

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بلحاج بوشعيب - عين تموشنت
كلية الآداب واللغات والعلوم الاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس
تخصص: علم النفس العيادي

مذكرة بعنوان: دور الدعم النفسي الاجتماعي في تعزيز
المرونة النفسية لمريض سرطان البروستات
دراسة ميدانية لأربع حالات عيادية بالمؤسسة الاستشفائية د.بن زرجب

تحت إشراف الاستاذ:

أ. رمضان محمد

من إعداد الباحثة

❖ حفيدو بوبكر عبلة

اللقب والاسم	الرتبة	الصفة
برجيل	أستاذ محاضر - ب -	رئيسا
رمضان محمد	أستاذ محاضر - أ -	مشرفا ومقررا
قورارة	أستاذ محاضر - ب -	مناقشا

السنة الجامعية: 2021 - 2022

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان

الحمد لله والشكر والثناء عليه، أعطى كل نفس حقها وألمها فجورها وتقواها وآثارها ومنافعها ومضارها وابتلاها وكافأها وأماتها وأحيائها، ونشهد أن لا إله إلا الله وأن محمدا رسول الله صلى الله عليه وسلم نور الأبصار وأضاءها.

الشكر والتقدير إلى كل من ساعدني في إنجاز هذا العمل، وأخص بالذكر أستاذي العزيز رمضان محمد، الذي لم يبخل على بشيء وكان نعم الناصح والمرشد، فأقدم له جزيل الشكر والتقدير. وأشكر طاقم الأطباء وكل العاملين بمصلحة السرطان بمستشفى الدكتور بن زرجب على توجيحاتهم، والمختص النفسي العامل بهذا القسم الذي قدم لي المعلومات الكافية التي احتجتها في إنجاز عملي المتواضع هذا.

ولا أنسى الأصدقاء والأقارب وكل من ساهم في مساعدتي من قريب أو بعيد؛

لهم جزيل الشكر والاحترام ونسأل الله أن يجعلها في ميزان حسناتهم.

إهداء

وصلت رحلتي الجامعية إلى نهايتها بعد تعب ومشقة، وها أنا أختم بث تخرجي بكل نشاط وهمة، وأتمن
لكل من كان له الفضل في مسيرتي.

أولا وقبل كل شيء أهدي عملي المتواضع هذا إلى من أفقدها في هذا اليوم، إلى من لا تفي الكلمات
حقها إلى روح أمي غالتي وحببتي رحمة الله عليها، التي بفضلها وصلت إلى ما أنا عليه الآن، وها أنا
أحقق حلمها أسأل الله أن يسكنها فسيح جناته

وإلى من يعجز اللسان عن وصفه، قطعة من قلبي وصاحب السيرة العطرة إلى من حملني اسمه لأكون
ابنة بارة يفتخر بها، إلى ملهمي وسبب إنجاز عملي المتواضع هذا إلى أبي الحبيب أطال الله عمره وورقه
شفاء لا يغادر سقما.

وإلى إخوتي روح قلبي سندي في الحياة وشركائي في حزني وفرحي، وإلى أولادهم عصافير قلبي وبهجتي
في الحياة، جعلهم الله في أعلى المراتب.

ولا أنسى قطعنا روحي رفيقتا دربي وصديقتا طفولتي، نسرين وأمينة حفظهما الله لي وأدام محبتنا،
وحفظا أولادهما أحبائي الصغار.

وإلى عائلتي الثانية، سندي بعد أبي وإخوتي وزوجي العزيز الذي كان نعم الداعم والمنير لطريقي

وإلى حبيبتي صديقتي نجاة، رفيقتي في السراء والضراء وأول الداعمين لي، أدامها الله لي وورقها فرحتها
وحقق مطلبها.

ملخص

الإنسان كائن إجتماعي بطبعه يفضل العيش وفق وسط يسوده التكاتف و التواصل و هو في حاجة دائمة إلى المساندة لمواجهة و التصدي لكل عقبات الحياة صغيرة كانت أو كبيرة خاصة إذا أصيب بمرض خطير يقلب حياته رأساً على عقب، كالسرطان الذي تناولته دراستنا هذه (سرطان البروستاتا) إذ تهدف هذه الدراسة إلى توضيح دور الدعم و المساندة بأنواعها سواء إجتماعية من طرف الأصدقاء و العائلة ، أو نفسية من قبل مختصين و داعميه في تعزيز المرونة النفسية لمريض السرطان البروستاتا لتزداد قدرته على مواجهة و محاربة هذا اللعين، و ذلك بإستخدام المنهج العيادي.

و هذه الدراسة جرت بهدف معرفة مستوى المرونة النفسية عند مريض سرطان البروستاتا بعد تلقيه الدعم الذي يحتاجه مع التعرف على أنواع هذا الدعم وكيف يؤثر على المصاب فكانت النتائج كالتالي، تم ملاحظة أن المريض الذي يتلقى الدعم الكافي نجد أن مستوى المرونة النفسية لديه مرتفع مقارنة مع المريض الذي ليس لديه دعم أو مساندة الغير ضعيفة، فنجد أن هذه الفئة تتميز بفقدان الأمل وليس لديها رغبة في تلقي العلاج و عدم تقدير الذات وبالتالي الاستسلام للمرض.

Résumé :

L'homme est un être social par nature, préférant vivre selon un mode de solidarité et de communication, et il a constamment besoin de soutien pour affronter et surmonter tous les obstacles de la vie, qu'ils soient petits ou grands, surtout s'il souffre d'une maladie grave. Qui bouleverse sa vie, comme le cancer qui a été abordé dans cette étude (cancer de la prostate), comme Cette étude vise à clarifier le rôle du soutien et de l'accompagnement de toutes sortes, qu'ils soient sociaux par les amis et la famille, ou psychologiques par des spécialistes et partisans dans l'amélioration de la résilience psychologique du patient atteint d'un cancer de la prostate pour augmenter sa capacité à affronter et à combattre ce maudit, en utilisant l'approche clinique.

Cette étude a été menée dans le but de connaître le niveau de résilience psychologique d'un patient atteint d'un cancer de la prostate après avoir reçu le soutien dont il a besoin tout en identifiant les types de ce soutien et comment il affecte le patient. Il n'a pas le soutien ou le soutien des autres est faible, on constate que cette catégorie se caractérise par une perte d'espoir et n'a aucune envie de se faire soigner et manque d'estime de soi et donc d'abandon à la maladie.

الفهرس

أ	شكر و عرفان
ب	إهداء
ج	ملخص
د	الفهرس
ط	قائمة الأشكال والجداول:
1	مقدمة:
2	الإشكالية:
3	التساؤلات الجزئية
3	الفرضية العامة
3	الفرضيات الجزئية
3	أهمية الدراسة:
4	أهداف الدراسة
4	دوافع إختيار الموضوع
4	الخلفية العلمية لمصطلحات الدراسة
4	الدعم النفسي الإجتماعي
5	المرونة النفسية
5	السرطان
6	تحديد مصطلحات الدراسة
6	الدعم النفسي
6	الدعم الإجتماعي
7	المرونة النفسية
7	سرطان البروستاتا
7	الدراسات السابقة
7	دراسة حول الدعم النفسي الإجتماعي
9	دراسات تحول المرونة النفسية:
12	الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي
12	تمهيد:

13	مفهوم الدعم النفسي الاجتماعي:
13	أنواع الدعم النفسي الاجتماعي:
13	الدعم الوجداني المعنوي (المعنوي):
14	الدعم الملموس (المادي):
14	الدعم المعلوماتي:
14	دعم الرفقة (الرفاق والوسط المحيط):
14	الدعم المتوقع والدعم المتلقي:
14	دعم هيكلية ودعم وظيفي:
14	الدعم الخفي:
15	مناهج الدعم النفسي الاجتماعي:
15	المنهج العبادي:
15	المنهج الوقائي:
15	أهداف الدعم النفسي الاجتماعي:
17	السندات الشخصية لمقدمي الدعم النفسي الاجتماعي:
18	مقومات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي:
18	التوافق الداخلي:
18	التوافق الاجتماعي:
19	حل المشاكل اليومية:
19	المنهج الإسلامي في تقويم الصحة النفسية:
19	مقومات الدعم النفسي الاجتماعي:
20	خاتمة
22	الفصل الثالث: المرونة النفسية
22	تمهيد:
23	مفهوم المرونة النفسية:
23	العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية:
24	السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية:
24	الاستبصار:
24	الاستقلال:
25	الإبداع:
25	روح الدعابة:
25	المبادأة:

25	تكوين العلاقات:
25	بعض النظريات التي فسرت المرونة النفسية:
25	نظرية التحليل النفسي:
26	نظرية التحليل النفسي الإجتماعي للفرد بين الجدد:
26	النظرية الإجتماعية
26	المهارات المعززة للمرونة النفسية:
27	إدارة الانفعالات:
27	التحكم بالدوافع:
27	تحليل المشكلات و أسبابها:
27	المحافظة على التفاؤل الواقعي
27	التعاطف مع الآخرين:
28	الاعتقاد بالكفاءة الذاتية:
28	من مقومات المرونة النفسية ما يلي:
28	تنمية الكفاءة:
28	القدرة على التعامل مع العواطف:
28	تنمية الاستقلالية الذاتية:
28	تبلور الذات:
28	فوائد وثمرات المرونة النفسية:
28	الصحة النفسية:
29	النظرة الإيجابية للحياة:
29	الاستمرارية في العطاء:
29	الاتصال الفعال:
	خاتمة:
	Erreur ! Signet non défini.
31	الفصل الرابع: السرطان
31	تمهيد :
31	مفهوم سرطان البروستات:
31	الأعراض:
32	الأسباب:
32	الجينات:
32	التغذية:
32	التعرض للعلاجات:

33	التشخيص:
33	العلاج:
33	الجراحة:
34	العلاج الإشعاعي:
34	العلاج الكيميائي:
34	بعض الاضطرابات التي تلحق بمريض سرطان البروستات:
35	الآثار النفسية المترتبة عن وجود مريض السرطان في الأسرة:
37	خاتمة:
39	الفصل الخامس الإجراءات المنهجية للدراسة.....
39	تمهيد:
39	الدراسة الإستطلاعية:
39	المنهج المتبع:
40	مجالات الدراسة:
40	المجال المكاني للدراسة:
40	المجال الزمني للدراسة:
40	عينة الدراسة:
41	أدوات الدراسة:
41	الملاحظة:
41	المقابلة العيادية:
41	مقياس المرونة النفسية:
42	طريقة و كيفية تطبيق مقياس المرونة النفسية:
42	طريقة تصحيح المقياس:
42	طريقة استخراج المرونة النفسية
45	الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة.....
45	الحالة الأولى.....
45	البيانات الأولية
45	تاريخ الحالة:
46	ملخص المقابلات:
47	تحليل اختبار المرونة النفسية للحالة:
47	مقياس المرونة النفسية
48	الحالة 2.....

48	البيانات الأولية
49	تاريخ الحالة
49	ملخص المقابلات
50	تحليل إختبار المرونة النفسية
51	مقياس المرونة النفسية
52	الحالة الثالثة
52	البيانات الأولية
53	تاريخ الحالة
53	ملخص المقابلات
54	تحليل إختبار المرونة النفسية للحالة
54	مقياس المرونة النفسية
56	الحالة الرابعة
56	البيانات الأولية
56	تاريخ الحالة
56	ملخص المقابلات
58	تحليل اختبار المرونة النفسية للحالة
58	مقياس المرونة النفسية
59	مناقشات الفرضيات في ضوء النتائج
59	مناقشة الفرضية العامة
60	مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:
60	مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
61	الاستنتاج العام:
63	خاتمة عامة:
63	التوصيات و الاقتراحات
63	التوصيات
63	الاقتراحات
64	قائمة المصادر والمراجع
67	الملاحق:

قائمة الجداول:

الصفحة	الجدول
40	جدول رقم (01) يمثل خصائص العينة
41	جدول رقم (02) يمثل العبارات الموجبة والسالبة لبنود المرونة النفسية

مقدمة



مقدمة:

السرطان أصبح مرض خطير يرافق البشرية، و اختلفت أنواعها فقد مس بجميع أعضاء الجسم، كسرطان البروستاتا الذي يمثل مشكلة كبيرة و عائق في حياة الكثير من الرجال و نظرا لخطورته و عدم وجود علاج مناسب يقضي عليه نهائيا، فلا بد من التطرق إلى طرق للتعايش معه والتصدي له و هذا ما جعله يحظى باهتمام من قبل داعمين و مختصين نفسيين ووظفوا جهود هائلة تمثلت في تقديم الدعم المناسب لهذه الفئة، بهدف تقوية المريض و جعله يتمتع بمرونة نفسية عالية.

فالصحة النفسية تعتبر جانب مهم لتخطي هذا المرض مثلها مثل العلاج العضوي الذي يتلقاه المريض من طرف الأطباء فتعتبر مكملة له، فكلما حظي المريض بدعم نفسي الكافي كلما كانت قابليته للتعالج و الشفاء أكبر والعكس صحيح وكلما ارتفعت المرونة النفسية لديه مما يجعله قادرا على تخطي هذا الموقف المهدد له.

فالمرونة النفسية للمريض تعتبر التوافق الذي يهدف إلى تماسك الشخصية و وحدتها، وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا لشعوره بالسعادة والراحة النفسية، ويتأثر التكيف والتوافق النفسي للتشخيص والعلاج من السرطان بعدة عوامل مثل العائلة، الأصدقاء، المعتقدات الدينية و هي جميعها مهمة في إعطاء الأمل للمريض (zahora etal, 2001, 19-28).

وهذا المرض الخبيث يعتبر من أهم الأسباب التي تؤدي إلى الوفاة في جميع أنحاء العالم فحسب المنظمة العالمية للصحة، تسبب هذا المرض ب وفاة 7.9مليون نسمة سنة 2007 إذ لمس كل مراحل العمرية وينتشر في كل بلدان العالم وأما في الجزائر فتبقى الأرقام تتحدث عن نفسها، فحسب المركز الوطني للصحة العمومية فالسرطان يسبب 4.9 حالة وفاة في كل ألف سنة وقد وصل عدد المصابين بسرطان في الجزائر سنة 2014 إلى 400098 حالة وفاة (<http://or.wikipedia.org/wiki>).

صار السرطان مرض العصر، إذ أصبح في مقدمة الأمراض الخطيرة، يعد من أخطر الأمراض وأكثرها ضرراً على صحة الإنسان، و ينتج نتيجة لنمو غير سوي للخلايا، فهو عكس الخلايا السوية في الجسم (دلال موسى 2014) و ما إن يكتشف الفرد إصابته سرعان ما تطرأ تغييرات على حياته سواء على الجانب النفسي أو الجسمي، و يصبح في حاجة ماسة إلى الإهتمام الزائد و الشعور بالحب و الأمان لتحقيق الرضا و المرونة النفسية لمواجهة هذه المحنة فلا بد من المحيطين بالمريض توفير هذه للإحتياجات عن طريق الدعم و المساندة بغرض خفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة الأحداث المصاحبة للمرض و هذا ما سيساعده على تقوية ذاته و النظر إلى الموضوع بإيجابية أكثر، و زيادة رغبته في العيش و عدم فقدان الأمل و بالتالي سهولة تلقي العلاج و تخطي الألم و محاولة التعود عليه. ، فالجانب النفسي للمريض يعد العامل الأول المساهم في الشفاء و مواجهة السرطان أو التعايش معه، و قد اتبنت عدة دراسات دور النفسي الإجتماعي في تحقيق المرونة النفسية لمريض السرطان حيث هدفت دراسة (روسيل 2016) إلى توضيح درجة المرونة النفسية لدى مريض السرطان طبقت الدراسة على عينة قوامها 200 مريض و تم إستخدام مقياس المرونة النفسية و من أهم نتائجها أنه كلما زادت درجة المرونة النفسية كلما إنخفضت درجة الإكتئاب و القلق و تحسنت نوعية الحياة لدى المريض.

و أكدت دراسة أخرى ، دراسة جريما إيمانويلا grima emanuela 2016 هدفت إلى توضيح التصوير المرضي على الصحة النفسية للمصابين بمرض السرطان، من خلال العوامل النفسية و الاجتماعية و تأثيرها على جودة الحياة و الدعم الإجتماعي و تغيير الممارسات الصحية لمرضى السرطان على عينة قوامها 292 مريض و مريضة بالسرطان و من أهم نتائجها أن مرضى السرطان الأقل مرونة و الأكثر سلبية لإدراك المرض سيكون لديهم تدهور في نوعية الحياة و النتائج النفسية كما أكدت منظمة الصحة العالمية أن خلال أعوام 200-2005 إحتل السرطان المرتبة الأولى بين الأمراض المسببة للوفاة حيث توفي 84 مليون إنسان أي ما لا يقل عن 15 مليون إنسان كل سنة فبالرغم من التطور العلمي في كل مجالات الحياة إلى أن مرض السرطان ما زال يشكل مشكلة صحية ضخمة سواء على المستوى الجسمي أو النفسي.

و تدل الإحصائيات انه خلال عشرين عام ما بين عامي 1973-1992 إرتفع معدل وفيات السرطان بمقدار 6.3% و قفز المعدل في الأشخاص الذين تجاوزوا سن 65 سنة بنسبة 16% تقريبا و على مستوى العالمي تقدر منظمة الصحة العالمية أن يفتك السرطان بنحو ستة ملايين فرد سنويا (رفاعي 2003ص 8)

الإشكالية

وبناء على ما تقدم فإن التكفل الرشيد بضحايا أمراض السرطان عملية في غاية الأهمية في هذا العمر المتسم بالقلق والاضطرابات بمختلف أنواعها.

ومن هنا فإن ثقافة الدعم النفسي والاجتماعي من الآليات العلمية التي يجب أن تمارس على مرضى السرطان البروستاتا، ونظرا لما أشارت له أعلاه من الدراسات علمية خلصت نتائجها إلى ضرورة تعزيز الدعم النفسي والاجتماعي فإن سياسات المنظمات الصحية تولي هذا الجانب كل العناية وتراه أساس نجاحها و بلوغ أهدافها المرسومة و على هذا الأساس نطرح التساؤل التالي:

أي دور يلعب الدعم النفسي والاجتماعي في تعزيز المرونة النفسية و كيف يمكن التحقق من ذلك في المجتمع الجزائري؟

التساؤلات الجزئية

- ❖ لماذا يحتاج مريض السرطان البروستاتا إلى الدعم النفسي والاجتماعي؟
- ❖ ما مستوى المرونة النفسية لدى مريض سرطان البروستاتا؟

الفرضية العامة

تعزيز المرونة النفسية لدى مصاب بسرطان البروستاتا عن طريق دعمه نفسيا و إجتماعيا

الفرضيات الجزئية

- ❖ يحتاج مريض السرطان البروستاتا إلى دعم نفسي واجتماعي لتقوية ذاته
- ❖ مستوى المرونة النفسية لمريض السرطان البروستاتا منخفض /مرتفع

أهمية الدراسة:

- تعتبر هذه الدراسة محور إهتمام لأنها تدرس الجوانب الجسدية و النفسية بالإضافة إلى ذلك فإنها تهتم أكثر بالجوانب النفسية ككل لدى مرضى السرطان و كيفية تعايشهم مع المرض.
- تسليط الضوء على هذه الفئة كونها تعاني من آلام جسدية و مشاكل نفسية.
- معرفة كيفية الدعم النفسي و الاجتماعي لمريض السرطان والتعرف على مختلف أنواع الدعم المقدمة لهم.

الإشكالية

➤ لفت الإنتباه لضرورة الإهتمام بالجانب النفسي و الإجتماعي لهؤلاء المرضى من قبل المسؤولين عن تقديم الرعاية الصحية و التكفل.

أهداف الدراسة

- ❖ التعرف على مستوى المرونة النفسية لمريض السرطان البروستاتا.
- ❖ تسليط الضوء على مدى إحتياج مريض السرطان إلى مساندة ودعم نفسي واجتماعي.
- ❖ التعرف على مختلف أنواع الدعم وأشكاله الذي يمكن أن يساهم في التأثير بإيجابية على المريض.
- ❖ المساهمة في خفض مستوى المعاناة النفسية لمريض سرطان البروستاتا.

دوافع إختيار الموضوع

- إن اختياري لهذا الموضوع هو وقوع والدي العزيز ضحية لهذا المرض الخبيث، فأصبح هدفي في الحياة هو التعرف على هذا المرض وتعلم طرق جديدة لمحاربتة والتصدي له وكذلك التطلع لكل أساليب الدعم والمساندة التي يمكنها أن تفيدني في جعل والدي دائما في كامل صحته وعافيته النفسية والجسدية بإذن الله.
- التحقق ومعرفة ما إذا كان الدعم النفسي والاجتماعي سيساهم في تقوية المرونة النفسية لدى المريض.
- التعرف على الخدمات النفسية التي يحتاجها المريض والتي تكون لها فاعلية عظيمة في التأثير على المريض بإيجابية.

الخلفية العلمية لمصطلحات الدراسة

الدعم النفسي الإجتماعي

تعتبر الأسرة من أهم عوامل التنشئة الإجتماعية وهي الممثلة الأولى للثقافة وأقوى الجماعات تأثيرا في سلوك الفرد وهي التي تساهم بالفرد الأكبر في الإشراف على النمو الإجتماعية للطفل وتكوين شخصيته وتوجه سلوكه فهي المدرسة الإجتماعية الأولى للطفل وهي العامل الأول في صيغ سلوك الطفل بصيغة الإجتماعية (زهران 2003ص14).

وما من شك ان الدعم النفسي المبكر والملائم يساعد الكبار بصفة عامة والأطفال بصيغة خاصة في التغلب على المشاكل التي تواجهه بشكل افضل و تساعدهم على اتخاذ القرارات السليمة و الملائمة (بلسم 2011ص48).

الإشكالية

حيث أنه مع بداية عام 2000 بدأت وكالة الغوث الإنسانية بدمج الدعم النفسي ضمن الخدمات التي تقدمها للشعوب، لاسيما بعد التعرض للصددمات الانفعالية التي تأتي في الغالب بعد الصراعات والكوارث (أيودف، 2011، ص48).

المرونة النفسية

تعد دراسة المرونة النفسية من الدراسات الأكثر أهمية في علم النفس لما لها تأثير على حياة الإنسان في تحسين أدائه كفرد إيجابي يعمل على مواكبة التطور و التقدم في جميع مجالات حياته و تكمل أهميته في ميل الفرد إلى التبات و الحصول على هدوئه و اتزانه عند التعرض لمواقف عصبية و لأن الشباب هم ثمرة المجتمع و أساس تطوره و تقدمه و ازدهاره لا بد من الاهتمام بجوانب حياتهم جميعا على الصعيد (الجسمي العقلي و الروحي) و مساعدتهم في مواجهة مختلف المشكلات و الصراعات النفسية و اعياء الحياة بكل ذكاء و ضبط و إدراك و مرونة و فهم للتوصل إلى حالة من التوازن و الاستقرار و الامن النفسي الذي يطمح الانسان الوصول إليه.

و لكي يستطيع الفرد مواجهة الضغوط المختلفة بجب أن تتوفر ليه مجموعة من السمات و الخصائص منها المرونة النفسية التي تساعد الفرد على التكيف مع الأحداث الصادمة و المحن و المواقف الضاغطة المتواصلة و هي عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكا تكيفيا إيجابيا في مواجهة المحن الصدمات و مصادر الضغط النفسي (بوسعيد، 2014).

السرطان

يعد مرض السرطان من أكبر التحديات التي تواجه الحكومات و النظم الصحية و ثاني سبب رئيسي للوفاة في العالم حيث بلغت حالات الإصابات به و فقا لمنظمة الصحة العالمية في عام 2012 إلى 14 مليون حالة جديدة و 8.2 مليون وفاة و من المتوقع أن يتواصل ارتفاعها إلى الصعيد العالمي إلى ما يناهز 13,1 مليون وفاة عام 2030 أما محليا فتشير السجلات الوطنية للسرطان في الجزائر سنة 2015 إلى رصد 41 ألف حالة بحلول عام 2025 (hamdi etal, 2017)

و قد تناول الكثير من الباحثين دراسة الاستجابات السلوكية و الأعراض النفسية المرتبطة بمرض السرطان حيث توصلت دراسة كل من (burham etal, 2016, tareoliet al, 2008) إلى وجود مستويات عالية من الاكتئاب لدى مرضى السرطان و أشارت Trill 2012 في دراسة لها ضمن الجمعية الأوروبية لطب الاورام أن معدل انتشار الاكتئاب بين مرضى السرطان وصل إلى 58% في حين معدل

الإشكالية

القلق ما بين 15% و 28% فمعظم المرضى يشعرون بالقلق و الإكتئاب عند تلقي التشخيص و العلاج و ذلك قد يكون سبب الخوف من الألم و الوفاة و الخوف من التخلي عنهم.

تحديد مصطلحات الدراسة

الدعم النفسي

اصطلاحا:

هو تقديم أفكار إيجابية ملهمة و شافية من قبل الداعم إلى المستفيد حيث تسكن المشاعر المضطربة لديه و تصبح نفسه أكثر اطمئنانا و يهدي الدعم النفسي إلى سلوكيات أكثر تكيفا مع الواقع (ابو هديروس 2013 ص 187).

إجرائيا:

هو تقديم المساعدة من قبل الداعم إلى المدعوم من الناحية النفسية و تحقيق التوازن النفسي و الراحة.

الدعم الإجتماعي

إصطلاحا:

هو ما يتلقاه الفرد من الدعم العاطفي و المعلوماتي و المادي من خلال الآخرين في بيئة إجتماعية، كالأسرة و الاصدقاء و الجيران خاصتا عندما يواجه أحداثا أو مواقف يمكن أن تثير لديه المشقة و تسبب له المتاعب مما يساعده على التكيف مع الأزمات و الشدائد (أبو علي 2010 ص 19)

إجرائيا:

هو مساعدة او مساندة يتلقاها الفرد من المحيطين سواء العائلة أو الأصدقاء ما يجعله أكثر مرونة و تكيفا مع ما يواجهه في الحياة.

المرونة النفسية

إصطلاحاً:

هي القدرة على استعادة التوازن بعد أي فشل أو صدمة و هي واحدة من اهم مهارات الحياة التي يحتاجها الفرد لحماية الدعم و إثراء وجوده في عالم اليوم وكثيرا ما يستخدم مصطلح المرونة لوصف سمة شخصية مستقرة أو القدرة التي تحمي الافراد من الآثار السلبية للمخاطر و المحن(sharma,2013)

إجرائياً:

هي سمة يتمتع بها الفرد و يتمثل معناها في القدرة على مواجهة الصعاب بطريقة إيجابية

سرطان البروستاتا

إصطلاحاً:

هو السرطان الذي يتكون و يتطور داخل البروستاتا التي تشبه في شكلها حبة الجوز و هي المسؤولة عن إنتاج السائل المنوي الذي يغذي و ينقل الخلايا المنوية و هو من أكثر السرطانات الشائعة عند الذكور (pettez,2005).

إجرائياً:

هو نوع من انواع السرطانات يصيب الجهاز الذكري عند الرجال.

الدراسات السابقة

دراسة حول الدعم النفسي الإجتماعي

1- دراسة إبتسام محمد الحبيشي 2020 مصر

- عنوان الدراسة: الحكم الإجتماعي الأسري لدى مريضات السرطان
- هدف الدراسة: معرفة مستوى الدعم الإجتماعي الاسري المقدم لمريضات السرطان
- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 191 مريضة مصابة بسرطان
- منهج الدراسة: إعتمدت الدراسة الراهنة على المنهج الوصفي

الإشكالية

- أدوات الدراسة: إتمدت الدراسة على إستيانه الدعم الإجماعي في جمع البيانات و لتي تم تصميمها من قبل الباحثة بالرجوع إلى الدراسات و الأدبيات السابقة ذات العلاقة بالدراسة
- أهم نتائج الدراسة

لوحظ أن مستوى الدعم الإجماعي للمريضات الحاملات على مؤهلات علمية اقل من ابتدائي أعلى من نظيراتهن كما لو حضا أن الدعم للمريضات الاتي اصبن بالمرض لمدة بين 8 اشهر و سنتين حصدن اقل دعم إجماعي و يمكن تفسير نتيجة الدراسة من ناحية الحصول المريضات الحاملات على مؤهلات عالمية اقل دعم إجماعي أعلى بأن أفراد المجتمع يرون انهن بحاجة اكثر من نظيراتهن ذوات التعليم المتوسط او العالي اللاتي يملكن علما ووعيا كافيا و اكبر عن المرض و طرق علاجه و إطلاعا أعمق عن تجارب الأخريات ممن سبقن بالمرض و تجاوزنه و بالتالي لديهن القدرة أفضل على تخطي معاناة المرض من ذوات التعليم المتدني الأقل و عيا و إدراكا فيحصلن على تعاطف اكبر من مقدمي الدعم الاجتماعي.

- التعقيب على الدراسة

بعد الاطلاع على هذه الدراسة و تحليل نتائجها اتضح انها لم تعطي مريضات السرطان حقهم في الدعم الذي يحتاجونه بشكل متساوي فقد أثبتت نتائج الدراسة ان مقدمي الدعم ركزوا و اعطوا اعلى دعم لأصحاب التعليم المتدني و أيضا ركزوا على المريضات اللواتي هن في فترة المتأخرة من المرض لأنهم بحاجة ماسة إلى الدعم الكافي لكن هذا يعتبر ظلم في حق المريضات لأن السرطان مرض خبيث و ما إن يصاب به الفرد فإنه يغير حياته و يؤثر عليه سلبيا منا يجعله في حاجة إلى مساندة من الغير دون النظر إليه مستواه التعليمي او مدة إصابته.

2- دراسة بوسمان و سكيبرز و ميلي و بوست 2011 الولايات المتحدة الامريكية

- عنوان الدراسة: إسهام للفعاليات الإجتماعية في الرضا عن الحياة بعد مرور 3 سنوات على الصدمة
- هدف الدراسة: معرفة مستوى النشاطات الإجتماعية و الرضا عن بعد 3 سنوات من التعرض للصدمة و التحقق من إسهام النشاطات في الرضا عن الحياة تبعا لبعض المتغيرات
- عينة الدراسة: تكونت من 165 مسن كانوا قد تعرضوا للصدمة
- منهج الدراسة: المنهج الوصفي
- أدوات الدراسة: استبيان الرضا عن الحياة قائمة الدعم الإجماعي التفاعلي إختبار للحالة العقلية

• أهم نتائج الدراسة

توصلت نتائج هذه الدراسة ان نسبة 67% من عينة الدراسة راضيين عن حياتهم بشكل عام و تبين أن النشاطات الإجتماعية ترتبط بشكل دال بالرضا عن الحياة.

• التعقيب على الدراسة:

افتقرت هذه الدراسة إلى تحديد النشاطات الإجتماعية بشكل مفصل لتوضيح اكثر نوع النشاط الذي يحتاجه المصاب كما ان تخلت عن الجوانب التي توضح الرضا عن الحياة و اعتمدت بشكل اكبر على الكلية و تجردت من الذاتية.

دراسات تحول المرونة النفسية:

1- دراسة جمال شفيق احمد، رشاد احمد عبد اللطيف، شريف بهاء الدين، سها شريف محمد، مصر.

- عنوان الدراسة: المرونة النفسية كمدخل لفاعلية للعلاج عند مرضى السرطان
- هدف الدراسة: تحديد مدى إستمرارية تأثير البرنامج العلاجي في خفض الاعراض النفسية لدى مرضى السرطان
- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 140 مريض سرطان بمركز أورام أسوان
- منهج الدراسة: تنتمي هذه الدراسة إلى المنهج شبه التجريبي
- أدوات الدراسة: تصميم مقياس المرونة النفسية تصميم برنامج علاجي للتطبيق
- أهم نتائج الدراسة:

أوضحت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مراحل العمر (40-49) وأبعاد المرونة النفسية للتوافق الذاتي الأسري، الإجتماعي، الانفعالي، المهني.

كما أوضحت نتائج الدراسة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مراحل العمل (40-49) والتوافق الذاتي والاجتماعي والانفعالي والمهني بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الأسري والسيكولوجي.

كما أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور المصابين بالسرطان ومتوسط درجة الإناث المصابين بسرطان في التوافق الذاتي والأسري الإجتماعي، الانفعالي،

الإشكالية

المهني الفروق كانت لصالح الذكور وهذا يدل على أن الذكور لديهم مرونة نفسية أكثر من الإناث في الإصابة بالسرطان.

كما أوضحت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مكان الإصابة (ثدي، قولون، مئانة، رئة، كبد، كلى) والمرونة النفسية للمصابين بالسرطان.

• تعقيب على الدراسة:

يتضح من خلال نتائج الدراسة أنه كلما كانت المساندة أكبر يكون التصدي للمرض أقوى لكن افتقرت هذه الدراسة إلى تحديد نوع هذه المساندة.

2- دراسة كنان إسماعيل الشيخ 2012 سوريا دمشق

- عنوان الدراسة: المرونة النفسية وعلاقتها بالرضى عن الحياة.
- هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة.
- عينة الدراسة: تكونت من 500 طالب وطالبة.
- منهج الدراسة: تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي.
- أداة الدراسة: مقياس الرضا عن الحياة من إعداد مجدي الدسوقي 1998.
- مقياس المرونة النفسية من إعداد يحيى عمر شعبان شقورة 2012.
- أهم نتائج الدراسة:

بينت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية و الرضا عن الحياة لدى أفراد عينة من طلبة جامعة دمشق.

• التعقيب على الدراسة:

يتضح من خلال تحليل نتائج الدراسة وجود علاقة بين متغيراتها المتمثلة في المرونة النفسية والرضا عن الحياة وذلك من خلال تطبيق مقياس لكل منهما لكنها لم تذكر تلك العلاقة وتوضح صورتها بشكل أفضل.

الفصل الثاني:

الدعم النفسي الاجتماعي

تمهيد

مفهوم الدعم النفسي الاجتماعي

أنواع الدعم النفسي الاجتماعي

مناهج الدعم النفسي الاجتماعي

أهداف الدعم النفسي الاجتماعي

السندات الشخصية لمقدمي الدعم النفسي الاجتماعي

مقومات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي

المنهج الإسلامي في تقويم الصحة النفسية

مقومات الدعم النفسي الاجتماعي

خلاصة الفصل

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

تمهيد:

الإنسان كائن اجتماعي بطبعه، و ليحافظ على هذه الخاصية لابد له من التواصل مع الغير، و بما أن الحياة مليئة بالعقبات، و لم تدع أحدا إلا و ألحقت به الأذى، بغض النظر عن نوع و طبيعة ذلك الأذى لكنه يترك بصمة أو آثار نفسية أو اجتماعية، و هذا ما يؤثر سلبا على الفرد إذ جعلنا بحاجة دائمة إلى الاستناد لنتمكن من مواصلة الطريق بأقل خسائر ، و يتمثل السند في تلقي دعم نفسي و اجتماعي الذي يعتبر مساعدة من المحيطين و الشعور بالاهتمام ، فيحسن قدرة الفرد على التعامل مع الظروف الطارئة التي تصادفه في الحياة، و في هذا الفصل سنتعرف أكثر على الدعم النفسي الاجتماعي و أهدافه ، أنواعه و أهميته و كل ما يخصه.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

مفهوم الدعم النفسي الاجتماعي:

لغة:

الدعم في اللغة من دعم شيء أسنده لئلا يميل و أعانه و أقواه (نقولا، 1981، ص216)
و السند من الإسناد، و كل شيء أسندت إليه شيئاً فهو سند، و ما يستند إليه يسمى مسندا و سندا ، و جمعه المساند، و ساندت الرجل مساندة إذ عاضده وكاتفته (ابن المنظور ، 1999 ص 1275)

اصطلاحاً:

يعرفه "النوحى" بأنه إبداء الإهتمام بمشاكل و إحتياجات الأفراد و الأسر و توفير كل الإمكانيات المتاحة في كل الأوقات ، و إظهار الإهتمام و الإنتباه لكل ما يحتاجون إليه حتى يستعيدوا قدراتهم و أدائهم الإجتماعي (النوحى، 1999 ص 116)

ويعرف أيضا بأنه العلاقة الديناميكية بين البعد النفسي، و البعد الإجتماعي للفرد حيث يؤثر أحدهما على الآخر، و يشمل البعد النفسي العمليات الداخلية و النفسية و الفكرية، و كذلك المشاعر و ردود الأفعال، أما البعد الاجتماعي فيشمل العلاقات و الشبكات الأسرية و القيم الإجتماعية و الممارسات الثقافية، و يشير الدعم النفسي الإجتماعي إلى إجراءات تتصدى على حد سواء للإحتياجات النفسية الإجتماعية للأفراد و الأسر و المجتمعات المحلية. (شقير 2010 ، ص 24)

أنواع الدعم النفسي الإجتماعي:

الدعم عملية أساسية لتدعيم مواطن القوة، و أداة للوقاية من تراكم العثرات و النظرات التي تعترض الفرد، و التي تكون عائق أساسيا غير مباشر في طريق تعليمات أخرى تبدو لأول وهلة على غير علاقة مباشرة بها، فتغرات قد يكون مظهرها معرفيا تحصيليا، لكن وجهها الخفي قد يكون إجتماعيا أو نفسيا أو صحيا.
(دليل الدعم النفسي الاجتماعي والمعرفي المنهجي 2009 :1)

الدعم الوجداني المعنوي (المعنوي):

و هو إظهار التعاطف ، و الإهتمام و المودة و المحبة و الثقة ، و التقبل و الألفة، و التشجيع و الرعاية للفرد، و إشعاره بقيمته ، و يسمى أحيانا بدعم للدفئ و الحنان أو بدعم التقدير.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

الدعم الملموس (المادي):

و هو تقديم المساعدة المالية أو السلع أو الخدمات، و يسمى أيضا بالدعم الفعال ، و هذا الشكل من أشكال الدعم الاجتماعي يشمل الطرق المادية المباشرة لمساعدة الناس لبعضهم البعض.

الدعم المعلوماتي:

و هو تقديم النصيحة و التوجيه و الإقتراحات و المعلومات المفيدة للشخص ، و هذا النوع من المعلومات من شأنه أن يساعد الآخرين في حل مشكلاتهم.

دعم الرفقة (الرفاق والوسط المحيط):

و هذا النوع من الدعم يشعر الفرد بالإنتماء الاجتماعي و يسمى أيضا بالإنتماء ، و يمكن ملاحظة بوجود الأصحاب و الإنخراط في الأنشطة الاجتماعية المشتركة معهم (Uchino,B,2004 :16-17).

و يرى ويلز (1985) أن هناك أنواع أخرى للدعم النفسي الاجتماعي و هي:

الدعم المتوقع والدعم المتلقى:

الدعم المتوقع يعود إلى الحكم الشخصي للمستفيد على ما سيوفره مقدمو الدعم من مساعدة فاعلة عند الحاجة

و أما الدعم المتلقى يسمى بالدعم الفعال الذي يعود أفعال أو إجراءات داعمة محددة، مثل نصيحة أو طمأنة، و تقدم من الداعمين عند الحاجة.

دعم هيكلى ودعم وظيفى:

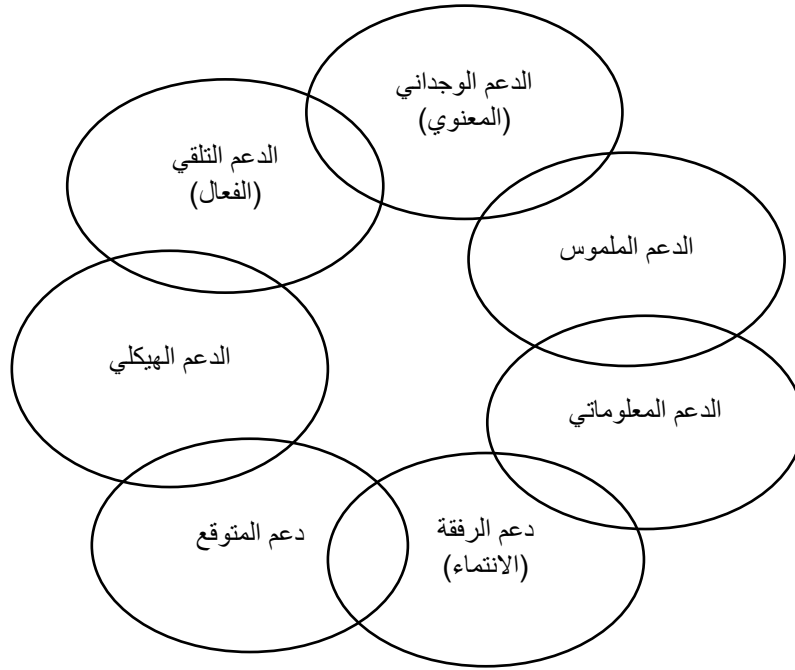
الدعم الهيكلى يسمى أيضا بالتكفل الاجتماعى حيث يكون المدعوم متصلا بشبكة إجتماعية مثل العلاقات الإجتماعية العائلية و الصداقات و عضويين في مختلف النوادي و المنظمات مما يعزز التكافل الاجتماعى، و أما الدعم الوظيفى فينظر إلى الوظيفة المحددة التي يمكن للعضو في الشبكة الإجتماعية أن يقدمها، و قد تكون آلية معلوماتية أو مجموعات داعمة مذكورة سابقا.

الدعم الخفى:

هذا النوع يكون بغير وعي الشخص الداعم قد يكون هو الأكثر فائدة. (Wills,T,A,1985 : 61-82)

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

شكل 1: أنواع الدعم النفسي الاجتماعي (دليل الدعم النفسي والاجتماعي والمعرفي والمنهجي، 1:2009).



مناهج الدعم النفسي الاجتماعي:

المنهج العبادي:

يبني هذا المنهج على إستعادة الصحة النفسية، و تتضمن التداخلات الشائعة من إستشارات فردية، أو علاجاً جماعياً، أو علاجاً نفسياً (سلوكي معرفي) أو علاج أسري

المنهج الوقائي:

يهدف إلى حماية و إعادة القدرة الوظيفية للأفراد إلى حالتها السابقة من منظور نفسي اجتماعي تطوري، لأن الدعم النفسي المبكر هو عامل وقائي يساعد الأشخاص على التكيف بطريقة أفضل من الظروف و يعزز قدرتهم على التفاعل بشكل أفضل، و البدئ بإعادة تنظيم حياتهم، لأن إهمال ردود الفعل الإنفعالية قد يخلق ضحاًبا سلبين بدلا من ضحاًبا نشيطين (<https://montada.aya.sy/shomthread.php>)

أهداف الدعم النفسي الاجتماعي:

يرى (الإتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر، والهلال الأحمر، 2006، 30-31) أن هناك ثلاثة أهداف رئيسية للدعم النفسي الاجتماعي.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

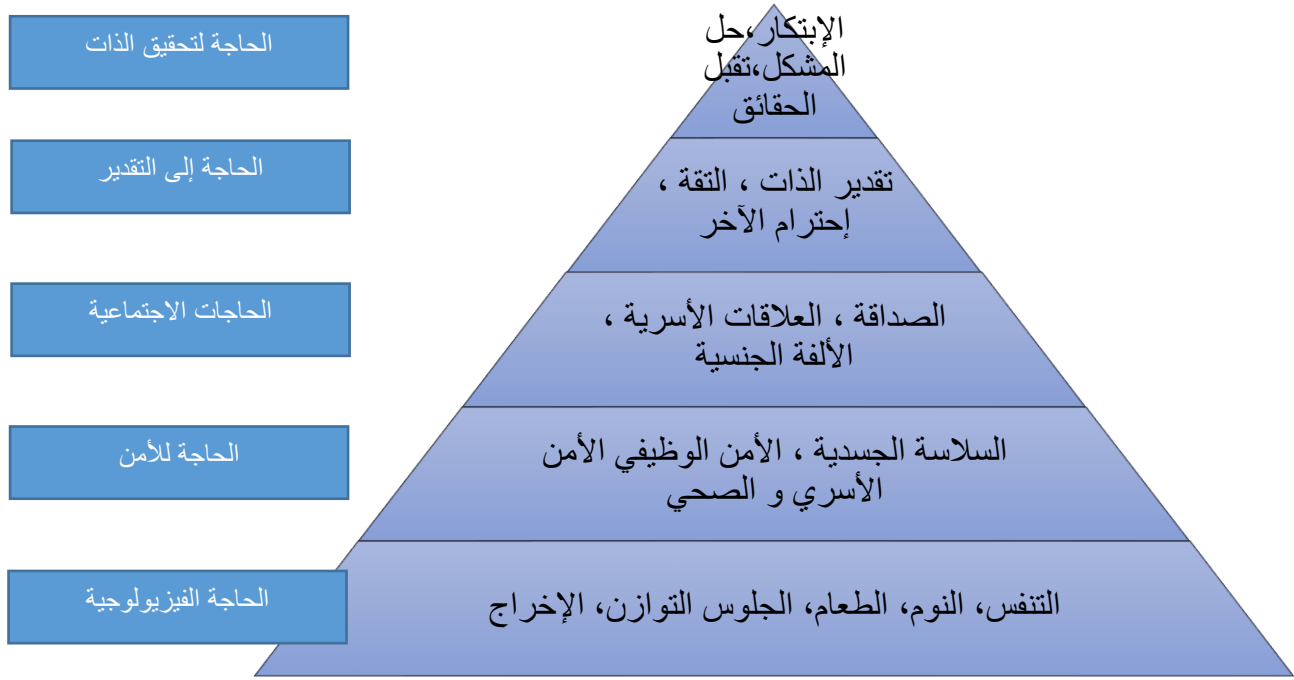


شكل 2 يوضح هرم المستويات الثلاثة لأهداف برامج الحكم النفسي الاجتماعي (الإتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر 2000: 30-31).

و من خلال الاطلاع على مراجع أخرى فقد توصلنا إلى أهداف أخرى للدعم النفسي هي:

- ✓ التحفيف من المعاناة الإنفعالية و الجسدية على حد سواء للأفراد، و يعتبر هذا الهدف الرئيسي للدعم النفسي و الاجتماعي.
 - ✓ تحسين السمات الحيوية للأفراد على المدى القصير، لأنه مع ردود الأفعال البسيطة و المباشرة قد تتطور إلى مشكلات ذات نتيجة سلبية مع الزمن.
 - ✓ الحد من آثار السلبية بعيدة المدى.
 - ✓ يساعد في تخفيف من التوتر بشكل كبير و يحد من تطور ردود الأفعال البسيطة إلى ردود فعل حادة
 - ✓ تطوير القدرة على التكيف لدى الأفراد الذين تعرضوا لأزمات ، و مساعدتهم على التكيف في المواقف الجديدة.
 - ✓ يوفر مساعدة مباشرة للأشخاص من خلال تقديم المعلومات و للتثقيف.
- (<https://montada.aya.sy/shomthread.php>)
- ✓ يساعد على توفير للاحتياجات النفسية و الاجتماعية للأفراد و هي كما تحدث عنها (ماسلو) في تحدثه عن الحاجات.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي



الشكل 3: تدرج الحاجات عند ماسلو، الحاجات الأكثر أهمية عند قاعدة الهرم.

(<http://or.wikipedia.org/wiki>)

السندات الشخصية لمقدمي الدعم النفسي الاجتماعي:

- ✓ إظهار الاهتمام والانتباه للآخرين.
- ✓ امتلاك مهارة الإصغاء لما يقوله الآخرين.
- ✓ الصبر وإدراك أهمية العمل الذي يقوم به.
- ✓ استحقاق ثقة الآخرين.
- ✓ السرية.
- ✓ أن يكون سهل وصول إليه حتى يتمكن الآخرون طلب المساعدة منه.
- ✓ تبني سلوك عدم الحكم على الآخرين.
- ✓ اللطف والهدوء وظهور بمظهر مطمئن الواثق بنفسه.
- ✓ الالتزام وعدم إعطاء وعود كاذبة.
- ✓ التفهم الوجداني وتشجيع الاعتماد على الذات.
- ✓ تبني موقف العناية بالآخرين.
- ✓ توفر المعلومات لديه.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

- ✓ احترام الصمت لأنه يبعث على الراحة عند الفرد، ويبحث عن طريقة للتعبير تناسبه.
- ✓ توفير كلمات توجيهية.
- ✓ توفير بدايات مفتوحة، وإعادة صياغة المحتوى.
- ✓ المرونة ومساعدة الفرد على ترتيب الأحداث زمنياً.
- ✓ احترام مشاعر الآخرين. (الإتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر، 2006، 32)

مقومات الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي:

هناك علاقة قوية بين الدعم النفسي الاجتماعي والصحة النفسية، حيث أن من أهداف الأساسية التي يسعى برامج الدعم النفسي الاجتماعي إلى تحقيقها هي الوصول إلى الرفاء النفسي والصحة النفسية.

ومفهوم الصحة النفسية تتمثل فيما يلي:

هو الحالة النفسية العامة، و حالة تكامل لطاقته المختلفة مما يؤدي إلى حسن استثمارها، و تحقيق إنسانيته و هي متغير يتغير بما يجد عليه من معلومات عن الحياة و ما ينبغي أن تكون عليه كما أنه يتغير بما نكشفه عن أنفسنا و سلوكنا و ما يجب أن نصل إليه في حياتنا (عبد الغفار 1996 ص25)

و من مقومات الصحة النفسية:

يجب أن نعرف أن الصحة النفسية يختلف عليها الكثيرون، فهناك خبراء يقسمون هذه المقومات إلى العديد من الأمور التي تجبر الشخص بأن يتمتع بصحة نفسية جيدة، ومن بين هذه المقومات.

التوافق الداخلي:

يعتبر التوافق الداخلي هو النبع الأساسي الذي يبدأ من داخل الشخص، إذ يشعر بثقة في النفس و رضا عن كامل ذاته و لا يكون لديه أي شعور بالنقص أو الضعف أو الخوف مما يحيط به

التوافق الاجتماعي:

يعد من بين الأمور التي تبدأ بسبب التعامل المباشر مع الآخرين، فإذا استطاع الشخص أن يتعامل بشكل طيب و سليم، بعيداً عن أي تصرفات و سلوكيات منحرفة خارج نطاق الطبيعة فهنا تنشأ حالة التوافق الاجتماعي.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

حل المشاكل اليومية:

يتعرض الشخص للعديد من المشاكل التي تمر عليه في اليوم، فإذا استطاع أن يعبر هذه المشاكل ويستطيع أن يحلها فهذا سيكون الشخص قادر على حل معظم المشاكل التي تمر عليه سواء مشاكل خاصة أو مشاكل إجتماعية أو تخص العمل.

المنهج الإسلامي في تقويم الصحة النفسية:

هناك تعميق كبير في مفهوم الإيمان بالنسبة للصحة النفسية فالإيمان يجعل العبد يضع الأمور الإيجابية في حياته و بالتالي يستطيع أن يحمي نفسه من الوسواس القهري و الشكوك التي قد تدمر حياته و غيرها من الاضطرابات التي تغير مصيره للأسوأ، و هناك عدة مقومات في المنهج الإسلامي كتأدية العبادات التي تعتبر بمثابة مولدات للطاقة الإيجابية و الراحة النفسية و الإيمان بالقضاء و القدر منا يجعل الفرد لديه إيمان قوي بإمكانه حل مشاكله و التعامل معها بصدق ورحم. (https://mafahem.com/s1_7449)

مقومات الدعم النفسي الاجتماعي:

يعد الدعم النفسي الاجتماعي عملية مهمة لتدعيم نقاط القوة وأداة لمنع تراكم الثغرات التي يواجهها الأفراد عامة، وله أشكال عديدة أهمها الدعم العاطفي، الاستباقي، دعم القبول، دعم العمل، وهذه الأنواع المختلفة لها تأثيرات و تفاعلات على الصحة الشخصية و عادة ما يرتبط بالوعي الصحي النفسي الأفضل أو الأمثل.

ساهم الدعم النفسي الاجتماعي في توفير طرق و قاية عديدة لحماية و استعادة للقدرات الوظيفية الفردية لأن الحكم المبكر هو عامل وقائي يمكن أن يساعد الناس على التكيف بشكل أفضل مع البيئة و الظروف.

ويمكن أن نقول إن للدعم النفسي الاجتماعي آثار مفيدة تشمل التأثير الإيجابي سواء كان الفرد يتعرض لضغوط أو مشاكل أم لا كما أنه يعتبر عامل مخفف و محقق للتوازن فكلما كان مستوى الدعم النفسي الاجتماعي مرتفع كلما كان الفرد قليل التعب و الإجهاد و الضغوط.

و نستخلص في الأخير أن الدعم النفسي الاجتماعي يساعد بشكل كبير في مساعدة الأشخاص المحتاجين على أساس نفسي و إجتماعي، و يوفر العوامل النفسية و الاجتماعية و الغرض منه هو توفير الحماية و الرعاية أو الوقاية الأمراض للحصول على الصحة النفسية.

الفصل الثاني: الدعم النفسي الاجتماعي

خلاصة الفصل

نستنتج من خلال ما سبق أن الدعم النفسي الاجتماعي مصدر رئيسي من مصادر الأمن التي قد يحتاجها الفرد من عالمه الذي يعيش فيه، خاصة عندما يشعر أن هناك خطر ما يستهدف كيانه وأمنه، وعندما يشعر أنه بحاجة إلى طاقة جديدة وعون خارجي، فهنا يلجأ إلى شبكته المحيطة به في سبيل الوصول إلى حل.

الفصل الثالث:

المرونة النفسية

تمهيد

مفهوم المرونة النفسية

العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية

السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية

بعض النظريات التي فسرت المرونة النفسية

المهارات المعززة للمرونة النفسية

من مقومات المرونة النفسية ما يلي

فوائد وثمرات المرونة النفسية

خلاصة الفصل

الفصل الثالث: المرونة النفسية

تمهيد:

يتعرض الفرد إلى أحداث ضاغطة عبر مراحل حياته تدفع به إلى اختلال توازن صحته النفسية مما يؤثر على سلوكه بطريقة سلبية، وليستطيع الفرد مواجهة هذه المواقف والتكيف معها مع المحافظة على توازنه أن يتمتع بالمرونة النفسية وهي القدرة على التوافق والمواجهة الإيجابية للشدائد والنكبات أو الضغوط، وفي هذا الفصل سنتعرف أكثر على هذا المصطلح الذي يعتبر من أساسيات الصحة النفسية وصلابتها.

الفصل الثالث: المرونة النفسية

مفهوم المرونة النفسية:

لغة: قال ابن فارس "مرن" الميم والراء والنون أصل صحيح يدل على لين شيء وجاء في لسان العرب مرن، يمرن مرانة ومرونة وهو لين في الصلابة والمرانة: اللين.

اصطلاحاً: مفهوم المرونة كغيره من المصطلحات في العلوم الإنسانية والاجتماعية تتعدد في المفاهيم و تختلف، و البعض ينظر إلى المرونة من خلال الوسط العلمي الذي يعيش فيه فمنهم من يرى أن المرونة في اللين و اليسر و منهم من يرى تقبل الآخرين و أفكارهم (محمد علي 2016، ص15)

تعريف أنس الأحمدى (2009)

المرونة النفسية من الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة، سواء كان هذا التكيف بالوسط أو القابلية للتغير أو الأخذ بأيسر الحلول.

تعريف عبد الرقيب البحيري (2010)

المرونة النفسية هي القدرة على التكيف بنجاح مع المحن التي تقابل الفرد والارتداد على المشكلات والتعامل معها بقوة وذكاء. (إيمان فوزي شاهين، 2017 ص 294)

العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية:

بينت الجمعية الأمريكية لعلم النفس في منشوراتها وجود العديد من العوامل ذات العلاقة بالمرونة النفسية و التي تعمل على تعديل الآثار السلبية الناتجة عن مواقف الحياة الضاغطة و قد بينت العديد من الدراسات أن العامل الأساسي في تكوين المرونة النفسية هو وجود الرعاية و الدعم و الثقة و التشجيع سواء من داخل العائلة أو من خارجها بالإضافة إلى عوامل أخرى مثل قدرة الفرد على وضع خطط واقعية لنفسه، الثقة بالنفس، النظرة الإيجابية للذات و من العوامل التي تساعد على استمرارية المرونة لدى الأفراد:

✓ القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية بفاعلية وبطريقة صحيحة

✓ امتلاك الفرد لمهارات حل المشكلات.

✓ توافد الدعم الاجتماعي.

✓ الاتصال وتربط مع الآخرين مثل العائلة أو الأصدقاء.

✓ البحث عن المعاني الإيجابية للمواقف الصادمة.

الفصل الثالث: المرونة النفسية

- ✓ النظرة الإيجابية للذات، والثقة في القدرات والإمكانيات الشخصية.
- ✓ القدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ الخطوات والإجراءات اللازمة لتطبيقها (محمد سعيد أبو حلاوة، 2002)

السمات الشخصية لذوي المرونة النفسية:

تتسم السمات الشخصية للأشخاص ذوي المرونة النفسية فيما يلي:

- ✓ الإيجابية والتكيف في الظروف المعاكسة.
- ✓ القدرة على تحمل الإحباط.
- ✓ مستوى التفاعل والتغلب على النتائج السلبية للضغوط.
- ✓ تنوع أساليبهم المعرفية تبعاً لمقتضيات المواقف التي يواجهها.
- ✓ ضبط النفس والانفتاح على الخبرة والابتعاد عن الفضاضة.
- ✓ العمل بفاعلية وفقاً مع القيم الشخصية (زينة عبد الكريم 2016 ص 34)

و في هذا يرى wolin أنه يمكن تحديد مؤشرات مرونة الأنا و ذلك من خلال السمات الشخصية المميزة للأشخاص ذوي المرونة العالية و التي تشمل:

الاستبصار:

وهي قدرة الشخص على قراءة وترجمة المواقف والأشخاص وتشمل القدرة على تواصل البين الشخصي، علاوة على معرفة كيفية تكيف السلوك الفرد ليكون متناسبا مع المواقف المختلفة مما يجعله يفهم نفسه ويفهم الآخرين.

الاستقلال:

و يشمل عمل توازن بين الشخص و الأفراد و الآخرين و المحيطين به كما يشمل كيفية تكيفه مع نفسه بحيث يعرف ما له و ما عليه من كونه متساهلا و بسيطاً في حالة مواجهة الحدث.

الفصل الثالث: المرونة النفسية

الإبداع:

ويشمل الإبداع إجراء خيارات وبدائل للتكيف مع تحديات الحياة، بل أكثر من ذلك الاندماج في كل الأشكال السلوكية السلبية (تحدي المصاعب والمخاطر) وأن الأفراد ذوي المرونة العالية يمكنهم اتخاذ قرار في مواجهتها.

روح الدعابة:

تعتبر روح الدعابة الجانب المضيء من الحياة لدى الشخص المرن، حيث تتمثل القدرة على إدخال السرور على النفس و إيجاد المرح اللازم للبيئة المحيطة به، و هذا ما يعتبر خاصة أو سمة مميزة للأفراد المرنين الذين يجيدون فن التعامل في الحياة لمواجهة مواقف مختلفة.

المبادأة:

و تتضمن قدرة الفرد على البدء في التحدي للأحداث و مواجهتها و ذلك بعدد دراسة سريعة صحيحة تتمثل قدرة الفرد على الحدس، أي الإحساس بإدراك النتائج الإيجابية الصحيحة و السريعة.

تكوين العلاقات:

وتشمل القدرة على تكوين العلاقات الإيجابية الصحيحة والقوية من خلال قدرته على التعامل النفسي والاجتماعي والعقلي البين شخصي مع من يحيطون به كما تشمل قدرته على التواصل مع ذاته (يحي عمر شقورة 2012، ص 22_23).

بعض النظريات التي فسرت المرونة النفسية:

نظرية التحليل النفسي:

نظرية فرويد

يرى سيغموند فرويد S.frend المؤسس الفعلي لما يسمى بمدرسة التحليل النفسي و هو يرى في الشخصية ثلاث قوى و هي: الهو و الأنا و الأنا الأعلى، ووظيفة الأنا أنها تسعى إلى التوفيق بين ضغط الغرائز من جهة و ضغط الأنا و قدرتها و نجاحها على أحداث التوازن و التوافق بين متطلبات الهو و الأنا الأعلى، لأنها تخضع لمبدأ الواقع، و تسعى للتفكير الموضوعي والمعتدل و الذي يتماشى مع الضغوط و

الفصل الثالث: المرونة النفسية

المشكلات الاجتماعية ووظيفتها الدفاع عن الشخصية و العمل على المرونة النفسية اتجاه المواقف الضاغطة و العمل على التوافق النفسي و حل الصراعات (رانيا محمد حسين 2017 ص33)

نظرية التحليل النفسي الإجتماعي للفرد بين الجدد:

نظرية أدلر

يفترض أدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات يفترض أدلر وجود أربعة أساليب أساسية للحياة يتبناها الناس للتعامل مع المشكلات و هي النمط المسيطر و النمط المعتمد و الآخر النمط المتجنب و النمط المميز اجتماعيا فمن وجهة نظر أدلر أن المرونة النفسية تعتمد على مدى تغيير الفرد لأساليب حياته وفقا لمستجدات الواقع و المصلحة الاجتماعية لما يحققه له سد الثغرات النقص من أجل بلوغ مستويات أعلى من النمو النفسي و التكيف للواقع الإجتماعي.

النظرية الإجتماعية

نظرية إريك أريكسون

نظر أريكسون في تطور الشخصية و تكاملها يكون عن طريق ما أسماه أزمات الحياة و هي عبارة عن مشكلة تكيف متدرجة و متصاعدة يتحقق هذا التكيف لما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن أن نطلق عليه المرونة النفسية فكل مرحلة من مراحل النمو من الميلاد إلى الممات تتميز بصراعات و أزمات تحتاج إلى معالجات و حلول من خلال التعامل معها بطريقة تكيفية نموية تتناسب و هذه المرحلة وفقا لمبدأ التخلق المتعاقب فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لأريكسون لها مهامها الحياتية، و النجاح أو الفشل في تحقيق هذا له أثر هام على النمو في المراحل التالية فالكثير من عمل أريكسون يمكن النظر إليه على أنه وصف للقوة الاجتماعية و التاريخية التي تؤثر على قوة و مرونة أو ضعف و صلابة الأنا (منوخ، 2013 ص387-388)

وتعتبر هذه النظرية من النظريات المفسرة للمرونة النفسية تفسيرا مقربا للواقع من خلال وجهة نظره أن التكيف يتحقق كلما كانت مرونة التعامل مع الواقع مما يمكن أن نطلق عليه المرونة النفسية.

المهارات المعززة للمرونة النفسية:

توصل الباحثون في جامعة بنسلفانيا إلى مجموعة من المهارات التي تعزز المرونة و في ما يلي عرض للمهارات المعززة للمرونة النفسية مقتبسة من Jenifer Pearson

الفصل الثالث: المرونة النفسية

إدارة الانفعالات:

يدور التنظيم الانفعالي حول مقدرة الشخص على أن يبقى هادئاً تحت الضغوط و لا يترك مشاعره تغمره أو تؤثر على كامل يومه و هذا لا يعني قطع المشاعر السلبية أو كبت المشاعر و إن التعبير عن المشاعر كل من تلك السلبية و الإيجابية على حد السواء أمر صحي و بناء ذلك ان بدايات التنظيم الانفعالي لدى الرضيع تبدأ من خلال مص أصابعهم سعياً منهم لتهدئة أنفسهم.

التحكم بالدوافع

تعرف على أنها المقدرة على التوقف و الاختبار فيها إذا كانت الرغبة في القيام بتصرفها موجودة أم لا، فمثلاً عندما يغضب الفرد على سبيل المثال فقد يرغب بالصراخ أو دخول في جدال و يساعد ضبط الدوافع على التوقف و التقدير بأن التصرفات محددة قد لا تنفذ في مواقف ما و بأن تلك الأفعال قد تفاقم الحال.

تحليل المشكلات و أسبابها:

تؤثر طريقة التفكير بالمشكلة أو الحادث المسبب للضغط النفسي على شعور تجاهه لعمل تحديد السبب المزعج وعاداته و يتيح لنا التفكير المرن بان يصبح الفرد مرناً و أن يقوم بالغزو المناسب للمشكلة.

المحافظة على التفاؤل الواقعي

وهي القدرة على الحفاظ على الأمل بمستقبل زاهر و هي تدور حول رؤية الأشياء كما هي و أننا نستطيع الخروج من موقف ما بأفضل حال فبعض الناس يميلون للشعور بان كل أشكال الضغوط النفسية تدوم طويلاً، الأمر الذي يجعل من الموقف على ما يبدو لا أمل فيه و هناك آخرون يرون أن هذه الحالة أو موقف معبر شيء و قتي الأمر الذي يساعد على المحافظة على التفاؤل الواقعي و يمكن لهذه المشكلة أن تمر.

التعاطف مع الآخرين:

التعاطف هو المقدرة على تفهم مشاعر الآخرين.

الفصل الثالث: المرونة النفسية

الاعتقاد بالكفاءة الذاتية:

ترجع للكفاءة الذاتية إلى الاعتقاد بأن الفرد قادر على مواجهة معظم المشكلات و التعامل معها و التراجع إلى الوراء عندما تعد الأمور قاسية، فالشعور بالكفاءة الذاتية هو الذي يضع الفرق و المهم بأن يشعر الفرد أنه قادر على فصل أمر ما (مازن فواز شماط 2012, ص 26-27).

من مقومات المرونة النفسية ما يلي:

تنمية الكفاءة:

وهي تنمية قدرات الأفراد العقلية والجسمية والاجتماعية بحيث تصل إلى درجة المهارة والكفاية و تساعد الفرد على التوافق مع متطلبات الحياة المختلفة.

القدرة على التعامل مع العواطف:

وهي نمو قدرة الفرد على ضبط انفعالاته و عواطفه بحيث يتعامل معها بمرونة و يعي عواطفه يضبطها في الموقف الذي يتطلب ذلك و يفسح له المجال بالتعبير حينما يتطلب الأمر.

تنمية الاستقلالية الذاتية:

بمعنى أن يعتمد الفرد على نفسه في إصدار قرارات تتعلق بمستقبله وحياته في نفس الوقت يستمع إلى نصائح الآخرين.

تبلور الذات:

وهو نمو قدرة على إقامة العلاقات الشخصية والاجتماعية بحيث تصبح متحرر من الاندفاعات وزيادة القدرة على التفاعل والاستجابة (هالة خير إسماعيل 2015 ص 290).

فوائد وثمرات المرونة النفسية:

الصحة النفسية:

من ثمرات المرونة النفسية تحقيق الصحة النفسية وتعرف الصحة النفسية بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي والتوافق الفرد مع نفسه ومع من حوله والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة

الفصل الثالث: المرونة النفسية

النظرة الإيجابية للحياة:

كلما كان الإنسان متحملاً بخاصية المرونة كان أكثر إيجابية في تعامل مع ما يدور حوله من موجودات فالنظرة الإيجابية في الحياة هي التي تحدد قيم الفرد ومكانته الإجتماعية.

الاستمرارية في العطاء:

أن العمل المنقطع لا يؤتي ثمرته وأن العمل المتكرر يورث الكآبة والإنسان المرن يكتسب إستمرارية لا يعرف الانقطاع والكآبة و الملل

الاتصال الفعال:

أن الإنسان منذ ولادته في الحياة وهو يقوم بعملية الإتصال أراد ذلك أم لم يريد وهذا الإتصال هو الذي يكون العلاقات الإنسانية والفرد من يربط مدى نجاحه وفشله (عبد الحليم غريب 2012 ص 30).

خلاصة الفصل:

تتمثل مصادر المرونة النفسية في الدعم الخارجي الذي يحافظ على استمراريتها والقوة الداخلية للفرد أي الذاتية والتي تتكون مع مرور الوقت لتسهيل عملية مواجهة المحن والشدائد عن طريق الدعم الخارجي كالاتجتماعي والأسري مثلاً.

الفصل الرابع:

السرطان

تمهيد

مفهوم سرطان البروستات

الأعراض

الأسباب

التشخيص

العلاج

بعض الاضطرابات التي تلحق بمريض سرطان البروستات
الآثار النفسية المترتبة عن وجود مريض السرطان في الأسرة

خلاصة الفصل

الفصل الرابع: السرطان

تمهيد :

السرطان من أخطر الأمراض و أشعها و أصعبها من ناحية التقبل و التأقلم، اصبح هذا العين مرض العمر و هو يصيب كل مراحل العمرية ، لا يوجد له سبب إصابة محدد و لا دواء مناسب ، كما تختلف أنواع هذا الورم فهو يصيب كل أعضاء الجسم و في هذا الفصل سنتعرف على أحد أنواع سرطان البروستات ينتشر بكثرة عند الرجال و في ما يلي سنحاول إزالة الغموض عن هذا المرض الخبيث الذي صار كابوس في حياة الكثير من الناس

مفهوم سرطان البروستات:

هو شكل من أشكال السرطان الذي يتطور في البروستات، و هي غدة في الجهاز التناسلي الذكري معظم سرطانات البروستات، غالبا ما تكون بطيئة النمو، غير أن بعض الحالات التي تتميز بكونها أكثر شراسة و خطورة.

يحدث هذا السرطان في غدة البروستات و هي غدة صغيرة على شكل حبة جوز موجودة في الجهاز الذكري دورها إنتاج السائل المنوي الذي يغذي الحيوانات المنوية و ينقلها.

الأعراض:

عادة لا يسبب سرطان البروستات أي أعراض في مراحله الأولى، وفي بعض الأحيان تشبه أعراضه أعراض الأمراض الحميدة، ومن الأعراض الأكثر شيوعا ما يلي:

كثرة التبول أو اختلال في وظيفة التبول، لأن غدة البروستات تحيط بقناة مجرى البول من جميع الجهات، وبالتالي أي تغييرات في الغدة تؤثر بشكل مباشر على وظيفة التبول.

ولأن الوعاء الناقل يفرز السائل المنوي في قناة مجرى البول في البروستات ولأن إفرازات غدة البروستات نفسها تشكل نسبة من محتوى السائل المنوي، فقد يسبب سرطان البروستات مشاكل في الوظيفة الجنسية والأداء الجنسي مثل صعوبة الانتصاب أو آلام عند القذف.

فقدان في الوزن دون محاولة.

الفصل الرابع: السرطان

ظهور دم في البول وفي السائل المنوي.

ويمكن لسرطان البروستاتا في مراحله المتقدمة ان ينتشر إلى أجزاء أخرى من الجسم مما يسبب أمراض أخرى إضافية، وأكثر الأعراض شيوعا هي آلام للعظام، غالبا على مستوى العمود الفقري للحوض أو للأضلاع، عظام للفخذ (chokkalingam,2006).

الأسباب:

حتى هذه اللحظة أسباب سرطان البروستاتا لا تزال غير واضحة، ولا يوجد لها تفسير كامل عوامل للخطر هي السمنة و العمر و التاريخ العائلي سرطان البروستاتا غير شائع عند الرجال الذي تقل أعمارهم عن 45 عاما، و لكنه يصبح أكثر شيوعا مع التقدم في السن متوسط أعمار المصابين بسرطان البروستاتا هو 70 سنة.

يتضاعف خطر الإصابة بسرطان البروستاتا عند الرجال الذين لديهم أفراد الأسرة من الدرجة الأولى مصابين بهذا السرطان مقارنة بالرجال الذين ليس لديهم أقرباء مصابين في الأسرة.

الجينات:

أشارت المنظمات أن الخلفية الوراثية تساهم في خطر الإصابة بهذا السرطان و لا يوجد جين محدد يسبب الإصابة بل جينات كثيرة

التغذية:

هناك بعض العوامل الغذائية التي ربطت بسرطان البروستاتا في حين أن الأدلة ما زالت غير مؤكدة لذلك هناك أنواع من الأغذية من الفواكه و الخضروات تلعب دور ضئيل إذ تعتبر من العوامل المسببة للسرطان، و بعض أنواع اللحوم الحمراء و المصنعة قد تؤثر قليلا على البروستاتا كما أثبتت بعض الدراسات أن استهلاك كمية كبيرة من اللحوم له ارتباط بارتفاع خطر الإصابة بالسرطان البروستاتا

التعرض للعلاجات:

يوجد روابط عديدة بين سرطان البروستاتا وتعاطي أنواع العلاج و الخضوع للعمليات الطبية (strickler,2001)

الفصل الرابع: السرطان

التشخيص:

إن الفحص الوحيد الذي يؤكد بشكل كامل التشخيص بالإصابة بسرطان البروستات هو أخذ:

الخزعة: إذ يقوم الأخصائي يأخذ عينه من أنسجة البروستات عن طريق المستقيم، فيتم إدخال المنظار وتستعمل إبرة مجوفة لإزالة ما يقدر بثلاثة إلى ستة إنشات من كل جانب في البروستات في أقل من ثانية

مقياس جليسون: يتم فحص عينات الأنسجة المأخوذة عن طريق الخزعة بالمجهر للبحث عن الخلايا السرطانية وتقييم خواصها المجهرية التي يطلق عليها مقياس جليسون.

علامة الأورام: يتم صبغ عينات الأنسجة للكشف عن وجود مولد المضاد الغشائي للبروستات (PSA) وعلامات الأورام الأخرى من أجل تحديد منشأ الخلايا الخبيثة المنتشرة.

تصوير البروستات: الموجات فوق الصوتية والرنين المغناطيسي هما وسيلتا التصوير المستخدمان للكشف عن سرطان البروستات، يستخدم أطباء المستقيم والمسالك البولية الموجات فوق صوتية للحصول على خزعة ولكن مجال الرؤية فيها يكون أحيانا ناقص الصدى كما ان الموجات فوق الصوتية لديها رؤية نسيجية ضعيفة لذلك لا تستخدم سريريا غي الغالي (sutcliffe,2008)

العلاج:

توجد عدة طرق علاجية لعلاج السرطان و سنقوم بذكر منها فيما يلي:

الجراحة:

يعتبر الاستئصال الجراحي أقدم طريقة لعلاج الأورام السرطانية و لا تزال من أكثر نجاحا، خاصة في المراحل المبكرة و قبل انتشار و تفشي المرض (الأرنأوط، 2016 ص 167)

و في معظم الحالات يقوم الجراح باستئصال الورم و بعض الأنسجة المحيطة به، فقد يساعد إستئصال الأنسجة على منع الورم من النمو مرة أخرى، و يمكن أيضا أن يقوم الجراح بإستئصال بعض العقد اللمفاوية المحيطة بالورم.

الفصل الرابع: السرطان

تتوقف الآثار الجانبية للجراحة بالأساس على حجم الورم و موضعه و يتطلب الأمر بعض الوقت من أجل الشفاء بعد الجراحة كما يختلف الوقت الازم للشفاء من نوعية جراحة لأخرى و من شخص لآخر (العقيل، 2013، ص 40).

العلاج الإشعاعي:

تتضمن قذف السرطانات بالأشعة السينية أو جسيمات من مواد مشعة مثل الكوبالت 60 و الراديوم و المعالجة الإشعاعية هي إحدى الطرق الرئيسية لمعالجة الحالات التي يصيب المثانة(الموسوعة العربية لعالم 1999 ص 231).

العلاج الكيميائي:

هو إستعمال عقاقير تقتل الخلايا السرطانية و يتلقى معظم المرضى العلاج الكيميائي عن طريق الوريد أو الدم، و قد إستعمل أكثر من 50 دواء ضد أنواع من السرطانات، و يتم إختيار هذه الأدوية المضادة بحيث تقضي على الخلايا السرطانية مع قليل من الضرر للخلايا السليمة، مع ذلك فإن الأدوية العالية السمية تؤدي بدرجات مختلفة الخلايا السليمة و ينجم عنها تأثيرات جانبية مختلفة (العقيل 2013 ص 42)

بعض الاضطرابات التي تلحق بمريض سرطان البروستات:

إصابة الفرد بالسرطان و الذي يعتبر أخطر الأمراض و الذي لا يتقبله الفرد مما يعرض ذلك إلى مجموعة من الاضطرابات النفسية و من بينها:

- ❖ عدم التكيف و التأقلم مع الحديث: و تظهر هذه العلة بشكل وضح في الأوقات الحرجة عند مرضى السرطان مثل أوقات إجراء التحاليل و الفحوصات الخاصة بالمرض و عند الإعلام بالمرض.
- ❖ الذكر: يعاني المرض بالذكر و من القلق الحاد و تظهر أعراض عديدة مثل قصر التنفس و اللهاث و سرعة النبض التعرق الغزير و شعور قوي بالخوف.
- ❖ الرهاب: و قد يرهب مرضى السرطان من الحقن أو بعض المعالجة أو عمليات استكشاف أو يخافون و يتجنبون إجراء الاختبارات في الأماكن الضيقة مثل التصوير بالرنان المغناطيسي.
- ❖ الوسواس القهري: و قد يعاني المصابون بهذه العلة أشد المعاناة من فقدهم المقدرة على المتابعة من خلال معالجة السرطان إلى أنهم معاقون بسبب الهواجس و السلوكات المستحوذة عليهم و التي تعرقل قدرتهم على الأداء الوظيفي.

الفصل الرابع: السرطان

❖ القلق: يعاني المرضى المصابون بهذه العلة من قلق شديد ومستمر لأسباب غير واقعية مثل أن يخشى المريض مصاريف العلاج أو يخشى لمس أولاده خوف من انتقال المرض لديهم (ظاهري معروف 2014 ص 27).

بالإضافة إلى مجموعة اضطرابات أخرى مثل:

- ✓ صعوبة في تقبل الذات
- ✓ ارتفاع درجة القلق و الاكتئاب
- ✓ انعدام القدرة على التكيف مع الأحداث
- ✓ الشعور بالحزن و الأسى نحو الذات
- ✓ انخفاض مفهوم الذات
- ✓ العجز في بناء العلاقات الإجتماعية القوية (رضوان 2003 ص 105)

بالإضافة إلى بعض المشكلات نفسية و إجتماعية ناجمة عن مرض السرطان:

فقد ينجم عنه عدة مشكلات في التكيف النفسي لدى المصاب و ذلك بكونه مرضا مزمنًا تدوم آثاره لفترة طويلة و قد تنتهي بالموت خلال فترة محدد من تطور المرض و طبيعة هذا المرض و طرق علاجه تفرض قيودا على نشاطات المريض الاعتيادية و هذا ما قد يولد العديد من الاستجابات النفسية و الاجتماعية الأخرى إضافة إلى الاكتئاب سواء كان اكتئاب طويل المدى أو على فترات متقطعة فهو يعد من أكثر الصعوبات الناجمة عن مرض السرطان و الاكتئاب لا يقلل في حد ذاته من نوعية الحياة فحسب، و إنما قد تكون له آثار سلبية على الصحة الجسمية أيضا بما فيها تقاوم مرض السرطان (تايلور 2008 ص 821).

الآثار النفسية المترتبة عن وجود مريض السرطان في الأسرة:

مرض السرطان عندما يصيب أحد أفراد الأسرة يؤدي إلى اضطراب الحياة اليومية و تتأثر العلاقات الأسرية خاصة بين المتزوجين المصابين فسواء الزوجة أو الزوج إن لم يجد أمامه الطرف الآخر متفهما و مقدرًا لظروفه الصحية فطول فترة المرض و المعاناة من أعراضه نتيجة للعلاج كالصداع و الغثيان و التقلبات المزاجية و ربما العجز الحركي بسبب المرض و ما يترتب عن ذلك من مشكلات تمنع القدرة على القيام بدوره داخل الأسرة مما يجعل بعض الأزواج يرغبون بالانفصال فالطلاق ها يدخل المريض في الكثير من الاضطرابات النفسية و بالتالي تدهور الحالة الصحية (الغباري، 2003)

الفصل الرابع: السرطان

و كذلك غياب المصاب (الأب أو الأم) عن الأبناء طيلة فترات العلاج و الشعور المستمر بالتعب و الإعياء يجعله غير قادر على أداء أدواره الرقابية و التوجيهية للأبناء و هذا ما قد يتسبب في ضياع الأولاد و ربما انحرافهم نتيجة عدم حصولهم على الرعاية و التنشئة السليمة بالإضافة إلى مشكلات التي قد تطال أبناء مريض السرطان خاصة إذا كانوا أطفال كالحرمان من العطف و الحنان و سيادة الفوضى في حياتهم و الإهمال الدراسي (روزنتال 2001 ص 152).

و أحيانا تنتاب مريض السرطان كذلك مشاعر الخوف و القلق الذي يصبه كالعجز و قلة الحيلة و عدم القدرة على إتخاذ القرار (عوض، 2010).

مما يجعله يدخل في حالة من الاكتئاب و يجعله عرضة للإصابة بمختلف أنواع الاضطرابات النفسية التي ستزيد حالته الصحية تدهورا.

الفصل الرابع: السرطان

خلاصة الفصل:

لا شك بأن مريض السرطان يمر بأزمة نفسية حادة بسبب إصابته بهذا المرض الخبيث لكنه يمكن أن يتجاوز ذلك إذا منح نفسه الرعاية اللازمة وإذا تلقى الدعم ممن يحيطون به سواء على نطاق العائلة أو الأصدقاء أو مقدمو الرعاية الصحية.

الفصل الخامس:

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

الدراسة الإستطلاعية:

المنهج المتبع:

مجالات الدراسة:

عينة الدراسة :

أدوات الدراسة:

الفصل الخامس الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

لا يمكن لأي دراسة أن تتم دون الجانب التطبيقي المكمل لها والذي يعتبر أهم جزء فيها، كما يعتبر هذا الجانب من أهم خطوات البحث العلمي فهو الذي ينفى أو يثبت صحة الحقائق والموضوعات المراد دراستها.

وفي هذا الفصل سنتعرف إلى توضيح إجراءات الدراسة بالإضافة إلى عينة الدراسة وأدوتها وكذلك عرض الحالات ومناقشتها وتقديم استنتاج عام حولها.

الدراسة الإستطلاعية:

بما أن الدراسة الإستطلاعية تعتبر خطوة هامة في الدراسات العلمية حيث تساعد على اكتشاف الطريق الصحيحة للدراسة و صياغة المشكلة، حيث عرفها (المايحي، 2000، ص 64)

بانها الدراسة الأولى لكل دراسة علمية محددة بإشكالية معينة إذ تساعد في الكشف عن التغيرات التي يمكن أن تكون لها علاقة بأحد متغيرات الدراسة بالإضافة أنها تسهل على الباحث عملية التأكد من صحة توافق المنهج المختار للدراسة مع متغيراتها وكذا معرفة مدى ملائمة ادوات القياس.

ولأن حالات بحثنا تتمثل في فئة المرضى المصابين بسرطان البروستات فقد ثمت الدراسة الإستطلاعية بمستشفى الدكتور بن زرجب عين تموشنت.

وبعد أخذ الإذن من مدير المستشفى و رئيس قسم مصلحة السرطان و بعد محاوراة الأخصائية النفسية المتواجدة بهذا القسم بغرض تقديمها المساعدة لنا في إنجاز هذا البحث ثم توجهنا إلى غرف المرضى (الرجال) لمحاولة التعرف عليهم و كسب تقئهم لنتمكن من الحصول على معلومات أكثر صدق ساعدتنا الدراسة الإستطلاعية إلى تكوين صورة عن حالات التي اخترناها و كيفية التعامل معها مما يعطينا الخبرة للتعامل مع مثل هذه الحالات في الحياة العملية المستقبلية.

المنهج المتبع:

تستوجب دراستنا إستخدام المنهج العيادي الذي يعتبر من أفضل المناهج العلمية و أدقها في دراسة للحالات الفردية حيث يقوم الباحث هنا بإستخدام أداة البحث في المجال النفسي المختلفة و التي تمكن من

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

دراسة الحالات دراسة شاملة و معمقة بهدف الحصول على فهم جيد للعوامل العميقة المؤدية لنشوء الظاهرة (المجلي 2011 ص 69).

مجالات الدراسة:

المجال المكاني للدراسة:

تم إختيار عينة بحثنا من مستشفى الدكتور بن زرجب بعين تموشنت وذلك بمصلحة الأورام السرطانية كما تحتوي هذه المصلحة على طاقم يسيرها يضم مجموعة أطباء مختصين في علاج الأورام السرطانية بأنواعها وأخصائي نفسياني

كما تحتوي هذه المصلحة على جناحين للرجال وجناح للنساء وقاعة للعلاج الكيميائي ومخبر تحضير للعلاج الكيميائي ومراحيض بالإضافة إلى قاعات الانتظار.

المجال الزماني للدراسة:

امتد إجراء الجانب التطبيقي لدراستنا إبتداءا من 17 إلى 21 أبريل 2022

عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من 4 حالات مصابين بسرطان البروستات تتراوح أعمارهم بين 60-88 سنة إذ يمثل الجدول التالي رقم 1 الخصائص العيادية لمجموعة بحثنا

الحالة	السن	الجنس	الحالة العائلية
الحالة 1	68	ذكر	متزوج
الحالة 2	65	ذكر	متزوج
الحالة 3	83	ذكر	أرمل
الحالة 4	73	ذكر	متزوج

جدول رقم (01) يمثل خصائص العينة

يمثل الجدول رقم (01) خصائص مجموعة البحث إذ يحتوي على 4 حالات المعتمدة في دراستنا بالإضافة إلى عمر و جنس و الحالة العائلية لكل حالة.

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

أدوات الدراسة:

نسعى نحن كباحثين في هذا المجال للحصول على كافة المعلومات الاي تفيد بحثنا باستعمال وسائل و أدوات تساعدنا على ذلك و على حسب مشكلة دراستنا الحالية استخدمنا الوسائل التالية:

الملاحظة:

التي تعرف على أنها عملية مراقبة، مشاهدة لسلوك الظاهرات والمشكلات والأحداث ومكوناتها المادية والبيئية ومتابعة سيرها واتجاهاتها وعلاقتها بأسلوب منظم ومخطط وهاذف بقصد التفسير وتحديد العلاقة بين المتغيرات والتنبؤ بالسلوك (العوامل 1995 ص 130).

المقابلة العيادية:

هي عبارة عن حوار يدور بين الباحث و الشخص الذي تم مقابلته يبدأ الحوار بخلق علاقة بينهما ليضمن الباحث الحد الأدنى من تعاون المستجيب ثم يشرح الباحث الغرض من المقابلة و بعد أن يشعر الباحث بان المستجيبين على استعداد للتعاون يبدأ الباحث بطرح الأسئلة التي يحددها مسبقا، ثم يسجل الإجابة بكلمات المستجيب (مصطفى 2000 ص02).

مقياس المرونة النفسية:

حيث يشمل هذا المقياس 16 بندا و تمت الاستجابة لبنود المقياس من خلال إختيار واحد من اختيارات التالية (دائما ، أحيانا ، أبدا) كما أن مفتاح التصحيح على الترتيب (3-2-1) بالنسبة للعبارات الإيجابية و (1-2-3) للعبارات السالبة و يتم الإجابة على الفقرات باختيار البدائل الأربعة الثلاثة المقابلة و لكل إجابة درجة (دائما3, أحيانا2,أبدا1) و العبارات السالبة بالعكس(دائما1,أحيانا2,أبدا3).

جدول رقم 02 يمثل العبارات الموجبة والسالبة لبنود المرونة النفسية

العبارات الموجبة	العبارات السالبة
8-6-5-3-2-1	16-15-13-7-4
14-12-11-10-9	

(عربية، 2018).

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

طريقة و كيفية تطبيق مقياس المرونة النفسية:

تم تطبيق هذا المقياس فرديا على الحالة، وقد وجد ان الأفراد عادة يستغرقون مدة 15-20 دقيقة للإجابة على كل البنود لكننا لم نحدد الوقت للإجابة.

طريقة تصحيح المقياس:

يصحح هذا المقياس بمنح

علامة (1) للبديل ← دائما

علامة (2) للبديل. ← أحيانا

علامة (3) للبديل. ← أبدا

للعبارات السالبة

وأما العبارات الموجبة فتمنح

علامة (3) للبديل. ← دائما

علامة (2) للبديل. ← أحيانا

علامة (1) للبديل. ← أبدا

وعندما نجد درجة مرتفعة للمقياس هذا يدل على ارتفاع المرونة النفسية.

طريقة استخراج المرونة النفسية

عدد البنود 16

عدد البدائل 3

العلامة الكلية = عدد البنود × عدد البدائل

$$16 \times 3 = 48$$

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة

مجال الإجابة هو: $48 \geq x \geq 16$

وبذلك تكون العلامة الكلية للمقياس هي: $48 = 1 * 48$

حساب طول المدى الفئوي:

إذن المجال:

16 – 32 ← منخفض.

32 – 48 ← مرتفع.

الفصل السادس:

عرض ومناقشة نتائج الدراسة

الحالة الأولى

الحالة الثانية

الحالة الثانية

الحالة الرابعة

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

الحالة الأولى

البيانات الأولية

الإسم: ع

السن: 67 سنة

الجنس: ذكر

الوظيفة : بحري متقاعد

الحالة الإجتماعية : متزوج

عدد الأولاد: 2 بنات/2 ذكور

مقر الإقامة: عين تموشنت

المستوى الاقتصادي: متوسط

سن الإصابة بالمرض: 65 سنة

تاريخ الحالة:

ع: هو رجل متزوج يبلغ من العمر 67 سنة يعيش مع أسرته المتكونة من زوجة و أربعة أولاد، رتبته الأول بين إخوته مما جعله مميز من عائلته كونه الإبن البكر لديهم فكان هو المسؤول عنهم و ملبي لحاجاتهم بعد وفاة والده علاقته مع زوجته يسودها الحب و التفاهم و المودة و كذلك علاقته بأولاده جيدة كما جاء على لسانه أولها الإحترام و ثانيها المحبة مما جعلهم سنده و عكازته التي يرتكز عليها طيلة فترة مرضه و خاصة إحدى بناته و هي أرملة تقيم معه في البيت، مستواه الاقتصادي متوسط حيث أنه متقاعد و كان عامل بحري أصيب بسرطان البروستاتا قبل عامين من بداية سنة 2020 و هو الآن يقوم بالعلاج الكيميائي بمصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور بن زرجب عين تموشنت

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

ملخص المقابلات:

تمت المقابلة مع الحالة في ظروف هادئة و طبيعية ، حيث سارت بشكل جيد ، كان متجاوبا معي و متفاعل مع المرضى في الغرفة، كان يعاني من lerni descال على مستوى الظهر، قبل أن يكتشف مرضه فأتثناء إجراءه للفحوصات الطبية لإجراء عملية اكتشف أنه يعاني من مشكلة ما على مستوى البروستاتا مما استدعى الطبيب بالقيام بفحوصات أخرى و scanner للتأكد من طبيعة هذه المشكلة تم التأكد من إصابته بسرطان البروستاتا و كأول خطوة إتبع بروتوكول علاجي يمثّل في حقن إبرة كل ثلاثة أشهر و إستمر على هذا الوضع لمدة عام و نصف ثم إنتقل إلى العلاج الكيميائي قبل سنة أشهر من وقتنا هذا.

كان هذا المرض بالنسبة له صدمة أثرت عليه و على عائلته بأكملها كونه شخص محبوب كما جاء على لسانه أنه حتى جيرانه و أقاربه من بعيد تأثروا بإصابته، لكن مع الوقت تعود و إستعد لرحلة العلاج، بعد تلقيه الدعم من عائلته و أحبائه و خصوصا إبنته الأرملة التي يعتبرها أحب الناس على قلبه و أقربهم إليه و اكثر شخص يعطيه الأمل و الرغبة في الشفاء كما أن الحالة يتحدث كثيرا عن أصدقائه و إخوانه لديه 3 إخوة ذكور أصغر منه سنا الذين لم يتركوه و إنما يرافقونه في زيارته إلى الطبيب و إلى جلسات العلاج الكيميائي كما أنهم ينظمون دائما معه رحلات و لقاءات لإخراجه من جو المرض و الكآبة.

كما أخبرني أن زوجته تعاني من عدة أمراض (القلب و ضغط الدم) و بالرغم من ذلك هذا لم يمنعها في أن تكون سنداً له و تسعى دائما في لتلبية حاجياته و في مراقبة دائمة له و لكل ما يخصه إذ أنها تنسى نفسها و دوائها و مواعيد طبييها لكنها بالمقابل لا تهمل أدويته او مواعيد طبييه بالإضافة إلى اولاده الذكور اللذان لم يتركانه يحتاج شيء طيلة فترة مرضه فأحدهما متزوج و كان يعيش في بيت منفصل عن والديه لكنه بمجرد معرفتهم مرض والده إنتقال للعيش معه و كرس كل وقته للعناية به و أما إبنته الصغرى التي يقول عنها نور عيني فبالرغم من إنشغالها بدراستها إلى أنها تخصص وقتا لي وتفعل أي شيء يفرحني و تعتني بي كأني طفل صغير ما أخبرني ان المختص النفسي بالمصلحة متكفل به على أكمل وجه و لا يفوت جلسة علاج له إلا و إلتقى به و تحدث معه و يطمئنه عن حالته.

و من خلال إجرائنا للمقابلة مع الحالة (ع) و ملاحظتنا لها، تبين لنا أنه إنسان عادي جدا متقبلا لمرضه و هو من يزرع الطاقة الإيجابية للآخرين و ذلك كان واضح من خلال طريقة تحدثه مع المرضى في غرفة العلاج و كيفية تعامله مع الأطباء و المرضى و حتى تعامله و طريقة كلامه معي، ووجهه البشوش و الضحكة التي لا تفارقه، كما لاحظنا أنه إنسان مهتم كثيرا بمظهره الخارجي و نظافته الشخصية و رائحته

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

العطرة فقد صرح لي أنه يحرص دائما على القيام بهذه الأشياء بنفسكما أنه لا يستطيع ترك وقت من صلاته حتى و هو في فترات العلاج.

تحليل اختبار المرونة النفسية للحالة:

إن النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق هذا الإختبار على الحالة و المتكون من عبارات موجبة و أخرى سالبة هي كالتالي: فمن خلال إجابته على بنود المقياس نلاحظ أن أغلب إجاباته على العبارات الموجبة كانت لصالح البديل دائما (1-2-3-5-6-8-9-10-11-12) كما أجاب على ثلاثة أسئلة سالبة بالبديل أبدا (4-7-13) و إجابتين موجبتين للبديل أحيانا (2-14).

و بعد تطبيق المقياس و الاطلاع على نتائجه النهائية تحصل المفحوص على درجة 40 و بالنسبة للمجال 48 الذي اعتمدنا عليه في مقياسنا.

فهذا يعني مقياس المرونة النفسية مرتفع لديه

مقياس المرونة النفسية

سيدي يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عما تشعر به غالبا اتجاه ظروفك الحياتية المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (×) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

- ❖ لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- ❖ لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.
- ❖ لا تتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.
- ❖ لاحظ أنه لا يوجد زمن محدد للإجابة ولكن يفضل أن تجيب دون تضييع وقت طويل.
- ❖ كما أنه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة و الإجابة تعتبر صحيحة.

و شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	لدي القدرة على تكوين علاقات جيدة بسهولة	X		
02	أقبل الانتقاد بصدر رحب		X	

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

		X	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة	03
X			أتمسك برأي بالرغم من صواب الرأي الآخر	04
		X	أعتبر رأي هو رأي مبدئي إلى أن أسمع للآخرين ثم أقرر رأي النهائي	05
		X	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة نظر الآخرين	06
X			أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات	07
		X	أصغي للرأي المخالف لي لأتدارك ما فاتني	08
		X	مهما كانت العقوبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي	09
		X	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه حول مرضي	10
		X	أشارك أسرتي في حل المشاكل التي تواجهنا في الأسرة	11
		X	أحترم آراء الآخرين بالرغم من تعارضها مع رأي الشخصي	12
X			أرتبك عندما يسألني الآخرون حول مرضي	13
	X		أشارك في الأعمال المنزلية بالرغم من انشغالي بحالتي الصحية	14
		X	أشعر بالحرَج من الاتصال بطبيعي	15
		X	أشعر بالضيق كلما فكرت بمرضي	16
		40	الدرجة الكلية	

الحالة 2

البيانات الأولية

الإسم : م

السن: 65

الجنس: ذكر

الوظيفة (العمل): مهندس معماري متقاعد

الحالة الاجتماعية: متزوج

عدد الأولاد: 3

مقر الإقامة: سيدي بن عدة

سن الإصابة بالمرض: 60 سنة

تاريخ الحالة

م هو رجل متزوج يبلغ 65 سنة يمكث مع عائلته المتكونة من زوجته و ولدين و بنت يعتبر الولد الثاني بين إخوته، كان مهندس معماري و هو الآن متقاعد و زوجته أستاذة في التعليم المتوسط تتميز علاقته بزوجته بالحب و التفاهم و الإحترام كما اخبرني أنها إبنة عمه و تزوجها بعد أن أحبها منذ صغرها و أما عن أولاده فيتحدث عنهم بكل حب و ثقة و أن علاقته بهم جيدة جدا إذ أن الناس تعتقد أننا أصدقاء و كانت والدته تقيم معهم إلى أن توفيت قبل ثلاث سنوات أي سنة 2019 مستواه الاقتصادي جيد أصيب بسرطان البروستاتا مع بداية سنة 2018 و هو الآن يقوم بالمتابعة في مصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور بن زرجب عين تموشنت.

ملخص المقابلات

أجريت المقابلة مع الحالة في ظروف جيدة طبيعية حيث دار الحديث بيننا بكل أريحية كان في كامل نشاطه و حيويته و متفاعلا معي إلى أقصى حد إذ أنه يروي لي قصصا عن نفسه و و عن كل ما يخصه حتى قبل أن أ طرح عليه الأسئلة اكتشف الحالة سنة 2017 و وجود كتلة صغيرة على مستوى البروستاتا فكان يجري فحوصات لأن الطبيب أخبره أنه تلزمه عملية بسيطة و أثناء إجراءه scanner إتضح أن هذه الكتلة ليست عادية و إنما هي ورم خبيث أخبرني أنه تلقى الخبر بكل أريحية إذ جاء على لسانه أن الطبيب كانت تبدو عليه علامات التوتر فقال له الحالة أخبرني بحالتي فأنا لست خائف و أتقبل أي شيء بمشيئة الله فتلقى الخبر عادي و هو من أخبر عائلته بعد ان حضرهم نفسيا و تكلم معهم بهدوء مما جعلهم يعتبرون أن هذا المرض بسيط و يمكن التغلب عليه و البروتوكول العلاجي الذي يتبعه الحالة هو حقن إبرة كل ثلاثة أشهر استمر على هذا العلاج ثلاث سنوات تم أضاف له الطبيب أدوية مماثلة للعلاج الكيميائي و بحكم أن ابن أخته ضمن هذا التخصص فأخبرني انه يأتي إلى مصلحة الأورام السرطانية في بن زرجب يزور طبيب فيصف له هذا الدواء فيأخذه من الصيدلية هذه المصلحة و يتلقى العلاج من قبل ابن أخته إذ قال لي أن هذا يشعره بالراحة.

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

وعند التحدث عن عائلته أخبرني أنه يقضي وقت جميل معهم فأولاده لا يتركونه وحده و يخصصون له وقتا أكبر بالرغم من انشغالهم بأعمالهم و دراستهم إذ أنه يذهب مرتين في الأسبوع إلى قاعة رياضة مع ابنه الأكبر فيقضي وقتا ممتعا.

و بعد اكتشافه لمرضه و التأكد منه مع بداية 2018 قررت زوجته في نفس السنة الخروج و التخلي عن عملها لتتفرغ لزوجها أكثر إذ قال الحالة أنه رفض هذا الأمر لكنها أصرت على ذلك فصاروا ينظمون رحلات إلى ولايات أخرى.

و في سنة 2021 و أثناء إجراءه لفحوصاته الروتينية التي يجريها من فترة لأخرى اكتشف ان الورم الخبيث انتشر على مستوى عظم الفخذ لكنه بنسبة قليلة لدرجة أنه لا يؤثر عليه فنظرا لكل هذه الظروف إلى أن الحالة لا يزال متمسكا بالحياة و يرغب في العلاج و أمله في الشفاء قوي و يقضي معظم وقته في البحث و الاطلاع في كل ما يخص هذا المرض و كيف يمكنه التصدي له و عن كل ما يمكن أن يواجهه في الفترة القادمة بسبب هذا المرض.

كما أخبرني انه يحاول شغل نفسه في المشاركة في الأعمال الخيرية فينخرط ضمن الجمعيات و يقضي وقته في مساعدة الآخرين حتى أصدقائه يهتم في حل مشاكلهم و توجيههم في كل ما يخصهم فقد صرح لي أنه يعتبر نفسه إنسان عادي و في كامل قوته و حيويته و أن الناس هي من تحتاجه ليس هو من يحتاجها، و بالرغم من ذلك إلى أن عائلته لا تتركه و تفعل ما بوسعها ان تخرجه من جو المرض، و أصدقائه و كل من حوله و حتى إخوته لهم دور فعال في تحسين نفسية كما أخبرني أنهم على تواصل دائم عبر الهاتف بحكم ان كل واحد يمكث في منطقة معينة و مع ذلك فإنهم لا ينقطعون عن زيارته و قضاء وقت معه.

ومن خلال إجراء المقابلة و الاعتماد على الملاحظة تبين انا أن الحالة تظهر عيه علامات الصحة الجيدة فتراه يتمتع بنشاط و حيوية للإنسان العادي يرتدي ملابس جميلة و مهتم بمظهره أكثر من الازم و عندما سألت الطبيبة مرح لي أنه دائما على خذه الحالة و انه شخص منضبط في مواعيده و لا يفوتها مهما كانت الظروف إذ أنه قبل قيل ستة أشهر أصيب بالكوفيد إلا أنه أجرى الاحتياطات اللازمة و حضر مواعيده و تخطى هذا الفيروس أيضا دون مضاعفات او تأثيرات جانبية.

تحليل إختبار المرونة النفسية

تمثلت النتائج المتحصل عليها من خلال إجراء اختبار المرونة النفسية على الحالة، أن الحالة أجاب على ثمانية عبارات موجبة للبدل دائما(1-2-3-6-9-10-11-14) كما أعطى إجابته للبدل أحيانا أيضا بثلاثة

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

عبارات موجبة (5-8-12) كما خصص خمسة إجابات سالبة للبدل أبدا (4-7-13-15-16) أي كل العبارات السالبة الخاصة بالمقياس أجاب عليها بالبدل أبدا.

فبعد التطبيق و الاطلاع على النتائج النهائية للمقياس تحصل المفحوص على الدرجة 45 و بما أن المجال المعتمد عليه في مقياسنا هو 48 فهذا يوضح أن مستوى المرونة النفسية مرتفع لدى المفحوص.

مقياس المرونة النفسية

سيدي يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عن ما تشعر به غالبا اتجاه ظروفك الحياتية المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (x) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

- ❖ لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- ❖ لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.
- ❖ لا تتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.
- ❖ لاحظ أنه لا يوجد زمن محدد للإجابة ولكن يفضل أن تجيب دون تضييع وقت طويل.
- ❖ كما أنه لا توجد إجابة صحيحة و اخرى خاطئة و الإجابة تعتبر صحيحة.

و شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	لدي القدرة على تكوين علاقات جيدة بسهولة	X		
02	أقبل الانتقاد بصدق رحب	X		
03	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة	X		
04	أتمسك برأي بالرغم من صواب الرأي الآخر			X
05	أعتبر رأي هو رأي مبدئي إلى أن أسمع للآخرين ثم أقرر رأي النهائي		X	
06	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة نظر الآخرين	X		
07	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات			X
08	أصغي للرأي المخالف لي لأتدارك ما فاتني		X	

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

		X	مهما كانت العقوبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي	09
		X	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة مالا أعرفه حول مرضي	10
		X	أشارك أسرتي في حل المشاكل التي تواجهها في الاسرة	11
	X		أحترم آراء الآخرين بالرغم من تعارضها مع رأي الشخصي	12
X			أرتبك عندما يسألني الآخرون حول مرضي	13
		X	أشارك في الأعمال المنزلية بالرغم من انشغالي بحالتي الصحية	14
X			أشعر بالحرج من الاتصال بطبيعي	15
X			أشعر بالضيق كلما فكرت بمرضي	16
		45	الدرجة الكلية	

الحالة الثالثة

البيانات الأولية

الإسم: ب

السن: 85 سنة

الجنس: ذكر

الوظيفة : متقاعد

الحالة الإجتماعية : أرملة

عدد الأولاد: 1

مقر الإقامة: تارفة

المستوى الاقتصادي: متوسط

سن الإصابة بالمرض: 80 سنة

تاريخ الحالة

ب هو رجل أرمل يبلغ من عمر 85 سنة يقيم مع ابنه و كنته (زوجة ابنه) رتبته ضمن عائلته هو الإبن الثالث بين إخوته كان يعمل في أراضي أجداده مع والده منذ كان عمره 14 سنة إلى أن تزوج عند بلوغه 22 سنة و إستقل ذاتيا إذ وهبه والده قطعة أرض و كرس حياته لخدمتها كانت علاقته مع زوجته جيدة و كانت مشكلتهم الوحيدة أنهم لم يرزقوا بأولاد و بعد مرور حوالي 5 سنوات من زواجهم قرروا تربية طفل و صار قرة أعينهم إلى أن كبر و تزوج توفيت زوجة الحالة قبل ست سنوات أي قبل إصابته بالمرض بسنة واحدة مستواه الاقتصادي متوسط أصيب بسرطان البروستاتا سنة 2017 و سنة 2019 أصيب بداء السكري كما أنه يعاني من القولون العصبي.

و هو الآن يقوم بالعلاج الكيميائي بمصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور بن زرجب عين تموشنت

ملخص المقابلات

تمت المقابلة مع الحالة في ظروف عادية لكن تظهر عليه علامات التوتر و القلق لكن يحاول التجاوب معي كان الحالة إنسان طبيعي و في كامل صحته إلى بلوغه 80 سنة طرأت عليه بعض المشكلات المتمثلة في ميكروبات على مستوى الجهاز التناسلي لديه على حسب تشخيص الطبيب له و بعد شكك تطورت الأمور لديه و إزدادت مشكلته تعقيدا مما إستدعى قيام التحاليل و الفحوصات اللازمة مما أكد إصابته بسرطان البروستاتا الخبيث إعتد علاجه أولا على أخذ بعض جرعات من الحبوب لمدة أربعة أشهر تم إنتقل إلى العلاج الكيميائي و لازال يمشي على هذا البروتوكول إلى يومنا هذا.

لقد تلقى خبر مرضه وهو في فترة عصبية من حياته كان تحت تأثير صدمة وفاة زوجته و رفيقة دربه فكما أخبرني انه وجد نفسه وحيد بعدما كانت سنده في الحياة و شريكته في كل شيء و بالأخص أن ابنه لا يعطيه وقت كافي و إنما منشغل بعمله و زوجته و أولاده و حتى زوجة ابنه عاملة فإنه يقضي معظم وقته وحيدا في المنزل، و هذا ما جعله يفقد الأمل فأخبرني أنه أحيانا يفكر أن الموت أحسن له و راحة له.

و بسبب تلاشي صحته النفسية و توتره الدائم أصبح يعاني من القولون العصبي الذي بدوره أثر على نفسيته مما زاده قلقا، و في نهاية سنة 2020 أي بعد ثلاث سنوات من إكتشافه الإصابة بالسرطان إكتشف إصابته بداء السكري مما أقلق راحته أكثر فأكثر خصوصا أنه لا يعرف كيفية تنظيمه و أخذ جرعات الأدوية لأنه كما ذكرنا سابقا ابنه و زوجته عاملان يذهبان من السابعة صباحا و لا يعودان إلى المنزل قبل الخامسة مساء ، و حتى مواعيد طبيبه لا يجد أحيانا من يرافقه ففي بعض الأحيان يجلبه ابن أخيه ، و جاء

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

على لسان الحالة أن ابنه عصبي و معظم الوقت يتلفظ بكلام غير لائق أمام والده و يتكلم أمامه بسلبية عنه و عن ما يخص مرضه و هذا ما لاحظته خلال المقابلة، فكان هو من إصطحبه في هذا الموعد لأخذ الجرعة الكيميائية الخاصة به ، و بما أن في ذلك اليوم كان يوجد الكثير من المرضى ، تأخر دور الحالة مما جعل ابنه يتخاصم مع الممرضات و الأطباء بحجة أنه ترك عمله وراءه مما جعل الحالة يخجل من الموقف و لم يرغب في أخذ الجرعة و أراد العودة إلى المنزل.

و من خلال ملاحظتنا إتضح أن الحالة يرتاد لباس عادي أي غير لائق بالخروج كما أنه لا يرتدي جوارب مع أنه كان يوم شتوي و بارد و كان يشتكي من شدة البرد، و مظهره الخارجي كليا غير متناسب مع شخص آتي إلى طبيب كما أنه أخبرني أنه كان شخص يهتم بمظهره كثيرا سابقا و يلبس أحلى الملابس كما جاء على لسانه (لكن الصحة و الوحدة أوصلتني إلى ما أنا عليه) فهذا يعني أنهم لا يهتمون به كثيرا و بكل ما يخصه و أثناء حديث دار بيني و بين طبيبه أبلغني أنه يهمل مواعيد كثيرا فيما يخص إجراء تحاليله و جرعات الكيميائي أيضا، و عندما يلومونه على عدم مجيئه يخبرهم ان ابنه هو الذي إنشغل عنه و لم يرغب في إحضاره.

تحليل إختبار المرونة النفسية للحالة

إن النتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق مقياس المرونة النفسية الذي إستخدمناه في دراستنا هذه هو الذي يحتوي على مجموعة عبارات سالبة و أخرى موجبة قد أجاب أربعة عبارات سالبة و عبارة واحدة موجبة بالبدل دائما (2-6-7-13-16) و إستخدم أربعة عبارات موجبة و عبارة سالبة البديل أبدا (4-8-9-14-10) كما نلاحظ إجابته بالبديل أحيانا بخمسة عبارات موجبة و واحدة سالبة (1-3-5-11-12-15). و بعد التحليل و النتائج النهائية تحصل المفحوص على درجة 28 و عند مقارنتها بالمجال الذي إستخدمناه في دراستنا فهذا يعني أن مستوى المرونة النفسية للحالة منخفض.

مقياس المرونة النفسية

سيدي يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عن ما تشعر به غالبا إتجاه ظروفك الحياتية المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (×) أسفل الإختيار الذي ينطبق عليك

- ❖ لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- ❖ لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

- ❖ لا نتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.
- ❖ لاحظ أنه لا يوجد زمن محدد للإجابة و لكن يفضل أن تجيب دون تضييع وقت طويل.
- ❖ كما أنه لا توجد إجابة صحيحة و اخرى خاطئة و الإجابة تعتبر صحيحة.

و شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	لدي القدرة على تكوين علاقات جيدة بسهولة		X	
02	أقبل الانتقاد بصدر رحب	X		
03	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة		X	
04	أتمسك برأي بالرغم من صواب الرأي الآخر			X
05	أعتبر رأي هو رأي مبدئي إلى أن أسمع للآخرين ثم أقرر رأي النهائي		X	
06	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة نظر الآخرين	X		
07	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات	X		
08	أصغي للرأي المخالف لي لأتدارك ما فاتني			X
09	مهما كانت العقوبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي			X
10	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه حول مرضي			X
11	أشارك أسرتي في حل المشاكل التي تواجهنا في الأسرة		X	
12	أحترم آراء الآخرين بالرغم من تعارضها مع رأي الشخصي		X	
13	أرتبك عندما يسألني الآخرون حول مرضي	X		
14	أشارك في الأعمال المنزلية بالرغم من انشغالي بحالتي الصحية			X
15	أشعر بالحرج من الاتصال بطبيعي		X	
16	أشعر بالضيق كلما فكرت بمرضي	X		
	الدرجة الكلية	28		

الحالة الرابعة

البيانات الأولية

الإسم: ب

السن: 73 سنة

الجنس: ذكر

الوظيفة : maçon

الحالة الإجتماعية : متزوج

عدد الأولاد: 6

مقر الإقامة: بني صاف

سن الإصابة بالمرض: 71 سنة

تاريخ الحالة

ب هو رجل متزوج يبلغ 73 سنة يقيم مع زوجته و أربع أولاده، و إبنتيه متزوجتين كان الولد البكر عند عائلته و عمل بناء طويلة حياته إلى أن كبر الأولاد و ساعدوه قليلا على إعالة المنزل كانت علاقته بزوجته جيدة لكن الجو عائلي عندهم كان متوتر بعض الشيء بسبب أن أولاده يفتعلون المشاكل فيما بينهم أي لا يوجد تفاهم بين الأخوة و هذا ما سبب له إرتفاع ضغط الدم أخبرني أنه كان يرتفع لديه كلما وقعت مشكلة بين أولاده إلى أن أصيب بهذا المرض و ثار يأخذ أدوية له كان هذا قبل 5 سنوات و في سنة 2020 إكتشف إصابته بمرض سرطان البروستاتا الخبيث و على مستوى عظم الفخذ أيضا و الآن يتبع بروتوكول علاجي يتمثل في العلاج الكيميائي و بمصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور بن زرجب عين تموشنت.

ملخص المقابلات

تم إجراء المقابلة في جو عادي لكن بما أن الحالة كان منهكا كثيرا من المرض مما جعل تجاوبه معي ضعيف نوعا ما ، فإستعنت بزوجته في بعض الأسئلة التي شغلاني من ناحيته الحالة في اول الأمر و عند

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

بلوغه سن 68 أصيب بمرض ضغط الدم و كان يعاني من إرتفاع الدائم لها نظرا لبعض الظروف الصحية التي تواجهه من قبل عائلته خاصة أولاده الشباب ، و بعد ذلك و في سنة 2019 صار يشتكي من آلام مفاصل خاصة على مستوى الفخذ فإنتقل من طبيب لآخر إلى أنهم كانوا يصفون له أدوية مهدئة للألم إلى أن طلب منه إجراء بعض الفحوصات فإتضح إصابته بسرطان الخبيث على مستوى عظم الفخذ، و كذلك البروستاتا في سنة 2020 و تم تحويل ملغه بعد ذلك إلى مصلحة الأورام السرطانية بمستشفى الدكتور بن زرجب و على حسب تشخيص الطبيب لحالته تبين أن الورم الخبيث كان نركزه البروستاتا ثم إنتقل إلى الطرف العلوي لعظم الفخذ، و بعد حوالي 6 أشهر من معرفته لمرضه إزداد إنتشار هذا الورم على مستوى عظام الحوض، و الجزء الخلفي من الجناح الأيمن و العجز الحرقفي الفخذي مما إزداد صحته تدهورا، و الحالة من فترة إلى أخرى يأتي إلى المستشفى و هو مسعف أي دون أن يكون له موعد طبيب، فيمكث بالمستشفى أيام أو شهور إلى أن يستعيد عافيته قليلا.

لم يذهب إلى منزله لكنه أخبرني أنه يفضل المكوث بالمستشفى لأنها أكثر راحة له كونه يرى أن الأطباء يحبونه و يكون صداقات مع المرضى هناك و يقضون أوقات ممتعة بينما في بيته فيكون وحيد معظم الوقت باعتبار أن أولاده يفتعلون المشاكل طيلة الوقت كما ذكرنا سابقا ووالدتهم أي زوجته أصبح همها الوحيد حل تلك النزاعات مما جعل الوالد أكثر توترا و قلقا من مرضه و من حوله.

كما صرح لي أن أحد أبناءه يتخاصم في الشارع دائما مما جعل الشرطة تمسك به، فتذهب الوالدة لحل المشكلة بغض النظر عن الوقت أو الجو أو الظروف الخارجية فتترك زوجها وحيدا بالبيت.

و من خلال إجراءنا المقابلة ، و ملاحظتنا للحالة تبين أنه ذو وزن ضعيف جدا، و ملابسه عادية لكنها ليست نظيفة كليا، كما لاحظت أنه عندما يحتاج لشيء لا يطلب من ابنه الذي كان يصطحبه و إنما يطلبه من الممرضات أو يطلب مساعدتي و هذا يعني أنه متعود على عدم خدمة ابنه له، كما لاحظت أن ابنه منذ إحضاره و لم يتفوه بكلمة مع أبيه و إنما منشغل طول الوقت بهاتفه، و بما أن الحالة كان مريض جدا و لا يستطيع المشي فضلت أنا اصطحابه إلى غرفة الطبيب عندما حان موعد فحص، دخل ابنه أيضا ، بقيت جالسة بعد أن طلبت من الطبيب أن يسمح لي بحضور هذا الموعد لأنني كنت فضولية لمعرفة كيف يتعامل ابنه مع الطبيب و هل يهمله أمر والده، فالصدمة كانت أنه منذ دخوله لم يتفوه بكلمة و لم يسأل عن حالة أبيه و ما إذا كانت هناك أي تطورات تخص مرضه و عند انتهاء الفحص، خرج أولا، و لم يلتفت حتى لأبيه أو ما إذا كان يحتاج إلى مساعدة، و هنا تأكدت أنهم لا يعطونه الاهتمام اللازم و لا يلبون له حتى أقل الأشياء.

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تحليل اختبار المرونة النفسية للحالة

بعد تطبيق للاختبار على الحالة و الاطلاع على النتائج النهائية اتضح لنا التالي:

أجاب الحالة بالبديل دائما على عبارتين موجبتين (3-6) و أربعة عبارات سالبة (7-13-15-16) و أجاب بالبديل أحيانا بالعبارات الموجبة و فقط (1-2-5-11-12) و أجاب بعبارة واحدة سالبة (4) و أربعة عبارات موجبة (8-9-10-14) بالبديل أبدا.

وبعد حساب النتائج تحصل المفحوص على درجة 27

وبما أنه استخدمنا في دراستنا المجال 48 المعتمد عليه في هذا المقياس فإن مستوى المرونة النفسية للمفحوص منخفضة

مقيس المرونة النفسية

سيدي يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عن ما تشعر به غالبا إتجاه ظروفك الحياتية المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (×) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

- ❖ لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- ❖ لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.
- ❖ لا تتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.
- ❖ لاحظ أنه لا يوجد زمن محدد للإجابة و لكن يفضل أن تجيب دون تضييع وقت طويل.
- ❖ كما أنه لا توجد إجابة صحيحة و اخرى خاطئة و الإجابة تعتبر صحيحة.

و شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	لدي القدرة على تكوين علاقات جيدة بسهولة		X	
02	أقبل الانتقاد بصدق رطب		X	
03	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة	X		
04	أتمسك برأي بالرغم من صواب الرأي الآخر			X

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

	X		أعتبر رأي هو رأي مبدئي إلى أن أسمع للآخرين ثم أقرر رأي النهائي	05
		X	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة نظر الآخرين	06
		X	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات	07
X			أصغي للرأي المخالف لي لأتدارك ما فاتني	08
X			مهما كانت العقوبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي	09
X			لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة مالا أعرفه حول مرضي	10
	X		أشارك أسرتي في حل المشاكل التي تواجهنا في الأسرة	11
	X		أحترم آراء الآخرين بالرغم من تعارضها مع رأي الشخصي	12
		X	أرتبك عندما يسألني الآخرون حول مرضي	13
X			أشارك في الأعمال المنزلية بالرغم من انشغالي بحالتي الصحية	14
		X	أشعر بالحرج من الاتصال بطبيعي	15
		X	أشعر بالضيق كلما فكرت بمرضي	16
			الدرجة الكلية	27

مناقشات الفرضيات في ضوء النتائج

من خلال النتائج المتحصل عليها للحالات الأربعة عن طريق المقابلات و الملاحظة ، و كذلك تطبيق مقياس المرونة النفسية، تحصلنا على نتائج وضحت لنا مستوى المرونة النفسية عند كل حالة، وكذلك نفي أو إثبات الفرضيات التي بنينا عليها دراستنا ، بما فيها العامة و الجزئية.

مناقشة الفرضية العامة

و التي مفادها:

تعزيز المرونة النفسية لدى مريض السرطان البروستاتا عن طريق دعمه نفسيا واجتماعيا.

من خلال النتائج المتحصل عليها يعد تطبيق مقياس المرونة النفسية، حيث تحصلت الحالة الأولى على 40 درجة و الحالة الثانية على 45 درجة ، بينما تحصلت الحالة الثالثة على 28 درجة و الحالة الرابعة على 27 درجة ، التي تقع كلها في مستوى المرونة مرتفع أو منخفض.

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تحصلت الحالة الأولى على 40 درجة و الحالة الثانية 45 درجة، و بما أن المجال الذي اعتمد عليه في دراستنا هو 48 فإن مستوى المرونة النفسية لهاذين الحاليتين مرتفع، و بعد تحليل المقابلات التي أجريناها معهم و الملاحظة يتضح أن كلا الحاليتين تلقيا الدعم اللازم سواء من العائلة أو المحيط الخارجي مما جعل ثقتهم بنفسهم تزداد وتكون لديهم قابلية للعلاج والأمل بشفاء، وتقبل المرض بسهولة واعتباره عقبة صغيرة يمكن تخطيها بطريقة أو بأخرى.

أما بالنسبة للحالة الثالثة والرابعة فتحصلنا على درجة 28 و 27 وهذا يعني أن مستوى المرونة النفسية منخفض لديهم، وهذا راجع لعدة أسباب من بينها مجموعة مشاكل عائلية والوحدة والتفكير بسلبية وعدم تلقي الدعم المحتاج على الصعيد العائلي أو الخارجي.

ومن هنا يمكننا الوصول إلى تحقيق الفرضية العامة وهي أن الدعم النفسي والاجتماعي يعزز المرونة النفسية لمريض السرطان البروستاتا.

مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

التي مفادها: يحتاج مريض سرطان البروستاتا إلى الدعم النفسي والاجتماعي لتقوية ذاته

مريض سرطان البروستاتا يعتمد على برتوكول علاجي، كل على حسب حالته ومرحلة مرضه كما لاحظناه في دراستنا هذه، كما أنه يحتاج إلى الدعم والمساندة النفسية والاجتماعية بهدف تقوية ذات المصاب وزيادة ثقته بنفسه وبالتالي التصدي وسهولة مواجهة المرض و هذه المساندة تعتبر مكملة للعلاج العضوي لتكون عملية الشفاء مضمونة وذات فعالية.

و من خلال إجراءنا الدراسة الحالة مع بعض المرضى و الذين تناولتهم دراستنا و بعد تحليل المقابلات و الملاحظة نرى أن المريض الذي تلقى الدعم سواء العائلة أو الأصدقاء أو الأطباء أو المختصين نجد أن ثقته بنفسه عالية و يجد نفسه من المتغلبين على المرض كما نجد أن المريض يتكلم عن المرض و كأنه شيء عادي اصطدم به في حياته و أنها مرحلة طبيعية صادفته و سوف يتعدها بكل سهولة و ذلك يمكننا القول أنه من شروط النجاح و التغلب على هذا المرض الخبيث الذي مس البشرية بأكملها هو تلقي الدعم اللازم.

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية

التي مفادها: مستوى المرونة النفسية لمريض سرطان البروستاتا مرتفع/منخفض

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

المرونة في مفهومها الواسع هي القدرة على التأقلم مع مصاعب الحياة و القدرة على الاستمرارية بالرغم من مرارة الصعاب ، و إذ تحدثنا عن المرونة النفسية لمرضى السرطان البروستاتا فلا بد أنها تختلف من مريض لآخر نظرا لظروفه و طريقة تفكيره و مستواه و عمره ، و بغض النظر عن هذه الأشياء و عند الاطلاع على الحالات الأربعة التي تناولتها دراستنا، تبين لنا أن الحالات التي ظروفها جيدة و تعيش ضمن وسط يسوده الهدوء و الحب و الطمأنينة و الأمان المقدم من طرف العائلة و الأصدقاء و هذا واضح على الحالتين 1-2 نجد أن درجة المرونة النفسية مرتفعة لديهم ، إذ لهم قابلية للعلاج أكثر و بالتالي الشفاء أو القدرة على التعايش و مقاومة المرض بينما يلاحظ على الحالتين 3-4 و التي تعتبر ظروفهم مضطربة و غير متزنة فنجد أن أملهم ضعيف مقارنة بالحالات الأخرى و ذلك راجع لعدم تلقيهم الدعم اللازم و بالتالي مستوى المرونة لديهم منخفض.

وفي الأخير نخرج بخلاصة أن مريض السرطان البروستاتا يحتاج إلى دعم مثل احتياجه تماما إلى بروتوكول علاج الذي يتلقاه من قبل الأطباء.

الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة التي قمنا بها تبين أن الدعم النفسي الإجتماعي له دور كبير و فعال في رفع مستوى المرونة النفسية لدى مريض السرطان بالرغم من الظروف القاسية التي يواجهها في مراحل مرضه فهذا الدعم يخفف من الألم و يعطيه و لو بصيص من الأمل في الشفاء و التغلب كما يساعد على تقبل الوضع الراهن الذي طرأ عليه فجأة، و تقبل يعتبر أول خطوات النجاح و السيطرة على هذا المرض الخبيث ، خصوصا إذا جاءت هذه المساندة من قبل أشخاص مقربين و محيطين به، و لا ننسى دور المختصين النفسانيين أيضا، فهم الذين يزرعون الأمل و الثقة و حب الحياة في هذه الفئة، و بالتالي فإن الفرد المصاب بهذا الداء يستطيع العيش بأبعد أمد، و بعيد كل البعد أن السلبية والتخوف من المستقبل مع تحقيق التوازن و الثقة بالنفس.

خاتمة عامة

خاتمة عامة:

من خلال القيام بهذه الدراسة أردنا التعرف على الدور الذي يلعبه الدعم النفسي والاجتماعي بأنواعه في تعزيز المرونة النفسية لمريض السرطان البروستاتا، فتسألنا عما هو الدور الذي يلعبه وكيف يمكن التحقق من ذلك أي كيف يمكن تعزيز المرونة لديهم وما إذا كان هذا صحيح أم لا.

فخرنا بنتائج عديدة خلصت كلها بأن الدعم بغض النظر عن كيف يكون ذلك فهو يساهم وبشكل كبير في مساعدة المصاب على تخطي هذه الأزمة ومواجهتها فكلما كان الدعم أكبر كلما ارتفع مستوى المرونة النفسية لدى الفرد المريض، وكلما انعدمت وضعفت المساندة كلما كانت المرونة منخفضة.

التوصيات و الاقتراحات

التوصيات

ضرورة تواجد الأخصائيين النفسيين بالمستشفيات عامة وبوحدات الأورام السرطانية خاصة.

توضيح الصورة لأسرة المريض فيما يخص طبيعة المرض وكيفية التعامل معه.

محاولة معرفة أنواع التكفل الذي يحتاجها المريض والتي ترفع مستوى المرونة النفسية لديه.

تخصيص جلسات العلاج النفسي ومن المستحب أن تكون متزامنة مع جلسات العلاج الكيميائي لتجنب قلق الانتظار والتفكير بسلبية.

توعية الأسرة على الاطلاع والتعرف على المرض أي توقع كل العقبات التي ستواجه المريض في مشواره العلاجي.

الاقتراحات

تخصيص قاعات انتظار المرضى أكثر أريحية.

القيام بحملات تحسيسية مفادها الوقاية من مرض السرطان وذلك بإجراء الفحوصات اللازمة.

تقديم الدعم النفسي للأسرة المريض كدرجة أولى، لأنها هي من يستمد منها المريض طاقته فلا بد من زرع الطاقة الإيجابية لديهم.

تنظيم طرق دعم أو علاج جديدة تجعل مريض السرطان أكثر ثقة في نفسه وأملا في الشفاء.

قائمة المصادر والمراجع

الكتب

1. ابن المنظور محمد 1999, لسان العرب، غزة، فلسطين، دار صادر للنشر و التوزيع
2. حلمي المليحي، 2001، مناهج علم النفس، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان
3. حلمي المليحي، 2000 علم النفس الإكلينيكي، ط1، دار النهضة العربية بيروت لبنان
4. روزنتال سارة، 2001 المرجع الاول سرطان الثدي ، ترجمة فرح، دار العربية للعلوم، لبنان
5. شيلي تايلور، 2008 علم النفس الصحي، ط1 دار حامد للنشر و التوزيع، عمان
6. عوض عبد الناصر، 2010 ، الأساس النظري للخدمة الإجتماعية النفسية، ط5 ، الرياض مكتبة زهراء
7. عبد الغفار ، عبد السلام، 1996 ،مقدمة في الصحة النفسية ، القاهرة ، مصر، دار النهضة العربية
8. غباري محمد سلامة، 2003 ، أدوار الأخصائي الإجتماعي في المجال الطبي الإسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث
9. فوقية حسن رضوان ، 2003، دراسات في الإضطرابات النفسية
- 10.مي رمزي الأرنؤوط، 2010 حقائق عن السرطان ، ط1 ، دار الريان للنشر و التوزيع ، لبنان
- 11.محمد سعيد أبو حلاوة ، 2013 المرونة النفسية ماهيتها و معدداتها و قيمها الوقائية، إصدارات المؤسسة العلوم النفسية العربية
- 12.محمد عبد الرحمان العقيل 2013 ، كل ما تعرفه عن سرطان الجلد، ط1، الجمعية السعودية الخيرية لمكافحة السرطان ، المملكة العربية السعودية
- 13.نايل حافظ العوالمه، 1995 أساليب البحث العلمي الأسس النظرية و التطبيقات ، دار النشر الأردن
- 14.نقولا العلوف، 1986 ، المنجد في اللغة العربية، لبنان، دار الشروق
- 15.النوحي عبد العزيز، 1999 ، خدمة الفرد السلوكية، القاهرة ، مصر

المذكرات

قائمة المصادر والمراجع

16. الظاهري زاهية، معروف خديجة، 2014 ، أثر تقنية المحادثة لتخفيف قلق الموت و الإكتئاب لدى المرضى المصابين بسرطان، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس العيادي، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
17. بوفيفة محمد علي، 2016، علاقة المرونة النفسية بمتغيري الجنس و السن، مذكرة لنيل شهادة الماستر تخصص تربية حركية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
18. جودي عربية، 2018، المرونة النفسية و علاقتها بالرضا عن الحياة لدى النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية، مذكرة لنيل شهادة الماستر، تخصص علم النفس العيادي جامعة محمد بوضياف. مسيلة.
19. رانيا محمد حسين أبو القمصان، 2017، المساعدة الإجتماعية و علاقتها بالمرونة النفسية، مذكرة ماجستير، قسم علم النفس كلية التربية بدمهور، جامعة الإسكندرية، مصر.
20. زينة عبد الكريم، 2006 المرونة النفسية و علاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة كلية الآداب ، مذكرة ماجستير جامعة القادسية ، فلسطين
21. مازن فواز الشماط، 2014 ، المرونة و الأنا كمؤثر وقائي جمن سيطرة الميول الإكتئابية و أفكار الإنتظار ، مذكرة ماجستير، جامعة دمشق، سوريا

المجلات

22. إيمان فوزي شاهين 2017؛ الإرشاد النفسي ، مجلة علمية تخصصية صدرها مركز الإرشاد النفسي، العدد 50 ، جزء 1، جامعة عين الشمس، مصر
23. الموسوعة العربية العالمية، 1992 ط2 ، مؤسسة أعمال موسوعة للنشر و التوزيع ، العدد 12 ، الرياض المملكة العربية السعودية
24. صباح مرشود منوخ 2013 مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية و علاقتها بالجنس و التخصص، المجلد 20 ، العدد 6 ، مجلة جامعة ... للعلوم الإنسانية
25. هالة خير سيناري إسماعيل، 2015 المرونة النفسية و علاقتها باليقظة العقلية لدبطلاب التربية، العدد 5 جزء 1 مجلة الإرشاد النفسي الجامعة جنوب الوادي

المراجع باللغة الاجنبية

- 26.Hring AWchok kalinyanAP(2006),prostate cancer epidemilogy, frontiers in bioscienc1 : 1388-(1)

قائمة المصادر والمراجع

27. Strickler, HD (2001), sexual behaviour and evidence for an infectious cause of current urology, epidemiologic review, 23(1) :144-51
28. Sutcliffe (2008), inflammation and prostate cancer a focus on infections current urology report :9(3) :243-9
29. Zabor a j et al, (2001), the prevalence of psychological distress by cancer. Site psycho oncology- 10 :pp19-28

مواقع الإنترنت

30. <http://montada.aya.sy/showtheread.php>
31. <http://wikipedia.org/wiki>
32. <https://mafahem.com/s/-7449>

الملاحق:

سيدي يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عن ما تشعر به غالبا اتجاه ظروفك الحياتية المرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (×) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

- ❖ لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
 - ❖ لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.
 - ❖ لا تتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.
 - ❖ لاحظ أنه لا يوجد زمن محدد للإجابة ولكن يفضل أن تجيب دون تضييع وقت طويل.
 - ❖ كما أنه لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة و الإجابة تعتبر صحيحة.
- و شكرا على تعاونكم

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
01	لدي القدرة على تكوين علاقات جيدة بسهولة			
02	أقبل الانتقاد بصدق رحب			
03	أشارك الآخرين في مناسباتهم السعيدة والحزينة			
04	أتمسك برأي بالرغم من صواب الرأي الآخر			
05	أعتبر رأي هو رأي مبدئي إلى أن أسمع للآخرين ثم أقرر رأي النهائي			
06	أعترف بالخطأ إذا اقتنعت بوجهة نظر الآخرين			
07	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات			
08	أصغي للرأي المخالف لي لأتدرك ما فاتني			
09	مهما كانت العقوبات فإنني أسعى لتحقيق أهدافي			
10	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة مالا أعرفه حول مرضي			
11	أشارك أسرتي في حل المشاكل التي تواجهنا في الاسرة			
12	أحترم آراء الآخرين بالرغم من تعارضها مع رأي الشخصي			
13	أرتبك عندما يسألني الآخرون حول مرضي			

الملاحق

			أشارك في الأعمال المنزلية بالرغم من انشغالي بحالتي الصحية	14
			أشعر بالحر ج من الاتصال بطبيعي	15
			أشعر بالضيق كلما فكرت بمرضي	16
			الدرجة الكلية	