جامعة - يحيى فارس - المدية
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الإجتماعية

الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي

دراسة عيادية لـــ 5حالات بمستشفى محمد بوضياف – المدية -

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية: إرشاد وتوجيه

إعــداد:

- فلاق هاجر
- خالدي نجاة

إشراف :

د- جاب الله يوسف

السنة الجامعية:2019-2020

شكر وتقدير

الحمد لله حمد الشاكرين والصلاة والسلام على رسوله الكريم نبينا محمد . ﷺ . وعلى آله وصحبه أجمعين.

بداية نحمد الله عز وجل كثيرا ونشكر فضله الذي يسر لنا الأمر ومنحنا العزم والصبر على مواصلة البحث والاستفادة من العلم والمعرفة ووفقنا إلى الانتهاء من هذا البحث المتواضع من غير حول منا ولا قوة وما كان لهذا العمل أن يتم إلا بتوفيق الله عز وجل.

نتقدم كنوع من رد الجميل إلى أصحابه بوافر الشكر وعظيم الامتنان إلى الأستاذ " **يوسف جابه الله** " الذي تشرفنا به مشرفا أكاديميا على دراستنا، حيث عزمنا بتوجيهاته التي علنت لها الأثر الواضح في تشجيعنا على القيام بهذه الدراسة بشكلها النهائي واستفدنا من خبراته العلمية في كل جزء من أجزاء الدراسة.

كما نتقدم بخالص الامتنان والشكر إلى المريضات المصابات بسرطان الثدي (عينة البحث) التي دعموا البحث في الجانب الميداني.

نشكر كل من ساعدنا في إتمام هذا البحث من قريب أو بعيد.

شكرا لكم

الإهداء

أهدي ثمرة بحثي المتواضع.....

إلى سندي وقوتي وملاذي .....

إلى من هيأ لي أسباب النجاح وذلل طريق الصعاب.....

إلى ذو الفضل العظيم.....

(الله عز وجل)

إلى ينبوع الحنان.....

إلى التي حملتني وأرضعتني.....

إلى من أفتقدها في الحياة.....

إلى من حملت اسمها في قلبي.....

(إلى أمي الغالية)

إلى الذي يكلله الله بالهداية والوقار.....

إلى من علمني العطاء.....

إلى من حمل اسمه بكل فخر ووقار.....

(إلى أبي العزيز)

إلى من بهم أكبر وعليهم أعتمد.....

إلى شموع متقدة تنير ظلمة حياتي.....

إلى من عرفت معهم معنى الحياة.....

إلى رياحين حياتي ..... إخوتي: " إيمان، رندة، راضية، يوسف، جيلالي "

إلى من أدخل المحبة إلى حياتي

إلى الكتاكيت .... " رفيق، رسيم، ليليان "

إلى كل عائلة " **خالدي** "

نجاة

الإهداء

إلى من يعجز اللسان عن شكرها..... ولا يمل القلب عن ذكرها..... إلى منبع الحنان أمي الحبيبة.

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار..... إلى من أحمل اسمه بكل افتخار إلى سندي في الحياة أبي.

إلى مصدر القوة والتلاحم..... إلى من قاسموني لحظات الحياة حلوها ومرها إخوتي " عبد الرؤوف . أمال . مروان ".

إلى خطيبي حمزة زيان وعائلته.

إلى روح جدي الغالية محمد فلاق رحمه الله.

إلى من تكافتنا يدا بيد ونحن نحصد ثمرة جهدنا صديقتي " خالدي نجاة ".

إلى أساتذتي الذين أكن لهم كل الاحترام والتقدير " جابب الله يوسف . حميدة زهرة . باندو ".

إلى صديقاتي الغاليات إلى رفيقات دربي " سميعة . نهاد . صبيحة . أحلام . هدى . سمية . نشيدة . عبير آ آمال . حياة "..

إلى زملائي وزميلاتي.

هاجر

قائمةمحتويات:

العنوان	الصفحة
الإهداء	–
كلمة الشكر	–
ملخص الدراسة	–
محتويات البحث	–
قائمة الجداول	–
قائمة الأشكال	–
المقدمة	أ–ب
الجانب النظري	
الفصل الأول: تقديم البحث	
1 . إشكالية البحث	**01**
2 . فرضيات البحث	**05**
3 . أهداف البحث	**05**
4 . أهمية البحث	**05**
5 . التعاريف الإجرائية	**06**
6 . الدراسات السابقة	**07**
7 . التعقيب على الدراسات السابقة	**15**
الفصل الثاني: الصلابة النفسية	

تمهيد	**19**
1 . نشأة مفهوم الصلابة النفسية	**19**
2 . مفهوم الصلابة النفسية	**21**
3 . أهمية الصلابة النفسية	**22**
4 . خصائص الصلابة النفسية	**24**
4 . 1 . خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة	**24**
4 . 2 . خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة	**25**
5.أبعاد الصلابة النفسية	**26**
5 . 1.الالتزام	**27**
5 . 2. التحكم	**28**
5 . 3. التحدي	**29**
6 . نظريات الصلابة النفسية	**31**
6 . 1 . نظرية كوبازا	**31**
6 . 2 . نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا	**36**
6 . 3 . نموذج بارتون	**39**
خلاصة الفصل	**43**
الفصل الثالث: سرطان الثدي	
تمهيد	**45**
1 . مفهوم السرطان	**45**

2 . أنواع السرطانات	**45**
3 . مكونات الثدي (البنية التركيبية للثدي)	**46**
4 . تعريف سرطان الثدي	**47**
5 . أورام ثدي المرأة	**48**
5 . 1 . الورم الليفي المتكيس	**49**
5 . 2 . الورمالغددي الليفي	**49**
5 . 3 . الورم الفصي	**49**
6 . أنواع سرطان الثدي	**50**
6 . 1 . السرطان غير الغازي	**50**
6 . 2 . السرطان الغازي	**50**
6 . 3 . سرطان القنوات الموضعي	**50**
6 . 4 . سرطان الفصيصي الموضعي	**50**
7 . مراحل سرطان الثدي	**50**
7 . 1 . المرحلة الصفرية	**50**
7 . 2 . المرحلة الأولى	**51**
7 . 3 . المرحلة الثانية	**51**
7 . 4 . المرحلة الثالثة	**51**
7 . 5 . المرحلة الرابعة	**52**
8 . العوامل المسببة للإصابة بسرطان الثدي	**53**

8 . 1 . العوامل الوراثية	53
8 . 2 . العوامل الهرمونية	54
8 . 3 . العوامل النفسية	54
9 . أعراض سرطان الثدي	54
9 . 1 . أعراض جسمية	54
9 . 2 . أعراض نفسية	55
10 . تشخيص سرطان الثدي	**55**
10 . 1 . الفحص الذاتي (الشخصي)	55
10 . 2 . الفحص الطبي	55
10 . 3 . التصوير بواسطة الأشعة البينية	56
10 . 4 . التصوير بواسطة الموجات فوق الصوتية	56
10 . 5 . التصوير بالرنين المغناطيسي	56
10 . 6 . الفحوص بالإبراة	56
11 . علاج سرطان الثدي	57
11 . 1 . العلاج بالجراحة	57
11 . 2 . العلاج الكيميائي	57
11 . 3 . العلاج بالأشعة	57
11 . 4 . العلاج الهرموني	57
خلاصة الفصل	58

الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
تمهيد	61
1 . منهج الدراسة	62
2 . الدراسة الاستطلاعية	63
3 . الدراسة الأساسية	63
4 . حدود الدراسة	64
4 . 1 . الحدود المكانية	64
4 . 2 . الحدود الزمنية	64
4 . 3 . الحدود البشرية	64
5 . عينة الدراسة	64
6 . خصائص عينة الدراسة	65
7 . أدوات الدراسة	65
7 . 1 . المقابلة العيادية نصف الموجهة	65
7 . 2 . الملاحظة المباشرة	66
7 . 3 . اختبار الصلابة النفسية	66
أ . وصف الاختبار	66
ب . الخصائص السيكومترية للاختبار	69
خلاصة الفصل	74

الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة	
تمهيد	76
1 . عرض نتائج الحالة الأولى	77
1 . 1 . تقديم الحالة الأولى	77
2 . عرض نتائج الحالة الثانية	87
2 . 1 . تقديم الحالة الثانية	87
3 . عرض نتائج الحالة الثالثة	96
3 . 1 . تقديم الحالة الثالثة	96
4 . عرض نتائج الحالة الرابعة	106
4 . 1 . تقديم الحالة الرابعة	106
5 . عرض نتائج الحالة الخامسة	116
5 . 1 . تقديم الحالة الخامسة	116
الفصل السادس: مناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	123
1 . مناقشة الفرضية العامة	123
2 . مناقشة الفرضية الجزئية الأولى	131
3 . مناقشة الفرضية الجزئية الثانية	132
4 . مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة	133
5 . الاستنتاج العام	135

خلاصة الفصل	137
خاتمة	139
التوصيات والاقتراحات	140
قائمة المصادر والمراجع	142
قائمة الملاحق	150

قائمة الجداول:

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
1	يمثل خصائص عينة الدراسة	65
2	يوضح توزيع البنود على الأبعاد	68
3	يوضح قيمة " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور	70
4	يوضح قيمة " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث	71
5	يبين معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألف كرونباخ	71
6	يوضح خصائص العينة حسب الحالة الاجتماعية	72
7	يوضح خصائص العينة حسب المستوى الاقتصادي	73
8	بين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات الحالة (1)	85
9	بين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات الحالة (2)	95
10	بين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات الحالة (3)	104
11	بين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات الحالة (4)	114
12	بين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات الحالة (5)	124

قائمة الأشكال:

الشكل	العنوان	الصفحة
1	يوضح التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية	35
2	يوضح التأثيرات المباشرة للصلابة النفسية	35
3	نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها	37
4	يبين العناصر الفسيولوجية المكونة للثدي	47
5	يمثل الفرق بين الخلية الطبيعية والسرطانية	48
6	يوضح المرحلة الأولى لسرطان الثدي	52
7	يوضح المرحلة الثانية لسرطان الثدي	52
8	يوضح المرحلة الثالثة لسرطان الثدي	52
9	يوضح المرحلة الرابعة لسرطان الثدي	53
10	يوضح انتشار سرطان الثدي في كامل الجسم	53

قائمة الملاحق:

رقم الملحق	نوعه	الصفحة
1	قائمة اختبار الصلابة النفسية (أحمد مخيمر (2002))	**150**
2	دليل المقابلة	**154**

ملخص الدراسة:

عنوان المذكرة: الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، ومعرفة مستوى كل بعد (الالتزام . التحكم . التحدي) من أبعاد الصلابة النفسية لديهم وللتحقق من صحة الأهداف ثم الاعتماد على المنهج العيادي، حيث انطلقت الدراسة من الإشكال التالي:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟

ثم تفرعت منه التساؤلات التالية:

- ما مستوى الالتزام لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟
- ما مستوى التحكم لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟
- ما مستوى التحدي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟

ثم صياغة الفرضيات على أساس هذه التساؤلات.

الفرضية العامة: يوجد مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي

الفرضيات الجزئية:

- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من الالتزام.
- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحكم.
- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحدي.

العينة تم اختبارها بطريقة قصدية تتكون من خمس حالات مصابات بسرطان الثدي في مستشفى محمد بوضياف . المدية . .

تم استخدام مجموعة من أدوات جمع البيانات والمعلومات منها: المقابلة نصف الموجهة، الملاحظة المباشرة، واختبار الصلابة النفسية حيث توصلت إلى النتائج التالية:

. لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى يتراوح بين المتوسط والمرتفع من الصلابة النفسية.

حيث شهدنا كل من الحالة الأولى والثانية والثالثة والخامسة مستوى مرتفع من الصلابة النفسية، أما الحالة الرابعة مستوى متوسط من الصلابة النفسية.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، سرطان الثدي.

مقدمة

مقدمة:

تعد الحياة اليومية بتعقيداتها المختلفة منشأ للكثير من الصراعات والضغوطات النفسية والاجتماعية التي تجعل بعض الأفراد يتميزون بالقدرة على مواجهتها وتجاوزها والتكيف معها وهو ما يسمى في علم النفس بالصلابة النفسية، في حين نجد أفراد آخرين ليس لديهم ذات القدرة ولهذا فقد يتعرضون لأمراض خطيرة مثل السرطان ولهذا تناولته العديد من الدراسات والبحوث، ومن بينها الدراسة الحالية التي تهتم بأحد أنواع السرطان الأكثر شيوعا وهو سرطان الثدي، بحيث تسعى للكشف عن الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

ومن أجل الإلمام بمتغيرات الموضوع وعناصره تم تقسيم البحث إلى (06) فصول، حيث يحتوي الجانب النظري على (03) فصول تمثلت فيما يلي:

الفصل الأول: تقديم البحث حيث يحتوي في مضمونه على إشكالية البحث، الفرضيات، الأهداف، الأهمية، التعاريف الإجرائية، الدراسات السابقة، التعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الثاني: اشتمل على متغير الصلابة النفسية وعناصره من: تمهيد، نشأة، مفهوم الصلابة النفسية، الأهمية، النظريات المفسرة، الأبعاد، خصائص وخلاصة الفصل.

الفصل الثالث: يتضمن سرطان الثدي حيث يتضمن على تمهيد، مفهوم السرطان، أنواع السرطان، مكونات الثدي (البنية التركيبية)، تعريف سرطان الثدي، أورام ثدي المرأة، أنواعه، مراحله، العوامل المساعدة للإصابة، الأعراض، التشخيص، العلاج، خلاصة الفصل.

أما الجانب التطبيقي فيحتوي على ثلاث فصول يتمثل في:

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للبحث الميداني ويتضمن هذا الفصل على تمهيد، منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية، حدود الدراسة، عينة الدراسة، خصائص العينة، أدوات الدراسة (المقابلة، الملاحظة، اختبار الصلابة النفسية)، خلاصة الفصل.

الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة حيث يحتوي على عرض نتائج الحالة الأولى، الثانية، الثالثة، الرابعة، الخامسة.

الفصل السادس: مناقشة نتائج الدراسة حيث يحتوي على تمهيد، مناقشة الفرضية العامة، مناقشة الفرضيات الجزئية كل من فرضية الجزئية الأولى، الثانية والثالثة، الاستنتاج العام، خلاصة الفصل.

وفي الأخير خاتمة وبعدها تم الإشارة إلى بعض التوصيات والاقتراحات، خاتمة، المصادر والمراجع وقائمة الملاحق.

الفصل الأول: تقديم البحث

الفصل الأول: تقديم البحث

1 . إشكالية البحث.

2 . فرضيات البحث.

3 . أهداف البحث.

4 . أهمية البحث.

5 . التعاريف الإجرائية.

6 . الدراسات السابقة.

7 . التعقيب على الدراسات السابقة.

الفصل الأول: تقديم البحث

1 . الإشكالية:

رغم التطورات الحديثة التي توصل إليها العلماء والأطباء في مختلف المجالات إلا أن العلم يبقى عاجزا أمام بعض أنواع الأمراض المزمنة مثل مرض السكري، ارتفاع ضغط الدم الأمراض الخطيرة مثل السرطان الذي يعتبر مرض العصر حاليا، والذي أصبح يشغل بال العديد من الباحثين سواء بإيجاد علاج له أو الوقاية منه. (**سعادي، 2008/ 2009**)، حيث تشير إحصائيات منظمة الصحة العالمية في عام (2018) أن 18.1 مليون حالة سرطان جديدة في جميع أنحاء العالم، وتتوقع أن يصل الرقم إلى ما بين 29 و 37 مليون حالة بحلول عام 2040، وأن العالم سيشهد زيادة عالمية بنسبة 60 % في حالات السرطان على مدى العقدين المقبلين

2019(amp. D w. com/ ar/)

يعرف السرطان حسب منظمة الصحة العالمية 92 [(2006) oms]على انه أنمو الفوضوي المستمر لخلايا غير عادية داخل الجسم، وتكاثر خلايا خبيثة، لا تخضع للقوانين الفيزيولوجية التي تتحكم في الانقسام الخلوي، لتتمرد على أجهزة المراقبة في الجسم، فهي كتلة من نسيج يستمر في النمو، وقد يكون موضعيا أو غير موضعي، حيث تتميز بتغلغل في الأنسجة مكونة مستعمرات سرطانية. (**Bindefeldy. 2007, p :203**)

حيث ظهر وانتشر بأنواع كثيرة من بينها سرطان القولون، سرطان الرئة، سرطان الرحم، سرطان الكبد إضافة إلى سرطان الثدي الذي يعتبر أكثر انتشارا لدى النساء في العالم، فقد سجلت الإحصائيات في الجزائر (12) ألف و 800 جديدة بعد أن كانت في حدود 300 حالة سنويا وفقا للأرقام التي قدمها الملتقى السنوي الرابع " للشبكة الجزائرية لسجل سرطان (2018).

(Https : // WWW .alarby . co .UK)

تعرفه منظمة سرطان الثدي (**Breazer cancer organization, 2013**)بأنه نمو غير منتظم لخلايا الثدي، ناتج عن طفرات أو تغيرات غير طبيعية في الجينات المسؤولة عن تنظيم نمو الخلايا والحفاظ على صحتها. **(الشقران، و الكركي، 2015، ص2).**

ويعتبر سرطان الثدي من الإصابات التي يكمن انب تتعرض لها المرأة الذي يؤثر عليها صحيا اجتماعيا ونفسيا.

حيث تواجه المرأة المصابة بسرطان الثدي مدى واسع من التحديات كتربية الأولاد وتوفير الراحة للأسرة وهذا سيجعلها أكثر عرضة للضغوطات والاضطرابات النفسية المستمرة من قلق الاكتئاب، الأرفق، الانعزال الاجتماعي، الخوف (**شدمي، 2014/ 2015**) وهذا ما أكدته العديد من الدراسات منها دراسة " **فلوفيلد**" وزملائه **(Fallow Field etal 1990)** الذي حاول معرفة النتائج والآثار النفسية عن المعالجة الجراحية سواء باستئصال الثدي التام أو الجزئي للمصابات بسرطان الثدي المبكر حيث اعتمد على عينة مكونة من (269) مريضة تم اختبارهن قبل الجراحة وذلك على ثلاثة مراحل بعد أسبوعين ثم بعد 3 أشهر ثم بعد 12 شهرا من إجراء الجراحة.

و أظهرت نتائج الدراسة أن الخوف من السرطان ومعاودة ظهوره يشكل الخوف الأكبر من خوفهن لخسارة جزء من جسدهن. (**مزلوق، 2013/ 2014: 24**) إضافة إلى دراسة " **Louver DR AprnBc**" (2007) التي هدفت إلى معرفة الضغوط التي تعاني منها المصابات بسرطان الثدي، اعتمد على عينة من (51) امرأة يخضعون للعلاج، حيث أظهرت النتائج أن المريضات تعانين من الشعور بالشك، عدم الثقة بالمعالجة والمتابعة وظهور الأعراض المرضية والنفسية مثل القلق. (**جهاد براهمية، 2016**).

بالرغم ما سببه سرطان الثدي من ألم نفسي وجسمي تبقى ردود الفعل النفسية عند المصابات أثناء التشخيص يختلف من مريضة لأخرى، فهناك من يظهر عليها القلق والخوف الشديد وفقدان الرغبة في الحياة، إلا أن اللواتي يحافظن على صحتهن النفسية والجسمية ومحاولتهن التعايش مع المرض ومواجهته والتغلب عليه والالتزام بالعلاج تجد عندهن القدرة على مواجهة جميع الضغوط التي يتعرض لها إما في حياتهن الشخصية أو العاطفية وهذا ما يعرف بالصلابة النفسية

. (فاتح، 2014/ 2015).

تعتبرالصلابة النفسية عامل مهم وحيوي من العوامل الشخصية في مجال علم النفس ولديها دور فعال في تحسين الصحة النفسية والجسمية للفرد، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال كاوبازا(**Kobaza**) 1979، حيث توصلت إلى تعريف الصلابة النفسية بأنها " عملية التكيف السليم والجيد في أوقات الشدة والضغوط والصدمات مع بقاء الأمل، والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر، والقدرة على حل المشاكل، وفهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم وهي امتلاك الفرد لمجموعة سمات تساعده على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتزام، والقدرة على التحدي والقدرة على التحكم في الأمور الحياة. **(خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي، 2012، ص 22).**

فالالتزام هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه والآخرين، والتحكم هو اعتقاد الفرد أن مواقف الحياة متغيرة يمكن التنبؤ بها والتحكم فيها، أما التحدي فهو القدرة على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقابلها من مستجدات .**(فاتح، 2014/ 2015)**

تمثل الصلابة النفسية للمرأة المصابة بسرطان الثدي أهمية كبيرة في حياتها الشخصية والاجتماعية، حيث تجعل منها امرأة قوية تتقبل وضعها وتحاول التكيف معه بكل الطرق.

حيث أكد دراسة ألبرد سميث (**ALLERD and SMITH, 1989**)بأن " الأشخاص ذوي الصلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تحدثها الضغوط، يرجع هذا الأسلوب لتفكيرهم الذي يؤدي إلى خفض مستوى الإثارة الفسيولوجية لديهم كما استخدام مقياس الصلابة النفسية وقائمة سمة القلق لقياس العصبية، وكذلك تم قياس ضغط الدم قبل بداية الدراسة على عينة مكونة من (48) طالب وقد كانت النتائج أن الأشخاص أكثر صلابة يستخدمون جملا إيجابية في التعبير عن الذات، كما أنهم أقل إظهار للإثارة الفسيولوجية عكس ما أظهره الأشخاص أقل صلابة فهم يستخدمون جملا سلبية.

(عودة، 2010، 106)

فدراسة الصلابة النفسية لقيت اهتماما كبيرا من قبل العلماء والمهتمين، حيث نجد في ذلك عدة نماذج نظرية مثل نماذج كوبازا سنة (1979) وبعد نموذج فنك (1992).

ونظرا لاهتمام العلماء والباحثين بموضوع الصلابة وباعتبارها عاملا مهما يجب أن تتمتع به كل امرأة مصابة بسرطان الثدي كي تستطيع التغلب على مرضها ومواجهته بشتى الطرق.

ومن هذا المنطلق نطرح التساؤل التالي:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟

وتتفرع من خلاله عدة تساؤلات هي على النحو الآتي:

- ما هو مستوى الالتزام لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟
- ما هو مستوى التحكم لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟
- ما هو مستوى التحدي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي؟

2 . فرضيات البحث:

2 . 1 . الفرضية العامة:

يوجد مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

2 . 2 . الفرضيات الجزئية:

- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من الالتزام.
- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحكم.
- لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحدي.

3 . أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- التعرف على مستوى الالتزام لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- التعرف على مستوى التحكم لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- التعرف على مستوى التحدي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

4 . أهمية الدراسة:

تتمثل في النقاط التالية:

تمثلت في جانبين إحداهما علمي والآخر عملي.

4 . 1/ من الناحية العلمية:

- تسليط الضوء على عامل هو سرطان الثدي الذي يكون سببا في انخفاض الصلابة النفسية.

- إثراء التراث أو الجانب النظري الخاص بالصلابة النفسية عامة والمرأة المصابة بسرطان الثدي خاصة.

4 . 2 / من الناحية العملية:

- قد تفيد نتائج هذه الدراسة في التعرف على أهم العوامل التي تساهم في انخفاض أو ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- استثمار نتائج في تصميم برامج تساعد في تنمية مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.
- قد توضح نتائج هذه الدراسة بعض الأمور الغامضة حول هذا المرض وكيفية تأثيره على الجانب النفسي والجسمي والاجتماعي لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

5 . التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

5 . 1 / الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية اصطلاحا:

نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا أو عائقا له. (**بدر، 2015، 09**).

ويتحدد تعريف إجرائي للصلابة النفسية: بالدرجة التي تتحصل عليها المرأة المصابة بسرطان الثدي على مقياس الصلابة النفسية والمؤلف من الأبعاد الثالثة (الالتزام، التحكم، التحدي).

5 . 2 / سرطان الثدي:

سرطان الثدي اصطلاحا: هو عبارة عن ورم خبيث ناتج عن التكاثر غير الطبيعي للخلايا المتواجدة في الثدي يظهر على شكل كتلة تحت الجلد ولديه القدرة على الانتشار لمناطق أخرى من الجسم بما فيها الرئتين، الكبد والعظام. **(عدوج، 2017، 30)**

ويتحدد تعريف سرطان الثدي إجرائيا: أنه عبارة عن شكل من أشكال السرطان وهو يعني عدم الانتظام والنمو والتكاثر وانتشار الخلايا التي نشأ في أنسجة الثدي الذي شخص من طرف الأطباء مستشفى محمد بوضياف.

6 . الدراسات السابقة:

6 . 1/ الدراسات السابقة حول الصلابة النفسية:

❖ **الدراسات الأجنبية:**

- **الدراسة الأولى:**

. عنوان الدراسة: الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة أو بعض مؤشراتها.

. اسم الباحث: كوبازا وآخرون (Kobaza et al).

. سنة الدراسة: 1982.

. عينة الدراسة: طبقت الدراسة على عينة قوامها **(259)** من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا والمحامين ورجال الأعمال تراوحت أعمارهم ما بين **(32 . 65)** سنة بمتوسط عمري **(48)** عاما.

. هدف الدراسة: التعرف على أثر الصلابة النفسية ومكوناتها في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية (أحد مؤشرات جودة الحياة).

. أدوات الدراسة: مقياس أحدث الضاغطة من إعداد هولمز و راهي ,**Holmes et Rahe** (**1967**).

ومقياس تصنيف خطورة المرض من إعداد وايلر و ماسودا و هولمز **(wyler, Masuda et Holmes, 1968**).

. نتائج الدراسة: أشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية لا تحقق من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد فقط، بل تمثل مصدرا للمقاومة والصمود والوقاية من الأثر السلبي الذي تحدثه الأطراف الضاغطة على الصحة الجسمية.(**مرعي الشهري، 2015، 80**).

- **الدراسة الثانية:**

. اسم الباحث: سميث وألبرد (Smith Alpeerd).

. سنة الدراسة: 1989.

. عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 48 طالبا.

. هدف الدراسة: التأكد من أن الأشخاص الأكثر صلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تحدثها الضغوط، ويرجع هذا الأسلوب لتفكيرهم التكيفي الذي يؤدي إلى خفض مستوى الإثارة الفسيولوجية لديهم.

. أدوات الدراسة: استخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية النسخة المنقحة قائمة سمة القلق لقياس العصبية، وكذلك تم قياس ضغط الدم قبل بداية الدراسة.

. نتائج الدراسة: أشارت النتائج إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة يستخدمون جملا إيجابية في التعبير عن الذات حتى في ظل أكثر الظروف تهديدا، عكس ما أظهره الأشخاص الأقل صلابة فهم يستخدمون جملا سلبية في التعبير عن ذاته وأصحاب ضغط الدم المرتفع قبل بدء الدراسة.

(عودة، 2010، 106).

❖ **الدراسات العربية:**

- **الدراسة الأولى:**

. اسم الباحث: عماد مخيمر.

. سنة الدراسة: 1997.

. عينة الدراسة: طبقت الدراسة على عينة قوامها (**171**) فردا : (**75**) ذكر، (**96**) إناث تقع في الفئة العمرية (**19 . 24**).

. هدف الدراسة: كشف عما إذا كانت الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دورا وسيطا في العلاقة بين ضغوط الحياة والاكتئاب.

. أدوات الدراسة: مقياس أحداث الحياة الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب.

. نتائج الدراسة: أسفرت الدراسة عن وجود ارتباط دال موجب بين درجات الأفراد على مقياس أحدث الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب، وأن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية تعملان على التخفيف من حدة وقع الضغوط وارتباط الصحة النفسية والجسمية للفرد بالصلابة النفسية لديه، كما يوجد ارتباط بين الصلابة النفسية والاكتئاب.(**مخيمر، 1997، 19**).

- **الدراسة الثانية:**

. اسم الباحث: حمادة وعبد اللطيف.

. سنة الدراسة: 2002.

. عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (**282**) طالبا وطالبة ومنهم (**70**) من الذكور و (**212**) من الإناث.

. أدوات الدراسة: مقياسان هما الصلابة النفسية من إعداد يونكر وبيتر **1996** ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم بريجر و كوبر **1976**.

. هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

. نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل عينة الذكور والإناث كل على حدى وأنه ليس هناك فروق دالة إحصائيا على المقياسين تبعا لمتغيرات الدراسة الأخرى وهي الحالة الاجتماعية وحول الدرجات والعمر.

(مخيمر، 1996، 18)

6 . 2/ الدراسات السابقة حول سرطان الثدي:

❖ **الدراسات الأجنبية:**

- **الدراسة الأولى:**

. عنوان الدراسة: التأثيرات النفسية والاجتماعية لاستئصال الثدي.

. اسم الباحث: Alagaratnam TT, Kung NY.

. سنة الدراسة: 1986.

. عينة الدراسة: تكونت العينة من (**23**) امرأة متزوجة ولديهن نشاط جنسي يعالجن من سرطان الثدي، حيث تمت مقارنتهن مع مجموعة من السيدات مكونة من (**34**) تم اختيارهن عشوائيا، ويعانين من أنواع مختلفة من السرطان.

. هدف الدراسة: معرفة أسباب الآثار النفسية والاجتماعية لاستئصال الثدي، هل تعود إلى استئصال الثدي أم للتشخيص بالسرطان.

. أدوات الدراسة: استخدم الباحثان مقياس بيك الإكتئاب مع المقابلات لدراسة كلا المجموعتين.

. نتائج الدراسة: أظهرت النتائج أن مجموعة المصابات بسرطان الثدي كانت أقل اكتئابا وأكثر استقرارا من الناحية العاطفية عكس السيدات اللواتي يعانين من الأنواع الأخرى من السرطان.(**شافي أمينة، 2018، 73**).

- **الدراسة الثانية:**

. اسم الباحث: تايلور وآخرون Taylor et al.

. سنة الدراسة: 1992.

. هدف الدراسة: تهدف إلى معرفة بعض استراتيجيات المواجهة الفعالة مع المشكلات المتعلقة بمرض السرطان.

. أدوات الدراسة: استخدم في هذه الدراسة قائمة أساليب المواجهة.

. نتائج الدراسة: إن الخوف وغموض المستقبل كان أكثر شيوعا (**41 %**) يتبعها ما يفرضه السرطان من قيود على القدرات الجسمية للمريض، وعلى مظهره وأسلوب حياته (**24 %**) ثم إدارة الألم (**12 %**)، وقد كشف عن خمس استراتيجيات المواجهة وهي: السعي للمساندة الاجتماعية، التجنب، الهروب المعرفي والسلوكي، إقصاء الذات، التكيف.

(وليدة مرازقة، 2008/ 2009، 14. 15)

❖ **الدراسات العربية:**

- **الدراسة الأولى:**

. اسم الباحث: حلبر.

. سنة الدراسة: 1996.

. عينة الدراسة: كانت عينة الدراسة من (**40**) امرأة مصابة بسرطان الثدي في مراحله الأولى تم مقابلتهن في بداية عام **1984** وبعد ثمانية سنوات في عام **1992** توفي (**8**) نساء و (**7**) نساء وجد لديهن نقائل ورمية في العظم و (**25**) امرأة لم يلاحظ وجود أي دليل للمرض.

. هدف الدراسة: تهدف الدراسة إلى أثر الضغط النفسي على حياة المرأة المصابة بسرطان الثدي.

. أدوات الدراسة: مقياس الضغط النفسي.

. نتائج الدراسة: توصلت النتائج إلى أن النساء المتوفيات عانين من الضغط النفسي والقلق والاكتئاب والعدائية، أكثر من النساء الباقيات على قيد الحياة، إضافة إلى أن شدة الضغط النفسي والقلق والاكتئاب تنبؤ بأن المصابات بهذا المرض يعشن فترة قصيرة. (**سعيدة فاتح، 2014/ 2015: 9**).

- **الدراسة الثانية:**

. اسم الباحث: أوهام نعمان ثابت.

. سنة الدراسة: 2008.

. عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة تكونت من (**198**) مريضة مصابة بسرطان الثدي من المتزوجات.

. هدف الدراسة: معرفة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لدى مصابات بسرطان الثدي.

. أدوات الدراسة: طبقت عليهن مقياس الضغوط النفسية ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي والزواجي.

. نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أنه وجد فروق في التوافق النفسي للمصابات بسرطان الثدي حسب العمر، فالمصابات من فئة (**40**) سنة اقل توافقا نفسيا مقارنة بالمصابات من فئة (**40**) سنة فأكثر، في المقابل لا توجد فروق في التوافق الاجتماعي والزواجي للمصابات بسرطان الثدي حسب اختلاف العمر وأنه كلما زادت الضغوط النفسية عليهن كلما انخفض مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لديهن. (**الحجار . (ب . ت): 74**)

7. تعقيب عن الدراسات السابقة:

7 . 1 / الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية:

- **من حيث الموضوع:** أجمعت الدراسات السابقة في هذا البحث على معرفة دور الصلابة النفسية وتأثيرها على الصحة النفسية والجسمية للفرد رغم تعرضه للضغوطات كدراسة **كاوبازا** (**Kabasa**) سنة **1982** التي هدفت إلى التعرف على أثر الصلابة النفسية ومكوناتها في تخفيف وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية وكذلك **سميث وألبرSmith Alpeerd** سنة (**1989**) فقد حاولا التأكد من أن الأشخاص الأكثر صلابة أكثر مقاومة للأمراض التي تحدثها الضغوط، في حين هدفت دراسة **عماد مخيمر** إلى كشف عما إذ كانت الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية يمكن ان تلعب دورا وسيطا في العلاقة بين ضغوط الحياة والاكتئاب.
- **من حيث العينة:** لقد اختلفت عينات الدراسات السابقة باختلاف النتائج متوصلا إليها، حيث طبقت **كابازا و آخرون** سنة (**1982**) فقد تكونت العينة من (**259**) من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا والمحامين ورجال الأعمال حيث تراوحت أعمارهم ما بين (**32 . 65**) سنة بمتوسط عمري (**48**) عاما، أما دراسة **سميث وألبرد** (**Smith _ Alpeerd13**) سنة (**1989**) فقد تكونت العينة من **48** طالب.

أما دراسة **عماد مخيمر** سنة **1997** فقد تكونت عينة الدراسة من (**171**) فردا، (**75**) ذكر، (**9**) إناث تقع في فئة العمرية (**19 . 24**)، في حين كانت دراسة **حمادة وعبد اللطيف** سنة (**2002**) فقد تكونت العينة من (**282**) طالبا وطالبة ومنهم (**70**) من الذكور و (**219**) من الإناث.

- **من حيث الأدوات:** اتفق كل من سميث وألبرد(**Smith , Alpeerd**)وحماده وعبد اللطيف على استخدام مقياس الصلابة النفسية، كما أضافوا إليها مقاييس أخرى مختلفة تمثلت مقياس الرغبة في التحكم من تصميم **بريجر و كوبر 1976** بالإضافة إلى قائمة سمة القلق لقياس العصبية، كما استعملت كوبازا و آخرون مقياس أحداث الحياة الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب.
- **من حيث الأساليب الإحصائية:** من خلال هذه الدراسات تبين أن جل الباحثين استخدموا الأسلوب الإحصائي المناسب للدراسة.
- **من حيث النتائج:** لقد اختلفت النتائج المتوصل إليها في نهاية الدراسات، حيث توصلت كوبازا (**Kobasa**) و آخرون في دراستها حيث أشارت النتائج إلى أن الصلابة النفسية لا تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد فقط بل تمثل مصدرا للمقاومة والصمود والوقاية من الأثر السلبي الذي تحدثه الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية، في حين توصل كل من سميث و ألبرد (**Smith , Alpeerd**) في أن الأشخاص الأكثر صلابة يستخدمون جملا إيجابية في التعبير عن الذات حتى في ظل أكثر الظروف تهديد عكس ما أظهره الأشخاص الأقل صلابة فهم يستخدمون جملا سلبية في التعبير عن ذواتهم.

أما دراسة عماد مخيمر فقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط دال موجب بين درجات الأفراد على مقياس أحدث الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب وأن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية تعملان على تخفيف حدة وقع الضغوط وارتباط الصحة النفسية والجسمية للفرد بالصلابة النفسية لديه،

كما توصلت دراسة حمادة وعبد اللطيف إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العتبة كلية.

7 . 2/ تعقيب عن الدراسات السابقة:

الدراسات التي تناولت سرطان الثدي:

- **من حيث الموضوع:** اختلفت الدراسات من حيث الهدف من إجراء الدراسة فقد اعتمد كل من **Alagaratnam TT, KunyNy**على معرفة أسباب الآثار النفسية والاجتماعية لاستئصال الثدي وهل تعود إلى استئصال الثدي أم للتشخيص، أما دراسة **تايلور و آخرون** فقد هدفه إلى معرفة بعض الاستراتيجيات المواجهة الفعالة مع المشكلات المتعلقة بمرض السرطان، في حين هدفت دراسة **حلبر** إلى دراسة أثر الضغط النفسي على حياة المرأة المصابة بسرطان الثدي، أما فيما يخص دراسة **أوهام نعمان ثابت** فقد جاءت لمعرفة الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لدى مصابات بسرطان الثدي.
- **من حيث العينة:** لقد اتفق أغلبية الباحثين في تطبيق دراساتهم على مريضات سرطان الثدي لكن اختلف كان في السن، في الحالة الاجتماعية وعدد العينة فقد استعمل كل من **Alagaratnam TT, KunyNy** (**23**) امرأة متزوجة لديهن نشاط ومقارنتهن مع سيدات مكونة من (**34**) تم اختيارهن عشوائيا يعانين من أنواع مختلفة من السرطان، في حين استعمل **تايلور وآخرون** عينة تضمنت (**603**) مريض مصاب بالسرطان، أما دراسة **حلبر** فقد اعتمدت على عينة قدرت ب (**40**) امرأة مصابة بسرطان الثدي في المرحلة الأولى تم مقابلتهن في بداية **1984** وبعد ثمانية سنوات في **1992** توفي (**08**) و (**07**) وجد لديهن نقائل للمرض و (**25**) امرأة لم يلاحظ عليهم مرض . أما دراسة **أوهام نعمان ثابت** فقد أجريت دراسته على عينة تكونت من (**198**) مريضة بسرطان الثدي من المتزوجات.

- **من حيث الأدوات:** اختلاف كل من **Alagaratnam TT. KunyNy**و **تايلور وآخرون** حيث اعتمد كل من **Alagaratnam TT. KunyNy**على مقاييس بيك الاكتئاب مع إجراء المقابلات لدراسة كلا المجموعتين أم تايلورو آخرون فقد اعتمدا على قائمة أساليب المواجهة، أما دراسة حلبر وأوهام نعمان ثابت فقد استعمل مقياس الضغط النفسي، بالإضافة إلى استعمال مقياس التوافق النفسي والاجتماعي والزواجي من طرف أو هام نعمان ثابت.
- **من حيث الأساليب الإحصائية:** جل الباحثين استخدموا الأساليب الإحصائية المناسبة لدراستهم.
- **من حيث النتائج:** لقد اختلفت النتائج المتوصل إليها في نهاية الدراسات حيث توصلت دراسة **Alagaratnam TT. KunyNy**أن مجموعة المصابات بسرطان الثدي كانت أقل اكتئابا وأكثر استقرارا من الناحية العاطفية عكس السيدات اللواتي يعانين من الأنواع الأخرى من السرطان، أما دراسة **تايلور وآخرون** فقد كانت أن خوف وغموض المستقبل كان أكثر شيوعا بنسبة (**41 %**) **يتبعها ما يفرضه السرطان من قيود على القدرات الجسمية للمريض وعلى مظهره وأسلوب حياته (24 %**) ثم إدارة الألم (**12 %**)، وقد كشف عن خمس استراتيجيات المواجهة، أما دراسة حلبر فقد توصلت إلى أن النساء المتوفيات عانين من الضغط النفسي والقلق والاكتئاب والعدائية، أكثر من النساء الباقيات على قيد الحياة إضافة إلى أن شدة الضغط النفسي والقلق والاكتئاب تنبؤ بأن المصابات بهذا المرض يعشن فترة قصيرة، أما دراسة **أوهام نعمان ثابت** فقد توصلت إلى أنه وجد فروق في التوافق النفسي للمصابات بسرطان الثدي حسب العمر، فالمصابات من فئة (**40**) سنة أقل توافقا مقارنة بالمصابات من فئة (**40**) سنة فأكثر، في المقابل لا توجد فروق في التوافق الاجتماعي والزواجي للمصابات بسرطان الثدي حسب اختلاف العمر وأنه كلما زادت الضغوط النفسية عليهن كلما انخفض مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والزواجي لديهن.

علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة:

- **من حيث الموضوع:** انفردت الدراسة الحالية حسب معرفة الباحث واطلاعه في أهدافها عن الدراسات السابقة، حيث هدف هذا البحث إلى معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي من خلال الكشف عن الأبعاد الثلاثة وهي الالتزام، التحكم، التحدي.
- **من حيث العينة:** اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في طريقة اختيار العينة، حيث اعتمد هذا البحث في جمع المعلومات والبيانات عن طريقة دراسة الحالة التي تكونت من خمس مصابات بسرطان الثدي.
- **من حيث الأدوات:** اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في تطبيق نفس مقياس الصلابة النفسية لكن من إعداد محمد أحمد مخيمر (**2002**).
- **من حيث المنهج:** اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج العيادي الملائم لطبيعة البحث (دراسة حالة) وهذا اختلف كليا مع المناهج المتبعة في الدراسات السابقة حسب اطلاعنا.

الفصل الثاني: الصلابة النفسية

تمهيد

1 . نشأة مفهوم الصلابة النفسية.

2 . مفهوم الصلابة النفسية.

3 . أهمية الصلابة النفسية.

4 . أبعاد الصلابة النفسية.

5 . خصائص الصلابة النفسية.

6 . النظريات المفسرة للصلابة النفسية.

خلاصة الفصل

الفصل الثاني :الصلابة النفسية

تمهيد :

يواجه الإنسان في حياته اليومية مجموعة من الضغوطات النفسية التي تقف عائق أمام تحقيق الفرد لرغباته ودوافعه فيشعر بالتوتر ثم بالعجز حيث تختلف قدرة الأفراد في تحمل المشاقة والصعوبات التي تواجههم في هذه الحياة فمنهم من يصاب بالإحباط وخيبة أمل ومنهم من يتمتع بالصلابة النفسية حيث تعتبر هذه الأخيرة أحد أهم أسابا وحول الفرد الى درجة عالية من الاستقرار النفسي والقدرة على مواجهة ضغوط الحياة .

وفي هذا الفصل سوف أتطرق الى نشأة الصلابة النفسية ، المفهوم بالإضافة الى تعاريف بعض العلماء ، الأهمية ، النظريات ، الأبعاد والخصائص .

1. نشأة مفهوم الصلابة النفسية :

الصلابة النفسية مفهوم حديث نسبيا ، تأمن ظهوره مع بروز علم النفس الايجابي عام (1980) وقد تبلور هذا المفهوم نتيجة لأعمال عدد من علماء النفس أمثال " أدلر"و " يونجماسلو " و" فرانكل" " كوبازا " " مادى " وتعرض الفقرات الاتية التطور التاريخي لمفهوم الصلابة النفسية .

ومن أوائل من وضع الأساس لمصطلح الصلابة النفسية كوبا 2002 Kobasa التي لاحظت ان بعض الناس يستطيعون تحقيق ذواتهم و امكانياتهم الكامنة برغم تعرضهم للكثير من الاحباطات والضغوط لذلك فقد كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضي (عبد الصلاح ،2019 :29)

يرى " ألفرد أدلر" Adlen (1870–1937) أن صلابة الشخصية تمثل كفاح الفرد من أجل التفوق الذي عد الهدف النهائي الذي يسعى إليه كل الناس ومن وجهة نظر" أدلر " فإن الإنسان تحركه توقعاته أكثر مما تحركه خبراته الماضية لان الأهداف والتطلعات التي يضعها الفرد لنفسه ولغيره هي التي توجه مشاعره وانفعالاته و سلوكاته الراهنة وأشار إلى أن القصور في قوة الإرادة وأسلوب الحياة ، والشعور بالنقص كل ذلك يؤدي إلى شعور الفرد بالعجز النفسي كما أكد أن مصطلح قوة الإرادة مرادف لمصطلح الصلابة النفسية التي تمثل حافزا قويا لحل المشكلات والأزمات التي يصادفها الفرد في حياته وهي التي تحدد كيفية مواجهة هذه المواقف الصعبة وطريقة تعامله معها (علاء الدين ،2016 :29).

كذلك أشار "كارل جوستاف يونج " jung (1875–1961) إلى أن الأفراد يستمرون في التحسن نحو المستقبل للأمام وللأعلى ، وهذا ما اسماه التحقيق الأسمى ، الذي يجعل الفرد يتعايش مع تجارب الأحداث ويتوقع حدوثها ، لان نظرة الفرد إلى المستقبل تحدد تحركاته في تحقيق وجوده الذاتي ، وقد ميز " يونج" الشخص القوي الصلب بأنه يحاول أن يتطور ويتغير نحو الأفضل أما الشخص العاجز فهو الشخص الذي يتحرك إلى الوراء ويبقى حبيس الماضي ويتوقف عن الحركة والتطلع نحو المستقبل إن ما يزيد الفرد صلابة ويجعله أكثر قدرة على تغيير الأوضاع هو مواجهتها من خلال التوجه نحو المستقبل والمساندة والمشاركة والتعاون والالتزام وتحمل المسؤولية (زيدان ،2007 : 52).

ـ يعد " فرانكل Frankile" من زعماء المدرسة الوجودية الذي برزت إسهاماته في مجال العلاج بالمعنى Logotherapy الهادف إلى مساعدة الفرد على إيجاد معنى له في الحياة يستطيع أن يعيش وينجز ويحقق أهدافه المستقبلية ويعتقد " فرانكل" أن معظم مشكلات الإنسان هي مشكلات معنى ، فكل فرد مهمة ورسالة في الحياة ومن يمتلك سببا يعيش من اجله فإنه يستطيع غالبا أن يتحمل بأي

طريقة (علا دارب نصر ، 2014 : 1) وهكذا يتضمن مفهوم الصلابة النفسية إيجاد معنى في الحياة حتى لو أن الحياة تكون أحيانا مؤلمة أو معقولة ، وهي تتطلب امتلاك الشجاعة لعيشها بشكل كامل برغم الألم المتأمل و العتبية ، إنها منظور أو وجهة نظر عامة تؤثر في كيفية رؤية الفرد لذاته والآخرين والعمل وكيفية إدراكه للعالم الخارجي (عبد الصلاح ،2019 : 25) ويضيف " فرانكل " أن الإنسان الذي لا يستطيع اكتشاف معنى لحياته ، سيعيش خبرة الإحباط الوجودي التي تعد من وجهة نظره المصدر الرئيسي للسلوك غير السوي والرغبة في إيجاد المعنى تعني كفاح الكائن البشري لإيجاد سبب أو شيء من المنطق لمشكلات وجوده ولا يمكن إيجاد هذا المعنى إلا من خلال الخبرة والقيم ولا يمكن اكتشاف هذه القيم إلا من خلال ممارسة العمل وجب الآخرين ومواجهة الفرد لمعاناته وتحملها ، فالبشر قادرون على مواجهة الظروف الصعبة وتحويل حوادث الحياة المجهدة احتمالات وفرصا لمصلحتهم وهم وهدهم القادرون على اختيار قراراتهم وسلوكهم في أي وقت (زيدان ،2017: 25).

وبالتوازي مع تقديم " كوبازا " دراستها عن الصلابة والصحة برزت دراسات " سلفاتور مادي Maddi" الذي قدم نمط الشخصية الصلبة وقارن هذا النمط مع الشخصية " الوجودية العصابية " غير الصلبة ، وقد استخدم مصطلح " الهوية المثالية " لوصف الفرد الذي يعيش حياة مفعمة بالحيوية ولديه معنى ثابت لحياته وهدف واضح واعتقاد بقدرته الخاصة على التأثير في الأمور والمواقف .(علاء الدين ، 2016 : 30).

2. مفهوم الصلابة النفسية :

يعود هذا المفهوم ابكوبازا1979Kobaza حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات ، والتي استهدفت معرفة المتغيرات التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص لصحتهم النفسية والجسمية ، ورغم تعرضهم للضغوط ، حيث تقول بأن الصلابة هي اعتقاد عام لدى الفرد بفاعلية وقدرته على

استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر و يواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكا غير محرف أو مشوه ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ، ومتعايش معها على نحو ايجابي ومتضمن ثلاثة أبعاد وهي الالتزام والتحكم والتحدي (محمد عودة ،2010 :65).

ـ تعريف " سيلفاتور مادي " "Maddi" : الصلابة النفسية هي أسلوب نفسي مرتبط مع الصمود والصحة الجيدة والقدرة على الاداء في شروط قاسية وضاغطة وتحويل الظروف الضاغطة الى فرص للنمو (محمد العبدلي ، 2002 : 19).

ـ تعريف " بول بارتون " Bartone : الصلابة النفسية نموذج من نماذج الشخصية يتضمن صفات ومزايا معرفية وانفعالية وسلوكية تؤدي إلى حماية الفرد (علاء الدين ،2016 : 31).

ـ تعريف " كارفروسشيير carver&scheier الصلابة النفسية بأنها ترحيب الفرد وتقبله للمتغيرات أو الضغوط التي يتعرض لها حيث تعمل بصلابة كمصدر واق ضد العواقب الجسمية السيئة للضغوط (حمادة وعبد اللطيف ،2002: 230).

ومن خلال هذه التعريفات السابقة نستخلص مفهوم الصلابة النفسية على النحو الآتي :

هي امتلاك الفرد لمجموعة من السمات تتمثل في قدرته على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة ومحاولة التخفيف من أثارها على الصحة النفسية والجسمية ، حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوطات التي يتعرض لها ويتعامل معها بموضوعية وواقعية وقدرته على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية وكيفية تعامله مع المواقف المحيطة والصادمة من خلال امتلاكه لثلاثة أبعاد وهي الالتزام والتحكم والتحدي.

3. أهمية الصلابة النفسية :

قدمت "كوبازا " (Kobasa) عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد ، وفي هذا الخصوص ترى كل من " مادي " و " كوبازا" أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استشارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسمية واضطرابات نفسية ، وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل لعملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق (فتيحة خنفر ، 2014:23).

ولقد وصفت " كوبازاkobasa" الصلابة النفسية بأنها درع ضد الأمراض النفسية والجسمية ، وقد توالت الدراسات والابحاث لتأكيد الصلابة النفسية فعلى سبيل المثال أظهرت دراسة " جومهريJomhara 2002" وجود علاقة سالبة بين الصلابة النفسية والاستعداد للإصابة بالاكتئاب والقلق وأوضح " ايزاكيانIzakian2001 " أن الصلابة النفسية ترتبط سلبا بالضغط النفسي في العمل وايجابا بالرضا الوظيفي (علاشة ،2015 : 45).

وذكرت " شيلي وتايلور " " shely&tailar" انه منذ الدراسة الأولى التي قامت بها

" كوبازا " " Kobasa" أجريت العديد من الأبحاث التي أظهرت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة النفسية والجسمية الجيدة (محمد سيدر ، 2012 : 14).

ووجد كل من " مادي وكوبازا " "Maddi&Kobasa" أن الأشخاص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة يكونون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهتهم للضغوط بحيث تفيدهم في نقص تهديد الأحداث الضاغطة من رؤيتها من منظور أوسع وتحليلها إلى مركبتها الجزيئية ووضع الحلول المناسبة لها . (امينة ،2018 : 14)

وعلى العكس من ذلك يعتمد الأفراد ذوي الصلابة المنخفضة على أسلوب المواجهة التراجعي الذي يتضمن حيث يقومون بالتجنب أو الابتعاد عن المواقف التي يمكن ان تولد ضغطا (محمد سيدر ،2012 : 13).

ومما سبق يتضح ان الصلابة النفسية تنشا جدارا دفاعي نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة وتخلق نمطا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع ان تقاوم الضغوط وتخفف من أثارها السلبية ليصل إلى مرحلة التوافق وينظر الى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل و التفاؤل وتخلو حياتهم من القلق والاكتئاب .

4. خصائص الصلابة النفسية :

يتفق العديد من المختصين أن خصائص الصلابة النفسية تنقسم الى نوعين وتتمثل فيما يلي:

4 .1: خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة :

توصلت (كوبازاKobasa) من خلال دراستها إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية المرتفعة يتميزون بالخصائص التالية :

. القدرة على الصمود والمقاومة .

. القدرة على وضع الخطط لمواجهة المشكلات .

. القدرة على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة (راضي ،2008 ك35)

. يتسمون بالقيادة والأخلاق .

. يتميزون بالواقعية والموضوعية .

. لديهم حب الاستطلاع واستكشاف البيئة من حولهم .

. تقير ذات مرتفع .

. يستغلون إمكاناتهم في تحقيق أهدافهم .

. لديهم القدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات .

. لديهم نظرة ايجابية نحو الذات والآخرين والمستقبل .

. يميلون الى التجديد والارتقاء (الهادي ، 2008: 22)

. القدرة على الانجاز و الإبداع .

. اعتبار أن الأحداث الضاغطة أمر طبيعي وليس تهديد الهم .

. الممارسة الصحية (نظام غذائي وممارسة الرياضة)

. الصحة الجسمية والنفسية (عوض ، 2015/2014 :43)

. التفاؤل والتوجه الايجابي نحو الحياة .

. الهدوء والقدرة على التحكم في الانفعالات .

. الشعور بالرضا عن الذات .

. الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات (الشهري ،2015: 33).

4. 2 خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة :

يتميز الأفراد ذوي الصلابة النفسية المنخفضة بالسمات التالية :

. عدم القدرة على تحمل المسؤولية .

. قلة المرونة في اتخاذ القرارات .

. الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة (عودة ،2010: 32)

. يتفاعلون بسلبية مع بيئتهم (أبو قوطة ،2013: 55)

. عدم القدرة على تحمل المشقة .

. سرعة الغضب والحزن الشديد (سيد ، 2012 : 43).

5. أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت كوبازاKobasa إلى ثلاثة أبعاد تتكون منها الصلابة النفسية وهي الالتزام ، التحكم والتحدي

5. 1 الالتزام :

يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة وقد أثار " جونسون وسارسونJohnson et sarson1978 " .

الى هذه النتيجة حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب ما أشار " هينكHink" إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارون مهنة شاقة كالمحاماة والتمريض وطب الأسنان (احمد راضي ، 2008: 23)

. تعريف الالتزام : << يعني اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته وفيما يفعل ، ويمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تمكن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم ، واعتقاده ان لحياته هدفا ومعنى يعيش من اجله>>(عثمان ، 2001 : 210).

حيث يعرفه (مخيمر 1997) بانه << نوع من العاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمة والآخرين من حوله (راضي ، 2008 : 24).

أنواع الالتزام :

تناولت " كوبازا وآخرون (1985) مكون الالتزام الشخصي او النفسي بالدراسة ورأت أنه يضم كلا من:

. الالتزام اتجاه الذات : وعرفته بانه <<اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديده لأهدافه وقيمة الخاصة في الحياة وتحديده لاتجاهاته الايجابية على نحو تميزه عن الآخرين (راضي ،2008: 24).

ـ الالتزام اتجاه العمل : وعرفته بانه << اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين ، وضرورة الاندماج في محيط العمل وتحمل مسؤولياته والالتزام بنظمه (.....،2002: 6).

ومن خلال الاطلاع على الإرث التربوي النفسي يتضح وجود عدة أنواع أخرى للالتزام تمثلت فيما يلي:

. الالتزام الأخلاقي : ويتجلى في تحلي الفرد بصفات خلقية تناسب واقع الحياة الاجتماعية التي يحييها في مجتمع إسلامي كالصدق والأمانة والوفاء بالعهد والرحمة والتسامح (راضي ، 2008: 26)

. الالتزام الديني : وهو التزام الفرد بما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية من قيم ومبادئ وقواعد ومثل دينية (راضي ،2008: 27).

. الالتزام الاجتماعي : ويتمثل في شعور الفرد بالمسؤولية اتجاه مجتمعه ومشاركة الأنشطة الاجتماعية مع أبناء مجتمعه بسعادة ورضا (عباس ،2010: 64).

5. 2 التحكم:

تعريفه : <<ويعني الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الأزمات ، كما يشير التحكم الى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يخون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل المسؤولية الشخصية كما يحدث له >> (عثمان ،2001: 210).

ـ كما أشارت إليه " كوبازا1983 Kobasa" بوصفه << اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها (راضي ، 2008: 27)

ـ يعرف فولكمان (Volcman 1984) <<التحكم هو اعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها (عودة ،2010: 71)

ويتضمن التحكم لدى الفرد أربع صور رئيسية هي :

1. القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل المتعددة :

ويشمل هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار طريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه ، ولهذا يرتبط هذا التحكم بطبيعة الموقف نفسه وظروف حدوثه حيث يتضمن الاختيار من بين البدائل (أحمد عوض ،2015/2014: 31.

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

يكون في القدرة على التحكم باستخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة ، كالتفكير في الموقف وإدراكه بطريقة ايجابية ومتفائلة وتفسيره بصورة منطقية وواقعية وعمل خطة للتغلب على المشكلة ، بمعنى آخر الشخص يتحكم في الحدث الضاغط باستخدامه بعض الاستراتيجيات العقلية ويختص التحكم المعلوماتي بقدرة الفرد على استخدام كافة المعلومات المتاحة من الموقف لمحاولة السيطرة عليه وضبطه (عوض ، 2015/2014: 31).

3. التحكم السلوكي :

هو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز والتحدي ويقصد به التعامل مع الموقف بصورة علنية وملموسة بمعنى التحكم الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات المخططة لها لتغييره وتعديل وقع الحدث الضاغط (عوض ، 2015/2014: 31)

4. التحكم الاسترجاعي :

يرتبط التحكم الاسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته فيؤدي الى استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات الى تكوين انطباع محدد من الموقف ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه مما يخفف من وقع الحدث الضاغط (عوض ،2015/2014: 31).

5. 3 التحدي :

. تعريفه :<< هو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ عليه من تغيير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنم أكثر من كونه تهديدا له ، مما يساعده على المبدأ واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية (عثمان ، 2001: 210).

. تعرف (كوبازاKobasa1983) التحدي بأنه : اعتقاد الفرد بان التغيير المتجدد في أحداث الحياة ، هو أمر طبيعي بل حتي لابد منه لارتقائه ، أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه (مخيمر ،1997 : 14).

مكونات التحدي :

تناولت (كوبازاKobasa) بالدراسة عدة مكونات للتحدي باعتبارها سمة يتميز بها الأشخاص الذين يتعرضون لضغوط عالية ولا يمرضون (شهري ، 2015: 31) ، ومنها :

1. المرونة المعرفية : وتخص بنية الفرد المعرفية التي تساعده على الاستمرار في مواجهة أحداث الحياة حتى في البيئة الأكثر تحديا، وهي نقيض الجمود المعرفي (زرواق ،2012/ 2013 : 23).

2. القدرة على التحمل : وذلك من خلال قدرة الفرد على المثابرة وبذل الجهد والكفاح حتى الانتهاء من المشكلات التي تعترض طريقة (الشهري ،2015 :31)

3. المجازفة والمغامرة : وهي الأقدام على مواجهة المشكلات دون تهور مع ميل الفرد لمحاولة اكتشاف ما يدور حوله من أحداث ضاغطة (الشهري ،215: 31)

4. الاهتمام بالتجارب : وذلك من خلال النظر إلى الأحداث كتجارب مثيرة للاهتمام مع الإحساس بالمتعة عند حلها ومن ثم الانتقال لحل مشاكل أو أحداث أخرى (علاشة ، 2015: 53).

تضيف بعض الدراسات بعدا رابعا لا يقل أهمية عن الأبعاد الثلاثة السابقة للصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم والتحدي) هو الصبر حيث يعد صبر الإنسان بطاقة تعينه على تحمل الأحداث المؤلمة ومواجهة الشدائد وتقلبها والتكيف معها (زرواق ،2013/2013: 22).

ـ ولو نظرنا الى القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة لوجدنا الكثير من الآيات القرآنية والاحاديث النبوية تدل على أن الصبر يمد الإنسان بقوة تعينه على تحمل مشقا الحياة وهذا ما يدخل في صميم الصلابة النفسية حيث يقول الله عز وجل في كتابه (لَتُبْلَوُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَأَنفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِن قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيرًا ۚ وَإِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَٰلِكَ مِنْعَزْمِ الْأُمُورِ) (ال عمران : 186) (راضي ، 2008 : 31)

حيث يعرف الصبر بأنه << قدرة الفرد على تحمل الابتلاء ، وتقبله بنفس مطمئنة راضية بقضاء الله وقدره ، وعدم الندم على ما فات ، وقطع دابر التشاؤم >>(زرواق ، 213/2012 : 23).

6. النظريات المفسرة للصلابة النفسية :

. تعتبر سوزان كوبازا SozanneKobasa أول من تطرقت للبحث عن مفهوم الصلابة النفسية ولقد اعتمدت العديد من النماذج ثم جاء بعدها " فنك" funk" الذي قام بتعديل النظرية وتطويرها وهذا ما سيبينه الدراسة الحالية من خلال الحديث عن كلتا الدراستين بالتفصيل .

نظرية كوبازا 1983 والدراسات المنبثقة عنها :

لقد قدمت كوبازا Kobasa نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالامراض (أحمد راضي ، 2008: 35) واعتمدت هذه الدراسة على عدد من الأسس النظرية والتجريبية تمثلت فيما يلي :

الأسس النظرية :

ـ تمثلت في أراء بعض العلماء أمثال فرانكلوماسلو وروجرز (Frankel . Maslow et Rojers) والتي أشارت الى أنه وجود هدف للفرد او معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته في استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة (أمينة ،2018: 15).

ويعد نموذج (لازروسLazarus 1961) ومن أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية أنها نوقشت من خلالها ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهي :

. البنية الداخلية للفرد.

. الأسلوب الإدراكي المعرفي .

. الشعور بالتهديد والإحباط (احمد راضي ،2008:35).

ذكر لازروسLazarus أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف واعتباره ضغطا قابلا للتعايش ، تشمل عملية الإدراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد لمدى كفاءاته في تناول المواقف الصعبة (أحمد راضي ، 2008: 36).

فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد وهو ما يعني عند لازروسLazarus .

توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره الى الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر او بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (أمينة ،2018:16) .

الأسس التجريبية :

لصياغة النظرية فقد استطاعت كوبازاKobasa من خلال اعتمادها على نتائج نظريتها والتي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شانها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للمشقات ، كما استهدفت معرفة دور هذه المتغيرات في إدراك الضغوط والإصابة بالمرض وذلك على عينة متباينة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا ومن المحامين ورجال الأعمال ممن تراوحت أعمارهم بين 32-65 سنة وتم تطبيق عدد من الاختبارات عليهم كاختبار الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة :

لكوبازا (Kobasa) واختبار وايلر (Wailler) للمرض النفسي والجسمي واختبار هولمز وراهي (Homles&Rahe) لأحداث الحياة الشاقة مما جعلها تنتهي الى عدد من النتائج التي تساعدها في صياغة الأسس التي اعتمدت عليها في وضع نظريتها ومن أهم هذه النتائج ما يلي:

. الكشف عن مصدر ايجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية وهو الصلابة النفسية بأبعادها وهي الالتزام ، التحكم ، التحدي (راضي ، 2008: 36)

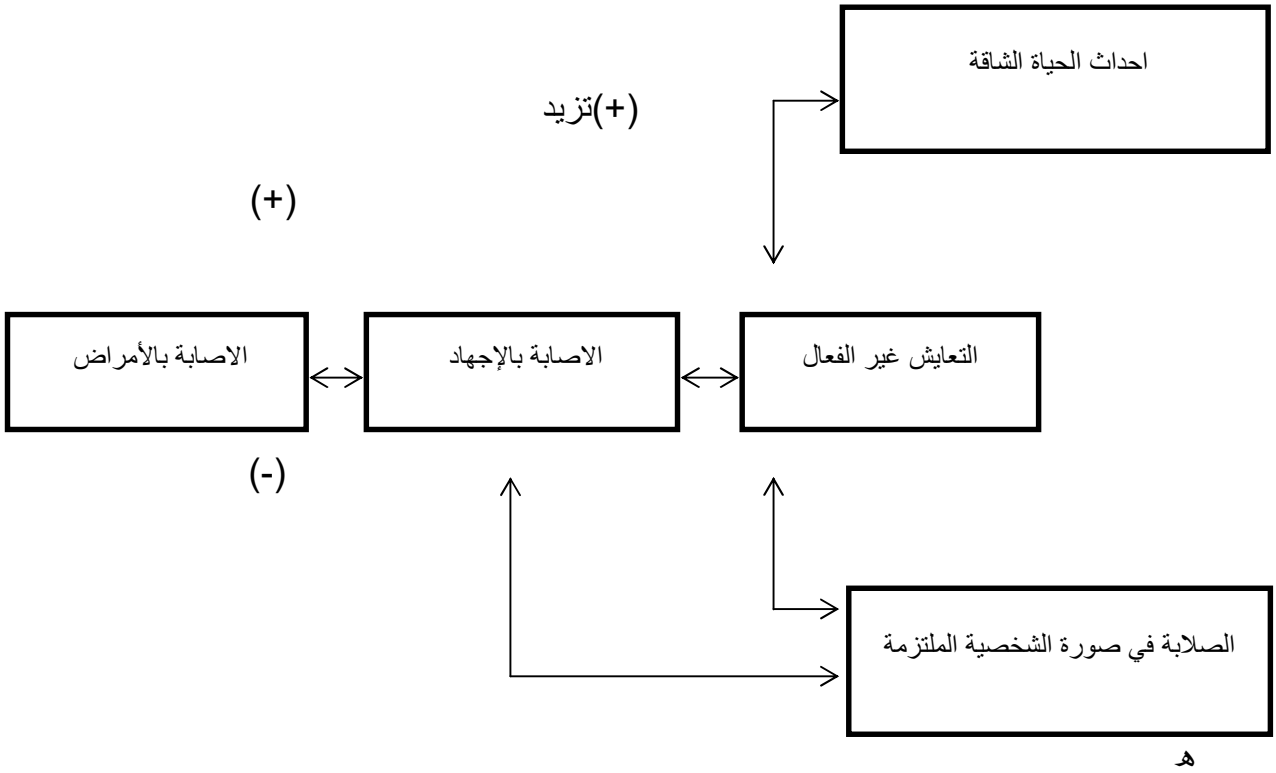
ـ الكشف الأفراد صلابة عن معدلات أقل للإصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة وقد يعود ذلك للدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة في إدراك ضغوط الأحداث الشاقة للحياة وتفسيرها وترتيبها على نحو ايجابي (أحمد راضي ، 2008: 36)

وطرحت " كوبازا " (Kobasa) الافتراض الأساسي لنظريتها والقائل بان التعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعد أمر ضروريا بل انه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي ، وان المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (أمينة ،2018: 17)

وقد فسرت كوبازا (Kobasa) الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة ، ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة (فتيحة خنفر ، 2014: 25)

كما ذكرت كوبازا (Kobasa) أن الأفراد الذين يتسمون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطا ومباداة واقتدار او قيادة وضبطا داخليا وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة وأشد واقعية وانجاز وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث ، كما أنهم يجدون أن تجارهم ممتعة وذات معني فهذه الفئة من الأفراد تضع تقييما متفائلا لتغيرات الحياة ، وتميل للقيام بالأفعال الحاسمة للسيطرة عليها وتميل لمعرفة المزيد من الخبرات لتعلم كل ما هو مفيد للحياة المستقبلية ، وعلى العكس فإن الأشخاص الأقل صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم بدون معنى ويشعرون بالتهديد المستمر والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة ، ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتمي بالثبات في أحداثها أو عندما تخلو من التجديد ولذلك لا توجد لديهم اعتقادات راسخة بضرورة الارتقاء ، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة ن وتكون للظروف الشاقة أثر سلبي على الحلة الصحية لهؤلاء الأشخاص لعجزهم عن تخفيف الأثر البيئي الناتج عن التعرض لهذه الأحداث (أمينة ، 2018:17).

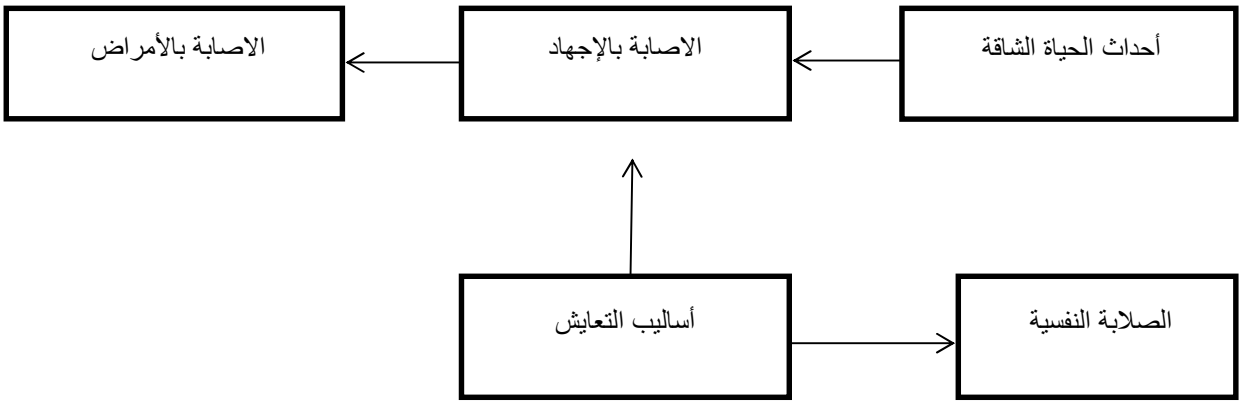
وفيما يلي عرض لبعض الأشكال التي توضح تأثير الصلابة على الفرد وتوضح منظورا جديدا للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث .



شكل (1) يوضح : التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للصلابة النفسية.

(راضي ، 2008: 38).

يوضح الشكل (1) أثار الصلابة في صورة الشخصية الملتزمة التي تقلل بشكل مباشر من التأثير السلبي للأحداث الحياتية الضاغطة اذا انخفضت أساليب التعايش غير الفعالة .



الشكل (02) يوضح: التأثيرات المباشرة لمتغير الصلابة النفسية.

(راضي ،2008: 38).

يوضح الشكل أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط وتزيد من استخدام الفرد لأساليب التعايش الفعال وتزيد من العمل على استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية المناسبة اتجاه الظروف الضاغطة (راضي ،2008: 38).

ثانيا : نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا:

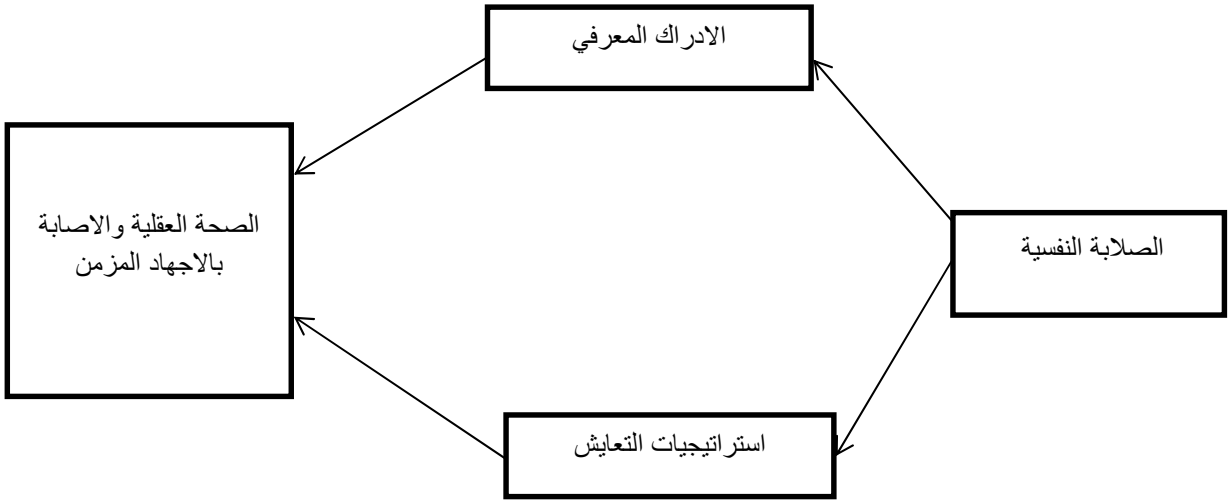
لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات أحد النماذج الحديثة الذي أعاد النظر في نظرية كوبازا وحاول وضع تعديل جديد لها وهذا النموذج قدمه فنك(1992) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسة التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والادراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية والصحة العقلية ن ناحية أخرى وذلك على عينة قوامها 167 جنديا إسرائيليا ، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية (الشمري ،2015:25).

وقد انتهى فنك(Funk) من هذه الدراسة الى نتائج مهمة وهي :

ـ ارتباط مكوني الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجديدة للأفراد فارتبط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات التعايش الفعال خاصة استراتيجية ضبط الانفعال ، حيث ارتبط بعد التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال ادراك الموقف على أنه أقل مشقة واستخدم استراتيجية حل المشكلات للتعايش (راضي ، 2008: 39).

وقد قام فن ك بإجراء دراسة ثانية وذلك عام 1995 لها نفس أهداف الدراسة الأولى وذلك على عينة من الجنود الإسرائيليين أيضا ، ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم خلالها تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة منهم حتى وان تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية ، وذلك بصفة متواصلة وبقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية (الواقعية) وطرق التعايش قبل فترة التدريب وبعد الانتهاء منها تم التوصل لنفس نتائج الدراسة الأولى (راضي ،2008: 40)

فطرح فنك نموذجه ويوضحه الشكل التالي :



شكل (03)

نموذج فنك المعدل لنظرية كوبازا (Kobasa) للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها (راضي ،2008: 40).

نظرية مادي "**Maddi**" :

ظهرت التطورات الأولى للصلابة النفسية عام (1967) في أعمال عالم النفس الامريكيسيلفاتور مادي Maddi :وهو الأستاذ المشرف على كوبازا في الدكتوراه ، وقد برت كتاباته عن الهوية المثالية والشخصية السابقة للمرض the idealidentity&premorbidpersanality حين برهن أن الحلات المزمنة من فقدان المعنى والاغتراب في الوجود الإنساني أصبحت من الملامح النمطية للحياة الحديثة والتغيرات في الثقافة

والمجتمع والتطور التكنولوجي ، حيث أصبح لدى الناس هويات يتم تحديدها بناءا على أدوارهم الاجتماعية (علاء الدين ،2016: 35).

يتصف مادي (Maddi) بإسهاماته الكبرى في مجال الصلابة النفسية وكانت البداية عندما أجرى مع طلابه في جامعة شيكاغو دراسة طويلة امتدت 12 عاما (1981–1993) في شركة " بيل" للهاتف IBT ففي عام 1981 ، قررت الشركة تخفيض عدد موظفيها الى النصف ونتيجة لذلك واجه من بقي من الموظفين تغيرات في التوصيف الوظيفي ، وفي أهداف الشركة وفي المشرفين عليهم في العمل ، وقد قام " مادي " وفريق بحثه بدراسة عميقة على عينة من (400) فرد قبل تخفيض عدد الموظفين وبعده ، وقد أظهرت النتائج أن ثلثي أفراد العينة يعانون من تراجع في الاداء والمهارات القيادية ، واضطرابات صحية مثل النوبات القلبية والسكتة القلبية والبدانة والاكتئاب وتعاطي المخدرات نتيجة التعرض للضغط الشديد وأحيانا الوفاة فيبعض الحلات بالمقابل فإن الثلث الأخر من العينة ضم الموظفين الذين تعرضوا للضغوط الشديدة وللتغيرات الحادة ذاتها الى تعرض لها زملائهم الموظفون إلا أنهم حافظوا على صحتهم وعلى أدائهم الجيد وشعروا بحماسة متجددة (راضي ، 2008: 38).

وهنا برز التساؤل الاتي : ما السبب الذي أدى الى اختلاف هاتين المجمعتين ؟ وفي اطار رده على هذا التساؤل وجد مادي (Maddi) أن الافراد الذين استمروا وواجهوا الضغوط ، قد حافظوا على ثلاثة اعتقادات اساسية ومهمة ساعدتهم على تحويل هذه الضغوط من محنة الى فرصة للحياة ، وهذه الاعتقادات هي المفاتيح الثلاثة المتمثلة في : الالتزام و التحكم والتحدي .

وقد قادهم الالتزام للسعي بجد على خوض الاحداث الى تحدث بدلا من تجنبها الشعور بالعزلة كما قادهم التحكم الى مواجهة الصراع ومحاولة التأثير في النتائج وذلك بدلا من السلبية والاستسلام والضعف ، كذلك قادهم التحدي الى ادراك التغيرات الناتجة عن الضغوط سواء كانت ايجابية أو سلبية على انها فرص جديدة للتعلم وكل ذلك يؤدي الى النضج (راضي ،2008: 38).

ان مستوى الصلابة النفسية هو الذي يحدد كيف نستجيب لضغوط الحياة فالفروق التي ظهرت بين الموظفين في شركة " بيل " للهاتف أكدت الملامح الاساسية الثلاثة التي تكون الصلابة النفسية (الالتزام و التحكم والتحدي) والتي برزت كخصائص لأساليب مواجهة الضغوط ، وتم اختبارها وتقييمها في مجالات متعددة شملت ادارةالاعمال والحروب والمدارس والعيادات الطبية ، وأثبتت فعاليتها في مساعدة الافراد على الازدهار خلال الاوقات الصعبة (علاء الدين ،2016 : 35).

نموذج بارتون (**Bartone**) :

بول بارتون "Bartone" كولونيل متقاعد في الجيش الامريكي وباحث في الدرك الوطني للتكنولوجيا والامن القومي في معهد الدراسات الاستراتيجية الوطنية بكلية الدفاع الامريكية ، وباعتبار أنه باحث في مجال علم النفس العسكري فقد ركز " بارتون " في ابحاثه على فهم الاستجابات الصلبة تجاه الضغط النفسي وقياسها لدى الجنود وتحديد المؤشرات الحيوية الكامنة وتطبيق هذه المعرفة على تحسين برامج التنمية البشرية (علاء الدين ، 2016:38).

انطلق " بارتون " من مبدأ مفاده أن الافراد في الوقت الحالي يعملون في بيئات معقدة ومتغيرة وهذا ما يؤدي الى مستويات متزايدة من الضغط النفسي ، التي تؤدي بدورها الى اصابة الكثيرين بمشكلات صحية ومهنية وفي المقابل يبقى آخرون اسوياء وأقوياء وصامدين تحت الضغط النفسي والتساؤل المطروح هنا هو ذاته الذي انطلقت منه (كوبازا) و (مادي) ما الذي يؤدي بهؤلاء للأفراد الى الصمود تحت وطأة الضغوط ؟ وبهدف الاجابة عن هذا التساؤل أجرى " بارتون " سلسلة أبحاث في الاكاديمية العسكرية الامريكية وعدد من الكليات الحرسيةالاوروبية ، وأظهرت النتائج أن الجنود الذين انصفوا بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية أظهروا قدرات مرتفعة ومميزة وتفسير ذلك أنه كلما ارتفع المستوى الصلابة النفسية ازدادت قدرة الجنود على خوض المعارك وأداء المهام ومواجهة الضغوط دون أن يظهروا آثارا صحية سلبية رغم وطأة ضغوط الحروب والعمليات القتالية (أحمد عوض ،2015: 25) .

يؤكد " بارتون " أن الصلابة النفسية سمة من سمات الشخصية التي تميز الاشخاص الذين يحافظون على صحتهم تحت الضغوط عن الاشخاص الذين تظهر لديهم مشكلات صحية تحت الشروط الضاغطة ذاتها ، فالأشخاص ذو الصلابة النفسية يمتلكون حسا قويا بالحياة والتزاما وشعورا أكبر بالسيطرة وانفتاحا أكثر للتغيير انهم يفسرون الخبرات الضاغطة على انها مظهر عادي من مظاهر الوجود ، وجزء مثير من الحياة وهم يتميزون بالشجاعة في مواجهة الخبرات الجديدة وكذلك في مواجهة الاحباطات وخيبات الامل ويميلون الى المنافسة ويمتلكون كفاءة عالية وصمودا قويا عند الاستجابة للظروف الضاغطة (حمادة وعبد اللطيف ،2002: 49).

ويرى " بارتون " أن الافراد ذوي المستويات العالية من الصلابة النفسية يظهرون التزاما اعظم ويمتلكون حسا عاليا بالالتزام تجاه الحياة والعمل وينخرطون بنشاط في الاحداث التي تجري حولهم

وهذا يعني أن الحياة بالنسبة اليهم ذات معنى وذات قيمة وتستحق أن تعاش كذلك يتميزون بالتحكم هو الاعتقاد في القدرة على الاختيار والتأثير في المستقبل الى جانب التحدي وهو اتجاه للتغيير في الحياة باعتبارها أمرا مثيرا وممتعا ويستمتعون بالمواقف الجديدة والتحديات ، ويتمتعون بالحماسة ويمتلكون دافعية داخلية ويخلقون المعنى الخاص بهم وقد أكد " بارتون" وجود خصائص نفسية تسهم في ايجاد الصلابة النفسية وتعزيزها الى جانب عوامل اخرى تؤثر على الطريقة التي يتصرف بها الافراد ويستجيبون بها للمواقف ويمكن تصنيف هذه العوامل الى عوامل فردية مثل : الخلفية الاجتماعية والظروف الاسرية وشخصية الفرد وخبراته السابقة ومستوى الذكاء والصحة الجسمية اضافةالى عوامل مرتبطة ببرامج التدريب والتربية التي تؤثر في الافراد بطرق متعددة الى جانب عوامل مهنية وتنظيمية ومجتمعية (علاء الدين ،2016: 38).

وقد اطلق " بارتون " فكرة قائمة على اعتبار الصلابة النفسية " نظرة للعالم : Worldview أكثر منها سمة من سمات الشخصية ويعد ذلك اطارا أكثر عمومية يستطيع الاشخاص اعتماده لتفسير خبرات حياتهم بأعمالها وهكذا تكون الصلابة النفسية نمطا عاما من الوظائف التي تتضمن المظاهر المعرفية والانفعالية والسلوكية التي تميز الاشخاص الذين يبقون أصحاء وأسوياء تحت وطأة الضغط النفسي (أحمد ،2015: 27).

الى جانب ذلك أورد " بارتون " فكرة مهمة عن النفسية باعتبارها عاملا وقائيا ضد الامراض المرتبطة بالضغط النفسي ، وهي ما اتفق العلماء على تسميتها " سيكولوجية الصلابة " psychobiology of hardiness" ذلك أن الضغط النفسي الاجتماعي عامل خطر لنشأة المشاكل الصحية وتطورها ومن ضمنها أمراض الشريان التاجي للقلب الذي يعد السبب الاول المؤدي الى الوفاة في العالم فالي جانب الكثير من عوامل خطر الاصابة بأمراض القلب والاوعية الدموية مثل : البدانة والنظام الغذائي

والعادات الصحية الخاطئة يبرز عامل الضغط النفسي كعامل أساسي في هذه الامراض (علاء الدين ، 2016: 39).

وقد قام علماء النفس بالبحث عن هذه المتغيرات واتضح لهم دور الصلابة النفسية في الوقاية من أمراض القلب وظهر عدد كبير من الدراسات في هذا المجال منها على سبيل المثال دراسة " هوارد وزملاؤه ".(Howard et al) التي أظهرت أن الاشخاص ذوي الصلابة المرتفعة يستجيبون فسيولوجيا أقل من غيرهم للضغط النفسي (أحمد عوض ،2015: 27).

ان " بارتون " Barton قد استنتج أن الصلابة تتعدى كونها سمة من سمات الشخصية لتكون تركيبا أكثر شمولا : انها اسلوب أو نمط يميز الشخصية ويتضمن خصائص معرفية وانفعالية وسلوكية وبيولوجية ، هذا النمط العام من الصحة والاداء يؤثر في الطريقة التي يرى بها الفرد نفسه والتي بواسطتها يتفاعل مع العالم المحيط به (علاء الدين ،2016: 39).

خلاصة الفصل :

ان للصلابة النفسية قدرة على انشاء جدار دفاع نفسي يعين الفرد على التكيف مع احداث الحياة الضاغطة وتجعل منه شخصية قوية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط والتخفيف من اثارها السلبية كما أنها تجعل الفرد قادر على التحكم في مشاعره وحل مشكلاته وله القدرة على الالتزام والتحدي ليصل ال مرحلة التكيف (فاتح ،2015: 53).

الفصل الثالث: سرطان الثدي

تمهيد

1 . مفهوم السرطان.

2 . أنواع السرطنات.

3 . مكونات الثدي (البنية التركيبية للثدي).

4 . تعريف سرطان الثدي.

5 . أورام ثدي المرأة.

6 . أنواع سرطان الثدي.

7 . مراحل سرطان الثدي.

8 . العوامل المساعدة للإصابة بسرطان الثدي.

9 . أعراض سرطان الثدي.

10 . تشخيص سرطان الثدي.

11 . علاج سرطان الثدي.

خلاصة الفصل

تمهيد:

يعتبر سرطان الثدي من الأورام الخبيثة الناتجة عن التكاثر العشوائي والغير الطبيعي لخلايا الثدي، حيث لقي اهتمام من قبل الأطباء والباحثين نظرا لازدياد معدلات الإصابة به في الآونة الأخيرة، كما أنه يعد من أخطر أنواع السرطانات المهددة لحياة الكثير من النساء، وفي هذا الفصل يضمن شرح مفصل عن سرطان الثدي ليضم مفهوم السرطان، مكونات الثدي، تعريف سرطان الثدي، أورام الثدي، أنواعه، مراحله، العوامل المساعدة، أعراضه، التشخيص والعلاج.

1 . مفهوم السرطان:

استعملت كلمة سرطان في البداية لوصف الأنواع المختلفة من الأورام، وبالرغم من أنه في أغلب الأحيان يعتقد أن السرطان هو عبارة عن مرض واحد، إلا أنه في الحقيقة تعبير يستعمل لوصف ما يزيد عن 200 مرض مختلف. (**Nezu et al, 2003, p 265**)

يعرفه **Curtis**: السرطان بأنه ورم خبيث يحدث بسبب الانقسام الشاذ غير المحكوم للخلايا، حيث يغزو ويدمر الأنسجة المحيطة. (**Curis A, 2000, p92**)

يعرفه **Ouden**: السرطان بأنه النمو غير محكم للخلايا الشاذة مما يؤدي لحدوث أورام تسمى الأوراق الخبيثة، ويوجد نوعين من الأورام، أورام حميدة وهي التي لا تنتشر في الجسم والأورام الخبيثة التي تتسم بالانتقال. (**Oyden j, 2000, p 303**)

2 . أنواع السرطنات:

هناك أكثر من مئتي نوع نذكر منها:

1) سرطان الجلد.
2) سرطان الدم.
3) سرطان البنكرياس.
4) سرطان العظام.
5) سرطان المعدة.
6) سرطان الفم.
7) سرطان البروستات.
8) سرطان الثدي أكبر السرطانات انتشارا الذي نتطرق إليه في دراستنا. **(حسان صادق، 2014، ص ص 46 . 47)**

3 . مكونات الثدي (البنية التركيبية للثدي):

يلعب الثدي دورا هاما في مجال الأنوثة، وفي الصورة الجسدية التي تحملها المرأة عن نفسها، وطبقة الحيوية تتمثل في صنع الحليب لرضاعة الأطفال تحت تأثير الهرمونات المتمثلة في الأستروجين والبروجسترون اللذان يفرزها المبيض عند البلوغ وهي الفترة التي تتغير شكل وحجم الثدي. **في (شدمي، 2014/ 2015 : 79)**

يتكون الثدي من غدد لبنية نسيج دهني، نسيج ضام ليفي، حيث يضم عدد من الفصول حوالي (15) إلى (20) فص، يحتوي كل فص على فصيصات أصغر في نهايتها عشرات البصيلات القادرة على إنتاج الحليب، ترتبط هذه الفصوص والفصيصات بواسطة أنابيب رقيقة تدعى القنوات اللبنية وهذه بدورها تؤدي إلى حملة الثدي، تأتي العضلات أسفل الثدي وتملأ المادة الدهنية الفراغات بين الفصوص والقنوات مما يعطي الثدي طبيعة كتلية متجانسة، بالإضافة إلى الأوعية الدموية التي تقوم

بتغذية خلايا الثدي والأوعية الليمفاوية الذي يحتوي على الخلايا المناعية للمحاربة الالتهابات. **في (شدمي، 2014/ 2015: 80)**

الشكل الموالي يبين ذلك:



الشكل رقم (4) يبين العناصر الفسيولوجية المكونة للثدي (في شدمي، 2014/ 2015: 80)

4 . تعريف سرطان الثدي:

يعرف من خلال القاموس الفرنسي: بأنه ورم خبيث ينتج عن التكاثر العشوائي وغير الطبيعي لمجموعة من الخلايا في الثدي، والتي تؤدي إلى تدمير النسيج الأصلي ثم تغزو الأنسجة المحيطة، وتنتقل أحيانا إلى أماكن أخرى في الجسم خاصة الكبد والعظام الذي يؤدي إلى الموت في غياب العلاج. **(Larousse Médical, 1999 : 425)**

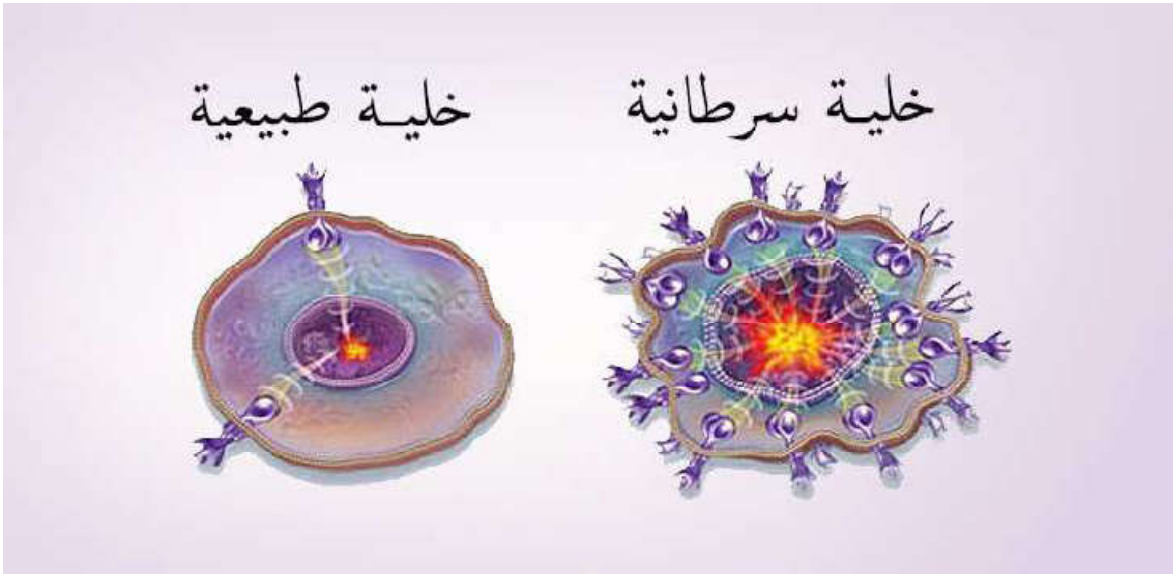
يعرف على أنه " ورم خبيث نتج من خلال تطور الخلايا في الثدي، ويعني عدم انتظام نمو وتكاثر الخلايا التي تنشأ في أنسجة الثدي، ومجموعة الخلايا المصابة والتي تنقسم وتتضاعف بسرعة، يمكن أن تشكل قطعة أو كتلة من الأنسجة الإضافية تدعى الأورام، ويمكن لبعض هذه الخلايا أن تنفصل وتنتشر في الجسم من منطقة إلى أخرى

.(Chelf, J. H, Deshler, A. M. et al, 2000M 22)

تعرفه منظمة سرطان الثدي (2013) بأنه " نمو غير منتظم لخلايا الثدي ناتج عن طفرات أو تغيرات غير طبيعية في الجينات المسؤولة عن تنظيم نمو الخلايا ". **(الشقران، رافع الكركي، 2016: 86)**

إذا فسرطان الثدي مرض خطير يبدأ بحبة صغيرة ثم يتطور بطريقة مذهلة ويغير من شكل الثدي وإذ لم يعالج ينتشر في كامل الجسم. **في (فاتح، 2014 / 2015: 32)**

الشكل الموالي يبين الفرق بين الخلية الطبيعية والسرطانية



الشكل رقم (05) يمثل الفرق بين الخلية الطبيعية والسرطانية(في شدمي، 2014/ 2015: 80)

5 . أورام ثدي المرأة:

هناك العديد من الأورام التي تصيب المرأة نذكر أهمها:

5 . 1/ الورم الليفي المتكيس (Tumeur Fibro Kystique):

عبارة عن اضطراب موضعي في الثدي وهو شائع يتواجد لدى المرأة التي يتراوح عمرها مابين 30 . 50 سنة وهو ورم غير خبيث وليس مؤلم.

5 . 2/ الورمالغددي الليفي ((Fibroadenome) La dénofibrome ou):

هذه الأورام صلبة ملساء، بطيئة النمو وتظهر هذه الأورام غالبا ما بين سن البلوغ والعشرينات، ويمكن أن نجد أكثر من ورم في الثدي.

5 . 3 / الورم الفصي (Carinome Lobulaire):

ينشأ هدا الورم في القناة اللبنية بجوار الحلمة، يمكن للمرأة ملاحظة إفرازات تخرج من الحلمة وكذلك يمكن أن تكون هذه الإفرازات ممزوجة بالدم.(**سميح نجيب الخوري، 1999: 233**)

6 . أنواع سرطان الثدي:

6 . 1/ السرطان غير الغازي:

ينمو سرطان الثدي من الخلايا التي تشكل بطانة فصوص الثدي (أوراق شجرة الثدي أو القنوات (الأغصان)، وتعرف الخلايا السرطانية التي تنحصر في الفصوص أو القنوات ب " الخلايا اللابدة " أو " غير الغازية ". (**مزبودي، 2013: 64**)

وتعرف هذه الخلايا في بعض الأحيان بالخلايا السابقة للسرطان، ويمكن أن تقسم إلى نوعين استنادا غلى شكلها تحت المجهر (**مزبودي، 2013: 64**)، حيث تتمثل في:

. سرطان غير الغازي في القنوات.

. سرطان غير الغازي في الفصيص (الورم الفصيصي).

6 . 2/ السرطان الغازي:

فيه تنتشر الخلايا السرطانية عبر القنوات أو الفصوص الغازية منذ البداية في أنسجة الثدي المحيطة بها، ثم تنتقل إلى الغدد المفاوية أو الدم ومنه إلى أجزاء الدم الأخرى. **(لاعبر، 1999: 115)**

6 . 3/ سرطان القنوات الموضعي:

وفيه تبقى الخلايا السرطانية ضمن القنوات غالبا ولكن يمكن لها أن تنتشر خارجها زهنا يصبح غازيا.

6 . 4/ سرطان الفصيصي الموضعي:

يمكن أن يحدث في أحد الثديين أو كلاهما وله قابلية أكثر ليصبح سرطان غازي.

(أميرة واضح، 2017/ 2018: 49)

7 . مراحل سرطان الثدي:

يمر سرطان الثدي بخمس مراحل هي:

7 . 1/ المرحلة الصفرية Stage O:

ويعني أن السرطان لم ينتقل للأجزاء المحيطة، لذلك يسمى سرطان الثدي غير انتشاري، ويمثل حوالي 15 . 20 % من مجموع حالات سرطان الثدي، ولا يعتبر سرطانا حقيقيا، ويوجد نوعان في هذه المرحلة:

أ . سرطان في القنوات الناقلة للحليب: وتكون خطورة الإصابة بالسرطان مرتفعة لذلك يحتاج متابعة دقيقة.

ب . سرطان في أنسجة الثدي: وفيه تخير المرأة بين استئصال جزئي للثدي أو كلي بناءا على حجم الثدي ومنطقة الإصابة.

7 . 2/ المرحلة الأولى Stage I:

وفيها لا يزيد طول الورم السرطاني عن سنتيمترين ولم ينتشر خارج الثدي.

7 . 3/ المرحلة الثانية Stage2:

وفيها لا يزيد طول الورم السرطاني عن سنتيمترين ولكنه منتشر في الغدد الليمفاوية أو يبلغ طول الورم السرطاني بين 2 . 5 سنتيمتر وقد يكون منتشرا في الغدد اللمفاوية أو يزيد طول الورم السرطاني عن 5 سنتيمتر ولكنه لم ينتشر في الغدد اللمفاوية.

7 . 4/ المرحلة الثالثة Stage 3:

وتنقسم هذه المرحلة إلى قسمين:

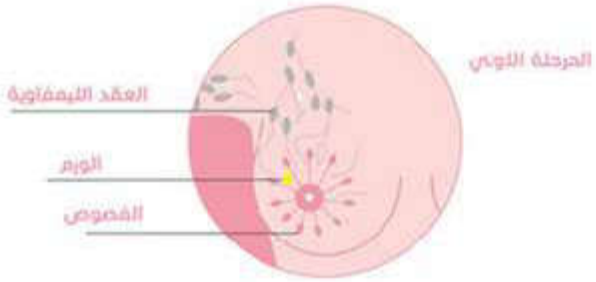
أ . أن يكون طول الورم السرطاني في الثدي أصغر من 5 سنتيمتر، ومنتشر في الغدد اللمفاوية أو أن طول الورم السرطاني في الثدي أكبر من 5 سنتيمتر ومنتشر في الغدد الليمفاوية.

ب . أو أن يكون الورم السرطاني في الثدي منتشر في المنطقة المحيطة بالثدي وجدار وأضلاع وعضلات الصدر أو يكون منتشر في الغدد الليمفاوية وجدار وعظم الصدر.

7 . 5/ المرحلة الرابعة Stage 4:

وفيها يكون الورم السرطاني منتشرا في أجزاء أخرى من الجسم مثل العظام والرئتين والكبد والدماغ أو يكون منتشرا في الجلد والغدد الليمفاوية وداخل الرقبة وقرب عظم الترقوة. **(في الحجار، (ب . ت): 48)**

الأشكال التالية تمثل مراحل تطور سرطان الثدي:(في شدمي، 2014/ 2015: 82)



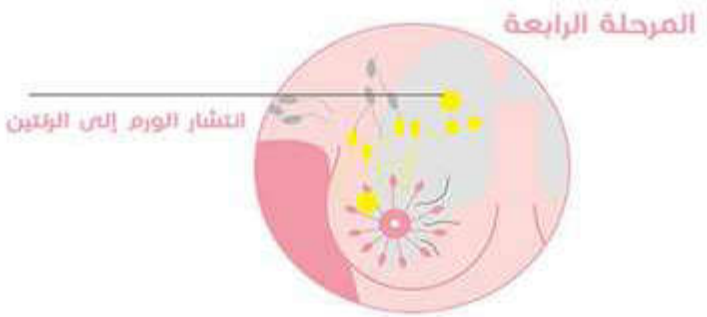
الشكل رقم (06) يوضح المرحلة الأولى لسرطان الثدي(في شدمي، 2014/ 2015: 82)



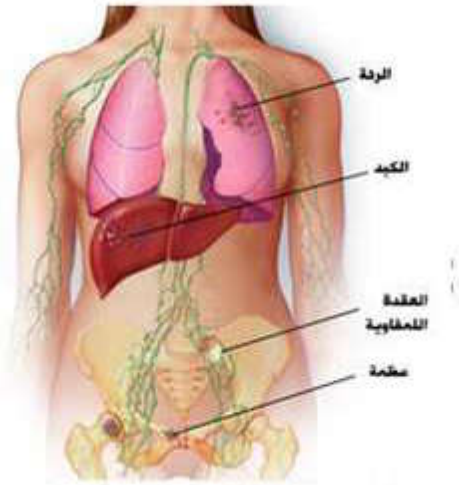
الشكل رقم (07) يوضح المرحلة الثانية لسرطان الثدي(في شدمي، 2014/ 2015: 82)



الشكل رقم (08) يوضح المرحلة الثالثة لسرطان الثدي(في شدمي، 2014/ 2015: 83)



الشكل رقم (09) يوضح المرحلة الرابعة لسرطان الثدي(في شدمي، 2014/ 2015: 83)



الشكل رقم (10) يوضح انتشار سرطان الثدي في كامل الجسم(في شدمي، 2014/ 2015: 83)

8 . العوامل المسببة للإصابة بسرطان الثدي:

8 . 1/ العوامل الوراثية:

زيادة نسبة حدوث سرطان الثدي في الأمهات والبنات والأقارب بالدرجة الأولى حوالي 18 % يمكن أن يكون بسبب الإصابة بسرطان الثدي، اكتشف العلماء من خلال دراسات حول سرطان الثدي أن نسبة 60 % من المصابات يعود إلى نقص الهرمون أو عدم نشاطه. **(شقير، 2002: 126)**

8 . 2/ العوامل الهرمونية:

يقر العلماء أن عامل السن له مخاطر في الإصابة بسرطان الثدي وهذا راجع إلى هرمون الأنثوي أستروجين.

. البدئ المبكر للحيض قبل سن 13 وتأخر سن اليأس بعد 50 سنة.

. عدم الحمل والإنجاب أو حدوث حمل بعد 35 سنة.

. تناول الأدوية الهرمونية الأستروجينية.

8 . 3/ العوامل النفسية:

أوضح باتيل " **Patiel** " أن العوامل النفسية لها التأثير الفعال في ظهور هذا المرض وغالبا ما تتعرض المريضات بمواقف ضاغطة وصدمات نفسية خلال مراحل الطفولة وتظهر تأثيرها فيما بعد.

(زينب محمد شقير، 2002: 127)

9 . أعراض سرطان الثدي:

9 .1/ أعراض جسمية:

هناك مجموعة من الإشارات والأعراض التي يجب الانتباه لها وهي:

. ألم موضعي في الثدي أو تحت الإبط.

. أي تغير في جلد الثدي.

. وجود كتلة في الثدي.

. تورم تحت الإبط.

. إفراز سائل من الحلمة أو إفرازات دموية.

. انقلاب الحلمة، دخول الحلمة إلى الثدي.

. تغير في حجم أو شكل الثدي.

(ناجي الصغير، 2005: 51)

9 . 2/ أعراض نفسية:

. عجز في بناء العلاقات الاجتماعية.

. الشعور بالتوتر والقلق والمعاناة النفسية.

. المشكلات الأسرية وما ينتج عنها.

(أميرة، واضح، 2017/ 2018: 51)

10 . تشخيص سرطان الثدي:

إن تشخيص الدقيق لسرطان الثدي مهم جدا لأخذ القرارات العلاجية السليمة والصحية :

10 . 1/ الفحص الذاتي (الشخصي): تقوم به المرأة بنفسها مرة كل شهر حوالي اليوم السابع (7 . 10 أيام) من الدورة الشهرية لكل امرأة فوق العشرين.

10 . 2/ الفحص الطبي: يكون كل ثلاثة سنوات من 20 . 40 سنة، أما فوق سن 40 تقوم بالفحص كل سنة.

(نبيلة باوية، 2013: 115)

10 . 3/ التصوير بواسطة الأشعة البينية (Mammographie): الأشعة البينية هي صورة شعاعية للثدي تستخدم لاكتشاف الإصابة بسرطان الثدي في وقت مبكر، حيث يطلب عادة هذا الفحص من النساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين (50 . 69) سنة كل ثلاث سنوات.

(مزبودي، 2013: 49)

10 . 4/ التصوير بالموجات فوق الصوتية (Echographie):

في كثير من الحالات لا تظهر صورة الورم واضحة باستخدام الأشعة البينية لذلك يطلب من المريضة قيام بفحص عن طريق الموجات فوق الصوتية للتأكد من الكتلة صلبة أو تحتوي على سائل.

(مزبودي، 2013: 49)

10 . 5/ التصوير بالرنين المغناطيسي (Imagerie par Magnetique (IRM) resononce):

يكون أكثر دقة وإجراؤه يستغرق وقتا طويلا وهو مهم للنساء اللواتي يعانين من كتلة تحت الإبط ويظهر ما إذا كانت الخلايا السرطانية انتشرت إلى العقد الليمفاوية أو إلى مناطق أخرى.

10 . 6/ الفصوص بالإبراة: هي أحد عينة صغيرة من أنسجة أو خلايا الثدي.

(شافي أمينة، 2017/ 2018)

11 . علاج سرطان الثدي:

هناك أربع طرق لعلاج هذا المرض هي:

11 . 1/ العلاج بالجراحة: عادة يتم استئصال الورم أو كامل الثدي مع أو بدون العقد اللمفاوية في الإبط كمرحلة أولى ويتبع هذا علاج إشعاعي فقط وذلك حسب الحالة.

11 . 2/ العلاج الكيميائي (CHEMOTHERAPY):

يتم العلاج الكيميائي باستخدام مجموعة مركبة من العقاقير الكيميائية والتي يكون تأثيرها على الخلايا السرطانية أقوى منه على الخلايا السليمة، ويكون العلاج إما على شكل حقن في الوريد أو أقراص في الفم، ومن آثار العلاج الجانبية تساقط الشعر، التقيؤ، الإسهال.

(وردة سعادي، 2008/ 2009)

11 . 3/ العلاج بالأشعة (RADOTHERAPY):

يتم العلاج هنا باستخدام أشعة بينية مكثفة ذات طاقة عالية، ويكون تأثير هذه الأشعة عاليا على الخلايا السرطانية، حيث أنها أكثر حساسية للإشعاع من الخلايا الطبيعية، ويكون العلاج عادة إما 20 أو 25 جلسة تستمر من 10 دقائق.

11 . 4 / العلاج الهرموني (HORMONETHERAPY):

هذا العلاج يبدأ بعد نهاية العلاج بالأشعة ويعطي لبعض المريضات اللاتي تجاوزن سن الخمسين، ليس كل المريضات يحتجن للعلاج الهرموني علما بأن هذا العلاج قد يستمر مدى الحياة.

(زهرة كروزات، 2007: 57)

خلاصة الفصل:

يعتبر مرض سرطان الثدي من الأمراض الأكثر انتشارا في وقتنا الحالي، حيث أصبح يهدد حياة الكثير من النساء في مختلف الأعمار، لكن مع تقدم العلم وتطوره وظهور علاجات حديثة ومتنوعة أصبح هذا المرض يعالج كبقية الأمراض الأخرى، ومع هذا فمجرد ذكر اسمه فإنه يخلق في نفوس المصابات به نوع من الخوف والقلق وربطه دائما بفكرة الموت، ولهذا يلعب الجانب النفسي دورا مهما في مواجهة هذا المرض والقضاء عليه.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة.

2 . الدراسة الاستطلاعية.

3 . الدراسة الأساسية.

4 . الحدود الزمانية والمكانية للدراسة.

5 . عينة الدراسة.

6 . خصائص العينة.

7 . أدوات الدراسة.

خلاصة الفصل

تمهيد:

لا تخلو أي دراسة ميدانية من الجانب الميداني الذي يعتبر كأساس قاعدي للدراسة في الجانب النظري، وبعد تطرقنا في الفصول السابقة للجانب النظري لمتغيرات الدراسة سنحاول في هذا الجانب الميداني التعرف على الدراسة الاستطلاعية والمنهج المناسب للدراسة والعينة وأدوات الدراسة، وكذا الدراسة، لنصل بعدها إلى عرض وتفسير للنتائج المتوصل إليها.

1 . منهج الدراسة:

تختلف وتتعدد مناهج البحث المستخدمة في علم النفس لحل المشكلات التي يواجهها الباحثون أثناء دراستهم وأعمالهم، وذلك لاختلاف المواضع المطروحة وطبيعة المشكلة التي يعالجها الباحث.

فعند القيام بأي بحث علمي أو دراسة على الباحث أن يقوم بتحديد المنهج الذي يتبعه والذي يتوافق مع طبيعة دراسته، ومنه يعتمد على منهج دقيق والذي يعرف بأنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة. **(فوزي غرابية، 2008: 18)**

بما أن الدراسة الحالية تتناول موضوع الصلابة النفسية عند المرأة المصابة بسرطان الثدي، فقد اتبعنا **المنهج العيادي** الذي يتركز على دراسة حالة، فهو يساعد على دراسة كل حالة على حدى وبطريقة عميقة ودقيقة.

عرفه**ويتمر Witmer(1896)**: أنه المنهج يقوم على استعمال نتائج فحص عدة مرضى ودراستهم الواحدة تلو الأخرى من أجل استخلاص مبادئ عامة توحي بها ملاحظة كفاءتهم وقصورهم. **(عمار بوحوش، 2007: 51)**

كما استعملنا دراسة حالة من أجل أن يسمح لنا بجمع أكبر قدر وأدق معلومات حول حالة، فدراسة حالة أداة قيمة تكشف لنا عن وقائع حياة الفرد منذ ميلاده في المشكلات الراهنة، وهذه خطوة أساسية لجمع معلومات تاريخية عن المريض. **(عباس، 1997: 18)**

2 . الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة هامة وأساسية في البحوث العلمية، وهي محاولة بحثية تجريبية التي يقوم بها الباحث في شكل إنجاز مصغر للبحث من أجل استطلاع ميادنه، واكتشاف المنهج الذي سيسلكه في مرحلة الإنجاز النهائي، وهذا قبل الشروع في التنفيذ الفعلي للعمل كله .

وهي خطوة تمهيدية ضرورية في البحث العلمي لا سيما في البحوث الكثيرة التي يصادف الباحث فيها صعوبات فهو بحاجة لمثل هذه الدراسات للاستكشاف. **(أميرة واضح، 2017/ 2018)**

بالإضافة إلى أنها تسهل للباحث عملية التأكد من صحة توافق المنهج ومن أجل التعرف وتفادي بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث وقبل البدء في إجراءات البحث ومن أجل الوصول إلى الأهداف المرجوة تم القيام بالدراسة الاستطلاعية لميدان الدراسة، وبما أن دراستنا الحالية ستكون على المرأة المصابة بسرطان الثدي قصدنا المؤسسة الاستشفائية للتقرب أكثر من حالات الدراسة والتأكد من أدوات الدراسة من حيث وضوح وسلامة اللغة للبنود ومناسبة بدائل الأجوبة ووضوح التعليمة المقياس ومن أجل التأكد من مدى سهولة الأسئلة المقابلة ومن أجل التعرف على مدى توافر أحدى متغيرات الدراسة، وذلك من خلال حوله استطلاعية في مصلحة الأورام السرطانية بمستشفى **محمد بوضياف المدية** برفقة الأخصائية النفسية.

3 . الدراسة الأساسية:

تمت الدراسة بمستشفى محمد بوضياف المدية بمصلحة الأنكولوجيا بمرافقة الأخصائية النفسية على خمس حالات مصابة بسرطان الثدي يخضعون للعلاج الكيميائى بالمستشفى.

4 . حدود الدراسة:

4 . 1/ الحدود المكانية:

تمت الدراسة الميدانية بالمؤسسة الاستشفائية محمد بوضياف بولاية المدية بمصلحة الأورام السرطانية.

4 . 2/ الحدود الزمنية:

تم إجراء الدراسة الميدانية بداية من 5 جانفي 2020 إلى 5 مارس 2020 وتم ذلك خلال السنة الجامعية 2019/ 2020.

4 . 3/ الحدود البشرية:

اعتمدت الدراسة الميدانية على (05) حالات من نساء مصابات بسرطان الثدي.

5 . عينة الدراسة:

يعتبر المجتمع أو العينة هي أساس كل دراسة سواء كانت نفسية أو اجتماعية فبدونها لا يمكن للباحث أن يضع أهدافا للدراسة ليصل إلى النتائج المطلوبة.

(سامي محمد ملحم، 2000: 219)

وقد تم في هذه الدراسة اختيار العينة بطريقة قصدية، وشملت (05) حالات مصابات بسرطان الثدي وكل الحالات يخضعون للعلاج بمستشفى محمد بوضياف المدية.

6 . خصائص عينة الدراسة:

الحالات	السن	المستوى	الحالة الاجتماعية	نوع المرض	مدة الإصابة
. الأولى	40 سنة	3 ابتدائي	متزوجة	سرطان الثدي	40 يوم
. الثانية	49 سنة	بكالوريا	متزوجة	سرطان الثدي	9 أشهر
. الثالثة	35 سنة	1 ثانوي	متزوجة	سرطان الثدي	3 سنوات
. الرابعة	35 سنة	1 ثانوي	متزوجة	سرطان الثدي	3 أشهر
. الخامسة	58 سنة	محو الأمية	متزوجة	سرطان الثدي	6 أشهر

الجدول رقم (01) يمثل خصائص عينة الدراسة

7 . أدوات الدراسة:

اختلفت وتعددت أدوات البحث العلمي حيث يستطيع الباحث استخدام أكثر من طريقة لجمع المعلومات حول مشكلة الدراسة والإجابة عن أسئلتها وفحص فرضياتها، ويجب أن يكون الباحث ملما بالأدوات لجمع المعلومات. **(عليان، (ب. ت): 89)**

7 . 1/ المقابلة العيادية نصف الموجهة:

إنها أداة من أدوات البحث العلمي وظهرت كأسلوب هام في الميدان الاكلينيكي، وهي عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين القائم بالمقابلة والمفحوص. **(ملحم، 2007: 247)**

7 . 2/ الملاحظة المباشرة: وهي التي يقوم فيها الباحث بملاحظة سلوك معين من خلال اتصاله مباشرة بالأشخاص أو الأشياء التي يقوم بدراستها بغرض رصد سلوك أفراد العينة واستجاباتهم. (**بوحوش، والننيبات، 1995: 65**)

7 . 3/ اختبار الصلابة النفسية:

يستخدم هذا الاختبار مع الأفراد الذين تعرضوا في حياتهم لمواقف ضاغطة أو الذين يعانون من أمراض خطيرة ومزمنة وذلك للتعرف على قدرة تحملهم ومستوى الصلابة لديهم بأبعاده الثلاثة الالتزام، التحكم والتحدي، حيث اعتمد هذا البحث على مقياس الصلابة النفسية من إعداد " **عماد محمد أحمد مخيمر** " (**2002**)، ورغم تعدد المقاييس اخترت بالتحديد هذا الاختبار لأن عباراته سهلة ومفهومة نوعا ما، وكذلك مناسب لطبيعة الدراسة لأن هذا الباحث طبقة كذلك على المرأة المصابة بسرطان الثدي.

أ / وصف الاختبار:

أعد هذا المقياس عماد محمد أحمد مخيمر (**2002**) تتكون في الأصل من (**47**) بندا موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

1 . الالتزام: يقيسه (16) بند.

2 . التحكم: يقيسه (15) بند، وأضاف الباحث الحالي (أ د بشير معمرية) إلى هذا البعد بندا واحدا وهو رقم (**47**) فصار عددها (**16**) بند.

3 . التحدي: يقيسه (**16**) بند.

وصار عدد البنود في المقياس كله (**48**) بندا، يجاب عنها بأسلوب تقريري.

تصحيح المقياس:

يتكون المقياس من أربع بدائل هي: **لا** وتنال صفر (0)، **قليلا** وتنال درجة واحدة (01)، و **متوسط** وتنال درجتين (02)، **كثيرا** وتنال ثلاث درجات (03)، وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظريا بين (صفر . 144) وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

❖ **مستويات الدرجة الكلية للصلابة النفسية:**

- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (48 . 78) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص منخفض.
- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (79 . 109) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص متوسط.
- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين (110 . 144) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة لدى المفحوص مرتفع.

(فاتح، 2014/ 2015: 34)

❖ **مستويات بعدي الالتزام والتحكم والتحدي:**

- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين(**16 . 26**) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص منخفض.
- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين(**27 . 37**) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص متوسط.

- ✓ إذا كان مجموع الدرجات تتراوح ما بين(**38 . 48**) فإن هذا يعني أن مستوى الصلابة النفسية لدى المفحوص مرتفع. **(عمور و روبى وقاسمي، 2013: 177)**

الجدول رقم (02): يوضح توزيع البنود في 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
المجموع:	المجموع:	المجموع: .....
الدرجة الكلية للصلابة النفسية		

(فاتح، 2014/ 2015: 35)

ب / الخصائص الليكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

تقنين مقياس الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية من طرف (**بشير معمرية**)

- **عينة التقنين:**

تكونت عينة التقنين من (**392**) فردا منهم (**191**) ذكور و (**201**) إناث تراوحت أعمار عينة الذكور بين (**15 . 50**) سنة بمتوسط حسابي قدره (**20.73**) سنة وانحراف معياري قدره (**4.78**) سنة، وتم سحب العينتين (ذكور وإناث) من تلاميذ وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن كليات جامعة الحاج لخضر . باتنة . وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة ومن مراكز التكوين المهني شبه الطبي بمدينة باتنة.

. تم تطبيق مقياس الصلابة النفسية من قبل الباحث شخصيا (**بشير معمرية)** واستغرقت عملية التطبيق شهور جانفي، فيفري، ومارس **2011**. (**فاتح، 2014/ 2015: 36**)

- **الصدق والثبات على عينة الدراسة:**
- **الصدق:** تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق:

✓ **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، حجم كل عينة يساوي (**26**) مفحوص واقع سحب (**27 %**) من العينة الكلية (ن : 95).

الجدول رقم (03): يوضح قيم " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور

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

قيمة " ت " دالة إحصائيا عند مستوى 0.001

. يتبين من قيم " ت " في الجدول رقم (03) أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية، مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور. **(فاتح، 2014/ 2015: 37)**

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

الجدول رقم (04): يوضح قيم " ت " لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث

العينة / المتغير	العينة العليا: 26		العينة الدنيا: 26		قيمة " ت "
	م	ع	م	ع	
الالتزام	40.36	2.27	29.07	2.27	17.64
التحكم	40	2.29	25.50	4.75	13.81
التحدي	41.64	3.30	24.5	7.72	10.20
الدرجة الكلية		5.84	72.61	11.53	20.67

قيمة " ت " دالة إحصائيا عند مستوى 0.001

- يتبين من قيم " ت " في الجدول رقم (03) أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية، مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الإناث. **(فاتح، 2014/ 2015: 38)**

- **الثبات:** تم حساب الثبات بطريقتين:

يبين الجدول رقم (05) معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ

نوع معامل الثبات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الثبات
طريقة إعادة التطبيق بعد (18 يوم)	ذكور	46	0.714
	إناث	49	0.721
	ذكور وإناث	95	0.612
معامل ألفا كرونباخ	ذكور	46	0.823
	إناث	49	0.831
	ذكور وإناث	95	0.826

دالة إحصائيا عند مستوى 0.01

تبين من معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها أن مقياس الصلابة النفسية يتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعلها صالحة للاستعمال بكل اطمئنان سواء في مجال البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي. **(فاتح، 2014/ 2015: 39)**

. عينة الدراسة:

قام بها على سرطان الثدي:

يعتبر اختبار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل الهامة ويقوم عادة بتحديد جمهور بحثه حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة التي يختارها. **(فاتح، 2014/ 2015: 39)**

تتكون عينة الدراسةمن النساء المصابات بسرطان الثدي أكثر من (40) سنة تقدر بنسبة (65%) لأنها الفئة المعرضة لهذا المرض أكثر في هذا السن إما من أقل من (40) سنة تقدر ب (35%).

(فاتح، 2014/ 2015: 40)

الجدول رقم (06) يوضح خصائص العينة حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرارات	النسب
متزوجة	47	%78.33
غير متزوجة	13	%21.66

نلاحظ من خلال النتائج المتوصل إليها من خلال حساب النسبة المئوية نجد أن النساء المصابات بسرطان الثدي هما الفئة المتزوجة بنسبة (**65 %**) من غير المتزوجات التي نسبتها (21**%**). (**فاتح، 2014/ 2015: 40**)

الجدول رقم (07) يوضح خصائص العينة حسب المستوى الاقتصادي

الحالة الاقتصادية	التكرارات	النسب
مستوى منخفض	11	%18.33
مستوى متوسط	49	%81.66

من خلال النتائج نلاحظ أن لدى المصابات بسرطان الثدي مستوى اقتصادي متوسط أي **81.66%** وهذا بدرجة أكبر من المستوى المنخفض الذي يقدر ب **18.33%**. (**فاتح، 2014/ 2015: 41**)

خلاصة الفصل:

لقد تم عرض في هذا الفصل أهم العناصر المتبعة في البحث الميداني، حيث تم توضيح المنهج المتبع، الحدود الزمانية والمكانية للدراسة، وكذا العينة وخصائصها وأهم أدوات جمع البيانات المستخدمة بما فيا المقابلة، الملاحظة واختبار الصلابة النفسية.

الفصل الخامس: عرض نتائج الدراسة

تمهيد

1 . عرض نتائج الحالة الأولى.

2 . عرض نتائج الحالة الثانية.

3 . عرض نتائج الحالة الثالثة.

4 . عرض نتائج الحالة الرابعة.

5 . عرض نتائج الحالة الخامسة.

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، وذلك بعد التحقق من الفرضيات باستخدام مقياس الصلابة النفسية ل " **عماد محمد أحمد مخيمر (2002)** " وإجراء المقابلات مع المصابات بسرطان الثدي وكانت النتائج كالتالي:

1 . عرض نتائج الحالة الأولى:

1 . 1 / تقديم الحالة الأولى:

- **بيانات أولية عن الحالة:**

الاسم: (ز)

السن: 40 سنة

الجنس: أنثى

مكان الإقامة: المدية

المستوى التعليمي: السنة الثالثة ابتدائي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المهنة: x

الحالة الاقتصادية: متوسطة

مدة الإصابة بالمرض: 40 يوم

- **تحليل نتائج المقابلة العيادية للحالة الأولى:**

الحالة (ز) تبلغ من العمر (40) سنة متزوجة وعندها بنت بالتبني من ولاية المدية مستواها الاقتصادي متوسط.

ومستواها التعليمي السنة الثالثة ابتدائي تعاني من سرطان الثدي وهي تقوم بالعلاج في مستشفى محمد بوضياف بالمدية.

تمت الموافقة من طرف الحالة على إجراء المقابلة العيادية وتجاوبت معنا، تحمل الحالة (شخصية متميزة، طلبنا في البداية منها أن تخبرنا عن طفولتها فعالة أنها عاشت طفولة عادية،إلا أن للحالة تجربة مرضية لما كانت صغيرة أجريت عملية (التواء الأمعاء).

. عاشت فترة المراهقة عادية ثم تزوجت ولم تنجب أطفال حسب قولها " **شربت بزاف دوا ورحت بزاف للأطباء ولكن ما كتبش ربي وربيت بنت وهي الآن في عمرها 9 سنوات** ".

. أخبرتنا عن مرضها بسرطان الثدي والذي كان منذ **40** يوم فقط، حيث أنها كشفت عن كتلة صغيرة في ثديها بالصدفة حسب قولها (**حسيت بحاجة في الثدي نتاعي روحت للطبيبة (ب) وهي من وجهتني إلى الطبيبة المختصة و أخبرتني بالمرض يوم 21 ديسمبر 2019**).

في تلك اللحظة أحست الحالة بشعور غريب ولم تتقبل الحالة " ز " المرض حسب قولها: " **جاتني صعيبة بزاف (بكاء) عمبالي غدوة راح نموت وبديت خايفة نروح ونخلي بنتي وراجلي** " ثم بدأت الحالة تتقبل المرض لأن لديها سوابق عائلية مصابة بسرطان الثدي حسب قولها : " **بنت خالتي ثاني كانت مريضة وزل عليها والحمد لله، ودايمن تنصحني وتقولي ما تخافيش تبراي ان شالله** ".

. فيما يخص علاقتها بالزوج عادية حسب قولها: " **واقف معايا فوق الحد ودايمن يشجعني ويقولي تبراي وتولي خير من قبل** ".

والحالة " ز " لديها نظرة إيجابية للمستقبل وهاجس الوحيد للحالة أنها تموت وتترك ابنتها حسب قولها: " **بكاء** " **خايفة نموت ونخلي بنتي ملي عرفت بلي راني مريضة نوض في الليل ونقرا القرآن ونصلي غير باه نبرا ونرجع لبنتي** ".

أما فيما يخص علاقتها الاجتماعية فهي عادية مع أسرتها ومع المحيطين بها وواقفين معها أحسن من قبل حسب قولها: " **وليت ما نحبش نقعد وحدي وفرحت كي جيتي هدرتي معايا ونجوز معاك وقت** ".

والحالة " ز " لم تقم بإجراء عملية الاستئصال لأن لديها أورام ثانوية في الكبد.

. خلال قيامي بالمقابلة مع الحالة لم يظهر عليها أي علامات القلق أو التوتر بل كانت في غاية الهدوء وهذا من طبع الحالة.

ومن خلال كلامها أن هناك حالة من عائلتها مصابة بسرطان الثدي، ومن هنا استنتجت أن للعامل الوراثي دخل في إصابتها بسرطان الثدي.

وفي الأخير قمت بتطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة، وبما أنها لا تعرف القراءة والكتابة قمت بشرح لها العبارات وكانت متعاونة معي وأجابت على جميع الأسئلة.

- **تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الأولى:**

قائمة الصلابة النفسية

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم: ن

العمر: 40 سنة

المهنة: x

المستوى التعليمي: 3 ابتدائي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسطة

مدة الإصابة بالمرض: 40 يوم

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1 . مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي.				x
2 . أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي.				x
3 . أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.				x
4 . قيمة الفرد تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				x
5 . عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها.			x	
6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				X
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				X
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.				X
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				X
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.				X

11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				X
12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن أتعايش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.				X
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				x
14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.			x	
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.				x
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.				x
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.	x			
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.				X
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.				x
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.	x			
21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.				x
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				x
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في				x

حياتي.				
24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.				x
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.				x
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.	x			
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.				x
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.				x
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.	x			
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.				x
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.				x
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.	x			
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.			x	
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.				x

35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.	x			
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.				x
37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.				x
38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				x
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.				x
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.				x
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.	x			
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.				x
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				x
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.	x			
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				x

46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.				x
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.				x
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.				X

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية تحصلت على النتيجة التالية:

الجدول رقم (08) يبين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات:

الالتزام	التحكم	التحدي
3	**3**	**3**
3	**2**	**3**
3	**3**	**3**
3	**3**	**3**
3	**1**	**3**
3	**0**	**3**
3	**3**	**3**
3	**3**	**3**
3	**0**	**3**

3	3	3
3	0	2
3	0	3
3	3	3
3	0	3
3	3	3
3	0	3
المجموع: 48	المجموع: 27	المجموع: 47
الدرجة الكلية للصلابة النفسية : 118		

من خلال هذا الجدول يبين لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومن خلال مفتاح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما إذا كان مرتفع، متوسط أو منخفض.

والنتائج كالآتي:

. مجموع درجة الالتزام هو: (**48**) فإن هذا يعني أن مستوى الالتزام للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

. مجموع درجة التحكم (**27**) فهذا يعني أن مستوى التحكم للحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**27 . 37**) درجة.

. مجموع درجة التحدي هو (**47**) فهذا يعني أن مستوى التحدي للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

أما الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي: (**118**) فإن هذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح بين (**110 . 144**) **درجة.**

2 . عرض نتائج الحالة الثانية:

2 . 1/ تقديم الحالة الثانية:

- **بيانات أولية عن الحالة:**

الاسم: هـ و

العمر: 49 سنة

المهنة: لا يوجد

المستوى التعليمي: بكالوريا

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 9 أشهر

- **تحليل نتائج المقابلة العيادية للحالة الثانية:**

في بداية المقابلة قمت بتعريف نفسي للحالة على أني متربصة وهذا العمل أقوم به في صدد القيام بمذكرة التخرج وطلبت منها أن تطمئن لأنني لن أذكر اسمها أو بياناتها الشخصية في هذا العمل، حيث تقبلت بكل سرور وتفهمت الموضوع.

. الحالة " هـ. و " امرأة تبلغ من العمر (49 سنة)متزوجة لديها ثلاث بنات وأربعة أولاد قاطنة في ولاية المدية وهي الآن في مستشفى محمد بوضياف المدية، حيث أجريت معها المقابلة.

الحالة " هـ. و " تعيش حياة أسرية عادية مع زوجها وأولادها تقول: أنها عائلة ذات دخل متوسط وأنهم عائلة جد متماسكة متوافقين مع بعضهم البعض يبادرون للعمل الجماعي ويساعدون بعضهم البعض.

تقول الحالة (هـ. و) أن أول معاناة في حياتها كانت مع مرض ابنتها الكبرى، حيث أنها تعاني من تخلف عقلي شديد، وحسب قول الحالة " **واجهت صعوبات بزاف معها إلا أنني تخطيتها لقيت الزوج تاعي وأبنائي واقفين معايا وأنو مرض بنتي خلاني نكون امرأة قوية وأني نواجه كل المشاكل اللي تواجهني في حياتي** ".

بداية المرض عند الحالة (هـ. و): تقول أنها بعد كل مرحلة حيض ندير تشخيص ذاتي " **كنت نمس حتى حسيت حاجة يابسة في الثدي قلت بالاك ولسيس وبعد مدة شفت بلي مراحش وقعد نفسو، رحت قبالة ندير راديو** ".

تقول الحالة (هـ. و) أنها توجهت مباشرة إلى الطبيب في المستشفى بعد صدور النتائج، حيث أخبرها الطبيب بعد ملاحظة الفحوصات أنه عندك سرطان ثدي .....، حيث تقول: " **حسيت بشوي خوف أومبعد تقبلت وشكرت الله وقلت الحمد لله، توجهت لداري وخبرت الزوج ديالي وأولادي وأهلي كانوا كبهم واقفين معايا خاصة أولادي وزوجي خاصة زوجي اللي لاحظت بلي زادت محبتو ليا واهتماموا** ".

قامت الحالة بعملية استئصال الثدي في 13 أكتوبر 2019 بمستشفى محمد بوضياف، حيث أنها لم تخف من العملية لأنها كانت مؤمنة بالله وأن ما حدث لها قضاء وقدر، بعد إجراء العملية وإفاقتها منها لم تتفاجأ وابتسمت على حسب قولها: " **ما كنتش خايفة من العملية وكلت أمري لله ومبعد ما فطنت شكرت ربي عاللي رجعني لولادي** ".

بعد من إجراء العملية بدأت الحالة بالعلاج الكيميائي حيث أن أثناء مقابلتي لها كانت في الجلسة الخامسة، لم تعاني الحالة كثيرا في فترة علاجها الكيميائي رغم ظهور العلامات " شحوب البشرة، غثيان، التعب، تساقط الشعر حسب قول الحالة أنها في تلك الفترة مشابهة عندما تضع المرأة مولودها تقول كلي يجيك السطر هاذيك الفترة العلاج الكيميائي وخلاص، لاحظت على الحالة تقول فيها وتضحك وهي مرتاحة.

الحالة (هـ. و) لم تنزعج أبدا من الأعراض والآثار الجانبية التي كانت تظهر عليها ولم تسبب لها القلق أو الخوف بل بالعكس تصرفت مع الوضع كأي مرض عادي، فعندما كان يتساقط شعرها كانت تذهب إلى الحمام والأعراس حسب قول الحالة: " **أنها عندما اكتشفت المرض أول مرة كان عندي عرس بنت عمي كانوا كامل دايرين في بالهم بلي ما نروحش للعرس بصح أنا روحت وشطحت وزيد راني نوجد لعرس بنتي وقلت لجارتي الخياطة** ".

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

قائمة الصلابة النفسية:

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم: هـ. و

العمر: 49سنة

المهنة: لا يوجد

المستوى التعليمي: البكالوريا

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 9 أشهر

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1 . مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي.			x	
2 . أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي.				x
3 . أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.				x
4 . قيمة الفرد تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				x
5 . عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها.				x
6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.			x	
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.			x	
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.			x	
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				X
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.				X

11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				X
12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.				X
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				x
14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.				x
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.			x	
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.			x	
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.	x			
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.				X
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.			x	
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.		x		
21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.			x	
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				x
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي.				x
24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة			x	

أخرى.				
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.				x
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.				x
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.			x	
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.			x	
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.	x			
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.				x
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.				x
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.			x	
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.			x	
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.				x
35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.			x	
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.			x	
37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.			x	

38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				x
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.	x			
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.				x
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.			x	
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.			x	
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				x
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.				x
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				x
46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.				x
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.				x
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.				X

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية تحصلت على النتيجة التالية:

الجدول رقم (09) يبين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات:

الالتزام	التحكم	التحدي
2	**3**	**3**
3	**3**	**2**
2	**2**	**3**
3	**3**	**3**
3	**0**	**2**
2	**0**	**3**
2	**2**	**2**
3	**3**	**2**
3	**3**	**2**
2	**3**	**3**
3	**2**	**2**
3	**2**	**2**
2	**3**	**0**
3	**2**	**2**
3	**3**	**3**
3	**3**	**3**
المجموع: 42	**المجموع: 37**	**المجموع: 37**
الدرجة الكلية للصلابة النفسية : 116		

من خلال هذا الجدول يبين لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومن خلال مفتاح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما إذا كان مرتفع، متوسط أو منخفض.

والنتائج كالآتي:

. مجموع درجة الالتزام هو: (**42**) فإن هذا يعني أن مستوى الالتزام للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

. مجموع درجة التحكم (**37**) فهذا يعني أن مستوى التحكم للحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**27 . 37**) درجة.

. مجموع درجة التحدي هو (**37**) فهذا يعني أن مستوى التحدي للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

أما الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي: (**118**) فإن هذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح بين (**110 . 144**) **درجة.**

3 . عرض نتائج الحالة الثالثة:

3 . 1/ تقديم الحالة الثالثة:

- **بيانات أولية عن الحالة:**

الاسم: " ن "

العمر: 35 سنة

الجنس: أنثى

مكان الإقامة: المدية

المستوى التعليمي: 1 ثانوي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المهنة: x

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 3 سنوات

الحالة " ن " تبلغ من العمر 35 سنة متزوجة ولديها 3 بنات من ولاية المدية مستواها الاقتصادي متوسط ومستواها التعليمي أولى ثانوي وهي تقوم بالعلاج في مستشفى محمد بوضياف بالمدية.

تمت الموافقة من طرف الحالة على إجراء المقابلة العيادية وتجاوبت معنا وظهر أن الحالة ليست في حالة نفسية جيدة، بحيث لا حظنا على الحالة ارتجاف يديها واحمرار وجهها وكانت حركات عينها غير متناسقة.

عاشت طفولة عادية وتزوجت وأنجبت 3 بنات، لها تجربة مع المرض حيث أصيبت بمرض الكلى وهي تتبع الطبيب منذ 8 سنوات.

أخبرتنا عن حالتها الصحية ومرضها سرطان الثدي والذي كان منذ 3 سنوات، حيث شعرت الحالة بوجود كتلة في ثديها واستشارت الطبيبة (ص) وجهتها إلى مستشفى محمد بوضياف بالمدية والمختصة (أ) هي من أخبرتها بالمرض.

لم تتقبل الحالة (ن) المرض حسب قولها: " **بكيت وحزنت بزاف، حسيت الدنيا تغلقت في وجهي** ".

ثم بدأت الحالة تتقبل المرض " **خممت في ولادي وقلت الحمد لله هذا مكتوب ربي** ".

الحالة (ن) اهتمامها الوحيد هو بناتها فقد أخبرتنا أنها تقوم بالعلاج من أجلهم: " **على جال بناتي راني نداوي في روحي** ".

أما بخصوص نظرتها إلى المستقبل فهي إيجابية حسب قولها: " **ان شاء الله نبرا ونولي لبناتي ..... بكاء** ".

أما فيما يخص علاقتها الاجتماعية فهي عادية مع أسرتها ومع المحيطين بها، ولم يتغير شيء وهي تتلقى كل الحب والحنان والاحترام حسب قولها: " **الحق تع ربي قع يحبوني ويحسوا بيا** .... .

وعلاقتها مع الزوج عادية ويقدم كل الدعم لها حسب قولها: " **واقف معايا فوق الحد وحسيت الاهتمام تاعوا زادا** ".

قامت الحالة (ن) بعملية الاستئصال بمستشفى محمد بوضياف بالمدية وبعد مدة من إجراء العملية بدأت الحالة بالعلاج الكيميائي كل 21 يوم، عانت الحالة كثيرا في فترة علاجها خصوصا في 3 حصص الأولى من العلاج الكيميائي، حيث أنها كانت تشعر بألم فظيع وبدأت تظهر عليها علامات وأعراض العلاج، كبياض البشرة، غثيان، تعب، تساقط كل شعر الجسم، حسب قولها: " **تعبت بزافوا نضريت وقلت للبسيكولوك منزيدش ندير لاشيميو بصح نصحتني وقاتلي لازم تعملي** ".

الحالة (ن) لم تتقبل نفسها في البداية كانت تحس أنها ناقصة وصورتها الجسدية مشوهة لكن بمرور الوقت تقبلت الوضع شيئا فشيئا، " **كنت نشوف روحي ناقصة بصح درك نقول الحمد لله** ".

خلال المقابلة كانت الحالة (ن) هادئة تصمت أحيانا ويبدوا عليها التوتر، وفي الأخير قمت بتطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة حيث كانت متعاونة معي وأجابت على جميع الأسئلة بكل ثقة.

- **تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الثالثة:**

قائمة الصلابة النفسية:

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم: ن

العمر: 35 سنة

المهنة: x

المستوى التعليمي: 1 ثانوي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 3 سنوات

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1 . مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي.				x
2 . أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي.			x	
3 . أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.				x
4 . قيمة الفرد تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.			x	
5 . عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها.		x		
6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				x
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				x
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.				x
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				X
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.				X
11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				X
12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.			x	
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				x

14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.				x
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.				x
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.				x
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.			x	
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.				X
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.				x
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.			x	
21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.				x
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				x
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي.				x
24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.				x
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل				x

جيد.				
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.			x	
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.			x	
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.				x
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.	x			
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.				x
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.				x
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.			x	
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.				x
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.				x
35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.			x	
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.				x

37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.	x			
38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				x
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.				x
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.			x	
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.			x	
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.				x
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				x
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.				x
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				x
46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.				x
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.				x
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن				X

تحدث.				

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية تحصلت على النتيجة التالية:

الجدول رقم (10) يبين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات:

الالتزام	التحكم	التحدي
3	**2**	**3**
2	**1**	**3**
3	**3**	**3**
3	**3**	**2**
3	**0**	**3**
3	**2**	**3**
3	**1**	**3**
3	**3**	**3**
3	**2**	**2**
3	**3**	**3**
3	**2**	**3**
3	**2**	**3**
0	**3**	**3**

3	**2**	**3**
3	**3**	**3**
3	**3**	**3**
المجموع: 44	**المجموع: 35**	**المجموع:46**
الدرجة الكلية للصلابة النفسية : 125		

من خلال هذا الجدول يبين لنا نتائج الدرجة الكلية (الحالة 3) للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومن خلال مفتاح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما إذا كان مرتفع، متوسط أو منخفض.

والنتائج كالآتي:

. مجموع درجة الالتزام هو: (**44**) فإن هذا يعني أن مستوى الالتزام للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

. مجموع درجة التحكم (**35**) فهذا يعني أن مستوى التحكم للحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**27 . 37**) درجة.

. مجموع درجة التحدي هو (**46**) فهذا يعني أن مستوى التحدي للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

أما الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي: (**125**) فإن هذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح بين (**110 . 144**) **درجة**.

4 . عرض نتائج الحالة الرابعة:

تقديم الحالة الرابعة:

- **بيانات أولية عن الحالة:**

الاسم: (م. ف)

العمر: 35 سنة

الجنس: أنثى

مكان الإقامة: المدية

المستوى التعليمي: 1 ثانوي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المهنة: لا يوجد

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 3 أشهر

- **تحليل نتائج المقابلة العيادية للحالة الرابعة:**

في بداية المقابلة قمنا بالتعريف بأنفسنا للحالة على أننا متربصات وهذا العمل نقوم به بصدد القيام بمذكرة التخرج طلبنا منها أن تطمئن لأننا لن نذكر اسمها وبياناتها الشخصية في هذا العمل، حيث تقبلت الحالة بكل سرور وتفهمت الموضوع.

الحالة (م. ف) امرأة تبلغ من العمر 35 سنة متزوجة لديها ثلاث بنات قاطنة بولاية المدية وهي الآن بمستشفى محمد بوضياف للقيام بالعلاج حيث أجرينا معها المقابلة.

الحالة (م. ف) تعيش حياة أسرية عادية مع زوجها وأولادها تقول " أنهم عائلة ذات دخل متوسط ".

بداية المرض عند الحالة (م ف) تقول: أنها أول مرة راودها شعور بالألم: " **أول مرة بداني السطر في يدي مسيت حسيت بحبة صغيرة هو مبعد كثر عليا السطر قررت نروح للطبيب** ".

توجهت الحالة للطبيب من أجل فحص طبي حيث هذا الأخير طلب منها إجراء صور إشعاعية تقول: " **قالي لازم ديري ميموغرافي رحت للبليدة مع زوجي باش نديرو بعد شهر خرجوا نتائج التحليل وعاودت رجعت للطبيب فاللحظة لي شاف التحاليل قالي عند سرطان الثدي** ".

في تلك اللحظة أحست الحالة بشعور غريب تقول الحالة (م. ف) " **أول كلمة قلتها لا حول ولا قوة إلا بالله قدر الله ما شاء فعل حسيت بخوف خرجت من عند الطبيب طريق كامل وأنا نبكي قعدت نخمم هذا المرض يتعالج ولا ما يتعالجش درت الصوت في عينيا بلي راح نموت خممت في بناتي** ".

لم تتقبل الحالة المرض خاصة أنه مرض جديد عليها لا يوجد سوابق مرضية في العائلة تقول: " **مكانش عندنا هذا المرض كشغل جاني حاجة جديدة** ".

فيما يخص علاقتها بزوجها فكانت عادية حسب قولها: " **أول واحد سمع بالمرض نتاعي كان زوجي وقف معايا و متبدلش قالي حاجة تع ربي قالي الوقت اللي رانا فيه الطب تقدم وكل مرض لقاولو دواه**".

أما فيما يخص علاقتها الاجتماعية فهي عادية مع أسرتها تقول: " **أهل زوجي واقفين معايا الوحيد اللي ما زال مقولتلهاش بالمرض نتاعي هي يما خفت عليها ما المرض عندها السكر خفت تتقلق وتمرض** ".

أما فيما يخص علاقتها مع الناس تقول: " **نخرج عادي نتلاقا مع الناس نشوف النسا عندهم حالات كيما حالتي الحمد لله ما نغلقتش على نفسي** ".

الحالة (م. ف) لم تقم بإجراء عملية استئصال الثدي لأنها لا زالت في بداية علاجها.

خلال قيامنا بالمقابلة مع الحالة لم يظهر عليها أي علامات القلق والتوتر، بل كانت في غاية الهدوء كانت تردد كلمة الحمد لله كثيرا تقول أنها تقبلت المرض وليست خائفة من إجراء العملية وأنها راضية بحالها.

من خلال مقابلتنا معها استنتجنا أنه لا علاقة للعوامل الوراثية بمرضها، وفي الأخير قمنا بتطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة حيث أنها كانت متعاونة معنا وأجابت على جميع الأسئلة بأريحية.

- **تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الرابعة:**

قائمة الصلابة النفسية:

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم: م. ف

العمر: 35 سنة

المهنة: لا يوجد

المستوى التعليمي: 1 ثانوي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 3 أشهر

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1 . مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي.			x	
2 . أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي.				x
3 . أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.		x		
4 . قيمة الفرد تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				x
5 . عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها.			x	
6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				x
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.			x	
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.			x	
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				X
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.			x	
11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				X
12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.		x		
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				x

14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.			x	
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.				x
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.				x
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.			x	
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.			x	
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.				x
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.			x	
21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.			x	
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				x
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي.				x
24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.		x		
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل				x

جيد.				
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.			x	
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.				x
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.				x
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.			x	
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.				x
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.			x	
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.		x		
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.			x	
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.			x	
35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.			x	
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.				x

37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.		X		
38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				x
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.				x
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.				x
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.		x		
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.		x		
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				x
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.			x	
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				x
46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.				x
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.		x		
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن		x		

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية تحصلت على النتيجة التالية:

الجدول رقم (11) يبين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات:

الالتزام	التحكم	التحدي
2	3	1
3	2	3
2	2	3
2	3	1
3	2	3
3	1	1
3	2	2
3	3	1
3	2	3
3	2	3
2	1	2
2	2	3
1	3	3
3	1	1
3	2	3
3	1	1

المجموع: 41	المجموع: 32	المجموع:34
الدرجة الكلية للصلابة النفسية : 107		

من خلال هذا الجدول يبين لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومن خلال مفتاح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما إذا كان مرتفع، متوسط أو منخفض.

والنتائج كالآتي:

. مجموع درجة الالتزام هو: (**41**) فإن هذا يعني أن مستوى الالتزام للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

. مجموع درجة التحكم (**32**) فهذا يعني أن مستوى التحكم للحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**27 . 37**) درجة.

. مجموع درجة التحدي هو (**34**) فهذا يعني أن مستوى التحدي للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

أما الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي: **(107)** فإن هذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح بين (**110 . 144**) **درجة.**

4 . عرض نتائج الحالة الخامسة:

تقديم الحالة الخامسة:

- **بيانات أولية عن الحالة:**

الاسم: (خ. ي)

العمر: 58 سنة

المستوى التعليمي: محو الأمية

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المهنة: لا يوجد

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 6 أشهر

- **تحليل نتائج المقابلة العيادية للحالة الخامسة:**

في بداية المقابلة قمنا بتعريف أنفسنا للحالة على أننا متربصات، وهذا العمل نقوم به بصدد القيام بمذكرة التخرج وطلبنا منها أن تطمئن لأننا لن نذكر اسمها وبياناتها الشخصية في هذا العمل، حيث تقبلت بكل سرور وتفهمت الموضوع.

الحالة (خ. ي) امرأة تبلغ من العمر 58 سنة، متزوجة لديها 4 أطفال وبنتين من ولاية المدية وهي تقوم الآن بالعلاج في مستشفى محمد بوضياف بالمدية، حيث أجرينا معها المقابلة.

الحالة (خ ي) تعيش حالة أسرية عادية مع زوجها وأولادها تقول " أنها عائلة ذات دخل متوسط وأنها عائلة مترابطة ".

بداية المرض عند الحالة (خ. ي) تقول: " **حسيت بالسطر كان يجي على شكل فترات متفاوتة، مسيت صدري حسيت بحبة بعدها بيوم رحت للطبيب قالي روحي ديري راديو، بعد مدة رحت جبت**

الراديو مع اختي، عاودت رجعت للطبيب، كي قالي الطبيب بلي عندك سرطان الثدي حسيت بالزلزلة ضربت كامل جسمي بكيت ومتقبلتش الموضوع في هاديك الدقيق، توجهت لداري وخبرت زوجي ".

قالت الحالة: " **مأمنيش قالي بالاك راكي تتحسي حتى قتلوا بلي راني رحت للطبيب ودرت الفحوصات وتأكد بلي عندي سرطان الثدي ، تقبل عادي وما جرحنيش بحتى كلمة لحد الساعة ".**

قالت الحالة: " كانت أصعب مرحلة عندي هي أني نقول لولادي بالمرض تاعي، كانت ردة الفعل تاعهم في البداية خوف حتى أنهم راحوا وسقساو الطبيب على الحالة تاعي وقالهم بلي لازم تنحي الحبة باش يروحلها المرض ".

قامت الحالة (خ. ي) بعملية استئصال الثدي بعد شهرين من الإصابة بمستشفى محمد بوضياف، تقول الحالة: " **قبل العملية حسيت بخوف وقلت راح تنقص مني حاجة وراح نولي مشوهة لكن بعد العملية كي فطنت قلت الحمد لله لي رجعت لولادي وراجلي ".**

بعد مدة من إجراء العملية كان أول موعد للمعاينة مع الطبيب تقول الحالة: " **أنو قالها الطبيب بلي لازم تشوفي نفسك بعد العملية قتلوا مانيشحابة نشوف قالي لازم تتقبلي الواقع ودوك الحمد لله راني نروح للحمام والعراس ".**

كانت الحالة جد متأثرة أثناء المقابلة كانت عيناها ممتلئتان بالدموع دائما كانت تكرر الحمد لله كاين ناس كثر مني راهي تعاني.

الحالة (خ, ي) لم تنزعج من الآثار والأعراض الجانبية التي تظهر عليها ولم تسبب لها قلق أو خوف، قالت: " **ما حسيتش لا بقلق لا باكتئاب لاخوف بالعكس قلت للناس كامل بالي راني مريضة**

وقلتلهم بلي شعري كامل طاح "، قالت: " **راني راضية بحالتي ربيت ولادي وكبرتهم ومانيش خايفة يرجعلي المرض هو ابتلاء من عند ربي إذا حب عبدو ابتلاه** ".

كانت الحالة (خ ي) جد مرتاحة أثناء المقابلة كانت متقبلة نفسها كما هي راضية بقضاء الله وقدره، من خلال مقابلتنا معها استنتجنا أنه لا علاقة للعوامل الوراثية بمرضها وأنها كما تقول قضاء وقدر من عند الله، وفي الأخير قمنا بتطبيق اختبار الصلابة النفسية على الحالة حيث أنها كانت متعاونة معنا وأجابت على جميع الأسئلة بأريحية.

- **تحليل نتائج اختبار الصلابة النفسية للحالة الخامسة :**

قائمة الصلابة النفسية:

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم: ي خ

العمر: 58 سنة

المهنة: x

المستوى التعليمي: 1 ثانوي

الحالة الاجتماعية: متزوجة

المستوى الاقتصادي: متوسط

مدة الإصابة بالمرض: 4 أشهر

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1 . مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإني أستطيع تحقيق أهدافي.			x	
2 . أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي.				x
3 . أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.			x	
4 . قيمة الفرد تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				x
5 . عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكد من قدرتي على تنفيذها.			x	
6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				x
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				x
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.			x	
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				X
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.				x
11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				X

12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.				x
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				x
14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.	x			
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.			x	
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.				x
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.				x
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.				x
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.	x			
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.			x	
21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.				x
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				x
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي.			x	

24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.				x
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.				x
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.				x
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.				x
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.				x
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.	x			
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.	x			
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.				x
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.				x
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.				x
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.				x
35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم			x	

لأنشطتهم.				
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.			x	
37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.			x	
38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				x
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.			x	
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.				x
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.			x	
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.			x	
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				x
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.				x
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				x
46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت				x

الظروف.				
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.				
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.				x

من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية تحصلت على النتيجة التالية:

الجدول رقم (12) يبين نتائج توزيع البنود على الأبعاد ومجموع الدرجات:

الالتزام	التحكم	التحدي
2	**3**	**2**
3	**2**	**3**
3	**2**	**3**
3	**3**	**3**
3	**3**	**2**
3	**0**	**3**
0	**3**	**3**
3	**1**	**3**
3	**2**	**3**
3	**3**	**0**

3	3	3
3	3	2
2	2	2
3	3	2
3	2	3
3	3	3
المجموع: 43	المجموع: 38	المجموع:40
الدرجة الكلية للصلابة النفسية : 121		

من خلال هذا الجدول يبين لنا نتائج الدرجة الكلية للصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة (الالتزام، التحكم، التحدي)، ومن خلال مفتاح المقياس سيظهر مستوى الصلابة النفسية ما إذا كان مرتفع، متوسط أو منخفض.

والنتائج كالآتي:

. مجموع درجة الالتزام هو: (**43**) فإن هذا يعني أن مستوى الالتزام للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

. مجموع درجة التحكم (**38**) فهذا يعني أن مستوى التحكم للحالة متوسط حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) درجة.

. مجموع درجة التحدي هو (**40**) فهذا يعني أن مستوى التحدي للحالة مرتفع حسب درجة المقياس التي تتراوح ما بين (**38 . 48**) **درجة.**

أما الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي: **(107)** فإن هذا يعني أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الصلابة النفسية حسب درجة المقياس التي تتراوح بين (**110 . 144**) **درجة.**

الفصل السادس: مناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1 . مناقشة الفرضية العامة.

2 . مناقشة الفرضية الجزئية الأولى.

3 . مناقشة الفرضية الجزئية الثانية.

4 . مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة.

5 . الاستنتاج العام

خلاصة الفصل

تمهيد:

فيما سبق تم عرض النتائج المتوصل إليها ومن خلالها سيتم مناقشة هذه النتائج وتفسيرها بالاعتماد على بعض الدراسات السابقة التي تلام فرضيات البحث المقترحة وتتمثل فيما يلي:

1 . الفرضية العامة: يوجد مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي.

من خلال المقابلات العيادية مع خمس حالات وتطبيق اختبار الصلابة النفسية والنتائج المتوصل إليها تبين أن الفرضية العامة لم تحقق، حيث تبين أن الحالة الأولى والثانية والثالثة والحالة الخامسة مستوى صلابتهم النفسية مرتفعة وذلك ما تبينه المقابلات، حيث لمسنا الكثير من المواقف والعبارات التي تثبت أنهم كانت لديهم القدرة على مواجهة مرض السرطان والتغلب عليه رغم كل الآلام والمعاناة وذلك حسب قولهم أنهم عندما أخبرهم الطبيب بأن لديهم سرطان الثدي كانت العبارة الأولى لهم بعد سماعهم الخبر الحمد لله على كل شيء، والمرض هو ابتلاء من عند الله، كما تشركت هذه الحالات الدعم والمساندة العائلية في مواجهة المرض من طرف الزوج والأبناء حيث يقلن " **لقيت زوجي وأولادي واقفين معايا حتى عائلتي وعائلة زوجي ساندوني** ".

عند زهور الأعراض الجانبية للعلاج لم ينزعجن أبدا من الأعراض كتساقط الشعر وشحوب الوجه ولم تسبب لهم القلق والخوف كانوا يتصرفون معها كأي مرض عادي وذلك حسب قول إحداهن: " **كنت نروح للحمام و للعراس عادي وقلت للناس كامل بلي شعري طاحلي** " وعند سؤالنا لهم هل تشعرن بأن صورتكن الجسدية مشوهة عند استئصال الثدي فكانت إجابتهم بالإجماع : " **أنهم شعروا بخوف شديد قبل العملية وأنهم راودهم شعور نقص شيء في ذواتهم لكن بعد العملية أصبح شيء عادي الحمد لله** ".

هذه العبارات اللاتي صرحن بها تشير أن لديهن صلابة نفسية وقد تدعمت وتأكدت من خلال نتائج مقياس الصلابة النفسية ل " **مخيمر** " فقد تحصلنا على الدرجات التالية: **(118)**، **(116)**، **(125)**، **(121)** في اختبار الصلابة النفسية.

أما الحالة الرابعة مستولا الصلابة لديها متوسطة وهذا ما اكتشفناه خلال المقابلات، حيث أن الحالة رغم خوفها الشديد عند سماعها الخبر حيث قالت: **(كنت نخمم في هذا المرض يتعالج ولا ما يتعالجش ديما كنت ندير الموت في عينيا)**، إلا أنها استطاعت النهوض من خلال قولها: **(ممبعد تقبلت المرض وقلت قدر الله وما شاء فعل حمد لله على كل شيء).**

كما أن الحالة أكدت أنها لا تشعر بخوف من إجراء العملية وهذا يدل أنها راضية بحالها تقول **(الحمد لله ربي هو اللي يمدنا ويديلنا)** وتأكدنا من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في اختبار الصلابة النفسية حيث قدرت ب **(107)**، لأن المرأة المصابة بسرطان الثدي وعلى الرغم من المعاناة التي عاشتها مع هذا المرض الخبيث والخوف من فقدان أحد ثدييها والذي يمثل جزء مهم من جسدها والآثار التي تركتها العلاجات الكيميائية أنها قادرة على المواجهة والتصدي لكل الآلام التي يخلفها وتمسكها الشديد بالحياة برغم وعيها الكامل بخطر هذا المرض وصعوبة علاجه، حيث أن الفرضية لم تتحقق لكنها ناسبت فكرة الباحثين المعاصرين بأن للانفعالات دور كبير في الإصابة بسرطان الثدي وأدرجوا هذا الأخير في الأمراض السيكوسوماتية التي تمس النفس والجسد معا، حيث أن له تأثير كبير على نفسية المصابة وقد يخلف مجموعة من الاضطرابات النفسية المستعصية وخصوصا عند استئصال الثدي وما يتبعه من علاجات مؤلمة، وهذا راجع للبيئة التي تعيش فيها الحالة حيث تؤكد دراسة " **استريد و آخرون (Asterid et al 2012)** التي تكشف عن مستوى صورة الجسم

والاكتئاب والقلق والضغط النفسي لدى الناجيات من سرطان الثدي، وقد أجريت الدراسة على (**279**) مصابة حيث تمت مراسلتهن عبر شبكة الانترنت وطلب إليهن الإجابة عن مقاييس الدراسة.

أظهرت النتائج أن الناجيات من سرطان الثدي لديهن صورة سلبية عن أجسامهن حتى بعد الشفاء من السرطان وارتبطت بزيادة في مشاعر الاكتئاب والقلق والضغط النفسي وانخفاض في مستوى التعاطف مع الذات (الشفقة مع الذات). (**بني مصطفى، 2016، 1992**)

إضافة إلى دراسة **كرومان** (**Kroman – 2012**) التي هدفت إلى معرفة خصائص النساء المصابات بسرطان الثدي اللاتي تعرضن للضيق النفسي في وقت التشخيص .

استخدمت الدراسة مقياس الضغط النفسي وقائمة مرفقة مصممة لتحديد المشاكل، استخدم المنهج الوصفي، وشملت عينة الدراسة (**343**) مريضة من النساء المصابات بسرطان الثدي المشخص حديثا، وأظهرت النتائج تواجد شدة النفسية بنسبة (77%) وجاءت المشاكل المتعلقة بالقلق أكثر نسبة بلغت (77 %) وفي المرتبة الثانية العصبية بنسبة (71 %)، وأن النساء الأصغر سنا والذين تقل أعمارهن عن (50) سنة كان لديهن مستويات مرتفعة من الاكتئاب أكثر من كبار السن. (**صبيرة، اسماعيل، 2017، 2016**)

من خلال هذه الدراسات التي أجريت على عينات كبيرة من النساء المصابات بسرطان الثدي تبين أن لديهن صلابة نفسية منخفضة، وهذا ما يتناقض تماما مع نتائج الدراسة الحالية حيث تؤكد وجود صلابة نفسية مرتفعة ومتوسط لدى حالات الدراسة.

2 . الفرضية الجزئية الأولى:

لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من الالتزام.

وعليه فمن خلال المقابلات العيادية مع الحالات وتطبيق اختبار الصلابة النفسية والنتائج المتوصل إليها تبين أن الفرضية الأولى لم تتحقق لأن مستوى الالتزام للحالات كان مرتفعا بمقدار (**48 . 42 . 44 . 41 . 43**) درجة ذلك بالرغم ما تعيشه المرأة المصابة بسرطان الثدي من معاناة وتأثيرات على الجانب الجسدي والنفسي، إلا أنها تقوم بواجباتها ومسؤوليتها على أكمل وجه اتجاه أسرتها والمجتمع الذي تعيش فيه، لكن هناك بعض الدراسات تبين عكس ذلك أن المرأة المصابة بسرطان الثدي عاجزة عن القيام بواجباتها وذلك راجع إلى الضعف الجسدي وعدم تحملها للمشقة، وهذا ما تؤكده دراسة (Pinder KL et al, 1999) التي هدفت إلى معرفة مدى إصابة مريضات سرطان الثدي بالأمراض النفسية والعوامل المؤدية لذلك، حيث شملت العينة على (**139**) امرأة مصابة بسرطان الثدي المتقدم حيث استخدم الباحث استبانه التقرير الذاتي للمزاج، مقياس للاكتئاب والقلق وكذلك أجريت مقابلات للحصول على التفاصيل الاجتماعية، الديمغرافية والتاريخ المرضي النفسي، وأظهرت النتائج أن الاكتئاب هو المرض النفسي الأكثر إمكانية الحدوث لدى مريضات سرطان الثدي بشكل واسع من قلق، ودلت النتائج أن معظم النساء يعانين من أعراض مختلفة في أحد الذراعين على الأقل بعد إجراء عملية استئصال الثدي حيث كانت (**82**) من (**223**) مريضة أخبرن عن مشكلة في ذراع واحد على الأقل وكانت على النحو التالي (**24 %**) تورم، (**26%**)ضعف، (**32%**) بعض التقيد في الحركة، (**40%**) تصلب، (**55 %** ألم، و (**58 %**)خذر.

في (الحجار، (ب ت): 72)

بالإضافة إلى دراسة (**Zemore R et al, 1999**) التي هدفت الدراسة إلى التعرف على بعض النتائج سواء الاجتماعية أو العاطفية لدى مجموعة من مريضات بسرطان الثدي، وبالتالي استئصال الثدي، وشملت العينة (**87**) امرأة تراوحت أعمارهن بين (**29: 6**) سنة، هؤلاء أجريت لهن عمليات استئصال الثدي خلال 6 . 26 شهرا سابقا على البحث، حيث استخدم الباحثون المقابلات للحصول على المعلومات اللازمة وأظهرت النتائج أن الأكثر ما يقلق هذه الفئة هي إمكانية الإصابة بالسرطان مرة أخرى، الغضب أو القلق كونهم لم يتلقوا الرعاية الطبية الأفضل، عدم القدرة على المشاركة في النشاطات الجسدية بسب الأعراض المختلفة التي تصيبهم بعد الاستئصال. **في (الحجار (ب . ت): 74)**

حيث بينت الدراسات التي طبقت على عينة كبيرة من المصابات بسرطان الثدي أن مستوى الالتزام يظل منخفضا ما دام أن هناك أعراض تمنعها من القيام بمسؤولياتها، وبهذا أكدت هذه الدراسات صدق الفرضية الجزئية الأولى في أن المرأة المصابة لديها مستوى منخفض من الالتزام.

3 . الفرضية الجزئية الثانية: لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحكم.

وعليه فمن خلال المقابلات العيادية مع الحالات وتطبيق اختبار الصلابة النفسية والنتائج المتوصل إليها تبين أن الفرضية الجزئية لم تتحقق لأن الحالات (الأولى . الثانية . الثالثة . الرابعة) مستوى التحكم لديها متوسط بمقدار (**27 . 37 . 35 . 32**).

أما الحالة (الخامسة) مستواها مرتفع بمقدار (**38**)، وهذا راجع للاختلاف النفسي والاجتماعي والثقافي لكل امرأة، حيث أن التحكم يعني الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرار ومواجهة الأزمات، وتحمل المسؤولية الشخصية لما يحدث حيث نجد أن المرأة المصابة بسرطان الثدي التي تتلقى علاجا كيميائيا بالرغم ما يرافقه من آلام نفسية وجسدية، إلا أن تحليها بالصلابة النفسية يجعل منها توصل

فترة العلاج وتتحمل مسؤولية قرارها وتتحكم في حياتها، لكن هناك دراسات تبين عكس ذلك حيث أن المصابة في حالة المرض لا تستطيع اتخاذ القرار الصحيح ولا تتحمل المسؤولية لأن تفكيرها يكون منحصر حول إصابتها ما يزيد من نسبة قلقها ودخولها في اكتئاب، وهذا ما أكدته دراسة (Lover RR.... Other, 2002) التي هدفت إلى تقديم الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي والضغوط النفسية لدى مريضات سرطان الثدي، شملت العينة (**237**) مريضة، تمت مقابلة العينة خمس مرات خلال الجرعات السنة الأولى للعلاج حيث ظهرت الأعراض التالية: غثيان، تساقط الشعر، إرهاق على أكثر من (**80%**) المريضات وعند الجرعة السادسة (**46%**) منهن بدأن يفكرن بالتوقف عن العلاج، ولكن عدد قليل منهن أبلغ الطاقم الطبي بذلك، وعليه يلاحظ أن لسرطان الثدي والعلاج الكيميائي أعراض جانبية تؤثر بشكل كبير على جسد المرأة، وبالتالي تؤثر نفسيا واجتماعيا. (**في الحجار (ب . ت): 83**)

فمن خلال الدراسة تبين أن المرأة مصابة بسرطان الثدي في تلك اللحظة لا تستطيع اتخاذ القرار الصحيح الذي يخص فائدتها الشخصية والذي يسمح لها بالتحكم في سير حياتها، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الثانية أن المرأة المصابة لديها مستوى منخفض من التحكم.

4 . الفرضية الجزئية الثالثة: لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي مستوى منخفض من التحدي

وعليه فمن خلال المقابلات العيادية مع الحالات وتطبيق اختبار الصلابة النفسية والنتائج المتوصل إليها تبين أن الفرضية الجزئية الثالثة لم تتحقق، حيث أن الحالات (الأولى . الثالثة . الخامسة) مستوى التحدي لديهم مرتفع بمقدار (**47 . 46 . 40**)، أما الحالتين (الثانية والرابعة) مستوى التحدي لديهما متوسط بمقدار (**37 . 34**)، فبالرغم من أن حياة المرأة المصابة بسرطان الثدي مهددة بالخطر الذي يمس جمالها وأنوثتها وذلك لما يحدثه السرطان من آثار جانبية على شعرها،

وتذييها هذا من جهة ومن جهة أخرى يضعها أمام خيارات صعبة، وعليه يصبن بخيبة الأمل ورغم ذلك فقد قمن بالتحدي ومواجهة هذا المرض والتمسك بالحياة والنظر إليها بإيجابية، لكن أغلبية الدراسات تبين عكس هذا، حيث أن المرأة تتأثر بالتغيرات التي تطرأ على جسدها جراء العلاج وخاصة عند فقدان جزء مهم ألا وهو الثدي، هذا ما يجعل صورتها الجسدية مشوهة في نظرها مما يفقدها ثقتها في نفسها وفي التحدي ومواجهة المشاكل والصعوبات التي تطرأ على حياتها خصوصا التغيرات الجسدية جراء العلاجات الإشعاعية والكيميائية، هذا ما أكدته دراسة (**شان و آخرون** (**Chan et al, 2011**)) التي هدفت لفحص صورة الجسم السلبية لدى مريضات سرطان الثدي بعد الجراحة وعلاقتها بالاكتئاب والقلق والضغط النفسي، وقد أجريت الدراسة على مجموعة من المريضات في شمال تايوان بعد خضوعهن للجراحة استئصال الثدي، أظهرت النتائج أن هناك صورة متدنية للجسم لدى جميع المريضات مع ارتفاع في مشاعر الاكتئاب والقلق والضغط النفسي. **في (بني مصطفى، 2016 . 1991)**

إضافة إلى دراسة **بيقوفي وآخرون** (**Beqove et al, 2012**) والتي هدفت للبحث عن العلاقة بين نوعية الحياة وصورة الجسد والاكتئاب لدى (**70**) من الناجيات من سرطان الثدي تراوحت أعمارهن بين (**23 . 79**) عاما، أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين الاكتئاب وصوره، فكلما قل شعور الناجيات من السرطان بالرضا عن أجسادهن زادت مشاعر الاكتئاب لديهن، كما أظهرت النتائج أن (**56%**) من المريضات يشعرن بأنهن أقل جاذبية وأقل أنوثة ولديهن صورة سلبية عن أجسادهن ارتبطت بدرجة عالية من الاكتئاب وعدم الرضا عن نوعية الحياة التي يعيشنها. (**شافي أمينة، 2017 . 2018**)

ومن خلال هذه الدراسات تبين أن المرأة المصابة بسرطان الثدي كلما كانت نظرتها سلبية لجسدها زاد مستوى القلق والاكتئاب لديها، وبالتالي انخفاض مستوى التحدي وهذا ما يؤكد صدق الفرضية الجزئية الثالثة.

5 . استنتاج عام:

من خلال تطبيقنا لمقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر على عينة من النساء المصابات بسرطان الثدي، وكان الهدف الرئيسي من هذه الدراسة معرفة مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة بسرطان الثدي، ومن خلال نتائج كل فرضية يمكننا القول أنه لم تتحقق الفرضيات، لأن النتائج تشير إلى أن لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي لها مستوى بين المتوسط والمرتفع من الصلابة النفسية.

فبالرغم من المعاناة التي يسببها هذا المريض الخبيث من آثار جسمية ونفسية، إلا أن المصابات لديهن مقاومة لهذا المرض واستطعن التكيف معه يقول " **أدلر**" أن شعور الفرد بالنقص يدفعه إلى التعويض بجانبه الإيجابي، إذ يخلق هذا الإحساس تحديا ذاتيا داخل الفرد يكون مصدر للقوة وإرادة خلافة للإبداع في الحياة. **(مريامة حنصالي: 79)**

لذا نجد المصابات بسرطان الثدي يقمن بمسؤولياتهن بقدر المستطاع اتجاه ذاتها واتجاه الآخرين، والتحكم في انفعالاتهم، وبرفع قدراتهم على التحكم في مختلف جوانب الحياة ومدى إدارتهم لهذه الضغوطات ولديهن صبر، هذا ما يجعلها تتحدى الصعاب ويجعلها قوية، وكل هذا يخلق لها مستوى من الصلابة وهذا راجع إلى الفرد والضبط الداخلي الذي يجعلهم قادرين على الصمود والمقاومة والقدرة على اتخاذ القرارات وحل المشاكل ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها ولديهم نشاط ودافعية كما يقول " **مخيمر** " الصلابة النفسية نمط التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه واعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ضاغطة، وتحمل مسؤولية ما

يتعرض له من أحداث، وإن ما يطرأ على جوانب حياته من تغير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديد أو إعاقة له. **(مخيمر، 1996: 284)**

ولهذا يجب التدخلات النفسية في علاج سرطان الثدي وما يسببه من القلق والاكتئاب، والمزاج والغثيان، الألم، التقيؤ، فإن التكفل يحسن ويقوي من الصلابة النفسية ويجعل الفرد يقاوم ويواجه الصعاب، من خلال تحسين الأعراض الجسدية، والتكيف العاطفي والأداء الاجتماعي، وأن الرعاية النفسية والاجتماعية هي جزء لا يتجزأ من رعاية مرض سرطان الثدي.

خلاصة الفصل:

لقد تم عرض في هذا الفصل تحليل للمقابلات العيادية التي أجريت مع الحالات والنتائج المتوصل إليها من خلال تطبيق اختبار الصلابة النفسية، وفي الأخير تم تفسير ومناقشة نتائج كل فرضية وربطها بالدراسات السابقة والتي كانت في معظمها مناقضة لها.

خاتمـــة

خاتمة:

من خلال ما تم عرضه والتوصل إليه من نتائج حول مستوى الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي فإننا نخلص إلى أن أهم ما تبنى عليها حياة المرأة المصابة بسرطان الثدي هي المحافظة على الأداء النفسي، وهذا من خلال عدة عوامل التي تعمل كمصدر يخفف من أثر الضغوط ومنها الدعم الاجتماعي، والتحكم في الانفعالات والسيطرة إضافة إلى ضرورة التزام المصابة بمسؤولياتها قدر المستطاع، والاتجاهات والقيم التركيز على حل المشكلة، وكل هذه العوامل تعمل كلها مع بعض حسب إمكانيات الشخص على تحمل ومواجهة الضغوطات والمشاكل لتكوين الصلابة النفسية، وإضافة إلى اهتمام بالثقافة الصحية والنفسية في كل ما يتعلق بمرض السرطان للوقاية منه.

التوصيات والاقتراحات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج فإن الباحث يتقدم ببعض التوصيات التالية:

. الاهتمام بتوعية النساء المصابات بسرطان الثدي وبالتطورات التي توصل إليها الطب في علاج مرض السرطان بما فيها العلاج الجراحي، الكيميائي، الإشعاعي، والهرموني.

. تقديم الدعم الاجتماعي والنفسي لدى مريضات سرطان الثدي ومساندتهم خلال مسيرتهم المرضية منذ فترة تشخيص مرورا بكل مراحل العلاج.

. تصميم برامج اجتماعية ونفسية ودينية لتعزيز الصلابة النفسية عند المرأة المصابة بسرطان الثدي لتحقيق الصحة النفسية.

. بناء مستشفيات خاصة تكفل بالعلاج الطبي والنفسي للمصابات بسرطان الثدي.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

الكتب:

1 . حسن، صادق عكبة، (2014)، أيهما أشخطورة مرض السرطان أو مرض الاكتئاب، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.

2 . زينب محمد، شقير، (2002)، الأمراض السيكوسوماتية، ب ط، مكتب النهضة المصرية، مصر.

3 . سميح، نجيب الخوري، (1999)، دليل المرأة في حملها وأمراضها، ب ط، دار الآفاق، الأردان.

4 . سيد عثمان، فاروق، (2001)، القلق وإدارة الضغوط النفسي، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة.

5 . سامي محمد، ملحم، (2007)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر التوزيع والطباعة، الاردان.

6 . عباس، فيصل، (1997)، الشخصية دراسة حالات المناهج . التقنيات . الإجراءات، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي للطباعة، بيروت.

7 . عمار بوحوش، محمد الننيبات، (2007)، منهاج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون الجزائر.

8 . عليان، ربحي مصطفى (ب . ت)، البحث العلمي أسسه مناهجه وأساليبه وإجراءاته، ب . ط، بيت الأفكار الدولية، الأردان.

9 . فوزي، غرابية وآخرون (2008)، أساليب البحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية، الطبعة الأولى، دار وائل للنشر، عمان.

10 . محمد ناجح، الأعبر، (1999)، الأمراض المناعية، الطبعة الأولى، منشورات المجتمع الثقافي، أبو ظبي.

11 . مايك ديكسون، مزبودي، هنادي، (2013)، سرطان الثدي، الطبعة الأولى، دار المؤلف.

الرسائل والمذكرات:

12 . أحمد سعيد، زيدان، (2007)، الصلابة النفسية ومستوى طموح كمنبئات بالأنشطة الإبداعية لدى طلاب المدارس الثانوية، مذكرة ماجستير، جامعة السويس.

13 . الشهري عبد الله، علي مركي، (2015)، الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية، مذكرة ماجستير، جامعة الملك فيصل.

14 . أبو قوطنة، إيمان عبد الرحمان، (2013)، خلق الحمل وعلاقته بالمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى النساء ذات المواليد بعيب خلقي، مذكرة ماجستير، جامعة الإسلامية.

15 . أمير أحمد، عبد الصلاح، (2019)، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي في محافظة رام الله، مذكرة شهادة ماجستير، جامعة القدس.

16 . الحجار، بشير ابراهيم محمد، (ب. ت)، التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات، مذكرة ماجستير، الجامعة الإسلامية.

17 . باوية، نبيلة (2012 . 2013)، الدعم الاجتماعي وعلاقته بالاحتراف النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي، شهادة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح.

18 . بدر بن عودة بن نهير الشمري، (2015)، الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنظمة عائل، مذكرة ماجستير، جامعة أم القرى.

19 . خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي، (2012)، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب مرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، مذكرة ماجستير جامعة أم القرى.

20 . راضي، زينب أحمد نوفل، (2008)، الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية.

21 . زهرة، كروزات، (2016)، فهم سرطان الثدي، مذكرة ماجستير.

22 . سعادي، وردة، (2008/ 2009)، سرطان لدى النساء وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي واستراتيجيات المقاومة، مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر.

23 . سيد الحسن، بن حسن محمد، (2012)، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المراسلة ثانوية متضررين وغير المتضررين من السيول محافظة جدة، مذكرة ماجستير، جامعة أم القرى.

24 . شدمي، رشيدة، (2015)، واقع الصحة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، شهادة الدكتوراه، جامعة أبي بكر بلقايد، تلمسان.

25 . شافي، أمينة، (2017/ 2018)، الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، شهادة الماستر، جامعة بلحاج بوشعيب، عين تموشنت.

26 . عودة، محمد محمد، محمد، (2010)، الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، مذكرة ماجستير، الجامعة الإسلامية.

27 . عوض، روان أحمد، (2014/ 2015)، الصلابة النفسية وعلاقتها بالأحداث الضاغطة، مذكرة ماجستير، جامعة دمشق.

28 . فتيحة، خنفر، (2014)، الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضغط لدى الطالب الجامعي، مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة.

29 . فاتح، سعيدة، (2014/ 2015)، الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي، شهادة الماستر، محمد خيضر، بسكرة.

30 . فريال علايشة، (2015)، الصلابة النفسية وتأثيرها على مرض سرطان المعدة، مذكرة ماستر، جامعة المدية.

31 . فضيلة عروج، (2017)، دراسة نفسية عيادية لحالة الإجهاد ما بعد الصدمة لدى العازبات المبتورات الثدي من جراء الإصابة بالسرطان، شهادة الدكتوراه، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي.

32 . مرازقة، وليدة، (2008 . 2009)، مركز ضبط الألم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة، شهادة الماجستير، جامعة الحاج لخضر.

33 . نوال، زرواق، (2012)، مستويات الصلابة النفسية لدى المراهق المصاب بداء السكري، مذكرة الماجستير، جامعة محمد خيضر، بسكرة.

34 . الشقران، حنان، الكركي، ياسمين رافع، (2016)، الدعم الاجتماعي المدرك لدى مريضات سرطان الثدي في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأردنية، مجلد 12، (عدد 1)، 85 . 100.

35 . بني مصطفى، منار سعيد، (2016)، قدرة صورة الجسد وبعض المتغيرات على التنبؤ بالاكتئاب لدى مريضات سرطان الثدي في الأردن، الجامعة الأردنية، المجلد 43، (ملحق 05)، 1987 . 2004.

36 . صبيرة، فوائد، اسماعيل، رزان معلا، (2017)، الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة مريضات سرطان الثدي، مجلة البحوث والدراسات العلمية، جامعة تشرين، المجلد 39، (العدد 6)، 205 . 228.

37 . عمور عمر، محمد روبي، قاسمي فيصل، (2013)، مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة مستغانم، (العدد العاشر)، 157 . 193.

المجلات والمنشورات:

38 . مريامة حنطالي، (2013)، المقاربة النظرية لإحدى سمات الشخصية المناعية الصلابة النفسية، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد 8، ديسمبر.

39 . مخيمر، عماد، (1996)، إدراك القبول الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة، دراسات تنفسية، مجلد (2)، القاهرة، مصر.

40 . مخيمر، عماد، (1997)، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 7، العدد 17، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، 103 . 138.

41 . جهاد، براهمية، (2016)، الألم النفسي مرض السرطان، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 27، ديسمبر.

42 . حمادة لولوه، وعبد اللطيف حسين، الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، المجلد الثاني عشر، (العدد 2)، 229 . 272.

43 . علاء دارب، نصر، (2016)، الصلابة النفسية، المجلة العربية للعلوم النفسية، 37 . 38، سوريا.

قائمة المراجع بالأجنبية:

44- Curtis, A (2000). Heahpsychology London Newyock.

45- Larousse Medical, (1999), Librairte, Paris France.

46 – Ogden, J, (2000), Heatih, psychology a text book, philadetopeuniversity, Press.

47- Chelf, J. H, Deshler, A. M et al, (2000) storytelling : Astrategy for luving and capaingwith cancer, cancer nursing 623 : (1).

48-nezu Arthur M.et.al(2003) :hand book of phycholgy.johnwiley and sons inc, vol 9, new jersey.

المواقعالالكترونية

49 – amp. Dw. Com / ar.

50 – https : // www. Alarby. Co. Uk.

الملاحق

قائمة الصلابة النفسية:

عماد محمد أحمد مخيمر (2002)

الاسم

المستوى التعليمي

الحالة الاجتماعية

المستوى الاقتصادي

مدة الإصابة بالمرض

التعليمة:

. فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة، اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة (x) تحت كل كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا، وذلك حسب انطباق العبارة لديك، أجب عن كل العبارات.

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

6 . أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها.				
7 . معظم أوقاتي أستثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				
8 . نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.				
9 . لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.				
10 . أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.				
11 . أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.				
12 . أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.				
13 . لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.				
14 . أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.				
15 . لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.				
16 . لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها.				
17 . أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.				
18 . عندما تواجهني مشكلة أتحداها بكل قواي وقدراتي.				
19 . أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.				
20 . أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح.				

21 . أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.				
22 . أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.				
23 . أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا مهما في حياتي.				
24 . عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.				
25 . أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.				
26 . أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.				
27 . أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي حلها علي.				
28 . اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.				
29 . أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.				
30 . لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.				
31 . أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي ومجتمعي.				
32 . أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.				
33 . أبادر في مواجهة المشكلات لأني أثق في قدرتي على حلها.				
34 . أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.				
35 . أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم				

لأنشطتهم.				
36 . إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.				
37 . إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.				
38 . إن النجاح الذي أحققه بجهدي هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.				
39 . أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة.				
40 . أشعر بالمسؤولية اتجاه الآخرين وأبادر في مساعدتهم.				
41 . أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث.				
42 . أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية.				
43 . أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك.				
44 . أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.				
45 . إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.				
46 . أبقى ثابتا على مبادئي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف.				
47 . أشعر أني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث.				
48 . أشعر أني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.				

دليل المقابلة

المحور الأول: يتمثل في:

. جمع البيانات الشخصية ومعلومات حول المفحوص:

الاسم

السن

المستوى التعليمي

الحالة الاجتماعية

الحالة الاقتصادية

المهنة

مدة الإصابة

السوابق المرضية للعائلة

. محاولة كسب ثقة المفحوص وبناء الألفة معه

المحور الثاني: صحة المرأة

. كيف كانت بداية المرض؟

. هل تعرضت سابقا لأمراض معينة؟

المحور الثالث: المعاش النفسي

. كيف اكتشفت المرض؟

. من أخبرك بالمرض؟

. كيف تم ذلك؟ ومتى كان ذلك؟

. كيف تلقيت خبر إصابتك بالسرطان؟

. ما هو شعورك اتجاه إصابتك بالسرطان؟

. هل تقبلت الإصابة بالسرطان؟

. هل ما زلت تقدرين نفسك كما كنني سابقا؟

. هل تتضايقين كونك مصابة بالسرطان؟

المحور الرابع: المعاش الاجتماعي

. كيف هي علاقتك مع زوجك؟ كيف كانت ردة فعله حول الموضوع؟

. كيف يعاملك بعد إصابة بالمرض؟

. كيف هي علاقتك مع أهل زوجك؟ هل تقبلوا الموضوع؟

. هل تغيرت معاملتك معهم؟

. هل تتلقين دعم اجتماعي من الآخرين؟

. كيف هل علاقتك مع أسرتك؟

المحور الخامس: المحور السيكوسوماتي

. هل ساهمت إصابتك بالسرطان في ظهور اضطرابات سيكوسوماتية؟

. ما هي المشاكل الصحية التي تعاني منها حاليا؟

. هل لديك حالات السرطان في العائلة؟

المحور السادس: النظرة المستقبلية

. هل لديك أمل في الشفاء؟

. هل لديك خوف من عودة المرض؟

. هل أنت راضية بحالتك؟