء الأعضاء الجسم المختلفة و التناسق بين حجم الجسم و مستوى التفكير . (شقير, 1998, ص 204)

على الرغم من أن الباحثين يتفقون أن صورة الجسم أبعاد مختلفة الا أنه يمكن تقسيم أبعاد صورة الجسم الى ثلاث أبعاد :

1. صورة الجسم المدركة : هي كل ما يتعلق بتصور الفرد عن جسمه و معرفة شكل و مظهر جسمه .
2. صورة الجسم الانفعالية : و هي المشاعر و الأحاسيس و معتقدات و اتجاهات الفرد نحو صورة جسمه .
3. صورة الجسم الاجتماعية : وهي مدى القبول الاجتماعي لخصائصه الجسمية و نظرة الآخرين و تصوراتهم و مدى تقبلهم لصورة جسمه .

2_ صورة الجسم عند المرأة المصابة بسرطان الرحم :

يعتبر السرطان أحد أسباب الرئيسية الوفاة في العالم فهو صعب الشفاء منه , و ينتج عنه الآلام الجسدية و النفسية تعكس على حالة المريض وهو متعدد الأنواع ,حيث نجد سرطان الرحم الذي يصيب المرأة و يصبح يمثل تهديد على رمزية المرأة و أنوثتها و يفقدها الثقة بنفسها .

1_ تعريف السرطان :

السرطان عبارة عن مجموعة من الامراض التي تزيد عن مئة مرض يجمع بينها عدة عوامل المشتركة , و ينجم السرطان عن خلل في المادة الوراثية الجينية و التي تتمثل في خلايا الانسان جزء المسؤول عن السيطرة على نمو الخلايا و تكاثرها مما يؤدي الى تسارع زائد في نموها و انتشارها و من المعروف أن الخلايا السرطانية بعكس خلايا الجسم الأخرى , و انما تستنزف طاقته و إمكانياته . (تايلور , 2008, ص 811)

لغة : يعرف على أنه ورم خبيث يتولد في الخلايا الظاهرية الغدية و يتفشى في الأنسجة المجاورة (مفتاح 2010, ص 291)

2 : تعريف سرطان الرحم : هو عبارة عن تكاثر و انقسام عشوائي للخلايا الرحمية , مكون تضخمات تسمى الأورام وهو في مرحلة متأخرة على شكل افرازات مهبلية و نزيف خارج الدورة الشهرية , أو بعد اتصال جنسي مصحوب بالألم . (مادي , 2011, ص 47)

_ هو ورم يصيب الرحم أو عنق الرحم و يحدث عموماً للنساء اللواتي يحيين حياة قاسية و فقيرة و يأكلن غذاء غير متوازن أو يهملن النظافة الشخصية . (بولحبال, شينار, 2022, ص 58)

3 : أعراض سرطان الرحم :

من الأعراض الشائعة لسرطان الرحم حدوث نزيف مهبلي غير طبيعي , قد يبدأ بتدفق سائل ملطخ بقطرات من الدماء , ثم يحتوي تدريجياً على دماء غريزة . و بعد انقطاع الطمث يعد النزيف المهبلي أمراً غير طبيعي .

و من الأعراض الشائعة لسرطان الرحم ما يلي :

- نزيف مهبلي غير طبيعي , أو تقيح أو افرازات .
- ألم أو صعوبة في التبول .
- ألم في أثناء ممارسة العلاقة الحميمة
- ألم في منطقة الحوض .

قد تكون هذه الأعراض الناتجة عن سرطان الرحم أو أية مشكلات صحية أخرى . و يجب على السيدات اللاتي يظهر عليهن هذه الأعراض زيارة الطبيب لكي يتم تشخيص تلك المشكلات الصحية و علاجها في أسرع وقت . (العقيل , 2013, ص 11)

4 : الميكانيزمات الدفاعية التي تستخدمها المرأة المصابة بسرطان :

الرفض : هدفه الحماية من حقيقة مزعجة و رفض قبول الوجود تتمثل استجاباته في التصرف على أساس أن اعراض المرض ليس لها وجود .

الاسقاط : يسند نواياه الخاصة الى الآخرين كذلك الأفعال و النزوات الغير مقبولة و تتمثل استجاباته في ان يتهم الآخر بالخطر بينما يقولون الحقيقة .

الانعزال : عزل الحدث , وضعية الانفعالات المشوهة و تتمثل استجابته في الكلام عن الشخص محبوب دون الانفعالات .

العقلنة : البحث عن أسباب مقبولة اجتماعيا لتبرير الأفكار و الأفعال الغير مقبولة و تتمثل استجابته في فقدان منصب العمل و القول أنه لا يحبه .

النكوص : الرجوع الى مرحلة سابقة في النمو , و التصرف بطريقة طفولية اللجوء الى تبعية الآخر و تتمثل استجابته ليصبح مرتكز على ذاته .

الانشطار : التحكم في القلق مع تقسيم النظرة الى الحقيقة فقد يستجيب في نفس الوقت بطريقة مختلفة أو متناقضة و يقوا أنه جيد لكنه يضيف تعليق مثلا لا أنام جيدا , ليست عندي شهية للأكل .

التسامي : تغيير المعاناة الصعبة الى نشاطات بناءة و سلوكات مشجعة و تتمثل استجابته في تقنين طاقة الرغبات الجنسية أما العدوانية الى أعمال إنسانية نحو الفنون تجده شديد العزم أمام الألم . (بلمومن , 2021 , ص 35)

5 : علاج سرطان الرحم:

1. علاج بالجراحة : اذا كان هناك سرطان الرحم فمن الضروري اجراء عملية جراحية يهدف التدخل الى تحديد مدى المرض (المرحلة) و إزالة الرحم اذا أمكن و جميع مواقع السرطان الأخرى خارج

الرحم . اعتمادا على موقع الرحم و مرحلته و نوعه يقوم الجراح بإزالة الأعضاء و الأنسجة المختلفة كليا أو جزئيا و يعتمد هذا الاختيار على ما يكتشفه أثناء العملية .

و أثناء هذه العملية يقوم الفريق الطبي بغسل تجويف البطن ثم يستخدم عينة للكشف عن الخلايا السرطانية . العينات المأخوذة يتم فحصها تحت المجهر أثناء الخزعة أو الكشط و يقومون بتحليلها بشكل رئيسي أثناء العملية و يستخدمونه لتحديد نوع الورم و درجة تمايز الخلايا .

هي عملية جراحية قد تكون باستئصال الرحم لوحده او استئصاله مع الأنابيب , و تصبح المريضة غير قادرة على الانجاب و أيضا توقف الدورة الشهرية .

يمكن إزالة الرحم عن طريق شق جراحي اسفل البطن أو عن طريق المهبل , و لاستئصال الرحم جراحيا لا بد من وجود سبب قوي من تهديد مباشر على حياة المريضة في وجود الرحم مع عدم وجود أي بديل علاجي لهذا الخيار الجراحي . (Fink,2008,p25)

II.العلاج الاشعاعي : العلاج الاشعاعي يدمر بشكل رئيسي الخلايا السرطانية التي لم تعد قادرة على الانقسام و التكاثر , و ينتهي بها الأمر بالموت . تعمل الأشعة أيضا على الخلايا السليمة مما قد يسبب تأثيرات غير مرغوب فيها لبعض الوقت , ثم تشكل الخلايا السليمة الجديدة أنسجة صحية مرة أخرى . العلاج الاشعاعي يدمر أي خلايا سرطانية تبقى في تجويف البطن غير مرئية بالعين المجردة يسمى هذا النوع من العلاج بالعلاج المساعد و هذا يعني أنه يتم إعطاء العلاج الاشعاعي بعد العملية من أجل تحقيق رفض السرطان . (Fink,2008,p27)

III.العلاج الكيميائي : و يتم من خلال تناول أدوية تعمل على قتل الخلايا السرطانية , بحيث تحقن هذه الأدوية عبر الوريد عادة و تدخل المادة الدوائية للدم و تصل لأي مكان يحتوي على خلايا سرطانية في الجسم .IV.العلاج الهرموني : تتم الاستعانة بالعلاج الهرموني للسيدات المصابات بسرطان الرحم في مراحله المتقدمة , كما أن بعض السيدات المصابات بسرطان الرحم في مرحلته I و اللاتي يرغبن في الحمل و الانجاب يخترن العلاج الهرموني بدلا من الخضوع لعملية جراحية . و تعد أقراص البروجيستيرون من أكثر العقاقير شيوعا و المستخدمة كعلاج هرموني , و من بين الآثار الجانبية المحتملة زيادة الوزن و تورم الثديين . (العقيل , 2013 , ص 27)

6 : صورة الجسم عند مرضى السرطان :

صورة الجسم عند مرضى السرطان :

تؤثر الإصابة بالسرطان باختلاف نوعه و طريقة علاجه حسب نظرة و تفكير المصاب اتجاه جسمه و الاضطرابات الناتجة عن صورة جسمه و تتمثل التغيرات و الأعراض الطارئة على الجسم و غالبيتها فيزيولوجية من بينها ,تساقط الشعر , فقدان

أو زيادة الوزن و هذا ما ينعكس على الحياة الشخصية و الجنسية و أما فيما يخص العلاج الاشعاعي يؤثر على الجسم بحيث يؤدي الى تغيرات في الجسم . و اذا كان هناك استئصال أو بتر لأحد الأعضاء في الجسم و يجد صعوبة في تقبل ذاته و مواجهة صورته أمام المرأة و كذلك نظرة الآخرين له , فيتغير

ادراك الفرد لمعالم جسمه , فان كل عضو و منطقة في الجسم الا و لها معنى و بعد رمزي و بالتالي يعيش المصاب الحداد عن فقدان عضو معين و بالتالي يفقد الرضا عن صورته الجسمية . ذلك من أجل تحديد الاضطرابات التي تمس الصورة الجسدية حسب (Reich . m) يكون ذلك من خلال تحليل السلوكات الموضوعية بسبب رفض التحدث عن الجانب الجسمي كرفض مشاهدة المنطقة المبتورة . (شدمي 2015,ص131)

خلاصة :

من خلال ما تطرقنا اليه في هذا الفصل باعتبار صورة الجسم تشير الى المظهر الخارجي للجسم , و لكل فرد صورة نمطية خاصة به يكونها عن جسده و كيفية ادراكه و تقبله لأحكام الآخرين حيث لا يزال السرطان وقع نفسي خطير , فذكر كلمة السرطان كفيلة بإحداث أثر كبير في نفسية المصاب , كما يؤدي الى اضطرابات جسمية كثيرة و متنوعة كالاتهابات المختلفة , كما له بعض الآثار الاجتماعية الضاغطة و قد تصل أحيانا الى عدم الرغبة في العيش . و من هنا سوف نتطرق في الفصل الموالي الى الجانب التطبيقي و يتم فيه الدراسة الاستطلاعية و الدراسة الأساسية و منهج الدراسة و الأدوات المستعملة في هذه الدراسة.

الفصل الرابع :

الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

1. الدراسة الاستطلاعية
2. أهداف الدراسة الاستطلاعية
3. الحدود الزمانية و المكانية
4. ظروف اجراء الدراسة الاستطلاعية
5. مجتمع الدراسة
6. حالات الدراسة الاستطلاعية
7. مواصفات الدراسة الاستطلاعية
8. صعوبات الدراسة الاستطلاعية
9. نتائج الدراسة الاستطلاعية
10. الدراسة الأساسية
11. منهج الدراسة
12. حدود الزمانية و المكانية للدراسة
13. حالات الدراسة الأساسية
14. مواصفات الحالة المدروسة
15. أدوات الدراسة الأساسية
16. خلاصة

بعد ان تطرقنا الى الجانب النظري و عرض إشكالية البحث و فرضيته و الفصول النظرية المتعلقة بدور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم . سنتناول في هذا الجانب المنهجي الذي يعد همزة وصل بين الجانب النظري و الميداني و عليه سنقوم بعرض و تحليل مناقشة الحالات التي قمنا بدراستها و كذلك معرفة المنهجية المتبعة و تحديد مكان و زمان اجراء البحث .

الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية اختيار اولي للفروض , حيث تعطينا النتائج الأولية و مؤشرات بمدى صلاحية هذه الفروض , و ماهي التعديلات الواجب إدخالها على الفروض , و اذا كانت تحتاج الى تعديلات تمكن الباحث من اظهار مدى كفاءة إجراءات البحث و المقاييس التي اختيرت لقياس المتغيرات . (أبو علام , 2006 , ص 97)

أما فيما يخص الدراسة الحالية سوف تفتح لنا مجال لتعرف أكثر على النساء المصابات بسرطان الرحم و دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم , و هذا ما يوفر لنا ميدان الدراسة حيث سوف نقوم بعد تحديد موضوع الدراسة بإجراء الدراسة الاستطلاعية بقصد التعرف على الحالة و رؤية مدى تجاوبها و تهيئتها نفسيا من اجل المشاركة في الدراسة .

أهداف الدراسة الاستطلاعية :

سنحاول من خلال الدراسة الاستطلاعية :

- تحديد الحالة
- تعرف على ميدان الدراسة
- تأكد من صلاحية الأدوات التي نستخدمها للدراسة
- ضبط منهج الدراسة

- اختيار الحالات المناسبة للدراسة
- **الحدود الزمانية و المكانية للدراسة الاستطلاعية :**
- **الحدود المكانية :** قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية على المرأة المصابة بسرطان الرحم في المركز الاستشفائي الجامعي بوهرا (EHU) تحديدا في مصلحة أمراض النساء و التوليد و مستشفى علاج الأورام و السرطان (الأمير عبد القادر)
- **الحدود الزمنية :** تم إجراء الدراسة الاستطلاعية من 15 ديسمبر 2023 الى غاية 12 فيفري 2024.
- **ظروف إجراء الدراسة الاستطلاعية :**
- على اعتبار الدراسة الاستطلاعية هي المرحلة الأولية و الأساسية فهي تمكننا من التعرف على الحالات و اختيارها .
- في البداية استقبلنا في مصلحة امراض النساء و التوليد , و قامت بتوجيهنا الى الأخصائية النفسانية التي بدورها شرحت لنا الخطوات التي علينا ان نتبعها للحصول على رخصة من طرف الإدارة لاجراء التربص و كذلك موافقة مدير المصلحة .
- و في مستشفى علاج الأورام و السرطان استقبلتنا الاخصائية النفسانية و تعرفنا عن بعض الحالات الموجودة في المصلحة .
- **مجتمع الدراسة الاستطلاعية:**
- شملت الدراسة مرضى سرطان الرحم الذين يتلقون العلاج بالمركز الاستشفائي الجامعي أول نوفمبر و مستشفى علاج الأورام و السرطان الأمير عبد القادر و الذين تتراوح أعمارهم ما بين 55_67 سنة
- مصلحة علاج الأورام و السرطان تتكون من الفحص الطبي و مصلحة الأشعة .

حالات الدراسة الاستطلاعية : تمثلت حالات الدراسة الاستطلاعية من نساء مصابات بسرطان الرحم

, و قد تم اختيار الحالات بطريقة قصدية حيث قدر عددهم 5 حالات مصابات بسرطان الرحم , بالمركز

الاستشفائي أول نوفمبر وهران و مستشفى علاج الأورام و السرطان " الأمير عبد القادر "

مواصفات حالات الدراسة الاستطلاعية :

تمثلت حالات الدراسة الاستطلاعية من حالتين مصابات بسرطان الرحم و قد تم اختيار

الحالات بطريقة قصدية حسب متغير السن حيث تتراوح أعمارهم بين 55_ 67 سنة .

الأدوات و الوسائل المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية :

1. **المقابلة :** هي مقابلة اجتماعية دينامية وجها لوجه بين الأخصائي و العميل في جو نفسي تسوده الثقة

المتبادلة بين الطرفين , يهدف الى جمع معلومات من اجل حل المشكلة , أي أنها علاقة مهنية فنية حساسة

يتم فيها التفاعل الاجتماعي هادف و تبادل المعلومات و الخبرات و المشاعر و هي نشاط مهني هادف.

(زهراني,1989,ص179)

2. **الملاحظة :** تعتبر الملاحظة العيادية من أهم أدوات البحث العلمي التي تستعمل لجمع البيانات و تحديد

خصائص الحالات .

هي ملاحظة الوضع الحالي للحالة في قطاع محدود من قطاعات سلوكه , و تشمل ملاحظات السلوك في

مواقف الحياة اليومية الطبيعية و مواقف التفاعل الاجتماعي بكافة أنواعه اللعب , العمل, الراحة و

الحفلات.(زهراني,1989,ص186)

صعوبات الدراسة الاستطلاعية : صعوبة في اختيار مصلحة لإجراء الدراسة توقفنا على مصلحة

أمراض النساء و التوليد لكن حالات المتواجدة بها كلها تخضع لعمليات استئصال الرحم و دراستنا تشمل

المرأة المصابة بسرطان الرحم ليس بالضرورة أن تكون خاضعة لعملية استئصال الرحم .

نتائج الدراسة الاستطلاعية :

من خلال الدراسة الاستطلاعية حددنا المتغيرات : الصلابة النفسية و صورة الجسم

عينة الدراسة المتمثلة في المرأة المصابة بسرطان الرحم .

ثانيا : الدراسة الأساسية :

1. **منهج الدراسة :** يعد المنهج طريقة التي تعني بالتركيز على الفردية التي تمثل الظاهرة المراد دراستها

حيث يقوم الباحث باستخدام أدوات البحث النفسي المختلفة و التي تمكنه من دراسة الحالة . (طه , 2000

, ص 91)

2. **الحدود المكانية :** قمنا بإجراء الدراسة الأساسية في مستشفى علاج الأورام و السرطان "الأمير عبد القادر

3. **الحدود الزمانية :** تم اجراء الدراسة الأساسية يوم 12 فيفري 2024 الى غاية 18 أفريل 2024 .

حالات الدراسة الأساسية :

لقت سمحت لنا الدراسة بالتعرف على الحالات التي تشملهم الدراسة ,حيث تم تحديد حالات البحث من أجل

تحقيق أهداف الدراسة , و لذلك تم اختيار الحالات بطريقة مقصودة حيث أن الحالة الأولى تبلغ من العمر 62

سنة , و الحالة الثانية تبلغ من العمر 58 سنة أجريت المقابلة معهما في مستشفى علاج الأورام و السرطان

"الأمير عبد القادر " .

تم اختيار الحالات لمعرفة دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم .

4. **دراسة الحالة :** و تعرف دراسة الحالة بأنها كل المعلومات التي تم جمعها عن الحالة , و في هذه الحالة

تكون أسلوب لتنسيق و تحليل هذه المعلومات التي تم جمعها بوسائل مختلفة بهدف تقديم صورة مجمعة

شاملة للشخصية ككل و بهدف فهم أفضل للمريض و تشخيص مشكلاته . (فاروق , 2018 , ص 17)

و بما أن دراستنا هي دراسة عيادية محضة اعتمدنا على منهج العيادي لأنه حسب وجهة نظرنا الأنسب لدراسة موضوع دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

5. أدوات الدراسة :

الملاحظة : هي عملية ادراكية موجهة , بمعنى توجيه الحواس و الانتباه نحو موضوع أو ظاهرة معينة بصفة دقيقة و منهجية بهدف التوصل الى كسب معرفة جديدة عن تلك الظاهرة , معرفة يقينية تكشف عن صفاتها أو خصائصها(عطار,2018ص75)

و لقد اعتمدنا في دراستنا على الملاحظة المباشرة لغرض التعرف على المظهر العام للحالة و وضعية الجسم و مجموعة من السلوكيات التي تظهر على الحالة أثناء القيام بالمقابلة .

المقابلة : هي أداة بارزة من أدوات البحث العلمي , و ظهرت كأسلوب هام في الميدان الاكلينيكي فهي عبارة عن علاقة دينامية و تبادل لفظي بين القائم بالمقابلة و المفحوص .

و بما أن طبيعة البحث الذي نقوم به يستدعي استعمال المقابلة النصف موجهة لأنها تخدم موضوع البحث و بغية الوصول الى المعلومات المراد الحصول عليها .

المقابلة النصف موجهة : فهي تترك الحرية للعميل في الكلام و تكون بياناتها سواء ذات أهمية أو من دون أهمية لكنها عموما تعطي و فرة من حيث المعلومات حول العميل , كما تتميز بالتلقائية و الحرية و

تسمح بملاحظة تغيرات الفرد و انفعالاته و عاداته في الكلام . (عطار,2018,ص49)

و شملت المقابلة النصف الموجهة محاور تم بناءها على أساس فرضيات الدراسة و هي كالتالي :

المحور الأول : البيانات الشخصية

و يهدف الى الحصول على البيانات الشخصية للمريض

المحور الثاني : تاريخ الحالة المرضية

و يهدف الى جمع معلومات عن المريضة و عن حالتها و معرفة ما اذا كانت تعاني من أمراض أخرى غير سرطان الرحم .

المحور الثالث : الحياة العلائقية

و يهدف الى معرفة علاقة المفحوص مع محيطه و أفراد عائلته .

المحور الرابع : الحالة المرضية

بحيث يهدف الى معرفة مدى تأقلم المريض في المستشفى و تكيفه مع الطاقم الطبي

المحور الخامس : الجانب السلوكي في النشاطات الممارسة بعد المرض

بحيث يمكننا التعرف على الصعوبات التي تواجهها المريضة في حياتها اليومية .

الاختبارات النفسية : حول دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم و لقد اعتمدنا في

دراستنا للصلابة النفسية عند المرأة المصابة بسرطان الرحم على الاختبارات التالية :

01 مقياس الصلابة النفسية :

أعد هذا المقياس عماد محمد أحمد مخيمر , 2002 , تتكون في الأصل من 47 بنداً موزعة

على ثلاث أبعاد هي :

(1) الالتزام و نقيسه 16 بند .

(2) التحكم و نقيسه 15 بنداً و أضاف الباحث الحالي (أ.دبشير معمريه) الى هذا البعد بنداً

واحداً و هو رقم 47 فصار عددها 16 بنداً

(3) التحدي و نقيسه 16 بنداً

و صار عدد البنود في المقياس كله 48 بنداً , يجاب عنها بأسلوب تقريبي .

الجدول رقم (1) يوضح توزيع البنود على الأبعاد :

الالتزام	التحكم	التحدي
1	2	3

4	5	6
7	8	9
10	11	12
13	14	15
16	17	18
19	20	21
22	23	24
25	26	27
28	29	30
31	32	33
34	35	36
37	38	39
40	41	42
43	44	45
46	47	48
مجموع	مجموع	مجموع
الدرجة الكلية للصلابة النفسية		

تصحيح المقياس : أربعة بدائل هي : لا و تنال صفرا , قليلا و تنال درجة واحدة . متوسطا و تنال درجتين , كثيرا و تنال ثلاث درجات .و بالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين 0 و 144 و ارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية .

مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية :

- اذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (48_78) فان هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض .

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (79_109) فان هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط .

- إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (110_144) فان هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع .

الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :

تقنين مقياس الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية م قبل الأستاذ الدكتور بشير معمرية (معمرية 2011,ص485)

- **عينة التقنين :**

تكونت عينة التقنين من 392 فردا منهم 191 ذكورا و 201 اناث , تراوحت أعمار عينة الذكور بين (15الى 50 سنة) بمتوسط حسابي قدره 20,73 سنة و انحراف معياري قدره 4,78 سنة , وتم سحب العينتين الذكور و الاناث من تلاميذ و تلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة و من كليات جامعة الحاج لخضر – باتنة _ و شملت الطلبة و الموظفين و الأساتذة و من مراكز التكوين المهني و التكوين شبه الطبي بمدينة باتنة .

تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية من قبل الباحث شخصيا (بشير معمرية) , و استغرقت عملية التطبيق شهر : جانفي فيفري مارس من سنة 2011.

- الصدق و الثبات على عينة الدراسة :

الصدق التمييزي :

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

الجدول رقم (2) يوضح قيمة "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور:

عينة المتغير	العينة العليا = 26		العينة الدنيا = 26		قيمة "ت"
	ع	م	ع	م	
الالتزام	2,24	23,67	3,43	24,71	
التحكم	2,93	20,78	5,61	15,17	
التحدي	1,66	25,22	2,17	35,96	
الدرجة الكلية	6,91	71,42	18,8	13,41	
قيمة "ت" احصائيا عند مستوى 0,001					

يتبين من قيمة "ت" في الجدول أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين و المنخفضين في الصلابة النفسية , مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور .

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

جدول رقم (3) يوضح قيمة "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطيين الحسابيين لعينة الاناث :

قيمة "ت"	العينة الدنيا = 26		العينة العليا = 26		عينة المتغير
	ع	م	ع	م	
17,64	2,27	29,07	2,27	40,36	الالتزام
13,81	4,75	25,50	2,29	40	التحكم
10,20	7.72	24,5	3,30	41,64	التحدي
20,67	11,53	72,61	5,84		الدرجة الكلية
قيمة "ت" دالة احصائيا عند مستوى 0,001					

يتبين من قيمة "ت" في الجدول أن المقياس يتمتع بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين و المنخفضين في

الصلاية النفسية مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى الاناث .

الثبات :

تم حساب الثبات بطريقتين :

الجدول رقم (3) يمثل معاملات الثبات بطريقة اعادة التطبيق و طريقة حساب معامل ألفا كرونباخ .

معاملات الثبات	حجم العينات	جنس العينات	نوع معامل الثبات
0,714	46	ذكور	طريقة إعادة التطبيق بعد (18 يوم)
0,721	49	اناث	
0,612	95	ذكور و اناث	
0,823	46	ذكور	معامل ألفا كرونباخ
0,831	49	اناث	
0,826	95	ذكور و اناث	
تكون دالة احصائيا عند مستوى 0,01			

يتبين من خلال معاملات الصدق و الثبات التي تم الحصول عليها أن المقياس الصلابة النفسية يتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية مما يجعله صالحا للاستعمال بكل اطمئنان سواء في مجال البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي (شرقي , 2020 ,ص150)

02 مقياس صورة الجسم :

أعد مقياس صورة الجسم من طرف محمد النوبي علي بهدف تشخيص صورة الجسم لأشخاص المعوقين بدنيا و العاديين سنة 2010 يتكون المقياس من 30 بندا موزعين على 5 أبعاد و التي تتناول : تقبل أجزاء الجسم , المنظور الاجتماعي لشكل الجسم ,المحتوى الفكري لشكل الجسم ,حيث وضع أربع بدائل و هي (كثيرا , أحيانا , نادرا , أبدا) موزعة على 4 درجات و هي (1_2_3_4) في العبارات الموجبة و عكس ذلك في العبارات السالبة (1_2_3_4) .

و قد تم تعديل بعض عبارات المقياس من طرف بعض الباحثين , لتلائم مع عينة الدراسة , و ذلك تتراوح الدرجات بين 90 لأعلى درجة و 0 لأقل درجة .

صدق المحكمين :

قام الباحثين بعرض المقياس على مجموعة المحكمين من أساتذة متخصصين في علم النفس و التربية , و قد تم تعديل بعض العبارات بناء على ما اتفق عليه الأساتذة المحكمين .

ثبات المقياس :

من أجل حساب ثبات المقياس استعملت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ و الذي يعتبر من أهم أدوات الاتساق الداخلي للمقياس

حيث تمت معالجة البيانات الإحصائية من خلال الاستعانة ب (spss).

و قد تم حساب الثبات الكلي لمقياس صورة الجسم بطريقة ألفا كرونباخ .

جدول رقم (04) يوضح معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس صورة الجسم .

المقياس	العبارات	معامل ألفا كرونباخ
صورة الجسم	30	0,92

خلاصة :

عرضنا في هذا الفصل الإجراءات الميدانية المتبعة في الدراسة حيث تطرقنا الى الدراسة الإستطلاعية ثم المنهج المستخدم و المتمثل في المنهج العيادي و أدوات الدراسة التي تم الإعتماد عليها في جمع البيانات وهي الملاحظة و المقابلة و مقياس الصلابة النفسية و مقياس صورة الجسم .حيث يعتبر هذا الفصل الأهم للوصول الى نتائج , و سوف ننتقل في الفصل الأخير الى عرض الحالات التي تمت عليها الدراسة الأساسية و مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات .

الفصل الخامس :

عرض و تحليل نتائج الدراسة

1. عرض و تحليل النتائج .
2. عرض و تحليل نتائج المقابلة مع الحالة الأولى .
3. عرض و تحليل نتائج المقابلة مع الحالة الثانية .
4. تحليل العام للمقابلات .
5. مناقشة الفرضية في ضوء نتائج البحث .
6. الخلاصة

عرض و تحليل النتائج :

في البداية طلبنا إجراء المقابلة مع توضيح السبب وراء ذلك بعد قبولهم الأمر تمت الجلسات مع الحالتين بعد أن قمنا بطمئننتهما أن المعلومات تكون خاصة لغرض الدراسة مع عدم ذكر الاسم .

عرض و تحليل النتائج مع الحالة الأولى :

تقديم الحالة الأولى:

-الاسم: (م.ق)

-السن: 62 سنة.

-الجنس: أنثى.

- المستوى التعليمي: بدون.

- المستوى المعيشي: متوسط.

-عدد الإخوة: 6

-ترتيبها وصل الإخوة: الوسط.

-الحالة العائلية: متزوجة.

-عدد الأبناء: 2.

- مده الإصابة بالمرض: سنة.

- السوابق المرضية: لم يسبق للحالة أن عانت من أي مرض يذكر.

- السوابق العائلية للمرض: لا يوجد.

ملخص المقابلة:

عاشت الحالة طفولة عادية بدون مشاكل أو أحداث بارزة كانت علاقتها جيدة مع الوالدين والإخوة في جو أسري تقليدي متدين ومحافظ ولم تتمكن من الإلتحاق بمقاعد الدراسة لأن حسب تصريحها أن البنات في عائلتها ومحيطها في تلك الفترة لا تدرسن ذلك لعدم وعي أهاليهم لأهمية الدراسة للبنات بالإضافة إلى سكنهم في منطقة نائية.

تزوجت وهي بعمر 23 سنة، أنجبت أولاً البنت في العام الأول من الزواج وبعدها استعملت حبوب منع الحمل ثلاث سنوات لتتجنب بعدها الابن الثاني مع أنها لم تعد تستعمل حبوب منع الحمل بعد ابنها إلا أنها لم تحمل بعدها لكن لم تستشر أي طبيب نسائي للعلاج أو لمحاولة الحمل مرة أخرى إلى غاية إنقطاع الطمث وهي في حوالي 45 سنة.

تعيش الحالة مع أسرتها المكونة من الزوج و الإبن والكنة مع الحفيد وابنتها المتزوجة تقيم بالقرب منهما، ولديهما طفلتين الزوج متقاعد وهي ماکتة في البيت لا تعاني من أي مشاكل عائلية أصيبت بالمرض منذ

سنة حيث بدا عليها بعض الالتهابات في البول والحرارة في القدمين ثم أصبح ينزل عليها ماء بكثرة، وعند استشارة الطبيب أعطاهم تحاليل وإجراء خزعة للإختبار " biopsy test " ، أي الخزعة لتشخيص الإصابة بالسرطان وبعد تأكيد الإصابة تم توجيهها إلى الطبيب المختص ومن ثم تحويلها إلى مستشفى الحياة حيث قام الطاقم الطبي مع طبيبيها المعالج باجتماع لقراءة ملفها وتقييم الحالة ومن وضع بروتوكول علاجي يتناسب مع وضعها.

تصرح الحالة : "الأطباء فهموني المرض تاعي وطمنوني علاقتي معاهم مليحة وقالوا ليا الماكلة لي مليحه ولي نقص منها كما تقول أن المرض في حد ذاته لا يشعرها بأي ألم لكن منذ بدأت العلاج الكيماوي وكذلك العلاج بالأشعة أصبحت تصاب بآلام رهيبية وخاصة في الظهر وتصرح الحالة أنها كانت متوقعة أنها مصابة بسرطان قالت: كي خبرني الطبيب وقال لي راه عندك سرطان قتله كنت عرفتها وما تقلقتش ولا تصدمت وتقبلت المرض تاعي عادي الحمد لله لأنه من عند ربي على عكس بنتي وراجلي وخوتي قعدوا بيكوا وأنا قعدت نصبر فيهم ما خفت من المرض ما والو عندي أمل إن شاء الله نبرا ونرتاح منه وهذه المرة قالوا لي الأطباء بعض المراقبة تشوفه ممكن نعمل عملية جراحية إذا ما عطائش العلاج نتيجة مطلوبة ومن خلال المقابلات والملاحظات سجلنا تقبل للظروف الجديدة والتغيرات الطارئة تتكلم بطلاقة تلقت الدعم الأسري والمساندة الأسرية اللازمة التي ساعدتها على تجاوز المرض ، كما أنها أجابت بعد سؤالها على أنها تتقبل جسمها بشكل طبيعي بعد المرض ، و ان هذا التغيير في عضو من جسمها لا يشكل لها فارق و أنها راضية على صورة جسمها ، و لا يعيقها ذلك في مقابلة الناس أو المشاركة في المناسبات و لكن بالرغم من ذلك أصبحت لا تحب الأجواء التي فيها الاكتظاظ و تفضل الهدوء " وتقول أنها منذ إصابتها بالمرض أصبحت لا تشارك في المناسبات والأفراح ولا تفضل حضورها وهي من تتلقى زيارات الأقارب في الأعياد وتقول " مانحشمش نتكلم عليه عادي قدام الناس وعائلي ومعارفي وزيد هذا المرض ما اثرش عليا لا في الميزان ولا في الشهية ناكل عادي " .

. كما انها تشعر بالمسؤولية اتجاه عائلتها تلتزم بدورها داخل العائلة كربة بيت و قدرتها على التحكم و اتخاذ القرارات من أجل مصلحة افراد العائلة حيث قالت " ولادي يشاوروني و يسعفوني في كل شيء و يدعموني " تستخدم ميكانيزمات دفاعية تصرح بمشاعرها تتجاوب مع الحوار متفائلة . المرض لم يعيقها على أداء وظائفها من المنزل ونجد دعم الكنة في الأشغال المنزلية ، كما أن لديها رغبة في مقاومة المرض و تسعى من أجل الشفاء و تتمنى زيارة بيت الله الحرام ، متقبلة للمرض و تسعى لتحدي هذا المرض و التغلب عليه .

تطبيق مقياس الصلابة النفسية :

قمنا بتطبيق مقياس الصلابة النفسية "لأحمد مخيمر " على الحالة دامت مدة التطبيق 15 دقيقة بحيث جرى تطبيقه في ظروف جيدة و رضا تام للحالة في الإجابة على البنود و الأسئلة , و احساسها بالراحة عند الإجابة .

جدول رقم (05) نتائج تطبيق المقياس :

بعد التحدي		بعد التحكم		بعد الالتزام	
رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص
03	03	03	02	01	03
01	06	02	05	04	02
01	09	03	08	07	00
03	12	00	11	10	03
03	15	03	14	13	03
03	18	01	17	16	02
03	21	02	20	19	03
01	24	02	23	22	03
03	27	02	26	25	02
03	30	02	29	28	01
03	33	00	32	31	03
02	36	01	35	34	02
02	39	03	38	37	03
03	42	01	41	40	03
03	45	02	44	43	03
03	48	02	47	46	03
40 درجة	مجموع بعد التحدي	29 درجة	مجموع بعد التحكم	39 درجة	مجموع بعد الالتزام
متوسط	مستوى بعد التحدي	متوسط	مستوى بعد التحكم	متوسط	مستوى بعد الالتزام
108 درجة		مجموع الدرجات الكلية للإجابة على المقياس .			
(109_79) درجة		مجال الدرجة الكلية المتحصل عليها .			
متوسط		مستوى الصلابة النفسية لدى الحالة .			

تعقيب على الجدول :

من خلال نتائج المتحصل عليها من مقياس الصلابة النفسية (108 درجة) ينتمي الى مجال (79_109) و هذا يدل على الحالة لديها صلابة نفسية متوسطة و ذلك يبين أن الحالة لديها القدرة على مكافحة المرض . النفسية , أما فيما يخص بعد الالتزام فقد تحصلت الحالة على (39درجة) و التي تنتمي الى مجال (33_48) ما يعني أن الحالة مستوى مرتفع من الالتزام , أما التحكم فتحصلت الحالة على (29 درجة) و التي تنتمي الى مجال (17_32) و يعني أن الحالة مستوى متوسط من التحكم , و تحصلت الحالة في بعد التحدي على (40درجة) و التي تنتمي الى مجال (33_48) ما يدل على مستوى مرتفع من التحدي . و من خلال النتائج المتحصل عليها تبين أن الحالة لديها مستوى متوسط من الصلابة .

عرض نتائج الحالة الأولى :

من خلال هذا الجدول تبين لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة الالتزام , التحكم ,التحدي سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما اذا كان مرتفع , متوسط , منخفض و النتائج كالتالي :

حيث تحصلت الحالة على 39 درجة في بعد الالتزام و 29 درجة في بعد التحكم أما فيما يخص بعد التحدي تحصلت على 40 درجة , و هذا ما يدل على أن الحالة لديها مستوى متوسط من الصلابة النفسية و هذا ما برز لنا قدرتها على مواجهة المرض و تقبله و التعايش معه .

تطبيق مقياس صورة الجسم :

تم تطبيق مقياس صورة الجسم "لمحمد النوبي " على الحالة دامت مدة التطبيق 20 دقيقة

المحتوى الفكري لشكل الجسم		المنظور الاجتماعي لشكل الجسم		المنظور النفسي لشكل الجسم		تناسق العام لأشكال الجسم		تقبل أجزاء الجسم المعيبة	
رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص
03	05	01	04	03	03	02	02	03	01
03	10	02	09	03	08	01	07	01	06
03	15	01	14	02	13	00	12	01	11
03	20	03	19	03	18	03	17	00	16
00	25	03	24	02	23	03	22	03	21
01	30	03	29	01	28	03	27	00	26
13	مجموع البعد	13	مجموع البعد	14	مجموع البعد	12	مجموع البعد	08	مجموع البعد
60 درجة				الدرجة الكلية للإجابة على المقياس					
مرتفع				مستوى تقبل صورة الجسم لدى الحالة					

تعقيب على الجدول :

من خلال الجدول تحصلت الحالة (م.ق) من خلال نتائج مقياس صورة الجسم على درجة (60) ما يعني مستوى مرتفع و هذا يدل على أن الحالة تعاني من عدم تقبلها لصورة جسمها و ذلك بسبب اصابتها بسرطان الرحم .

عرض نتائج الحالة :

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس صورة الجسم حيث تحصلت على الدرجة الأقل (08) تعود لتقبل لأجزاء الجسم المعيبة بينما الدرجة الأكثر (14) تعود المنظور النفسي لشكل الجسم أما بالنسبة للبعد الثاني تحصلت على درجة (12) و البعد الرابع كانت درجتها (13) أما للنسبة للبعد الأخير تحصلت على درجة (13) , تبين أن الحالة لديها نظرة سلبية عن جسمها و عدم تقبله و ذلك من خلال عدم الرضا و

القبول حيث تحصلت على مجموع درجة 60 و هي درجة مرتفعة و هذا يعني أن الحالة لديها عدم تقبل في صورة الجسم .

عرض و تحليل نتائج الحالة الثانية :

تقديم الحالة الثانية:

- الاسم: ر.ق

-السن:58 سنة.

-الجنس: أنثى.

-مده الإصابة

-المهنة: بدون.

-الحالة العائلية: متوسطة.

-عدد الأبناء: 6

-الحالة الاجتماعية: متوسطة.

-المستوى الدراسي: السادسة ابتدائي

-السوابق المرضية: الربو، ضغط الدم.

-السوابق العائلية للمرض: الخال سرطان الكبد.

الحالة في المرحلة المتوسطة من عمرها كانت تعاني من الربو وبعد تقدمها في السن أصيبت أيضا بضغط الدم وفي مرحلة كورونا أي في 2021 قامت بفحص واختبار كورونا وذلك لأنها أصبحت كثيرة السعال لكن الاختبار كان سلبي وبعد عدة تحاليل وأشعة اكتشفت الإصابة بسرطان الرحم بعد البدء في البروتوكول العلاجي بفترة اكتشفت أيضا إصابتها بسرطان الكبد.

ملخص المقابلة:

الحالة ر.ق تبلغ من العمر 58 سنة تعيش مع أسرتها المتكونة من الزوج و الإبن والبنت لديها ثلاث بنات متزوجات والإبن البكر يعمل في ولاية أخرى لم يعد يقيم معها وتقول أن سبب تدهور صحتها بعد استجابتها لعلاج سرطان الرحم وعند اكتشافها إصابتها للمرة الثانية بسرطان الكبد كان بسبب طلاق إبنها البكر والتغيير الذي طرأ في حياتها حيث تقول " حسيت الدار فرغت عليا مرة وحدة زوجة تاعه (الكنة) دارت له الخلع ودات معها أربع أولاد كنت أنا مربيتهم ومنعت علي حق الزيارة وهذا التغيير والظروف ماتقبلتهمش وأصبحت نبكي بزاف ومرضت وبعدها اكتشفت إصابتي بسرطان الكبد غير هذا فإن منذ إصابتي بالمرض أصبح زوجي متسلط أكثر لا يتركني أخرج وكذلك يراقبني بكثرة أنا مادابيا لو كان نخرج ونروح للمسجد من حيث نصلي في الجامع ونقرأ القرآن ولكن ما يسمحليش، غير هذا فإن علاقتي جيده مع

إخوتي وأمي وبناتي حيث اكتشفت المرض منذ ثلاث سنوات كان معي الزوج حيث أنه يرافقني في كل مكان أذهب إليه وبينما أخبرني الطبيب بالتشخيص انصدمت وبكيت وكذلك الزوج وبعد الذهاب إلى البيت أخبرت كل العائلة ,الأبناء والاخوة فقط الأم لم أخبرها خفت عليها لأنها كبيرة في السن , وتعتني بأخي مصاب بمرض عقلي لم أريد أن أزيد عليها همها حيث أنني الأخت الوسطى في وسط أربع إخوة وتلقيت الدعم والمساندة المادية والمعنوية من إخوتها وعائلتها وهذا ما ساندني على تقبل والتأقلم مع حالتي الجديدة ولم يعقني المرض عند القيام بوظائف المنزلية أنظف البيت أطبخ عادي فقط اليوم الذي أتلقى فيه العلاج أشعر بالتعب عند العودة إلى المنزل لكن في اليوم الموالي استمر عادي ليس لدي أي ألم فقط في بداية تلاقي الكيمياءيات في الحصة الأولى كنت أعاني من الغثيان والدوخة لكن بعدها تأقلمت مع العلاج و أوصل حياتي عادي أتمنى أن أشفى من المرض وأمنيته أن أعتمر وأزور الكعبة غير هذا أعيش أيامي كأبي امرأة صباح أنظف البيت أجهز الغداء للزوج والابن وفي المساء أشاهد مسلسلات في الهاتف أو مرات أقرأ القرآن وفرحت لأنني صمت شهر رمضان كامل ولم أتعب وكذلك صليت رغم أن المرحلة التي أمر عليها أخطر لكن الحمد لله صمته كاملاً فقد أصبحت لاتحمل المشاكل أو سماع أخبار محزنة ولا أذهب إلى أي زيارات أو مناسبات خاصة الجنائز لأنني في جنازة أحد الأقارب أغمي علي وأخذوني إلى المشفى غير هذا ليس لدي أي صعوبات في حياتي.

من خلال المقابلات والملاحظة للحالة التي تستعمل الآلية الدفاعية كالمقاومة و الانكار بحيث تضع حجة زوجها في عدم رغبته لحضورها الأفراح و المناسبات تقول عدم مشاركتي للأفراح و المناسبات ليست بسبب صورة جسمي أو المرض بل بسبب زوجي أصبح يرفض خروجي و مشاركتي في هذه الأحداث" فلا يسمح لها باتخاذ أي قرار فهو الذي يتخذ القرارات بصفة نهائية نيابة عنها , و لكن بالرغم من ذلك تظهر بصورة متقائلة و متقبلة للمرض حيث تقول "الحمد لله وأتقبل المرض و التغيير الذي حصل في جسمي لا يشعرني بأي نقص " لم يؤثر عليا و على نظرتي لجسمي و نفسي و لم يحرمني أمام معرفي و أقاربي عادي نهائية فهي ترى أنها ليست ملتزمة بأمور حياتها , و رغم اعتقادها بقدرتها السيطرة على الأحداث سواء عندها أو أحد أفراد عائلتها لكن منذ اصابتها بالمرض أصبح زوجها يمنعها من التدخل في أي نزاع أو قضية أي أنها لا تستطيع التحكم في نفسها , وفي نفس الوقت تبكي كذلك عند الحديث عن أمها وكيف أخفت عنها الإصابة بالمرض كذلك تبكي بحرقه عند تحويل الكلام إلى أبنائها تشعر بالفخر حيث ترى أنها وفقت في تربية أبنائها خاصة البنات وتقول أنها بعيدة وسعيدة بنجاحهم في الدراسة حيث تسقط حالتها عليهم يقولها اللي ما درتهش

أنا بغيت بناتي يديروه بالإشارة أنها لم تواصل تعليمها وكذلك معاناتها مع زوجها المتسلط لكن رغم ذلك لديها رغبة في الشفاء و محاربة المرض .

تطبيق مقياس الصلابة النفسية للحالة الثانية:

قمنا بتطبيق مقياس الصلابة النفسية "لأحمد مخيمر «على الحالة دامت مدة التطبيق 15 دقيقة بحيث كانت الحالة متجاوبة مع الأسئلة بكل ثقة ودامت مدة تطبيق المقياس 15 دقيقة.

جدول رقم (07) نتائج تطبيق المقياس:

بعد التحدي		بعد التحكم		بعد الالتزام	
رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص
01	03	00	02	02	01
00	06	01	05	00	04
02	09	03	08	01	07
03	12	03	11	02	10
03	15	00	14	01	13
02	18	03	17	02	16
02	21	03	20	03	19
02	24	03	23	03	22
00	27	00	26	02	25
01	30	02	29	03	28
00	33	01	32	02	31
01	36	03	35	02	34
00	39	03	38	00	37
01	42	01	41	02	40
03	45	02	44	02	43
01	48	01	47	01	46
22	مجموع بعد التحدي	29	مجموع بعد التحكم	28	مجموع بعد الالتزام
متوسط	مستوى بعد التحدي	متوسط	مستوى بعد التحكم	متوسط	مستوى بعد الالتزام
79 درجة		مجموع الدرجات الكلية للإجابة على المقياس .			
109_79) درجة		مجال الدرجة الكلية المتحصل عليها .			
متوسط		مستوى الصلابة النفسية لدى الحالة .			

تعقيب على الجدول :

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس الصلابة النفسية حيث تحصلت الحالة على (79 درجة) و هذا ما يدل أن الحالة لديها مستوى متوسط من الصلابة النفسية , أما فيما يخص بعد الالتزام فقد تحصلت الحالة على (28 درجة) و التي تنتمي الى مجال (17_32) ما يعني أن الحالة مستوى متوسط من الالتزام , أما التحكم فتحصلت الحالة على (29 درجة) و التي تنتمي الى مجال (17_32) و يعني أن الحالة مستوى متوسط من التحكم , و تحصلت الحالة في بعد التحدي على (22 درجة) و التي تنتمي الى مجال (17_32) ما يدل على مستوى متوسط من التحدي . و من خلال النتائج المتحصل عليها تبين أن الحالة لديها مستوى متوسط من الصلابة و هذا ما يجعلها تقاوم المرض و مواجهته.

عرض نتائج الحالة الثانية :

من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس الصلابة النفسية للحالة , حيث تبين أن للحالة مستوى متوسط من الالتزام بالرغم من صعوبات المرض الا أنها تواجه الحياة و قائمة بمسئولياتها و واجباتها , و أن للحالة مستوى متوسط من التحكم و يظهر ذلك في قدرتها على اتخاذ القرارات و مواجهة المشاكل و الضغوطات , و فيما يخص التحدي لديها مستوى متوسط بالرغم من مرضها الا أنها تسعى لمواجهة المرض و المثابرة لكي تستمر في حياتها .

و من هنا نستنتج من خلال الابعاد الثلاثة الالتزام , التحكم , التحدي أن للحالة صلابة نفسية متوسطة بدرجة (79) مقارنة بنتائج اختبار مقياس الصلابة النفسية بدرجة (79_108)

جدول رقم (08) مقياس صورة الجسم :

تم تطبيق مقياس صورة الجسم "لمحمد النوبي" على الحالة دامت مدة التطبيق 20 دقيقة .

تقبل أجزاء الجسم المعيبة		تناسق العام لأشكال الجسم		المنظور النفسي لشكل الجسم		المنظور الاجتماعي لشكل الجسم		المحتوى الفكري لشكل الجسم	
رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص	رقم البند	إجابة المفحوص
01	02	02	02	03	02	04	01	05	02
06	01	07	03	08	02	09	02	10	01
11	02	12	01	13	01	14	02	15	02
16	03	17	03	18	02	19	02	20	03
21	03	22	02	23	00	24	01	25	00
26	02	27	01	28	01	29	03	30	01
مجموع البعد	13	مجموع البعد	11	مجموع البعد	08	مجموع البعد	11	مجموع البعد	09
مجموع الدرجة الكلية للإجابة على المقياس		52 درجة							
مستوى تقبل صورة الجسم لدى الحالة		مرتفع							

تعقيب على الجدول :

تحصلت الحالة (ر.ق) من خلال نتائج مقياس صورة الجسم على (52درجة) ما يعني مستوى مرتفع و هذا ما يدل على أن الحالة لديها نظرة سلبية عن صورة جسمها و عدم تقبلها للمرض .

عرض نتائج الحالة الثانية :

من خلال النتائج المتحصل عليها من مقياس صورة الجسم , حيث تحصلت الحالة على درجة الأقل (08) تعود للمنظور النفسي لشكل الجسم حيث أن الحالة تعاني من تناقض فكري مما انعكس على نفسياتها و نظرتها لشكل الجسم , بينما تحصلت على الدرجة الأكثر (13) تعود لتقبل أجزاء الجسم المعيبة , أما بالنسبة للبعد الثاني تحصلت على درجة (11) , بينما البعد الرابع تحصلت (11) , أما فيما يخص البعد الأخير تحصلت على درجة (09) . و بالتالي فإن الدرجة الكلية تحصلت على (52) درجة مما تبين أن الحالة تعاني من نقص في تقبلها لصورة الجسم .

تحليل العام للمقابلات :

من خلال المقابلة و الملاحظة العيادية و مقياس الصلابة النفسية و مقياس صورة الجسم تبين أن الحالات المدروسة لديهن مستوى متوسط من الصلابة النفسية وهذا ما يؤثر على تقبل صورة الجسم . الحالة الأولى (م.ف) و الحالة الثانية (ر.ق) تحصلن على مستوى متوسط من الصلابة النفسية , حيث تأكد ذلك من خلال نتائج مقياس الصلابة النفسية المطبق في هذه الدراسة حيث تحصلت الحالة الأولى على درجة (108) و الحالة الثانية (79) مما تبين أن مستوى الصلابة النفسية لديهن متوسط . و تحصلن في مقياس صورة الجسم على مستوى مرتفع حيث تحصلت الحالة الأولى على (60) درجة و الحالة الثانية على درجة (52) و هذا راجع الى مرض السرطان الذي أثر عليهن من الناحية النفسية التي يتعرضن لها و المواقف و الأحداث التي يعيشتونها , و رغم أن لديهن صورة سلبية و غير متقبلة لصورة الجسم إلا أنهم يواجهون الظروف من أجل العلاج .

مناقشة الفرضية :

دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

من خلال النتائج المتحصل عليها في مقياس الصلابة النفسية و مقياس صورة الجسم و من خلال المقابلات العيادية مع الحالتين تبين أن الفرضية تحققت جزئياً لأن مستوى الصلابة النفسية كان متوسط و ذلك أن المعاناة التي تتعرض لها نتيجة مرض السرطان و ما يخلفه من تأثيرات على الجانب النفسي و الصورة الجسمية , و أن دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم أي في كلا الحالتين التي تم دراستهما لهما درجة الصلابة النفسية متوسطة نتج عنها عدم تقبل لصورة الجسم .

إنّ دور الصلابة النفسية و أبعادها (الالتزام , التحكم , التحدي) ينعكس على تقبل صورة الجسم لدى مرضى السرطان الرحم .

و قد اتفقت هذه النتيجة مع الدراسات السابقة و هذا ما أكدته دراسة (إبراهيم , 2007) التي أشارت الى وجود علاقة ارتباطية مرتفعة بين الصلابة النفسية و الرضا عن صورة الجسم لدى أفراد العينة , كما تشابهت مع ما توصلت اليه دراسة (الشهري , 2015) التي توضح وجود مستوى مرتفع من الصلابة النفسية لدى أفراد العينة الكلية ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة

احصائياً بين الصلابة النفسية و جودة الحياة . و اختلفت مع دراسة (أستريد و آخرون , 2010) و أظهرت النتائج أن الناجيات من سرطان الثدي لديهن صورة سلبية عن أجسامهم حيث بعد الشفاء من السرطان . تعمل الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة كعنصر مقاومة وقائي يخفف من الإصابة بالإجهاد و التعب و الأحداث الضاغطة النفسية التي تتعرض لها المرأة المصابة بسرطان الرحم أثناء جلسات العلاج من توتر و ألم , الا أن تحليلها للصلابة النفسية و تقبلها لصورة جسمها يرفع من قدرتها على التحكم الجيد في الانفعالات و القدرة على مواجهة المرض و الضغوط .

فإن الصلابة النفسية المرتفعة تؤدي الى تقبل صورة الجسم و إذا كانت الصلابة النفسية منخفضة فهذا يؤدي الى عدم تقبل صورة الجسم .

إذا الصلابة النفسية لها دور في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم .

الخلاصة :

لقد كان الهدف من هذه الدراسة هو معرفة دور الصلابة النفسية في تقبل صورة الجسم لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم فعلى الرغم من المعاناة التي يسببها هذا المرض سواء كانت نفسية أو جسدية إلا أن المرأة المصابة بسرطان الرحم تتمتع بصلابة نفسية متوسطة و تحاول التكيف مع المرض و مقاومته إلا أن لديها نظرة سلبية حول جسمها مما يجعلها عدم تقبلها لصورة الجسم .

و نتيجة لهذه الدراسة تشير الى خطورة مرض السرطان و تأثيره على صورة الجسمية للمرأة و الآثار النفسية التي ينجم عنها هذا المرض . إضافة الى تحمل و مواجهة الضغوطات و المشاكل لتكوين ما يسمى الصلابة النفسية .

الإقتراحات و التوصيات

وفي الأخير نقوم بوضع بعض الإقتراحات و التوصيات و التي قد تساعد في الوصول الى نتائج أفضل و هي ما يلي :

- ❖ اعداد برامج توعية لصالح النساء المصابات بسرطان الرحم مع تحديد احتياجاتهم النفسية .
- ❖ يجب على العاملين و المتخصصين في الصحة النفسية من أخصائيين نفسانيين و اجتماعيين العمل ضمن استراتيجية لمرافقة المريضة المصابة و التكفل بها منذ بدأ تشخيص بالمرض حتى بعد الانتهاء من العلاج.
- ❖ التنويه الى ضرورة تكفل النفسي لدى المصابات بسرطان الرحم .
- ❖ القيام باستشارات نفسية منزلية برفقة الطبيب المعالج .
- ❖ تصميم برامج علاجية لتعزيز الصلابة النفسية .

قائمة المراجع :

1. الأشرم , رضا إبراهيم محمد . (2018) . صورة الجسم و علاقته بتقدير الذات لذوي الإعاقة البصرية رسالة لنيل شهادة ماجيستر كلية التربية .
2. الأنصاري , منى صالح .بروفيل ادراك الذات البدنية لطالبات المرحلة الثانوية , مجلة العلوم النفسية (3)
3. العبدلي , خالد بن محمد. (2012) .الصلابة النفسية و علاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب مرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا و العاديين , رسالة ماجيستر , جامعة أم القرى .
4. أديب محمد الخالدي.(2009).المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة , ط1, عمان: دار وائل.
5. أحمد بن عبد الله , محمد العيافي , الصلابة النفسية و أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام و العاديين , أطروحة مقدمة لنيل شهادة الماستر ,مكة المكرمة و محافظة الليث .
6. أنطوان نعمة و آخرون .(2000).المنجد في اللغة العربية المعاصرة ,بيروت: دار الشرق .
7. أحمد عبد الفتاح , ولاء.(2019) . صورة الجسم و علاقتها بالتوجيه نحو الحياة لدى عينة من طالبات الجامعة المتزوجات , مجلة العلوم التربوية و النفسية 3. (5).
8. أبو علام ,رجاء محمود.(2005) . , مناهج البحث في العلوم النفسية,ط4, مصر .
9. أمال بنت صالح الشريدة .(2021).الصلابة النفسية و علاقتها باتجاه الطلبة "مرتفع ,منخفض" لاستخدام الأنترنت في كلية التربية , المجلة العربية 04(36)
10. آية بواحبال , سامية شبار. تقبل المرض و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة مريضات السرطان دراسة مقارنة بين مريضات سرطان الرحم و سرطان الثدي, جامعة باتنة 1الحاج لخضر, مجلة المحترف لعلوم الرياضة و العلوم الإنسانية و الاجتماعية , 09 (02)
11. أميرة, أحمد عبد صلاح. (2019). المساندة الاجتماعية و علاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي , رسالة ماجيستر ارشاد نفسي تربوي , جامعة القدس المفتوحة وفلسطين .

12. أحمد ,سعيد زيدان.(2016).الصلابة النفسية و مستوى الطموح كمنبئات بالأنشطة الإبداعية لدى طلاب المدارس الثانوية ,جامعة بور سعيد ,مجلة كلية التربية .
13. حامد عبد السلام ,الزهراني.(1989).التوجيه و الارشاد النفسي,ط3, القاهرة :دار عالم الكتب .
14. سعيدة ,عطار.(2018). الفحص النفسي للراشد المفهوم و التقنيات,ط1, الجزائر : النشر الجامعي الجديد
15. سالم ,امحمد علي المشاي . (2020).الصلابة النفسية لدى الأطفال ,جامعة المنصورة , المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ,07(10)
16. شيلي ,تايلور.(2008),علم النفس الصحي,ط1, الأردن : دار الحامد .
17. شدمي , رشيدة.(2015) . واقع الصحة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الرحم و سرطان الثدي , أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه , جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان .
18. راضي ,أحمد زينب نوفل.(2008).الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى و علاقتها ببعض المتغيرات , رسالة ماجستير ,غزة فلسطين .
19. زينب ,محمود شقير.(1998) . الحواجز النفسية و صورة الجسم و التخطيط للمستقبل لدى عينة من ذوي الاضطرابات السوماتوسيكولوجية ,دراسة اكلينيكية متعمقة لذوي التشوهات و مرضى روماتيزم و القلب . المجلة الصرية للدراسات النفسية .08 (19)
20. زينب, محمود شقير.(2005).الشخصية السوية و المضطربة .ط3,القاهرة ,دار النهضة المصرية .
21. مجدي ,محمد الدسوقي.(2006).اضطرابات صورة الجسم ,الأسباب التشخيص الوقاية العلاج سلسلة الاضطرابات النفسية .ط1, مصر : مكتبة أنجلو .
22. محمد بن عبد الرحمن , العقيل.(2013).كل ما تريد أن تعرفه عن سرطان الرحم ,ط1 , السعودية :الجمعية السعودية الخيرية لمكافحة السرطان.
23. مفتاح محمد ,عبد العزيز.(2010). مقدمة في علم النفس الصحة, ط1, الأردن : دار وائل.

24. مادي, صونية. تقدير الذات لدى المرأة مستأصلة الرحم . رسالة لنيل شهادة الماستر ,المركز الجامعي العقيد آكلي , بويرة .
25. محمد ,عودة .(2013). الخبرة الصادمة و علاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط و المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة ,رسالة ماجيستر علم النفس ارشاد نفسي , كلية التربية بالجامعة الإسلامية وغزة .
26. عبد الفتاح ,محمد سالي .(2018). صورة الجسم لدى المراهقين و المراهقات ,10(2) .
27. فاسي , أمال.(2015).الاكتئاب الأساسي لدى مريضات السرطان كنشاط عقلي مميز .أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه, جامعة محمد لمين دباغين, سطيف .
28. فاطمة الزهراء , الزروق.(2015).علم النفس الصحي مجلاته و المفاهيم المنبثقة عنه ,ديوان المطبوعات الجامعية ,الجزائر.
29. كاظم الجبوري و حافظ . صورة الجسم و علاقتها بالقبول الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .مجلة القادسية للعلوم الإنسانية , 03 (10).
30. وليد فاروق , حسين السيد .(2018).دراسة الحالة في مجال اضطرابات النطق و الكلام ,ط1,عمان: دار الشهرزاد .

Références en Français

المراجع بالفرنسية

- 1- Frank Grisir, (2008_2015). Le cancer de l'utérus ligue suisse.
Contre le cancer Berne 2em édition.
- 2- Genevievre cimeou, (2001), le corps ce qu'on dissent, ce
qu'on les .eligions édition science humain.
- 3- Maddie hardiness (2004) ana operatiolization of exisetential
courage journal of humanistic psychology.

قائمة الملاحق :

ملحق (01) مقياس الصلابة النفسية .

التعليمة :

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك و كيف تواجه المواقف و الضغوط في الحياة , اقرأ كل عبارة منها و أجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة (لا _ قليلا _ متوسطا _ كثيرا) و ذلك حسب انطباق العبارة عليك , أجب على كل العبارات .

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
01	مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فاني استطيع تحقيق أهدافي				
02	اتخذ قراراتتي بنفسى و لا تملى علي من مصدر خارجي .				
03	اعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها				
04	قيمة الحياة تكمن في فرض مبادئه و قيمه .				
05	عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها .				
06	اقتحم المشكلات لحلها و لا انتظر حدوثها .				
07	معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة .				
08	نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي و ليس على الصدفة و الحظ				
09	لدي حب استطلاع و رغبة في معرفة الجديد .				
10	اعتقد أن لحياتي هدفا و معنى أعيش لأجله .				
11	اعتقد أن حياة كفاح وعمل و ليست حفا و فرسا .				
12	أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات و العمل على مواجهتها .				
13	لدي مبادئ و قيم التزم بها و احافظ عليها				
14	اعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك لأسباب تكمن في شخصيته .				

				15	لدي القدرة على التحدي و المثابرة حتى انتهي من حل أي مشكلة تواجهني .
				16	لدي أهداف اتمسك بها و ادافع عنها .
				17	اعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي .
				18	عندما تواجهني مشكلة اتخذها بكل قواي و قدرتي .
				19	ابادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي .
				20	من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح .
				21	أكون مستخدم بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث و تغيرات .
				22	ابادر بالوقوف الى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة .
				23	اعتقد أن العمل و بذل الجهد يؤيدان دورا هاما في حياتي .
				24	عندما انجح في حل مشكلة اجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى .
				25	اعتقد أن الاتصال بالآخرين و مشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد .
				26	استطيع التحكم في مجرى حياتي .
				27	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على حلها .
				28	اهتمامي بالأعمال و الأنشطة فوق كثير من اهتمامي بنفسي .
				29	اعتقد أن العمل السيء و الغير ناجح يعود الى سوء التخطيط .
				30	لدي حب المغامرة و الرغبة في استكشاف ما يحيط بي .
				31	ابادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي .
				32	أعتقد أن تأثيره قوي على الأحداث التي تقع لي .
				33	ابادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها .
				34	اهتم بما يحدث حولي من قضايا و أحداث .
				35	أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرف تفكيرهم و تخطيطهم لأنشطتهم .
				36	أن الحياة متنوعة و المثير في الحياة الممتعة بالنسبة لي .
				37	أن الحياة التي تتعرض فيها للضغوط و تعمل عتي مواجهتها هي التي يجب أن نخطط لها .
				38	أن النجاح الذي أحققه بجهدني هو الذي أشعر معه بالمتعة و اعتزاز بسبب الذي أحققه بالصدفة .

				أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها مشاكل نجدها حياة مملة .	39
				أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين و أبادر الى مساعدتهم .	40
				أعتقد أن لي تأثير قوي على ما يجري من أحداث .	41
				أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة و لا تخيفني لأنها أمور طبيعية .	42
				اهتم بقضايا أسرتي و مجتمعي و أشارك فيها كلما أمكن ذلك .	43
				أخطط لأمر حياتي و لا أتركها للحظ و الصدفة و ظروف خارجية .	44
				أن تغيير هو سنة الحياة و المهم هو القدرة على المواجهة بنجاح .	45
				ابقى ثابتا على مبادئ و قيمتي حتى اذا تغيرت الظروف .	46
				اشعر اني اتحكم فيما يحيط بي من أحداث .	47
				أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث .	48

ملحق (02) مقياس صورة الجسم

الرقم	العبارة	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أنظر إلى جسми نظرة سلبية .				
02	أرى أنني مقيدة الحركة بسبب جسمي .				
03	أميل لتغيير بعض ملامح وجهي .				
04	أفضل البقاء في المنزل عن الخروج منه .				
05	أشعر أن الناس لا يروني جذابا .				
06	أحاول تجنب النظر في المرأة في غرفتي .				
07	أشعر أن أجزاء جسمي مختلفة عن الآخرين .				
08	أشعر بأنني غير قادر على فهم طبيعة الآخرين .				
09	أنتقادي حضور المناسبات الاجتماعية كالأفراح أو غيرها .				
10	أحزن عند النظر الى شكلي في المرأة				
11	أشعر بعدم الرضا عن جسمي .				
12	أتجنب الحركة الكثيرة لعدم وجود تناسق بين أجزاء جسمي				
13	أرى أن ملابسي أقل وجاهة من الأشخاص الآخرين .				
14	أرفض الارتداء الملابس الصيفية التي تبين معالم جسمي				
15	أرى أن شكلي بشع و مقزز .				
16	أقبل جسمي كما هو عليه .				
17	أشعر بأنه من الأفضل إجراء تغيير في شكلي و وجهي .				
18	أرى أن هناك تناقض بين أفكارى و شكلي .				
19	أشعر بالإحراج من مظهري عند خروجي مع زملائي .				
20	يقلقني التغيير في مظهر جسمي .				
21	تزعجني التشوهات الموجودة في جسمي .				
22	أحتاج لجراحة تجميلية لإحداث التناسق في جسمي (شكلي)				
23	أفتقر الى الثقة في شكلي .				

				أَتَجَنَّبُ الْاِخْتِلَاطَ بِالنَّاسِ لِشُعُورِي بِعَدَمِ قَبُولِهِمْ شَكْلِي .	24
				أَرَى أَنَّنِي أَتَمَتَّعُ بِالْقَبُولِ لَدَى النَّاسِ .	25
				أَحْكُمُ عَلَى النَّاسِ تَبَعًا لِأَشْكَالِهِمْ .	26
				يَبْتَعِدُ عَلَيَّ النَّاسُ لِشُعُورِهِمْ بِأَنَّ جِسْمِي غَرِيبٌ .	27
				أَشْعُرُ بِالْقَلْقِ حَوْلَ عَيُوبِي الْجَسْمِيَّةِ .	28
				لَا أَسْتَطِيعُ الْبَقَاءَ طَوِيلًا فِي مَكَانٍ يَتَوَاجَدُ بِهِ النَّاسُ .	29
				لَا أَسْتَطِيعُ التَّفَاعُلَ مَعَ النَّاسِ بِطَرِيقَةٍ طَبِيعِيَّةٍ بِسَبَبِ جِسْمِي .	30