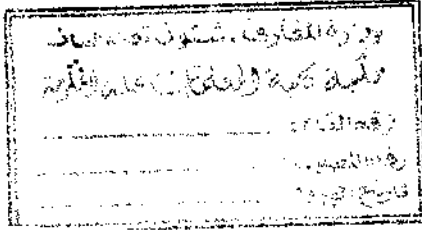
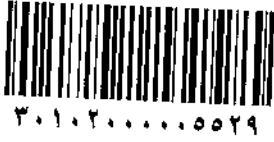




المملكة العربية السعودية  
وزارة التربية والتعليم  
وكالة كليات البنات



عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي  
إدارة كليات البنات بمحافظة جدة  
كلية التربية للبنات  
الأقسام الأدبية "قسم التربية وعلم النفس"



المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات  
السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات  
في مدينتي مكة المكرمة وجدة

رسالة مقدمة إلى قسم التربية وعلم النفس  
للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة في علم النفس  
تخصص صحة نفسية

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد حسن الصبان  
إشراف الأستاذ الدكتور / محمد بن حمزة محمد السليمان  
جامعة أم القرى \_ مكة المكرمة

العام الجامعي

١٤٢٤هـ / ٢٠٠٣م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
{وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ  
عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ  
أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ} التوبة آية (٧٠)



وزارة المعارف  
MINISTRY OF EDUCATION

الرقم: .....  
التاريخ: .....  
المشروعات: .....  
الموضوع: .....

## إعتماد لجنة المناقشة والحكم

نوقشت رسالة الطالبة : عبير بنت محمد حسن الصبان .

بتاريخ ٨ / ٤ / ١٤٢٤ هـ الموافق ٦ / ٦ / ٢٠٠٣ م .

وتكونت لجنة المناقشة والحكم من الأساتذة :

التوقيع	الوظيفة	الأسماء
	أستاذ علم النفس جامعة أم القرى مكة المكرمة . { مشرفاً على الرسالة }	أ.د. محمد بن حمزة محمد السليماني
	أستاذ علم النفس بقسم علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى . { متحنأ خارجياً }	أ.د. عبد المنان بن ملامعمور بار
	أستاذ علم النفس المشارك بكلية التربية للبنات بجدة قسم التربية وعلم النفس . { متحنأ داخلياً }	د. ياسريسة بنت أنور صادق

قرار اللجنة : منح الطالبة درجة : البكالوريوس مع التوصية بطلب

إرساله وحماؤه في الجامعات

تاريخ موافقة مجلس الكلية على المنح : ٧ / ٧ / ١٤٢٤ هـ - ٢٠٠٣ م

عميدة كلية التربية للبنات بجدة

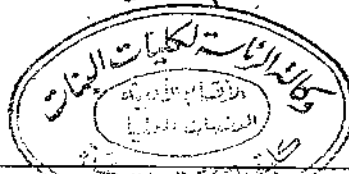
يعتمد؛؛؛

وكيلة الكلية للدراسات العليا

" د. جوهرة بنت مسعود بن محمد المقاطي "

" د. ثريا محمد عطية الغانمي "

ختم الكلية



انتصار ..

## "شكر وتقدير"

{ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وُلْدِي وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ  
وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ } النمل آية (١٩)

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد وعلى آله  
وصحبه أجمعين وبعد :

لا يسعني في هذا المقام وأنا أجد نفسي مدينة لصاحب الفضل الأول بعد الله سبحانه  
وتعالى إلا أن أرفع جزيل الشكر وخالص التقدير إلى أستاذي ومشرفي الفاضل سعادة  
الأستاذ الدكتور/ محمد بن حمزة السليمانى وفاءً لما قام به من تعليمي وتعزيز أفكاري حيث  
كان لغزارة علمه ورحابة صدره وجهده المتضافر خلال الأشراف العلمي على هذه الرسالة  
الأثر الأكبر في المساعدة إلى أن خرجت بحثاً متكاملًا بهذه الصورة ، فله مني صادق الدعاء  
بموفور الصحة والعافية والعطاء المستمر .

كما أتقدم بالشكر لسعادة الدكتورة في كلية التربية بجدة اللذين أسهموا بتوجيهاتهم في  
مناقشة خطة الدراسة ، مما ساعد في بلورتها .

وأدين بالشكر والعرفان إلى الأساتذة الدكتورة المحكمين الذين عرض عليهم مقياس  
الضغوط النفسية الذي أعدته الباحثة ، وذلك لما قدموه من مساعدات ومعلومات بناءة في  
سبيل إعداده .

كما أدين بالشكر والعرفان إلى أستاذتي الفاضلة سعادة الدكتورة/ يسرية بنت أنور صادق  
لما بذلته من مجهود في تعليمي وتزويدي بالمعلومات القيمة ، فلساني يعجز عن شكرها  
فجزاها الله خير الجزاء .

كما أدين بالشكر والعرفان إلى سعادة الدكتور/ عويد بن سلطان المشعان (جامعة  
الكويت) ، وسعادة الدكتور/ علي بن محمود شعيب (جامعة المنوفية) ، وسعادة الدكتور/  
نبيل بن عبد الفتاح حافظ (جامعة عين شمس) لما بذلوه من مجهود في تزويدي بالمعلومات ،  
والدراسات القيمة ، فلساني يعجز عن شكرهم فجزاهم الله خير الجزاء .

كما أوجه شكري وتقديري إلى منسوبات شئون تعليم البنات بمدنيتي مكة المكرمة وجدة  
ومديرات ومُعلمات المدارس في مراحل التعليم العام ، وكل من منسوبات جامعة الملك

عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة وأعضاء هيئة التدريس في كلٍّ منهما ،  
ومنسوبات كلية التربية الأقسام الأدبية والعلمية بجدة وكذلك الأقسام الأدبية بمكة المكرمة ،  
ومنسوبات كلية إعداد المعلمات بمكة المكرمة وأعضاء هيئة التدريس في كلٍّ منهما ، وكلٌّ  
من منسوبات مستشفى العيون وجامعة الملك عبد العزيز بجدة ، ومستشفى الملك عبد العزيز  
والملك فيصل والنور التخصصي والولادة بمكة المكرمة ، وكذلك مديرات ومنسوبات  
الوحدة الصحية الأولى والثانية بمكة المكرمة لما قدموه لي من إمكانيات ومعلومات ساعدت  
في تطبيق أدوات الدراسة بيسر فجزاهم الله عني خير الجزاء .

وخالص شكري وامتناني وعرفاني إلى صديقتي وأختي الأستاذة/ شفاء بنت عبد الله بالخجور  
وإلى أختي الحبيبة/ هير بنت حسين صبان على تفضلها بالمراجعة اللغوية ، وإلى كل من قدم  
لي دعماً ومؤازرة فجزاهم الله عني خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص الشكر والامتنان إلى مصدر العطاء المستمر والدي الحبيبة وزوجي  
الحبيب اللذان غمراني بالدعاء وهيئوا لي كل سبل الراحة والتشجيع ، كذلك أتقدم بالدعاء  
إلى المغفور لهما بإذن الله والدي الحبيب وسعادة الدكتور/ عبد الرحمن بن حسين بوقس لما  
قدموه لي من مساعدة وجهد تغمدهما الله بواسع رحمته وأسكنهما فسيح جناته .

وأخيراً وليس أخراً أتقدم بالشكر والتقدير إلى سعادة الأستاذ الدكتور/ عبد المنان بن ملا  
معمور بار (مناقش خارجي) ، وسعادة الدكتورة/ يسرية بنت أنور صادق (مناقش داخلي)  
لتفضلهما بقراءة الرسالة ومناقشتها ، واللذان كانت لآرائهم السديدة أطيب الأثر في تحسين  
الصورة النهائية لهذه الرسالة ، لذلك أسأل الله أن يجزيهما عني خير الجزاء .

وأخسر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين  
سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

أولاً "فهرس المحتويات"

الموضوع	رقم الصفحة
"الفصل الأول" "مدخل إلى الدراسة"	٢١_٢
أولاً : مقدمة الدراسة .....	٦_٣
ثانياً : مشكلة الدراسة .....	١٢_٦
ثالثاً : أهداف الدراسة .....	١٣_١٢
رابعاً : أهمية الدراسة .....	١٨_١٣
خامساً : مصطلحات الدراسة .....	٢١_١٩
سادساً : حدود الدراسة .....	٢١
"الفصل الثاني" "الإطار النظري للدراسة"	٨٠_٢٢
أولاً : المساندة الاجتماعية .....	٣٥_٢٣
_ مقدمة .....	٢٣
_ تعريف المساندة الاجتماعية .....	٢٥_٢٣
_ أشكال المساندة الاجتماعية .....	٢٦_٢٥
_ مصادر المساندة الاجتماعية .....	٢٦
_ النماذج الرئيسة لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية .	٣٠_٢٦
_ نظرية المقارنة الاجتماعية والتبادل الاجتماعي .....	٣٤_٣٠
_ العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسية .....	٣٥_٣٤
ثانياً : الضغوط النفسية .....	٦٥_٣٦
_ مقدمة .....	٣٦
_ تعريف الضغوط النفسية .....	٤٣_٣٧
_ النظريات (الفسولوجية والنفسية) المفسرة للضغوط النفسية ..	٥٣_٤٣

تابع "فهرس المحتويات"

رقم الصفحة	الموضوع
٥٤_٥٣	_ الخصائص العامة لظاهرة الضغوط النفسية " وحدثها وتميزها" ..
٥٦_٥٥	_ مصادر الضغوط النفسية .....
٥٧_٥٦	_ العوامل النفسية الاجتماعية المسببة للضغوط .....
٥٨	_ العوامل المهنية المسببة للضغوط النفسية .....
٦١_٥٨	_ أساليب مواجهة الضغوط .....
٦٣_٦١	_ عواقب استمرار الضغوط المهنية .....
٦٤_٦٣	_ الأجهزة الحيوية المرتبطة بالضغوط .....
٦٥_٦٤	_ أمراض الضغوط النفسية .....
٨٠_٦٦	ثالثاً : الاضطرابات السيكوسوماتية .....
٦٧_٦٦	_ مقدمة .....
٧٠_٦٧	_ تعريف الاضطرابات السيكوسوماتية .....
	_ الاتجاهات والنظريات التي ساهمت في تفسير الاضطرابات
٧٤_٧٠	السيكوسوماتية .....
٧٦_٧٤	_ أسباب الاضطرابات السيكوسوماتية .....
٧٧	_ خصائص الاضطرابات السيكوسوماتية .....
٧٩_٧٧	_ الاضطرابات السيكوسوماتية والضغط النفسي والانفعالات النفسية ...
٨٠	_ الفرق بين الاضطرابات السيكوسوماتية والعصاب .....
١٣٧_٨١	"الفصل الثالث" "الدراسات السابقة وفروض الدراسة"
١٣٥_٨٢	أولاً : الدراسات السابقة .....
٩٦_٨٢	_ دراسات اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية .....

تابع "فهرس المحتويات"

الموضوع	رقم الصفحة
التعليق على دراسات المساندة الاجتماعية .....	٩٧_٩٩
دراسات اهتمت بمتغير الضغوط النفسية .....	٩٩_١١٩
التعليق على دراسات الضغوط النفسية .....	١٢٠_١٢٢
دراسات اهتمت بمتغير الاضطرابات السيكوسوماتية .....	١٢٣_١٣٤
التعليق على دراسات الاضطرابات السيكوسوماتية .....	١٣٤_١٣٥
ثانياً : تساؤل وفروض الدراسة .....	١٣٦_١٣٧
<b>"الفصل الرابع" "منهج الدراسة وإجراءاتها"</b>	
<b>أولاً "إجراءات الدراسة السيكومترية"</b>	
منهج الدراسة السيكومترية .....	١٣٩
عينة الدراسة السيكومترية .....	١٣٩_١٤٠
أدوات الدراسة السيكومترية .....	١٤٠_١٦٥
خطوات تطبيق أدوات الدراسة السيكومترية .....	١٦٥
الأساليب الإحصائية المستخدمة .....	١٦٦
<b>ثانياً "إجراءات الدراسة الإكلينيكية"</b>	
منهج الدراسة الإكلينيكية .....	١٦٦
عينة الدراسة الإكلينيكية .....	١٦٦_١٦٧
أدوات الدراسة الإكلينيكية .....	١٦٧_١٦٨
خطوات تطبيق أدوات الدراسة الإكلينيكية .....	١٦٨_١٦٩
<b>"الفصل الخامس" "نتائج الدراسة وتفسيرها"</b>	
<b>أولاً : نتائج الدراسة السيكومترية</b>	
	١٧٠_٢٦٦
	١٧١_٢٢٨



تابع "فهرس المحتويات"

رقم الصفحة	الموضوع
١٧٤_١٧١	نتائج تساؤل الدراسة وتفسيرها .....
١٧٨_١٧٥	نتائج الفرض الثاني وتفسيرها .....
١٨١_١٧٨	نتائج الفرض الثالث وتفسيرها .....
١٨٤_١٨٢	نتائج الفرض الرابع وتفسيرها .....
١٨٧_١٨٤	نتائج الفرض الخامس وتفسيرها .....
١٩٧_١٨٧	نتائج الفرض السادس وتفسيرها .....
٢٠٨_١٩٨	نتائج الفرض السابع وتفسيرها .....
٢١٨_٢٠٩	نتائج الفرض الثامن وتفسيرها .....
٢٢٨_٢١٨	نتائج الفرض التاسع وتفسيرها .....
٢٦٦_٢٢٩	ثانياً : نتائج الدراسة الإكلينيكية
٢٦٦_٢٢٩	نتائج الفرض العاشر وتفسيرها .....
٢٧٨_٢٦٧	"الفصل السادس" " توصيات ومقترحات وملخص الدراسة"
٢٦٨	أولاً : توصيات الدراسة .....
٢٦٩	ثانياً : مقترحات الدراسة .....
٢٧٨_٢٦٩	ثالثاً : ملخص الدراسة .....
٢٩٢_٢٧٩	المراجع .....
٢٨٨_٢٨٠	أولاً : المراجع العربية .....
٢٩٢_٢٨٩	ثانياً : المراجع الأجنبية .....

ثانياً "فهرس الجداول"

الجدول	رقم الصفحة
(١) توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة .....	١٤٠
(٢) قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا لكرونباخ لمقياس المساندة الاجتماعية في البيئة الأصلية .....	١٤٤
(٣) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية .....	١٤٥
(٤) قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية في البيئة السعودية .....	١٤٥
(٥) قيم معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية في البيئة السعودية .....	١٤٦
(٦) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية .....	١٤٦
(٧) صدق التمييز لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة المقارنة الطرفية .....	١٤٧
(٨) قيم معاملات ثبات درجات مقياس الضغوط النفسية بطريقة التجزئة النصفية .....	١٤٩
(٩) قيم معاملات ثبات درجات مقياس الضغوط النفسية بطريقة ألفا لكرونباخ .....	١٥٠
(١٠) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية .....	١٥١
(١١) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الخاص بها في مقياس الضغوط النفسية .....	١٥٢

تابع "فهرس الجداول"

الجدول	رقم الصفحة
(١٢) الأبعاد الفرعية لمقياس الضغوط النفسية وعدد العبارات وأرقامها في صورته النهائية .....	١٥٣
(١٣) عدد الأسئلة في كل مقياس فرعي لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية (١٩٨٦م) .....	١٥٥
(١٤) مستويات الاضطراب السيكوسوماتي لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٥٦
(١٥) قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٦١
(١٦) قيم معاملات ثبات ألفا لكرونيباخ لدرجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٦٢
(١٧) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٦٣
(١٨) صدق التمييز لدرجات الجزء الأول لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية بطريقة المقارنة الطرفية ...	١٦٤
(١٩) صدق التمييز لدرجات الجزء الثاني لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية بطريقة المقارنة الطرفية ...	١٦٤
(٢٠) المتوسط الحسابي لدرجات أنواع الضغوط النفسية ....	١٧١
(٢١) قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد كل من مقياس المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية .....	١٧٥

تابع "فهرس الجداول"

الجدول	رقم الصفحة
(٢٢) قسيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد كل من مقياس المساندة الاجتماعية وقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٧٩
(٢٣) دلالة الفروق بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس المساندة الاجتماعية في درجاقن على مقياس الضغوط النفسية .....	١٨٢
(٢٤) دلالة الفروق بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس المساندة الاجتماعية في درجاقن على قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .....	١٨٥
(٢٥) دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر .....	١٨٨
(٢٦) المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر باستخدام اختبار شيفيه .....	١٨٨
(٢٧) دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير العمر .....	١٨٩-١٩٠
(٢٨) المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير العمر باستخدام اختبار شيفيه .....	١٩١
(٢٩) دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر .....	١٩٣-١٩٤

تابع "فهرس الجداول"

الجدول	رقم الصفحة
(٣٠) المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر باستخدام اختبار شيفيه .....	١٩٥
(٣١) دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير عدد الأبناء .....	١٩٨
(٣٢) المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه ....	١٩٩
(٣٣) دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد الأبناء .....	٢٠١
(٣٤) المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه .....	٢٠٢
(٣٥) دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير عدد الأبناء .....	٢٠٥_٢٠٦
(٣٦) المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه .....	٢٠٧
(٣٧) دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المهنة .....	٢٠٩
(٣٨) المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه .....	٢١٠

تابع "فهرس الجداول"

الجدول	رقم الصفحة
(٣٩) دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المهنة .....	٢١٢-٢١١
(٤٠) المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه .....	٢١٣
(٤١) دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير المهنة .....	٢١٦-٢١٥
(٤٢) المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه .....	٢١٧
(٤٣) دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الخبرة .....	٢١٩
(٤٤) دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الخبرة .....	٢٢١-٢٢٠
(٤٥) المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الخبرة باستخدام اختبار شيفيه .....	٢٢٢
(٤٦) دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير الخبرة .....	٢٢٥-٢٢٤
(٤٧) المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير الخبرة باستخدام اختبار شيفيه .....	٢٢٦

ثالثاً "فهرس الملاحق"

رقم الصفحة	الملحق
٣٩٨_٢٩٣	___ ملاحق الدراسة
٣٠٤_٢٩٤	___ ملحق الدراسة رقم (١)
٣٠٤_٢٩٥	___ مقياس المساندة الاجتماعية ..... ___ إعداد / ساراسون وآخرون (1983) Sarason , et al .. ___ تعريب وتقنين الأستاذ الدكتور/ محمد الشناوي وسامي أبو بيه (١٩٩٠م)
٣٠٦_٣٠٥	___ ملحق الدراسة رقم (٢)
٣٠٦	___ السؤال المفتوح لمقياس الضغوط النفسية ..... ___ إعداد الطالبة/ عبير بنت محمد الصبان ..... ___ إشراف الأستاذ الدكتور/ محمد حمزة السليماني .....
٣٢٣_٣٠٧	___ ملحق الدراسة رقم (٣)
٣٢٣_٣٠٨	___ مقياس الضغوط النفسية في صورته المبدئية ..... ___ إعداد الطالبة/ عبير بنت محمد الصبان ..... ___ إشراف الأستاذ الدكتور/ محمد حمزة السليماني .....
٣٣٦_٣٢٤	___ ملحق الدراسة رقم (٤)
٣٣٦_٣٢٥	___ مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل ..... ___ إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان ..... ___ إشراف الأستاذ الدكتور/ محمد حمزة السليماني .....
٣٤٩_٣٣٧	___ ملحق الدراسة رقم (٥)

تابع "فهرس الملاحق"

رقم الصفحة	الملحق
٣٤٩_٣٣٨	<p>مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية .....</p> <p>إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان .....</p> <p>إشراف الأستاذ الدكتور/ محمد حمزة السليماني .....</p>
٣٦٢_٣٥٠	ملحق الدراسة رقم (٦)
٣٦٢_٣٥١	<p>قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية .....</p> <p>أعداد / برودمان وإردمان ، وولف ومسكوفيتز .....</p> <p>... (1986) (Brodman , Erdman , Wolf , Miskovits)</p> <p>تعريب الأستاذ الدكتور/ محمود بن السيد أبو النيل</p> <p>(٢٠٠١م) .....</p>
٣٧٣_٣٦٣	ملحق الدراسة رقم (٧)
٣٧٣_٣٦٤	الخطابات الرسمية للإذن بتطبيق أدوات الدراسة .....
٣٧٨_٣٧٤	ملحق الدراسة رقم (٨)
٣٧٨_٣٧٥	<p>استمارة دراسة الحالة .....</p> <p>إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان .....</p>
٣٩٨_٣٧٩	ملحق الدراسة رقم (٩)
٣٩٨_٣٨٠	<p>بطاقات اختبار تفهم الموضوع</p> <p>إعداد / هنري موري (1943) Henry Murray</p> <p>تعريب وتقنين الأستاذ الدكتور / محمد نجاتي وأنور حمدي</p>



# "الفصل الأول"

## "مدخل إلى الدراسة"

- أولاً : مقدمة الدراسة
- ثانياً : مشكلة الدراسة
- ثالثاً : أهداف الدراسة
- رابعاً : أهمية الدراسة
- خامساً : مصطلحات الدراسة
- سادساً : حدود الدراسة

## أولاً : مقدمة الدراسة

الإسلام هو الدين الذي ارتضاه الله لعباده وهو دين الرحمة والمودة والتكافل ، كما أنه يدعو إلى التعاون على البر والتقوى والتراحم بين الناس والدعوة إلى الخير ، وفي هدي الإسلام للمؤمنين ما يدعو إلى الإحسان للآخرين بالمعنى الواسع لهذه الكلمة بدءاً من الإحسان المادي إلى الإحسان المعنوي ، وقد وجهنا ديننا الحنيف إلى المساندة الاجتماعية لمساعدة الآخرين سواء بالمال أو بالقول ، ففرض على القادرين الزكاة في أموالهم تُرد إلى الفقراء من المسلمين وسن الصدقة .

(محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٥٤)

قال تعالى " وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا" . (القران الكريم : الإنسان ، ٨-٩)

وقال تعالى "وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ" . (القران الكريم : المائدة ، ٢)

وقد زاد اهتمام الباحثون في علم النفس في السنوات الأخيرة بدراسة الضغوط النفسية والعوامل المقاومة لها والتي من شأنها المحافظة على صحة الفرد وسلامته النفسية والجسمية ، وتعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه بعد لجوئه إلى الله سبحانه وتعالى ، عندما يشعر أن هناك ما يهدده وأن طاقته قد أستهزئت وأجهدت وأنه يحتاج إلى مدد وعون من خارجه ، ولقد أهتم بها الباحثون بعد ما لاحظوه من آثار مهمة لها في مواقف الشدة والإجهاد النفسي ، وما تقوم به من تخفيف نتائج الضغوط والمواقف الصعبة . (راوية دسوقي : ١٩٩٦م ، ٤٤)

إن الفرد الذي يتمتع بمساندة اجتماعية من الآخرين يصبح شخصاً واثقاً من نفسه وقادراً على تقديم المساندة الاجتماعية للآخرين ، وأقل عرضة للاضطرابات النفسية وأكثر قدرة على المقاومة والتغلب على الإحباطات ويكون قادراً على حل

مشكلاته بطريقة إيجابية سليمة ، لذلك نجد أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط وتقلل الكثير من المعاناة النفسية . (فهد الربيعه : ١٩٩٧م ، ٣١)

أي أن المساندة الاجتماعية التي تقدم للفرد من قبل الآخرين تمنحه القدرة على مقاومة الاضطرابات النفسية وحل مشكلاته .

إذ أن المساندة الاجتماعية لها دور عظيم في التخفيف عنم يكونون تحت ضغوط نفسية ، وقد تكون المساندة بالكلمة الطيبة أو بالمشورة أو بالنصح ، أو بتقديم معلومات مفيدة أو بقضاء الحاجات أو تقديم المال ، وهذه كلها تدخل في مكارم الأخلاق التي حثَّ عليها الإسلام . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٥٤ ،

إن غياب أو انخفاض مستوى المساندة الاجتماعية خاصة من الأسرة وجماعة الرفاق يمكن أن يؤدي إلى الكثير من المشكلات التي منها ، ظهور الاستجابات السلبية في مواجهة الضغوط النفسية والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد مما قد يؤدي إلى اضطراب الصحة النفسية . (حسين فايد : ١٩٩٨م ، ١٦٤)

إن الضغوط المزمنة والمتكررة تكون أشد خطورة في إحداث الاضطرابات السيكوسوماتية عن الضغوط المؤقتة وقصيرة المدة ، كما أن ردود فعل الفرد الفسيولوجية أثناء الضغط تعتمد على إدراكه للموقف وعلى شخصية الفرد المتعرض للانفعال ، كما أن الأشكال المختلفة للضغوط تنتج استجابات مختلفة والضغط النفسي الواحد قد لا يكون له نفس الاستجابة لدى الأفراد ، كما لا يؤثر أي عامل ضاغط (Stressor) على جميع أعضاء الجسم التي تساهم في الاستجابة للضغط بنفس الدرجة . (فيصل الزراد : ٢٠٠٠م ، ٤٥)

أي أن الحدث يكون ضاغطاً فقط عندما يدركه الفرد كذلك ، كما أن تأثير الضغوط النفسية لا يكون واحداً بالنسبة لكل الأفراد ، إذ أنه عندما تقع نفس الضغوط على فردين قد تكون ضاغطة لأحدهما وغير ضاغطة بالنسبة للآخر .

إن الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد قد تؤثر على سلوكه في كثير من النواحي المعرفية والانفعالية والشخصية ، كما أنها قد تُسبب له الكثير من الاضطرابات السيكوسوماتية . (عباس متولي : ٢٠٠٠ م ، ١١٨)

وقد تم التوصل إلى أن الضغوط المتصلة بالعمل والأسرة من أهم الضغوط المؤثرة في المرضى السيكوسوماتيين ، حيث كان مرضى قرحة المعدة أكثر تأثراً بأحداث العمل بينما كان مرضى الربو أكثر تأثراً بالأحداث الأسرية والمتزلية . (حسن عبد المعطى : ١٩٨٩ م ، ٣٩)

وهذا يشير إلى أن ضغوط العمل والأسرة من أهم أنواع الضغوط النفسية التي تعرض الفرد للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية .

ويختلف الأفراد في الاضطرابات السيكوسوماتية من حيث درجة الاحتمال التي تتوقف على التكوين العام والوظائف الفسيولوجية والحالة النفسية للفرد ، كما أن كثرة التناقض بين المواقف التي تواجهها العائلات المتزوجات وتنوع أنماط السلوك التي يقمن بها أدى إلى تعقد عملية توافقهن ، ولجوء بعضهن إلى أنواع من السلوك غير السوي الذي يحاولن به حل مشكلاتهن والتغلب على عوائق البيئة ، وتدل الإحصاءات على زيادة عدد العائلات اللاتي يعانين من سوء التوافق والاضطرابات السيكوسوماتية . (انتصار يونس : ١٩٩٣ م ، ١٦٧)

والتفسير السيكولوجي للاضطرابات السيكوسوماتية يقوم على أساس أنها تعبير عن طاقة حييسة غير مُشبعة ، أو تعبير عام عن توتر لم يتم التعبير عنه بالوسائل المباشرة وهي أشبه بالأعراض العصبية وإن اتخذت صورة التعبير الجسدي ، كما أن الأفراد الذين يُصابون بمثل تلك الاضطرابات قد يكونون مهيين أكثر من غيرهم

للتعبير الجسدي عن التعبير السلوكي ، وقد يكون لهذه الأعراض دور رمزي ، أي أن إصابة عضو معين في الجسم لا يعود إلى ضعفه التكويني بقدر ما يعود إلى أن وظيفة هذا العضو لها علاقة بالموقف الإحباطي الذي سبب هذه الاضطرابات مثل (أزمة الربو عند الفرد قد تُعبر عن نداء مكتوماً للأم عندما يجد انصرافاً من جانبها عنه) . (إبراهيم إبراهيم : ١٩٩٢م ، ١٨٨)

ومن خلال إطلاع الباحثة على بعض الدراسات السابقة كدراسة (علي علي : ٢٠٠٠م وحسين فايد : ١٩٩٨م وعماد عبد الرازق : ١٩٩٨م) وغير ذلك من الدراسات التي أتضح منها أن المساندة الاجتماعية متغير قديم إلا أن الباحثون في حاجة ماسة إلى مزيد من الاهتمام بها ، حيث أن لها آثاراً إيجابية وفعالة خاصة في مواقف الشدة والإجهاد النفسي التي يتعرض لها الفرد ، إذ أن المساندة الاجتماعية لها دور مخفف من الضغوط النفسية ومن ثم فهي تقلل من احتمال تعرض الفرد للضغوط النفسية ، كما أنها تخفف من حدتها أو حدة الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية .

ومن هنا تفترض الباحثة وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية التي تقوم بدورها بالتخفيف من آثار الأذى والحزن الناتجة عن التعرض للضغوط ، كما تزيد وقاية الفرد من الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية الناتجة عن كثرة الضغوط التي قد يتعرض لها في حياته .

### ثانياً : مشكلة الدراسة

بعض الأشخاص لا يحتفظون بصحتهم الجسمية وسلامة أديهم النفسي عند تعرضهم للضغوط النفسية ، مما يؤدي إلى ضرورة الاهتمام بمصادر مقاومة الضغوط النفسية ، أي تلك المتغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف من الآثار السلبية للضغوط النفسية ، فهي تمثل نقاط قوة لدى الفرد وتساعد على أن يظل

محتفظاً بصحته الجسمية والنفسية حين تحل به ضغوط حتمية لا يمكنه تجنبها ، ومن بين هذه العوامل ما يتاح للفرد من مساندة اجتماعية كالتفاعل الاجتماعي والعلاقات المتبادلة بينه وبين البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها ، وما تقدمه له من مساندة أثناء تعرضه للضغوط النفسية . (ممدوحة سلامة : ١٩٩١ م ، ٤٧٦)

ويشير الباحثون إلى ضرورة الاهتمام بدراسة مصادر الدعم النفسي والاجتماعي كالمساندة الاجتماعية التي تجعل الفرد يُقيّم الضغوط النفسية تقييماً واقعياً ويواجهها بنجاح ، كما تجعله أكثر إدراكاً وتفسيراً وتقييماً للحدث الضاغط .  
(Charles & Rudolph : 1991 , 370)

ويتزود الفرد بالمساندة الاجتماعية من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منتظم بشكل أو بآخر مع الفرد ، وتضم هذه الشبكة في الغالب الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل ، وليست كل شبكات العلاقات مساندة لأنها أحياناً تعتمد على دعم وصحة متلقي المساندة .  
(Lepore : 1994 , 247)

أي أن المساندة الاجتماعية تعتمد على صحة الفرد وسلامته النفسية ، وليس على كثرة علاقاته الاجتماعية .

وقد أكدت نتائج دراسة كل من روس وكوهين (Roos & Cohen) على أهمية الدور البارز الذي تقوم به المساندة الاجتماعية من الأسرة في تخفيف الآثار السلبية لمواجهة الفرد للضغوط النفسية . (علي علي : ٢٠٠٠ م ، ١٢)

كما أن الفرد يدرك الأحداث الخارجية على أنها أقل ضغطاً عندما يشعر أن المساندة والمساعدة متوافرتان له ، ومن ثم فإنه سيتمكن من مواجهة الحدث الضاغط بشكل إيجابي . (أرجايل مايكل : ١٩٩٣ م ، ٤٧)

أي أن المهم هو اعتقاد الفرد في وجود المساندة التي يقدمها له الأفراد الذين يمثلون مصدر المساندة الاجتماعية بالنسبة له وكفايتها ودرجة رضاه عنها .

ويؤكد الباحثون أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دوراً هاماً في التخلص من الاضطرابات السيكوسوماتية ، حيث يزداد احتمال التعرض لهذه الاضطرابات كلما نقص مقدار المساندة الاجتماعية ، كما أنها تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي للفرد . (Sarason et al : 1983 , 129)

ويعتبر عامل الخبرة في العمل من العوامل الرئيسة التي لا يمكن تجاهلها عند الحديث عن الضغوط النفسية حيث أن مدة الخبرة تعمل على تقليل درجة الضغوط لدى الفرد ، وتساعده على أن يطور أكثر من وسيلة يستطيع من خلالها أن يجد حلولاً لما يواجهه من مشكلات ، كما أن الخبرة تزيد من مستويات التوافق وبالتالي تقلل من احتمال تعرض الفرد للضغوط النفسية . (عادل محمد : ١٩٩٥ م ، ٣٤٧)

ولذلك نتوقع أن الفرد الذي يعاني من ضغوط في عمله مثل زيادة العبء الوظيفي فإن ذلك سوف يترك أثراً سلبياً على سلوكه تجاه وظيفته .

كما تبين أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين درجة المساندة الاجتماعية المرتفعة وتحسن وظائف القلب والأوعية الدموية وانخفاض ضغط الدم وارتفاع مستوى المناعة ونشاط الغدد الصماء . (Uchino et al : 1996 , 529)

كما توصل كترونا وآخرون (Cutrona et al) إلى أن المساندة الاجتماعية كانت عاملاً جوهرياً للحالة الصحية الجسمية ، وأن الصحة النفسية ترتبط بالتفاعل بين الضغوط والمساندة الاجتماعية . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٦٢)

أي أن الضغوط النفسية لها تأثير في ظهور العديد من الاضطرابات السيكوسوماتية التي تشكل خطورة على حياة الأفراد سواء كان ذلك على توافقهم العام أو المهني أو الصحي ، والذي يكون مرجعه الاضطرابات الانفعالية ومسئوليتها في ظهور وانتشار الاضطرابات السيكوسوماتية بأنواعها المختلفة . (زينب شقير : ٢٠٠٢ م ، ١٤)

وقد يتعرض الفرد لمواقف ضاغطة تجعله يعيش في توتر واضطراب نفسي لمدة طويلة ، والمعروف أن الانفعال يتبعه دائماً تغيرات في ضغط الدم والتنفس وبعض الاضطرابات الهضمية ، فإذا استمرت هذه التغيرات قد تصبح مزمنة وتؤدي إلى الاضطرابات السيكوسوماتية التي تتميز بأنها ذات طبيعة فسيولوجية تستحثها عوامل نفسية ومن ذلك التهاب الجلد العصبي وحب الشباب والتهاب المفاصل ، والصداع النصفي وآلام الظهر والروماتيزم النفسي المنشأ ، والربو والاضطرابات القلبية الوعائية كزيادة ضربات القلب وضغط الدم المرتفع ، والشقيقة والاضطرابات الدموية والليمفاوية كالأنيميا ، واضطرابات الغدد الصماء كالسمنة وهناك اضطرابات أخرى تخص السمع والتذوق ، والشم والبصر .  
(عبد المنعم الحفني : ١٩٩٢م ، ٨٣ ، ١٨٤)

وهذا يوضح مدى أهمية الكشف عن الاضطرابات السيكوسوماتية وعلاقتها بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية .

كما أوضحت إحصاءات الجمعية العالمية للصحة العقلية (The National Association For Mental Health) أن الاضطرابات السيكوسوماتية يزداد انتشارها بصورة كبيرة ، حيث أن هناك فرد واحد من كل فردين ممن يطلبون المساعدة النفسية يعاني من هذه الاضطرابات التي تظهر في صورة التوتر والانفعالات الحادة ، والتعرض للضغوط النفسية والاجتماعية التي تتخذ أمراضها شكلاً فسيولوجياً . (عبد الرحمن العيسوي : ١٩٩٧م ، ١٨-١٩)

وقد لوحظ أن الاضطرابات السيكوسوماتية تشيع بين الشباب وحديثي السن رغم الرعاية الاجتماعية والصحية وتقدم أساليب الطب الوقائي ، وكذلك ارتفاع متوسطها لدى الإناث عنه لدى الذكور ؛ لأن الإناث أقل تحملاً للمثيرات والضغوط الخارجية التي تفرضها عليهن البيئة والأسرة وأقل قدرة على تنفيس ميررات الغضب والضيق ، ويمكن أن نتوقع أن التنفيس لديهن عن الإحباط



والصراع يتم في شكل الاضطرابات السيكوسوماتية . (مايسة النيال : ١٩٩١ م ،  
(١٨٩

كما يؤكد البعض بأن الضغوط يمكن أن تكون منبآت هامة للأمراض النفسية  
والجسمية التي تكون عليها حالة الفرد ، إذ أنه عندما يتعرض الفرد بصورة مستمرة  
لحوادث ضاغطة في فترات زمنية متقاربة فإن ذلك يعتبر العامل الأساسي للإصابة  
بالاضطرابات السيكوسوماتية . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ، ٣٦)

أي أن حالة الفرد النفسية تؤثر عليه من الناحية الجسمية ، كما أن تعرضه  
للمشكلات والضغوط النفسية بصفة مستمرة قد يؤدي لإصابته بالاضطرابات  
السيكوسوماتية ، ولذلك يجب عليه عدم الانعزال عن الوسط الاجتماعي الذي  
يعيش فيه حتى يخفف من تأثير وقع الضغوط النفسية عليه .

ويؤكد سيبيلجر (Spielberger) على أن العوامل اللاتي فقدن المساندة  
الاجتماعية أثناء الخبرات المؤلمة التي مرت بهن أتسمن بفقدان الأمن الوظيفي  
وانخفاض الثقة بالنفس والشعور بالقلق الدائم ، وهذه العوامل مجتمعة ساهمت في  
إيجاد ضغوط العمل لدى العاملات أكثر من العاملين ، كما أكدت دراسة بويد  
وآخرون (Boyd et al) على وجود علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين الضغوط  
النفسية للعاملات وإصابتهم بالاضطرابات السيكوسوماتية . (عويد المشعان :  
١٩٩٨ م ، ١٣٦)

أي أن خروج المرأة للعمل قد يؤدي إلى زيادة العبء عليها بالإضافة إلى أعباء  
حياتها الأسرية المسؤولة عنها مما يؤدي إلى زيادة مسئوليتها ؛ ومن ثم نتوقع زيادة  
تعرضها للضغوط وتأثر حالتها النفسية والجسمية نتيجة ذلك .

وقد أظهر مرضى فقدان المناعة معدلات مرتفعة من الضغوط النفسية وانخفاض  
في المساندة الاجتماعية وذلك مقارنة بمرضى السرطان ، أي أن مستوى الضغط

النفسي في كلتا المجموعتين كان مرتبطاً بنقص المساندة الاجتماعية ولم يكن مرتبطاً  
بالتغيرات الطيبة . (Grassi et al : 1997 , 30)

مما يدل على أهمية دراسة متغير المساندة الاجتماعية في علاقته بالضغط النفسية  
والاضطرابات السيكوسوماتية .

وفي ضوء ما سبق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية :

١- ما الضغوط النفسية التي تتعرض لها عينة من النساء السعوديات المتزوجات  
العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ؟

٢- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية  
والضغوط النفسية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي  
مكة المكرمة وجدة ؟

٣- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية  
والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات  
العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ؟

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات  
الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على مقياس الضغوط  
النفسية ؟

٥- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات  
الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على قائمة كورنل  
للنواحي العصائية والسيكوسوماتية ؟

٦- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية  
والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات  
العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير العمر ؟

- ٧- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير عدد الأبناء؟
- ٨- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير المهنة؟
- ٩- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير الخبرة؟
- ١٠- هل يختلف البناء النفسي لبعض الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية وذلك من خلال استجاباتهم على بطاقات اختبار تفهم الموضوع (T.A.T)؟

### ثالثاً : أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على :

- ١- الأنواع المختلفة للضغط النفسية التي تتعرض لها عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .
- ٢- نوع العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .
- ٣- نوع العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .
- ٤- الفروق بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجاتهم على مقياس الضغط النفسية .

٥- الفروق بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية .

٦- الفروق في المساندة الاجتماعية والضغط النفسى والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير العمر .

٧- الفروق في المساندة الاجتماعية والضغط النفسى والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير عدد الأبناء .

٨- الفروق في المساندة الاجتماعية والضغط النفسى والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير المهنة .

٩- الفروق في المساندة الاجتماعية والضغط النفسى والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير الخبرة .

١٠- دراسة الاستجابة لحالتين من الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية ووصف الصورة النفسية لكل منهما على بطاقات (T.A.T) .

#### رابعاً : أهمية الدراسة

إن حياة الإنسان منذ أن بدأت على هذه الأرض هي حياة مكابدة ومشقة لا تخلو من الضغوط وإن تعددت مصادرها وتباينت شدتها ، والمساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في التأثير على إدراك الفرد لمواقف الضغط النفسى والاستجابة لها والتعامل معها ، ومن هذه المواقف الإصابة ببعض الأمراض كالذبحة الصدرية

والتعرض لضغوط العمل في بيئات العمل ذات المشقة والإجهاد . (محمد الشناوي  
ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٥)

وقد أكدت بعض الدراسات أن المرأة أكثر شعوراً بالضغوط المهنية وإصابة  
بالاضطرابات السيكوسوماتية من الرجل ؛ وقد يرجع ذلك إلى ما تتحمله المرأة  
العاملة من مسؤوليات متعددة وما تقوم به من أعباء ومهام متطلبات العمل بجانب  
مسئولياتها بوصفها زوجة وأم في المنزل ، مما قد يؤدي إلى أنها تصبح غير قادرة  
على التوفيق بين مسؤولياتها كزوجة وموظفة ، وهذا أدى إلى زيادة ضغوط العمل  
على المرأة أكثر من الرجل مما ترتب عليه زيادة معدلات الإصابة بالاضطرابات  
السيكوسوماتية لديها . (عويد المشعان : ١٩٩٨م ، ١٠٣)

إن حياة المرأة المهنية هي أبعد ما تكون عن الاستقرار نتيجة تغيير العمل أو  
الخروج من قوة العمل ثم الرجوع لها مرة ثانية أكثر من مرة ، ولا يحدث هذا أثناء  
فترات الحمل فحسب بل أيضاً يحدث في (التقني والتقاعد والانتقال إلى عمل  
جديد) بل هو يحدث طول فترة حياتها . (Pavalok & Smith : 1999 , 1141)

## أ\_ الأهمية النظرية

١\_ الإسهام في إعطاء فكرة عن الأنواع المختلفة للضغوط النفسية التي تعاني منها  
المرأة السعودية المتزوجة العاملة .

٢\_ إلقاء الضوء على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية  
والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء المتزوجات العاملات من المجتمع  
السعودي .

٣\_ أهمية دور المساندة الاجتماعية للمرأة السعودية المتزوجة العاملة خاصة من  
الزوج والأسرة ، وجماعة الرفاق وزميلات العمل .

إذ أنه قد تم التوصل إلى أهمية دور المساندة الاجتماعية الكاملة من الأسرة لتأهيل الأفراد للمواجهة الإيجابية للضغوط النفسية . (علي علي : ٢٠٠٠ م ، ١٩ )  
مما يؤكد على أهمية وضرة التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية .

٤\_ قلة الدراسات (في حدود علم الباحثة) التي اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية في البيئة العربية عموماً ، وعلى وجه الخصوص في المملكة العربية السعودية مما يجعل من الأهمية ضرورة التعرف على نوعية العلاقة بين تلك المتغيرات ، خاصةً وأن متغير المساندة الاجتماعية والاضطرابات السيكوسوماتية تكاد تخلو الدراسات النفسية السعودية من الاهتمام بهما .

٥\_ تعتبر هذه الدراسة إضافة جديدة للنظير النفسي السعودي من حيث جدة المتغيرات النفسية الاجتماعية التي اهتمت بها .

٦\_ أهمية المساندة الاجتماعية من حيث أن يكون لدى الأفراد علاقات اجتماعية مشبعة يتبادلونها مع غيرهم ، ويدركون أن هذه العلاقات يوثق بها وأفضل لصحتهم النفسية عن غيرهم ممن يفتقدونها وأن لها أثر مخفف لنتائج الضغوط النفسية ، كما أن الأشخاص الذين يمرون بضغوط مؤلمة تتفاوت استجابتهم لها تبعاً لتوفر مثل هذه العلاقات الودودة والمساندة حيث يزداد احتمال التعرض للاضطرابات السيكوسوماتية كلما نقص مقدار المساندة الاجتماعية ، وربما يرجع هذا الأثر المخفف إلى ما يحدث من تحسن في أساليب المواجهة والتعامل مع الضغوط ومصادرها . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٤ )

٧\_ أكدت العديد من الدراسات على أن الضغوط النفسية المختلفة سواء كانت مهنية أو أسرية أو شخصية ذات تأثير سلبي من حيث إصابة الفرد بالاضطرابات السيكوسوماتية . (علي علي : ١٩٩٧ م ، ٢١٢ )

٨\_ قد تفيد نتائج هذه الدراسة في تحقيق استقرار المرأة السعودية المتزوجة العاملة ، وذلك من خلال الإسهام في التخفيف من حدة الضغوط النفسية والإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية التي قد تتعرض لها ، كما أنها قد تحت القيادات في العمل على إشاعة روح التعاون والعلاقات الودودة والبعد عن الصراعات الوظيفية .

٩\_ تنتشر الاضطرابات السيكوسوماتية في فئات عمرية ومهن مختلفة ومتباينة ، ولا تقتصر على سن معينة إذ تنتشر بين الشباب والشيوخ بل هي أكثر شيوعاً بين الشباب . (حياة أمين : ١٩٩٩ م ، ٥٠)

ومن ثم تهتم الدراسة الحالية بمرحلة عمرية هامة هي مرحلة الشباب التي يكون فيها قمة الإنتاج والعطاء بالنسبة للمرأة خاصةً إذا كانت متزوجة وعاملة ، كما أن هناك قطاعات كثيرة من البشر في عمر الشباب في مهن مختلفة قد فقدوا توافقهم بسبب الاضطرابات السيكوسوماتية التي قد تسبب في فقد الكثير من الوقت والجهد الضائع ، لذلك فإن مشكلة الدراسة جديرة بالبحث .

١٠\_ تؤثر المساندة الاجتماعية بطريقة مباشرة على سعادة الفرد أو تمارس تأثيراً أولياً عن طريق الوقاية أو التخفيف من الآثار السلبية الناتجة عن التعرض للضغوط ، وهذا موضوع في حاجة ماسة إلى دراسة خاصة وأن الآراء في أهمية المساندة الاجتماعية أخذت ثلاث محاور هي :

أ\_ عندما يكون مستوى الضغوط مرتفعاً نسبياً .

ب\_ بالنسبة للصحة النفسية مستقلة عن الضغوط .

ج\_ كمتغير وسيط مخفف من الآثار السلبية الناتجة عن ارتفاع مستوى الضغوط .

(Turner & Marino : 1994 , 200)

## ب\_ الأهمية التطبيقية

١\_ أكدت الدراسات أن الأفراد الذين يتعرضون لضغط نفسي شديد وقاس يكونون أقل من حيث صحتهم الجسمية عموماً ، كما تتطور لديهم العديد من الاضطرابات السيكوسوماتية مقارنة بنظائرهم من الأفراد الأقل توتراً ، إذ أن التوتر عامل خطر يسبب المرض ويزيد من احتمالية إصابة الفرد به حتى لو كان سبب الخطر غير واضح . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٢٩٣)

مما يدل على أهمية دراسة متغير الضغوط النفسية في علاقته بالاضطرابات السيكوسوماتية .

٢\_ انتشار الضغوط النفسية والاضطرابات الانفعالية التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية ، والتي قد لا يستطيع مواجهتها مما ينتج عنه بعض الآثار السلبية كالإصابة بأحد الاضطرابات السيكوسوماتية مثل الصداع النصفي أو قرحة المعدة ؛ التي غالباً ما تسبب القلق والتوتر النفسي لصاحبها وقد تعطله عن القيام بأعماله اليومية . (راوية دسوقي : ١٩٩٦م ، ٥٥)

٣\_ المرأة تمثل جزء هام من المجتمع وتشكل قطاعاً لا يستهان به في العمل لذلك فإن دمجها في الأعمال المهنية يجب أن تراعى فيه الضغوط الناشئة عن دورها كربة أسرة وزوجة ، لذلك فإن التعرف على الضغوط النفسية وما لها من آثار سلبية على صحة الفرد ، وعلى وجه الخصوص المرأة السعودية المتروجة العاملة أمر فعال وهام للمساهمة في وضع البرامج الإرشادية والعلاجية للتغلب على الضغوط النفسية أو التخفيف من حدتها .

٤\_ توصلت نتائج بعض الدراسات إلى أن الضغوط الخاصة بالعمل قد تؤدي إلى ضغوط نفسية لدى الفرد بشكل عام ، وأن المرأة العاملة التي تمر بضغط خاصة بالعمل على مستوى أعلى يكون لديها ضغوط نفسية أكثر . (هادي مختار :

١٩٩٧م ، ٢٠٦)



لذلك فإن التعرف على أنواع الضغوط النفسية التي تتعرض لها المرأة السعودية المتزوجة العاملة قد يؤدي إلى فهم طبيعة البناء النفسي لها ، مما يساهم في وضع الخطط والتوصيات الخاصة التي قد تساعد في التخفيف من الضغوط النفسية التي تعاني منها .

٥\_ كما أن التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية يمكن أن يتخذ كمعيار تنبئياً لمعظم الاضطرابات السيكوسوماتية ، ومن ثم يكون من الأفضل زيادة حجم المساندة الاجتماعية للأفراد الذين يعانون من شدة الضغوط النفسية مما يكون له الأثر الملطف والمخفف لتلك الضغوط . (هشام عبدالله : ١٩٩٥م ، ٥٠٦)

٦\_ سوف تسفر هذه الدراسة (بإذن الله تعالى) عن إعداد مقياس الضغوط النفسية للمرأة السعودية المتزوجة العاملة الذي قد تحتاج له المكتبات في المملكة العربية السعودية بخصوص معرفة أنواع ومحددات الضغوط النفسية لها ، مما قد يفيد الباحثين في هذا المجال بعد ذلك .

٧\_ قد تفيد نتائج الدراسة في بناء برامج لتنمية المساندة الاجتماعية وتدعيم شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد ، مما يكون الأثر الفعال في خفض شدة الضغوط النفسية وأعراض الاضطرابات السيكوسوماتية .

ومن هنا كان اهتمام الباحثة بدراسة موضوع المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .

## خامساً : مصطلحات الدراسة

### ١ \_ المساندة الاجتماعية\* (Social Support)

تعرف المساندة الاجتماعية "بأنها وجود أو توفر الأشخاص الذين يمكن للفرد أن يثق فيهم ، وهم أولئك الذين يتركون لديه انطباعاً بأنهم في وسعهم أن يعتنوا به ، وأنهم يقدرونه ويحبونه" . (Sarason et al : 1983 , 129)

والتعريف الإجرائي للمساندة الاجتماعية هو "الدرجة التي تحصل عليها المفحوصة على مقياس المساندة الاجتماعية" إعداد ساراسون وآخرون (١٩٨٣م) تعريب وتقنين محمد الشناوي وسامي أبو ييه (١٩٩٠م) .

### ٢ \_ الضغوط النفسية\* (Psychological Stress)

يعرف سيلبي (Selye) الضغوط النفسية بأنها "الاستجابة غير النوعية للجسم لأي طلب دافع ، والطريقة اللاإرادية التي يستجيب بها الجسد باستعداداته العقلية والبدنية لأي دافع" . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٢٨)

ويعرفها كوكس ومكاي (Kox & Mackay) بأنها "ظاهرة تنشأ من مقارنة الفرد للمتطلبات التي تطلب منه وقدرته على مواجهة هذه المتطلبات ، وعندما يحدث عدم توازن في الآليات الدفاعية الهامة لديه ، أي الاستسلام للأمر الواقع يحدث ضغطاً وتظهر الاستجابات الخاصة به وتدل محاولات الفرد لمواجهة الضغط في كلتا الناحيتين النفسية والفيولوجية المتضمنة حيل سيكولوجية ووجدانية على حدوث الضغط" . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩م ، ٢٠)

\* وحدت الباحثة استخدام مصطلح المساندة الاجتماعية في دراستها واستخدمته بدلاً من مصطلح الدعم الاجتماعي .  
\* وحدت الباحثة استخدام مصطلح الضغوط النفسية في دراستها واستخدمته بدلاً من مصطلح أحداث الحياة الضاغطة أو الضغوط الحياتية .

وعليه فإن الضغط النفسي هو "حالة يعانيتها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته أو حين يقع في موقف صراع حاد". (عبد الرحمن الطريري : ١٩٩٤م ، ٤٨)

ومن خلال اطلاع الباحثة على التعريفات المختلفة الخاصة بالضغط النفسي يمكن أن تستخلص تعريفاً لها هو "الاستجابة النفسية الجسمية لأي عوامل خارجية ضاغطة تقع على الفرد بدرجة توجد لديه إحساساً بالتوتر والضييق ، وعندما تزداد حدة هذه الضغوط عليه فإن ذلك قد يفقده قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو عليه " .

والتعريف الإجرائي للضغوط النفسية هو "مجموع الدرجات التي تحصل عليها المفحوصة على مقياس الضغوط النفسية" من إعداد الباحثة .

### ٣\_ الاضطرابات السيكوسوماتية\* (Psychosomatic Disorder)

الاضطرابات السيكوسوماتية "هي حالات تكون فيها التغيرات التكوينية في الجسم راجعة بصفة رئيسة إلى اضطرابات انفعالية ، وهي الآثار النهائية للاتصال الوثيق بين الجسم والعقل ، أي التفاعل الذي لا انفصال له بين الشخصية والصراع الانفعالي من ناحية والجهاز العصبي المستقل من ناحية أخرى ، وفي هذه التغيرات تتأثر الأعضاء التي لا تخضع للتوجيه الإرادي مثل الرئتين أو القولون" . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٤٣٤)

كما تُعرف "بأنها الاضطرابات الجسمية المألوفة للأطباء التي يحدث بها تلف في جزء من أجهزة الجسم أو خلل في وظيفة عضو من أعضائه نتيجة اضطرابات انفعالية مزمنة نظراً لاضطراب حياة المريض ، والتي لا يفلح العلاج الطويل في

\* وحدت الباحثة استخدام مصطلح الاضطرابات السيكوسوماتية في دراستها واستخدمته بدلاً من مصطلح الاضطرابات الجسمية والنفسية أو الأمراض السيكوسوماتية أو الأعراض السيكوسوماتية .

شفائها شفاء تاماً لاستمرار الاضطراب الانفعالي وعدم علاج أسبابه إلى جانب العلاج الجسمي". (محمود أبو النيل : ١٩٩٤م ، ٣٤٨)

والتعريف الإجرائي للاضطرابات السيكوسوماتية "هو الدرجة التي تحصل عليها المفحوصة على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية" تعريب وإعداد محمود أبو النيل (٢٠٠١م) .

#### سادساً : حدود الدراسة

تحدد الدراسة الحالية بخصائص عينة الدراسة التي تتكون من (٤٠٠) امرأة سعودية متزوجة عاملة تراوحت أعمارهن بين (٣٠\_٤٥) سنة ، هذا وقد تم اختيارهن بطريقة قصدية كما تتحدد بطبيعة المتغيرات موضع الدراسة ، وهي المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية التي تقاس بالأدوات المستخدمة فيها ، كما تتحدد بالزمان والمكان اللذان تم إجراء الدراسة فيهما .

## "الفصل الثاني" "الإطار النظري للدراسة"

أولاً : المساندة الاجتماعية

ثانياً : الضغوط النفسية

ثالثاً : الاضطرابات السيكوسوماتية

## أولاً : المساعدة الاجتماعية (Social Support)

### مقدمة

تحمل المساعدة في طيها معنى المعاوضة والمؤازرة والمساعدة على مواجهة المواقف ويعتبر بداية ظهور مصطلح المساعدة الاجتماعية حديثاً في العلوم الإنسانية مع تناول علماء الاجتماع لهذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية ، حيث صاغوا مصطلح الشبكة الاجتماعية (Social network) الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور (Social support) والذي يطلق عليه البعض مسمى الموارد الاجتماعية (Social resources) ، بينما يحدده البعض الآخر على أنه إمدادات اجتماعية (Social provisions) ، وتعتمد المساعدة في تقديرها على إدراك الأفراد لشبكاتهم الاجتماعية باعتبارها الأطر التي تشمل على الأفراد الذين يثقون فيهم ويستندون على علاقاتهم بهم . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٣)

### تعريف المساعدة الاجتماعية

على الرغم من تعدد المفاهيم الخاصة بالمساعدة الاجتماعية إلا أن معظم المقاييس المرتبطة بها تشير إلى تقديم المساعدات المادية أو المعنوية للفرد التي تتمثل في أشكال التشجيع أو التوجيه أو المشورة ، ولقد أتفق في تعريفها كلاً من كوهين (Cohen) وسيم (Syme) وسكتر (Schetter) بأنها "تفاعل الفرد في علاقاته مع الآخرين" . (علي علي : ٢٠٠٠ م ، ٩)

والمساعدة الاجتماعية تُعبر عن "النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين التي تتسم بأنها طويلة المدى ، ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها عندما يشعر الفرد بأنه في حاجة إليها لتمده بالسند العاطفي" ، كما أنها تتضمن نمطاً مستديماً من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دوراً هاماً في المحافظة على وحدة الجسم للفرد ، كما أن الشبكة

الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات النفسية وذلك للمحافظة على صحته النفسية .  
(Caplan : 1981 , 413)

ويعرفها جونسون وساراسون (Johnson & Sarason) بأنها "اعتقاد الفرد أن الآخرين يحبونه ويقدرونه ، ويرغبونه ويعتبرونه ذو قيمة". (راوية دسوقي : ١٩٩٦ م ، ٤٥)

وتعرف المساندة الاجتماعية بأنها "شبكة من العلاقات التي تقدم مساندة مستمرة للفرد بصرف النظر عن الضغوط النفسية الموجودة في حياته ، وهي إما أن تكون موجودة أثناء حدوث الضغوط النفسية أو أن يكون لدى الفرد إدراك بأنها ستتنشط في حالة وجود الضغوط". (Gentry & Goodwin : 1995 , 566)

وهذا يدل على أهمية وجود المساندة الاجتماعية واستمراريتها في حياة الفرد بصفة عامة أو أثناء تعرضه للضغوط النفسية .

كما أنها "اهتمام المنظمة بتوفير الفرص للعلاقات الاجتماعية وبت روح التعاون والتآلف بين العاملين والتي تعمل في اتجاهين كلاهما لصالح الفرد والمنظمة ، فمن جانب تزيد من استجابات الفرد في العمل لأنه يحقق حاجات مهمة مثل الضمان والقبول والانتماء ، ومن جانب آخر فإنها تعمل كمنطقة عازلة أو مخففة للضغوط حيث يتم ذلك من خلال التعاطف وتقديم المساعدة". (علي عسكر : ١٩٩٨ م ، ١١٧)

ومهما كان الأساس أو المفهوم النظري الذي ينطلق منه مصطلح المساندة الاجتماعية فإن هذا المفهوم يشتمل على مكونين رئيسيين هما :

١\_ أن يدرك الفرد أنه لديه عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكنه أن يرجع إليهم عند الحاجة .

٢\_ أن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له .

ومن ثم يمكن القول بأن المساندة الاجتماعية يقصد بها "تلك العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين والتي يدركها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها". (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٤)

وتُعبّر المساندة الاجتماعية عن "الإمكانيات الفعلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة (خاصة الاجتماعية) في أوقات الضيق" ، ويتزود الفرد بها من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منظم بشكل أو بآخر معه . (Lepore : 1994 , 247)

أي أن وجود المساندة الاجتماعية يدل على توفر أشخاص مقربين يتمثلون في أفراد الأسرة أو مجموعة من الأصدقاء ، أو الجيران أو زملاء العمل الذين يتسمون بالمشاركة الوجدانية والدعم المعنوي . (Leavy : 1983 , 7)

### ـ أشكال المساندة الاجتماعية

يشير هوس (House) إلى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تأخذ عدة أشكال هي :

١ـ المساندة الانفعالية التي تنطوي على الأفعال التي تنقل التقدير والرعاية والثقة ، والقبول والتعاطف .

٢ـ المساندة الحسية (الإدائية) التي تنطوي على المساعدة في العمل والمال .

٣ـ المساندة المعلوماتية التي تنطوي على إعطاء نصائح أو معلومات ، أو تعليم مهارة تسهل حل مشكلة أو موقف ضاغط .

٤ـ المساندة التقويمية التي تنطوي على التغذية الراجعة المتعلقة بآراء الفرد أو سلوكه . (Karen : 1987 , 1132)



٥\_ كما تؤدي المساندة الاجتماعية وظائف هامة تدور حول تلبية احتياجات الفرد وحمايته من التأثير الضار للحزن ، وتقدم له خبرات الآخرين في مواقف مشابهة لموقفه ليقارن سلوكه ومشاعره وأفكاره إزاء هذه الخبرة الجديدة .  
(اسماء إبراهيم : ٢٠٠١م ، ١٣)

### \_ مصادر المساندة الاجتماعية

تختلف مصادر المساندة الاجتماعية باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد إذ أنه في مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في الأسرة (الأم والأب والأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل في جماعات الرفاق والأسرة أما في مرحلة الرشد تتمثل في الزوج أو الزوجة وعلاقات العمل والأبناء . (Leavy : 1983 , 5)  
وتأتي المساندة الاجتماعية من مصدرين رئيسيين هما :

١\_ الأسرة التي تقلل من تأثير عدم القناعة بالعمل وتساعد على التكيف مع طبيعته ويتم عن طريقها تعزيز مصادر الاقتناع الأخرى من خلال الإنجازات التي يسهم بها الفرد خارج موقف العمل ، وهذه يمكن أن تعوض المشاعر السالبة التي يشعر بها الفرد في عمله وتعزز احترام الذات لديه والقبول والشعور بالقيمة .

٢\_ العمل الذي يقلل من تأثير الضغوط النفسية إذ أن التماسك في جماعة العمل وارتفاع درجة التفاعل الإيجابي والمودة بين العاملين وبين القيادة يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط عليهن وإلى التمتع بالصحة النفسية السليمة .  
(Seers et al : 1983 , 276)

### \_ النماذج الرئيسة لتفسير الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية

يمكن التمييز بين أربعة نظريات مختلفة للمساندة الاجتماعية على النحو الآتي :

١\_ من الناحية الاجتماعية ينظر إليها في إطار عدد من روابط وعلاقات الفرد مع الأشخاص الآخرين في بيئته الاجتماعية ومدى قوة هذه الروابط ، أي درجة

الاندماج الاجتماعي للفرد الذي من شأنه تحسين الصحة من خلال دعم السلوك القويم عن طريق منع الفرد من ممارسة سلوك غير قويم .

٢- ساوى الباحثون في المنظور الثاني بين المساندة الاجتماعية ووجود علاقات مرضية تتسم بالحب والألفة والثقة .

٣- بينما يرى المنظور الثالث أنها تُشكل فكرة أنه في ظل الظروف الضاغطة يمكن الاعتماد على الآخرين طلباً للنصح والمعلومات والفهم القائم على التعاطف الوجداني ، وهذا المفهوم يطرح فكرة أن مجرد إدراك الفرد لوجود شخص يمكن اللجوء إليه طلباً للمساعدة يساهم بالفعل في التقليل من الضغط .

٤- إن مفهوم المساندة الاجتماعية يشير إلى تلقي أفعال تدل على المساندة من الآخرين بمجرد حدوث موقف الضغط .

ورغم أهمية تلك النظريات الأربعة لفهم دور العلاقات في خفض الضغط فإنها تختلف في علاقتها بصحة الفرد وسعادته . (Buunk et al : 1990 , 1242)

ويمكن توضيح هذه النماذج الرئيسة على النحو الآتي :

#### ١- نموذج الأثر الواقعي (المخفف من الضغط)

يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية تستطيع أن تخفف من الضغط النفسي حتى يستعيد الفرد نواحي النقص التي نشأت لديه بسبب الحزن ، وتقدم هذه النظرية مفهوماً نظرياً جديداً هو نموذج الحماية (Buffering Model) ويقصد به أن المساندة الاجتماعية المرتفعة تحمي الشخص من سيطرة الضغط

النفسي وتأثيره السلبي على حالته الصحية . (Stroebe et al : 1996 , 1209)

أي أن هذا النموذج يرتبط بالصحة فقط بشكل أساسي للأفراد الذين يقعون تحت ضغط ، وينظر فيه إلى أن المساندة الاجتماعية تحمي الأفراد الذين يتعرضون

لضغوط من احتمال التأثير الضار لها ، ومن ثم فإن المساندة تقوم بدورها في نقطتين مختلفتين بين الضغط والمرض وهي :

١\_ تتدخل المساندة بين الحدث الضاغط (أو توقعه) وبين رد فعل الضغط ، حيث تقوم بتخفيف أو منع استجابة تقدير الضغط بمعنى أن إدراك الفرد أن الآخرين يمكنهم أن يقدموا له الإمكانيات اللازمة ، قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة للموقف أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ، ومن ثم فإن الفرد لا يُقدر الموقف على أنه شديد الضغط .

٢\_ تتدخل المساندة بين خبرة الضغط وظهور حالة مرضية (باثولوجية) عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الضغط بالتأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية ، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل للمشكلة ، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الفرد لهذه المشكلة .  
(محمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٣٢١)

## ٢\_ نموذج الأثر الرئيسي

يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته بغض النظر عما إذا كان هذا الفرد يقع تحت ضغط أم لا ، وقد أشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود أثر رئيسي لتغير المساندة وعدم وجود تأثير للتفاعل بين الضغط والمساندة ، فهناك أثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية لأن الشبكات الاجتماعية يمكن أن تزود الأفراد بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع ، وهذا النوع من المساندة يرتبط مع السعادة ويُجنب الخبرات السالبة التي قد تزيد من احتمال حدوث الاضطراب السيكوسوماتي ، ويرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو

عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة مثل تدخين السجائر .  
(Buunk & Hoorens : 1992 , 450)

### ٣\_ نموذج الارتباط

ويرى بولي (Bowlby) مؤسس نظرية الارتباط (Attachment) أن المساندة الاجتماعية التي يقدمها الأهل والأصدقاء لا تعوض الفرد عن النقص الكبير الذي يكون حدث له بسبب فقد شخص عزيز لأنه فقد الشخص الذي يمثل الارتباط .  
وهناك نوعان من الشعور بالوحدة النفسية هما :

١\_ الشعور بالوحدة الوجدانية .      ٢\_ الشعور بالوحدة الاجتماعية .

والمساندة الاجتماعية تؤثر فقط في الشعور بالوحدة الاجتماعية أما الحالة الزوجية (متزوج - أرملة) فهي تؤثر في الشعور بالوحدة الوجدانية ، وذلك لأن غياب الارتباط الوجداني مع الشكل الذي يتعلق به الفرد يؤثر على الشعور بالوحدة الاجتماعية ، وهناك بعض الدراسات التي أيدت نموذج الارتباط واعتبرت أن تعبير الفرد عن خبراته الوجدانية سواء بالكتابة أو الحديث يؤدي إلى التحسن في حالته الصحية بل أن الكلمات التي يستخدمها في وصف الصدمة تنبأ عن مدى التحسن في حالته الصحية البدنية أو النفسية . (اسماء إبراهيم : ٢٠٠١ م ، ١٤)

### ٤\_ النموذج الشامل

وضع هذا النموذج ليرمان وبييرلن (Lieberman & Pearlin) وتم إعادة تطويره في عام (١٩٨١م) ، وهو يرى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق تأثيرها حتى قبل وقوع الحدث الضاغط على النحو الآتي :

\_\_ يمكن أن تُحد المساندة الاجتماعية من احتمالية وقوع الحدث الضاغط .

— إذا وقع الحدث الضاغط فإن المساندة من خلال تفاعلها مع العوامل ذات الأهمية قد تُعدل أو تغير من إدراك الفرد للحدث ، ومن ثم تُلطف أو تخفف من التوتر المحتمل .

— إذا وصل التوتر إلى درجة تجعل الحدث المتوقع يغير من وظائف الدور يمكن للمساندة أن تؤثر على العلاقة بين الحدث الضاغط والإجهاد المصاحب .

— يمكن أن تؤثر المساندة الاجتماعية في استراتيجيات المواجهة أو التعامل مع الحدث الضاغط ، وبذلك تُعدل من العلاقة بين الحدث وما يسببه من إجهاد .

— بمقدار الدرجة التي ينحدر عندها الحدث الضاغط فإن عوامل شخصية مثل تقدير الذات تجعل في إمكانية المساندة أن تُعجل من هذه الآثار .

— قد يكون هناك تأثير مباشر من المساندة على مستوى التوافق .

وبذلك يرى أنصار هذا النموذج أن دور المساندة كعامل مخفف للتوتر أكثر تعقيداً مما يتخيله البعض الآخر . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٣٢٤)

من خلال عرض هذه النماذج يتضح أن المساندة الاجتماعية تعمل على حماية الفرد من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي ، كما أن لها تأثير مفيد على حياة الفرد بصفة عامة سواء كان تحت تأثير الضغط أم لا ؛ إذ أنها تحد من احتمالية وقوع الحدث الضاغط على الفرد .

## — نظرية المقارنة الاجتماعية والتبادل الاجتماعي

### ١ — نظرية المقارنة الاجتماعية

توضح الأبحاث التي قام بها (Schachter) على العلاقة بين الخوف والاندماج كما ورد في (445\_457 , 1992 , Buunk & Hoorens) أن الخوف الناتج عن التعرض لصدمة كهربائية له آثار لدى الأفراد الخاضعين للتجربة مثل رغبة الشخص في الانتظار مع شخص آخر قد يكون في نفس الموقف ، إلا أن بعض الأبحاث

أسهمت في تعديل ما توصل إليه الباحث ، وأوضحت أن الميل إلى البحث عن صحبة الآخرين يتناقص في ظل حدوث العديد من المواقف المخرجة إذ توصل (Zimbardo & Sarnoff) إلى أن القلق مثل (مص زجاجة الرضع) مقابل الخوف قد أدى إلى خفض معدل الاندماج ، إذ أن الخوف من الرفض الاجتماعي كان هو المسيطر على رغبة الفرد في الانتظار بمفرده عندما يشعر بالحرج ، كما أن وجود انفعالات وجدانية قوية يقلل من ميل الفرد إلى التحدث مع الآخرين ، وقد ركزت بعض الأبحاث على دور التعزيز الذاتي في مواقف الضغط فعندما يواجه الأفراد تهديداً فإنهم يشتركون في مقارنات بالأشخاص الأقل كفاءة منهم في محاولة لاسترجاع كيف ينظرون إلى أنفسهم (عندما يواجه الفرد مرضاً خطيراً فإنه يميل إلى مقارنة وضعه بالذين يواجهون أمراضاً أخطر وظروفاً أشد سوءاً) .

## ٢\_ نظرية التبادل الاجتماعي

ينظر إلى العلاقات من خلال نظرية التكافؤ التي تعتبر من أهم نظريات التبادل الاجتماعي على أنها تتكون من تبادل المصالح والفوائد ، أي أن الأفراد المشتركين في علاقة تبادل يفترضون أن تقدم فائدة أو منفعة يرتبط بتلقي الفرد منفعة أخرى في المقابل ، وأن تلقي منفعة يُعد دليلاً ملزماً بإعادة تقديم منفعة في المقابل ، وأي خلل في هذا التبادل المتوقع يؤدي إلى ردود فعل وجدانية سلبية ، ومن بين العوامل الهامة التي تؤثر على أهمية تلك الاعتبارات نوعية العلاقة إذ أن التكافؤ مهم في علاقات العمل (علاقات مُلزمة) وكذلك في العلاقات الودية (علاقات الأصدقاء) .

من خلال الاتجاهات النظرية التي تم عرضها بإيجاز يمكن تفسير ثلاث متناقضات في نطاق المساندة الاجتماعية التي تلقي الضوء على الخصائص الضمنية للمساندة الاجتماعية على النحو الآتي :

## ١\_ الآثار السلبية للمساندة الاجتماعية

تم تقسيم الآثار المفيدة للمساندة الاجتماعية إلى نوعين هما :

١\_ الآثار المباشرة التي تشمل التأثير الإيجابي للمساندة سواء كان الفرد يتعرض للضغط أم لا .

٢\_ الآثار المخففة التي تشير إلى أن مستوى مرتفع من المساندة يحمي الفرد من العواقب السلبية لمسيبات الضغط .

ومن الاكتشافات المحيرة في إطار المساندة الاجتماعية وجود آثار سلبية إلى جانب الآثار المخففة ، كما أن جميع الآثار المخففة تحولت إلى نقيض ما كان متوقع منها ، حيث ظهر أن العلاقة بين مصادر الضغط واستجابته كانت أعلى بين الأفراد الذين توفرت لهم أنظمة مرتفعة من المساندة الاجتماعية عن الأفراد الذين انعدمت لديهم هذه الأنظمة ، كما أن الأفراد الذين تقع عليهم مسئولية كبرى تجاه الآخرين في العمل كانوا أكثر اكتئاباً عندما أظهر زملائهم ورؤساءهم المزيد من المساندة ، أي أن المساندة قد أدت إلى زيادة الضغط بدلاً من تخفيفه ، وقد توصل (Marcelissen & Kleber) إلى أن المساندة الاجتماعية كانت مرتبطة بزيادة الاكتئاب النفسي ، كما أن الاندماج مع الآخرين يؤدي إلى زيادة الضغط ، وبالذات في المواقف التي تتضمن انفعالات قوية وتجارب مثيرة للحرع .

## ٢\_ تدهور العلاقات والمساندة الاجتماعية في وجود الضغط

إن حدوث مسيبات الضغط قد يؤثر بشكل سلبي على مقدار المساندة الاجتماعية المتاحة للفرد ، مما يؤدي إلى خفض هذا العامل المهم في عملية التأقلم في الوقت الذي يكون مطلوب بشدة ، وقد وجد (Marciessen , Winnubst , Buunk , Wolf) في دراسة طولية على مجموعة من العمال والموظفين أن الشكاوي الوجدانية والقلق كانت مصدر تأثير على المساندة الاجتماعية المقدمة من زملاء

العمل ، حيث تلقى العمال الذين ظهرت عليهم هذه الأعراض بشكل كبير مساندة أقل من زملائهم ، أي أن المساندة المقدمة من الزملاء تأثرت سلباً بسبب التوتر وهناك العديد من العمليات التي تؤدي إلى آثار سلبية على الضغط ، إذ أن الأشخاص الذين تم إثارة حالة مزاجية فيهم ينظرون إلى الآخرين بشكل أقل إيجابية ممن يتمتعون بحالة مزاجية إيجابية ، كما أن ظروف ضغط العمل قد تقلل من اندماج الفرد مع الآخرين بسبب الخوف من أن يبدو غير كفء ، والآخرين قد يتعدون عن الفرد الذي يعاني من الضغط لإجهاد الفرد مقدم المساندة ، فالأفراد الذين يعانون من الضغط يتجنبهم الآخرون مما يؤدي إلى عزلتهم في النهاية .

### ٣\_ تقديم المساندة بصورة أكبر من تلقيها وتلقيها بصورة أكبر مما يتلقاها الآخرون

بعض الأفراد يتلقون مساندة أكبر مما يتلقاها الآخرون نتيجة لبعض الظروف ولطبيعة حياتهم ، ولذلك فإن بعض الأفراد يقدمون المساندة بصورة أكبر مما يتلقونها في حين يتلقى البعض الآخر المساندة بصورة أكبر مما يقدمونها ، لذلك لا بد من إحداث توازن على المستوى الجماعي في متوسط مقدار المساندة المقدمة والمتلقاة ، وقد وجد (Buunk et al) أن غالبية الأفراد يقدمون قدرًا من المساندة أكبر من التي يتلقونها من زملائهم ، وفي تناقض صريح مع هذه النتائج فعندما يقارن الأفراد بين المساندة الاجتماعية التي يتلقونها ، والتي يتلقاها الآخرون فإنهم يبالغون نسبياً في تقدير معدل المساندة المتاح لهم دون الآخرين ، كما وجد (Affleck & Tennen) أن النساء اللاتي يعانين من مشاكل في الخصوبة يعتقدن أنهن بحاجة إلى مساندة اجتماعية أكبر من تلك التي تتلقاها النساء الأخريات .

من خلال ما تقدم يتضح لنا أنه لا ينبغي أن نأخذ الآثار النافعة ، والوجود التلقائي للمساندة الاجتماعية على أنها أمور مُسلم بها ، كما أن آثار المساندة



وتيسيرها يصبحان يسيري الفهم في ضوء النظريات النفسية الراضة ، ومن هنا فإن الجدير بنا أن نعمل على دمج التنظير الاجتماعي النفسي داخل نطاق المساندة الاجتماعية من أجل تحديد عوامل التدخل التي من شأنها الوصول بالآثار المفيدة للمساندة الاجتماعية إلى أقصى درجاتها ، وكذلك ضمان وجودها عندما تكون مطلوبة ومتاحة لمن يحتاجونها بالفعل .

### \_\_ العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية

إن المساندة الاجتماعية من الآخرين الموثوق فيهم لها أهمية رئيسة في مواجهة أحداث الحياة الهامة إذ أنها تخفف أو تستبعد عواقب هذه الأحداث على الصحة .  
(James & Geraldine : 1991 , 402)

كما أن مجرد إدراك الفرد أنه يستطيع الركون إلى شخص ما للمساعدة فإن هذا من شأنه أن يخفف من حدة الضغوط الواقعة عليه . (Sarason & Sarason : 1986 , 1222) .

وتلعب المساندة الاجتماعية دوراً هاماً في مواقف ردود الفعل تجاه مضاعفات الأمراض ومشقة الحمل لدى المرأة ، والوقاية من الاكتئاب في الأحداث المؤلمة والأعراض الجسمية التي تنتج عن التعطل عن العمل ، والوقاية من الوقوع في الاضطرابات الانفعالية ، والتخفيف من آثار ضغوط العمل في بيئات العمل ذات المشقة والإجهاد . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : 1994 ، 5)

كما أن حدة الضغوط النفسية تؤدي إلى انخفاض المساندة الاجتماعية حيث أن الناس قد يتعدون عن الأفراد الذين يعانون من ضغوط نفسية بصفة عامة والأحداث الصادمة بدرجة قوية بصفة خاصة . (Cohen et al : 1990 , 389)

أما عن علاقة المساندة الاجتماعية والمتغيرات النفسية كالثقة بالنفس وتقدير الذات فإن العلاقة الآمنة التي يسودها الحب والدفع تمثل مصدراً للوقاية من الآثار الناتجة عن تعرض الفرد للضغوط النفسية ، كما أنها ترفع من تقدير الفرد لذاته

وفاعليته ، وهما عاملان واقيان يساعدان الفرد على مواجهة الضغوط النفسية ويخففان من الآثار المترتبة على التعرض لها ، أما إدراك الفرد لعدم وجود مساندة اجتماعية فأن ذلك يشعره بعدم الإحساس بالقيمة وعدم القدرة على المواجهة ومن ثم يفقد السند عند الشدة . (Rutter : 1990 , 189)

أي أن غياب الروابط الاجتماعية المناسبة أو تمزق شبكة العلاقات الاجتماعية ، يفقد الفرد قدرته تدريجياً على مواجهة الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها في حياته ، مما يشير إلى ضرورة الاهتمام العلمي بإمكانية أن يكون للمساندة الاجتماعية القدرة على الوقاية الصحية .

ولقد اتفق (Kahn & Antonucci) على أن المساندة الاجتماعية لها ثلاثة مقومات هامة هي : العاطفة والتفاعل وتقديم العون أو المساعدة للآخرين . (Brem & Kassin : 1990 , 148)

ويُشير التراث السيكولوجي إلى أن المساندة الاجتماعية لها وظيفتين في علاقتها بالضغوط النفسية هما :

١\_ الوظيفة الوقائية ضد التأثيرات السلبية للضغوط على الصحة النفسية .

٢\_ الوظيفة العلاجية حينما يكون الفرد تحت ضغط ما . (Buunk & Hoorens : 1992 , 446)

أي أن المساندة الاجتماعية تُعدل من العلاقة بين الضغوط النفسية والمرض الجسمي والاضطراب النفسي . (Delong et al : 1988 , 490)

وقد أوضحت الدراسة الطولية التي قام بها ستروب وآخرون (Stroebe et al) أن هناك علاقة عكسية بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب والاضطرابات السيكوسوماتية ، وظهر نفس التأثير للمساندة الاجتماعية على الحالة الصحية لعينة من الأرمال حيث ظهرت علاقة ارتباطيه موجبة بين المساندة الاجتماعية والحالة الصحية ، كما تبين أن الأرمال اللاتي يتمتعن بشبكة اتصال اجتماعية كبيرة أقل احتياجاً إلى الإرشاد النفسي . (اسماء إبراهيم : ٢٠٠١ م ، ١٤)

## ثانياً : الضغوط النفسية (Psychological Stresses)

### \_ مقدمة

على الرغم من الكتابات المختلفة حول موضوع الضغط النفسي من جانب المهتمين بالصحة النفسية إلا أن كلمة الضغط لا تعني الشيء نفسه لهم جميعاً ، ومع ذلك يمكن القول بأن العامل المشترك في تعريفات العديد منهم بأن الضغط هو "الحمل الذي يقع على كاهل الكائن الحي (Organism) وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتوافق مع التغير الذي يواجهه" ، وتكمن المشكلة الرئيسة في إيجاد تعريف محدد للمفهوم بأنه تكوين فرضي (Hypothetical Construct) ليس من السهل قياسه ، وغالباً ما يستدل على وجود الضغط من خلال استجابات سلوكية معينة كما هو الحال في التعرف على الذكاء أو غيره من التكوينات الفرضية .  
(علي عسكر : ١٩٩٨م ، ١٥)

وكلمة (Stress) مقتبسة من علم الفيزياء والميكانيكا وهي تعني "القوة التي تضغط على شيء آخر وقد تغير من شكله أو حجمه" ، وفي مجال علم النفس تعني هذه الكلمة "التوتر النفسي الشديد" . (فيصل الزراد ، ٢٠٠٠م ، ٣٤)

أما في اللغة الإنجليزية فقد وردت ثلاثة مصطلحات هي الإنضغاط (Strain) والضغط (Stress) ، وقد جاءت الضواغط (Stressor) لتشير إلى تلك المؤثرات التي توجد في المجال البيئي (فيزيائية واجتماعية ونفسية) والتي لها القدرة على إنشاء حالة ضغط ما ، أما كلمة الضغط (Stress) فتعبر عن الحدث ذاته أي وقوع الضغط بفاعلية الضواغط أي أن الفرد وقع تحت طائلة ضغط ما ، ويشير مصطلح الإنضغاط (Strain) إلى حالة الإنضغاط التي يعاني منها الفرد ، والتي تعبر عن ذاتها بالشعور بالإعياء والإرهاك والاحتراق الذاتي ويعبر عنها الفرد بصفات مثل قلق أو مكتئب أو متوتر . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٦)

## تعريف الضغوط النفسية

يمكن التعرف على ثلاث اتجاهات في تناول الضغوط على النحو الآتي :

- ١- نموذج الاستجابة الذي يتعامل مع الضغط على أنه متغير تابع (نتيجة) ويصف الضغط في صورة استجابة الشخص لبيئات مضايقة أو مزعجة له .
- ٢- نموذج المثير الذي يصف الضغط في صورة مثير يتمثل في خصائص تلك البيئات المضايقة أو المزعجة ومن ثم فإنه ينظر إلى الضغط على أنه متغير مستقل .
- ٣- النموذج التكاملي الذي ينظر إلى الضغط على أنه انعكاس لنقص التوافق بين الشخص والبيئة ، أي ينظر إليه كمتغير وسيط بين المثير والاستجابة حيث أن الضغط ينشأ من علاقة خاصة بين الفرد وبيئته . (زينب شقير : ١٩٩٨ م ، ٤)

كذلك يمكن تصنيف بعض المفاهيم التي تستخدم لتعبر عن الضغط النفسي ومدلولاته العلمية على النحو الآتي :

### ١- مفاهيم تعبر عن مدلولات بدنية

وهي ترى أن الضغط حدث ناتج عن ضاغط يتبدى في مظاهر سوماتية مثل اضطراب القلب بصفة عامة وسرعة جريان الدم ، كما أن تردد واستمرار الاستثارة التي تغير في الاتزان الداخلي تقلل من مقاومة الجسم وتزيد من احتمال الإصابة بالمرض . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ، ١٧)

أي أن تعرض الفرد للضغط النفسي مع استمرارية الاستثارة يضعف من مقاومة الجسم ويجعله عرضة للإصابة بأحد أنواع الاضطرابات السيكوسوماتية .

ومن أهم المفاهيم التي أخذت بهذا المنحى تعريف سيلبي (Selye) الذي يعرف الضغط النفسي بأنه "الاستجابة الفيزيولوجية غير المحددة التي يستجيب بها الجسم تجاه المطلب الذي يقع عليه" ، وبذلك فهو يرى أن الضغط استجابة الفرد لأي مطلب من جانبي بيئته . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٧)

## ٢\_ مفاهيم تعبر عن مدلولات نفسية

وتشمل المدلولات العقلية والمزاجية والانفعالية ، وترى هذه المفاهيم أن الضغط النفسي حدث ناتج عن ضغوط يتبدى في مظاهر سلوكية وله صلة بمشاعر الحزن وعدم السرور ويعكس إدراك العضلات الموجودة في البيئة ، كما يشير إلى المشكلات التي تتعامل مع مطالب ترهق النظام النفسي للفرد . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩م ، ١٨)

أي أن طبيعة الضغوط تتمثل في محورين : الأول هو إما أن تكون بدنية مثل (التعرض للحرارة أو البرودة الشديدة) أو نفسية مثل (الخلافات الزوجية أو الانتقال إلى عمل جديد) ، والثاني هو تداخل وتفاعل الضغوط البدنية والنفسية معاً مثل (إصابة الفرد أثناء تأدية عمله) . (علي علي : ١٩٩٧م ، ٢٠٨)

ويُعرّف معجم علم النفس والتحليل النفسي الضغوط النفسية بأنها "وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكلّيته أو على جزء منه وبدرجة توجد لديه إحساساً بالتوتر ، وحينما تزداد حدتها قد يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه إلى نمط جديد ولها آثار على الجهاز البدني والنفسي للفرد". (زينب شقير : ١٩٩٨م ، ٣)

وقد قام فيتز (Veitz) بمحاولة تصنيف الأنواع المختلفة للمواقف التي اعتبرت ضاغطة ، وقد وصف ثمانية مواقف تشتمل على :  
سرعة تشغيل المعلومات والمثيرات المضايقة في البيئة والتهديد المدرك ، واضطراب الأداء الفيزيولوجي (تسيحة مرض أو عقاقير) والعزلة والقيود ، والعجز والإعاقة وضغط الجماعة ، والإحباط .

في حين صنفها كوهين وآخرون (Cohen et al) من حيث الشدة والإزمان إلى أربعة فئات رئيسة هي :

١\_ ضغوط حادة مثل انتظار عملية جراحية .

٢- نتائج حدث ضاغط ينتج عن أحداث معينة مثل الطلاق أو موت الزوج .

٣- ضغوط مزمنة مستمرة مثل البطالة .

٤- ضغوط مزمنة أو مستمرة ولكنها متقطعة مثل الاتصال بأفراد الأسرة الذين

يسببوا صراعاً أو تهديداً مُدركاً . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٢٩٤)

ويُعرّف كانون (Cannon) الضغط بأنه "رد الفعل في حالة الطوارئ بسبب

ارتباطه بانفعال المواجهة" ، وقد كشفت أبحاثه عن وجود ميكانيزم في جسم

الإنسان يساهم في احتفاظه بحالة من الاتزان الحيوي (أي القدرة على مواجهة

التغيرات التي تواجهه) بانتهاء المواقف المسببة لهذه التغيرات ، ومن ثم فإن أي

مطلب خارجي بإمكانه أن يخل بهذا التوازن إذا فشل الجسم في التعامل معه .

(علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٢٦)

ويوضح ليفين وسكوتش (Levin & Scotch) أن الضغط النفسي "حالة من

الاضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية للفرد التي تتضمن مواقف يدرك الفرد

فيها بأن هناك فرقاً بين ما يُطلب منه وقدرته على الاستجابة لها" ، ويذكر كوفر

وأبلاي (Cofer & Appley) أن الضغط "حالة تكون فيها الحالة العامة

والشخصية معرضة للخطر ويكسر الفرد كل حيويته للحماية منها" ، ويُعرّف

رابكن (Rabkin) الضغط بأنه "نظام استجابات لحالات ضاغطة أو لضواغط

تتكون من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية سواء مباشرة أو مرجأة" ، ويُعرّفه

كوكس وماكاي (Kox & Mackay) بأنه "ظاهرة تنشأ من مقارنة الفرد

للمتطلبات التي تطلب منه وقدرته على مواجهتها ، وعندما يحدث عدم توازن في

الآليات الدفاعية الهامة لدى الفرد أي الاستسلام للأمر الواقع يُحدث ضغطاً

وتظهر الاستجابات الخاصة ، وتدل محاولات الشخص النفسية والفسيولوجية

المتضمنة حيل سيكولوجية ووجدانية على حدوث الضغط" . (هارون الرشيدى :

١٩٩٩م ، ٢٠)

وقد اقترح لازاروس (Lazarus) تعريفاً تفاعلياً للضغط على النحو الآتي :

"يحدث الضغط عندما تكون هناك مطالب على الفرد تفوق أو تزيد على إمكانياته التكيفية". (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ١٧)

وهو بذلك يرى أن الضغوط النفسية تجمع بين مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد والاستجابة المترتبة عليها ، علاوة على تقدير الفرد لمستوى الخطر وأساليب التكيف مع الضغط والدفاعات التي يستخدمها أثناء تعرضه لهذه المواقف .

(زينب شقير : ١٩٩٨م ، ٣)

وقد أنصبَّ اهتمام لازاروس (Lazarus) على التقييم الذهني ورد الفعل من جانب الفرد للمواقف الضاغطة ، واتفق مع كانون (Cannon) على أن الضغط يحدث نتيجة للتفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة ، وأكد بصورة خاصة على التقييم الذهني من جانب الفرد ومن الحكم على الموقف المواجه وتصنيفه فيما يتعلق بالضغط . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٣٠)

ويطلق واتكنس وماير (Watkins & Mayer) على مفهوم الضغط النفسي بأنه "اصطلاح واسع يصف تحدي الفرد مع البيئة والعوامل الكامنة في الضغط تقود الفرد لمحاولة التوافق مع البيئة أو محاولة الهروب والانسحاب لتجنب هذه الضغوط" ويعرفه هنكل (Hinkle) بأنه "التوترات أو الأحمال الثقيلة التي تُلقى على كاهل الفرد" ، ويؤكد على أن الضغط أو الخبرات الضاغطة يمكن معرفتها من خلال المحرك للاستجابة (سبب الضغط) والاستجابة ، وتكون لهذه الاستجابة تأثيرها على الأجهزة البيولوجية والنفسية للفرد". (علي علي : ١٩٩٧م ، ٢٠٧)

والضغط عبارة عن العنصر المحدد للطاقة التكوينية لكل من العقل والجسم ، فإذا كانت هذه الطاقة يمكنها إجراء المتطلبات والاستمتاع بالإثارة المتضمنة فيها فإن الضغط يكون مقبولاً ، أما إذا كانت لا تستطيع ووجود الاستثارة يضعفها فإن الضغط لا يكون مقبولاً بل وضاراً . (ديفيد فوتتانا : ١٩٩٤م ، ١٣)

يوضح هذا التعريف أن تأثير الضغط النفسي لا يقتصر على الناحية السلبية فقط ولكن له تأثير إيجابي أيضاً ، وذلك عندما تستطيع طاقة الجسم أن تستمتع بالإثارة المتضمنة فيها ، أي تكون متطلبات الفرد في حدود إمكاناته وقدراته .

ويحدث الضغط عندما يتعرض الفرد لعوائق تستلزم منه مطالب تكيفية قد تكون فوق احتمالته . (انتصار يونس : ١٩٩٣م ، ٣٣٩)

ومن ثم تحدث الضغوط عندما تُطالب العوامل المتزوجات بكثير من متطلبات الحياة التي تمثل في الواجبات الكثيرة الملقاة على عاتقهن في عملهن والمسؤوليات الكثيرة التي يحملنها لبيوتهن . (Davison et al : 1978 , 439)

وقد أشار البعض الآخر بأن الضغط النفسي هو "التغيرات التي تحدث عن أحداث الحياة والتي يكون لها تأثير واضح على الصحة النفسية للفرد مثل فقدان العمل أو الضيق المادي" . (Gorge : 1977 , 115)

وينشأ الضغط من خلال تعامل الفرد مع البيئة التي تمثل في أعباء العمل وصراع الأدوار وشبكة علاقاته مع الآخرين كالأصدقاء والأقارب وأفراد الأسرة . (Bem : 1990 , 439)

وتعرف الضغوط النفسية بأنها "مجموعة من الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الفرد أثناء القيام بمهنته والتي تشكل تهديداً لذاته لأنها تكون أكبر من إمكاناته الذاتية وتؤدي إلى استجابات انفعالية حادة ومستمرة لديه ، ويصاحب ذلك مظاهر سلبية تنعكس على أداء الفرد وحالته النفسية والسلوكية كرد فعل لتلك الضغوط" . (عباس متولي : ٢٠٠٠م ، ١٢٥)

وقد عرّفَ الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض العقلية الإصدار الرابع (DSM IV) الضغوط النفسية بأنها "أي حرمان يُثقل كاهل الفرد نتيجة لمروبه بخبرة غير مريحة كالمرض المزمن أو فقدان المهنة أو الصراع الزوجي" .

(علي علي : ٢٠٠٠م ، ١٠)



ولفهم معنى الضغط النفسي لابد من إيضاح المكونات الرئيسة المتمثلة في المثير والاستجابة والتفاعل والتي بدورها تفضي إلى الشعور بالضغط النفسي وهي :

١\_ المجال الحيوي لكل شخص الذي ينتج عنه ثلاث مكونات هي الشخص (مجموعة من الخلايا المركزية والمحيطية) والبيئة النفسية (المنطقة الفاصلة بين الشخص وعالمه الخارجي) والعالم الخارجي (كل ما يحيط بالفرد) ، ومن ثم تنشأ العوامل المثيرة للضغط من المكونات الثلاث للمجال الحيوي للفرد .

٢\_ الاستجابة وهي ردود الفعل النفسية أو الجسمية أو السلوكية تجاه الضغط ، ومن أهم الاستجابات التي تلاحظ هي استجابتي الإحباط والقلق .

٣\_ التفاعل بين العوامل المثيرة من بيئة خارجية أو داخلية أو من الفرد نفسه والاستجابة لها ، وأي خلل في أحد مكونات المجال الحيوي للفرد ينتج عنه اضطراباً ما ، وهذا يعني أنه يقع تحت تأثير موقف ضاغط نتيجة التفاعل بين العوامل المثيرة والاستجابة المكررة لها من إحباط وقلق يجعله لا يتمتع بالاستقرار النفسي ويمر بثلاث مراحل من أعراض التوافق العام\* . (حسين طاهر : ١٩٩٣م ، ٣٨-٣٩)

وتؤدي الضغوط النفسية إلى العديد من المشكلات التي تجعل نظرة الفرد تشاؤمية ويشعر بالقلق والتوتر ، ورفض النظم وقواعد البيئة . (فؤاد أبو حطب وآمال صادق : ١٩٩١م ، ٢٢٤)

ومن المشكلات الصحية التي لها علاقة بالضغوط النفسية والاستجابات السلوكية الأكل بصورة غير طبيعية والسلوك الإستعجالي (الإيقاع السريع للفرد بإنجاز مسؤولياته الاجتماعية) ، وهذه الاستجابات السلوكية هي ردود فعل للضغط النفسي الذي يواجهه الفرد في حياته والتي يمكن تصنيفها إلى ثلاثة أنواع :

\* سوف يتم الحديث عنها أثناء عرض النظريات المفسرة للضغوط .

أولاً : الاستجابة الفسيولوجية التي تتمثل في عدد من المتغيرات الداخلية مثل زيادة نبضات القلب وارتفاع ضغط الدم .

ثانياً : الاستجابة النفسية التي تظهر مشاعر سلبية مختلفة مثل الخوف والقلق .

ثالثاً : الاستجابة السلوكية وذلك بأنواع من التصرفات التوافقية يكون الهدف من ورائها تقليل الآثار السلبية أو الشعور الإيجابي نحو الذات ، وذلك عن طريق ما يؤدي إلى الانشغال عن مصادر التهديد (الزيادة أو التقليل من الأكل أو النوم وانخفاض الفعالية في الأداء وقرض الأظافر) ، والفرد يحاول بسلوكه هذا إقناع نفسه بعدم وجود خطر حقيقي يهدده . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٢٠)

### ـ النظريات (الفسيولوجية والنفسية) المفسرة للضغوط النفسية

تعتبر الضغوط النفسية من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تفسر على أسس بيولوجية وعقلية ، ونفسية واجتماعية ، وقد قدمت في مجالها كثير من المبادئ النظرية التي كشفت عن طبيعتها وديناميكياتها والنتائج التي تنتج عن آثارها . (هارون الرشيدى : ١٩٩٨م ، ٥٠)

وسوف يتم تناول بعض من وجهات النظر التي تمثل الأنساق الفكرية التي اهتمت بتفسير الضغوط (العلاقة الخاصة بين الفرد والبيئة) على النحو الآتي :

#### ١ـ أعراض المواجهة أو الهروب لكانون (Cannon)

يطلق على النموذج هذا الاسم لأن هذه الاستجابة تجعل الفرد إما أن يواجه الموقف أو أن يتجنبه ويهرب منه . (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، ١٧)

ويعتبر كانون (Cannon) أول من وضع التوصيف العلمي للاستجابات الجسمية للضغط الفسيولوجي (١٩٢٠م) في دراسته عن كيفية استجابة الفرد لتهديد خارجي ، وقد وجد أن هناك أنشطة متتابعة تسثير الغدد والأعصاب لتتهيئ

الجسم لأن يُجابه الخطر أو أن يهرب منه ، وقد أطلق على تلك الاستجابة المزدوجة اسم أعراض المواجهة أو الهروب (Fight Or Flight Syndrome) ، وهو يرى أن المهاد (Hypothalamus) هو المركز الأصلي لتلك الاستجابة الخاصة بالضغوط وله وظيفة مزدوجة في الحالات الطارئة ، وهي التحكم في الجهاز العصبي المستقل وتنشيط الغدة النخامية ولذلك يطلق على المهاد مركز الضغوط ، والجهاز العصبي المستقل هو المسئول عن تنظيم و حدوث الاستجابات الفسيولوجية عن طريق مجموعة من الوظائف الهامة التي يقوم بها عند وقوع الفرد تحت وطأة الضغوط النفسية ، وهي قيام الجهاز العصبي المستقل بعملية تنظيم فاعلية أعضاء الجسم وإفراز مادة الأندروفين (Endorphin) ثم إفراز مادة الأدرينالين (Adrenaline) .

## ٢\_ أعراض التوافق العام (G.A.S) لسيلي (Selye)

ينظر سيلي (Selye) إلى الضغط في صورة استجابة (Response) لإحداث مثيرة من البيئة ، وينصب اهتمامه على الاستجابة التي يمكن النظر إليها كدليل على أن الفرد يقع فعلاً تحت ضغط من بيئة مضايقة ، فينظر إليها على أنها الضغط أو الحدوث المتأني للضغط . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٦)

وهو يرى أن الضغط متغير غير مستقل ويصفه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة ، وأن هناك أنماطاً معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الفرد يقع تحت تأثير موقف ضاغط وتعتبر هذه الاستجابة ضغطاً ، كما أن اضطرابات الاستجابة الفيزيولوجية للضغوط هدفها هو المحافظة على الفرد .

(هارون الرشيدى : ١٩٩٩م ، ٥٠)

وقد قسم سيلي (Selye) مجموعة الأعراض التوافقية للضغط (رد الفعل الدفاعي تجاه الموقف الضاغط) إلى ثلاث مراحل هي :

\* المقصود بـ (G.A.S) هو (General Adaptation Syndrome)

١\_ مرحلة الإنذار أو التنبيه (Alarm Stage)

٢\_ مرحلة المقاومة (Resistance Stage)

٣\_ مرحلة الإنهاك أو الإعياء (Exhaustion Stage)

وتمثل مرحلة الإنذار رد الفعل الأول للموقف الضاغط عندما يدرك الفرد التهديد الذي يواجهه عن طريق الحواس التي تنتقل منها إشارات عصبية إلى الغدة النخامية ، حيث يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط ، وقد تحدث الصدمة العضوية بسبب الانفعالات الحادة\* وهي مرحلة قصيرة وسريعة جداً ، ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم ، وتحدث مرحلة المقاومة عندما ينتقل الجسم من مرحلة المقاومة العامة إلى أعضاء حيوية معينة تكون قادرة على الصمد لمصدر التهديد ، وتحدث هذه المرحلة عندما يكون التعرض للضاغط متسقاً مع التوافق ، وهنا تختفي التغيرات التي ظهرت على الجسم في مرحلة الإنذار ويحاول الجسم التوافق مع المطالب الفسيولوجية التي تقع على كاهله (مصدر الضغط) ، وعندما يقاوم الفرد الضغوط النفسية تكون أعضاء جسمه في حالة تيقظ تام كرد فعل على تأثير هذه الضغوط ، وتحدث المرحلة الثالثة عندما يكون الجسم قد توافق إلا أن الطاقة الضرورية للجسم تكون قد استنفذت ، وتبرز هذه المرحلة إذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة واستمر التهديد واستنفذت الأعضاء الحيوية قواها اللازمة للصمود ، فتظهر علامات الإعياء تدريجياً وتتوقف قدرة الفرد على التوافق ، وقد ينتج عن ذلك أمراض التوافق ، ويعتبر المرض في هذه الحالة ثمناً للدفاع ضد العوامل الضاغطة الأمر الذي يؤدي في حالات متطرفة إلى الموت . (حسين طاهر : ١٩٩٣م ، ٣٩ ، وفيصل الزراد : ٢٠٠٠م ، ٤٢)

\* تعتبر الانفعالات حادة إذا كانت : شديدة أو متكررة أو تحدث بشكل مفاجئ ، أو يكظمها الفرد أو يصاحبها إحباط داخلي أو خارجي أو زمن الاستجابة العضوي سريع جداً (سرعة الصدمة) .

### ٣- نموذج ليفي (Leavy)

يفترض ليفي (Leavy) أن العوامل النفسية والاجتماعية تلعب دوراً وسيطاً في العلاقة مع المرض العضوي حيث يرى أن أي تغيرات نفسية اجتماعية يمكن أن تعمل كمصدر للتوتر أو كمثيرات لاستجابات بيولوجية غير محددة ، وتصطدم هذه المثيرات للفرد مع البرنامج النفسي الفسيولوجي (العوامل الوراثية ، المؤثرات البيئية) وفقاً لنمط معين ، وتهيئ هذه الاستجابة الفرد لبعض أنماط النشاط الجسمي كالمواجهة أو الهروب في المواقف المختلفة ، ومن ثم تعتبر استجابة التوتر غير المحددة نذير للمرض الذي يُعرف بأنه عجز أو فشل في النظام النفسي الفسيولوجي على القيام بمهام ضرورية . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩ م ، ٣٠٤)

### ٤- النسق النظري لسيلبيرجر (Spielberger)

يهتم سيلبيرجر (Spielberger) بالضغط باعتباره مثير يتعامل معه في شكل الخصائص المنبهة للبيئات التي تدرك على أنها مسببة للاضطرابات بشكل ما ، وهو نموذج ذو طابع هندسي تؤدي الضغوط الخارجية فيه إلى رد فعل الإنضغاط داخل الفرد ، كما أنه يدخل في لغة الحياة اليومية (لا أستطيع أن أتحمّل الضغط الواقع علي) ، وهو يتعامل مع الضغط على أنه متغير مستقل ، ويعتبر فهم نظريته في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط ، فقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين نوعين من القلق هما قلق الحالة (Anxiety State) أو (القلق الموضوعي أو قلق الموقف) ، وقلق السمة (Anxiety Trait) أو (القلق العصبي أو القلق المزمن) ، وسمة القلق استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد على الخبرات الماضية بينما حالة القلق موقفية تعتمد على الظروف الضاغطة ، وهو يربط بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق وما يثبته في علاقة قلق الحالة بالضغط يستبعده عن علاقة قلق السمة أو القلق

العصابي الناتج عن الخبرة السابقة بالضغط حيث أن الفرد يكون من سماته الشخصية القلق أصلاً . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ، ٥٣)

#### ٥- نموذج راهي وأرثر (Rahe & Arther)

يفترض راهي وأرثر (Rahe & Arther) أن مواقف الحياة تتأثر بالجهاز الإدراكي للفرد والمساندة الاجتماعية وإمكاناته الذاتية التي يحتمل أن تكون نتيجة الخبرات الحياتية الإيجابية ، ومعوقاته التي يحتمل أن تكون نتيجة الخبرات الحياتية السالبة التي تعد دالة لخبراته الماضية ، أما الخطوة الثانية فتشمل الميكانيزمات الدفاعية لأنها حيث يفترض وجود ميكانيزمات دفاعية ترتبط بخفض الاستشارة الفسيولوجية ، ومن ثم تقلل من احتمالية حدوث المرض ، وتشمل الخطوة الثالثة نمط الاستجابة السيكوفسيولوجية وهي الاستجابة المرتبطة بالوعي (تصيب العرق) والاستجابة بدون وعي (الزيادة الخفيفة في ضغط الدم) أما الخطوة الرابعة ترتبط بالاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد في خفض نمط الاستجابة السيكوفسيولوجية (الاسترخاء والتمرينات الجسمية والعلاج الطبي) ، ويعتمد استخدام الفرد لهذه الاستراتيجيات على مدى إدراكه للخطر الذي يهدد صحته ، وإذا لم تنجح هذه الاستراتيجيات في التخلص من الاضطرابات الجسمية تظهر الخطوة الخامسة حيث يدير الفرد انتباهه إلى الاضطرابات الجسمية باحثاً عن الرعاية أو العلاج الطبي ، أما الخطوة السادسة فتمثل التشخيص الطبي فعلياً . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩ م ، ٣٠٥)

#### ٦- النسق الفكري لموراي (Murray)

يعتبر موراي (Murray) كل من مفهوم الحاجة (Need) والضغط (Stress) مفهومان مركزيان ومتكافئان في تفسير السلوك الإنساني حيث يلتقي كلا منهما

في حوار دينامي يظهر في مفهوم الثيما (Thema) الذي يعني به وحدة سلوكية كلية تفاعلية تتضمن الموقف الضاغط والحاجة ، ومن ثم يصعب دراسة الضغوط منفصلة عن الحاجات ، ويرى أن الضغط "خاصية أو صفة لموضوع بيئي أو لفرد تيسر أو تعوق جهوده في تحقيق هدف معين" ، وترتبط الضغوط بالأفراد أو الموضوعات التي لها دلالات مباشرة تتعلق بمحاولات الفرد لإشباع متطلبات حاجاته ، وان ضغط الموضوع هو ما يستطيع أن يفعله الفرد في أمر ما ، ويميز في هذا الصدد بين نوعين من الضغوط هما :

١\_ ضغط ألفا (Alpha Stress) .  
٢\_ ضغط بيتا (Beta Stress) .

ويشير ضغط ألفا إلى خصائص الموضوعات والأفراد ودلالاتها كما توجد في الواقع ، بينما يشير ضغط بيتا إلى دلالة الموضوعات البيئية كما يدركها الأفراد ، ويرتبط سلوك الفرد غالباً بضغوط بيتا ومن المهم اكتشاف المواقف التي تتسع فيها الشقة بين ضغوط بيتا التي يستجيب لها الفرد وبين ضغوط ألفا الموجودة بالفعل .  
(هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ، ٥٧ ، ٦٥)

أي أن الفرد يشعر بالضغط النفسي عندما يدرك الموضوعات في البيئة الخارجية على أنها ضاغطة إذ أنها تفوق إمكاناته وقدراته ، ومن ثم لا يستطيع إشباع حاجاته ومتطلباته .

## ٧\_ التقدير العقلي المعرفي للازاروس (Lazarus)

يشير لازاروس (Lazarus) إلى أن الطريقة التي يفسر بها الفرد علاقته بالبيئة هي عبارة عن عمل عقلي إذ أن التفكير يؤثر على الطريقة التي نشعر بها وانفعالاتنا تتأثر بالطريقة التي ندرك بها العالم ، وعلى ضوء ذلك فإن الانفعال (الشعور) يتبعه معرفة (تفكير) والعكس صحيح ، والأساس في ذلك هو التفاعل الذي يحدث بين الفرد

والبيئة ، كما أن هناك عمليتين تحددان المواقف الضاغطة الخاصة بالعلاقة بين الفرد والبيئة هما :

— عملية التقدير العقلي المعرفي . — مهارات المواجهة .

وبذلك فسرت هذه النظرية الضغوط وكيفية مواجهتها بسلسلة من التقديرات العقلية والمعرفية لعمليات المواجهة . ( Lazarus : 1981 , 55 )

#### ٨\_ النظرية الانفعالية لسكولر (Schooler)

توضح هذه النظرية أن هناك ارتباطاً قوياً بين الضغوط النفسية ورد الفعل الانفعالي حتى أن البعض ذهب إلى تعريف الضغوط النفسية ارتباطاً بتأثيرها الانفعالي بأنها "كل ما هو غير سار أو مقلق أو هي مطلب شديد الإلحاح" ، وأكثر الانفعالات شيوعاً كردود الأفعال الانفعالية للمواقف الضاغطة هي القلق والغضب والاكئاب وغيرها من الانفعالات غير السارة ، وإذا استمر الموقف الضاغط فإن مواقف الفرد تزداد اضطراباً . (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، ٢٣)

#### ٩\_ نموذج شوارتز (Schwartz)

وضع شوارتز (Schwartz) نموذجاً سلوكياً بيولوجياً يشرح من خلاله تأثير العوامل النفسية على الصحة والمرض حيث يرى أن البيئة تضع مطالباً على الفرد فيختار الجهاز العصبي الوظائف الضرورية لمواجهة هذه المطالب (الضغوط) بناء على طبيعتها حيث تظهر استجابات جسمية محددة نتيجة استثارها بينما تكف استجابات أخرى ، وتقوم التغذية المرتدة السالبة بإعادة التوازن المفقود حيث تجبر المخ على تعديل توجيهاته لمساعدة الأجهزة المتبلىة ، وقد تؤدي هذه التغذية السالبة إلى خيرة الشعور بالألم . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٣٠٧)



## ١٠ \_ نموذج كوكس \_ ماكاى (Cox & MacKay)

ويُعرف بنموذج التحويل بين الفرد والبيئة ، ويوصف الضغط فيه كجزء من منظومة معقدة ودينامية من التحويلات (التعاملات) بين الفرد والبيئة ، ويقدم وصفاً انتقائياً لمنظومة الضغط يجمع فيها بين النظر للضغط على أنه مثير واستجابة ، ولكنه مع ذلك يركز على الطبيعة التفاعلية للظاهرة .

ويشتمل النموذج على خمس مراحل تُكون فيما بينها علاقة تغذية رجعية ، والمنظومة دائرية أكثر من كونها منظومة خطية ، والراحل الخمسة هي :

١\_ مصادر المطلب المرتبطة بالفرد التي تعتبر جزء من بيئته ، ويسهم عدم التوازن بين المطلب المدرك والمطلب الحقيقي دوراً في حدوث الضغط .

٢\_ إدراك الفرد للمطالب وقدرته على التعامل معها ، ويحدث الضغط عندما يفقد الفرد توازنه وقدرته على التوفيق بين المطلب المدرك وإمكاناته وقدرته المدركة .

٣\_ مرحلة الاستجابة الفسيولوجية للضغط وهي نقطة نهائية حيث يرى هذا النموذج أنها ضمن منظومة أكبر في أساليب التعامل المتاحة للفرد .

٤\_ وتتم هذه المرحلة بنتائج الاستجابة الخاصة بالتعامل والمواجهة .

٥\_ مرحلة التغذية الرجعية التي تحدث في كل المراحل إذ أنها تسهم في تشكيل النتيجة عند كل مرحلة كالفرد الذي يصاب بحروق يتولد لديه مستويات عالية من الجلوكوز في الدم كاستجابة لخبرة الضغط ، ويؤدي استمرار ذلك إلى إتلاف الآلية المنظمة للسكر في الدم ونتيجة لذلك يقع الفرد ضحية الحروق الشديدة وقد يصبح مصاباً بالسكر . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٣٠٨)

## ١١\_ النظرية المعرفية للضغط والتعامل (Cognitive Theory Of Stress And Coping)

تقوم هذه النظرية على أساس من العلاقة والعملية فمن ناحية العلاقة فإنها تتضح في تعريف الضغط على أنه العلاقة بين الشخص والبيئة التي يقدرها بأنها تفوق إمكانياته وتمثل خطر على استقراره وسعادته ، وكون هذه النظرية تبنى على أساس من عملية فإن هذا له معنيان بالنسبة لها :

١\_ أن الشخص والبيئة في علاقة دينامية باستمرار .

٢\_ أن هذه العلاقة ذات وجهة ثنائية من حيث كون الشخص والبيئة يؤثر كلا منهما في الآخر .

كما أنها تفترض وجود عمليتين هما التقدير المعرفي (Appraisal Cognitive) والتعامل (Coping) كوسيطين للضغط وللتائج التكيفية المتصلة به ، ومعنى الحدث تحده عمليات التقدير المعرفي ، وهناك نوعان رئيسان من التقدير هما (التقدير المبدئي) الذي من خلاله يُقوم الفرد دلالة علاقة ما لاستقرار الحياة (غير مناسبة أو إيجابية أو ضاغطة) ويشار إليها بالتقديرات الأولية ، ويجري عن طريق التقدير الثانوي تقويماً لإمكانيات التعامل واختياراته ، وتشتمل إمكانيات التعامل على القدرات البدنية (صحة الفرد) والموارد الاجتماعية (شبكة العلاقات الاجتماعية) والإمكانات النفسية (المعتقدات) التي يستند إليها في الإبقاء على تقدير الذات وكذلك الإمكانات المادية (المال) ، ويتقارب التقديران معاً ليشكلا معنى كل مواجهة ، ويشير التعامل أو التجاوب إلى الجهود العقلية والسلوكية للسيطرة على المطالب التي يوجدها التعامل الضاغط بين الفرد وبيئته ، كما أن التعامل يُعرف مستقل عن نتائجه ويشير إلى الجهود لإدارة المطالب بصرف النظر عن نجاح هذه الجهود أو الإخفاق فيها . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ،

(٢٥\_٢٤)

## ١٢\_ نموذج التوتر أو الإجهاد كابلان وآخرون (Caplan et al)

يوضح هذا النموذج أن العلاقة بين التوتر والضغط النفسية من جهة والصحة أو المرض من جهة أخرى معقدة جداً ، إذ أن الضغوط النفسية تستثير إدراك الفرد لها والتي يدخل في إطارها كل من المساندة الاجتماعية ومفهوم الذات وقدرة الفرد على المواجهة كعوامل وسيطة ، ويصاحب ذلك تنشيط كل من هرمونات الغدة النخامية والهيوثلاموس ونشاط الجهاز العصبي المستقل ، وينعكس كل ذلك على جهاز المناعة الذي يمثل المحدد الأساسي لما يتمتع به الفرد من صحة أو مرض .  
(محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٣١٠)

من خلال العرض السابق للنظريات المفسرة للضغوط النفسية نجد أن بعض منها فسرت استجابة الضغط النفسي على أساس فسيولوجي اعتماداً على أن المهاد (الهيوثلاموس) هو المركز الأساسي لاستجابة الفرد للضغوط ، ويمكن الاستدلال على وجود الضغط من نمط الاستجابة التي يقوم بها الفرد عند مواجهته للضغوط من خلال بعض المراحل التوافقية التي يمر بها ، بينما حاولت بعض النظريات التنبيه إلى أهمية دور العوامل النفسية والاجتماعية والوراثية في الاستجابة الفسيولوجية للضغط حيث نجد أن البعض نظر إلى الضغط باعتباره مثير لحالة القلق الناتجة عن تعرض الفرد لموقف ما ضاغط ، وافترض البعض الآخر أن استجابة الضغط تتأثر بإدراك الفرد ومستوى المساندة الاجتماعية المقدمة له وإمكاناته الذاتية وميكانيزماته الدفاعية التي تؤثر في مستوى الاستجابة الفسيولوجية للضغط التي تتحدد بالاستراتيجيات التي يستخدمها الفرد في مواجهة الضغوط اعتماداً على مدى إدراكه للخطر الذي يهدده ، كما يشير البعض إلى ارتباط الضغوط النفسية بحاجات الفرد وأن العقل هو الطريقة التي تساعدنا في إدراك ومواجهة الضغوط التي نتعرض لها ، كما ربط البعض الآخر بين الضغوط النفسية والانفعالات وأن هناك

تأثير للعوامل النفسية للضغوط على الصحة والمرض ، ويؤكد آخرون على الطبيعة  
التعاملية للظاهرة ، وينظر إلى الضغط على أنه مثير واستجابة .

### \_ الخصائص العامة لظاهرة الضغوط النفسية " وحدثها وتميزها"

وفيما يلي بعض الخصائص العامة التي تم استخلاصها من المبادئ والنظريات التي  
اهتمت بدراسة الضغوط النفسية على النحو الآتي :

#### ١\_ المادية والشيئية

تأتي الضغوط النفسية من تفاعل عناصر مختلفة تنشأ من مثيرات تكمن في طبيعة  
بنية النظام الاجتماعي والسياسي والاقتصادي ، وتنشأ من مثيرات حيوية بيولوجية  
كيميائية (جراثيم أو تغيرات هرمونية) ، ومن مثيرات نفسية (مطالب تتجاوز قدرة  
الفرد على تحملها) ، وهذه الوقائع يمكن إدراكها المادي من خلال المعرفة الحسية  
وتجسدها الواقعي بصورة عيانية .

#### ٢\_ عامة ومنتشرة

بالرغم من وجود فروق فردية بين الأفراد إلا أن هناك شروطاً عندما تتوافر لا بد  
أن يعاني كل فرد من الشعور بالضغوط النفسية ، وهنا تتحقق صفة العمومية .

#### ٣\_ تنشأ من مثيرات سارة ومؤلمة

ثبت أن الحوادث بصفة عامة تتطلب إعادة توافق وأن الخبرات السارة تُسبب  
ضغطاً ، ولكنه أقل من الضغط الناتج عن الخبرات غير السارة مثل (النجاح الذي  
يلقي على صاحبه مسؤولية العمل الشاق أو الزواج أو ميلاد طفل جديد) .

#### ٤\_ علاقة الضغوط بنواتجها دياكتيكية

ينتج عن الضغوط كثير من النواتج مثل القلق والإحباط ، والتي لها تأثيرات  
فسيولوجية ونفسية واجتماعية ، ومن أهم نواتجها الاضطرابات السيكوسوماتية  
والإفهاك العاطفي والانفعال ، والإحباط والشعور بالتعب .

إن التعرض لمستويات بسيطة أو متوسطة من الضغوط تؤدي إلى أن يكون الفرد أكثر قدرة على مواجهة ضغوط أكبر ، أي أن هناك بعض الجوانب الإيجابية التي تعود على الفرد نتيجة تعرضه للضغوط .

#### ٥\_ عند حد معين تعتبر الضغوط دوافع إيجابية

إن ارتفاع مستوى قوة الدافع يجعل الأفراد أكثر حدة من الناحية الفسيولوجية ، كما يحدث تغيرات في إفرازات الغدد وضربات القلب وضغط الدم وهذه هي التهيئة الفسيولوجية اللازمة لسلوك ما ، وترتبط الدرجة التي تكون عليها هذه المتغيرات بدرجة الضاغطة الخارجي الذي يتعرض له الفرد ، فقد يظهر الطلاب ذوي الحاجات المرتفعة نشاطاً مرتفعاً مما يؤثر في اليقظة الذاتية لديهم .

#### ٦\_ الضغوط مؤشر ضروري للتوافق

إذا تضمنت المواقف الضاغطة مطالب في حدود قدرة الفرد واستطاع تحقيقها يحدث التوافق أما إذا كانت فوق طاقته واحتماله يحدث سوء التوافق ، ومن هنا ارتبطت الضغوط بالمطالب التي تفوق القدرة والاحتمال ، كما أن تعرض الفرد لكثير منها في فترات زمنية متقاربة يؤدي إلى اضطرابه عن المعايير العامة .

#### ٧\_ الضغوط ذات طبيعة وظيفية

تُعتبر الضغوط عن جانب وظيفي لما يكون عليه البناء الاجتماعي من تكامل أو تفكك ، وتحدث نتيجة فشل هذا البناء الاجتماعي في القيام بوظائفه ودفاعاته وقصور في وسائل الضغط الاجتماعي .

#### ٨\_ الضغوط ذات طبيعة ديناميكية

تتصف الضغوط بأنها ليست استقرارية وهي ظاهرة تتأثر بالجنس ودرجة الوعي الذاتي للأفراد ويختلف ترتيبها تبعاً لشدها . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ،

(١٤\_٧)

## \_ مصادر الضغوط النفسية

### ١\_ المصادر البيئية

وتتمثل في الحالة الاقتصادية العامة والاتجاهات والحالة الاجتماعية العامة ، والوضع التعليمي وغيرها ، وتلعب البيئة المادية دوراً كبيراً في صنع الضغوط في منظمات العمل ، وأي تغيير في هذه المصادر يكون فوق الحدود الطبيعية للتعامل معها يمكن أن يسبب الضغط النفسي الذي يظهر كاستجابة للإحباط أو القلق أو التوتر .

### ٢\_ المصادر التنظيمية

وتشمل ضعف تصميم الهيكل التنظيمي وعدم وجود سياسة محددة وواضحة وعدم المشاركة في اتخاذ القرارات وتعرض الموظفون لضغوط العمل الشديدة ، وتتكون من سياسة وأهداف الأفراد ، وقد تسبب هذه العوامل مجتمعة أو منفصلة آثاراً سلبية (نفسية وسلوكية وفسولوجية) وضغوطاً نفسية ضارة على الموظف إلا أن مقدار الضغط يختلف من منظمة إلى أخرى .

### ٣\_ المصادر الفردية

وتشمل عوامل صراع الدور والعبء الزائد وقلة الرقابة والمسئولية وغير ذلك من العوامل التي تختلف من فرد إلى آخر ، وقد يكون الضغط والتوتر ناتج عن حياة الفرد نفسه بمعنى أن حياة الفرد هي التي تولد لديه الشعور بالضغط والتوتر ، إذ أن هناك بعض الأفراد تنهار أعصابهم عند ظهور العلامات الأولى للضغط وآخرين يبدون أكثر تماسكاً في الظروف الضاغطة .

### ٤\_ مصادر ضغوط جماعة العمل

وتشمل ضعف العلاقة مع الزملاء في العمل والمرؤوسين والافتقار إلى تماسك الجماعة ، ونقص المساندة الاجتماعية من الجماعة ومؤازرتها . (حسين طاهر :

١٩٩٣م ، ٤٢ ، وعويد المشعان : ١٩٩٨م ، ١١٤)

وتنحصر مصادر الضغط في الإحباط والصراع والضغط الاجتماعي ، كما يمكن تصنيف نوع استجابات الفرد للضغط النفسي إلى استجابات بناءة يتغلب بها على الإحباط والصراع أو قد يلجأ إلى استجابات لاشعورية (Ego Defenses) يطلق عليها الوسائل الدفاعية مثل الكبت والتبرير والإنكار ، والإسقاط والنكوص وأحلام اليقظة . (انتصار يونس : ١٩٩٣م ، ٣٤٤)

### ـ العوامل النفسية الاجتماعية المسببة للضغط

تفاوتت العوامل النفسية الاجتماعية (البيئية) من المسؤوليات الحياتية اليومية إلى الأحداث والتغيرات ببعديها السلبي والإيجابي ، وهي تنشأ من التفاعل بين الإدراك وعمليات التأهيل الاجتماعي أي تفسير الفرد للأحداث التي تقع ضمن مجاله النفسي والاجتماعي .

ومن ضمن إطار الأسباب النفسية الاجتماعية للضغط مايلي :

#### ١ \_ التوافق (Adaptation)

تعتمد صحة الفرد العامة على الاحتفاظ بالتوازن بين الجانب العقلي والبدني ، وتكمن الخطورة في التغيرات التي يواجهها الجسم التي من شأنها إحداث خلل في التوازن الكيميائي .

#### ٢ \_ الإحباط (Frustration)

يشعر الفرد بالإحباط عند وجود عائق يمنعه من تحقيق هدفه أو في حالة شعوره بالعجز لتغيير الموقف غير المرغوب فيه ، وفي الغالب يتجسد رد الفعل في انفعال الغضب ، ومن الطبيعي أن يصحب ذلك إفراز للهرمونات التي ترتبط بالمواقف الضاغطة .

### ٣\_ زيادة الحمل (Overload)

ويحدث ذلك عندما تزيد المتطلبات على قدرات الفرد لمواجهتها مثل عدم وجود وقت كافي لإنجاز المتطلبات وزيادة المسؤولية وعدم وجود مساندة اجتماعية .

### ٤\_ الحرمان الحسي (Sensory Deprivation)

مثل قلة الإثارة التي تتمثل في المهام الروتينية التي لا تتطلب مجهود فكري أو بدني إذ أن الفرد يجد نفسه يزاوّل عملاً خال من الإثارة يفقده الرغبة في الأنشطة اليومية ويشعر أنه منهكاً ويؤدي عملاً أقل من قدراته . (علي عسكر : ١٩٩٨ م ، ٦٧)

ويُعدّ التغيير الاجتماعي السريع مصدراً آخر من مصادر الضغوط الذي سببته التكنولوجيا الحديثة التي أدت إلى حرمان الفرد من الشعور بالتعاطف والعزلة والعمل بطريقة آلية رغم وجود الآخرين حوله ، مما يسبب الإحساس بالملل والإحباط ، والشعور بالضغوط . (Caplan : 1981 , 415)

نستنتج من ذلك أن الفرد يتمتع بصحة سليمة إذا استطاع أن يحتفظ بالتوازن بين الجانب النفسي والجسمي ، وفسر الأحداث والتغيرات التي تقع ضمن مجاله النفسي والاجتماعي بطريقة سليمة ، أما إذا لم يستطع مواجهة هذه الأحداث والتغيرات وشعر بالإحباط وزادت المتطلبات على قدراته أو فقد المساندة الاجتماعية والرغبة في ممارسة أنشطته اليومية حدث خلل في هذا التوازن وفقد الفرد توافقه النفسي والاجتماعي .

لذلك نتوقع أن الضغوط المستمرة قد تؤدي إلى التعرض للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية التي من أمثلتها ما يتعرض له مدير شركة أو مؤسسة يقضي أسابيع طويلة أو شهور كاملة في حالة طوارئ في مؤسسته ، والزوجة التي تعاني من انفعال الخوف من الفشل لمدة طويلة ، وهذه الانفعالات المطولة تؤدي إلى تغيرات فسيولوجية طويلة والتي تؤدي هذه بدورها إلى تحطيم أعضاء الجسم وإلى الاضطرابات السيكوسوماتية . (عبد الرحمن العيسوي : ١٩٩٧ م ، ٢٨٥)



## ـ العوامل المهنية المسببة للضغوط النفسية

تستخدم كلمة الضغوط عند تناول الموضوع من الناحية المهنية للدلالة على حالتين مختلفتين هما :

١ـ ظروف العمل المادية والاجتماعية التي تحيط بالفرد في مكان عمله وتسبب له نوع من الضيق ، ومن ثم فهي ترتبط بالعوامل الخارجية .

٢ـ الشعور غير السار الذي ينتاب الفرد بسبب هذه العوامل .

وترجع أهمية تناول العلاقة بين الضغوط والعمل إلى أهمية العمل في حياة الفرد فهو يقضي حوالي ثلث حياته في مزاوله عمله كوسيلة لإشباع حاجاته ، ويؤدي عمله ضمن شبكة من العلاقات ومحيط بشري تتباين دوافعهم وتوقعاتهم ، ومن الطبيعي أن يواجه الفرد مواقف واستجابات سلوكية لا تلقى القبول عنده والتي قد تتحول إلى مصادر للضغوط بالنسبة له مثل عدم كفاية الوقت للمتطلبات الوظيفية أو عدم كفاية المردود المادي لمتطلبات الحياة أو محاولة التوازن بين متطلبات العمل والمسؤوليات الأسرية (خاصة الموظفات) أو التفرقة في المعاملة من جانب المسؤول أو الضوضاء في مكان العمل أو عدم المشاركة في القرارات التي تخص عمل الفرد ، وتجمع هذه العوامل بين عوامل تتعلق بالعمل نفسه وعوامل تتعلق ببيئة العمل الاجتماعية والمادية . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٨٣)

إن وجود بعض المعوقات في بيئة العمل تؤدي إلى الإحساس بالعجز والقصور مما يترتب عليه حدوث الضغط النفسي الذي تكون أعراضه على شكل ضعف في الدافعية وعدم الرضا عن وضع الفرد . (عبد الرحمن الطيريري : ١٩٩٤م ، ٤٤١)

## ـ أساليب مواجهة الضغوط (Coping)

أشار الباحثون إلى أن ظاهرة الضغوط من ظواهر الحياة الإنسانية التي يخبرها الإنسان في أوقات مختلفة ، وبذلك فهو في حاجة إلى عملية موازنة مستمرة بين

تكوينه النفسي والظروف الخارجية سواء بتغيير ما في نفسه أو بمحاولة تغيير البيئة من حوله ، فإما أن يحقق الفرد لنفسه التوافق عن طريق بعض التغيرات النفسية والاجتماعية التي يمكن أن تخفف من الضغوط النفسية كالمساندة الاجتماعية (Social Support) ، وإما أن تتزايد الضغوط النفسية عليه ويشعر بالإحباط والخيرات المؤلمة التي تؤدي إلى الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية . (عماد عبد الرازق : ١٩٩٨م ، ١٣)

وتُعتبر أساليب مواجهة الضغوط عن الكيفية التي نفكر بها في الأحداث والطريقة التي نستجيب بها للأحداث المسببة للتوتر ، ويميز لازاروس (Lazarus) بين نوعين أساسيين من أساليب مواجهة الضغوط هما :

### ١\_ المواجهة النشطة أو المتمركزة حول المشكلة

يسعى الفرد فيها إلى تغيير الموقف مباشرة بغرض تعديل أو استبعاد مصدر الضغط والتعامل مع الآثار الملموسة للمشكلة ، إذ أن الفرد الذي يصيبه الانزعاج بسبب سلوك زميله غير المبالي يتحدث إليه ويشرح له موقفه ، ومن الأساليب المتبعة في هذا النوع من المواجهة مايلي :

- \_ البحث عن معلومات أو طلب النصيحة . \_ اتخاذ إجراء أو حل للمشكلة .
- \_ تطوير مكافآت أو إثابات بديلة .

### ٢\_ المواجهة السلبية أو المتمركزة على الانفعال المصاحب

وتعني التعامل مع الانفعالات الناتجة من مصادر الضغوط والاحتفاظ باتزان وجداني وتقبل الفرد لمشاعره ، وهذا النوع مفيد في المواقف التي تتجاوز قدرة الفرد على ضبطها والتحكم فيها ، ومن ثم لا يمكن تغييرها من خلال أساليب مناسبة لحل المشكلة (مواجهة مرض مفضي إلى الموت) ، ومن الأساليب المتبعة في هذا النوع من المواجهة مايلي :

- \_ التنظيم الانفعالي كضبط الانفعالات وعدم الانشغال بالانفعالات المتصارعة .

— التقبل المذعن كالانتظار بعض الوقت للتخلص من المشكلة مع توقع الأسوأ وتقبل الموقف كما هو .

— التفريغ الانفعالي مثل البكاء والانغماس في أنشطة كلامية موجهة إلى الخارج .  
(محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، ٢٩)

كما أن التماسك في جماعة العمل وارتفاع درجة التفاعل الإيجابي والمودة بين العاملين وبين القيادة يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط النفسية عليهم وإلى التمتع بالصحة النفسية السليمة . (Seers et al : 1983 , 276)

كما أن هناك ثلاث متغيرات واقية من الأثر النفسي الذي تحدثه الضغوط النفسية على الفرد وهي :

— سمات شخصية الفرد (كتقدير الذات المرتفع والاستقلالية والفعالية) .

— كفاية المساندة الأسرية وإدراك الفرد للدفع الوالدي .

— إمكانية وجود أنظمة للمساندة الاجتماعية لتشجيع الفرد على مواجهة الضغوط والتخفيف من حدة وقعها . (Rutter : 1990 , 192)

ويمكن اختزال سلوك الفرد الملحوظ إلى عنصرين رئيسيين هما :

١— ما يواجهه الفرد من ضغط .

٢— رد الفعل من جانب الفرد .

وتعتمد نوعية التفاعل بين العنصرين على الطريقة التي يستجيب بها الفرد وعلى حالته الجسمية والنفسية أثناء ذلك التفاعل ، ويكون العنصر الأول مصدر ضغط إذا ما كان يفوق إمكانات الفرد في التعامل معه ، وبغض النظر عن نوعية السلوك الناتج من ذلك التفاعل فإن نوعية ردود الفعل تختلف درجتها وشدتها من فرد إلى آخر وذلك لأسباب شخصية أو بيئية تكون خارج نطاق تحكمه مثل (الأم العاملة التي تحاول التنسيق بين مسؤولياتها الأسرية والوظيفية) ، وكتيجة للتعرض اليومي لمثل هذه الأحداث يجد الفرد نفسه في حالة عجز وصعوبة في التوافق ، مما يزيد من

الآثار السلبية للضغط النفسي الناتجة عن هذه الحالة . (علي عسكر : ١٩٩٨ م ،  
١٦ ، ١٩)

وعلى الرغم من أن الفرد يشعر أحياناً بأنه واقع تحت ضغط ما وهذا الضغط هو شيء يعرفه مثل (الشعور بالضغط نتيجة ضيق السكن مع كثرة الأبناء) ويتطلب هذا منه التغيير في حياته وإعادة التوافق ، إلا أن بعض التغييرات قد تكون حادة مثل (الإصابة بمرض خطير أو فقد شخص عزيز) بحيث يصعب معه إعادة التوافق ومن ثم يشعر الفرد بالضغط الذي يكون هنا بسبب اختلاف متطلبات البيئة التي ينبغي أن يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها .

#### ـ عواقب استمرار الضغوط المهنية

تعتبر ظاهرة الضغوط النفسية (Psychological Stresses) من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى من مضامين بيولوجية ونفسية واجتماعية ومهنية واقتصادية ، ولأن كل المضامين لها انعكاساتها النفسية فإن نواتج الضغوط تظهر في مخرجات فسيولوجية ونفسية ، لذلك يعتبر الباحثون أن كل الضغوط نفسية مثل (التفكك الأسري وترك العمل والمشاحنات اليومية) . (هارون الرشيدى : ١٩٩٩ م ، ٢)

والضغط النفسي يعبر عن ظاهرة تواجه أصحاب المهن والعاملين وهو نتاج الصراع بين متطلبات المهنة ومقدرة الفرد على الوفاء بها ، ويترتب على ذلك انحدار ملحوظ في حجم العمل سواء كان الموظف إدارياً أو مدرساً أو طبيباً ويتبعه عواقب خطيرة وضارة ، كما أن الذين يشعرون بضغط شديد ربما يصلون إلى مرحلة يكونوا فيها غير مبالين بمتطلبات العمل . (ديفيد فونتانا : ١٩٩٤ م ، ٧)

ولقد توصل كاهين وكاتز (Kahin & Katz) وبريف وآخرون (Brief et al) إلى أن هناك ضغوطاً معينة مثل غموض العمل الوظيفي والصراع الوظيفي والأعباء

الزائدة في العمل تقود إلى حالات الاختلال الوظيفي ، وهذه الحالات السلبية هي في النهاية حالات ضارة بالصحة الجسمية والنفسية . (Hamdi : 1982 , 153)

كما تم التوصل إلى أن زيادة الدور الوظيفي تؤدي إلى الإجهاد العاطفي في حالة الاستمرارية ، والأفراد الذين يتعرضون لزيادة الدور الوظيفي يعانون من الإجهاد العاطفي ويكون لديهم شعور بالكفاءة أقل من الذين لا يتعرضون لهذه الزيادة . (Fahed : 1987 , 176)

ومن عوامل الضغط النفسي الخوف من عدم التمكن من النجاح في العمل الجديد أو من عدم مسايرة التغيرات (التكنولوجية أو الاقتصادية أو الاجتماعية) فإذا لم يتمكن الفرد من هذا التوافق مع التغيرات الجديدة المصاحبة للترقية الوظيفية فإنه حتماً سوف يشعر بالضغط النفسي ، كذلك التقدم في الوظيفة يكون مصدراً للضغط بسبب الشعور بعدم الأمن النفسي أو الوظيفي أو الخوف من الفصل أو التقاعد المبكر أو الترقية غير المناسبة كأن يرقى الفرد لوظيفة غير مناسبة له أو لا يعطى الترقية المناسبة . (عويد المشعان : ١٩٩٨م ، ٨١)

وينظر إلى تكلفة عدم التعامل الفعال مع مصادر الضغوط المهنية من جانبيين أساسيين هما :

- ١- تكلفة مباشرة وتعود إلى عدم الاستفادة التامة من الفرد العامل بسبب التغيب أو ترك العمل أو الأداء المتدني ، وفي بعض الحالات تضطر المنظمة لدفع تعويضات إذا ترتبت على الضغوط مشكلات بدنية أو نفسية .
  - ٢- تكلفة غير مباشرة وتتمثل في قنوات الاتصال السلبية بين الأطراف المختلفة في مكان العمل بسبب تقدير الذات المنخفض أو حالة عدم التوازن أو المعنويات المنخفضة للذين يعانون من الضغوط . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ١٠٠)
- أي أن ضغوط العمل تلحق خسائر جسيمة بالأفراد ومنظمات العمل ، إذ أن هناك عدداً كبيراً من الذين يعملون يتغيبون عن أعمالهم بسبب الضغوط النفسية ،

كما أن ضغوط العمل\* تكلف منظمات العمال ما بين (١٠٠-٢٠٠) بليون دولار سنوياً يذهب معظمها على شكل تكاليف صحية ، كما توصلت إحدى الدراسات إلى أن ما يزيد عن (٦٥%) من حالات التغيب عن العمل ترجع إلى أمراض أسبابها الضغوط النفسية . (عويد المشعان : ١٩٩٨م ، ١١١)

وقد تُسبب الضغوط المهنية للفرد كثير من الاضطرابات السيكوسوماتية مثل (ارتفاع ضغط الدم ومستوى الكوليسترول وآم الظهر ، والتهاب المفاصل والصداع والسرطان ، والسكري وتلف الكبد وأمراض الرئة وتصلب الشرايين) . (آدم العتيبي : ١٩٩٧م ، ١٧٩)

### ـ الأجهزة الحيوية المرتبطة بالضغوط

إن كل جهاز في جسم الإنسان له نصيب في رد الفعل للضغط ويعتبر الجهاز العصبي في جسم الإنسان هو المحور لكل ما يقوم به الفرد من تعلم أو تذكر أو تفكير ، أو التعبير عن انفعال أو الشعور بكل ما يحدث داخل جسمه أو في البيئة الخارجية التي تحيط به ، ويعتبر الجهاز العصبي في مقدمة الأجهزة التي ترتبط بردود الفعل تجاه الضغوط التي يتعرض لها الفرد . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ٤١)

ويميز الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض العقلية الإصدار الرابع (DSM IV , 1994) بين ميكانيزمات الدفاع وأساليب مواجهة الضغوط ، حيث أعتبر أن كلاً منهما عمليات نفسية آلية تحمي الفرد ضد القلق والشعور بالأخطار الداخلية والضغوط ، ويقسم أساليب مواجهة الضغوط إلى سبع مستويات هي :

١ـ المستوى التكيفي المرتفع الذي يحتوي على أفضل تكيف أثناء معالجة الضغوط والتعامل معها ، وعادة ما تكون الدفاعات ميسرة للإشباع وتسمح بقدر من المشاعر والأحاسيس الواعية مثل الانتماء والفكاهة وتوكيد الذات .

\* تقرير صدر مؤخراً في مجلة (Magazine : 1991)

٢\_ مستوى الكف العقلي حيث يحتفظ الفرد بالأفكار المهدة والمشاعر خارج الشعور مثل الكبت .

٣\_ المستوى المنخفض لتشويه الصور العقلية الذي يتصف بتشويه الصور العقلية عن الذات والجسم والآخرين مثل عدم التقدير والمبالغة في القدرة .

٤\_ مستوى الإنكار الذي يتصف باحتفاظ الفرد بالضغوط والانفعالات غير المقبولة وتكون مسئولية الفرد عن أفعاله خارج نطاق الوعي مثل الإسقاط .

٥\_ المستوى الرئيسي لتشويه الصور العقلية ويتسم بالتحريف الجسيم للصور العقلية وعدم نسبتها للذات أو للآخرين مثل انشطار الصور العقلية عن الذات والآخرين .

٦\_ مستوى الأداء الذي يتميز بوجود الوظائف الدفاعية التي تتعامل مع الضغوط الداخلية والخارجية بالعمل والانسحاب مثل الشكوى من رفض المساعدة .

٧\_ مستوى عدم التنظيم الدفاعي الذي يتسم بالفشل في تنظيم الدفاعات المناسبة لمواجهة الضغوط مما يؤدي إلى انتكاسة واضحة مثل الإسقاط التوهمي أو التشويه الذهاني . (محمد عبد الرحمن : ١٩٩٩م ، ٣١٦-٣١٧)

### \_ أمراض الضغوط النفسية

عندما يفقد الفرد القدرة على التحكم في المصادر التي تسبب له ضيقاً فإن جسمه يمر بحالة تُعرف بالمواجهة أو الهروب ، ومن ثم تزداد ضربات القلب ويتحول الدم من الأطراف إلى العضلات الداخلية وتتسع حدقة العين ، وهذه عمليات حيوية غير طبيعية للجسم تظهر مع استمرار المصادر المسببة للضيق ، كما أن هذه الاضطرابات لا تظهر جميعها في وقت واحد ولا على جميع الأفراد إذ أن كل فرد له عالمه الخاص به وإدراكه المميز للمواقف الحياتية ، وفيما يلي تصنيف لهذه الاضطرابات على النحو الآتي :

### ١\_ الاضطرابات الجسمية (Physical Disorders)

مثل العرق الزائد والصداع بأنواعه وآلام العضلات ، وعدم الانتظام في النوم والإمساك وآلام أسفل الظهر ، والقرحة والتغير في الشهية .

### ٢\_ الاضطرابات الانفعالية (Emotional Disorders)

مثل سرعة الانفعال وتقلب المزاج وسرعة الغضب ، والعدوانية والشعور بالإفهامك الانفعالي ، أو الاحتراق النفسي والاكتئاب وسرعة البكاء .

### ٣\_ الاضطرابات الذهنية (Intellectual Disorders)

مثل النسيان والصعوبة في التركيز واتخاذ القرارات ، والاضطراب في التفكير وإصدار الأحكام الخاطئة وإنجاز المهام بدرجة عالية من التحفظ .

### ٤\_ الاضطرابات الخاصة بالعلاقات الشخصية (Interpersonal Disorders)

مثل عدم الثقة غير المبررة بالآخرين ونسيان المواعيد أو إلغائها قبل فترة وجيزة ، والسخرية من الآخرين وغياب الاهتمام الشخصي . (علي عسكر : ١٩٩٨ م ،

(٣٩

وقد كشفت دراسة هوس وآخرون (House et al) عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الإحساس بالضغط المهنية التي تتمثل في (أعباء العمل وصراع الأدوار وعدم التقدير من الرؤساء ، وانخفاض الأجور وعدم الترقى والمشكلات الأسرية ، والضغط الشخصية) وبين الاضطرابات السيكوسوماتية التي تمثلت في (قرحة المعدة وارتفاع ضغط الدم ، وأمراض القلب والذبحة الصدرية) . (عويد المشعان :

١٩٩٨م ، ١١٠ ، ١١٢)



## ثالثاً : الاضطرابات السيكوسوماتية (Psychosomatic Disorders)

### مقدمة

أستخدم هنروث (Heinroth) مصطلح الاضطرابات السيكوسوماتية أول مرة في عام (١٨١٨م) عندما أدخل هذا المصطلح في الدراسات الطبية الألمانية ، وبدأ علماء التحليل النفسي وفي مقدمتهم فرويد (Freud) يشعر بوجود تأثير العوامل النفسية في الأمراض ، وفي عام (١٩٢٧م) طالب دوتش (Dutch) بإدخال مفهوم السيكوسوماتيك في مجال الطب النفسي ، وفي الولايات المتحدة الأمريكية قام فرانز (Franes) بتحديد الاضطرابات السيكوسوماتية الناجمة عن الصراعات النفسية ، وفي عام (١٩٣٠م) دخل مفهوم الاضطرابات السيكوسوماتية في الدراسات الطبية الإنجليزية من قبل هيلين (Helen) ، وقد ساهم بافلوف (Pavlov) في تطور مفهوم السيكوسوماتيك عندما قام بدراسة ردود الفعل الجسمية إزاء المثير ، كما أن التجارب التي قام بها كانون (Cannon) عام (١٩٣٥م) ساهمت في تطور هذا المفهوم ، ويعتبر يوسف مراد أول من استخدم مصطلح الاضطرابات السيكوسوماتية عام (١٩٤٢م) في عالمنا العربي ، كما أن مصطفى زيور يعتبر من المشاهير الذين اهتموا بالاضطرابات السيكوسوماتية . (فيصل الزراد : ٢٠٠٠م ،

(١٦-١٢)

وقد بلغت مشكلة الاضطرابات السيكوسوماتية حجماً متضخماً حيث ارتبط انتشارها بالحضارة الحديثة وما أدت إليه من اضطرابات في العلاقات الاجتماعية بين الأفراد ، كما أدى التقدم التكنولوجي والصناعي إلى تغييرات شديدة في ثقافات المجتمعات وعاداتهم وتقاليدهم مما أدى إلى زيادة القلق والتوتر في الوقت الذي لا يُسمح بالتعبير عن هذه الانفعالات تعبيراً صريحاً ، ومن ثم تكون هذه الأحداث التي يمر بها الفرد يوماً بعد يوم سبباً في نمو وتزايد الاضطرابات السيكوسوماتية . (زينب شقير : ٢٠٠٢م ، ١٣)

إن الحادثة النفسية لا تحدث بمعزل عن الوسط العضوي ووظائفه ، بل إن الوسط العضوي شرط للحادثة النفسية ، ولذا فإن النفس والجسم وحدة متكاملة متناسقة لا يمكن فصلهما . (أحمد عكاشة : ١٩٨٢م ، ٥٠)

أي أن الحادثة النفسية لا تجري مستقلة عن الجسم ووظائفه بل تحدث فيه ، ويرافقها تغيرات فيزيولوجية متعددة مثل (الخشخشة الذي يصاحبه زيادة في ضربات القلب وتغير في توزيع الدم ، ونقص في إفراز اللعاب وتوتر في العضلات) ، وهذا المنهج العلمي في علم النفس يسمى بالمنهج التكاملية الذي يربط بين العلوم السيكولوجية والفيزيولوجية والاجتماعية ، ولا ينظر إلى الإنسان من حيث هو جسم ونفس ينضافان إلى بعضهما أو مجموعة أجزاء نفسية يلصق بعضها إلى بعض بل ينظر إليه من حيث أنه وحدة نفسية جسمية اجتماعية . (فايز الحاج : ١٩٩٦م ، ٢٠)

### — تعريف الاضطرابات السيكوسوماتية

تعددت التعريفات\* التي تناولت الاضطرابات السيكوسوماتية واختلفت حسب التخصصات والاتجاهات العلمية ، ولكن هذا التعدد لم يؤثر في المفهوم العام للاضطرابات السيكوسوماتية ، ولغوياً نجد أن كلمة سيكوسوماتية مشتقة من كلمة سيكو (Psycho) التي تعني (الروح أو النفس أو العقل) ، وكلمة سوما (Soma) تعني البدن ، وفي اللغة العربية يطلق على مُصطلح (سيكوسوماتية) نفس جسمي ، وتختصر هذه الكلمة إلى النفسجسمي ويعرفها علماء التحليل النفسي

\* في (DSM\_1) سُميت الاضطرابات السيكوسوماتية (Psychosomatic) ، وفي (DSM\_11) سُميت بالاضطرابات النفسية الفسيولوجية (Psycho physiological) ، وفي (DSM\_111) أُشير إليها من خلال المثيرات البيئية التي تؤثر وقتياً على الشروط العضوية (Physical Conditions) مع ظهور أعراض عضوية مَرَضِيَّة مثل التهاب المفاصل والصداع النصفي وغير ذلك ، وفي (DSM\_IV) جاءت الاضطرابات السيكوسوماتية تحت عنوان (Somatoform Disorders) التي تنصف بوجود أمراض عضوية يصحبها أعراض طبية (Medical Disease) .

بأنها "تعبير خاص عن أسلوب الحياة لدى الفرد وطرائقه في مواجهة القلق والتزعات النفسية المكبوتة". (فيصل الزراد : ٢٠٠٠ م ، ١٩)

وتعرف الاضطرابات السيكوسوماتية بأنها "اضطرابات جسمية موضوعية ذات أساس وأصل نفسي وتصيب المناطق والأعضاء التي يتحكم فيها الجهاز العصبي الذاتي" ، ويهتم الطب السيكوسوماتي (Psychosomatic Medicine) اهتماماً خاصاً بهذه الاضطرابات . (حامد زهران : ١٩٩٧ م ، ٤٦٩)

ويقصد بالاضطرابات السيكوسوماتية أنها "مجموعة من الاضطرابات التي تتميز بالأعراض الجسمية التي تحدثها الضغوط النفسية" ، وهذا يوضح تأثير الضغوط النفسية على حدوث الاضطرابات السيكوسوماتية . (عبد المنصف غازي : ١٩٨٤ م ، ٥٠)

وتُعرف أيضاً بأنها "اضطرابات عضويه يلعب فيها العامل الانفعالي دوراً هاماً وعادة ما يكون ذلك من الجهاز العصبي اللاإرادي ، وهي تختلف عن الأعراض التحويلية المستيرية في أن الأخيرة عبارة عن تحول القلق إلى أعراض تشمل الجهاز الحركي والحسي الإرادي ولها معناها الرمزي في الحياة اللاشعورية للفرد" ، ولذلك فإن الاضطرابات السيكوسوماتية ما هي إلا التورط الانفعالي في الأعضاء والأحشاء والتي تُغذي بالجهاز العصبي اللاإرادي مثل قرحة الإثني عشر والربو الشعبي ، ويعاني المريض عادة من القلق والاكتئاب بل أحياناً ما يهدد القلق حياته . (أحمد عكاشة : ١٩٩٨ م ، ٥٣٧)

ويرى علماء الصحة النفسية أن كل الاضطرابات السيكوسوماتية (لأي عضو من أعضاء الجسم) التي ترتبط بصراع لاشعوري أعراضاً تحويلية ، ويمكن الاستدلال عليها في زيادة ضربات القلب أو الاضطرابات العصبية للمعدة أو التقلصات ، كما يمكن أن تظهر بشكل شلل وظيفي أو فقدان للصوت ، ومثل هذه التحولات للصراعات النفسية شائعة ، كما أن هذه الآلام والاضطرابات التي

يعاني منها الأفراد ليست لها أسس عضوية بمعنى أنها لا تأتي من الخارج عن طريق الجراثيم التي تسبب هذه الاضطرابات الداخلية بل أن الصراعات التي يعاني منها الفرد في داخل شخصيته هي التي سببت هذه المتاعب العضوية . (محمود أبو النيل : ١٩٩٤م ، ١٤٩)

وتعرفها دائرة المعارف البريطانية بأنها "استجابات جسمية للضغوط الانفعالية تأخذ شكل اضطرابات جسدية مثل الربو وقرحة المعدة وضغط الدم المرتفع ، والتهاب المفاصل الروماتيزمي وقرحة القولون وغيرها . (زينب شقير : ٢٠٠٢م ، ٢٣)

كما أن الاضطرابات السيكوسوماتية هي "اضطرابات جسدية موضوعية ذات أساس وأصل نفسي ، وذلك بسبب الاضطرابات الوجدانية الشديدة التي تؤثر على المناطق والأعضاء التي يتحكم فيها الجهاز العصبي الذاتي". (فيصل الزراد : ١٩٨٤م ، ١٢١)

ويتجه الطب الحديث الآن نحو الاعتقاد إلى أن معظم الأمراض الجسدية يلعب فيها العامل النفسي دوراً قوياً سواء في نشأتها أو استمرارها ، أو إثارتها أو ضعف مقاومة الفرد لمهاجمتها لدرجة أن بعض الأبحاث الحديثة ربطت بين السرطان والعوامل النفسية ، وقد ثبت ارتباط أجهزة المناعة بالحالة المزاجية للفرد ، ولذلك لا بد من أن يحترم الطبيب الأسباب الاجتماعية والنفسية للمرضى ويشمل علاجهم العلاج النفسي والمساندة الاجتماعية ، حيث أن الاضطرابات السيكوسوماتية لن يتم شفاؤها إلا إذا تم علاج العامل النفسي . (أحمد عكاشة : ١٩٩٨م ، ٥٤٣)

وطبيعي أن الاضطرابات السيكوسوماتية تستعصي على العلاج الجسدي أو العلاج النفسي وحده لذلك من الضروري الجمع بينهما ، وكذلك علاج البيئة (خاصة الأسرة) والإرشاد النفسي للفرد وأسرته ، وكذلك الجماعات التي ينتمي إليها في العمل وخارجه . (مختار حمزة : ١٩٧٩م ، ٢٥٥)

أي أن العلاج الطبي لا يكفي وحده لعلاج الاضطرابات السيكوسوماتية ولا بد من الاهتمام بالنواحي النفسية أيضاً لإتمام الشفاء .

ويحدد أنستازي وفوللي (Anestasey & folly) في تعريفهما للاضطرابات السيكوسوماتية دور العوامل السيكولوجية بأن "هناك عدداً من الحالات كالربو وقرح المعدة جذبت الانتباه في السنين الأخيرة بسبب أصولهما السيكوسوماتية ، وهذا يعني أن العوامل السيكولوجية في بعض الحالات تساعد في تحديد ظروف نمو تلك الاضطرابات البدنية . (محمود أبو النيل : ١٩٩٤م ، ١٥٤)

### ـ الاتجاهات والنظريات التي ساهمت في تفسير الاضطرابات السيكوسوماتية

تختلف درجة الضغوط التي يتعرض لها الأفراد من البسيط إلى العنيف وفي مداها واستمراريتها وتتراكم أثرها ، وهناك بعض الاتجاهات التي ساهمت في تفسير الاضطرابات السيكوسوماتية والتي يمكن تقسيمها إلى مايلي :

#### ١ \_ الاتجاه التحليلي

يعتمد هذا الاتجاه في تفسيره للاضطرابات السيكوسوماتية على البناء الداخلي للشخصية ، ويفترض وجود علاقة سببية بين مكونات الشخصية والاضطرابات السيكوسوماتية ، وهو يمثل أعمال فرانز وفلاندرز (Franses & Flanders) حيث افترض اتباع فرويد وجود أسباب تحليلية لاشعورية تكمن وراء الإصابة بهذه الاضطرابات ، وقدموا تفسيراً قائماً على الدينامية السيكولوجية أي العوامل والتغيرات النفسية التي يتعرض لها الفرد ، ومؤدى هذه النظرية أن الأعضاء الجسمية المصابة ليست سوى تعبير رمزي عن بعض الصراعات اللاشعورية التي ينعكس أثرها في صورة القرح وغير ذلك من الاضطرابات السيكوسوماتية . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، ٢٢٣)

## ـ نظرية البروفيل الشخصي

أكدت فلاندرز (Flanders) على أوجه الشبه في بروفيلات الشخصية للمصابين بنفس الاضطراب السيكوسوماتي ، وحددت لكل اضطراب بروفيل شخصية خاصة به مثل (الشخصية القرحية والشخصية ذات الضغط المرتفع والمصابة بالتهاب المفاصل) وهكذا ، ومن هذا البروفيل أرادت أن تقدم صورة كاملة عن شخصية مرضاها ، وأدجت عدد من العوامل منها العامل التاريخي والفيزيقي والانفعالي تلك العوامل التي تسهم في نشأة الاضطراب . (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، ٦٥)

## ـ نظرية السيكوسوماتية كاستجابة للصراع

أكد فرانز (Franes) على أن الصراعات الحالية ترجع إلى صراعات لاشعورية رمزية مرتبطة بمراحل مبكرة للنمو الجسمي ، وترتبط هذه المراحل مع أجهزة عضوية خاصة هي التي تشملها الاضطرابات ، وعندما لا تحل هذه الصراعات بطريقة سوية تسعى إلى استخدام الحيل الدفاعية اللاشعورية مما يؤدي إلى زيادة في التوتر الجسدي الذي يظهر على هيئة اضطراب عضوي ، وقد أوضحت مدرسة التحليل النفسي بأن أهم ما يميز السيكوسوماتي أنه يعاني من قلق فقدان السند بشكل مميز . (زينب شقير : ٢٠٠٢م ، ١٦ ، ٣١)

## ٢ـ الاتجاه السلوكي

يعتمد هذا الاتجاه في تفسيره للاضطرابات السيكوسوماتية على مبادئ المدرسة السلوكية ونظريات الإشارات في التعلم وأهمية المواقف وعلاقتها بالشخصية ، ولم يهتم علماء السلوكية بفكرة المعنى الرمزي للعرض المرضي ، ولكن اهتموا بالعرض نفسه (العوامل الموقفية) المتضمنة في الموقف بدلا من الفروض الغيبية

(الصراع اللاشعوري) ، وقد اعتبروا أن الاضطرابات السيكوسوماتية هي مسألة اشتراط (التعلم الشرطي) أي أن الفرد يكون لديه أصلاً حساسية نحو الغبار وهذه الحساسية تؤدي به إلى الربو عن طريق تعميم المثير ، وبالتالي يصبح أي شيء مرتبط بالغبار يثير نوبة الربو ، إضافة إلى ذلك فإن المرضى بالاضطرابات السيكوسوماتية يكتشفون أنهم يحصلون على بعض المكافآت أو التعزيزات نتيجة لكونهم مرضى (المعاملة الخاصة أو المعالجة) أي وجود ارتباط بين المرض والمكافأة . (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، ٦٦)

ولقد أبتكر علماء السلوكية فكرة جديدة في تفسير الاضطرابات السيكوسوماتية هي :

### ـ نظرية التعلم الذاتي

يرى لاشمان (Lashman) أن المرض يحدث لأول مرة بالصدفة كالطفل الذي يشعر بالآم المعدة يتم إعفاؤه من الواجبات اليومية نتيجة لمرضه ، ومن ثم يرتبط هذا المرض بأوضاع يرغب الطفل تحاشيها كالذهاب إلى المدرسة ، وكنتيجة لذلك فإن معدة الطفل تأخذ في زيادة الإفراز ، وكلما كان على الطفل أن يقوم بأداء الواجبات اليومية تعرض لنوبة سوء الهضم التي تقوده إلى الإعفاء من الواجبات ، وفي هذه الحالة يقع الطفل في دائرة مغلقة وبمرور الوقت تنمو القرحة لديه ، ولكن التعلم الذاتي ليس هو السبب الوحيد للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية فقد ترجع الإصابة إلى أسباب وراثية أو إلى استعدادات وما إلى ذلك . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، ٢٢٤)

### ٣ـ الاتجاه المعرفي

أجرى جراهام (Graham) وتلامذته مجموعة دراسات حول عينات من المرضى السيكوسوماتيين بهدف معرفة أثر العمليات المعرفية والعقلية على العمليات

الفسولوجية ، وتبين لهم من خلال المقابلات أن هناك عنصرين على مستوى الأهمية في الاضطراب السيكوسوماتي هما :

١\_ ما يشعر به الفرد من سعادة أو حزن .

٢\_ ما يرغب الفرد في معرفته أو عمله في ضوء خبراته وأفكاره أو مدركاته السابقة مثل (مريض الأم أسفل الظهر يشعر أنه يعمل لدرجة التعب) .

إلا أن البعض الآخر يرى أن ربط العمليات المعرفية بالعمليات الفسيولوجية لدى المرضى تحيط به بعض الصعوبات المنهجية . (فيصل الزراد : ٢٠٠٠م ، ١٠٠)

### \_ نظرية الأنماط الشخصية

حاولت كيرك (Kirk) ربط الاضطرابات السيكوسوماتية بأنماط الشخصية ، وقد قامت عدة محاولات لهذا الغرض مثل محاولة فريدمان وروزمان (Friedman & Rosenman) اللذان ميزا بين نمطين للسلوك هما (Type (A) And (B) Behavior) واعتقدا أن النمط (A) يرتبط جوهرياً بعدم القدرة على التحمل وزيادة القدرة التنافسية وسهولة الاستثارة ولديهم كثير من الأعمال خارج المنزل وحساسية فائقة لعامل الوقت وسرعة الحديث وسرعة الغضب ، وغير ذلك من الصفات التي تجعلهم عرضة للإصابة بمرض الشريان التاجي للقلب ، وقد سمي هذا النمط بنمط الاستهداف السلوكي للإصابة بمرض الشريان التاجي ، أما النمط الآخر (B) فإنه يتميز بالاسترخاء والاهتمام بالحياة الخالية من المشكلات أكثر من الاهتمام بالنجاح والعمل الجاد وعدم ظهور الحاجة الوسواسية للإنجازات والمشاركة في الأنشطة دون الحاجة إلى التفوق ، وهؤلاء قلما يتعرضون إلى اضطرابات أو نوبات قلبية . (فيصل الزراد : ٢٠٠٠م ، ١٠١)



نستنتج من ذلك أن هناك بعض الاتجاهات قد فسرت أسباب الاضطرابات  
السيكوسوماتية نتيجة علاقتها بالشخصية والصراعات اللاشعورية الكامنة لدى  
الفرد ، كما أن هناك بروفيل للشخصية خاص بكل اضطراب ، وأهم ما يميز هذا  
الاضطراب هو فقدان المساندة الاجتماعية ، بينما أهتم البعض الآخر بالعوامل  
الموقفية في البيئة ، وأعتبروا أن الاضطرابات السيكوسوماتية مسألة تعلم شرطي  
يحدث عن طريق تعميم المثير أو تعزيزه ، كما ربط البعض الآخر بين العمليات  
المعرفية والعقلية والفيولوجية .

### \_ أسباب الاضطرابات السيكوسوماتية

لاشك أن العوامل النفسية والاحباطات المتراكمة والتوترات الانفعالية المستمرة  
تكمن وراء هذه الاضطرابات ، كذلك الكبت الانفعالي وخاصة كبت الغضب  
المرتبط بنقص القوة والقدرة والعدوان المكبوت ، والشعور الطويل بالظلم وتحويل  
التوتر داخلياً وتسلمه على عضو ضعيف ، والقلق الشامل المستمر خاصة عندما  
يوجد حائل دون التعبير اللغوي أو النفسي الحركي والحزن العميق على الطلاق أو  
ال فشل ، والطموحات غير الواقعية واضطراب العلاقات الاجتماعية والخلافات  
الأسرية ، وعدم السعادة الزوجية . (مختار حمزة : ١٩٧٩ م ، ٢٥٠)

\_ ويمكن أن نوضح بعض هذه الأسباب على النحو الآتي :

#### ١ \_ الضغوط النفسية (Psychological Stress)

إن الضغوط النفسية والاحباطات التي يكون الفرد تحت وطأها هي حجر الزاوية  
لكل الاضطرابات السيكوسوماتية ، وتعرف الضغوط التي تكون قادرة على  
إحداث تغيير في الفرد بالعناء ، أي أن الضغوط النفسية عبارة عن أحداث تحدث  
تأثيرات داخلية عن طريق الجهاز الإدراكي للفرد ، ولا يمكن فهمها إلا من ناحية

علاقتها بوجه نظر الفرد نفسه لأن المعنى الداخلي للضغوط يتصل بحياة الفرد ونموه النفسي ، وقد لوحظ أن خبرات الفرد مثل فقدان الحب قد تهيئه للاضطرابات السيكوسوماتية ، وأهم الخبرات التي تولد الضغوط هي العلاقة المتبادلة مع الأفراد كما أن حلقة الوصل بين المجالين النفسي والجسمي هو الانفعال وبصفة خاصة القلق . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، ١٥٢)

## ٢\_ الزيادة المفاجئة في العمل أو الشجار أو المواقف التي تهدد الذات اجتماعياً أو نفسياً

تلعب العوامل المهنية والاجتماعية دوراً في نشأة هذه الاضطرابات كالخوف من الفصل عن العمل أو الفشل في الزواج مما أدى إلى اختلاف نشأتها من مجتمع إلى آخر ، وهناك ارتباط بين الضغوط البيئية من جهة وارتفاع ضغط الدم من جهة أخرى إذ أن الأفراد الذين تمتلئ حياتهم بالضغوط والتقلبات والأزمات الانفعالية يكونوا أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية . (زينب شقير : ٢٠٠٢م ، ١٦ ، ٣٣)

## ٣\_ النوعية (specificity)

هناك علاقة نوعية بين الشدة النفسية والاضطراب الجسمي (العضو المهيأ للاضطراب) وذلك على النحو الآتي :

- أ\_ وجود استعداد تكويني يقوم على الوراثة مثل (ظروف الولادة أو عمر الأم) .
- ب\_ وجود استعداد تكويني نتيجة الخبرات الأولى للفرد (الفسولوجية أو النفسية)
- ج\_ تغيرات الشخصية في مراحل العمر المتقدمة والتي تؤثر في عمل الأعضاء .
- د\_ ضعف عضو من الأعضاء كما في حالة الإصابة أو العدوى .
- هـ\_ وجود العنصر في حالة نشاط لحظة الإجهاد النفسي أو الثورة الانفعالية .

و- المعنى الرمزي للعضو في نظام شخصية الفرد فإذا كان الفرد يشعر بعداء تجاه والديه ولكنه لا يستطيع أن يعبر عن عدوانه نحوهما فيكظم مشاعره العدوانية ، مما يؤثر في كيمياء الجسم ويؤدي إلى انقباض الشرايين .

ز- توقف النمو النفسي وبالتالي جمود العضو في تطور وظائفه .

ح- اضطراب العلاقة بين الطفل والأبوين ونقص الحب والميول العدوانية .

ط- العوامل الانفعالية التي قد يتعرض لها الفرد ومعاناة القلق والاحباطات المتراكمة التي تتولد عنها ضغوط نفسية شديدة تؤدي به إلى اليأس والانهيار .  
(فصل الزراد : ٢٠٠٠ م ، ٧٣)

ك- التوتر العصبي الذي قد يؤثر عملياً في أية عملية فسيولوجية ، فإذا كانت معدة الفرد ضعيفة فإنه يحتمل أن يستهدف للمتاعب المعدية عندما يصبح قلقاً أو غاضباً .

ل- الفروق في التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للحالات الانفعالية المختلفة حيث وجد أن انفعال الخوف والاكتئاب يرتبطان بإعاقة الوظائف الخاصة بالأعضاء الغليظة ، بينما يرتبط انفعال الغضب والقلق بزيادة عمل القولون . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠ م ، ٢٨٩)

وقد يتأثر نوع الاضطراب السيكوسوماتي بنوع الجنس حيث لوحظ انتشار ضغط الدم الجوهري والصداع النصفي وفقدان الشهية بين الإناث أكثر من الذكور ، كما يتأثر بالعمر الزمني حيث يزداد بصفة ملحوظة في عمر (٣٥) سنة .  
(زينب شقير : ٢٠٠٢ م ، ٣٤)

كما يرتبط ظهور الاضطرابات السيكوسوماتية\* بالتحديث إذ يظهر معه ضغوط لا يستطيع بعض الأفراد التوافق معها فتنعكس على أبدانهم في صورة اضطراب سيكوسوماتي . (محمود أبو النيل : ١٩٩٤ م ، ٣٥٢)

\* التحديث هو أي شيء حل حديثاً مكان شيء آخر كان مقبولاً في الماضي وهو شكلاً من أشكال المدنية .

## ـ خصائص الاضطرابات السيكوسوماتية

- ١ـ وجود أساس فسيولوجي للاضطرابات .
- ٢ـ تشمل الأعضاء والأحشاء التي تتأثر بالجهاز العصبي الذاتي وهي بذلك لا تخضع للضبط الإرادي .
- ٣ـ وجود تغيرات بنائية قد تهدد الحياة .
- ٤ـ أكثر سيطرة وإلحاحاً على العضو المصاب .

ويتميز الاضطراب السيكوسوماتي عن غيره من الاضطرابات الأخرى بالآتي :

- ١ـ وجود اضطراب انفعالي كعامل مسبب .
  - ٢ـ ترتبط بعض الحالات بنمط معين من الشخصية .
  - ٣ـ تختلف الإصابة بهذه الاضطرابات بين الجنسين اختلافاً ملحوظاً .
  - ٤ـ قد توجد مختلف الأعراض أو تتتالي لدى الفرد الواحد .
  - ٥ـ غالباً ما يوجد تاريخ عائلي للإصابة بنفس الاضطراب أو ما شابهه .
  - ٦ـ يميل الاضطراب لانتخاذ مراحل مختلفة . (زينب شقير : ٢٠٠٢م ، ٢٩)
- وقد لوحظ أن هذه الاضطرابات أكثر شيوعاً لدى الإناث منها لدى الذكور ، وبين الشباب والشابات بين عمر (٢٠-٤٠) سنة أكثر من باقي مراحل العمر ، وأكثر هذه الاضطرابات شيوعاً المتعلقة بالجهاز الدوري والهضمي والجنسي ، كما أن لهذه الاضطرابات مضموناً رمزياً . (فيصل الزراد : ١٩٨٤م ، ١٢٥)

## ـ الاضطرابات السيكوسوماتية والضغط النفسي والانفعالات النفسية

الضغط حالة يعانيتها الفرد حين يواجه مطلباً فوق حدود استطاعته {لَا يُكَلِّفُ  
اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا} البقرة آية (٢٨٦) أو حين يقع في موقف صراع حاد ، وهو  
توترات أو ردود فعل عاطفية وجسدية تنبثق من أحداث داخلية أو مؤثرات

خارجية ، والتوتر هو رد الفعل الداخلي للجسم لمواجهة هذه الضغوط ومن ثم فإن استمرار التوتر يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم ، وهذا هو أحد الاضطرابات السيكوسوماتية الناتجة عن استمرارية التوتر وحبسه أو عجز الفرد عن مواجهة الموقف والتخلص منه ، مما يؤدي إلى خلل في النشاط الهرموني للجهاز الغدي ، وينظر إلى الاضطراب السيكوسوماتي من خلال مدى قوة العلاقة بين الفرد والبيئة ، وهذه الاضطرابات قد تؤثر على أي جهاز من أجهزة الجسم مثل جهاز القلب ، أو الجهاز التنفسي . (حسين طاهر : ١٩٩٣م ، ٤١)

وتتأثر الحالة النفسية بالحالة الجسمية والعكس صحيح في توازن تحت الظروف العادية لشخصية سوية متوافقة ، كما أن الضغط الشديد المزمن يؤدي إلى اضطراب هذا التوازن ، وإذا حدث أن أعيق التعبير الانفعالي وتوالى الإحباط والصراع والقمع والكبت وتكرر الانفعال وفشل الفرد في مقابلة هذه الضغوط وتلك المطالب خاصة إذا زاد ما بينها من تناقض ساء توافقه النفسي (الشخصي والاجتماعي) وأدى ذلك إلى المرض النفسي . (حامد زهران : ١٩٩٧م ، ١٢١ ، ٤٦٩)

كما أن العلاقة بين الاضطراب النفسي والضغوط النفسية علاقة تبادلية ، إذ أن الاضطراب قد ينتج من الضغوط وهو نفسه يقود إلى مزيد من الضغوط النفسية . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، ١٢٣)

إن الانفعال النفسي استجابة متكاملة للفرد ينجم عنها تغيرات وجدانية مركبة وتغيرات في وظائف أعضاء الجسم تشمل الجهاز العصبي والعضلي والحشوي ، والغدي والدموع ولا يوجد لنوع الانفعال (القلق أو الفرح) اضطراب فيزيولوجي معين مقابل هذا النوع من الانفعال ، ويرجع ظهور الاضطرابات الجسمية الناتجة عن الأسباب الانفعالية عندما يحدث اختلال في التوازن الهيموستازي لجسم الإنسان فيضطرب نتيجة المؤثرات النفسية والانفعالية التي يتعرض لها ، وحسب

طبيعة هذه المؤثرات ودرجتها يحدث الخلل في التوازن الهميوستازي للجسم ،  
وتقوم الأجهزة الفيزيولوجية كالقلب والمعدة والعضلات بمجموعة من ردود  
الأفعال غير السوية تبدو على شكل اضطرابات جسمية ، أو أمراض بفعل الجهاز  
العصبي السمبتاوي الذي يهيئ الإنسان للاستجابة الدفاعية بمجموعة من ردود  
الأفعال الضرورية نتيجة الضغط النفسي فينشأ الاضطراب السيكوسوماتي . (فايز

الحاج : ١٩٩٦م ، ٨)

أي أن الميكانيزم النفسي المتمثل بالضغط والميكانيزم الفسيولوجي هما العنصران  
الأساسيان في ظهور الاضطراب السيكوسوماتي ، واستمرار الضغوط لفترة طويلة  
قد يتسبب في اختلال تنظيم السلوك الذي ربما يؤدي إلى الاضطرابات  
السيكوسوماتية ، أما عن الميكانيزم الفسيولوجي فأن الضغوط النفسية المزمنة تؤثر  
على مختلف الأعضاء في الجسم عن طريق تنشيط الجهاز العصبي اللاإرادي  
(السمبتاوي والباراسمبتاوي) . (حسين طاهر : ١٩٩٣م ، ٤١)

وعندما نشير إلى اضطراب سيكوسوماتي فإننا نقصد الحالة الناتجة عن الانفعال  
الزائد (Emotional Arousal) والتعامل غير الموفق ، ومن الطبيعي أن يحذرنا  
المتخصصون في الصحة النفسية من خطورة الاضطرابات الانفعالية مثل القلق  
والغضب والخوف والإحباط فهذه الانفعالات من شأنها أن تزيد من حساسية  
الجسم وبالتالي سرعة قابليته للمرض العضوي . (علي عسكر : ١٩٩٨م ، ١٥)

من هنا تتوقع الباحثة أن الضغوط النفسية المستمرة على الفرد تؤدي إلى  
اضطرابه وسوء توافقه خاصة إذا استمر اضطراب انفعاله لمدة طويلة ، مما يؤدي إلى  
بعض التغيرات الفسيولوجية التي قد تتسبب في حدوث أضرار بالغة في الجسم هي  
التي تسمى الاضطرابات السيكوسوماتية .

## ـ الفرق بين الاضطراب السيكوسوماتي والعصاب

يتضح الفرق بين الاضطراب السيكوسوماتي والعصاب في نواحي ثلاثة هي :

١ـ الجهاز العصبي العامل في الاضطراب السيكوسوماتي هو الجهاز اللاإرادي أما في العصاب هو الجهاز الإرادي .

٢ـ القلق موجود في الاضطراب السيكوسوماتي أما في العصاب غير موجود هائم طليق .

٣ـ العرض انفعالي في الاضطراب السيكوسوماتي أما في العصاب رمزي .

أي أن الأعراض التي تشاهد في العصاب وخاصة الهستيريا هي ازدياد قابلية المريض للاستهواء والإيحاء وسيطرة بعض الأفكار والأوهام عليه ، أما في الاضطراب السيكوسوماتي فتتكرر الاضطرابات الفسيولوجية بدوام الأسباب المثيرة للانفعال التي تؤدي في نهاية الأمر إلى اضطرابات عضوية . (محمود أبو النيل :

١٩٩٤م ، ١٩٩٤)

## "الفصل الثالث"

### "الدراسات السابقة وفروض الدراسة"

أولاً : الدراسات السابقة

- دراسات اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية
  - التعليق على دراسات المساندة الاجتماعية
  - دراسات اهتمت بمتغير الضغوط النفسية
  - التعليق على دراسات الضغوط النفسية
  - دراسات اهتمت بمتغير الاضطرابات السيكوسوماتية
  - التعليق على دراسات الاضطرابات السيكوسوماتية
- ثانياً : تساؤل وفروض الدراسة



## أولاً : الدراسات السابقة

يتناول هذا الفصل الدراسات السابقة\* ذات العلاقة بموضوع الدراسة ، إذ أن هناك عدد من الباحثين قد اهتموا ببعض هذه المتغيرات التي تباينت عيناتها وطرق دراستها وكذلك النتائج التي تم التوصل إليها ، وفيما يتعلق بموضوع الدراسة قامت الباحثة بعرض هذه الدراسات من خلال ثلاث محاور رئيسة هي :

- ١\_ دراسات اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية .
- ٢\_ دراسات اهتمت بمتغير الضغوط النفسية .
- ٣\_ دراسات اهتمت بمتغير الاضطرابات السيكوسوماتية .

### \_ دراسات اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية

تعرض هذه المجموعة من الدراسات المساندة الاجتماعية في علاقتها ببعض المتغيرات على النحو الآتي :

١. قامت اسماء إبراهيم (٢٠٠١م) بدراسة هدفت إلى معرفة دوافع سلوك\*العزاء التي تقدم في حالات\*الثكل لدى عينة من المجتمع المصري ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) فرداً من محافظة القاهرة ذكور وإناث ، ومن مستويات تعليمية ثلاثة (يقرأ ويكتب وأمي وتعليم متوسط وتعليم عالي) ، وقد تراوحت أعمارهم من (١٨-٨٠) سنة ، وقد قامت الباحثة بإعداد مقياس لقياس دوافع سلوك العزاء .

وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأصغر والأكبر سناً لصالح الأكبر سناً في الدوافع الاجتماعية الثقافية لدى ذكور وإناث تعليم متوسط وإناث تعليم عالي والعينة الكلية ، وهذا يعني أن دوافع العزاء قد

\* بعض الدراسات التي تناولتها الباحثة لا تتعلق بمتغيرات الدراسة بطريقة مباشرة إلا أن الباحثة قد استفادت منها في مواضع مختلفة من الرسالة .

\* يعتبر سلوك العزاء نوع من أنواع المساندة الاجتماعية .

\* يقصد بالثكل : الموقف الذي يكون فيه الفرد بعد أن يفقد بالموت شخصاً يهيمه .

اختلفت باختلاف العمر ، وأن دوافع كبار السن كانت أقوى من صغار السن ، وهذا يشير أيضاً إلى ارتباط دوافع سلوك العزاء بالجانب الاجتماعي والثقافي في المجتمع .

٢. كما أجرى علي علي (٢٠٠٠م) دراسة تجريبية كان من أهدافها التعرف على دور المساندة الاجتماعية والعاطفية خاصة من الأسرة والرفاق في تخفيف تأثير الصراعات النفسية التي تواجه طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم ومقارنتهم مع الطلاب المقيمين في المدن الجامعية ، والتي تساعدهم على المواجهة الإيجابية لأحداث الحياة الضاغطة في حياتهم الجامعية وفي تقليل الآثار السلبية الناتجة من ضغوط البيئة الجامعية ، وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعتين :

١\_ المجموعة التجريبية\* التي تكونت من (٥٠) طالباً مقيمين في المدن الجامعية وغير مدعمين بالمساندة الاجتماعية الكاملة من أسرهم ، وتراوح أعمارهم ما بين (١٨-٢٥) سنة .

٢\_ المجموعة الضابطة التي تكونت من (٥٠) طالباً مقيمين مع أسرهم ومدعمين بالمساندة الاجتماعية الكاملة من أسرهم ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المستوى العمري والاقتصادي والاجتماعي والتعليمي .

وقد استخدم الباحث الأدوات التالية :

١\_ استبيان المساندة الاجتماعية . ٢\_ استبيان مواجهة أحداث الحياة الضاغطة .

٣\_ مقياس التوافق مع الحياة الاجتماعية .

وتوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة

في متغير المساندة الاجتماعية لصالح المجموعة الضابطة ، كذلك وجود فروق ذات

\* تحتفظ الباحثة حول تسمية المجموعتين تجريبية وضابطة حيث أن الدراسة وصفية وليست تجريبية ويمكن أن ينظر إليها كدراسة مقارنة .

دلالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة الضابطة في التفاعل الإيجابي في مواجهة الضغوط النفسية والتوافق مع الحياة الاجتماعية .

٣. وقد قام (Stoney & Finney 2000) بدراسة هدفت إلى التحقق من أن وجود صديق يقوم بعملية المساندة خلال الضغوط الحادة يؤثر على الاستجابة الانفعالية ، وقد شاركت في الدراسة (٤٠) امرأة يتمتعن بصحة جيدة وشارك نصفهن في مهمة كلامية في وجود صديق ، بينما شارك النصف الآخر في مهمة كلامية دون وجود صديق .

وقد تم التوصل إلى أن الضغط الناتج عن التحدث قد أدى إلى ارتفاع في معدلات الكوليسترول في كلتا الحالتين ، كما كانت معدلات تفاعلات الكوليسترول عند الذين كان معهم صديق أكبر بكثير من الذين لم يكن معهم صديق وذلك بالنسبة إلى الاستجابة للضغوط ، وقد يرجع ذلك إلى القلق المتزايد الذي يشعر به الفرد في وجود صديق .

٤. كما أجرى (Dianne 2000) دراسة هدفت إلى معرفة الآثار النفسية وخصائص شبكة المساندة الاجتماعية عند آباء وأمهات الأطفال المصابين بالسرطان وذلك لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المصابين ، وقد تكونت العينة من (١٤٧) من الأمهات و (١٠٨) من الآباء ، وقد تمت مقارنتهم بنفس هذه العوامل عند آباء وأمهات الأطفال الذين لم يتعرضوا لمرض بدني أو نفسي مزمن يهدد حياتهم وكانوا (٧٩) من الأمهات ، (٥٠) من الآباء .

وقد أوضح التحليل المتنوع للتباين المزدوج أن هناك مستويات أعلى من أعراض الضغط الناتج عن الصدمات عند أمهات الأطفال المصابين بالمقارنة بأمهات الأطفال المتمتعين بصحة جيدة مع عدم وجود فروق في حالة وخصائص القلق ،

ولم يكن هناك فروق ذات أهمية بين المجموعتين فيما يختص بأعراض الضغط النفسي بين آباء الأطفال المصابين وآباء الأطفال الذين يتمتعون بصحة جيدة ، وكذلك أعراض وخصائص القلق عند أمهات أطفال المجموعتين فيما يختص بخصائص شبكة المساندة الاجتماعية ، وعلى الرغم من ذلك فقد سجل آباء الأطفال المصابين معدلات مساعدة في تقديم المعلومات والخدمات أقل من التي توجد في شبكات الأصدقاء لديهم ، وكما هو المتوقع فقد سجل آباء الأطفال المصابين كثافة حدود للشبكة أعلى من آباء الأطفال المتمتعين بصحة جيدة ، كما تؤكد النتائج على أهمية الضبط النفسي الجيد عند آباء وأمهات الأطفال المصابين بالسرطان لمدة طويلة .

٥. وقد قام (Grassi et al 2000) بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والقلق النفسي ، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٣٤١) عامل في مجال الرعاية الأساسية بإيطاليا تراوحت أعمارهم ما بين (١٨\_٨٠) سنة ، وقد تم استخدام الأدوات الآتية :

١\_ استبيان المساندة الاجتماعية .  
٢\_ استبيان القلق النفسي .

وقد توصل الباحثون إلى أن الأفراد الذين يتلقون مساندة أقل قد سجلوا معدلات أعلى في أبعاد (القلق والاكتئاب ، والحزن والخوف المرضي) وساد بينهم المرض النفسي وذلك مقارنة بالمرضى الذين يتلقون مساندة أكبر ، كما تؤكد النتائج على أن تقييم الممارسين للطب لنظام المساندة الاجتماعية عند المرضى مفيداً في تحديد الأشخاص الأكثر تعرضاً للضغط النفسي .

٦. كما أجرى علي علي (١٩٩٧م) دراسة هدفت إلى عقد مقارنة بين العوامل المتزوجات مرتفعات ومنخفضات المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة

الضاغطة وفي الإصابة بالاضطرابات النفسية ، وقد تكونت عينة الدراسة من مجموعتين :

١\_ المجموعة التجريبية\* التي تكونت من (٥٠) سيدة عاملة متزوجة ومدعمة بمساندة اجتماعية من الأسر وجماعة العمل .

٢\_ المجموعة الضابطة التي تكونت من (٥٠) سيدة عاملة متزوجة وغير مدعمة بمساندة اجتماعية سواء من الأسرة أو جماعة العمل تراوحت أعمارهن بين (٣٠\_٤٥) سنة ، واستخدم الباحث المقاييس الآتية :

١\_ استبيان المساندة الاجتماعية .  
٢\_ استبيان مواجهة أحداث الحياة .  
٣\_ قائمة مراجعة الأعراض .

وقد أظهرت بعض النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات المتزوجات مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة ، والإصابة بالاضطرابات العصائية والسيكوسوماتية لصالح المجموعة الأولى خاصة الاكتئاب ، كما أن المرأة تسعى للحصول على دعم ومساندة الآخرين في مواقف الشدة وتتأثراً نتيجة مواجهة الضغوط النفسية ، كما أن المساندة تقي المرأة من الاضطرابات السيكوسوماتية .

٧. وقد قام فهد الربيعة (١٩٩٧م) بدراسة كان من أهدافها الكشف عن وجود علاقة بين درجات\* طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود بالرياض على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية ، وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (٦٠٠) طالب وطالبة تراوحت أعمارهم بين (١٨\_٢٩) سنة ، وقد استخدم الباحث مقياسين رئيسيين هما :

\* تحتفظ الباحثة حول تسمية المجموعتين تجريبية وضابطة حيث أن الدراسة وصفية وليست تجريبية .

\* معظم أفراد العينة من الطلاب والطالبات من غير المتزوجين .

١- مقياس الشعور بالوحدة النفسية . ٢- مقياس المساندة الاجتماعية .

وقد توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة سالبة مرتفعة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية ، مما يشير إلى أن الأفراد الذين لديهم شعور مرتفع بالوحدة النفسية يعانون من اضطراب في علاقاتهم الاجتماعية كماً وكيفاً .

٨. كما أجرى (Uchino & Garvey (1997) دراسة هدفت إلى معرفة أثر المساندة الاجتماعية على استجابة القلب للضغط النفسي الحاد ، حيث قام (٢٨) رجلاً ، (٢١) امرأة بمهام كلامية سواء في وجود المساندة أو عدم وجودها ، وقد تم استخدام مقياس ضغط الدم عند انقباض القلب ونبضاته وانبساطه . وقد توصل الباحثان إلى أن وجود المساندة الاجتماعية يخفف من أثر الضغط الحاد على القلب ، كما أن الضغوط المتعلقة بالكلام كانت مرتبطة بارتفاع ضغط الدم ومعدل نبضات القلب ، والأفراد في حالة وجود المساندة يكون ضغط الدم عندهم أقل بالمقارنة مع الأفراد الذين لم تتوفر لهم المساندة ، وتؤكد هذه النتائج أن الأفراد الذين تتاح لهم مساندة قوية يكون لديهم القدرة على التوافق مع الضغط عن غيابها .

٩. وقد قام (Suganuma & Ura (1997) بدراسة هدفت إلى دراسة آثار السلوك المحفز والسلوك العاطفي الاجتماعي لصديق على الاستجابة للضغوط النفسية ، وأداء المهام (اتجاه متكامل للقيادة والمساندة الاجتماعية) ، وذلك في وجود أو غياب السلوك المحفز أو الاجتماعي العاطفي وارتفاع أو انخفاض الحالة الصحية ، وقد استخدم الباحثان النموذج العاملي في الدراسة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩١) فتاة في السن الجامعي وصديقاتهن المقربات هن ، وكانت المتغيرات التابعة

هي متوسط ضغط الدم كمؤشر على الاستجابة الفسيولوجية للضغط وحالة القلق كمؤشر على الاستجابة النفسية للضغط ومستوى الأداء في مهام حسابية بسيطة .  
وقد توصل الباحثان إلى أن السلوك المحفز كان له أثر في تسهيل المهام الحسابية في الحالات الصحية الجيدة ، بينما السلوك العاطفي الاجتماعي له أثر كبير على الاستجابة الفسيولوجية للضغط عندما لا يكون هناك صديق يؤثر على السلوك المحفز في الحالات الصحية السيئة ، وهذه النتائج تؤكد أن الحالة الصحية تؤدي إلى اختلافات بين القيادة وعمليات المساندة الاجتماعية .

١٠. كما أجرى محمد خليل (١٩٩٦م) دراسة كان من أهدافها الكشف عن العلاقة بين المساندة النفسية الاجتماعية للمرضى وكل من إرادة الحياة ومستوى الألم ، والكشف عن دلالة الفروق في مستوى الألم لدى المرضى من الجنسين مرتفعي ومنخفضي المساندة النفسية الاجتماعية ، وقد شملت عينة الدراسة على (١٢٠) مريضاً ومريضة من المرضى الذين قرر الفحص الطبي أنهم مرضى بمرض مفضي إلى الموت موزعين بالتساوي على الجنسين ، وقد استخدم الباحث كل من المقاييس الآتية :

١\_ مقياس المساندة النفسية والاجتماعية للمرضى . ٢\_ مقياس إرادة الحياة .

٣\_ مقياس مستوى الألم (كما يدركه المريض) .

وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود علاقة دالة موجبة بين طمأنة المريض على حالته الصحية كبعد من أبعاد المساندة النفسية والاجتماعية ، وإرادة البقاء كبعد من أبعاد إرادة الحياة ، كما توجد علاقة دالة سالبة بين طمأنة المريض على حالته الصحية ومستوى الألم لدى المرضى بمرض مفضي إلى الموت ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الألم لدى المرضى مرتفعي ومنخفضي المساندة النفسية الاجتماعية لصالح مجموعة المرتفعين .

١١. وقد قام هشام عبدالله (١٩٩٥م) بدراسة كان من أهدافها بحث العلاقة بين المساندة الاجتماعية من حيث حجمها ودرجة الرضا عنها وكل من الاكتئاب واليأس ، وكذلك دراسة التأثير والتفاعل المشترك لكل من الجنس ونوع العمل على المساندة الاجتماعية (الحجم و الرضا) والاكتئاب واليأس ، وذلك لدى عينة من الطلبة والعاملين في المجتمع المصري ، وتكونت العينة الكلية من (٣٢٨) فرداً كان منهم (١٦٩) من الذكور ، (١٥٩) من الإناث ، وتراوحت أعمارهم بين (١٩,٤٥ - ٥٠,٠٠) سنة ، وقد أستخدم الباحث المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس المساندة الاجتماعية .
- ٢\_ مقياس التقدير الذاتي للاكتئاب .
- ٣\_ مقياس الشعور باليأس .

وتوصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية (الحجم والرضا والدرجة الكلية) وكل من الاكتئاب واليأس لدى أفراد العينة الكلية ، وكذلك أتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في المساندة الاجتماعية (الحجم والرضا والدرجة الكلية) لصالح الإناث أي أن الإناث أكثر إقامة للعلاقات الإيجابية من الذكور ، وبين الطلاب والعاملين في حجم المساندة الاجتماعية لصالح العاملين ، كذلك اتضحت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الاكتئاب واليأس لصالح الإناث .

١٢. كما أجرى (Lepore (1995) دراسة بهدف معرفة مدى استفادة الأفراد الذين لديهم معدلات عالية من السخرية من المساندة الاجتماعية خلال الضغوط الحادة مقارنة بالأفراد الذين لديهم معدلات أقل من السخرية ، وذلك على عينة من (٥٢) طالب ، (٥٢) طالبة قاموا بأداء مهمة كلامية تسبب نوع من الضغط بمفردهم أو في وجود زميل يساندهم .



وقد أتضح أن هناك أثراً لتفاعل المساندة الاجتماعية والسخرية على استجابة شرايين القلب للضغوط حيث كان المشاركون الذين لديهم سخرية أقل ، والذين تلقوا المساندة الاجتماعية أقل عرضة لارتفاع ضغط الدم أثناء الحديث عن الذين كان لديهم سخرية أقل ولم يتلقوا المساندة الاجتماعية أو الذين كانت معدلات السخرية لديهم مرتفعة سواء كان ذلك في وجود المساندة أو عدمها ، وقد ظهر الضغط النفسي عند المشاركين يتوسط الآثار الرئيسة للمساندة على ضغط الدم ، ولكنه لا يكون كذلك في التفاعل القائم بين المساندة والسخرية ، كما تؤكد النتائج أن المواقف الساخرة قد تضعف من قوة الضغط الخاص بالمساندة الشخصية.

١٣. وقد قام Kirschbaum et al (1995) بدراسة هدفت إلى التعرف على الآثار قصيرة المدى للمساندة الاجتماعية على مستويات الكورتيسول\* والاستجابات الذاتية للضغط النفسي الحاد ، وذلك على عينة من (٢٣) رجلاً ، (٣٤) امرأة تراوحت أعمارهم بين (١٩-٢٩) سنة خلال القيام بمهمة الحديث أمام الجمهور ، وقد تلقى المشاركون مساندة اجتماعية من شخص غريب (من الجنس الآخر) أو مساندة اجتماعية من صديق أو صديقة أو لم يتلقوا مساندة اجتماعية على الإطلاق ، وقد أظهر الذكور في حالة عدم وجود مساندة من صديق انخفاض في معدلات الكورتيسول ، وذلك مقارنة مع الذين لم يتلقوا مساندة من شخص غريب ، وعلى العكس أظهرت الإناث معدلات أعلى من الكورتيسول عند تلقي المساندة من الأصدقاء ، وعلى الرغم من ذلك فقد استجابت الإناث لمساندة الأصدقاء والأفراد الغرباء بشكل أفضل من الذكور ، وتقدم النتائج بذلك دليلاً على أنماط التأثيرات المتعلقة بالجنس للمساندة الاجتماعية على الضغط النفسي الحاد فيما يختص بقشرة الدماغ .

\* هو أحد هرمونات الجسم يفرز عن طريق الغدة الجار كلوية وهو أحد مشتقات الكورتيزون ، كما أن ارتفاعه يؤثر على الحالة النفسية للفرد .

١٤. كما أجرى Shima (1994) دراسة هدفت إلى قياس شبكة المساندة الاجتماعية عند طلبة المدارس العليا في اليابان ، وذلك على (١٤٧) مراهق ومراهقة (تعرض بعضهم للضغط النفسي والاكتئاب) من طلبة المدارس العليا ، وقد تم تطبيق استبيان كان فيه ثمانية أشخاص هم أعضاء شبكة المساندة الاجتماعية (مثل الأم والأب ، والأصدقاء المقربون والأقارب) ، وذلك على مقياس يتكون من اثني عشر عنصراً من عناصر المساندة الاجتماعية ، وقد أظهر التحليل العاملي أن هناك عاملين أساسيين هما المساندة النفسية والمساندة التحفيزية ، وتم تحديد الارتباط بين المعدلات التي سجلها كل عامل بالنسبة لأعضاء الشبكة الثمانية وبين القلق النفسي والاكتئاب .

١٥. وقد قام Furnham & Sheikh (1993) بدراسة هدفت إلى معرفة نوع المساندة الاجتماعية بين الأجيال وعلاقتها بالصحة عند المهاجرين الآسيويين ، وذلك على عينة من (٥٦) امرأة ، (٤٤) رجلاً تراوحت أعمارهم بين (١٨-٦٢) سنة ، وقد تم إجراء المقابلات معهم وكان أكثرهم من الهند وباكستان ، وذلك فيما يتعلق بالتوافق النفسي مع الحياة في بريطانيا .

وقد توصل الباحثان إلى أن مستويات الاضطرابات النفسية عند النساء أكثر منها عند الرجال ، ولكن الجيل الثاني من المهاجرين لم يكن لديهم نفس الارتفاع في مستويات الاضطرابات النفسية مثل الجيل الأول ، كما لم تؤثر شبكات المساندة الاجتماعية على الصحة النفسية عند كلا من الجنسين فيما عدا متغير المساندة الاجتماعية في العمل ، كما أن المساندة الاجتماعية تساهم في الضغط الاجتماعي أو تخفف منه بأكثر من طريقة عند كل من الجيل الأول والثاني من المهاجرين .

١٦. كما أجرى (1992) Buunk & Hoorens دراسة هدفت إلى تقديم توضيح نظري للمساندة الاجتماعية وتحليل نظرية المقارنة الاجتماعية والتبادل الاجتماعي كاتجاهين مفيدتين في فهم المساندة الاجتماعية ، وتوظيف هاتين النظريتين في تفسير ثلاث ظواهر في نطاق المساندة الاجتماعية وهي حقيقة :

١\_ أن المساندة لها بعض التأثيرات السلبية أحياناً .

٢\_ حدوث الضغط نفسه يمكنه أن يؤدي إلى نقص في مصادر المساندة المتاحة .

٣\_ بعض الناس يعتقدون أنهم يقدمون المساندة بصورة أكبر مما يتلقونها وأن هناك مساندة متاحة لهم أكثر مما هي متاحة للآخرين .

وقد توصل الباحثان إلى أن المساندة الاجتماعية المقدمة من أشخاص ذو أهمية بالنسبة للفرد لها دور كبير في التعامل مع أحداث الحياة المهمة ، كما أن لها القدرة على التقليل أو القضاء على الآثار العكسية لهذه الأحداث على الصحة ، ومع ذلك فإن الاكتشافات الخاصة بدور المساندة في التخفيف من الضغط تكون متناقضة في بعض الأحيان وصعبة التفسير ، وهذا قد يرجع إلى نقص الاهتمام الموجه إلى دور العمليات التي من خلالها تحقق المساندة الاجتماعية أهدافها المؤثرة .

١٧. ولقد أجرت سميرة شند (١٩٩٠م) دراسة كان من أهدافها الكشف عن بعض العوامل الاجتماعية التي قد تسهم في صراع الأدوار لدى الأم العاملة ، وبحث العلاقة بين صراع الأدوار وبعض المتغيرات النفسية ذات الأهمية متمثلة في سوء التوافق ، وما يرتبط بهما من التعرض لبعض الاضطرابات العصائية (القلق والاكتئاب) ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) أم عاملة تراوحت أعمارهن بين (٢٥\_٤٥) سنة ، كما استخدمت الباحثة المقاييس الآتية :

١\_ مقياس القلق .

٢\_ مقياس صراع الأدوار لدى الأم العاملة .

٣\_ مقياس الاكتئاب العصائي .

٤\_ اختبار التوافق للراشدين .

٥- استمارة جمع البيانات . ٦- دليل تقدير الوضع (الاجتماعي \_الاقتصادي) .  
وقد توصلت الباحثة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة الأمهات العاملات طول الوقت وبعض الوقت على مقياس صراع الأدوار لصالح المجموعة الأولى ، كما يوجد ارتباط دال موجب بين درجات الأمهات العاملات على مقياس صراع الأدوار ودرجاتهن على مقياس سوء التوافق والقلق والاكئاب العصبي ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة الأمهات العاملات اللاتي لديهن ولدًا واحد أو اثنان واللاتي لديهن ثلاثة أو أربعة على مقياس صراع الأدوار ، وأيضاً لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة الأمهات العاملات اللاتي لديهن أولاد دون سن السادسة واللاتي لديهن أولاد فوق سن السادسة على مقياس صراع الأدوار .

١٨ . كما قام Karen (1987) بمجموعة من الدراسات بهدف دراسة الفكرة القائلة بأن المساندة الاجتماعية والتصاحب\* لهما آثار مختلفة على الراحة النفسية ، وتهدف الدراسة الأولى إلى اختبار الفرض القائل بأن التصاحب يعمل على زيادة الراحة النفسية بغض النظر عن مستوى ضغوط الحياة (الأثر الرئيسي) ، في حين أن المساندة تسهم في الراحة النفسية عن طريق التقليل من آثار ضغوط الحياة المعاكسة (الأثر المخفف) ، أي مقارنة التصاحب والمساندة على مستوى واسع بدلاً من التفريق بينهما ، وقد تم اختبار الفرض باستخدام بيانات مسح شامل على (١٠٥٠) من سكان شمال كاليفورنيا ، واستخدم الباحث المقاييس الآتية :

١- مقياس الأعراض النفسية . ٢- مقياسين لضغوط الحياة الشديدة والبسيطة .

٣- مقياسين لعدد مصادر ومقدمي المساندة المتاحة للمشاركين .

\* المقصود بالتصاحب هو : التفاعل الاجتماعي بغرض توفير المنفعة المشتركة مثل (المشاركة مع الآخر في وقت الفراغ والأنشطة الأخرى بغرض الاستمتاع) .

وقد توصل الباحث إلى أن المساندة الاجتماعية تعمل على تخفيف أثر الضغوط النفسية الشديدة ، وكان لها تأثيرات مختلفة على معدلات الضغوط المرتفعة والمنخفضة ، إذ أن الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم تزيد عن المتوسط كان ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية مرتبطاً بانخفاض عدد الأعراض النفسية ، وعلى العكس مع الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم أقل من المتوسط ارتبط ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية بزيادة الأعراض ، بينما لم يتأثر الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم في المستوى المتوسط ، كما تم التوصل إلى أن المساندة الاجتماعية والتصاحب يسهمان بشكل مختلف في السعادة النفسية إلا أن آثار المساندة كانت أكثر تعقيداً من آثار التصاحب .

بينما هدفت الدراسة الثانية والثالثة والرابعة إلى معرفة ما إذا كانت الوحدة والشعور بالرضا عن العلاقات التي يكونها الفرد ترتبط بقوة بالمساندة والتصاحب أم لا ، وقد تكونت عينة الدراسة الثانية والثالثة من (١٢٤-٨٠) طالباً ، وقد شارك في الدراسة الثانية (٤١) رجلاً ، (٨٣) امرأة وكان متوسط أعمارهم (٢١,٠٧) ، أما في الدراسة الثالثة فقد شارك (٣٣) رجلاً ، (٤٧) امرأة بمتوسط (٢٢,٩٣) سنة ، ولأن الحاجات الاجتماعية الخاصة بالراشدين لا تمثل حاجاتهم قام الباحث بالدراسة الرابعة على عينة من المجتمع تكونت من (١٠٠٣) مشاركاً ، وقد تم استخدام عدة مقاييس في هذه الدراسات على النحو الآتي :

١- مقياس الشعور بالوحدة (كاليفورنيا ونيويورك) .

٢- مقياس الرضا عن الصداقات .

٣- مقياس العلاقات الأسرية .

وقد توصل الباحث من خلال مقياس كاليفورنيا إلى أن التصاحب والمساندة الاجتماعية ذو علاقة ذات دلالة إحصائية بانخفاض معدل الوحدة النفسية ، كما أن الرضا عن العلاقات الأسرية له علاقة ذات دلالة إحصائية بمقدار المساندة الفعالة

للمتلقي ، بينما لم يكن التصاحب والمساندة ذو علاقة دالة بالرضا عن العلاقات الأسرية .

أما الدراسة الخامسة فقد هدفت إلى معرفة أن التصاحب يؤدي إلى ردود أفعال قوية من جانب الآخرين أكثر من المساندة الاجتماعية ، وقد شملت العينة (٥٨) طالباً جامعياً منهم (١٦) من الذكور ، (٤٢) من الإناث ، وتم تطبيق استبيان يحتوي على النواحي التجريبية في اليوم الأول من الدورة ، وقد استخدمت الدراسة نموذجاً تصميمياً بين المشاركين بمعنى وجود تقاطع بين جنس الفرد الذي يمثل المثير وبين طبيعة القصور الاجتماعي (نقص التصاحب أو المساندة الوجدانية أو الفعالة) وقد تكونت مواد المثير من فقرة واحدة وكانت تصف طالباً تخيلياً لديه نوع محدد من القصور الاجتماعي ، وقدم المشاركون خمسة تقديرات للشخص المثير .

وقد أسفرت بعض النتائج على أن رد فعل المشاركين على أنواع القصور الاجتماعي الثلاثة كان مختلفاً ، وأن استجاباتهم لم تكن قائمة على الفرد الذي قام بدور المثير كما أن نقص التصاحب يثير العديد من الاستجابات السالبة أكثر مما يثيره نقص المساندة الاجتماعية .

١٩ . وقد أجرى Charles & Rudolph (1981) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين التغيرات التي تحدث في المساندة الاجتماعية وعدم التوافق النفسي مع مراقبة الأعراض الأولية لعدم التوافق ، وكذلك المراحل الأولى لتغير الحياة والمساندة الاجتماعية ، وكان ذلك على عينة اختبرت بطريقة عشوائية مكونة من (٢٤٥) ذكور ، (٢٤٨) إناث جميعهم من الراشدين المتمين إلى أسر في منطقة سان فرنسيسكو ، وقد قام المشاركون بإكمال نموذجين للتقويم تم إجراؤهما بفاصل زمني مقداره عام واحد ، وقد استخدم الباحثان المقاييس الآتية :

١\_ مقياس العلاقات الأسرية .

٢\_ مقياس علاقات العمل .

٣\_ مقياس الأحداث السلبية الخاصة بتغيير الحياة .

٤\_ مقياس الاكتئاب .

٥\_ مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية .

٦\_ مقياس المساندة الاجتماعية .

وقد توصل الباحثان إلى وجود علاقة دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية وعدم التوافق النفسي ، وعندما تمت مراقبة المستويات الأولى لعدم التوافق وتغيرات الحياة والمساندة الاجتماعية ، كانت النتائج مؤيدة بشكل عام للتنبؤ القائل بأن نقص المساندة الاجتماعية في محيط الأسرة والعمل يرتبط ارتباطاً دالاً إحصائياً بزيادة عدم التوافق النفسي على مدار العام الواحد ، كما أن الأحداث السلبية مرتبطة بالمعاناة الخاصة بصورة أكبر من قيامها بعكس تغيرات الحياة بشكل عام ، كما توصل الباحثان إلى وجود علاقة عكسية بين العلاقات الأسرية والاكتئاب لكل من النساء العاملات وغير العاملات غير أن هذه الارتباطات لم تكن دالة بالنسبة للرجال العاملين ، كما توجد علاقة دالة سالبة بين علاقات العمل والاكتئاب لدى أفراد المجموعتين العاملين ، وعلاقة دالة موجبة بين مقياس مؤشر الأحداث السلبية المرتبطة بتغيير الحياة والاكتئاب لدى كافة المجموعات ، كما أتضح وجود علاقة عكسية بين العلاقات الأسرية والاضطرابات السيكوسوماتية لمجموعة النساء بينما لم تكن دالة بالنسبة للرجال ، وتؤيد نتائج الدراسة بشكل عام التنبؤ القائل بأن أي تغيير في المساندة الاجتماعية في بيتي الأسرة والعمل على مدار فترة عام واحد مرتبط ارتباطاً دالاً بتغيير عدم التوافق النفسي على مدار نفس الفترة ، وبالنسبة لمتغير الاكتئاب أتضح وجود علاقة دالة إحصائياً بين النساء العاملات وغير العاملات ، كذلك على متغير العلاقات الأسرية وعلاقات العمل بين العاملين والعاملات ، وبالنسبة للاضطرابات السيكوسوماتية فقد أتضح وجود علاقة دالة إحصائياً بين النساء العاملات وغير العاملات على متغير العلاقات الأسرية .

## ـ التعليق على دراسات المساندة الاجتماعية

من خلال عرض الدراسات السابقة التي اهتمت بمتغير المساندة الاجتماعية ، وعلى الرغم من اختلاف أنواعها ، وطرق دراستها لهذا المتغير إلا أنها أظهرت نتائج ودلالات علمية قيمة نوضحها على النحو الآتي :

١ـ تختلف دوافع سلوك العزاء باختلاف العمر ، إذ أن دوافع كبار السن كانت أقوى من دوافع صغار السن ، كما في دراسة (اسماء إبراهيم : ٢٠٠١م) .  
٢ـ الأفراد المدعّمين بالمساندة الاجتماعية كانت لديهم القدرة بشكل أفضل في مواجهة الضغوط النفسية والتوافق النفسي عن غير المدعّمين بها ، كما في دراسة (علي علي : ٢٠٠٠م) .

٣ـ توصلت دراسة (Shima : 1994 , Grassi et al : 2000) إلى أن الأفراد الذين يتلقون مساندة اجتماعية أقل سجلوا معدلات أعلى من القلق والاكتئاب والحزن والخوف المرضي مقارنة بالمرضى الذين يتلقون مساندة أكبر منهم .  
٤ـ عرضت بعض الدراسات أهمية دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من تأثير الصراعات النفسية ومواجهة الضغوط النفسية خاصة من الأسرة وجماعة الرفاق والعمل ، إذ توصلوا إلى أن المرأة العاملة التي لا تتلقى مساندة اجتماعية تعاني أكثر من الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية ، كما في دراسة (علي علي : ٢٠٠٠م ، محمد خليل : ١٩٩٦م) ، (Furnham & Sheikh : 1995 , Lepore : 1993) إلا أن دراسة (Stoney & Finney : 2000) توصلت إلى أن معدلات الكوليسترول تزداد في وجود الآخرين .

٥ـ كما أشارت نتائج دراسة (فهد الربيعه : ١٩٩٧م) إلى عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات فيما يتعلق بإحساسهم بالمساندة الاجتماعية ، إذ أن المرأة في المجتمع السعودي ربما تكون أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الرجل ، كما أن الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة في الوحدة النفسية كانت درجاتهم في



المساندة الاجتماعية منخفضة ، وهذا يعني أن الأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية يكونون مضطربين كماً وكيفاً في علاقتهم الاجتماعية ، كما توصل (Karen : 1987) إلى أن المساندة والتصاحب ذو علاقة بالوحدة النفسية .

٦\_ تنعكس معاناة المرأة من الضغوط النفسية على صحة أبنائها النفسية والجسمية كما في دراسة (Dianne : 2000) .

٧\_ تؤثر المساندة الاجتماعية المرتفعة تأثيراً إيجابياً في خفض حدة الضغوط النفسية والاضطراب الجسدي والنفسي كارتفاع ضغط الدم واضطراب القلب وخفض مستوى الألم ، وتقوية إرادة الحياة وزيادة القدرة على مواجهتها وخفض شدة الأعراض الإكتئابية ، ومن ثم فهي عامل وقائي مخفف من الآثار السلبية الناتجة عن ارتفاع مستوى الضغوط ، كما أن لها تأثير كبير على الاستجابة الفسيولوجية للضغط ، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (محمد خليل : ١٩٩٦م) (Uchino & Gravey : 1997 , Suganuma & Ura : 1997 , Kirschbaum et al : 1995 , Lepore : 1995 , Karen : 1987) .

٨\_ معاناة المرأة العاملة من الاكتئاب ونقص المساندة الاجتماعية خاصة في مجال العمل يؤثر على صحتها النفسية ، كما في دراسة (هشام عبدالله : ١٩٩٥م ، سميرة شند : ١٩٩٠م) (Furnham & Sheikh : 1993 , Charles & Rudolph : 1981) .

٩\_ أكدت نتائج بعض الدراسات على أهمية المساندة الاجتماعية للفرد خاصة (درجة الرضا) في مواجهة الضغوط النفسية وآثارها على الصحة كما في دراسة (Buunk & Hoorens : 1992) .

١٠\_ كما أن المرأة أكثر سعياً للحصول على دعم ومساندة الآخرين في مواقف الشدة وأكثر اعتماداً على المساندة من الرجل ، وتأثراً نتيجة مواجهة الضغوط النفسية ، كما أن المساندة تقي المرأة من الاضطرابات السيكوسوماتية ، وتلعب دوراً هاماً في شعورها بالقيمة ، وفي النمو النفسي والصحة النفسية السليمة ، كما

أنها عاملاً وقائياً لها من الاكتئاب ، كما في دراسة (علي علي : ١٩٩٧م ، محمد خليل : ١٩٩٦م) وقد أكدت دراسة (فهد الربيعه : ١٩٩٧م) على أن هناك فروقاً في الإحساس بالمساندة الاجتماعية بين الإناث والذكور .

١١\_ معاناة الأمهات اللاتي يعملن وقتاً أطول من سوء التوافق وصراع الأدوار كما أن عدد الأبناء لا يؤثر في شعورهن بتحمل العبء وزيادة المسؤولية ، كما في دراسة (سميرة شند : ١٩٩٠م) .

نستنتج من ذلك أن نقص كمية المساندة الاجتماعية التي تتلقاها المرأة العاملة سواء من الأسرة أو رفاق العمل تؤدي إلى سوء توافيقها النفسي والجسمي ، وضعف قدرتها على مواجهة الضغوط النفسية التي تتعرض لها في حياتها .

ومن هنا جاء اهتمام الباحثة الحالية بدراسة المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية للمرأة العاملة ، إذ أن الضغوط تؤثر بشكل كبير على المرأة نتيجة لحساسيتها وطبيعة تكوينها الجسمي ، ومن ثم فهي في حاجة إلى المساندة الاجتماعية بشكل أكبر من الرجل حتى تستطيع أن تصل إلى مستوى مناسب من التوافق النفسي في حياتها .

### \_ دراسات اهتمت بمتغير الضغوط النفسية

تتناول هذه المجموعة من الدراسات الضغوط النفسية في علاقتها ببعض المتغيرات على النحو الآتي :

١. أجرى نبيل حسن (٢٠٠١م) دراسة كان من أهدافها معرفة الضغوط الوالدية التي تؤثر على الميكانيزمات الفسيولوجية لدى جسم الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة ، ومعرفة الأزمات الانفعالية الحادة التي تؤدي إلى التغيرات الفسيولوجية لدى الأطفال ، وكذلك مؤشرات الاضطرابات الفسيولوجية التي تظهر في صورة زيادة معدل ضربات القلب وسرعة التنفس التي تسبب المشكلات الصحية لدى

الأطفال ، ومعرفة بعض المتغيرات الفسيولوجية المميزة والناجمة من الأطفال ذوي الضغوط الوالدية المرتفعة والأطفال ذوي الضغوط الوالدية المنخفضة ، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٨٠) طفل في مرحلة ما قبل المدرسة ، (١٨٠) من آباء وأمهات الأطفال من مدارس وحضانات محافظة المنيا ، وقد أستخدم الباحث الأدوات الآتية :

١\_ مقياس الضغوط الوالدية .

٢\_ استفتاء المتغيرات الانفعالية للأطفال كما يدركها الآباء .

وقد توصل الباحث إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين متغيرات الضغوط الوالدية وعدد ضربات القلب لدى الأطفال إلا في متغير ضغوط الحياة ، كما أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين بعض متغيرات الضغوط الوالدية وسرعة التنفس لدى الأطفال ، في حين أن هناك ارتباطاً بين متغير كثرة المطالبة والإلحاح وسرعة التنفس للأطفال ، كذلك هناك ارتباطاً بين العزلة الاجتماعية وسرعة التنفس لدى الأطفال ، وأيضاً هناك ارتباطاً بين الضغوط النفسية وسرعة التنفس لدى الأطفال ، كما أتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال مرتفعي ومنخفضي الضغوط الوالدية في ضربات القلب لصالح مرتفعي الضغوط .

٢. وقد قام عباس متولي (٢٠٠٠م) بدراسة كان من أهدافها معرفة الفروق في الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية تبعاً لمتغيرات الجنس ومدة الخبرة وقد تكونت عينة الدراسة الكلية من (٢٤٠) معلماً ومعلمة بالمرحلة الابتدائية ، وكانت عينة المعلمين من (١٢٠) معلماً منهم (٥٧) معلماً تراوحت مدة خبرتهم من (١-٥) سنوات ، (٦٣) معلماً تراوحت مدة خبرتهم بين (٦-١٠) سنوات ، وكانت عينة المعلمات من (١٢٠) معلمة منهن (٥٦) معلمة تراوحت مدة خبرتهن

(١-٥) سنوات ، (٦٤) معلمة تراوحت مدة خبرتهن بين (٦-١٠) سنوات ، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :

١- اختبار الشخصية لبيرنرويتير . ٢- مقياس الضغوط النفسية للمعلمين .

وتوصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في مدة الخبرة لصالح المعلمين والمعلمات الأقل خبرة ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في الضغوط النفسية لصالح المعلمات ، أي أن المعلمات الأقل خبرة أكثر معاناة من الضغوط النفسية من المعلمين والمعلمات الأكثر خبرة ، كما أن المعلمات أكثر معاناة من المعلمين من الضغوط النفسية ، أي أن المعلمات الأقل خبرة أكثر المجموعات معاناة من الضغوط النفسية .

٣. كما قام (Freeman et al (2000 بدراسة هدفت إلى معرفة\* أثر العنف السياسي على الضغوط النفسية عند طلبة طب الأسنان ، وذلك مقارنة بمجموعة الطلبة في عامي (١٩٩٢م ، ١٩٩٥م) ، فيما يختص بمصادر الضغط واستراتيجيات التوافق ، ونتائج الضغط والسلوكيات المتعلقة بالصحة العامة ، حيث افترض الباحث أن العنف السياسي الذي يحدث في شمال أيرلندا يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية بين السكان ، وأدى هذا الافتراض إلى التشكيك في مصداقية العمل الذي أجراه الباحثون عامي (١٩٩٢م ، ١٩٩٥م) لتقييم الضغوط عند طلبة طب الأسنان في بلغاست ، وقد تم إجراء مسح مماثل على عينة من (٩٠) طالب عام (١٩٩٥م) أثناء فترة وقف إطلاق النار بين عامي (١٩٩٤ ، ١٩٩٦م) ، وكان الهدف من ذلك مقارنة هذه المجموعة بالمجموعة الأصلية المكونة من (٨٨) طالب عامي (١٩٩٢م ، ١٩٩٥م) ، وقد قام الطلبة بعمل استبيانات الضغط المهني .

\* تتخلف الباحثة حول تسمية المجموعتين تجريبية وضابطة حيث أن الدراسة وصفية وليست تجريبية .

وقد أوضحت النتائج أنه لا يوجد أي أثر لعامل الزمن أو التفاعل بين الجنسين على مصادر الضغط أو السلوك من النمط الأول أو المساندة الاجتماعية أو السلوكيات المتعلقة بالصحة العامة أو نتائج الضغط (ضعف الصحة البدنية والعقلية) ، وقد أكدت النتائج أن المساندة الاجتماعية والانسجام داخل المجموعة وهويتها يمكن أن تساعد على احتواء الضغوط النفسية التي ترتبط بالعنف السياسي في شمال إيرلندا .

٤ . وقامت سميرة أبو غزالة (١٩٩٩م) بدراسة كان من أهدافها الكشف عن الفروق بين المستويات الثلاثة للضغوط النفسية (المرتفعة والمتوسطة والمنخفضة) في درجة المقاييس والدلالات الإكلينيكية لاختبار الشخصية المتعدد الأوجه ونسبة الذكاء كما يقيسها اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن ودرجة تأكيد الذات ، وقد شملت عينة الدراسة طالبات المستوى الثالث من جميع التخصصات الموجودة في كلية إعداد معلمات المرحلة الابتدائية بجدة للعام الدراسي ١٤١٨هـ / ١٩٩٧م ، وقد تكونت العينة من (٥٨) طالبة تم تقسيمهن إلى ثلاث مجموعات ، وذلك كما يلي :

أ\_ المجموعة المرتفعة التي تراوحت ضغوطهن من (٧٠-١٠٠) درجة على قائمة هوبكتر الدالة على الضغط ، وكان عددهن (٢٥) طالبة .

ب\_ المجموعة المتوسطة التي تراوحت ضغوطهن من (٦٠-٧٠) درجة ، وكان عددهن (١٧) طالبة .

ج\_ المجموعة المنخفضة التي كانت ضغوطهن أقل من (٦٠) درجة ، وعددهن (١٦) طالبة ، واستخدمت الباحثة الأدوات التالية :

١\_ استمارة جمع البيانات .

٢\_ اختبار الشخصية المتعدد الأوجه .

٣\_ اختبار المصفوفات المتتابعة لرافن .

٤\_ قائمة هوبكتر لأعراض الضغط .

٥\_ مقياس تأكيد الذات . ٦\_ مقياس المؤشرات السلوكية الدالة على الضغط .  
وقد توصلت الباحثة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة  
في الضغوط النفسية لصالح ذوات الضغوط النفسية المرتفعة في مقياس توهم المرض  
والانحراف السيكوباتي والبارانويا ، والسيكاثينيا والفصام والهوس الخفيف ،  
والانطواء الاجتماعي والهستيريا ، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين  
متوسط درجات المجموعات الثلاث للضغوط النفسية في كل من مقياس الاكتئاب  
ومقياس الذكورة والأنوثة ، كما توصلت الباحثة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة  
إحصائية بين متوسط درجات المستويات الثلاثة للضغوط النفسية في اختبار الذكاء  
ومتغير تأكيد الذات ما عدا بعد الرفض فكانت الفروق لصالح ذوات الضغوط  
المنخفضة .

٥. كما قام يوسف محمد (١٩٩٩م) بدراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة  
الضغوط النفسية لدى المعلمين والمعلمات ، ومعرفة الفروق بينهم في شعورهم بهذه  
الضغوط ، ومن ثم التعرف على حاجاتهم الإرشادية المرتبطة بهذه الضغوط ، وقد  
تكونت عينة الدراسة من (١٨٩) معلماً ومعلمة تم اختيارهم عشوائياً من المدارس  
الإعدادية والثانوية بمنطقتي العين وعجمان التعليميتين بدولة الإمارات العربية ، وقد  
استخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية للمعلمين .

وقد تبين من النتائج أن الضغوط الإدارية التي يتعرض لها المعلمون من الجنسين  
تأتي في المرتبة الأولى يليها الضغوط الطلابية وإن ارتفع متوسطها نوعاً ما لدى  
المعلمات ثم الضغوط التدريسية والضغوط الناشئة عن العلاقات بالزملاء ، أما  
الفروق بين الجنسين فقد أظهرت النتائج وجود فروق في الضغوط الإدارية لصالح  
الذكور ، أما عن الفروق في الضغوط الطلابية والضغوط الخاصة بالعلاقات فكانت

لصالح المعلمات ، ولم تشر النتائج إلى وجود فروق بين الجنسين في الضغوط التدريسية أو الدرجة الكلية للضغوط .

٦. وفي دراسة قام بها Zhang et al (1999) بهدف معرفة الضغوط النفسية وعوامل التدنخل والاستجابات للضغط النفسي عند طلبة المدارس العليا في الصين ، وذلك على عينة من (٢٤٤) طالب ، (١٩٣) طالبة وكان منهم (١٩٢) من مدارس الريف و(٢٤٥) من مناطق حضرية و(٢٣٢) من مدارس رئيسة ، (٢٠٥) من مدارس عامة وقد قام الطلبة بملاء الآتي :

١\_ مقياس الأحداث اليومية للمراهقين . ٢\_ استبيان أسلوب التوافق .

وقد توصل الباحثون إلى أن الضغوط النفسية الرئيسة عند الطلبة هي مشكلات العلاقات الشخصية المتبادلة مع الأسرة والأصدقاء والضغط الناتج عن التعليم ، كما أن عوامل التدنخل الرئيسة هي المساندة الاجتماعية وأساليب التوافق والتسامح والعقلانية ، وتوجيه اللوم للذات وتجنب الأحداث ، أما أعراض الضغط الرئيسة هي حساسية العلاقات الشخصية والإجبار ، وكبرياء العظمة والعدوانية .

٧. كما أجرى عماد عبد الرازق (١٩٩٨م) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين إدراك المعاناة الاقتصادية كأحد أنواع الضغوط النفسية والخلافات الزوجية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) ذكور ، (٧٠) إناث وجميعهم من المتزوجين ، وأستخدم الباحث الأدوات الآتية :

١\_ استبيان المعاناة الاقتصادية . ٢\_ استبيان الخلافات الزوجية .  
٣\_ مقياس المساندة الاجتماعية .

ولقد كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجة المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية لدى كل الأزواج ، كما وجد أن المساندة تُعدل من العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية .

٨. وقد قام عويد المشعان (١٩٩٨م) بدراسة كان من أهدافها التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية ، وكذلك التعرف على العلاقة الارتباطية بين الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٧٤٦) معلم ، منهم (٣٧٧) ذكور ، (٣٦٩) إناث ، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :

١\_ مقياس الضغوط النفسية . ٢\_ مقياس غموض وصراع الدور .

٣\_ مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية .

وتوصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير العبء المهني والتطور المهني لصالح الإناث ، وهذا يعني أن هذان المتغيران أكثر مصدراً للضغوط المهنية للإناث منه للذكور ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في متغير الاضطرابات السيكوسوماتية لصالح الإناث ، وهذا يعني أن الإناث أكثر تعرضاً للاضطرابات السيكوسوماتية من الذكور كما أن الإناث أكثر تعرضاً للضغوط من الذكور في العلاقة مع الأفراد الآخرين .

٩. وفي دراسة قام بها عويد المشعان (١٩٩٨م) كان من أهدافها التعرف على الفروق بين الموظفين والموظفات ، والمتزوجين وغير المتزوجين في مصادر ضغوط العمل ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٨٩) موظف بواقع (١٦٢) من الموظفين ، (١٢٧) من الموظفات وقد استخدم الباحث مقياس مصادر الضغوط في العمل .



وقد تم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الموظفين والموظفات في مصادر ضغوط العمل لصالح الموظفات ، كما توصل الباحث إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجين وغير المتزوجين في مصادر ضغوط العمل ماعدا متغير التطور المهني كان لصالح غير المتزوجين .

١٠. كما أجرى حسين فايد (١٩٩٨م) دراسة هدفت إلى فحص التأثير السلبي للضغوط على الصحة النفسية ، ومعرفة التأثير الإيجابي للمساندة في خفض كل من الضغوط والأعراض الإكتئابية الناتجة عن ارتفاع مستوى الضغوط ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٣٤) ذكور من خريجي الجامعة تراوحت أعمارهم بين (٢٤\_٢٥) سنة ، وقد استخدم الباحث كل من :

- ١\_ استبيان أحداث الحياة الضاغطة .
- ٢\_ قائمة بك للاكتئاب .
- ٣\_ استبيان المساندة الاجتماعية .

وتوصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الضغوط في الأعراض الإكتئابية لصالح مرتفعي الضغوط ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الضغوط في المساندة الاجتماعية لصالح منخفضي الضغوط ، كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي المساندة الاجتماعية في الاكتئاب لصالح منخفضي المساندة الاجتماعية ، وتوجد أيضاً فروق ذات دلالة إحصائية بين منخفضي ومرتفعي الأعراض الإكتئابية من ذوي الضغوط المرتفعة في المساندة الاجتماعية لصالح منخفضي الأعراض الإكتئابية من ذوي الضغوط المرتفعة .

١١. كما قامت كل من نجاة موسى ومديحة الفضيل (١٩٩٨م) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والاحترق النفسي وأساليب مواجهة

المشكلات والتنبؤ بكل من الضغوط النفسية والاحترق النفسي من خلال أساليب مواجهة المشكلات ، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٣٨) معلم ومعلمة من المدارس الثانوية ، واستخدمت الباحثين كل من :

- ١\_ مقياس أساليب مواجهة المشكلات ٢\_ مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين .
- ٣\_ مقياس الضغوط النفسية للمعلمين .

وقد تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والاحترق النفسي وبين الضغوط النفسية وكل من القلق وخفض التوتر وتآنيب النفس ، والانغلاق على النفس والبحث عن الانتماء وتجاهل المشكلة وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والاحترق النفسي وكل من المساندة الاجتماعية والتركيز على المشكلة والعمل بجد وإنجاز ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين بعد الاحتراق النفسي (ضغوط مهنية) وكل من القلق وعدم المواجهة وخفض التوتر ، وتآنيب النفس وتجاهل المشكلة وقد أمكن التنبؤ بالضغوط النفسية من خلال القلق وتآنيب النفس والعمل بجد وإنجاز ، والاحترق النفسي من خلال القلق والعمل بجد وإنجاز كما أن قلق الفرد من المستقبل واعتماده على التمني وأحلام اليقظة يزيد من هذه الضغوط .

١٢. وقد أجرى سامي الدريعي (١٩٩٧م) دراسة هدفت إلى قياس ضغوط أحداث الحياة عند مرضى السكر والمرضى العضويين من غير مرضى السكر وعند الأسوياء بهدف توضيح جوانب الاختلاف والاتفاق في هذه العوامل بين مجموعات الدراسة ، وقد تألفت العينة من (٦٠) فرداً من السعوديين (ذكور وإناث) تراوحت أعمارهم بين (٢٠-٤٥) سنة لتحديد متغير أمراض الشيخوخة ، وقد استخدم الباحث استبيان ضغوط أحداث الحياة .

وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرضى الداء السكري والمرضى العضويين والأصحاء في حجم الضغوط على بُعد النواحي المالية والصحية والزواج والأحداث الشخصية ، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة في بُعد ضغوط العمل والدراسة والمترل والأسرة وبعد الوالدية ، وكذلك في الدرجة الكلية للضغوط لصالح مرضى الداء السكري ، إذ تبين أن مرضى الداء السكري أكثر المجموعات الثلاثة إحساساً بحجم هذه الضغوط وقد توصل الباحث أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة في شدة الضغوط على بُعد النواحي الصحية والمترل والأسرة والزواج والوالدية ، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثلاثة على بُعد ضغوط العمل والدراسة والنواحي المالية والأحداث الشخصية وكذلك على الدرجة الكلية للضغوط لصالح مرضى الداء السكري .

١٣. كما قام فوزي عزت ونور جلال (١٩٩٧م) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وبعض متغيرات الشخصية التي تتعلق بالسن والجنس والخبرة وأبعاد الاتجاه نحو مهنة التدريس ، وقد بلغت عينة الدراسة (٩٠) معلماً ، معلمة منهم (٣٢) من المعلمين ، (٥٨) من المعلمات ، وقد بلغ متوسط عمر أفراد العينة (٣٣,٦٩) سنة ، وكان متوسط خبرتهم التدريسية (١٠,٧٦) سنة ، وقد استخدم الباحثان كل من :

١ \_ مقياس الضغوط المهنية للمعلمين . ٢ \_ مقياس الاتجاه نحو مهنة التدريس .

وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية للمعلمين بين بُعد الضمان المالي وكل من العمر الزمني ومدة الخبرة التدريسية في الضغوط النفسية ، بينما كانت هناك علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين بيئة العمل المادية وكل من العمر الزمني ومدة الخبرة التدريسية ، ويدل ذلك على معاناة

المعلمين في هذه المرحلة العمرية من عدم الأمن المادي الذي يسبب لهم المعاناة من الضغوط النفسية ، كما تم التوصل إلى أنه كلما زاد العمر الزمني وازدادت سنوات الخبرة أدى ذلك إلى زيادة الشعور بالضغط النفسي ، وقد أتضح عدم وجود علاقة دالة بين باقي أبعاد مقياس الضغوط وكل من متغير العمر الزمني ومدة الخبرة التدريسية للمعلمين والمعلمات ، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعدي العمل وبيئة العمل مع التلاميذ لصالح المعلمين ، مما يشير إلى استياء المعلمين من عدم ملاءمة المباني أكثر من المعلمات ، بينما لا توجد فروق دالة بين المعلمين والمعلمات على باقي أبعاد المقياس ، كما أتضح وجود علاقة سالبة بين الضغوط النفسية المتعلقة بعلاقة المعلمين وبعضهم البعض والاتجاه نحو العمل داخل الصف ، كما تبين عدم وجود علاقات دالة بين باقي أبعاد كل من مقياس الضغوط المهنية والاتجاه نحو مهنة التدريس بالنسبة للمعلمين والمعلمات .

١٤ . وقد أجرى عماد مخيمر (١٩٩٧م) دراسة هدفت إلى فحص مصادر مقاومة الضغوط والعوامل الواقية من الأثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد للضغوط النفسية وقد تكونت عينة الدراسة من (١٧١) فرداً منهم (٧٥) ذكور ، (٩٦) إناث ، وتراوحت أعمارهم بين (١٩-٢٤) سنة ، واستخدم الباحث الأدوات الآتية :

١- مقياس الاكتئاب .

٢- مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية .

٣- مقياس أحداث الحياة الضاغطة .

٤- استبيان الصلابة النفسية .

وقد كان من نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في المساندة الاجتماعية لصالح الإناث ، كما أتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية والاكتئاب ، وإن كان معامل الارتباط أقوى لدى الإناث من الذكور ، مما يشير

إلى أهمية الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في العلاقة بين الضغوط والاكتئاب وفي التخفيف من الأثر الناتج من التعرض للضغوط لدى الإناث خاصة .

١٥ . وقد أجرى صالح العبد القادر (١٩٩٧م) دراسة هدفت إلى التعرف على أهم الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلاب الجامعات وتقدير أهم النسبية لها ، والتعرف على الأهمية النسبية التي تؤثر بها بعض المتغيرات مثل الاستقامة على الدين ومركز الضبط والمساندة الاجتماعية وأساليب التعامل مع المواقف وتقدير الذات على متغيرات التوافق الشخصي والاجتماعي والتعليمي والصحي ومسار العلاقات بينهم ، وقد أختار الباحث (١٦٠) طالب من الجامعات السبع في المملكة العربية السعودية ، وطبق سبعة مقياس على النحو الآتي :

- ١\_ مقياس الضغوط النفسية .
- ٢\_ مقياس المساندة الاجتماعية .
- ٣\_ مقياس مركز الضبط أستل .
- ٤\_ مقياس التوافق .
- ٥\_ مقياس الاستقامة على الدين الإسلامي .
- ٦\_ مقياس تقدير الذات .
- ٧\_ مقياس أساليب التعامل مع المواقف الضاغطة .

وقد أسفرت النتائج عن تعرض الطالب الجامعي لمجموعة من الضغوط النفسية وتباين تقديرات الطلبة لهذه الضغوط ، وقد أتضح وجود علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين شدة الضغوط ومستوى التوافق لدى الطالب الجامعي ، كما توجد علاقة ارتباطيه دالة موجبة بين كل من المساندة الاجتماعية والاتجاه الداخلي لمركز الضبط وأساليب التعامل ومستوى الاستقامة على الدين الإسلامي وتقدير الذات مع مستوى التوافق ، وتوجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين شدة الضغوط وكل من اتجاه الضغط والمساندة الاجتماعية وأساليب التعامل ومستوى الاستقامة على الدين الإسلامي وتقدير الذات ، كذلك يوجد تأثير سلبى

للضغوط النفسية على المساندة الاجتماعية والاستقامة على الدين الإسلامي  
والتعامل مع المواقف ووجهة الضبط الداخلي والخارجي وتقدير الذات .

١٦. كما قامت كل من مايسة النيال وهشام عبدالله (١٩٩٧م) بدراسة هدفت  
إلى تحديد طبيعة العلاقة بين بعض أساليب مواجهة الضغوط النفسية كما تتمثل في  
أسلوب التوجه (الانفعالي والتجنب والأداء) ، وبعض الاضطرابات الانفعالية مثل  
(القلق والاكتئاب ، والوسواس القهري والعصائية) ، والتعرف على الفروق في  
أساليب المواجهة وفقاً لبعض المتغيرات الديموجرافية ، والتنبؤ بالاضطرابات  
الانفعالية من خلال بعض أساليب مواجهة الضغوط ، وذلك لدى عينة من طلاب  
وطالبات جامعة قطر ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤٤) طالباً وطالبة بواقع  
(٤٩) من الذكور ، (١٩٥) من الإناث ، كما أستخدم الباحثان مقياسي :

١\_ أساليب مواجهة الضغوط النفسية .  
٢\_ الاضطرابات الانفعالية .

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين  
أساليب مواجهة الضغوط النفسية وبعض الاضطرابات الانفعالية ، وأتضح أنه لا  
توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الضغوط النفسية وفقاً  
لمتغيرات الجنس والتخصص الدراسي والعمل والحالة الاجتماعية والعمر ، كما  
توصل الباحثان إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب مواجهة الضغوط  
النفسية وفقاً لمستويات الاضطرابات الانفعالية ، إذ أن مجموعة مرتفعي  
الاضطرابات الانفعالية كانوا أكثر ميلاً للاعتماد على أسلوب التوجه الانفعالي  
كأحد الاستراتيجيات السلبية في التعامل مع الضغوط ، بينما وجدنا أن مجموعة  
المنخفضين كانوا أكثر ميلاً للاعتماد على أسلوب التوجه نحو الأداء .

١٧. كما أجرت راوية دسوقي (١٩٩٦م) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة السببية بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسي والصحة النفسية لدى المطلقات وكذلك التعرف على الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الصحة النفسية من المطلقات في إدراكهن للضغط النفسي والمساندة الاجتماعية من قبل الأسرة والأصدقاء ، والتعرف على الفروق بين المطلقات في إدراكهن لحجم ودرجة الرضا عن المساندة الاجتماعية ، وقد تكونت العينة من (٤٠) امرأة من النساء المطلقات لأول مرة تراوحت أعمارهن بين (٢٥-٤٠) سنة ، وقد استخدمت الباحثة المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس المساندة الاجتماعية .
- ٢\_ مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية .
- ٣\_ مقياس ضغط الحياة .
- ٤\_ مقياس الصحة النفسية .

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات مرتفعي ومنخفضي الصحة النفسية في الضغوط النفسية لصالح منخفضي الصحة النفسية ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المطلقات مرتفعي ومنخفضي الصحة النفسية في بعدي المساندة الاجتماعية (حجم المساندة والرضا عنها) من قبل الأسرة والأصدقاء ، وكذلك الدرجة الكلية لصالح مرتفعات الصحة النفسية ، مما يدل على أنهن كن يتلقين المساندة الاجتماعية من قبل أسرهن وأصدقائهن .

١٨. وقد أجرت كريمة حسن (١٩٩٥م) دراسة هدفت إلى معرفة الضغوط النفسية لدى معلمات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي وسمات الشخصية المتمثلة في القلق ، والعدوانية ، والدوجماتية ، والعصابية/الانحياز الانفعالي ، والانبساط/الانطواء ، ووجهة الضبط ، وتأكيد الذات ، والثقة بالنفس ، وقد شملت عينة الدراسة (١٠٠) معلمة من معلمات الصف الثالث من التعليم الأساسي تراوحت أعمارهن بين (٢٥-٣٨) سنة ، وعينة عشوائية من تلاميذهن بلغت

(٢٠٠٠) تلميذاً وتلميذة بواقع (٢٠) تلميذاً لكل معلمة ، وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية :

- ١\_ مقياس الضغوط النفسية إعداد الباحثة .
- ٢\_ قائمة القلق (كسمة) .
- ٣\_ مقياس العدوانية .
- ٤\_ مقياس الدوجماتية .
- ٥\_ قائمة أيزنك للشخصية .
- ٦\_ مقياس وجهة الضبط .
- ٧\_ مقياس تأكيد الذات .
- ٨\_ مقياس الثقة بالنفس .
- ٩\_ نتائج درجات التلاميذ في التحصيل الدراسي نهاية العام .

وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المعلمات ذوى القلق والعدوانية والضغوط المرتفعة والمنخفضة في التحصيل الدراسي لصالح تلاميذ المعلمات ذوى القلق والعدوانية والضغوط المنخفضة ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المعلمات العصبيات/المتزنات انفعالياً والمنبسطات/المنطويات في التحصيل الدراسي لصالح تلاميذ المعلمات المتزنات انفعالياً والمنبسطات ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المعلمات ذوى وجهة الضبط الخارجي والداخلي في التحصيل الدراسي لصالح تلاميذ المعلمات ذوى وجهة الضبط الداخلي ، كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المعلمات مرتفعي ومنخفضي تأكيد الذات في التحصيل الدراسي لصالح تلاميذ المعلمات مرتفعي تأكيد الذات ، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ المعلمات ذوى الثقة بالنفس وذوى الشعور بالذنب في التحصيل الدراسي لصالح تلاميذ المعلمات ذوى الثقة بالنفس ، وقد أسهمت بعض سمات الشخصية كالقلق والانبساط والانطواء والعدوانية في التنبؤ بالضغوط النفسية للمعلمات ، في حين لم تثبت بعض السمات الأخرى مثل تأكيد الذات والثقة بالنفس ووجهة الضبط والعصائية والاتزان الانفعالي الوجداني أهميتها في هذا الشأن .



١٩- وقد أجرى حسن عبد المعطي (١٩٩٤م) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير حضارة وثقافة كل من المجتمع المصري والإندونيسي في تشكيل شخصية أفرادهم واستجاباتهم للضغوط النفسية وأساليب مواجهتها ، وقد بلغ حجم العينة المصرية (٣٨٥) طالب وطالبة تراوحت أعمارهم بين (٢١-٥٠) سنة ، وقد بلغ حجم العينة الإندونيسية (٢٩٧) طالب وطالبة تراوحت أعمارهم بين (٢١-٥٠) سنة ، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :

١- استمارة بيانات خاصة .

٢- استبيان ضغوط أحداث الحياة .

٣- استبيان مواجهة أحداث الحياة .

وقد توصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العينة الكلية المصرية والإندونيسية في الإحساس بالضغوط النفسية لصالح المصريين في الضغوط الوالدية والزواج والعلاقة بالجنس الآخر والصدقة والأحداث الشخصية ، بينما كان الإندونيسيين أكثر معاناة لضغوط العمل والدراسة والناحية المالية والصحية ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في فئة عمر (٢١-٣٠) سنة في الإحساس بالضغوط النفسية بين المصريين والإندونيسيين لصالح المصريين ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في فئة عمر (٤١-٥٠) سنة في الإحساس بالضغوط النفسية بين المصريين والإندونيسيين حيث كان المصريين أكثر إحساساً في هذه الفئة العمرية بالضغوط الوالدية والزواج والعلاقة بالجنس الآخر ، في حين كان الإندونيسيين أكثر إحساساً بالضغوط المالية والصدقة ، وبالنسبة للعينة المصرية فقد وجدت علاقة ارتباطية دالة موجبة بين التأثير السلبي للضغوط النفسية واتباع أساليب التجنب والإنكار والإلحاح والاقترام القهري للحدث ، أما بالنسبة للعينة الإندونيسية فكانت العلاقة بين التأثير السلبي للضغوط النفسية واتباع أساليب التجنب والإنكار وطلب المساندة الاجتماعية .

٢٠. كما قامت حنان الضرغامى (١٩٩٤م) بدراسة كان من أهدافها الكشف عن العوامل الشخصية التي يمكن الاعتماد عليها في محاولة التنبؤ بالإرهاك النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية بفئاتهم المختلفة طبقاً لبعض المتغيرات الوظيفية ، والتي تشمل كل من الجنس ومدة الخبرة والحالة الاجتماعية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٥٠) معلماً ومعلمة تم اختيارهم عشوائياً من بين معلمي المدارس الثانوية في محافظة المنوفية ، وقد استخدمت الباحثة المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس الإرهاك النفسي .
- ٢\_ مقياس صراع وغموض الدور .
- ٣\_ مقياس أيزنك للشخصية .
- ٤\_ مقياس وجهة الضبط .
- ٥\_ مقياس قوة الأنا .
- ٦\_ مقياس تقدير الذات .
- ٧\_ قائمة القلق (كسمة) .

وقد أسفرت بعض النتائج عن أهم المنبئات بالإرهاك النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية التي تحددت بالقلق وقوة الأنا وصراع وغموض الدور والعصائية ووجهة الضبط ، وذلك من بين المتغيرات الشخصية موضع البحث ، كما أن أهم المنبئات بالإرهاك النفسي لدى المعلمين الذين تراوحت مدة خبرتهم التدريسية ما بين (١-٥) سنوات تحددت بقوة الأنا والقلق وصراع وغموض الدور والعصائية ، أما الذين تراوحت مدة خبرتهم التدريسية ما بين (٦-١٥) سنة تحددت بالقلق وقوة الأنا وصراع وغموض الدور ، والذين تراوحت مدة خبرتهم التدريسية (١٦) سنة \_ فأكثر تحددت بالعصائية والقلق ، كما أن أهم المنبئات بالإرهاك النفسي لدى المعلمين المتزوجين من معلمي المرحلة الثانوية تحددت بالقلق وقوة الأنا وصراع وغموض الدور ، وتحددت لغير المتزوجين بقوة الأنا والقلق وصراع وغموض الدور .

٢١. ولقد أجرى خالد الفخراي (١٩٩٤م) دراسة هدفت إلى معرفة بعض العوامل التي قد تساهم مع الضغوط البيئية في إحداث اضطراب القلب العصبي ، والتي من بينها إدراك الفرد لأعراض هذا الاضطراب في ذاته وإدراك الأعراض في الآخرين ، بالإضافة إلى القلق ونقص التوافق وتوهم المرض لدى المفحوصين ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٠) مفحوصاً ، كان منهم (٣٠) مفحوصاً من المترددين على العيادة الخارجية لقسم القلب بمستشفيات جامعة طنطا (١٤) من الإناث ، (١٦) من الذكور ، وتراوح المدى العمري لهم من (١٤-٥٠) سنة ، (٣٠) مفحوصاً من الأفراد الأسوياء ، وقد اشتملت هذه العينة على (١٢) من الإناث ، (١٨) من الذكور تراوحت أعمارهم من (٢٨-٤٨) سنة ، وقد أستخدم الباحث الأدوات التالية :

- ١\_ قائمة أعراض مرض القلب العصبي .
- ٢\_ مقياس الصحة النفسية .
- ٣\_ اختبار أحداث الحياة .

وقد توصل الباحث إلى ارتباط أعراض مرض القلب العصبي بكل من الضغوط البيئية وإدراك الأعراض في الآخرين بالإضافة إلى توهم المرض والقلق ، كما أشارت النتائج إلى مساهمة كل من الضغوط البيئية وإدراك الفرد لأعراض مرض القلب العصبي في الآخرين والقلق في إحداث أعراض مرض القلب العصبي ، كما أن شدة الضغوط وإدراك الأعراض بطريقة خاطئة يؤدي إلى حدوث مرض القلب العصبي وإنكار التوهم المرضي من قبل المفحوصين ، وهذا ما يفسر تكرار شكواهم كما لو كانت هذه الأعراض مصاحبة لمرض عضوي ، كما أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة المرضية والسوية في كل من أعراض مرض القلب العصبي وإدراك أعراض هذا المرض في الآخرين وتوهم المرض والقلق ونقص التوافق لصالح العينة المرضية .

٢٢. وقد أجرى لطفي إبراهيم (١٩٩٤م) دراسة هدفت إلى التعرف على استكشاف عمليات تحمل الضغوط وعلاقتها بعدد من متغيرات الشخصية لمعرفة الخصائص النفسية المميزة للأفراد المقاومين للضغط ، وقد بلغت عينة الدراسة (١٩٠) معلماً ومعلمة من محافظة المنوفية تراوحت أعمارهم بين (٢٥\_٥٥) سنة ، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :

١\_ مقياس عمليات تحمل الضغوط .

٢\_ مقياس الثقة بالنفس .

٣\_ مقياس تقدير الذات للكبار .

٤\_ قائمة أيزنك للشخصية .

وقد أسفرت النتائج عن وجود أثر\* دال لعمليات التحمل الموجهة نحو المشكلة ، كما أن الجنس يتفاعل مع العمر على العمليات السلوكية الموجهة نحو المشكلة ، وكلما زاد العمر أو مدة الخبرة كلما قلت ضغوط العمل المدركة ، ومن ثم تقل حاجة الأفراد إلى استخدام العمليات السلوكية ، وأكدت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين عدد من متغيرات الشخصية مثل العصائية ، وعمليات تحمل الضغوط إلا أن هذه العمليات لا تؤثر بفعالية متساوية مع اختلاف المواقف الضاغطة أو اختلاف الأفراد وما يتمتعون به من خصائص نفسية .

٢٣. وقد قامت وفاء الماضي (١٩٩٤م) بدراسة كان من أهدافها التعرف على بعض الخصائص النفسية المحددة للأفراد الأكثر عرضة لاستجابة الضغط النفسي ، وقد تضمنت عينة الدراسة (٤٢١) طالبة من جامعة الملك سعود ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين طالبات الجامعة تراوحت أعمارهن بين (١٨\_٢٥) سنة وشملت العينة الطالبات المتزوجات وغير المتزوجات ، وقد استخدمت الباحثة مقياسين هما :

١\_ مقياس ضغوط الحياة .

٢\_ مقياس استجابة الضغط .

\* تحتفظ الباحثة لكلمة أثر إذ أن الدراسة وصفية وليست تجريبية لمعرفة الأثر .

وأُسفرت بعض النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة ذوي التمركز الداخلي والخارجي في استجابة الضغط النفسي لصالح ذوي التمركز الخارجي ، كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة ذوي تقدير الذات المرتفع والمنخفض في متوسط درجاتهم في استجابة الضغط النفسي لصالح ذوي تقدير الذات المنخفض ، وكان هناك تأثير لتفاعل مركز التحكم مع تقدير الذات على استجابة الأفراد للظروف الضاغطة .

٢٤. كما قام Charles & Rudolph (1991) بدراسة هدفت إلى الربط بين مسببات الضغوط الحياتية والحيل الشخصية والاجتماعية والاكثاب اللاحق بشكل مباشر وغير مباشر من خلال استجابات التكيف التوافقي ، وذلك من خلال معادلة تركيبية تشمل نموذج للقياس خاص بالحيل والوسائل الكامنة ومركبات الاكثاب ، وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية من سكان سان فرنسيسكو ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٨٦) فرداً من الراشدين (ذكور ، إناث) ، كان متوسط أعمارهم (٤٣) سنة ، وكان (٥٣%) منهم من المتزوجين ، وقد استخدم الباحثان المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس خصائص الشخصية .
- ٢\_ مقياس المساندة الأسرية .
- ٣\_ مقياس النسبة المثوية للتكيف الاقترابي .
- ٤\_ مقياس الاكثاب .
- ٥\_ الأحداث السلبية في الحياة .

وقد تم التوصل إلى أن نموذج العلاقات التنبؤية يختلف في ظل مسببات الضغط المرتفع والمنخفض ، وفي حالة وجود مسببات ضغط مرتفعة ترتبط الحيل والوسائل الشخصية والاجتماعية بالصحة النفسية المستقبلية بشكل غير مباشر ، وذلك من خلال المزيد من استراتيجيات التوافق ، أما في ظل وجود مسببات ضغط منخفضة فإن هذه الموارد ترتبط بشكل مباشر بالصحة النفسية ، وتؤيد النتائج فكرة أن هذه

الحيل تلعب دوراً سببياً في الحفاظ على الصحة النفسية ، كما أنها تطرح إمكانية التوصل إلى إطار عام موجه نحو التوافق يكون صالحاً للتطبيق على عملية التوافق في ظل وجود مسببات الضغط المرتفعة والمنخفضة .

٢٥. وقد أجرى Fahed (1987) دراسة هدفت إلى التعرف على مصادر الإجهاد لدى الاستشاريين العاملين في مجال الصحة العقلية في المملكة العربية السعودية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٨) استشاري سعودي يعملون في مستشفيات الأمراض العقلية ، وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :

١\_ مقياس الإجهاد الشديد .

٢\_ المقاييس الفرعية التنظيمية للضغط التي تقيس الضغوط الوظيفية التالية :

الحمل الزائد في العمل وغموض العمل الوظيفي ونقص الوسائل وعدم المشاركة في صنع القرار .

ولقد توصل الباحث إلى وجود بعض مظاهر الإجهاد الشديد والضغط الناتج عن العمل بالفعل عند استشاري الصحة العقلية السعوديين ، كما أن هناك علاقة بين الإجهاد العاطفي وعدد سنوات التعليم والحالة الاجتماعية ، كما أن الاستشاريين الأكبر سناً يتعرضون للإجهاد العاطفي أكثر من الأصغر سناً ، كذلك أتضح وجود علاقة بين الحمل الزائد في العمل وزيادة الدور الوظيفي والإجهاد العاطفي في حالة الاستمرار ، وعدم ترابط فترات الانقطاع عن العمل (الإجازات) مع أي من مراحل الإجهاد .

## ـ التعليق على دراسات الضغوط النفسية

من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت الضغوط النفسية ، وعلى الرغم من اختلاف أنواعها ، وطرق دراستها لهذا المتغير إلا أنها أظهرت نتائج ودلالات علمية قيمة نوضحها على النحو الآتي :

١ـ ارتباط الشعور بالعزلة الاجتماعية وارتفاع مستوى الضغوط النفسية بالمتغيرات الفسيولوجية ، كما في دراسة (نبيل حسن : ٢٠٠١م) .

٢ـ معاناة المعلمات الأقل خبرة من ضغوط العمل أكثر من المعلمين خاصة الضغوط المرتبطة بالعلاقات الاجتماعية ، بينما على العكس من ذلك نجد أنه كلما زاد العمر الزمني وازدادت سنوات الخبرة كلما زاد الشعور بالضغط النفسي المرتبط بالنواحي المادية وهذا بالنسبة للذكور ، كما في دراسة (عباس متولي : ٢٠٠٠م ، فوزي عزت ونور جلال : ١٩٩٧م)

٣ـ كما أن الشعور بالتهديد الوظيفي يؤثر على الصحة البدنية والعقلية ويزيد من تأثير الضغوط ، وأن المرأة العاملة أكثر عرضة للضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية من الرجل ، وقد يرجع ذلك إلى زيادة مسؤوليات المرأة وزيادة قدرة تحمل الرجل على الإحباط ومواجهة الصدمات النفسية عن المرأة ، كما أن زيادة الدور الوظيفي تؤدي إلى مزيد من الضغط النفسي ، إذ أن الفرد الذي يتعرض إلى زيادة الدور الوظيفي يكون لديه شعور أقل بالكفاءة من الذي لا يتعرض لهذه الزيادة ، كما في دراسة (يوسف محمد : ١٩٩٩م ، عويد المشعان : ١٩٩٨م ، فهد الربيعه : ١٩٨٧م) .

٤ـ تمثل المساندة الاجتماعية عاملاً وقائياً أو مخففاً من الآثار السلبية الناتجة عن التعرض للضغوط النفسية المرتفعة ، أي أن المساندة تعمل على احتواء الضغوط سواء للذكور أو الإناث وإن كان تأثيرها أقوى لدى الإناث ، كما في دراسة (Freeman et al : 2000) ، (حسين فايد : ١٩٩٨م ، عماد مخيمر : ١٩٩٧م) .

٥\_ ارتفاع مستوى الضغوط النفسية يؤثر سلباً على الصحة النفسية والجسمية للفرد ، إذ أن ارتفاع مستوى الضغوط يؤدي إلى الإصابة بالاكتئاب ، وذو تأثير سلبي على الإدراك السليم والتفكير المجرد للفرد ، كما أنه يؤثر سلباً على مستوى التوافق والمساندة الاجتماعية ، بينما يؤثر ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية إيجابياً على الصحة النفسية ، كما في دراسة (حسين فايد : ١٩٩٨ م ، صالح العبد القادر : ١٩٩٧ م ، راوية دسوقي : ١٩٩٦ م ، خالد الفخراي : ١٩٩٤ م) ، (Charles & Rudolph : 1991) بينما توصلت دراسة (سميرة أبو غزالة : ١٩٩٩ م) إلى أن ارتفاع مستوى الضغوط النفسية يؤدي إلى الاضطراب النفسي للمرأة ، بينما لا يؤثر مستوى الضغوط على الإصابة بالاكتئاب ، وقد تختلف هذه النتيجة عن سابقتها لان العينة في هذه الدراسة كانت من الطالبات .

٦\_ من أهم الضغوط النفسية اضطراب العلاقات الشخصية المتبادلة مع الأسرة والأصدقاء التي من أهم أعراضها حساسية هذه العلاقات الشخصية ، كما أن المساندة الاجتماعية من عوامل التدخل الرئيسة ، كما في دراسة (Zhang et al : 1999) .

٧\_ كما اهتمت بعض الدراسات بمتغير المعاناة الاقتصادية كأحد أنواع الضغوط النفسية وعلاقته بالخلافات الزوجية ، وأتضح وجود علاقة طردية بين درجة المعاناة الاقتصادية ودرجة الخلافات الزوجية ، أي أن المعاناة الاقتصادية تزيد من الخلافات الزوجية ، كما أن المساندة الاجتماعية تعدل من العلاقة بينهما ، كما في دراسة (عماد عبد الرازق : ١٩٩٨ م) .

ومن هنا يتضح الدور الهام الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في التخفيف من الضغوط النفسية وأهميتها كمصدر للصحة النفسية وسلامة الأداء السيكولوجي للأفراد .



٨\_ يؤدي تراكم الضغوط النفسية دون حل إيجابي لها إلى الاحتراق النفسي الذي يعتبر استجابة سلبية لهذه الضغوط ، كما أن ارتفاع مستوى الضغوط النفسية يرتبط سلباً مع المساندة الاجتماعية والعمل بجد وإنجاز ، وهذا يعني أن مشاركة الآخرين في حل المشكلة والاستفادة من آرائهم والتحدث معهم يساعد في التغلب على مشكلاتهم ، ومن ثم التخفيف من حدة الضغوط عليهم ، كما في دراسة (نجاة موسى ومديحة عبد الفضيل : ١٩٩٨ م ، كريمة حسن : ١٩٩٥ م) .

٩\_ كما أن ارتفاع مستوى الضغوط النفسية يؤثر سلباً على الاضطرابات السيكوسوماتية ، إذ أن مرضى السكري أكثر إحساساً بحجم الضغوط عن غيرهم من المرضى العضويين والأسوياء ، كما في دراسة (سامي الدريعي : ١٩٩٧ م) .

١٠\_ هناك علاقة بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية (الانفعالية) ، كما أن مرتفعي الاضطرابات السيكوسوماتية يميلون إلى استخدام أسلوب التوجه الانفعالي ، كما في دراسة (مايسة النبال وهشام عبدالله : ١٩٩٧ م)

١١\_ تباين الضغوط النفسية وإدراكها وأساليب مواجهتها بين المجتمعات الحضارية كما يختلف الإحساس بها باختلاف الجنسية والعمر ، كما في دراسة (حسن عبد المعطي : ١٩٩٤ م) .

١٢\_ تتأثر عمليات تحمل الضغوط النفسية ببعض متغيرات الشخصية كالثقة بالنفس وتقدير الذات ، كما أن الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض والتمركز الخارجي أكثر تعرضاً للآثار السلبية للضغط النفسي ، كما في دراسة (لطفى إبراهيم : ١٩٩٤ م ، وفاء ماضي : ١٩٩٤ م ، حنان الضرغامي : ١٩٩٤ م) .

## — دراسات اهتمت بمتغير الاضطرابات السيكوسوماتية

تناول هذه المجموعة من الدراسات الاضطرابات السيكوسوماتية في علاقتها ببعض المتغيرات على النحو الآتي :

١. أجرى عبد الرؤوف الطلاع (٢٠٠٠م) دراسة كان من أهدافها معرفة انتشار الاضطرابات السيكوسوماتية لدى الأسرى المحررين من السجون الإسرائيلية ، والتعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية للأسرى والاضطرابات السيكوسوماتية والفروق في الاضطرابات السيكوسوماتية لدى الأسرى المرتبطة بالعمر عند الاعتقال والحالة الاجتماعية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٤٠) أسير ، وللتحقق من أهداف الدراسة أستخدم الباحث الآتي :

١— مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية . ٢— مقياس الضغوط النفسية .

وقد أتضح من بعض النتائج انتشار الاضطرابات السيكوسوماتية ، ووجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية للأسرى والاضطرابات السيكوسوماتية ، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر لصالح الفئة من (١٢—١٤) سنة ، وهي الفئة الأصغر سناً لأفراد العينة ، كما أوضحت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية في أمراض الجهاز البولي والتناسلي لصالح فئة المتزوجين .

٢. كما قام عبد الرحمن العيسوي (٢٠٠٠م) بدراسة هدفت إلى التحقق من وجود فروق في الاضطرابات السيكوسوماتية بين الذكور والإناث ، كبار السن نسبياً وصغار السن ، كذلك التحقق من وجود علاقة بين أنواع الاضطرابات السيكوسوماتية في أجهزة الجسم المختلفة من عدمه كالعلاقة بين اضطرابات الجهاز الهضمي كالقرح والجهاز التنفسي كالربو ، وقد بلغ عدد العينة (٥٧٦) طالباً

وطالبة ، منهم (١٨٩) ذكور ، (٣٧٨) إناث من أقسام مختلفة من طلاب الفرقة الأولى والثانية والرابعة تراوحت أعمارهم بين (١٧\_٣٨) سنة ، ولقد أستخدم الباحث اختبار الاضطرابات السيكوسوماتية .

وتوصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية بين الإناث والذكور لصالح الإناث ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين كبار السن وصغار السن لصالح صغار السن ، وعدم وجود علاقة ارتباطيه بين أنواع الاضطرابات السيكوسوماتية في أجهزة الجسم المختلفة ، أي أنه ليس من الضروري أن يكون المصاب بأحد هذه الاضطرابات السيكوسوماتية أن يكون مصاباً بأكثر من اضطراب منها .

٣. كما قام عبد الرحمن العيسوي (٢٠٠٠م) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على مدى انتشار الاضطرابات السيكوسوماتية في المجتمع السكندري ، وقد بلغت العينة (١٦٤) فرداً تراوحت أعمارهم بين (١٥\_٥٤) سنة من أبناء الطبقات المتوسطة ، ووجه إليهم سؤالاً لمعرفة ما إذا كانوا يعانون من الاضطرابات السيكوسوماتية مثل : الربو وضغط الدم والسمنة ، واضطراب الفم والصداع النصفي واضطراب القلب ، وقرحة المعدة وقرحة القولون وغير ذلك من الاضطرابات التي حددها الباحث والتي ترجع في نشأتها إلى الضغوط النفسية والاجتماعية وخيرات القلق ، والتوتر والانفعال المستمر والمعاناة من الخوف ، والأزمات والمشاكل التي تمتلئ بها ظروف الحياة في الوقت الحاضر .

وقد توصل الباحث إلى أن (٧٣,٠%) من العينة الكلية يعانون من اضطراب أو أكثر من الاضطرابات السيكوسوماتية ، وهي حالة تستدعي توجيه العناية بالفرد المعاصر لحمايته من هذه الاضطرابات الخطيرة وتخفيف وطأة الانفعالات والأزمات والتوترات التي يعيش في وسطها طوال حياته ، وكانت الاضطرابات الأكثر انتشاراً

هي أمراض الفم والأسنان والصداع النصفي والسمنة ، وأقل الاضطرابات انتشاراً هي الربو وضغط الدم وقرحة القولون والمعدة ، كما تم التوصل إلى أن الإناث أكثر معاناة من الذكور في الاضطرابات السيكوسوماتية لأن الأنثى أكثر حساسية من الناحية الانفعالية .

٤. كما أجرت هانم ياركندي (٢٠٠٠م) دراسة هدفت إلى التعرف على نسبة ظهور الاضطرابات العصائية بين معلمات التعليم العام ، وعلاقتها ببعض المتغيرات المرتبطة ببيئتهن المدرسية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٠٩) معلمة من معلمات المراحل التعليمية الثلاث ، كما استخدمت الباحثة الأدوات الآتية :

١\_ استبانة البيانات الأولية .

٢\_ مقياس مكة للشخصية .

٣\_ مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية .

وقد توصلت الباحثة إلى معاناة المعلمات من الأعراض الإكثائية وظهور الاضطرابات السيكوسوماتية لديهن ، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في توهم المرض والاضطرابات السيكوسوماتية بين المعلمات ذوات سنوات الخدمة الأكثر والخدمة الأقل لصالح الخدمة الأكثر وبين المطلقات والآنسات لصالح المطلقات ، كما أن هناك علاقة بين العمر الزمني لأفراد العينة وبين الاكثاب .

٥. وقد أجرى Cohen et al (1999) دراسة هدفت إلى تقييم الممارسات المتعلقة بالصحة والخصائص التي تساعد الباحثين على فهم جزء من العلاقة بين الحالة الاقتصادية الاجتماعية والصحة في الولايات المتحدة وفنلندا ، وذلك على عينة تكونت من (٩٦٠) رجلاً ، (١٤٢٧) امرأة تزيد أعمارهم عن (١٨) سنة في

الولايات المتحدة ، (٢٨٦٢) رجلاً تراوحت أعمارهم بين (٤٢\_٦٠) سنة من فنلندا ، وقد استخدم الباحثون المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس الضغط النفسي .
- ٢\_ مقياس المساندة الاجتماعية .
- ٣\_ مقياس الاكتئاب .
- ٤\_ مقياس التحكم في الذات والغضب والعدوانية .
- ٥\_ مقياس الممارسات الصحية .
- ٦\_ مقياس الحالة الاقتصادية الاجتماعية .

وقد توصل الباحثون إلى وجود علاقة خطية بين الحالة الاقتصادية الاجتماعية والتعرض لضعف الصحة العامة ، كما ارتبطت العوامل النفسية الإيجابية كالمساندة الاجتماعية وقلة كل من الغضب والاكتئاب والضغوط الملاحظة والممارسات الصحية الفعالة بارتفاع المستويات الاقتصادية الاجتماعية وبالصحة الجيدة ، كما أدت المتغيرات المتعلقة بالممارسة الصحية النفسية إلى انخفاض الصحة العامة والحالة الاقتصادية الاجتماعية إلا أن هذه العوامل لم تلعب دوراً أكثر أهمية فيما يختص بتفسير انخفاض المعدلات في المستويات الوسطى والعليا للحالة الاقتصادية الاجتماعية ، وكانت بدلاً من ذلك أكثر أهمية بالنسبة للمستويات الدنيا .

٦. كما قام (Grassi et al (1999 بإجراء دراسة هدفت إلى معرفة خصائص السلوك المرضي والعلاقة بينه وبين المتغيرات الإكلينيكية والاجتماعية النفسية عند مرضى فقدان المناعة المكتسبة الذين لم تظهر عليهم أعراض المرض ، وقد شارك في الدراسة (٧٣) مريضاً لا يعالجون داخل المستشفيات تراوحت أعمارهم بين (١٨\_٥١) سنة ، وقد استخدم الباحثين الأدوات الآتية :

- ١\_ استبيان السلوك المرضي .
- ٢\_ مقياس الأعراض الموجزة .
- ٣\_ مقياس التركيز الخارجي للتحكم .
- ٤\_ مقياس التحكم العاطفي .
- ٥\_ مقياس المساندة الاجتماعية .

وقد توصل الباحثون إلى أن المرض النفسي قد ارتبط بنمط السلوك المرضي الذي يتمثل في الاعتقاد في تقدم المرض والقلق والاضطراب والنظرة النفسية للمرض وقلّة الاستعداد ، كما أن القدرة الشخصية على التعبير عن المشاعر والمستويات الملائمة للمساندة الاجتماعية وانخفاض مستويات الاكتئاب والمتغيرات الإكلينيكية تؤثر على أكثر السلوكيات المرضية ، ويعتبر الضغط النفسي من العوامل الرئيسية التي تؤثر في البعد الوجداني للسلوك المرضي ، كما أن المساندة الاجتماعية تؤثر على الاتجاه لتفسير المرض بشكل غير سليم وبطريقة توافق غير ملائمة وذلك عند مرضى فقدان المناعة المكتسبة الذين لا يظهرون أي أعراض للمرض .

٧. وقد أجرى Pavalok & Smith (1999) دراسة اهتمت بتحديد التأثير المتبادل بين أنماط العمل عند النساء في أواخر مرحلة أوسط العمر\* والحالة الصحية لهن ، وذلك على عينة طولية تكونت من (٢٧٦٧) امرأة ، وقد تم جمع بيانات هذه الدراسة من خلال المسح الذي تضمنه المقياس الطولي الذي يتتبع أنماط صحة المرأة الذي تم إجراؤه في الفترة بين (١٩٨٢-١٩٨٩م) ، وذلك على مدار ثماني سنوات وقد قام الباحثان باستخدام المقاييس الآتية :

- ١\_ مقياس الصحة البدنية .
- ٢\_ مقياس الاضطراب النفسي .
- ٣\_ مقياس أنماط العمل .
- ٤\_ مقياس الحالة العامة .

وقد توصل الباحثان إلى أن النساء اللاتي يتواجدن في قوة العمل باستمرار يكنّ أفضل في الحالة الصحية عن اللاتي يعملن بشكل متقطع أو اللاتي لا يعملن على الإطلاق ، كما أتضح أن النساء اللاتي يعملن بشكل مستمر سجلن أقل متوسطات في مقياس الصحة ، في حين سجلت النساء اللاتي يعملن بشكل متقطع

\* مرحلة أوسط العمر أي فيما (بين الأربعينات ومنتصف الستينات) .

مستويات عالية إلى حداً ما ، بينما سجلت النساء اللاتي لا يعملن على الإطلاق أعلى المستويات ، وذلك فيما يختص بالصحة البدنية والوجدانية ، أي أن الطبيعة الخطية لهذه العلاقة توضح بأن التنقل داخل وخارج قوة العمل لا يضر بصحة المرأة وقد أوضحت الدراسة أن هناك تنوعاً كبيراً في أنماط العمل يؤكد أن النساء اللاتي يتنقلن خارج قوة العمل وداخلها أظهرن مجموعة كبيرة من السلوكيات الخاصة بالعمل .

٨. وقد قام جمال تفاحة (١٩٩٦م) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على العلامات المرضية للحالات السيكوسوماتية كما يكشف عنها اختباري تفهم الموضوع والرورشاخ ، التحقق من مدى فاعلية كل من الاختبارين في تشخيص بعض الاضطرابات السيكوسوماتية ، وقد تكونت عينة الدراسة من عشرة حالات (خمسة من مرضى الربو الشعبي السيكوسوماتي وخمسة من الأسوياء) تراوحت أعمارهم بين (١٦\_١٧) سنة ، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية :

- ١\_ استمارة جمع البيانات .
- ٢\_ دليل المستوى الاقتصادي/ الاجتماعي .
- ٣\_ اختبار الذكاء المصور .
- ٤\_ قائمة كورنل للصحة النفسية .
- ٥\_ اختبار الرورشاخ .
- ٦\_ استمارة المقابلة الشخصية .
- ٧\_ اختبار تفهم الموضوع .
- ٨\_ اختبار الشخصية المتعدد الأوجه .

وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود عدة علامات مرضية للاضطرابات السيكوسوماتية منها صعوبة إقامة علاقات اجتماعية موفقة مع الآخرين والحاجة إلى الحب والتقدير والدفء العاطفي ، كما توصل الباحث إلى أن اختبار تفهم الموضوع والرورشاخ يكمل كل منهما الآخر في تشخيص الاضطرابات السيكوسوماتية ، وتتميز بطاقات اختبار تفهم الموضوع بالقدرة الفائقة في

تشخيص الاضطرابات السيكوسوماتية ، كما تتمثل في بطاقة رقم ( ١ ، ٢ ، ٤ )  
كما أن الاختبار له قدرة فائقة في الكشف عن ديناميات الحالات السيكوسوماتية .

٩. كما أجرى Grassi & Rosti (1996) دراسة بهدف معرفة دور المتغيرات العقلية والنفسية والاجتماعية في السلوكيات المرضية عند مرضى السرطان ، وكان ذلك من خلال إجراء مقابلات شخصية سابقة الإعداد على (٢٠١) مريضاً تم تشخيص المرض لهم حديثاً تراوحت أعمارهم بين (١٨-٧٣) سنة ، وذلك لتقييم الاضطرابات العقلية الحالية والتي حدثت من قبل ، وقد تم استخدام المقاييس الآتية :

- ١- مقياس الضغط النفسي .
- ٢- مقياس التركيز الخارجي للتحكم .
- ٣- مقياس السلوك المرضي .

وتوصل الباحثان إلى أن (٣٣) مريضاً أظهروا نمطاً من أنماط السلوك المرضي حيث كان هؤلاء المرضى تاريخ طويل من الاضطرابات العقلية ، كما أظهر (١٠١) مريضاً نفس النمط عند تشخيص الاضطرابات العقلية ، وقد ارتبطت الاضطرابات النفسية وخصائص الشخصية بمعظم السلوكيات المرضية ، كما أن ميل المرضى لرفض الأحداث اليومية وتقبل حقيقة المرض فقط ارتبط بكل من تقدم المرض واللجوء إلى العلاج الكيميائي ، ومن ثم تؤكد نتائج الدراسة على الارتباط بين الاضطرابات النفسية والسلوك المرضي ، ويوضح دور المتغيرات المتعلقة بالشخصية (التركيز الخارجي للتحكم) وانخفاض المساندة الاجتماعية في الاستجابات غير السليمة وسوء التوافق مع مرضى السرطان .

١٠. وقد قام Grassi & Rosti (1996) بإجراء دراسة المرض العقلي والتوافق مع الضغط النفسي والسلوك المرضي والتوافق عند (٥٢) مريضاً بالسرطان تراوحت



أعمارهم بين (٢٠\_٦٧) سنة ، تم تسجيلهم في الاستشارات المتعلقة بالأمراض العقلية منذ (٦) سنوات ، وقد توصل الباحثان إلى انخفاض معدلات انتشار الاضطرابات العقلية من (٤٧% \_ ٣٧%) ، وكان معدل التحسن عند نقطتين من نقاط التقييم ، وكان التحسن في التوافق النفسي (انخفاض الحساسية الشخصية والاعتقاد في المرض والانشغال به) ، كما ارتبطت الاضطرابات العقلية الحالية بتاريخ طويل مع المشكلات العقلية والأمراض النفسية في المراحل الأولية من الدراسة ، وارتبط المركز الخارجي للتحكم ونقص المساندة الاجتماعية والسلوك المرضي ، والضغط العاطفي والآليات غير السليمة للتوافق في المراحل الأولى للتقييم بالاضطرابات النفسية وسوء التوافق مع المرض ، وهذا يوضح مدى الحاجة إلى المساندة الاجتماعية عند مرضى السرطان .

١١. كما أجرى محمود أبو النيل (١٩٩٤م) دراسة كان من أهدافها مقارنة النواحي العصابية والسيكوسوماتية بين مرضى الجلد والأسوياء مفترضاً وجود فروق بين المرضى والأسوياء على بعض الجوانب العصابية والسيكوسوماتية كالاكتئاب والقلق والفرع ، وأعراض التنفس والدورة الدموية ، ولقد تكونت عينة الدراسة من حالتين من مرضى الجلد وكان الأسوياء متماثلين مع المرضى في جميع النواحي كالتعليم والمهنة والعدد ، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة الأدوات الآتية :

١\_ مقياس الروح المعنوية .

٢\_ قائمة كورنل للتشخيص السيكاتري والسيكوسوماتي .

وقد أسفرت بعض النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرضى الجلد والأسوياء على جميع المحكات ماعدا متوسط الإجازات المرضية ومرات التردد على العيادة الطبية كان لصالح مرضى الجلد ، كما أن متوسط الأداء في العمل كان

لصالح الأسوياء ، ويشير ذلك إلى افتقار المرضى للدفاع القوي للعمل نتيجة مرضهم كما أن متوسط درجات المرضى على جميع جوانب قائمة كورنل أعلى من متوسط درجات الأسوياء ، ويشير ذلك إلى أن مرضى الجلد تتأهم الاضطرابات والشكاوي الجسمية ذات المنشأ النفسي كأعراض الجهاز المعدي معوي وآم الظهر والحكة وأعراض التنفس كما تتأهم المخاوف وحالات الفرع والاكتئاب .

١٢. كما قام يوسف محمد (١٩٩٤م) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية والاتجاه نحو المرض النفسي في ضوء الفروق بين الجنسين ، وقد تم اختار العينة بطريقة عشوائية من جامعة الإمارات ، وتكونت من (١١٢) فرداً من الجنسين منهم (٤٢) ذكور ، (٧٠) إناث وطُبق عليهم الآتي :

١\_ مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية . ٢\_ مقياس الاتجاه نحو المرض النفسي .  
وقد أسفرت بعض النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين بنود مقياس الاتجاه نحو المرض النفسي وبعض المقاييس الفرعية للاضطرابات الانفعالية والسيكوسوماتية لاسيما المخاوف مثل الخوف على الصحة والحساسية ، والشك والاضطرابات السيكوسوماتية العامة لدى الإناث ، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين على جميع المقاييس الفرعية للاضطرابات الانفعالية والسيكوسوماتية لصالح الإناث فيما عدا بعد العصبية والقلق والأعراض السيكوباتية كانت لصالح الذكور ، وقد أتضح أن الضغوط التي يتعرض لها الفرد والانفعالات المزمنة تؤدي إلى ظهور الاضطرابات السيكوسوماتية .

١٣. وقد أجرى إبراهيم إبراهيم (١٩٩٢م) دراسة هدفت إلى توضيح مدى العلاقة بين الضغوط النفسية وظهور بعض الاضطرابات السيكوسوماتية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٠) مريضاً من مجموعة المرضى السيكوسوماتيين التي قسمت

إلى أربعة فئات مرضية وهي مرضى (السكر وضغط الدم ، والقولون العصبي والصداع النصفي) و (٤٠) فرداً من مجموعة الأسوياء الذين حصلوا على درجات منخفضة في مقياس الضغوط النفسية ، وقد أستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية .

وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة الأسوياء والمرضى السيكوسوماتيين في تأثيرهم بالضغوط النفسية لصالح المجموعة الثانية ، حيث تأثر مرضى السكر بالضغوط الانفعالية والاجتماعية والبدنية ، بينما تأثر مرضى ضغط الدم بالضغوط البدنية وتأثر مرضى القولون العصبي بالضغوط الانفعالية والبدنية ، بينما لا توجد فروق دالة لصالح مرضى الصداع النصفي في تأثيرهم بالضغوط .

١٤ . كما قام (Lee et al (1992 بدراسة هدفت إلى معرفة آثار الحالة النفسية ، البدنية ، المساندة الاجتماعية على مرضى الرئة الذين يعتمدون على الأوكسجين ، وقد شارك في الدراسة (٣٠) مريضاً بالرئة يعتمدون على الأوكسجين الصناعي ، وذلك في دراسة وصفية ارتباطية تم فيها تقييم الصحة النفسية والبدنية والمساندة الاجتماعية ومستوى الأداء ، وقد تم استخدام نظرية Lazarus & Folkman (1984) الخاصة بالضغط النفسي والتوافق .

وقد أوضح التحليل المتنوع للاسترجاع أن الأعراض البدنية لها أكبر قوة وتأثير على مستوى الأداء وتؤدي إلى (٤٤,٤%) من التباين ، وكان أكبر الأعراض تأثيراً على الأداء هو صعوبة التنفس .

١٥. كما أجرت عايذة خطاب\* (١٩٨٨م) دراسة هدفت إلى قياس مستوى الانتماء الوظيفي والرضا عن العمل لدى المرأة العاملة السعودية ، والأسباب التي تسهم في تحقيق ذلك سواء كانت هذه الأسباب خاصة بالبيئة الخارجية المحيطة أو داخلية خاصة ببيئة العمل ، ومدى العلاقة بين الانتماء الوظيفي والرضا عن العمل والعوامل التي تسهم في تحسين اتجاهات الأفراد في هذين الجانبين وتحقيق جودة الحياة في مجال العمل ، وبالتالي تحقيق إسهام المرأة العاملة في خطط التنمية الاقتصادية والاجتماعية ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٨٦) امرأة من قطاعات مختلفة من الخدمة المدنية النسائية بالرياض قسمت إلى فئات مهنية مختلفة (المعلمات والإداريات وعضوات هيئة التدريس ، والطبيبات والأخصائيات) وقد استخدمت الباحثة استمارة الاستقصاء .

وتوصلت الباحثة إلى ارتفاع مستوى الانتماء الوظيفي ودرجة الرضا عن العمل لدى المرأة السعودية العاملة ، حيث ساهم في ذلك تفاعل عدة عوامل يرجع بعضها إلى البيئة الخارجية مثل قلة فرص العمل المتاحة والبعض الآخر يرجع إلى البيئة الداخلية للعمل مثل ظروف بيئة العمل ، وبالرغم من ارتفاع درجة الرضا عن العمل لدى المرأة السعودية إلا أن تأثر درجة الرضا عن العمل بالعوامل السابقة كان ضعيفاً ، وذلك لأن ارتفاع درجة الانتماء التنظيمي يرجع إلى انطباق عنصرين من عناصر الانتماء الوظيفي هما : الرغبة في الاستمرار في العمل والقبول لقيم وأهداف المنظمة ، كما أن الرغبة في بذل مجهود كبير لتحقيق نجاح المنظمة كانت ضعيفة ، وهذا يبين مدى الحاجة إلى تحسين ظروف العمل الداخلية وإيجاد الحوافز والمشجعات التي تساعد على الدافع للعمل ، وكان من أهم مقترحات عينة البحث تحسين بيئة وظروف العمل وتناسب الأجور مع مستوى المعيشة وأن يعطى

\* تناولت الباحثة هذه الدراسة من قسم (إدارة الأعمال) إذ أنها توضح مدى أهمية العمل في حياة المرأة السعودية ، ومدى تأثر درجة الرضا عن العمل بظروف البيئة الخارجية وظروف العمل الداخلية التي قد يكون لها تأثير على اتجاهات وسلوكيات المرأة العاملة .

اهتمام لسياسة الترقية ، وإلزام جهات العمل بإقامة دور حضانة لرعاية أبناء الموظفين .

### ـ التعليق على دراسات الاضطرابات السيكوسوماتية

من خلال عرض الدراسات السابقة التي تناولت الاضطرابات السيكوسوماتية ، وعلى الرغم من اختلاف أنواعها وطرق دراستها لهذا المتغير إلا أنها أظهرت نتائج ودلالات علمية قيمة نوضحها على النحو الآتي :

- ١\_ انتشار الاضطرابات السيكوسوماتية ، كما في دراسة (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، هانم ياركندي : ٢٠٠٠م) .
- ٢\_ هناك علاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية والضغط النفسية ، كما أن الأفراد الذين يعانون من الاضطرابات السيكوسوماتية أكثر تأثراً بالضغط النفسية من الأسوياء ، كما في دراسة (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، هانم ياركندي : ٢٠٠٠م ، يوسف محمد : ١٩٩٤م ، إبراهيم إبراهيم : ١٩٩٢م) .
- ٣\_ معاناة صغار السن والمتزوجين من الاضطرابات السيكوسوماتية عن كبار السن وغير المتزوجين (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م) .
- ٤\_ معاناة الإناث من الاضطرابات السيكوسوماتية أكثر من الذكور ، كما أن هناك علاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية والاتجاه نحو المرض النفسي خاصة لدى الإناث ، كما في دراسة (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، هانم ياركندي : ٢٠٠٠م ، يوسف محمد : ١٩٩٤م) .
- ٥\_ ليس من الضروري أن يعاني المصاب بأحد الاضطرابات السيكوسوماتية من الإصابة باضطرابات سيكوسوماتية أخرى ، كما في دراسة (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م) .

٦\_ ارتباط الضغوط الاقتصادية الاجتماعية بالصحة العامة ، إذ أن العوامل النفسية الإيجابية ارتبطت بارتفاع المستويات الاقتصادية الاجتماعية والصحة ، كما في دراسة (Cohen et al : 1999) .

٧\_ يتأثر الاضطراب النفسي بكل من الضغط النفسي وانخفاض المساندة الاجتماعية ، كما في دراسة (Grassi & Rosti : 1999 , Grassi et al : 1996) .

٨\_ أهمية العمل في حياة المرأة واستقرارها فيه له تأثير إيجابي على الحالة الصحية لها كما في دراسة (Pavalok & Smith : 1999) ، (عايدة خطاب : ١٩٨٨ م) .

٩\_ تتميز الاضطرابات السيكوسوماتية ببعض العلامات مثل (صعوبة إقامة علاقات اجتماعية موفقة مع الآخرين والحاجة إلى التقدير والدف العاطفي) ، كما أن اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) ذو أهمية في تشخيص الاضطرابات السيكوسوماتية كما في دراسة (جمال تفاعلة : ١٩٩٦ م) .

١٠\_ معاناة مرضى الجلد من الاضطرابات السيكوسوماتية مثل (اضطراب الجهاز المعدي معوي وآم الظهر والاكئاب) ، كما في دراسة (محمود أبو النيل : ١٩٩٤ م) .

١١\_ معاناة المرأة ذات سنوات الخبرة الأكثر من توهم المرض والاضطرابات السيكوسوماتية كما أن هناك علاقة بين العمر الزمني والاكئاب ، بينما لا توجد علاقة بين العمر الزمني والاضطرابات السيكوسوماتية ، كما في دراسة (هاتم ياركندي : ٢٠٠٠ م) .

١٢\_ حاجة المرأة السعودية العاملة إلى تحسين بعض جوانب ظروف العمل وإيجاد الحوافز والمشجعات التي ترفع من مستوى الدافع للعمل ، كما في دراسة (عايدة خطاب : ١٩٨٨ م) .

## ثانياً : تساؤل وفروض الدراسة

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة التي تناولت متغيرات متعددة ومختلفة صاغت الباحثة فروض الدراسة على النحو الآتي :

١\_ ما أنواع الضغوط النفسية التي تعاني منها النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ؟

٢\_ توجد علاقة ارتباطية دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .

٣\_ توجد علاقة ارتباطية دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .

٤\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على مقياس الضغوط النفسية .

٥\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية .

٦\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير العمر .

٧\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير عدد الأبناء .

- ٨\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير المهنة .
- ٩\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير الخبرة .
- ١٠\_ يختلف البناء النفسي لبعض الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية ، وذلك من خلال استجاباتهم على بطاقات اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) .



## "الفصل الرابع"

### "منهج الدراسة وإجراءاتها"

أولاً : إجراءات الدراسة السيكومترية

— منهج الدراسة السيكومترية

— عينة الدراسة السيكومترية

— أدوات الدراسة السيكومترية

— خطوات الدراسة السيكومترية

— الأساليب الإحصائية المستخدمة

ثانياً : إجراءات الدراسة الإكلينيكية

— منهج الدراسة الإكلينيكية

— عينة الدراسة الإكلينيكية

— أدوات الدراسة الإكلينيكية

— خطوات الدراسة الإكلينيكية

— ينقسم منهج الدراسة وإجراءاتها إلى قسمين :  
أولاً : إجراءات الدراسة السيكومترية

### — منهج الدراسة السيكومترية

تعتمد الدراسة السيكومترية على المنهج الوصفي الذي يحقق للباحثة فهماً أفضل للظاهرة موضع البحث ، والذي عن طريقه سوف يتم تحليل البيانات التي حصلت عليها الباحثة من خلال الدراسة الميدانية ومعالجتها إحصائياً والوصول إلى النتائج .

### — عينة الدراسة السيكومترية

تتكون عينة الدراسة السيكومترية من (٤٠٠) امرأة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات والمقيمات في مدينتي مكة المكرمة وجدة بمتوسط عمري قدره (٣٧,٥) سنة ، وذلك من مختلف المهن المتاحة للنساء العاملات في المملكة العربية السعودية (معلمات وعضوات هيئة تدريس وإداريات ، وممرضات وطبيبات) على أن تتوفر في عينة الدراسة الشروط الآتية :

— أن تكون امرأة سعودية ومتزوجة وعاملة .

— أن تتراوح أعمارهن بين (٣٠-٤٥) سنة .

هذا وقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية ، وتم توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة (العمر وعدد الأبناء ، والمهنة والخبرة) ، والجدول رقم (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

توزيع أفراد العينة حسب

متغيرات الدراسة

(ن = ٤٠٠)

العمر	التكرارات	النسبة المئوية	عدد الأبناء	التكرارات	النسبة المئوية
من ٣٠ أقل من ٣٥ سنة	١٨٨	%٤٧,٥	من ٣_١ أبناء	١٩٦	%٤٩,٥
من ٣٥ أقل من ٤٠ سنة	١٠٢	%٢٥,٥	٤ أبناء_ فأكثر	١٨١	%٤٥,٣
من ٤٠ أقل من ٤٥ سنة	١١٠	%٢٧,٥	لا يوجد أبناء	٢٣	%٥,٨
المجموع الكلي	٤٠٠	%١٠٠	المجموع الكلي	٤٠٠	%١٠٠
المهنة	التكرارات	النسبة المئوية	الخبرة	التكرارات	النسبة المئوية
معلمة	٨٩	%٢٢,٥	من ١_أقل من ٧ سنة	١٠١	%٢٥,٣
عضو هيئة تدريس	٨١	%٢٠,٣	من ٧_أقل من ١٤ سنة	١٤٤	%٣٦,٥
إدارية	٩٠	%٢٢,٥	من ١٤_أقل من ٢١ سنة	١٠٤	%٢٦,٥
ممرضة	٧٠	%١٧,٥	٢١ سنة_ فأكثر	٥١	%١٢,٨
طبيبة	٧٠	%١٧,٥	المجموع الكلي	٤٠٠	%١٠٠
المجموع الكلي	٤٠٠	%١٠٠			

أدوات الدراسة السيكومترية

١\_ مقياس المساندة الاجتماعية

وضع هذا المقياس ساراسون وآخرون (1983) Sarason et al وقام بتعريبه وتقنيه على البيئة العربية محمد الشناوي وسامي أبو بيه (١٩٩٠م) ، ويشتمل المقياس على (٢٧) فقرة تقيس بعدين رئيسيين هما :

١\_ عدد الأشخاص المتاحين للمساندة ، أي أقرب الأشخاص المتاحين في النسيج الاجتماعي للفرد .

٢\_ مدى الرضا عما يمكن لهؤلاء الأشخاص أن يقدموه من مساندة .

وقد تم بناء المقياس على أساس عرض مجموعة من المواقف عددها (٢٧) موقفاً ، ويطلب من المفحوص في إجابته على كل موقف أن يذكر عدد الأشخاص الذين يمكنهم أن يقدموا له المساندة أو العون في مثل هذا الموقف ، وذلك في حدود تسعة أشخاص يحددهم باستخدام حرفين يشيران لأسم كل فرد مثل (م . ش) ، ثم

يطلب من المفحوص أن يحدد مدى رضاه عن علاقته بهؤلاء الأشخاص ، وذلك باختيار إجابة واحدة من بين ست إجابات هي :

- ١\_ غير راض على الإطلاق .
  - ٢\_ غير راض .
  - ٣\_ غير راض بدرجة قليلة .
  - ٤\_ راض بدرجة قليلة .
  - ٥\_ راض .
  - ٦\_ راض بدرجة كبيرة .
- (انظر الملحق رقم ١ : مقياس المساندة الاجتماعية)

### ـ تصحيح المقياس

كل موقف يشتمل عليه المقياس يكون له درجتان : الدرجة الأولى خاصة بكمية المساندة (عدد الأشخاص المتاحين للفرد في هذا الموقف) ، وتتراوح بين (٢٧\_٢٤٣) درجة ، أما الدرجة الثانية خاصة بالرضا عن المساندة ، وتتراوح بين (٢٧\_١٦٢) درجة ، وبذلك تحسب الدرجة الكلية للمقياس من خلال جمع درجتى البعد الأول والثاني ، أي أن الدرجة الكلية للمقياس تأخذ القيم من (٥٤\_٤٠٥) درجة .

إن هذا المقياس هو نتاج لسلسلة من الدراسات المتضمنة لمئات من الموضوعات المختصة بقياس المساندة الاجتماعية ، وفيما يلي سوف تتناول الباحثة أربعة دراسات قامت باستخدام هذا المقياس ، حيث تناولت الثلاثة دراسات الأولى الخصائص السيكومترية لهذا المقياس وارتباطاته بمقاييس الشخصية والتكيف وعلاقته بأحداث الحياة السلبية والإيجابية ، أما الدراسة الرابعة تناولت العلاقة بين المساندة الاجتماعية والإصرار على مواصلة العمل في مهمة شاقة ومحبطة ، وذلك كما ورد في (Sarason et al : 1983 , 130\_135) على النحو الآتي :

## \_\_ الدراسة الأولى

اشتملت عينة هذه الدراسة على (٦٠٢) طالباً من جامعة واشنطن ، وتم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية عليهم ، وقد تم التوصل إلى أن هذا المقياس له العديد من الخواص السيكومترية المرغوبة حيث لوحظ أن له معدل ثبات مرتفع على مدار فترة أربعة أسابيع ، وله اتساق داخلي مرتفع بين البنود .

## \_\_ الدراسة الثانية

بحث العلاقة بين مقياس المساندة الاجتماعية ومقاييس الشخصية المرتبطة به وقد أجريت هذه الدراسة على (١٠٠) من الذكور ، (١٢٧) من الإناث من طلاب جامعة واشنطن ، وقد أظهرت الدراسة ارتباط مقياس المساندة الاجتماعية بعدد متنوع من المقاييس ، كما أمكن إلقاء الضوء على شخصيات المشاركين في الدراسة الذين يختلفون في المساندة الاجتماعية ، وبالنسبة للإناث كان انخفاض معدل المساندة الاجتماعية لديهن مرتبط بذكريات غير سارة بخصوص العلاقات المبكرة بين أحد الوالدين والمفحوصة ، كما أن هناك ارتباطاً دالاً سلباً بين كل من عدد مصادر المساندة الاجتماعية في المقياس ومدى الرضا عنها ، وبين القلق والاكتئاب بالنسبة للذكور والإناث ، وفي كل الحالات كانت الارتباطات السالبة أكبر بالنسبة للإناث من الذكور مثل الارتباط بين مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس نقص الحماية ، وربما تعود الفروق بين الجنسين إلى أن النساء يملن إلى تسجيل أعراض أكثر من الرجال في نطاق الاضطرابات المرتبطة بالوجدان ، وتشير النتائج بصفة عامة إلى ارتباط المساندة الاجتماعية ارتباطاً عكسياً بالتوتر النفسي خاصة عند النساء .

### \_ الدراسة الثالثة

بحث العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأحداث الحياتية السلبية والإيجابية ومركز التحكم والاعتزاز بالذات ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٩٥) طالب من جامعة واشنطن ، وهي مكملة للدراسة الثانية حيث أن الاعتزاز بالنفس كان مرتبطاً ارتباطاً عكسياً بمقاييس القلق النفسي .

### \_ الدراسة الرابعة

بحث العلاقة بين مقاييس الإخبار عن الذات والسلوك في إطار معلمي ، والربط بين متغيرين للفروق الفردية والمثابرة على مهمة ما صارت معقدة ، وقد شملت المهمة القيام باجتياز بعض المتاهات المعقدة ، وقد تم استخدام المثابرة على العمل في هذه المهمة كمقياس للقدرة على التأقلم مع الإحباط ، كما تم فحص التدخل المعرفي بوصفه متغير تابع ، وقد تم إجراء الدراسة على (٤٠) طالب من جامعة واشنطن .

وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية وكل من المثابرة والتدخل المعرفي عند التعامل مع مهمة شاقة ومعقدة ومثيرة للإحباط ، ومن ثم يتضح أن ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية المرتبط بمركز التحكم الداخلي يمكنه أن يشكل جداراً فاصلاً ضد الآثار الضارة بالضغط ، كما أن المعالجة التجريبية للمساندة الاجتماعية قد تكون مفيدة في التوصل إلى فهم أفضل للمفهوم .

وتقترح هذه الدراسات أن هذا المقياس أداة جديدة بالثقة ، وأن المساندة الاجتماعية ترتبط بالتغيرات الإيجابية في الحياة أكبر من ارتباطها بالتغيرات السلبية ، كما ترتبط سلباً مع القلق النفسي لدى النساء أكثر من الرجال ، وأن المساندة

الاجتماعية تمثل رصيماً قيماً لتمكين الفرد من المثابرة على مهمة ما رغم الظروف المحيطة المحبطة .

### \_ ثبات المقياس في البيئة الأصلية

تم تقدير ثبات المقياس على عدد (٦٧) فرداً من عينة الدراسة باستخدام معامل ثبات ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية ، والجدول رقم (٢) يوضح النتيجة .

جدول (٢)

قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية وألفا لكرونباخ لمقياس

المساندة الاجتماعية في البيئة الأصلية

أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	معامل التجزئة النصفية	معامل ألفا لكرونباخ
البعد الأول	٠,٩٢	٠,٩٥
البعد الثاني	٠,٩١	٠,٩٠

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع ومقبول على كافة أبعاده .

### \_ صدق المقياس في البيئة الأصلية

#### ١\_ صدق المحتوى

تم استخدام طريقة صدق المحتوى عن طريق استطلاع آراء المحكمين ، وقد تراوحت معاملات الاتفاق بين آراء المحكمين للفقرات بين (٨٥\_١٠٠%) .

#### ٢\_ طريقة الاتساق الداخلي

تم تقدير الصدق أيضاً باستخدام طريقة الاتساق الداخلي بين الفقرات والدرجة الكلية للأبعاد المنتمية إليها ، والجدول رقم (٣) يوضح النتيجة .

### جدول (٣)

قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية

( $n=110$ )

معامل الارتباط	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
** (٠,٨٤)	البعد الأول
** (٠,٨٠)	البعد الثاني

\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن هذه الأبعاد تتمتع بدرجة جيدة من الصدق .  
(محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٧٥-٧٧)

### \_ ثبات المقياس في البيئة السعودية

#### ١ \_ طريقة التجزئة النصفية

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية ، وذلك عن طريق حساب قيمة معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية والزوجية بعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان \_ براون (Spearman \_ Brown) ، ويوضح جدول رقم (٤) النتيجة .

### جدول (٤)

قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية في البيئة السعودية

( $n=400$ )

معامل التجزئة النصفية	عدد الأسئلة	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
٠,٩١	٢٧	البعد الأول
٠,٩٠	٢٧	البعد الثاني

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع ومقبول على كافة أبعاده .



## ٢\_ طريقة ألفا لكروناخ

كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا لكروناخ ، والجدول رقم (٥) يوضح النتيجة .

جدول (٥)

قيم معاملات ثبات ألفا لكروناخ لدرجات مقياس  
المساندة الاجتماعية في البيئة السعودية  
(ن=٤٠٠)

معامل ألفا لكروناخ	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
٠,٩٥	البعد الأول
٠,٩٥	البعد الثاني

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع ومقبول على كافة أبعاده .

## \_ صدق المقياس في البيئة السعودية

قامت الباحثة بحساب صدق مقياس المساندة الاجتماعية بطريقتين هما :

### ١\_ طريقة الاتساق الداخلي

وذلك بإيجاد قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس والجدول رقم (٦) يوضح النتيجة .

جدول (٦)

قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية  
والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية  
(ن=٤٠٠)

معامل الارتباط	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
**٠,٨٧	البعد الأول
**٠,٧٨	البعد الثاني

\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن هذه الأبعاد تتمتع بدرجة جيدة من التماسك والاتساق .

## ٢ \_ صدق التمييز بطريقة المقارنة الطرفية

وذلك بإيجاد دلالة الفروق بين متوسطي درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في مقياس المساندة الاجتماعية ، ويوضح جدول رقم (٧) النتيجة .

جدول (٧)

صدق التمييز لدرجات مقياس المساندة الاجتماعية

بطريقة المقارنة الطرفية

(ن = ٤٠٠)

مسوى الدلالة	قيمة (ت)	الإرباعي الأعلى (ن = ٨٤)		الإرباعي الأدنى (ن = ٨٥)		أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
		ع	م	ع	م	
٠,٠٠١	٢٢,٧٢	٢٤,٠٢	١٠١,٣٠	١١,٨٧	٣٢,٢٧	البعد الأول
٠,٠٠١	١٢,٧٥	١٠,٧٥	١٤٧,٩٦	٢٣,٧٤	١١١,٧٣	البعد الثاني

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) للفروق بين متوسطي درجات المجموعتين دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يدل على أن المقياس يميز تمييزاً واضحاً بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة على المقياس ، وهذا يعني أنه يتصف بالكفاية في التمييز بين مستويات الأداء لدى المفحوصين ، وبذلك تطمئن الباحثة إلى صدق وثبات مقياس المساندة الاجتماعية على عينة الدراسة الحالية .

## ٢ \_ مقياس الضغوط النفسية

قامت الباحثة بإعداد هذا المقياس وذلك حسب الخطوات الآتية :

\_\_ الاستفادة من الأطر النظرية السابقة\* ، والتعاريف المختلفة التي تناولت متغير الضغوط النفسية .

\_\_ الإطلاع على المقاييس السابقة\* المتعلقة بمتغير الضغوط النفسية والاستفادة منها .

\* مثل (هارون الرشدي : ١٩٩٩م) ، (علي عسكر : ١٩٩٨م) ، (ديفيد فوتانا : ١٩٩٤م)

\* مثل مقياس الضغوط النفسية إعداد (فيضان : ١٩٨٥م) تعريب منصور البيلوي ، واختبار ضغوط الحياة إعداد (محمود الزبيدي ويفصل الزراد : ٢٠٠٠م) ، ومقياس الضغوط النفسية للمعلمين إعداد (كريمة حسن : ١٩٩٥م) ، ومقياس الإنهاك النفسي إعداد (حنان الضرعاني : ١٩٩٤م) ، ومقياس مصادر الضغوط في العمل إعداد (كوبر وآخرون : ١٩٨٨م) تعريب عويد المشعان ، ومقياس الاحتراق النفسي للمعلمين إعداد (عادل محمد : ١٩٩٤م)

— طرح سؤال مفتوح على عينة عددها (١٠٠) من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مهن مختلفة (معلمة وإدارية وعضوة هيئة تدريس ، وممرضة وطبيبة) تراوحت أعمارهن بين (٣٠-٤٥) سنة ، وذلك بهدف التعرف على أنواع الضغوط النفسية التي يتعرضن لها من وجهة نظرهن (أنظر الملحق رقم ٢ : السؤال المفتوح لمقياس الضغوط النفسية) .

— قامت الباحثة بعد ذلك بإعداد العبارات الخاصة بالمقياس من خلال الإطلاع على إجابات السؤال المفتوح ، ومن ثم أمكن تقسيم المقياس إلى مجموعة من أنواع الضغوط النفسية المختلفة التي ظهرت من خلال هذه الإجابات ، وبذلك تكون المقياس في صورته المبدئية من (٢٢٥) عبارة .

— تم عرض المقياس في صورته المبدئية على عدد (١٣) من الأساتذة المحكمين المختصين بالتربية وعلم النفس للتأكد من صلاحية المقياس وسلامة عباراته ، وقد قام الأساتذة مشكورين بإبداء ملاحظاتهم على المقياس (أنظر الملحق رقم ٣ : مقياس الضغوط النفسية في صورته المبدئية) ، وقد تم الأخذ بجميع الملاحظات التي أبدوها وحذفت العبارات غير الملائمة والمكررة .

— وأصبح بذلك عدد عبارات المقياس (١٨٨) عبارة بعد عرضه على الأساتذة المحكمين (أنظر الملحق رقم ٤ : مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل) .

— ثم قامت الباحثة بعد ذلك بإجراء دراسة استطلاعية على عدد (١٢٠) من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في المهن المذكورة سابقاً ، واللاقي تتوفر فيهن المواصفات السابقة نفسها والتي سوف تكون عليها العينة النهائية للدراسة ، وبعد ذلك قامت الباحثة بخطوة التحقق من الشروط السيكمترية للمقياس على النحو الآتي :

ـ ثبات المقياس

## ١ ـ طريقة التجزئة النصفية

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية ، وذلك عن طريق حساب قيم معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية بعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان ـ براون (Spearman\_Brown) ، ويوضح جدول رقم (٨) النتيجة .

جدول (٨)

قيم معاملات ثبات درجات مقياس الضغوط النفسية

بطريقة التجزئة النصفية

( $N = 120$ )

م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	معامل التجزئة النصفية	م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	معامل التجزئة النصفية
١	ضغوط الزوج	٣٩	٠,٩٢	٦	ضغوط عائلية	١٣	٠,٦٤
٢	ضغوط العمل	٣٩	٠,٩٢	٧	ضغوط عادات	٧	٠,٧٦
٣	ضغوط الأبناء	١٢	٠,٨٥	٨	ضغوط صحية	٢٨	٠,٨٤
٤	ضغوط اقتصادية	٦	٠,٨٥	٩	ضغوط انفعالية أخرى	٢٩	٠,٨٨
٥	ضغوط أصداق	١٢	٠,٧٥	١٠	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية	١٨٥	٠,٨٦

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات جيد ومقبول على كافة أبعاده ، حيث بلغت أعلى قيمة معامل ثبات لبعد ضغوط الزوج (٠,٩٣) ، يليه بعد ضغوط العمل حيث بلغت قيمته (٠,٩٢) ، ثم بعد ضغوط انفعالية أخرى حيث بلغت قيمته (٠,٨٨) وكان بعد ضغوط عائلية هو أقل قيمة لمعامل الثبات (٠,٦٤) .

## ٢ ـ معامل ألفا لكرونباخ

كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا لكرونباخ والجدول رقم (٩) يوضح النتيجة .

جدول (٩)

قيم معاملات ثبات درجات مقياس الضغوط النفسية

بطريقة ألفا لكرونباخ

( $n = 120$ )

م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	معامل ألفا لكرونباخ	م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	معامل ألفا لكرونباخ
١	ضغوط الزوج	٣٩	٠,٩٥	٦	ضغوط عائلية	١٣	٠,٨٣
٢	ضغوط العمل	٣٩	٠,٩٦	٧	ضغوط خادمت	٧	٠,٧٩
٣	ضغوط الأبناء	١٢	٠,٩٠	٨	ضغوط صحية	٢٨	٠,٩٠
٤	ضغوط اقتصادية	٦	٠,٨٣	٩	ضغوط انفعالية أخرى	٢٩	٠,٩٥
٥	ضغوط أصدقاء	١٢	٠,٨٧	١٠	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية	١٨٥	٠,٩٨

يتضح من الجدول السابق أن بعد (ضغوط العمل) حصل على أعلى قيمة معامل ثبات في المقياس ، يليه بعد (ضغوط الزوج) ، ثم بعد (ضغوط انفعالية أخرى) ، بينما تساوى بعد (ضغوط الأبناء وضغوط صحية) ، وحصل بعد (ضغوط خادمت) على أقل قيمة معامل ثبات في المقياس ، وتراوحت قيم معاملات الثبات بين (٠,٧٩-٠,٩٨) .

## ـ صدق المقياس

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بالطرق الآتية :

### ١ـ صدق المحكمين

تم عرض المقياس على الأساتذة المحكمين\* بعد تكوين عباراته بصورة مبدئية ، وقد تم استبعاد بعض العبارات التي لم تحظ على نسبة موافقة (٨٠%) فأكثر ، وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (١٨٨) عبارة ، وقد بلغ عدد العبارات المحذوفة (٣٧) عبارة .

\* ٢ـ د . المام خليل (كلية التربية للبنات بحكة \_ أستاذ مشارك)  
٤ـ د . حنن البارون (جامعة الكويت \_ أستاذ مساعد)  
٦ـ د . شاهيناز سمائل (جامعة أم القرى \_ أستاذ مساعد)  
٨ـ د . فايز الحاج (جامعة الملك خالد بأبها \_ أستاذ)  
١٠ـ د . ليلى المرزوق (جامعة أم القرى \_ أستاذ مساعد)  
١٢ـ هاتم بلركندي (كلية التربية للبنات بحكة \_ أستاذ مشارك)

\* ١ـ د . أحمد عبد الخالق (جامعة الكويت \_ أستاذ)  
٣ـ د . حسن عبد اللطيف (جامعة الكويت \_ أستاذ مساعد)  
٥ـ د . سلمية بن لادن (كلية التربية للبنات بحكة \_ أستاذ مساعد)  
٧ـ د . عويد المشعان (جامعة الكويت \_ أستاذ مشارك)  
٩ـ د . ليلى بدوي (كلية التربية للبنات بحكة \_ أستاذ مشارك)  
١١ـ د . عماد السليمان (جامعة أم القرى بحكة \_ أستاذ)  
١٣ـ د . ميسرة صادق (كلية التربية للبنات بحكة \_ أستاذ مشارك)

## ٢\_ الاتساق الداخلي للمقياس

قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس على العينة الاستطلاعية ، والجدول رقم (١٠) يوضح النتيجة .

جدول (١٠)

قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية  
والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية

(ن = ١٢٠)

م	الأبعاد الفرعية	معامل الارتباط	م	الأبعاد الفرعية	معامل الارتباط
١	ضغوط زوج	**٠,٧١	٦	ضغوط عائلية	**٠,٦٦
٢	ضغوط عمل	**٠,٧٢	٧	ضغوط خادمت	**٠,٦٦
٣	ضغوط أبناء	**٠,٦٩	٨	ضغوط صحية	**٠,٧٤
٤	ضغوط اقتصادية	**٠,٥٦	٩	ضغوط انفعالية أخرى	**٠,٨٥
٥	ضغوط أصدقاء	**٠,٦٤			

\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط ، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) ، وهذا يعطي ثقة في قدرة المقياس على تحديد الضغوط النفسية .

## ٣\_ قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الخاصة

بها

قامت الباحثة بحساب قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه وذلك لكل بعد من الأبعاد التسعة التي يتكون منها المقياس ، والجدول رقم (١١) يوضح النتيجة .

جدول (١١)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد  
الخاص بها في مقياس الضغوط النفسية

(ن = ١٢٠)

رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤
ضغوط زوج	٠,٥٦	٠,٦٧	٠,٣٧	٠,٣٨	٠,٥٠	٠,٧٩	٠,٦٠	٠,٥١	٠,٣٦	٠,٦٧	٠,٦٣	٠,٥٧	٠,٢٢	٠,٥٩
رقم العبارة	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨
ضغوط زوج	٠,٧٠	٠,٧٤	٠,٦٠	٠,٧٠	٠,٧١	٠,٤٤	٠,٦٧	٠,٧٤	٠,٦٢	٠,٧٤	٠,٥٦	٠,٦٢	٠,٦٨	٠,٦٩
رقم العبارة	٢٩	٣٠	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩			
ضغوط زوج	٠,٦٦	٠,٦٨	٠,٥٥	٠,٥٨	٠,٤٠	٠,٦٣	٠,٦٧	٠,٦٢	٠,٢٣	٠,٣٧	٠,٦٧			
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤
ضغوط عمل	٠,٦٠	٠,٤٨	٠,٤٧	٠,٦٥	٠,٦٨	٠,٦٦	٠,٤٨	٠,٦٣	٠,٦١	٠,٦٩	٠,٥١	٠,٤٠	٠,٥٠	٠,٤٩
رقم العبارة	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨
ضغوط عمل	٠,٥٥	٠,٧٠	٠,٥٢	٠,٥٦	٠,٤١	٠,٦٠	٠,٦٧	٠,٦٣	٠,٦٥	٠,٦٣	٠,٦٣	٠,٥٩	٠,٦٤	٠,٧٩
رقم العبارة	٢٩	٣٠	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩			
ضغوط عمل	٠,٧٤	٠,٦٢	٠,٥٨	٠,٦٦	٠,٧٤	٠,٦٩	٠,٦٤	٠,٦٩	٠,٦٥	٠,٧٠	٠,٥٩			
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢		
ضغوط أبناء	٠,٢٦	٠,٧٨	٠,٦٨	٠,٣٧	٠,٧٥	٠,٧٧	٠,٥٢	٠,٧٥	٠,٨٤	٠,٨٠	٠,٨٦	٠,٧١		
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧							
ضغوط اقتصادية	٠,٨٢	٠,٨١	٠,٦٨	٠,٥٧	٠,٨٦	٠,٦٠	٠,٦٣							
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢		
ضغوط أصحاء	٠,٥٦	٠,٦٦	٠,٧٤	٠,٥٦	٠,٧٧	٠,٨٢	٠,٧٠	٠,٥٥	٠,٥٥	٠,٥٤	٠,٥٤	٠,٥٤		
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢		
ضغوط عائلية	٠,٧٠	٠,٦٢	٠,٥٨	٠,٤٧	٠,٤٨	٠,٤٨	٠,٦٣	٠,٦٠	٠,٦٣	٠,٤٨	٠,٦٦	٠,٦٨	٠,٤٣	
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧							
ضغوط خدمات	٠,٦٨	٠,٥٣	٠,٦٨	٠,٦٣	٠,٧٧	٠,٧٤	٠,٦٣							
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤
ضغوط صحية	٠,٤٢	٠,٦٨	٠,٥٥	٠,٧٣	٠,٥٩	٠,٥١	٠,٤٩	٠,٣٠	٠,٤٦	٠,٧٦	٠,٦٨	٠,٦٣	٠,٦٧	٠,٧٤
رقم العبارة	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨
ضغوط صحية	٠,٦٢	٠,٦٨	٠,٥٢	٠,٣٧	٠,٢٥	٠,٤٦	٠,٦٦	٠,٦٠	٠,٥٢	٠,٦٦	٠,٧٠	٠,٥٠	٠,٣٧	٠,٥٧
رقم العبارة	٢٩	٣٠												
ضغوط صحية	٠,٣٦	٠,٥٩												
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤
ضغوط التفاعلية أخرى	٠,٦٩	٠,٧٠	٠,٦٥	٠,٧٣	٠,٧٠	٠,٦٢	٠,٥٥	٠,٧٥	٠,٧٢	٠,٦٠	٠,٧٠	٠,٦٥	٠,٦٥	٠,٦٦
رقم العبارة	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨
ضغوط التفاعلية أخرى	٠,٥٨	٠,٦٢	٠,٦٥	٠,٧٧	٠,٧٠	٠,٤٨	٠,٣٥	٠,٦١	٠,٥٠	٠,٦٩	٠,٥٤	٠,٥٨	٠,٤٩	٠,٥٨
رقم العبارة	٢٩													
ضغوط التفاعلية أخرى	٠,٦٦													

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ارتباط العبارات دالة فيما عدا  
قيمة معامل ارتباط عبارة رقم (٢٢ ، ٢٤) \* في البعد الثامن (ضغوط صحية) كانت

\* وهي عبارة رقم (١٥١ ، ١٥٣) في مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل (ملحق رقم ٤)

غير دالة ولذلك تم حذفهما ، كما تم حذف عبارة رقم (٧)\* في البعد الرابع (ضغوط اقتصادية) ، وذلك لاتضاح أنها مكررة مع عبارة أخرى .

— أستقر المقياس في صورته النهائية على عدد (١٨٥) عبارة موزعة على (٩) أبعاد من الضغوط النفسية (أنظر الملحق رقم ٥ : مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية) ، حيث يختلف كل بعد في عدد عباراته المعبرة عنه ، والجدول رقم (١٢) يوضح الأبعاد الفرعية للمقياس وعدد العبارات وأرقامها في صورته النهائية .

#### جدول (١٢)

الأبعاد الفرعية لمقياس الضغوط النفسية وعدد

العبارات وأرقامها في صورته النهائية

(ن = ١٢٠)

م	الأبعاد الفرعية	عدد العبارات	أرقام العبارات
١	ضغوط الزوج	٣٩	١٠٠، ١٠١، ١٠٢، ١٠٣، ١٠٤، ١٠٥، ١٠٦، ١٠٧، ١٠٨، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٢	ضغوط العمل	٣٩	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٣	ضغوط الأبناء	١٢	١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٤	ضغوط اقتصادية	٦	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٥	ضغوط أصدقاء	١٢	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٦	ضغوط عائلية*	١٣	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٧	ضغوط خدمات	٧	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٨	ضغوط صحية	٢٨	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.
٩	ضغوط انفعالية أخرى*	٢٩	١٠٠، ١٠٩، ١١٠، ١١١، ١١٢، ١١٣، ١١٤، ١١٥، ١١٦، ١١٧، ١١٨، ١١٩، ١٢٠، ١٢١، ١٢٢، ١٢٣، ١٢٤، ١٢٥، ١٢٦، ١٢٧، ١٢٨، ١٢٩، ١٣٠، ١٣١، ١٣٢، ١٣٣، ١٣٤، ١٣٥، ١٣٦، ١٣٧، ١٣٨، ١٣٩، ١٤٠، ١٤١، ١٤٢، ١٤٣، ١٤٤، ١٤٥، ١٤٦، ١٤٧، ١٤٨، ١٤٩، ١٥٠، ١٥١، ١٥٢، ١٥٣، ١٥٤، ١٥٥، ١٥٦، ١٥٧، ١٥٨، ١٥٩، ١٦٠، ١٦١، ١٦٢، ١٦٣، ١٦٤، ١٦٥، ١٦٦، ١٦٧، ١٦٨، ١٦٩، ١٧٠، ١٧١، ١٧٢، ١٧٣، ١٧٤، ١٧٥، ١٧٦، ١٧٧، ١٧٨، ١٧٩، ١٨٠، ١٨١، ١٨٢.

\* وهي عبارة رقم (٩٧) في مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل (ملحق رقم ٤)

\* المقصود بالعائلة : الأب والأم والأخوان للمفحوصة ، والمقصود بالأسرة : للمفحوصة وزوجها وأبنائها .

\* المقصود بضغط انفعالية أخرى : الضغوط النفسية الخاصة بالوقت أو الشخصية أو الفئات .



## ـ تصحيح المقياس

أعطيت عبارات المقياس\* تقدير خماسي للاستجابة هو : (تنطبق دائماً) وتعطى خمسة درجات ، (تنطبق غالباً) وتعطى أربعة درجات ، (تنطبق أحياناً) وتعطى ثلاثة درجات ، (تنطبق نادراً) وتعطى درجتان ، (لا تنطبق) وتعطى درجة واحدة ولكي تحصل المفحوصة على الدرجة الكلية على هذا المقياس يلزم جمع الدرجات التي أجابت عليها على كل بعد من أبعاد المقياس لتحديد الدرجة الكلية للضغط الذي تتعرض له المفحوصة .

## ٣\_ قائمة كورنل "للنواحي العصائية والسيكوسوماتية"

أعد هذه القائمة برودمان وإردمان وولف (Brodman , Erdman , Wolf) (١٩٤٦م) كأداة تتضمن أسئلة تكشف عن الاضطرابات السيكوسوماتية والعصائية والطب نفسية ، كما تكشف عن حالات القلق وتوهم المرض والاتجاهات المضادة للمجتمع ، واضطرابات التشنج والصداع النصفي والربو ، القرع الهضمية وتركز بوجه خاص على الحالات الإكلينيكية المسماة بالاضطرابات السيكوسوماتية ، وبعد أربعين عام من صدور طبعة (١٩٤٦م) للقائمة قام فريق من الباحثين هم برودمان وإردمان وولف ومسكوفيتز (Brodman , Erdman , Wolf , Miskovits) بإخراج طبعة جديدة هي طبعة (١٩٨٦م) والتي تمثل تطويراً كبيراً للقائمة التي من معالمها أنها تضمنت (١٨) مقياساً بدلاً من (١٠) مقياس في قائمة (١٩٤٦م) ، (٢٢٣) سؤالاً بدلاً (١٠١) سؤالاً ، وقد قام محمود أبو النيل بتعريب الصورة الأخيرة للقائمة (ن) ، والتي ظهرت عام (١٩٨٦م) ، وأستغرق هذا الجهد خمسة سنوات من (١٩٩٥\_٢٠٠٠م) .

\* استخدمت الباحثة تقدير خماسي للاستجابة للمقياس الحالي بعد إطلاعها على المقاييس السابقة في نفس المجال ، والتي استخدمت نفس مقياس التقدير مثل مقياس (فيولا البيلاوي : ١٩٨٨م) ، (حنان الضرعغامي : ١٩٩٤م) ، (عبدالرؤوف الطلاع : ٢٠٠١م) ، والذي ترى الباحثة أيضاً مناسبه للمفحوصة إذ أنه يعطي فرصة أكبر لتحديد وزن الإجابة المناسبة .

وتتكون القائمة من كراسة أسئلة ، ورقة إجابة ، وتوجد صورة للإناث وصورة للرجال ، وعدد الأسئلة في الأصل الأمريكي (٢٢٣) سؤالاً لصورة الذكور ، (٢٢٨) سؤالاً لصورة الإناث ، وقد وجد الباحث أن الصورة الأمريكية الخاصة بالرجال تسمح للتطبيق على الجنسين ، وذلك لوجود أسئلة بصورة الإناث قد يسبب الإجابة عليها حرجاً للفتاة في الثقافة العربية ، وتنقسم القائمة لأربعة أقسام هي (الأعراض البدنية وماضي المرض ، والتاريخ العائلي والسلوك "المزاج و المشاعر" ) ، وتنحصر هذه الأقسام الأربعة في مقياسين تشمل (المقاييس الخاصة بالنواحي البدنية والمقاييس الخاصة بالنواحي المزاجية والانفعالية) وتتجمع أسئلة كل مقياس فرعي مع بعضها وتأخذ تسلسل الحروف الأبجدية ، وتعتبر قائمة كورنل من المقاييس التي يتم تطبيقها ذاتياً ، ويمكن أن تطبق بشكل فردي أو جماعي (أنظر الملحق رقم ٦ : قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية) ويوضح جدول رقم (١٣) عدد الأسئلة في كل مقياس فرعي . (محمود أبو النيل : ٢٠٠١ م ، ٣٧)

#### جدول (١٣)

عدد الأسئلة في كل مقياس فرعي لقائمة

#### كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية (١٩٨٦م)

م	المقاييس الخاصة بالنواحي البدنية	عدد الأسئلة	م	المقاييس الخاصة بالنواحي المزاجية والانفعالية	عدد الأسئلة
١	السمع والإبصار	١٣	٧	الجهاز العصبي	١٢
٢	الجهاز التنفسي	١٧	٨	البولي والتناسلي	٦
٣	القلب والأوعية	١٩	٩	الغيب	٩
٤	الجهاز الهضمي	٢٠	١٠	تكرار المرض	٦
٥	الهيكل العظمي	١١	١١	أمراض مختلفة	٩
٦	الجلد	٧	١٢	العادات	٩

#### تصحيح القائمة

يتم تصحيح كل مقياس فرعي من المقاييس الثمانية عشر على حدة بإعطاء درجة على كل سؤال أجاب عنه المفحوص بـ "نعم" ، وصفرًا للإجابة بـ "لا" ، وبذلك فإن عدد العبارات على كل مقياس فرعي يساوي الدرجة الكلية على

القائمة ، ويمكن تحديد مستويات الاضطراب السيكوسوماتي كما هو موضح على النحو الآتي في جدول رقم (١٤) .

#### جدول (١٤)

مستويات الاضطراب السيكوسوماتي لقائمة كورنل  
للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

عدد العبارات في قائمة (١٩٨٦م) الجديدة	مستويات الاضطراب السيكوسوماتي
من ٢٩ - ٣٩	اضطراب خفيف
من ٤٠ - ٥٠	اضطراب متوسط
من ٥١ فما فوق	اضطراب شديد

#### \_ ثبات القائمة في البيئة الأصلية

تم حساب معامل الثبات لقائمة كورنل بطريقة التقسيم النصفي وبطريقة الإعادة كما ورد في (محمود أبو النيل : ٢٠٠١م ، ١٨١ ، ١٨٢) ، وذلك على النحو الآتي :

١\_ العينة المصرية التي تكونت من (١٤٠) طالب وطالبة جامعيين من مختلف الكليات العملية والنظرية ومختلف السنوات الدراسية ، وذلك في العام الجامعي (١٩٩٥-١٩٩٦م) ، وقد بلغ معامل الثبات للقائمة ككل على العينة المصرية من الطلبة والطالبات (٠,٦٩) .

٢\_ العينة الأمريكية التي تكونت من (٥٠) طالب وطالبة جامعيين من كليات وأقسام مختلفة عام (١٩٩٥م) ، وقد بلغ معامل الثبات النصفي للقائمة ككل على العينة الأمريكية من الطلبة والطالبات (٠,٨٢) .

٣\_ تم حساب معامل الثبات الكلي في العينتين (المصرية و الأمريكية) بتحويل معاملات الارتباط النصفي للمقاييس الفرعية لمقابلها اللوغارمي (ز) ، ثم حساب متوسطها والكشف عن معامل الارتباط المقابل لهذا المتوسط ثم استخراج معامل الثبات من الجداول الإحصائية .

٤\_ أما المقاييس الفرعية التي تمتعت بمعاملات ثبات مرتفعة (٠,٦٠ فما فوق) في العينتين المصرية والأمريكية هي : الجهاز التنفسي والتعب وتكرار حدوث المرض ، وأمراض متنوعة وعدم الكفاية والاكئاب ، والقلق والغضب والتوتر على المقياس الكلي .

٥\_ كما أستخدم محمد صديق (١٩٩٩م) طريقة إعادة الاختبار لحساب ثبات القائمة على عينة تكونت من (٣٠) فرداً (من المودعين أمواهم في شركات توظيف الأموال) ، وتوصل إلى معاملات ثبات تراوحت قيمتها على المقاييس الفرعية الثمانية عشر بين (٠,٣٧\_٠,٩٣) ، كما أن نسبة الاختبارات الفرعية التي حصلت على معاملات ثبات (٠,٦٠ فما فوق) تبلغ (٦٨%) من مجموع الاختبارات الفرعية والدرجة الكلية .

٦\_ وقارنت آمال عبد الحليم (١٩٩٩م) عينة من مرضى ضغط الدم المرتفع والأسوياء تكونت من (٣٠) فرداً ، وبين مرضى قرحة المعدة والأسوياء من جانب آخر ، وقد توصلت إلى معاملات ثبات تراوحت بين (٠,٢٠\_٠,٩٠) ، وقد بلغت (٦٨%) نسبة الاختبارات الفرعية الحاصلة على معاملات ثبات (٠,٦٠ فما فوق) .

٧\_ وفي دراسة مجدي زينة (٢٠٠٠م) على المتضررين من حرب الخليج على عينة تجريبية تكونت من (٦٠) متضرراً ومجموعة ضابطة (٦٠) من غير المتضررين ، وقد تراوحت قيمة معاملات الثبات بين (٠,٥٥\_٠,٨٨) ، ووصلت (٨٤%) نسبة المقاييس الفرعية التي حصلت على معامل ثبات (٠,٦٠ فما فوق) بما في ذلك الدرجة الكلية ، كما بلغت نسبة الاختبارات الفرعية التي حصلت على معامل ثبات (٠,٦٠) حسب معامل ألفا لكرونباخ (١٠٠%) بما في ذلك الدرجة الكلية .

٨\_ كما قامت نجلاء سليمان (٢٠٠٠م) بدراسة عن سيكولوجية البدانة وعلاقتها بالمشخصية في ضوء الفروق بين الجنسين على عينة تكونت من (٨٠)

فرداً نصفهم أكثر من (٢٠%) من الوزن المثالي والنصف الآخر أكثر من (٢٠%) من الوزن العادي ، وقد توصلت إلى معاملات ثبات تراوحت قيمتها بين (٠,٤٣-٠,٨٣) ، وقد بلغت (٧٨%) نسبة الاختبارات الفرعية التي حصلت على معامل ثبات (٠,٦٠ فما فوق) ماعدا درجات المقياس الكلي .

٩- وعلى طلاب جامعة اليمن قام مازن عبدالله (٢٠٠٠م) بدراسة على عينة من الطلبة الجامعيين تكونت من (٣٠) طالباً ، وقد وجد معاملات ثبات بطريقة الإعادة تراوحت قيمتها بين (٠,٧٢-٠,٩٥) ، وبطريقة التجزئة النصفية وألفا لكرونباخ على (٢٠٠) من الطلاب تراوحت قيمتها بين (٠,٧٠-٠,٩٦) .

### ٢- صدق القائمة في البيئة الأصلية

تم تقدير صدق القائمة بطريقة صدق المجموعات المتضادة وكذلك المجموعات الطرفية والعلاقة باختبار آخر (صدق المحك) ، كما ورد في (محمود أبو النيل : ٢٠٠١م ، ١٨٢-١٩٠) ، وذلك على النحو الآتي :

١- كشفت نتائج المقارنة بين العينة الكلية المصرية (١٤٠) من الجنسين ، والعينة الكلية الأمريكية (٥٠) من الجنسين عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بينهما على مقاييس الجهاز الهضمي والجلد والتعب ، وتكرار المرض واستمرار ضعف الصحة والشعور بالعصبية ، والارتباك في العمل وصعوبة اتخاذ القرار والقلق والحساسية ، والغضب والتوتر بنسبة (٥٠%) من مقاييس القائمة الفرعية ، ويشير متوسط الدرجات لدى المجموعتين أن قيمته أعلى لدى المجموعة المصرية عن المجموعة الأمريكية أي أنهم أكثر اضطراباً على هذه النواحي من الأمريكيين .

٢- وفي دراسة محمد صديق (١٩٩٩م) لدى المودعين في شركات توظيف الأموال طبق القائمة على (٧٥) فرداً بهدف الكشف عن الاضطرابات السيكوسوماتية التي تعرض لها هؤلاء المودعين نتيجة ضياع أموالهم في هذه الشركات ، وقد وجد

فروقاً دالة إحصائياً بين مجموعتين أحدهما تعرضت لضغوط شاقة والأخرى لم تتعرض ، وكانت هذه الفروق على معظم المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للقائمة ماعدا مقياسي التعب والغضب ، وكانت الفروق تشير إلى زيادة الاضطرابات لدى مجموعة المودعين عن غير المودعين .

٣\_ وفي دراسة قامت بها آمال عبد الحليم (١٩٩٩م) التي قارنت فيها بين مرضى ضغط الدم المرتفع والأسوياء على عينة تكونت من (٣٠) فرداً ، ومرضى قرحة المعدة والأسوياء على عينة تكونت من (٣٠) فرداً ، وجدت أن مجموعة ضغط الدم أكثر اضطراباً بفرق دال إحصائياً على إحدى عشر مقياس من المقاييس الفرعية ، كما وجدت أن مجموعة قرحة المعدة أكثر اضطراباً من الأسوياء على عشرة من المقاييس الفرعية .

٤\_ وفي المقارنة التي قام بها محمود أبو النيل (٢٠٠٠م) على عينة من المتقدمين لشغل أحد الوظائف الحكومية حيث تكونت العينة من (١١١) فرداً (المجموعة أ) ، وعينة أخرى من المتقدمين أيضاً لشغل أحد الوظائف الحكومية عددهم (١٠٠) فرداً (المجموعة ب) ، ونظراً لوجود فروق في التخصص بين المجموعتين والواجبات والمسئوليات ، والإعداد العلمي والمهني ، والاهتمامات والميول تمت المقارنة بين المجموعتين على القائمة ، ووجد أربعة عشر مقياس من مقاييس القائمة ميزت تمييزاً دالاً بين المجموعتين بما يشير إلى أن أفراد المجموعة (ب) أكثر اضطراباً في النواحي التي تقيسها تلك المقاييس ، وتعكس هذه الاضطرابات على تلك المقاييس ظروف المشقة ، والضغوط التي يعمل فيها أفراد المجموعة (ب) مما ينعكس على الأجهزة الحسية والنفسية المختلفة أي النواحي السيكوسوماتية .

٥\_ وفي دراسة مازن عبدالله (٢٠٠٠م) على عينة من طلاب الجامعة اليمنية تكونت من (١٠٤) طالب ، (٩٦) طالبة ، وجد أن الطلبة أكثر اضطراباً من الطالبات على مقاييس التعب والحساسية والغضب والتوتر ، كما أن طلاب الحضر

يعانون من اضطرابات سيكوسوماتية أعلى من طلاب الريف ، وكذلك وجد فروق دالة بين الإناث في الحضر والإناث في الريف على ستة عشر مقياساً ، أي أن الإناث في الحضر أكثر اضطراباً من الإناث في الريف ، ولم توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في الحضر إلا على أربعة مقاييس ، ويشير متوسط الدرجات إلى أن إناث الحضر أكثر اضطراباً على هذه المقاييس من ذكور الحضر .

٦- وقد أظهرت نتائج التحليل العاملي على قائمة كورنل واستبيان الأسرة والأبناء لشيفر وآخرون (Shefer et al) على عينة مكونة من (١٤٠) طالب وطالبة من المصريين ، (٥٠) طالب وطالبة من الأمريكيين أن المجموعتين يشتركان معاً فقط في مقياس السمع والإبصار ، وقد وجد أن الطابع العام للمقاييس التي تشبعت تشبعاً مرتفعاً في العينة المصرية تتصل بالنواحي السيكولوجية بينما في العينة الأمريكية تتصل بالنواحي العصابية .

٧- وفي دراسة محمد صديق (١٩٩٩م) توصل إلى أن العامل الأول تشبع عليه تشبعاً دالاً ثلاثة عشر مقياساً فرعياً من مقاييس القائمة .

٨- وفي دراسة محمود أبو النيل (٢٠٠٠م) على عينة من شاغلي وظائف غير مدنية تشبعت سبعة عشر مقياساً من مقاييس القائمة تشبعاً دالاً بما في ذلك الدرجة الكلية بالنسبة لعينة المجموعة (ب) ، وتشبع إحدى عشر مقياساً تشبعاً دالاً بالنسبة لعينة المجموعة (أ) ، وذلك على العامل الأول في العيتين .

٩- وفي دراسة محمد صديق (١٩٩٩م) التي أجريت على القائمة والخاصة بصدق الاتساق الداخلي أتضح أن معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية والدرجة الكلية جميعها دالة إحصائياً ماعدا قيم مقياسي الجلد والقلق ، مما يشير إلى تمتع ستة عشر مقياساً من القائمة بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي .

وبذلك يتضح أن قائمة كورنل تعتبر أداة جيدة صالحة للاستخدام في عدة مجالات إذ أنها تكشف عن ثمانية عشر من الجوانب العصابية والسيكوسوماتية ،

كما أمكن للقائمة التمييز بين الفئات السوية والمرضية كمرضى ارتفاع ضغط الدم وقرحة المعدة والتميز بين الجماعات الواقعة تحت ضغط نفسي كالمودعين أمواهم في شركات التوظيف وفقدوا الأمل فيها والمتضررين من حرب الخليج وأصابتهم بالعديد من الاضطرابات القلبية والمعدية ، كم أنه تم استخدامها من قبل في دراسات سابقة على البيئة السعودية مثل دراسة (حياة أمين : ١٩٩٩م) ، وهذا ما يبرر استخدام الباحثة الحالية لهذه القائمة في دراستها .

### ٢ \_ ثبات القائمة في البيئة السعودية

قامت الباحثة بحساب معامل ثبات قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية بطريقتين هما :

#### ١ \_ طريقة التجزئة النصفية

قامت الباحثة بحساب ثبات القائمة بطريقة التجزئة النصفية ، وذلك عن طريق حساب قيم معاملات الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية بعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان \_ براون (Spearman\_Brown) ويوضح الجدول رقم (١٥) النتيجة .

جدول (١٥)

قيم معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجات قائمة كورنل

للنواحي العصائية والسيكوسوماتية

( $N=400$ )

م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية	عدد الأسئلة	معامل التجزئة النصفية	م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية	عدد الأسئلة	معامل التجزئة النصفية
١	السع والإبصار	١٣	٠,٥٤	١١	أمراض مختلفة	١٨	٠,٥٩
٢	الجهاز التنفسي	١٧	٠,٧٠	١٢	العادات	٢٠	٠,٤٥
٣	القلب والأوعية	١٩	٠,٧٥	١٣	عدم الكفاية	١٢	٠,٨٤
٤	الجهاز الهضمي	٢٠	٠,٥٨	١٤	الاكتئاب	٦	٠,٨٤
٥	المكسل العظمي	١١	٠,٦١	١٥	القلق	٩	٠,٦٠
٦	الجلد	٧	٠,٦٤	١٦	الحساسية	٦	٠,٦٠
٧	الجهاز العصبي	١٨	٠,٥٦	١٧	الغضب	٩	٠,٧٢
٨	البولي والتناسلي	١٣	٠,٥٨	١٨	التوتر	٩	٠,٧٠
٩	الصب	٧	٠,٥٣	١٩	مقاييس النواحي البدنية	١٧٢	٠,٨٧
١٠	تكرار المرض	٩	٠,٦٥	٢٠	مقاييس النواحي المزاجية والانفعالية	٥١	٠,٨٤



يتضح من الجدول السابق أن القائمة تتمتع بمعامل ثبات جيد ومقبول ، مما يدل على أن القائمة تتصف بالثبات ، وهذا يسمح للباحثة باستخدامها في دراستها .

## ٢\_ طريقة ألفا لكرونباخ

كما قامت الباحثة بحساب ثبات القائمة بطريقة ألفا لكرونباخ ، والجدول رقم (١٦) يوضح النتيجة .

جدول (١٦)

قيم معاملات ثبات ألفا لكرونباخ لدرجات قائمة كورنل

للتواحي العصابية والسيكوسوماتية

(N=٤٠٠)

م	أبعاد قائمة كورنل للتواحي العصابية والسيكوسوماتية	عدد الأسئلة	معامل ألفا لكرونباخ	م	أبعاد قائمة كورنل للتواحي العصابية والسيكوسوماتية	عدد الأسئلة	معامل ألفا لكرونباخ
١	السمع والإبصار	١٣	٠,٦٧	١١	أمراض مختلفة	١٨	٠,٥٨
٢	الجهاز التنفسي	١٧	٠,٧٦	١٢	العادات	٢٠	٠,٥٦
٣	القلب والأوعية	١٩	٠,٧٨	١٣	عدم الكفاية	١٢	٠,٨٩
٤	الجهاز الهضمي	٢٠	٠,٦٢	١٤	الاكتئاب	٦	٠,٨٦
٥	الهيكل العظمي	١١	٠,٦٩	١٥	القلق	٩	٠,٧٦
٦	الجلد	٧	٠,٦٥	١٦	الحساسية	٦	٠,٧٢
٧	الجهاز العصبي	١٨	٠,٧١	١٧	الغضب	٩	٠,٧٦
٨	البولي والتناسلي	١٣	٠,٦٧	١٨	التوتر	٩	٠,٧٥
٩	العقب	٧	٠,٦٨	١٩	مقاييس التواحي البدنية	١٧٢	٠,٩٤
١٠	تكرار المرض	٩	٠,٨٠	٢٠	مقاييس التواحي المزاجية والانفعالية	٥١	٠,٩١

يتضح من الجدول السابق أن القائمة تتمتع بمعامل ثبات مرتفع ومقبول ، مما يدل على أن القائمة تتصف بالثبات وهذا يسمح للباحثة باستخدامها في دراستها .

## \_ صدق القائمة في البيئة السعودية

قامت الباحثة بحساب صدق قائمة كورنل للتواحي العصابية والسيكوسوماتية

باستخدام طريقتين هما :

## ١\_ طريقة الاتساق الداخلي

وذلك بإيجاد قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للقائمة ويوضح جدول رقم (١٧) النتيجة .

جدول (١٧)

قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية

لقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

(ن = ٤٠٠)

م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	م	معامل الارتباط	م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	معامل الارتباط
١	السمع والإبصار	١٠	٠,٥٩**	١٠	تكرار المرض	٠,٦٧**
٢	الجهاز التنفسي	١١	٠,٦٨**	١١	أمراض مختلفة	٠,٦٢**
٣	القلب والأوعية	١٢	٠,٧٠**	١٢	العادات	٠,٦٦**
٤	الجهاز الهضمي	١٣	٠,٦٦**	١٣	عدم الكفاية	٠,٥٨**
٥	الميكمل العظمي	١٤	٠,٦٩**	١٤	الاكتئاب	٠,٥٩**
٦	الجلد	١٥	٠,٥١**	١٥	القلق	٠,٦٣**
٧	الجهاز العصبي	١٦	٠,٧٩**	١٦	الحساسية	٠,٥٨**
٨	البولي والتناسلي	١٧	٠,٦٧**	١٧	الغضب	٠,٦٣**
٩	التعب	١٨	٠,٧١**	١٨	التوتر	٠,٦٥**

\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ، مما يدل على أن هذه الأبعاد تتمتع بدرجة مرتفعة من التماسك والاتساق في بناء قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية ، وهذا يؤكد صدق محتوى القائمة .

## ٢\_ صدق التمييز بطريقة المقارنة الطرفية

وذلك بإيجاد دلالة الفروق بين متوسطي درجات الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية ، كما يوضح جدول رقم (١٨) النتيجة .

جدول (١٨)

صدق التمييز لدرجات الجزء الأول لقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

بطريقة المقارنة الطرفية

(ن = ٤٠٠)

م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	الإرباعي الأعلى (ن = ١٠٦)		الإرباعي الأدنى (ن = ١٠٤)		مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م	
١	السمع والإبصار	٢,٢٩	٣,٧١	١,١٦	١,٠٩	٠,٠٠١
٢	الجهاز التنفسي	٣,١١	٦,٢١	١,٢٢	١,١٠	٠,٠٠١
٣	القلب والأوعية	٣,٣٣	٦,٧٥	١,١٣	١,٢٣	٠,٠٠١
٤	الجهاز الهضمي	٢,٥٥	٥,٩٠	١,١٧	١,٦٧	٠,٠٠١
٥	المهكل العظمي	١,٩٨	٣,٧٥	٠,٥٥	٠,٢٤	٠,٠٠١
٦	الجلد	١,٧٢	٢,٠٩	٠,٦٧	٠,٣٦	٠,٠٠١
٧	الجهاز العصبي	٢,٢٤	٤,٩٩	٠,٧٨	٠,٧٤	٠,٠٠١
٨	البولي والتناسلي	٢,٢٢	٣,٨٥	٠,٧٣	٠,٣٨	٠,٠٠١
٩	التعب	١,٦٨	٢,٩٦	٠,٧٤	٠,٤٧	٠,٠٠١
١٠	تكرار المرض	٢,٤٠	٢,٦٦	٠,٤٤	٠,١٥	٠,٠٠١
١١	أمراض مختلفة	٢,٢٦	٣,٥٨	٠,٩٧	٠,٨٩	٠,٠٠١
١٢	العادات	٢,١٣	٤,٤٢	١,١٩	١,٠٥	٠,٠٠١
١٣	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	١٤,٥٢	٥٠,٨٨	٣,٥٧	٩,١٠	٠,٠٠١

جدول (١٩)

صدق التمييز لدرجات الجزء الثاني لقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

بطريقة المقارنة الطرفية

(ن = ٤٠٠)

م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	الإرباعي الأعلى (ن = ١٠٣)		الإرباعي الأدنى (ن = ١١٠)		مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م	
١	عدم الكفاية	٢,٦٢	٥,٢٧	٠,٧٧	٠,٥٥	٠,٠٠١
٢	الاكتئاب	١,٢٩	٢,١٥	٠,٣٧	٠,١٤	٠,٠٠١
٣	القلق	١,٥٧	٣,٥٧	٠,٥٩	٠,٣١	٠,٠٠١
٤	الحساسية	١,٣٤	٤,٠٤	٠,٧٠	٠,٣٠	٠,٠٠١
٥	الغضب	٢,٢٦	٤,٦٥	٠,٥٩	٠,٤٠	٠,٠٠١
٦	التوتر	٢,١٥	٣,٨٤	٠,٥٦	٠,٢٧	٠,٠٠١
٧	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	٥,٩٨	٢٣,٥٢	١,٣٧	١,٩٦	٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ت) للفرق بين متوسطي درجات المجموعتين دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) مما يدل على أن القائمة تميز تمييزاً واضحاً بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة عليها ، وهذا يعني أنها تتصف بالكفاية في التمييز بين مستويات الأداء لدى المفحوصين في الاضطرابات السيكوسوماتية .

### ٢\_ خطوات تطبيق أدوات الدراسة السيكومترية

١\_ قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة في أماكن مختلفة بعد أخذ الأذن اللازم من الجهات المختصة (أنظر الملحق رقم ٧ : الخطابات الرسمية للإذن بتطبيق أدوات الدراسة) ، وذلك عن طريق توزيع أدوات الدراسة على أفراد العينة ، وكان منهن القيام بتعبئتها بعد توضيحها لهن والإجابة على جميع استفساراتهن ، وكان ذلك على بعض مدارس المرحلة (الابتدائية والإعدادية والثانوية) بمدينتي مكة المكرمة وجدة ، وشئون تعليم البنات (الإشراف التربوي) بمدينتي مكة المكرمة وجدة ، وجامعة (الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة) ، وكلية التربية (الأقسام الأدبية والعلمية بجدة والأقسام الأدبية بمكة المكرمة) ، وكلية (إعداد المعلمات بمكة المكرمة) ، ومستشفى (العيون وجامعة الملك عبد العزيز بجدة) ، ومستشفى (الملك عبد العزيز والملك فيصل ، والنور التخصصي والولادة بمكة المكرمة) ، والوحدة الصحية (الأولى والثانية بمكة المكرمة) وكان ذلك على عدد (٤٠٠) امرأة سعودية تراوحت أعمارهن بين (٣٠-٤٥) سنة .

٢\_ تم تصحيح المقاييس الخاصة بأدوات الدراسة بعد استبعاد نماذج المقاييس غير المستوفية لشروط العينة .

٣\_ قامت الباحثة بإجراء التحليلات الإحصائية اللازمة للتحقق من صحة فروض الدراسة .

٤\_ القيام بتفسير نتائج الدراسة في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة .

## ـ الأساليب الإحصائية المستخدمة

- ١ـ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري .
- ٢ـ معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية لتعيين ثبات أدوات الدراسة .
- ٣ـ معامل الارتباط واختبار (ت) t.test لتعيين صدق أدوات الدراسة .
- ٤ـ التكرارات والنسب المئوية ، وذلك لمعالجة تساؤل الفرض الأول .
- ٥ـ معامل ارتباط بيرسون ، وذلك لمعالجة الفرض الثاني والثالث .
- ٦ـ استخراج الإرباعي الأعلى والأدنى واستخدام اختبار (ت) t . test ، وذلك لمعالجة الفرض الرابع والخامس .
- ٧ـ تحليل التباين أحادي الاتجاه ، وذلك لمعالجة الفرض السادس والسابع والثامن والتاسع .
- ٨ـ اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة للكشف عن اتجاه دلالة الفروق .

## ثانياً : إجراءات الدراسة الإكلينيكية

### ـ منهج الدراسة الإكلينيكية

تعتمد الدراسة الإكلينيكية على المنهج الإكلينيكي الذي تم من خلاله دراسة حالتين من الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية عن طريق المقابلة الشخصية واستخدام استمارة دراسة الحالة وتحليل استجاباتهن على الاختبار الإسقاطي تفهم الموضوع للكبار (T.A.T) .

### ـ عينة الدراسة الإكلينيكية

تتكون عينة الدراسة الإكلينيكية من حالتين وهما اللاقي أظهرت نتائج الدراسة السيكومترية أمهن من الحالات الطرفية في الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في

المساندة الاجتماعية ، ولقد أخضعت الباحثة تلك الحالتين للدراسة الإكلينيكية باستخدام اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) ، وقامت بوصف الصورة النفسية لكل منهما .

## ـ أدوات الدراسة الإكلينيكية

### ١ ـ استمارة دراسة الحالة

قامت الباحثة بإعداد استمارة دراسة الحالة (أنظر الملحق رقم ٨ : استمارة دراسة الحالة) .

### ٢ ـ اختبار تفهم الموضوع (T.A.T)

وضع هذا الاختبار هنري موراي (Henry Murray) (١٩٤٣م) ، وقام بتقنيه وتعريبه على البيئة العربية محمد نجاتي وأنور حمدي ، وهو يشكل أداة مفيدة في دراسة الشخصية وتفسير السلوك والاضطرابات السيكوسوماتية ، ويتكون الاختبار من سلسلة من الصور تتراوح في درجة غموضها أو تحديد بنائها ، وتعرض على المفحوص واحدة بعد الأخرى ، ويطلب منه أن يستجيب لها بذكر القصة التي تخطر له عند رؤية الصور ، ويتكون الاختبار من (٣١) بطاقة طبعت على كل منها صورة على ورق أبيض مقوى ماعدا بطاقة واحدة تركت خالية من الصور ، وقد أعطيت كل بطاقة رمز ينتمي إلى أحد الفئات التالية :

- (أ) للبطاقات التي يمكن استخدامها مع الجنسين ومع الصغار (تحت سن ١٤) ،
- والراشدين (فوق سن ١٤) ، (ب) رقم يتبعه الحرف (B) للأولاد (تحت سن ١٤) ،
- (ج) رقم يتبعه الحرف (G) للبنات (تحت سن ١٤) ، (د) رقم يتبعه الحرف (M) للذكور (فوق سن ١٤) ، (هـ) رقم يتبعه الحرف (F) للإناث (فوق سن ١٤) ،
- (و) يتبعه الحرف (MF) للذكور والإناث (فوق سن ١٤) ، (ز) رقم يتبعه الحرفان

(BM) للأولاد والراشدين الذكور ، (ك) رقم يتبعه الحرفان (GF) للبنات والإناث الراشدين ، وطبقاً لتوزيع البطاقات فإنه يمكن استخدام مجموعة من عشرين بطاقة من كل فئة من الفئات الأربع للسن والجنس (أنظر الملحق رقم ٩ : بطاقات اختبار تفهم الموضوع للكبار) .

### — تطبيق الاختبار

يوصي موراي (Murray) بتطبيق كل مجموعة فرعية من البطاقات في يوم منفصل إلا أن بعض الأخصائيين قد درج على تطبيق المجموعة كاملة في جلسة واحدة أو جلستين بينهما فاصل زمني قصير للراحة ، ويجلس المفحوص في مواجهة الفاحص أو في موضع يُمكن الفاحص من ملاحظة المفحوص دون أن يتمكن الأخير من رؤية وجه الفاحص حتى لا يتأثر بما قد يبدو عليه من انفعالات مشتتة لانتباهه . (لويس مليكه : ١٩٨٥م ، ٤٢٩ ، ٤٣٢) .

### — خطوات تطبيق أدوات الدراسة الإكلينيكية

قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة على العينة الإكلينيكية بطريقة فردية من خلال ثلاث جلسات منفصلة لكل حالة على حدة ، وذلك على النحو الآتي :

١— إجراء المقابلة الشخصية .

٢— تطبيق استمارة دراسة الحالة .

٣— تطبيق اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) باستخدام عشرين\* بطاقة من بطاقات الاختبار التي تتناسب مع جنس وعمر العينة ، ثم تسجيل نصوص القصص كما

\* البطاقات المستخدمة هي : بطاقة رقم (1) ، (٢) ، (3GF) ، (4) ، (5) ، (6GF) ، (7GF) ، (8GF) ، (9GF) ، (10) ، (11) ، (12MF) ، (13MF) ، (14) ، (15) ، (16) بطاقة بيضاء ، (17GF) ، (18GF) ، (19) ، (20) .

وردت بالفعل على لسان المفحوصة ، ثم تحليل الاستجابات وتفسيرها\* في ضوء مفاهيم التحليل النفسي .

---

\* قامت الباحثة بالاطلاع على طريقة موراي ، بيللاك في تحليل وتفسير استجابات قصص اختبار تفهم الموضوع (لويس ميليكة : ١٩٨٦م ، ٤٣٤-٤٤٠) قبل تحليل وتفسير استجابات قصص العينة الإكلينيكية .



## "الفصل الخامس"

### "نتائج الدراسة وتفسيرها"

أولاً : نتائج الدراسة السيكومترية

\_ نتائج تساؤل الدراسة وتفسيرها

\_ نتائج الفرض الثاني وتفسيرها

\_ نتائج الفرض الثالث وتفسيرها

\_ نتائج الفرض الرابع وتفسيرها

\_ نتائج الفرض الخامس وتفسيرها

\_ نتائج الفرض السادس وتفسيرها

\_ نتائج الفرض السابع وتفسيرها

\_ نتائج الفرض الثامن وتفسيرها

\_ نتائج الفرض التاسع وتفسيرها

ثانياً : نتائج الدراسة الإكلينيكية

\_ نتائج الفرض العاشر وتفسيرها



أولاً : نتائج الدراسة السيكومترية

\_ نتائج تساؤل الدراسة وتفسيرها

الذي ينص على "ما أنواع الضغوط النفسية التي تعاني منها النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة؟"  
وللإجابة على هذا التساؤل قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات كسل نوع من أنواع الضغوط النفسية التي تعاني منها النساء السعوديات المتزوجات العاملات ، والجدول رقم (٢٠) يوضح النتيجة .

جدول (٢٠)

المتوسط الحسابي لدرجات أنواع

الضغوط النفسية

(ن = ٤٠٠)

م	أنواع مقياس الضغوط النفسية	المتوسط الحسابي*	الانحراف المعياري
١	ضغوط انفعالية أخرى	٢,٧٠	٠,٨٤
٢	ضغوط خادمت	٢,٦٢	١,٠٥
٣	ضغوط أصدقاء	٢,٦٠	٠,٨٩
٤	ضغوط العمل	٢,٥٨	٠,٨٧
٥	ضغوط عائلية	٢,٥٧	٠,٨٤
٦	ضغوط الأبناء	٢,٥٤	٠,٨٣
٧	ضغوط الزوج	٢,٣١	٠,٨٦
٨	ضغوط اقتصادية	٢,٣١	١,٠٨
٩	ضغوط صحية	١,٩٨	٠,٦٥

يتضح من الجدول السابق أن الضغوط النفسية تترتب حسب شدتها لدى النساء

السعوديات المتزوجات العاملات على النحو الآتي :

- ١\_ ضغوط انفعالية أخرى .
- ٢\_ ضغوط خادمت .
- ٣\_ ضغوط أصدقاء .
- ٤\_ ضغوط العمل .
- ٥\_ ضغوط عائلية .
- ٦\_ ضغوط الأبناء .
- ٧\_ ضغوط الزوج وضغوط اقتصادية .
- ٨\_ ضغوط صحية .

\* قامت الباحثة بحساب قيم متوسط المتوسطات بعد استخراج المتوسط الحسابي ، وذلك حتى لا تتأثر النتيجة باختلاف الوزن النسبي لكل نوع من أنواع مقياس الضغوط النفسية .

وهذا يعني أن ضغوط انفعالية أخرى هي أكثر أنواع الضغوط النفسية التي تعاني منها المرأة السعودية المتزوجة العاملة بصفة رئيسة ، وقد يعني ذلك أن هذا النوع من الضغوط في حد ذاته يمثل مزيد من العبء على المرأة بالإضافة إلى باقي الأنواع الأخرى من الضغوط ، حيث أنه يعبر عن حساسية المرأة الشديدة إذ أنها تشعر بالقلق والتوتر عند تدهور أي علاقة مع الآخرين (الزوج أو الأصدقاء أو الأبناء) مما يشعرها بالضعف وعدم القيمة والإحساس بالذات ، الأمر الذي يؤدي إلى مزيد من الانفعالات التي تؤثر عليها فيما بعد ، خاصة وإن كانت تعاني من بعض الضغوط النفسية الأخرى التي لا تستطيع مواجهتها بمفردها .

كما نلاحظ أن ضغوط الخادמות تأتي في المرتبة الثانية ، وهذا يدل على أن المرأة العاملة تعاني من أعباء في منزلها تثقل كاهلها ، إذ أنها امرأة عاملة ومسئولة عن بيتها ومتطلبات أسرتها سواء كانت من زوجها أو أبنائها ، وعلى الرغم من وجود الخادمة في المنزل إلا أنها تشعر بالضغوط النفسية ، وقد يكون ذلك بسبب ما تشعر به المرأة في بعض الأحيان من عدم أمانة الخادمة أو استحواذها على زوجها وغير ذلك من الأمور التي تزعج المرأة من الخادمة وتشعرها بالضيق رغم وجود الخادمة لمساعدتها في بعض المهام في المنزل ، هذا بالإضافة إلى ما تشعر به من خوف على أبنائها من الخادمة مثل (إيذاء الخادمة لهم) ، خاصة وإن كانوا في مراحل مبكرة من العمر أو الخوف من ما تحمله الخادمة لأبنائها من أفكار ومعتقدات وتقاليد تخالف عاداتنا وشريعتنا الإسلامية .

ثم تأتي في المرتبة الثالثة ضغوط الأصدقاء التي تدل على أن العلاقات الاجتماعية للمرأة على درجة كبيرة من الأهمية إذ أنها تُشعرها بمكانتها وقيمتها لذاتها وفي نظر الآخرين ، وهذا يدل على أهمية المساندة الاجتماعية عند المرأة .

إذ أن المرأة بدون علاقات اجتماعية موثوق فيها تكون أكثر تعرضاً للإصابة بالاكتئاب عند مواجهة الأحداث السلبية الشديدة ، وأكثر إحساساً بمثل هذه

الأحداث ، وهذا التأثير المزدوج قد يمثل نمطاً لعوامل استهداف اجتماعية أخرى .  
(حسين فايد : ١٩٩٨م ، ١٨٦)

هذا بالإضافة إلى أن العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء قد تأخذ في بعض الأحيان جانباً سلبياً من خلال عدم قدرة المرأة على مشاركة صديقاتها في بعض الأمور مثل (تبادل الزيارات أو الهدايا) الذي قد يكون نتيجة عدم موافقة الزوج أو بسبب قصور بعض النواحي المادية مما يشعرها بالضيق .

كما لاحظت الباحثة أثناء تطبيق أدوات الدراسة أن هناك فئة من العاملات غير قليلة كثرت شكواهن من سوء معاملة الصديقات لهن ، وقلة وجود الصديقة التي يعتمد عليها وقت الأزمات والشدائد ، هذا بالإضافة إلى قلة تبادل الزيارات بين الصديقات .

ويحتل العمل المرتبة الرابعة بين أنواع الضغوط النفسية التي تعاني منها المرأة العاملة ، والذي يُعبر عن زيادة المسؤوليات التي تتحملها المرأة ، الأمر الذي قد لا تشعر به المرأة المتزوجة غير العاملة .

إذ أن العمل لا ينتهي عند نهاية الدوام الرسمي بل أن المرأة العاملة تحمل همومها ومعاناتها معها إلى المنزل ، مما قد يشير إلى أن ما تتعرض له في عملها يؤثر في حياتها الأسرية أي أن حياتها حلقة مترابطة يؤثر بعضها في البعض الآخر ، كما أن ما تمر به المرأة العاملة من مواقف أو تجارب محبطة أو ضاغطة في المنزل ينعكس على عملها ، وعلى نوعية أدائها . (عويد المشعان : ١٩٩٨م ، ١١٢)

وقد يشير هذا إلى أن هناك نوعية معينة في العمل تؤثر على المرأة العاملة في عملها ، وتعتقد الباحثة من خلال ملاحظتها لإجابات العينة أن بعض الأمور مثل (طول فترة الدوام وقصر مدة إجازة الأمومة وإكمال مهام العمل في المنزل) من الأمور التي تزعج المرأة من عملها ، والتي قد تمثل لها ضغوطاً نفسية تؤثر على نواحي حياتها المختلفة .

يلبي ذلك ضغوط عائلية وضغوط الأبناء التي تشير إلى أن المرأة العاملة قد تعاني من ضيق الوقت وكثرة الأعباء وتعدد المسؤوليات الملقاة عليها ، والتي تشعرها بالضيق مما يؤدي إلى التقصير في حق عائلتها وأبنائها ، كما أن الباحثة لاحظت في إجابات العينة كثرة شكواهن من ضيق الوقت الذي يمنعهن من تبادل الزيارات العائلية ، والجلوس مع أبنائهن سواء للترفيه أو لقضاء بعض متطلبات الأبناء .

كما نلاحظ تساوي ضغوط الزوج وضغوط اقتصادية في مرتبة واحدة ، وهذا قد يعني أن ضغوط الزوج ليس على القدر من الأهمية في معاناة المرأة العاملة من الضغوط النفسية ، كذلك النواحي المادية لا تؤثر عليها بشكل كبير رغم شدتها في بعض الأحيان .

وتأتي ضغوط صحية في مرتبة أخيرة إذ أن النواحي البدنية لا تؤثر في المرأة على الرغم من أهميتها بالنسبة لصحتها مثل تأثير النواحي النفسية أو المعنوية أو العلاقات الاجتماعية .

وهذا ما كانت تتوقعه الباحثة إذ أن المرأة العاملة تتحمل مسؤوليات متعددة تمثل عبءاً كبيراً عليها ، مما يزيد من اضطراباتها الانفعالية ، ويؤثر على صحتها النفسية والجسمية ، ويجعلها عرضة للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (هشام عبدالله : ١٩٩٥م) التي توصلت إلى أن المرأة العاملة خلال حياتها تتعرض إلى أنواع مختلفة من الضغوط النفسية التي تنعكس آثارها على حالتها النفسية والجسمية ، كما تعتمد قدرتها على مواجهة هذه الضغوط وآثارها السلبية على عدة عوامل من أهمها المساندة الاجتماعية التي يؤثر حجمها ، ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراكها ومواجهتها وتعاملها مع هذه الضغوط ، وخفض مستوى المعاناة الناتجة من شدتها والتخفيف من حدة الاضطرابات السيكوسوماتية .

## نتائج الفرض الثاني وتفسيرها

الذي ينص على "توجد علاقة ارتباطيه دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيم معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد كل من المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية لها وأبعاد الضغوط النفسية والدرجة الكلية لها ، والجدول رقم (٢١) يوضح النتيجة .

### جدول (٢١)

قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد كل من مقياس المساندة الاجتماعية والضغط النفسية  
(ن = ٤٠٠)

٤	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية		١
	أبعاد مقياس الضغوط النفسية	الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	
١	٠,١١-	٠,٢٢-	٠,١٩-
٢	٠,١٠-	٠,١٤-	٠,١٤-
٣	٠,١٠-	٠,٢١-	٠,١٨-
٤	٠,٠٧-	٠,١٧-	٠,١٤-
٥	٠,١١-	٠,١٢-	٠,١٤-
٦	٠,١٢-	٠,١٠-	٠,١٣-
٧	٠,٠٨-	٠,١٦-	٠,١٤-
٨	٠,٠٧-	٠,١٥-	٠,١٢-
٩	٠,١١-	٠,٢٠-	٠,١٨-
١٠	٠,١٣-	٠,٢٢-	٠,٢٠-

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسية على جميع الأبعاد عند مستوى (٠,٠١) ، بينما كانت على بُعد ضغوط صحية عند مستوى (٠,٠٥) ، وبذلك يكون الفرض الثاني للدراسة قد تحقق .

أي أن زيادة حجم المساندة الاجتماعية المدركة يساعد على انخفاض مستوى الضغوط النفسية .

وهذا يعني أن مستوى المساندة الاجتماعية المرتفع يعمل على وقاية المرأة من الضغوط النفسية التي تتعرض لها ، أو يساعدها على إدراكها بشكل أفضل مما يمنحها القدرة على مواجهة هذه الضغوط ، والتعامل معها بشكل سليم .

وتوضح هذه النتيجة أن بُعد ضغوط الزوج قد حصل على أعلى معامل ارتباط ، وهذا قد يشير إلى أن المرأة السعودية المتزوجة العاملة لا تتلقى المساندة الاجتماعية المطلوبة من الزوج بالقدر الكافي الذي يساعدها على تحمل الضغوط النفسية التي تعاني منها أو تتعرض لها في حياتها .

أي أن كمية المساندة الاجتماعية التي تحصل عليها من قبل الزوج لا تتناسب مع حجم الضغوط أو المسؤوليات التي تتحملها .

يلي ذلك ضغوط الأبناء وضغوط انفعالية أخرى ، وهذا قد يعني أن المرأة العاملة أصبحت مُفتقدة للمساندة المطلوبة حتى من أبنائها ، كما أنها تعاني من عبء تربيتهن ومسئولتهن ، الأمر الذي يشعرها بالضغط النفسي ويزيد من إحساسها بالضيق .

كما أن افتقادها إلى المساندة الاجتماعية وما تتحمله من أعباء يومية يزيد من شعورها بالمعاناة من الضغوط الانفعالية الأخرى .

أما عن علاقة المساندة الاجتماعية بالضغوط (الاقتصادية والعمل ، والأصدقاء والخدمات) نجد أنها في مستوى واحد تقريباً ، أي أن درجة افتقاد المرأة للمساندة المطلوبة في هذه الأبعاد متساوي ، وهذا يعني أنه على الرغم من عمل المرأة ووجود الأصدقاء والخدمات في حياتها إلا أنها تفتقد المساندة المطلوبة الأمر الذي يزيد من إحساسها ومعاناتها من الضغوط النفسية .

وتأتي في مرحلة أخيرة الضغوط العائلية والصحية ، وهذا قد يوضح أن أقل ما تفتقده المرأة من مساندة مطلوبة تواجه به الضغوط النفسية يكون من عائلتها والأفراد المسئولين عن صحتها (كالأطباء) .

وربما يرجع ذلك إلى التكوين النفسي للإناث بأنهن أكثر عاطفية وتأثراً بالنواحي النفسية ، كما أن ميكانيزمات المواجهة للمواقف النفسية لديهن أقل قدرة منها لدى الذكور ، بالإضافة إلى أن كثرة الأعباء والمسؤوليات الأسرية الملقاة على عاتق المرأة مع مسؤوليات العمل قد يؤدي إلى شعورها بالتوتر والعجز ، ومن ثم الإحساس بانخفاض المساندة الاجتماعية حتى من أقرب الناس إليها . (عباس متولي : ٢٠٠٠م ، ١٤٥)

أي أن الضغط النفسي ينشأ عندما تكون المرأة مسؤولة عن أعباء ومتطلبات تزيد عن إمكاناتها النفسية وقدراتها ولا تجد من يساندها ويشد أزرها ، ومن ثم لا تقدر على مواجهتها مما يعرضها للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية التي تنشأ من اضطراب حالتها النفسية أو الانفعالية .

وهذا يوضح أن المساندة الاجتماعية لها تأثير فعال في إدراك المرأة ، وأن افتقادها لها يجعلها أكثر حساسية في إدراك الضغوط ويؤدي إلى انخفاض قدرتها على مواجهة طبيعة الحدث الذي تتعامل معه والى تعثر أساليب تفاعلها مع الضغوط التي تواجهها . (Charles & Rudolph : 1991 , 365)

كما أن وقوف المرأة بمفردها أمام الضغوط النفسية التي تواجهها دون أن يكون هناك من يساندها ويهتم بها ويرعاها (الزوج أو الأبناء أو الأصدقاء) يزيد من شدة تلك الضغوط ، ويشعرها بأنها وحيدة مما قد يؤثر سلباً عليها فيما بعد . (هشام عبدالله : ١٩٩٥م ، ٥٠١)



وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع الأطر النظرية لنموذج الحماية الذي يرى أن  
المساندة الاجتماعية المرتفعة تحمي الشخص من سيطرة الضغط النفسي ، وتأثيره  
السلبى على حالته الصحية . (Stroebe et al : 1996 , 1209)

كما تتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة مثل دراسة  
(علي علي : ٢٠٠٠م ، حسين فايد : ١٩٩٨م ، عماد مخيمر : ١٩٩٧م ، راوية  
دسوقي : ١٩٩٦م) ، (Buunk & Hoorens : 1992) الذين توصلوا إلى أن  
زيادة حجم الضغوط النفسية لدى الفرد يؤدي إلى انخفاض حجم المساندة  
الاجتماعية .

أي أن زيادة الضغوط التي تواجهها المرأة يمكن أن تؤثر بشكل سلبى على درجة  
إحساسها بالمساندة ، خاصة أن الناس يحاولون الابتعاد عن الفرد الذي يعاني من  
ضغوط بدرجة قوية ومن ثم يحدث انخفاض في حجم المساندة ، كما أن الضغوط  
قد تسبب مزاجاً سلبياً يجعل الآخرين يبدون أقل جاذبية وإيجابية بالنسبة للفرد .  
أي أن افتقاد المرأة للمساندة المطلوبة يفقدها القدرة تدريجياً على مواجهة  
الضغوط النفسية التي تواجهها في حياتها ، الأمر الذي قد يعرضها إلى الإصابة  
بالاضطرابات السيكوسوماتية (وهذا ما ستوضحه نتيجة الفرض الثالث) .

### ـ نتائج الفرض الثالث وتفسيرها

الذي ينص على "توجد علاقة ارتباطية دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية  
والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات  
العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة" .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون  
بين أبعاد كل من المساندة الاجتماعية والدرجة الكلية لها وأبعاد الاضطرابات  
السيكوسوماتية والدرجة الكلية لها ، ويوضح جدول رقم (٢٢) النتيجة .

جدول (٢٢)

قيم معاملات الارتباط بين درجات أبعاد كل من مقياس المساندة الاجتماعية

وقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

(ن = ٤٠٠)

الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	البعد الثاني	البعد الأول	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	
			أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	م
*٠,١١-	"غير دالة"	*٠,١١-	السمع والبصر	١
٠,٠٩-	**٠,١٥-	"غير دالة"	الجهاز التنفسي	٢
٠,٠٠-	"غير دالة"	"غير دالة"	القلب والأوعية	٣
*٠,١٢-	**٠,٢٠-	"غير دالة"	الجهاز الهضمي	٤
*٠,١١-	*٠,١٠-	"غير دالة"	المهكل العظمي	٥
٠,٠٨-	"غير دالة"	"غير دالة"	الجلد	٦
٠,٠٦-	*٠,١٠-	"غير دالة"	الجهاز العصبي	٧
٠,١٠-	**٠,١٦-	"غير دالة"	البول التناسلي	٨
*٠,١١-	**٠,١٥-	"غير دالة"	التعب	٩
**٠,١٥-	**٠,١٥-	*٠,١١-	تكرار المرض	١٠
٠,٠٣-	**٠,١٥-	"غير دالة"	أمراض مختلفة	١١
٠,٠٤-	*٠,١١-	"غير دالة"	العادات	١٢
**٠,١٧-	**٠,١٨-	*٠,١٢-	عدم الكفاية	١٣
**٠,٢٢-	**٠,٢٣-	**٠,١٥-	الاكتئاب	١٤
*٠,١١-	*٠,١٣-	"غير دالة"	القلق	١٥
**٠,١٥-	**٠,١٧-	"غير دالة"	الحساسية	١٦
**٠,١٧-	**٠,١٥-	**٠,١٤-	الغضب	١٧
*٠,١٢-	*٠,١٠-	*٠,١٠-	التوتر	١٨
*٠,١١-	**٠,١٨-	"غير دالة"	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	١٩
**٠,٢١-	**٠,٢٠-	**٠,١٤-	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	٢٠
**٠,١٦-	**٠,٢١-	"غير دالة"	الدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	٢١

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

\*\* دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين

المساندة الاجتماعية والاضطرابات السيكوسوماتية عند مستوى دلالة (٠,٠١) ،

(٠,٠٥) ، وبذلك يكون الفرض الثالث للدراسة قد تحقق .

أي أن زيادة حجم المساندة الاجتماعية المدركة يساعد على انخفاض مستوى

الاضطرابات السيكوسوماتية .

وهذا يعني أن ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية يعمل على حماية المرأة من الاضطرابات السيكوسوماتية التي تتعرض لها ، كما أن انخفاض مستوى المساندة يساعد في تعرضها للإصابة بمثل هذه الاضطرابات .

كما يتضح أن معامل ارتباط الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية كان مرتفع بشكل ملحوظ عن معامل ارتباط الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية ، وهذا يدل على أن المرأة تعاني من اضطرابات النواحي المزاجية الانفعالية أكثر مما تعاني من النواحي البدنية .

وربما يرجع ذلك إلى أن المرأة أكثر حساسية وتأثراً بسلوك الآخرين ، كما أن شعورها بالأهمية والقيمة يتوقف على علاقاتها بهم ، وأن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في شعورها بالقيمة وفي صحتها النفسية وسعادتها وتمثل العلاقات الاجتماعية بالنسبة لها عاملاً وقائياً من الاكتئاب .

وتوضح النتيجة أن بُعد الاكتئاب هو أكثر ما تعاني منه المرأة في ظل افتقادها إلى المساندة الاجتماعية المطلوبة إذ حصل على أكبر معامل ارتباط في القائمة ككل ، وربما يعود ذلك إلى كثرة الضغوط والاحباطات التي تتعرض لها المرأة من الزوج والأسرة والعمل في ظل افتقادها إلى المساندة الاجتماعية .

أي أن المساندة الاجتماعية المرتفعة قد تلعب دوراً كبيراً في خفض الاضطرابات الإكتئابية سواء كانت المرأة تخبر أو لا تخبر ضغوطاً ، إذ أن المساندة ترفع من تقدير المرأة لذاتها وفعاليتها ، أما إدراكها لعدم وجود مساندة اجتماعية فإن ذلك يشعرها بعدم القيمة وعدم القدرة على المواجهة وتكون هنا بداية الاضطرابات الإكتئابية .

(Rutter : 1990 , 182)

كما أن المرأة المكتئبة تميل إلى تبني علاقات مساعدة غير متكافئة ، إذ أنها تفشل في رد المساعدة التي تتلقاها من الآخرين ، مما يؤدي إلى عدم التوازن في علاقاتها ويجعل التفاعل أقل إرضاءً بالنسبة للطرفين ، إذ أن الطرف الأول يتحمل عبئاً ،

والطرف المتلقي للمساندة يشعر بعدم الراحة لأنه مدين ويعاني من انخفاض تقدير الذات . (Buunk & Hoorens : 1992 , 453)

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة مثل دراسة (حسين فايد : ١٩٩٨ م ، علي علي : ١٩٩٧ م ، عماد مخيمر : ١٩٩٧ م ، هشام عبد الله : ١٩٩٥ م ، سميرة شند : ١٩٩٠ م) (Grassi et al : 2000 : 1999 , Grassi & Rosti : 1996 , Shima : 1994 , Furnham & Sheikh : 1993 , Rudolph & Charles : 1991) الذين توصلوا إلى معاناة الإناث من الاكتئاب خاصة ، وكذلك بعض النواحي العصابية والسيكوسوماتية على الرغم من اختلاف العينة (أطفال وطالبات) في بعض هذه الدراسات عن عينة الدراسة الحالية ، كما أن النساء اللاتي يتلقين مساندة اجتماعية من الآخرين يكن أفضل من الناحية الصحية عن اللاتي لا يتلقين أو لا يدركون المساندة الاجتماعية من الآخرين .

يلبي ذلك بُعد الغضب وعدم الكفاية ثم بُعد الحساسية وتكرار المرض ، أما أقل ما تتأثر به المرأة من النواحي المزاجية والانفعالية في القائمة هو بُعد التوتر والقلق . ووفقاً لنموذج الأثر الرئيسي فإن المساندة الاجتماعية ذات تأثير عام ومفيد على الصحة البدنية والنفسية ، حيث أنها يمكن أن تزود الأفراد بخبرات إيجابية منتظمة ، ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع ، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط بالسعادة التي توفر حالة إيجابية من الوجدان وإحساساً بالاستقرار في مواقف الحياة والاعتراف بأهمية الذات . (محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤ م ، ٣٧)

وهذه النتيجة تشير إلى أن نقص كمية المساندة الاجتماعية التي تحصل عليها المرأة يُضعف من وقايتها ويعرضها للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية ، وهذا الذي أكدته نتيجة هذا الفرض .

## نتائج الفرض الرابع وتفسيرها

الذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على مقياس الضغوط النفسية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) t.test لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتهم على مقياس الضغوط النفسية ، ويوضح جدول رقم (٢٣) النتيجة .

### جدول (٢٣)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس المساندة الاجتماعية في درجتهم على مقياس الضغوط النفسية

(٤٠٠=ن)

م	أبعاد مقياس الضغوط النفسية	الإرباعي الأدنى (ن=١٠١)		الإرباعي الأعلى (ن=١٠٥)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م		
١	ضغوط الزوج	٣٤,٤٠	٨٥,٦٩	٣٢,١١	٢,٨١٥	٠,٠١	
٢	ضغوط العمل	٣٤,١٦	٩٤,٠٢	٣٢,٨٠	٢,٨٢١	٠,٠١	
٣	ضغوط الأبناء	١٠,٢٥	٢٩,٠٥	٩,٩٩	٣,٠٧٧	٠,٠١	
٤	ضغوط اقتصادية	٦,٨١	١٣,٤٣	٦,٤٦	١,٧٠١	"غير دالة"	
٥	ضغوط الأصدقاء	١٠,٦٤	٢٩,٠٣	١٠,٦٤	٣,١٥٩	٠,٠١	
٦	ضغوط عائلية	١١,٠٠	٣٠,٧٢	١٠,٣٦	٣,٣٥٩	٠,٠١	
٧	ضغوط خدمات	٦,١٨	١٤,١٣	٦,١٢	٣,١١٣	٠,٠١	
٨	ضغوط صحية	٢٠,٦٢	٥٣,٦٠	١٧,٢٦	٢,٢٦٦	٠,٠٥	
٩	ضغوط انفعالية	٢٥,٤٥	٧٦,٦٦	٢٢,٤٨	٣,٤٣٥	٠,٠١	
١٠	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية	١٢٦,٤٩	٤٢٦,٣٢	١١٤,٠٧	٣,٦٩٤	٠,٠١	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية على مقياس الضغوط النفسية لصالح الإرباعي الأدنى ، كما أن قيمة (ت) بالنسبة لأبعاد الضغوط النفسية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ماعدا

البعد الرابع (ضغوط اقتصادية) نجد أن قيمة (ت) كانت غير دالة إحصائياً ، وبالرغم من عدم دلالة هذا البعد إلا أن متوسط الدرجات كان لصالح الإرباعي الأدنى أيضاً ، وهذا يدل على أن مقياس الضغوط النفسية قد ميز تمييزاً دالاً بين المجموعتين الطرفيتين .

كما نجد أن اتجاه الفروق في جميع أبعاد الضغوط النفسية كان لصالح مجموعة المنخفضات في المساندة الاجتماعية ، بمعنى أن المنخفضات في المساندة الاجتماعية يُعانين أكثر من الضغوط النفسية .

أي أن النساء اللاتي لا يتلقين مساندة اجتماعية بالقدر الكافي لا يساعدهن ذلك على مواجهة الضغوط النفسية التي يتعرضن لها .

كما أن مجموعة المرتفعات في المساندة الاجتماعية يعانين من ضغوط نفسية أقل إذ أن المستوى المرتفع منها يزيد من قدرة تحمل المرأة للضغوط ومقاومتها لها أو التخفيف من حدتها بقدر الإمكان ، وهذا يؤكد على أهمية متغير المساندة الاجتماعية في علاقته بمتغير الضغوط النفسية .

كما أن الارتباط السالب بين الضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية (نتيجة الفرض الثاني للدراسة الحالية) يدل على أن مساندة الآخرين في مشكلاتهم والتحدث معهم والاستفادة من آرائهم يساعد في التخفيف من شدة الضغوط .

وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة مثل دراسة (علي علي : ٢٠٠٠ م ، حسين فايد : ١٩٩٨ م ، عماد مخيمر : ١٩٩٧ م ، نجاة موسى ومديحة عبد الفضيل : ١٩٩٨ م ، كريمة حسن : ١٩٩٥ م) Zhang (Freeman et al : 2000 , Suganuma & Ura : 1997 , et al : 1999) الذين توصلوا إلى أهمية دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الآثار السلبية للضغوط النفسية ، كما أن زيادة الضغوط النفسية تؤدي إلى انخفاض حجم المساندة الاجتماعية وتؤثر بشكل

سلي عليها ، إذ أن الناس قد يتعدون عن الأفراد الذين يعانون من الضغوط بصفة عامة والشديدة منها بصفة خاصة .

كما أن تعرض المرأة لضغوط نفسية حادة قد يؤثر بشكل سلبى فى حجم المساندة الاجتماعية المدركة ، ومن ثم ينخفض حجمها بينما تكون المرأة فى أشد الحاجة إليها . (Buunk & Hoorens : 1992 , 451)

وتتفق هذه النتيجة أيضاً مع الإطار النظرى للمساندة الاجتماعية والضغوط النفسية مثل (محمد الشناوى ومحمد عبد الرحمن : ١٩٩٤م ، هارون الرشيدى : ١٩٩٩م) ، (Sarason & Sarason : 1986) وبذلك يكون الفرض الرابع للدراسة قد تحقق .

#### ـ نتائج الفرض الخامس وتفسيرها

الذى ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوات الإرباعى الأعلى وذوات الإرباعى الأدنى فى المساندة الاجتماعية وذلك فى درجائهن على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية" .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام اختبار (ت) t.test لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطى درجات ذوات الإرباعى الأعلى وذوات الإرباعى الأدنى فى المساندة الاجتماعية وذلك فى درجائهن على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية ، ويوضح جدول رقم (٢٤) النتيجة .

جدول (٢٤)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس المساندة الاجتماعية في درجتهم على قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية (ن=٤٠٠)

م	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية	الإرباعي الأدنى (ن=١٠١)		الإرباعي الأعلى (ن=١٠٥)		قيمة (ت)	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م		
١	السمع والبصر	١,٨٩	١,٧٦	١,٦٣	١,٥٧٩	٠,٠١	
٢	الجهاز التنفسي	٣,٠٣	٢,٩٦	٢,٨٠	١,٠٦٨	"غير دالة"	
٣	القلب والأوعية الدموية	٣,٢٨	٣,٦٧	٣,٠٤	٠,١٦٥	"غير دالة"	
٤	الجهاز الهضمي	٢,٤٦	٣,٣٥	٢,٣٧	١,٩٨١	٠,٠٥	
٥	المكمل العظمي	٢,٢٠	١,٣٧	١,٥٩	٣,٠٤٩	٠,٠٥	
٦	الجلد	١,٤٤	٠,٨٩	١,٢٧	١,٥٠٠	"غير دالة"	
٧	الجهاز العصبي	٢,٤٤	٢,٠٩	٢,٠٩	٠,٩١٨	"غير دالة"	
٨	البول التناسلي	٢,٣١	٢,٠٢	١,٩٦	١,٠٦٧	"غير دالة"	
٩	التعب	١,٧٠	١,٢٨	١,٤٠	٢,٦٩١	٠,٠١	
١٠	تكرار المرض	١,٥٥	٠,٧٩	١,٣٢	٢,٩٠٥	٠,٠١	
١١	أمراض مختلفة	٢,٠٧	١,٩١	٢,٠٥	٠,٠٨٤	"غير دالة"	
١٢	العادات	٢,٦٧	٢,٠٠	٢,٥٣	٠,٥١٤	"غير دالة"	
١٣	عدم الكفاية	٣,٢٧	٢,٦٣	٢,١٢	٣,٣٩٩	٠,٠١	
١٤	الاكتئاب	١,٦٢	١,٧٥	٠,٧٨	٤,٠٦٠	٠,٠١	
١٥	التلق	٢,٠٤	١,٨٢	١,٥٠	٢,٣١٦	٠,٠٥	
١٦	الحساسية	٢,٣٩	١,٨٦	١,٧٤	٢,٥٤٧	٠,٠١	
١٧	الغضب	٢,١٩	٢,٢٢	١,٣٨	٢,٨٧٩	٠,٠١	
١٨	التوتر	١,٩٠	٢,٠٠	١,٤١	١,٩٤٨	٠,٠٥	
١٩	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	٢٩,٢٧	١٩,٨٤	٢٤,٧٥	١,٨٤٤	"غير دالة"	
٢٠	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	١٣,٤٢	٩,٣٧	٨,٩٣	٣,٧٩٣	٠,٠١	
٢١	الدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية	٤٢,٧٨	٢٦,٦٩	٣٣,٦٩	٢,٧٦٤	٠,٠١	

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية على بعض أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية لصالح الإرباعي الأدنى ، حيث كانت قيمة (ت) بالنسبة لهذه الأبعاد دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ماعدا الأبعاد أرقام (٢) ، (٣) ، (٦) ، (٧) ، (٨) ، (١١) ، (١٢) كانت غير دالة ، وكذلك الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية ، وبالرغم



من عدم دلالة هذه الأبعاد إلا أنه بالنظر إلى المتوسطات نجد أنها كانت لصالح الإرباعي الأدنى أيضاً .

كما نجد أن اتجاه الفروق كان على جميع أبعاد القائمة لصالح مجموعة المنخفضات ، بمعنى أن المنخفضات في المساندة الاجتماعية يُعانين أكثر من الاضطرابات السيكوسوماتية ما عدا بُعد القلب والأوعية الدموية كان لصالح مجموعة المرتفعات في المساندة الاجتماعية .

أي أن النساء اللاتي يتلقين مساندة منخفضة يَكُن فريسة للاضطرابات السيكوسوماتية ، كما أن مجموعة المرتفعات في المساندة الاجتماعية يعانين أقل من هذه الاضطرابات .

وهذا يعني أن المساندة الاجتماعية المرتفعة تعمل على وقاية المرأة من خطر الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية أو أنها تزيد من قدرتها على مقاومتها أو التخفيف من حدتها ، وهذا يؤكد على أهمية متغير المساندة الاجتماعية في علاقته بمتغير الاضطرابات السيكوسوماتية .

كما يؤكد على أهمية دور المساندة الاجتماعية للمرأة في التقييم الموضوعي والتحكم في أفكارها التي يمكن أن يؤدي اضطرابها إلى اختلال التوازن النفسي والعقلي لها . (علي علي : ١٩٩٧م ، ٢٢٥) .

وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة ، كما في دراسة (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، علي علي : ١٩٩٧م ، محمد خليل : ١٩٩٦م ، يوسف محمد : ١٩٩٤م) ، (Grassi et al : 2000 , Uchino & Garvey : 1997 , Karen : 1987) (Grassi & Rosti : 1996 , Kirschbaum et al : 1995 , Karen : 1987) الذين توصلوا إلى أن مجموعة العاملات المتزوجات منخفضي المساندة الاجتماعية يعانين أكثر من الاضطرابات السيكوسوماتية ، وذلك لفقدان العلاقات

الدافئة والحميمة ، كما أن فقدان المساندة الاجتماعية يؤدي إلى كثير من هذه الاضطرابات واختلال التوازن النفسي والعقلي .

كما قد أشار البعض الآخر إلى أن المرأة كثيراً ما تعاني من الاضطرابات السيكوسوماتية نتيجة ارتباط هذه الاضطرابات بأعراض الدورة الشهرية ، وتغيراتها الفسيولوجية والنفسية إلى جانب ازدياد نسبة القلق النفسي لها . (عبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠م ، ٦٧)

وتوضح هذه النتيجة أن المرأة قد تعاني من الاضطرابات السيكوسوماتية بسبب حساسيتها الزائدة وخوفها الدائم على حياتها وصحتها ومستقبل أبنائها ورعايتهم ، وبذلك يكون الفرض الخامس للدراسة قد تحقق .

#### ـ نتائج الفرض السادس وتفسيرها

الذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير العمر" .  
وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (ONE WAY ANOVA) بين المجموعات العمرية الثلاثة كما أوضحته الباحثة في جدول رقم (١) ، ويوضح جدول رقم (٢٥) النتيجة .

## أولاً : متغير المساندة الاجتماعية

جدول (٢٥)

دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير العمر

( $n=400$ )

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
"غير دالة"	٢,١٦	٢١٤٣,٥١٥	٢	٤٢٨٧,٠٢٩	بين المجموعات	البعد الأول
		٩٩٤,٧٤٧	٣٩٧	٣٩٤٩١٤,٦٥	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٩٩٢٠١,٦٨	المجموع الكلي	
٠,٠١	٢,٩٤	١٨٢٨,٥٩٤	٢	٣٦٥٧,١٨٨	بين المجموعات	البعد الثاني
		٦٢١,٨٧٧	٣٩٧	٢٤٦٨٨٥,١٩	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٥٠٥٤٢,٣٨	المجموع الكلي	
"غير دالة"	٢,٤٤	٥٣٧٥,٧٩٥	٢	١٠٧٥١,٥٩١	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية
		٢٢٠٤,٢٥٤	٣٩٧	٨٧٥٠٠٩,٥٢	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٨٨٥٧٦١,١١	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً لكل من البعد الأول لمقياس المساندة الاجتماعية (عدد الأشخاص المتاحين للمساندة) وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في درجة المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر ، بينما كانت هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في البعد الثاني (درجة الرضا عنهم) من المقياس حيث كانت قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٢٦) يوضح النتيجة .

جدول (٢٦)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير العمر

باستخدام اختبار شيفيه

( $n=400$ )

الفئة العمرية	٣٠_أقل من ٣٥ سنة	٣٥_أقل من ٤٠ سنة	٤٠_أقل من ٤٥ سنة
أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	١٨٨ = ن	١٠٢ = ن	١١٠ = ن
البعد الثاني	١٣٧,٠٢ = م	١٤١,١٠ = م	١٣٢,٨٠ = م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	٤,٠٩		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	٤,٢٢	٨,٣١	

من خلال الجدول السابق نجد أن اتجاه الفروق لم يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى مستوى (٠,٠١) \* ، وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن الفئة العمرية الثانية (٣٥\_أقل من ٤٠) سنة كان أعلى متوسط بين الفئات العمرية الأخرى .

وهذا يعني أن المرأة من مختلف الفئات العمرية تحتاج إلى مساندة فعالة من الآخرين تكون راضية عنها سواء كانت من (الزوج أو الأسرة أو الصديقات) وغير ذلك من المصادر التي تساعد في جميع مراحل العمر ، وتمنحها القوة التي تواجه بها المشكلات والأحداث التي تعترض حياتها .

إلا أن المرأة التي تنتمي إلى الفئة العمرية الثانية (٣٥\_أقل من ٤٠) سنة تفتقد إلى الرضا عن الأشخاص الذين يقدمون لها المساندة الاجتماعية عن باقي الفئات العمرية الأخرى .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (راوية دسوقي : ١٩٩٦م ، محمد خليل : ١٩٩٦م ، هشام عبد الله : ١٩٩٥م) اللذين يؤكدوا على حاجة المرأة الضرورية للمساندة الاجتماعية من مختلف المصادر .

## ثانياً : متغير الضغوط النفسية

جدول (٢٧)

دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير العمر

(ن=٤٠٠)

أبعاد مقياس الضغوط النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
ضغوط الزوج	بين المجموعات	١٧٣٤,٢٨٩	٢	٨٦٧,١٤٤	٠,٧٩	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٤٣٣٥٩,٧١	٣٩٧	١٠٩٣,٠٩٨			
	المجموع الكلي	٤٣٥٦٩٤,٠٠	٣٩٩				
ضغوط العمل	بين المجموعات	٢٢١٤٧,٤٢٢	٢	١١٠٧٣,٦١٢	١,١٦	٠,٠١	لصالح الفئة العمرية الأولى (٣٠_أقل من ٣٥) سنة
	داخل المجموعات	٤٣٢٥٩٢,٢٢	٣٩٧	١٠٨٩,٦٥٣			
	المجموع الكلي	٤٥٤٧٣٩,٤٤	٣٩٩				

\* إذ أن الباحثة قد حددت مستوى الدلالة عند (٠,٠١).

_____	"غير دالة"	٠,٢٢	٢٣,٨٩٨	٢	٤٧,٧٩٥	بين المجموعات	ضغوط الأبناء
			١٠٢,٥٩٧	٣٩٧	٤٠٧٣٠,٩١٥	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٠٧٧٨,٧١٠	المجموع الكلي	
لصالح الفئة العمرية الأولى (٣٠-أقل من ٣٥) سنة	٠,١٥	٢,٦٩	١٥٣,١٣٥	٢	٣٠٦,٢٧٠	بين المجموعات	ضغوط اقتصادية
			٤١,٥٠٠	٣٩٧	١٦٤٧٥,٤٨٠	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٧٨١,٧٥٠	المجموع الكلي	
لصالح الفئة العمرية الأولى (٣٠-أقل من ٣٥) سنة	٠,١٥	٢,٣٥	٣٧٢,٨٠٥	٢	٧٤٥,٦١	بين المجموعات	ضغوط أصدقاء
			١١١,٢٢٠	٣٩٧	٤٤١٥٤,٢٢٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٤٨٩٩,٩١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٠,٣٣	٣٨,٩٧٧	٢	٧٧,٩٥	بين المجموعات	ضغوط عائلية
			١١٨,٩٤	٣٩٧	٤٧٢٢٠,٤٨٦	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٧٢٩٨,٤٤٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٠,٣٥	١٤,٠٦٥	٢	٢٨,١٣١	بين المجموعات	ضغوط خدمات
			٤٠,٣٩٤	٣٩٧	١٦٠٣٦,٥٧٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٠٦٤,٧١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٠,١٧	٥٤,٩٣٤	٢	١٠٩,٨٦٩	بين المجموعات	ضغوط صحية
			٣٣٢,٠٢٥	٣٩٧	١٣٢٢١١,٠٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٣٢٣٢٠,٩٦	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٢,٣٤	١٤١٩,٧١٢	٢	٢٨٣٩,٤٢٤	بين المجموعات	ضغوط انفعالية أخرى
			٦٠٦,٦٢٦	٣٩٧	٢٤٠٨٣,٥١	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٤٣٦٦٩,٩٤	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٢,٠٧	٣٩١١,٠٢١٠	٢	٧٨٢٢,٤٢٠	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية
			١٤١١٣,٩٨٩	٣٩٧	٥٦٠٣٢٥٣,٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٥٦٨١٤٧٤,٢	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد مقياس الضغوط النفسية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير العمر ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط اقتصادية وضغوط أصدقاء ، حيث كانت قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٢٨) يوضح النتيجة .

جدول (٢٨)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير العمر باستخدام اختبار شيفيه

(ن=٤٠٠)

الفئة العمرية	٣٠_ أقل من ٣٥ سنة	٣٥_ أقل من ٤٠ سنة	٤٠_ أقل من ٤٥ سنة
أبعاد مقياس الضغوط النفسية	ن=١٨٨	ن=١٠٣	ن=١١٠
ضغوط العمل	١٠٨,٥١=م	٩٧,١٧=م	٩١,٤٤=م
٣٠_ أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_ أقل من ٤٠ سنة	*١١,٣٤		
٤٠_ أقل من ٤٥ سنة	*١٧,٠٧	٥,٧٣	
ضغوط اقتصادية	١٤,٧٤=م	١٣,٨٠=م	١٢,٦٥=م
٣٠_ أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_ أقل من ٤٠ سنة	٠,٩٤		
٤٠_ أقل من ٤٥ سنة	*٢,٠٩	١,١٦	
ضغوط أصدقاء	٣٢,٦٥=م	٣٠,٤١=م	٢٩,٥٨=م
٣٠_ أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_ أقل من ٤٠ سنة	٢,٢٤		
٤٠_ أقل من ٤٥ سنة	٣,٠٧	٠,٨٣	

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط العمل بين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_ أقل من ٣٥) سنة والفئة العمرية الثانية (٣٥\_ أقل من ٤٠) سنة لصالح الأولى ، كما يلاحظ من نفس الجدول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط العمل وضغوط اقتصادية بين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_ أقل من ٣٥) سنة والفئة العمرية الثالثة (٤٠\_ أقل من ٤٥) سنة لصالح الأولى ، بينما في بُعد ضغوط أصدقاء لم يتضح اتجاه الفروق إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى مستوى (٠,٠٥) \* ، وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن متوسط الفئة العمرية الأولى (٣٠\_ أقل من ٣٥) سنة كان أعلى متوسط بين الفئات العمرية الأخرى .

\* إذ أن الباحثة قد حددت مستوى الدلالة عند (٠,٠٥) .

وهذا يعني أن الفئة العمرية الأولى (٣٠-أقل من ٣٥) سنة كانت تعاني أكثر من الفئة العمرية الثانية (٣٥-أقل من ٤٠) سنة والفئة العمرية الثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة من هذه الأنواع الثلاث من الضغوط النفسية ، مما يشير إلى أن الفئة العمرية الأولى وهي فئة المرأة الأصغر سناً لأفراد العينة كانت تعاني من الضغوط أكثر من الفئات العمرية الأخرى الأكبر سناً .

وقد يكون ذلك بسبب حداثة العمل بالنسبة للفئة الأصغر سناً ونقص خبرتها في الحياة والعمل وتحمل المسؤوليات المتعددة في آن واحد ، إذ أنه من المتوقع أن تكون الحياة الزوجية وطبيعة العمل وتربية الأبناء كلها أمور جديدة بالنسبة للمرأة الأصغر سناً ، مما قد يجعلها أن تكون غير قادرة على التوفيق بين مسؤولياتها كزوجة وأم وموظفة أو أن تكون غير قادرة على الموازنة بين النواحي المادية واحتياجاتها الشخصية ، (وهذا ما سيوضحه الفرض التاسع) .

كما أن التعارض بين متطلبات الدور الذي تقوم به المرأة العاملة يترتب عليه زيادة في ضغوط العمل خاصة عندما يتعين عليها تحقيق الكثير من متطلبات الحياة ، بالإضافة إلى الواجبات الملقاة على عاتقها في مختلف النواحي (الزوج والعمل ، والأبناء والصدقات) . (عويد المشعان : ١٩٩٨م ، ١٠٣)

وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة مثل دراسة (عباس متولي : ٢٠٠٠م ، يوسف محمد : ١٩٩٩م ، عويد المشعان : ١٩٩٨م ، فوزي عزت ونور جلال : ١٩٩٧م) الذين توصلوا إلى أن المرأة العاملة تعاني من ضغوط العمل وضغوط الأصدقاء ، إلا أن دراسة (فهد الربيعه : ١٩٨٧م) توصلت إلى أن ضغوط العمل يعاني منها الأفراد الأكبر سناً ، وقد يرجع هذا الاختلاف مع نتيجة الدراسة الحالية لان عينة الدراسة الأولى كانت من الذكور .

## ثالثاً : متغير الاضطرابات السيكوسوماتية

جدول (٢٩)

دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية

والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر

(N=٤٠٠)

أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
السمع والبصر	بين المجموعات	٣,٣٠٠	٢	١,٦٥٠	٠,٤٤	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	١٤٨٤,٢٩٠	٣٩٧	٣,٧٣٩			
	المجموع الكلي	١٤٨٧,٥٩٠	٣٩٩				
الجهاز التنفسي	بين المجموعات	٦,٩٥٩	٢	٣,٤٧٩	٠,٤٠	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	٣٤٣٥,٨٣١	٣٩٧	٨,٦٥٤			
	المجموع الكلي	٣٤٤٢,٧٩٠	٣٩٩				
القلب والأوعية الدموية	بين المجموعات	١٢٥,٦١٥	٢	٦٢,٨٠٨	٦,٦٥	٠,٠١	لصالح الفئة الثانية (٣٥-أقل من ٤٠) سنة والثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة
	داخل المجموعات	٣٧٥٠,٣٨٥	٣٩٧	٩,٤٤٧			
	المجموع الكلي	٣٨٧٦,٠٠٠	٣٩٩				
الجهاز الهضمي	بين المجموعات	٧٥,٠٧٨	٢	٣٧,٥٣٩	٦,١٥	٠,٠٥	لصالح الفئة الثانية (٣٥-أقل من ٤٠) سنة والثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة
	داخل المجموعات	٢٤٢٢,٦٣٢	٣٩٧	٦,١٠٥			
	المجموع الكلي	٢٤٩٨,٧١٠	٣٩٩				
الميكث العظمي	بين المجموعات	٦٠,٧٩٥	٢	٣٠,٣٩٨	٨,٦٧	٠,٠١	لصالح الفئة الثانية (٣٥-أقل من ٤٠) سنة والثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة
	داخل المجموعات	١٣٩١,٩٨٢	٣٩٧	٣,٥٠٦			
	المجموع الكلي	١٤٥٢,٧٧٨	٣٩٩				
الجلد	بين المجموعات	٧٥,٠٧٥	٢	٣٥,٥٣٨	١,٨٥	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	٧٥٨,٥٠٢	٣٩٧	١,٩١١			
	المجموع الكلي	٧٦٥,٥٧٨	٣٩٩				
الجهاز العصبي	بين المجموعات	١١,٧٥٥	٢	٥,٨٧٧	١,١١	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	٢١١٠,٦٣٥	٣٩٧	٥,٣١٦			
	المجموع الكلي	٢١٢٢,٣٩٠	٣٩٩				
البول التناسلي	بين المجموعات	٤,٠٧٤	٢	٢,٠٣٧	٠,٤٧	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	١٧١١,٩١٦	٣٩٧	٤,٣١٢			
	المجموع الكلي	١٧١٥,٩٩٠	٣٩٩				
نقص	بين المجموعات	٠,٣٨١	٢	٠,١٩٠	٠,٠٨	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	٩٥٥,٢١٧	٣٩٧	٢,٤٠٦			
	المجموع الكلي	٩٥٥,٥٩٨	٣٩٩				
تكرار المرض	بين المجموعات	٤,١١١	٢	٢,٠٥٥	٠,٦٩	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	١١٨٩,٩٨٧	٣٩٧	٢,٩٩٧			
	المجموع الكلي	١١٩٤,٠٩٨	٣٩٩				
أمراض مختلفة	بين المجموعات	٣٢,٨٣٥	٢	١٦,٤١٨	٥,٠١	٠,٠٥	لصالح الفئة الثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة
	داخل المجموعات	١٢٩٩,٤٧٥	٣٩٧	٣,٢٧٣			
	المجموع الكلي	١٣٣٢,٣١٠	٣٩٩				
العادات	بين المجموعات	١٨,٣٧٤	٢	٩,١٨٧	٢,٢٥	"غير دالة"	_____
	داخل المجموعات	١٦١٩,٩٣٦	٣٩٧	٤,٠٨٠			
	المجموع الكلي	١٦٣٨,٣١٠	٣٩٩				
عدم الكفاية	بين المجموعات	١٢١,٥١٧	٢	٦٠,٧٥٩	١٠,٣٠	٠,٠٠١	لصالح الفئة الأولى (٣٥-أقل من ٣٥) سنة
	داخل المجموعات	٢٣٤١,٨٨٠	٣٩٧	٥,٨٩٩			
	المجموع الكلي	٢٤٦٣,٣٩٧	٣٩٩				



الاكتئاب	بين المجموعات	١١,٣٨٤	٢	٥,٦٩٢	٢,٤٩	"غير دالة"	—
		٩٠٧,٤٥٦	٣٩٧	٢,٢٨٦			
		٩١٨,٨٤٠	٣٩٩				
القلق	بين المجموعات	١,٢٧٥	٢	٠,٦٣٧	٠,٢٢	"غير دالة"	—
		١١٧,٨٠٣	٣٩٧	٢,٩٤٩			
		١١٧٢,٠٧٨	٣٩٩				
الحساسية	بين المجموعات	١٠,٠٠٧	٢	٥,٠٠٣	١,٦٩	"غير دالة"	—
		١١٧٢,٦٩١	٣٩٧	٢,٩٥٤			
		١١٨٢,٦٩٨	٣٩٩				
الغضب	بين المجموعات	٢٧,٠٨٥	٢	١٣,٥٤٢	٢,٩٧	٠,٠٥	لصالح الفئة الأولى (٣٠-أقل من ٣٥) سنة
		١٨١١,٣٥٥	٣٩٧	٤,٥٦٣			
		١٨٢٨,٤٤٠	٣٩٩				
التوتر	بين المجموعات	٣,٦٦٩	٢	١,٨٣٥	٠,٥١	"غير دالة"	—
		١٤٢٦,٦٩١	٣٩٧	٢,٥٩٤			
		١٤٣٠,٣٦٠	٣٩٩				
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	بين المجموعات	٢٢٩٥,٩٠٠	٢	١١٤٧,٩٥٠	٣,٧٠	٠,٠٥	لصالح الفئة الثالثة (٤٠-أقل من ٤٥) سنة
		١٢٣١١٢,١٤	٣٩٧	٣١٠,١٠٦			
		١١٤٧,٩٥٠	٣٩٩				
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	بين المجموعات	٦١٢,٢١٤	٢	٣٠٦,١٠٧	٢,٩٥	٠,٠٥	لصالح الفئة الأولى (٣٠-أقل من ٣٥) سنة
		٣٠٧٧٤,٢٦٤	٣٩٧	٧٧,٥١٧			
		٣١٢٨٦,٤٧٨	٣٩٩				
الدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	بين المجموعات	٦٠٣,٧٧٢	٢	٣٠١,٨٨٦	٠,٥٣	"غير دالة"	—
		٢٢٦٤٣٦,٣٣	٣٩٧	٥٧٠,٣٦٩			
		٢٢٧٠٤٠,١٠	٣٩٩				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية ، وكذلك الدرجة الكلية للقائمة ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر ، فيما عدا بُعد القلب والأوعية الدموية والجهاز الهضمي والهيكلي العظمي ، وأمراض مختلفة وعدم الكفاية والغضب ، والدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية والنواحي المزاجية الانفعالية ، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين في هذه الأبعاد قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة لها ، والجدول رقم (٣٠) يوضح النتيجة .

جدول (٣٠)

المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصبية والسيكوسوماتية  
تبعاً لمتغير العمر باستخدام اختبار شيفيه

(ن=٤٠٠)

الفئة العمرية	٣٠_أقل من ٣٥ سنة	٣٥_أقل من ٤٠ سنة	٤٠_أقل من ٤٥ سنة
أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصبية والسيكوسوماتية	١٨٨=ن	١٠٢=ن	١١٠=ن
القلب والأوعية الدموية	٣,٠١=م	٤,١٦=م	٤,١٠=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	*-١,١٥١٥		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	*-١,٠٩٤٧	٠,٠٠٥	
الجهاز الهضمي	٣,١٦=م	٣,٩٣=م	٤,١٠=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	*-٠,٧٧١٨		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	*-٠,٩٤٠٤	-٠,١٦٨٦	
الهيكل العظمي	١,٣٠=م	١,٩٩=م	٢,١٥=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	*-٠,٦٩٢٣		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	*-٠,٨٤٧٦	-٠,١٥٥٣	
أمراض مختلفة	١,٧٧=م	٢,٢٥=م	٢,٤٠=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	-٠,٨٤٤٩		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	*-٠,٦٣٤٠	-٠,١٤٥١	
عدم الكفاية	٣,٢٥=م	٢,٣٣=م	٢,٠٢=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	*-٠,٩١٦٧		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	*١,٢٣١٨	٠,٣١٥٢	
الغضب	٢,١٠=م	١,٧٠=م	١,٥٠=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	٠,٣٩٩٧		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	٠,٥٩٥٧	٠,١٩٦١	
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	٢٤,٥٣=م	٢٩,٢٥=م	٢٩,٤٠=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٣٥_أقل من ٤٠ سنة	٤,٧١٥٨		
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	٤,٨٧٣٤	-٠,١٥٤٩	
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	١٢,٥٣=م	١٠,٥٩=م	٩,٧١=م
٣٠_أقل من ٣٥ سنة			
٤٠_أقل من ٤٥ سنة	١,٩٣٨٤		
٤٥_أقل من ٤٥ سنة	*٢,٨١٧٥	٠,٣١٥٢	

\*دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد القلب والأوعية الدموية ، والجهاز الهضمي ، والهيكل العظمي بين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) والفئة العمرية الثانية (٣٥\_أقل من ٤٠) سنة لصالح

الثانية ، وبين الفئة العمرية الأولى والفئة العمرية الثالثة (٤٠\_أقل من ٤٥) سنة لصالح الثالثة .

كما يلاحظ من نفس الجدول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد أمراض مختلفة بين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) سنة والفئة العمرية الثالثة (٤٠\_أقل من ٤٥) سنة لصالح الثالثة ، بينما كانت الفروق في الدرجة الكلية للنواحي المزاجية والانفعالية لصالح الأولى .

إلا أن اتجاه الفروق في بُعد الغضب والدرجة الكلية للنواحي البدنية لم يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى (٠,٠٥) ، وبالنظر إلى المتوسطات في بُعد الغضب نجد أن متوسط الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) سنة كان أعلى متوسط بين الفئات العمرية الأخرى ، ومتوسط الفئة العمرية الثالثة (٤٠\_أقل من ٤٥) سنة كان أعلى متوسط بين الفئات العمرية في الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية .

ويشير ذلك إلى أن الفئة العمرية الثالثة (٤٠\_أقل من ٤٥) سنة كانت تعاني أكثر من الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) سنة من الاضطرابات السيكوسوماتية فيما عدا الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية والانفعالية كانت الفئة الأولى تعاني منها أكثر من الفئة الثالثة .

أي أن الفئة الأكبر سناً لإفراد العينة كانت تعاني أكثر من الفئة الأصغر سناً من هذه الاضطرابات ، وقد يكون ذلك نتيجة أن صغار السن بصفة عامة يتمتعن بصحة جيدة عن كبار السن ، أو أن كثرة تراكم المشكلات والضغط النفسية وافتقاد المساندة اللازمة ، بالإضافة إلى طول فترة المعاناة والتقدم في السن أدى إلى هذه النتيجة .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (هانم ياركندي : ٢٠٠٠م) التي توصلت إلى أن هناك علاقة بين العمر والاضطرابات السيكوسوماتية .

إذ أنه من المتوقع أن المرأة الأكثر خبرة في مجال العمل تكون أكبر في العمر من المرأة الأقل خبرة منها .

إلا أن دراسة (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠ م ، وعبد الرحمن العيسوي : ٢٠٠٠ م) توصلت إلى أن صغار السن يعانون أكثر من الاضطرابات السيكوسوماتية ، وقد يرجع اختلاف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسة الحالية إلى اختلاف العينة في الدراستين ، إذ أن العينة في الدراسة الأولى كانت من الأسرى اللذين تراوحت أعمارهم عند الاعتقال ما بين (١٢\_ أكبر من ٢١) سنة ومن المعروف أن الفرد يحتفظ في بدء مراهقته ببعض مخاوف الطفولة ، كما كانت عينة الدراسة الثانية ما تزال قريبة من سن المراهقة ومتاعبها الصحية اللذين تراوحت أعمارهم بين (١٧\_٣٨) سنة .

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بعد عدم الكفاية\* بين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) سنة والفئة العمرية الثانية (٣٥\_أقل من ٤٠) سنة لصالح الأولى ، وبين الفئة العمرية الأولى (٣٠\_أقل من ٣٥) سنة والفئة العمرية الثالثة (٤٠\_أقل من ٤٥) سنة لصالح الأولى ، وهذا يشير إلى أن الفئة العمرية الأصغر سناً تعاني أكثر من الفئات الأكبر سناً من اضطراب عدم الكفاية .

وقد يرجع ذلك إلى صغر سن هذه الفئة العمرية وافتقارها إلى الخبرة الكافية في مجالات الحياة المختلفة التي تتعامل معها ، بالإضافة إلى نقص خبرتها في كيفية التعامل والاحتكاك مع الآخرين ، مما يؤدي إلى مزيد من مشاعر الخوف والنجمل والارتباك وصعوبة التعامل مع الآخرين لهذه الفئة العمرية .

\* المقصود بعدم الكفاية : هي المصاحبات الفسيولوجية للفرد كالعرق و الارتباك والشعور بالعصبية ، وعدم الثبات في حالة وجود الرؤساء و أداء العمل ببطء شديد خشية الوقوع في الأخطاء وفهم الأوامر بطريقة خاطئة ، وصعوبة اتخاذ القرارات .

## نتائج الفرض السابع وتفسيرها

الذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير عدد الأبناء".  
وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (ONE WAY ANOVA) بين مجموعات عدد الأبناء كما أوضحتها الباحثة في جدول رقم (١)، ويوضح جدول رقم (٣١) النتيجة.

### أولاً : متغير المساندة الاجتماعية

#### جدول (٣١)

دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء

( $N=400$ )

أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
البعد الأول	بين المجموعات	٧٥٢,٤٠٣	٢	٣٧٦,٢٠٢	٠,٦٨	"غير دالة"
	داخل المجموعات	٣٩٨٤٤٩,٢٧	٣٩٧	١٠٠٣,٦٥١		
	المجموع الكلي	٣٩٩٢٠١,٦٨	٣٩٩			
البعد الثاني	بين المجموعات	٧٢٩٧,٢٨٨	٢	٣٦٤٨,٦٤٤	٠,٩٦	٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٤٣٢٤٥,٠٩	٣٩٧	٦١٢,٧٠٨		
	المجموع الكلي	٢٥٠٥٤٢,٣٨	٣٩٩			
الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	٤١٣٥,٥٢١	٢	٢٠٦٧,٧٦٠	٠,٩٣	"غير دالة"
	داخل المجموعات	٨٨١٦٢٥,٥٩	٣٩٧	٢٢٢٠,٧١٩		
	المجموع الكلي	٨٨٥٧٦١,١١	٣٩٩			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً للبعد الأول من مقياس المساندة الاجتماعية (عدد الأشخاص المتاحين للمساندة) وكذلك الدرجة الكلية، مما يشير إلى أنه لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في المساندة

الاجتماعية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا البعد الثاني (درجة الرضا عن الأشخاص المتاحين للمساندة) من المقياس ، حيث كانت قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية للبعد الثاني من المقياس في ضوء متغير عدد الأبناء ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة والجدول رقم (٣٢) يوضح النتيجة .

### جدول (٣٢)

#### المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه

( $N=400$ )

عدد الأبناء	١_٣ أبناء	٤ أبناء_ فأكثر	لا يوجد أبناء
أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	$N=196$	$N=181$	$N=23$
البعد الثاني	$M=139,83$	$M=132,50$	$M=146,48$
١_٣ أبناء			
٤ أبناء_ فأكثر	$7,3293^*$		
لا يوجد أبناء	$-6,6517$	$-13,9810^*$	

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١\_٣ أبناء) واللاتي لديهن عدد أبناء (٤ أبناء\_ فأكثر) في البعد الثاني من مقياس المساندة الاجتماعية لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١\_٣ أبناء) .

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء (٤ أبناء\_ فأكثر) واللاتي لا يوجد لديهن أبناء في البعد الثاني من مقياس المساندة الاجتماعية لصالح اللاتي لا يوجد لديهن أبناء .

وهذا يشير إلى أن المرأة العاملة التي لديها عدد أقل من الأبناء (١-٣ أبناء) ، والتي لا يوجد لديها أبناء على الإطلاق تعاني أكثر من عدم الرضا عن المصادر المتاحة لمساندتها عن التي لديها (٤ أبناء\_ فأكثر) .

أي أنه على الرغم من قلة عدد الأبناء أو عدم وجودهم ، وقلة المسؤولية والأعباء لهذه المرأة إلا أنها لا تتلقى المساندة الاجتماعية المأمولة .

أي أن زيادة عدد الأبناء قد يكون له تأثير إيجابي على درجة الرضا عن المصادر المتاحة للمساندة التي تتلقاها المرأة العاملة ، أو أن الأبناء أنفسهم يمثلون مصدر هام من مصادر المساندة للأم ، ومن ثم تزداد مصادر المساندة بزيادة عدد الأبناء .

وهذا يشير إلى أن المرأة قد تتحمل زيادة الأعباء والمهام والمسؤوليات الملقاة على عاتقها مقابل أن تكون راضية عن علاقاتها الاجتماعية التي تساندها ، وتمنحها القوة لمواجهة متطلبات الحياة .

وقد يعني ذلك أيضاً أن المرأة العاملة التي لديها عدد أقل من الأبناء (١-٣ أبناء) والتي ليس لديها أبناء على الإطلاق كانت تعاني من ضغوط نفسية تنعكس آثارها على أبنائها ، ومن ثم تصبح غير راضية عن علاقتها بأبنائها .

إذ أن الضغوط الوالدية تلعب دوراً هاماً في التأثير على أفراد الأسرة خاصة الأبناء أي أن الضغوط النفسية للآباء لها آثارها على الأبناء ، ومن ثم يرجع سوء التوافق إلى مواقف الآباء وسلوكهم تجاه أبنائهم . (نبيل حسن : ٢٠٠١م ، ١١١)

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Dianne : 2000) التي توصل فيها إلى أن الضغوط النفسية التي تعاني منها الأمهات تنعكس آثارها على الأبناء .

## ثانياً : متغير الضغوط النفسية

جدول (٣٣)

دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء

(ن=٤٠٠)

أبعاد مقياس الضغوط النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
ضغوط الزوج	بين المجموعات	٤٦٨٤,٧٣٥	٢	٢٣٤٢,٣٦٨	٢,١٦	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٤٣١٠٠٩,٢٦	٣٩٧	١٠٨٥,٦٦٦			
	المجموع الكلي	٤٣٥٦٩٤,٠٠	٣٩٩				
ضغوط العمل	بين المجموعات	١١٥٨٧,٨٤٩	٢	٥٧٩٣,٩٢٥	٥,١٩	٠,٠١	لصالح عدد الأبناء من (١-٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٤٤٣١٥١,٥٩	٣٩٧	١١١٦,٢٥١			
	المجموع الكلي	٤٥٤٧٣٩,٤٤	٣٩٩				
ضغوط الأبناء	بين المجموعات	٢٨٣٦,١٢٩	٢	١٤١٨,٠٦٥	١٤,٨٤	٠,٠٠٠١	لصالح عدد الأبناء من (١-٣ أبناء) ، (٤ أبناء - فأكثر)
	داخل المجموعات	٣٧٩٤٢,٥٨١	٣٩٧	٩٥,٥٧٣			
	المجموع الكلي	٤٠٧٧٨,٧١٠	٣٩٩				
ضغوط اقتصادية	بين المجموعات	٢٠١,٤٧٣	٢	١٠٠,٧٣٧	٢,٤١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٦٥٨٠,٢٧٧	٣٩٧	٤١,٧٦٤			
	المجموع الكلي	١٦٧٨١,٧٥٠	٣٩٩				
ضغوط أصدقاء	بين المجموعات	٢٧١,٤٩٣	٢	١٣٥,٧٤٧	١,٢١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٤٤٦٢٨,٤١٧	٣٩٧	١١٢,٤١٤			
	المجموع الكلي	٤٤٨٩٩,٩١٠	٣٩٩				
ضغوط عائلية	بين المجموعات	١٠٨١,٣٠٣	٢	٥٤٠,٦٥٢	٤,٦٤	٠,٠١	لصالح عدد الأبناء من (١-٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٤٦٢١٧,١٣٧	٣٩٧	١١٦,٤١٦			
	المجموع الكلي	٤٧٢٩٨,٤٤٠	٣٩٩				
ضغوط خدمات	بين المجموعات	٣٤٢,٧٧١	٢	١٧١,٣٨٦	٤,٣٣	٠,٠١	لصالح عدد الأبناء من (١-٣ أبناء)
	داخل المجموعات	١٥٧٢١,٩٣٩	٣٩٧	٣٩,٦٠٢			
	المجموع الكلي	١٦٠٦٤,٧١٠	٣٩٩				
ضغوط صحية	بين المجموعات	٥٤٩,٨٠٩	٢	٢٧٤,٩٠٤	٠,٨٣	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٣١٧٧١,١٥	٣٩٧	٣٣١,٩١٧			
	المجموع الكلي	١٣٢٢٢٠,٩٦	٣٩٩				
ضغوط انفعالية أخرى	بين المجموعات	١٨٠٩,٢٨٢	٢	٩٠٤,٦٤١	١,٤٩	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٢٤١٨٦٠,٦٦	٣٩٧	٦٠٩,٢٢١			
	المجموع الكلي	٢٤٣٦٦٩,٩٤	٣٩٩				
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية	بين المجموعات	١٥٨٤٨,٦٤	٢	٥٧٩٢٤,٣٢٢	٤,١٣	٠,٠١	لصالح عدد الأبناء من (١-٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٥٥٦٥٦٢٥,٥	٣٩٧	١٤٠١٩,٢٠٨			
	المجموع الكلي	٥٦٨١٤٧٤,٢	٣٩٩				



يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على بعض أبعاد مقياس الضغوط النفسية ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط الأبناء وضغوط عائلية ، وضغوط خادمت والدرجة الكلية للمقياس ، حيث كانت قيمة (ف) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٠١) ، (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، وللمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٣٤) يوضح النتيجة .

جدول (٣٤)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه

(ن=٤٠٠)

لا يوجد أبناء ن=٢٣	٤ أبناء_فأكثر ن=١٨١	٣_١ أبناء ن=١٩٦	عدد الأبناء
			أبعاد مقياس الضغوط النفسية
٩٢,٦١=م	٩٦,٠٩=م	١٠٦,٣٥=م	ضغوط العمل
			٣_١ أبناء
		*١٠,٢٥٨١	٤ أبناء_فأكثر
	٣,٨٤٥٢	١٣,٧٤٣٣	لا يوجد أبناء
٢٠,١٧=م	٣١,٨٦=م	٣١,٢٤=م	ضغوط الأبناء
			٣_١ أبناء
		-٠,٦٢٢١	٤ أبناء_فأكثر
	*١١,٦٨٨٠	*١١,٠٦٥٩	لا يوجد أبناء
٢٨,٢٦=م	٣٣,٢٠=م	٣٥,٠٦=م	ضغوط عائلية
			٣_١ أبناء
		١,٨٥٦٨	٤ أبناء_فأكثر
	٤,٩٤٣٦	*٦,٨٠٠٤	لا يوجد أبناء
١١,٩٦=م	١٥,١٩=م	١٥,٩٦=م	ضغوط خادمت
			٣_١ أبناء
		٠,٧٧٠٩	٤ أبناء_فأكثر
	٣,٢٣٦٨	*٤,٠٠٧٨	لا يوجد أبناء
٤٠,٦,٣٩=م	٤٤٦,١١=م	٤٧٠,٥٦=م	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية
			٣_١ أبناء
		٢٤,٤٥٠٧	٤ أبناء_فأكثر
	٣٩,٧١٩٢	*٦٤,١٦٩٩	لا يوجد أبناء

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) واللاتي لديهن عدد أبناء (٤ أبناء فأكثر) في بُعد ضغوط العمل لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) ، وهذا يوضح أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أقل من الأبناء يُعانين من ضغوط العمل بشكل أكبر من اللاتي لديهن عدد أبناء أكثر .

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط الأبناء بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) و (٤ أبناء فأكثر) واللاتي ليس لديهن أبناء لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) ، (٤ أبناء فأكثر).

وهذا يشير إلى أن الأمهات اللاتي لديهن أبناء بصفة عامة يعانين من ضغوط الأبناء على عكس اللاتي ليس لديهن أبناء لا يواجهن هذه النوعية من الضغوط بطبيعة الحال لعدم وجود الأبناء .

وهذا يؤكد أن المرأة العاملة عندما تكون أم وعاملة فإن عملها قد يمثل عبء عليها بالإضافة إلى مسؤولياتها عن أسرهما وتربية أطفالها ومسئوليات أخرى قد تكون مشغولة عنها في الحياة .

ويلاحظ من نفس الجدول وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) واللاتي ليس لديهن أبناء في بُعد ضغوط عائلية لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) .

أي أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) يعانين من ضغوط عائلية عن اللاتي ليس لديهن أبناء .

كما يلاحظ كذلك وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) واللاتي ليس لديهن أبناء في بُعد ضغوط خادمت لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) .

أي أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) يعانين من ضغوط خادمت عن اللاتي ليس لديهن أبناء .

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) واللاتي ليس لديهن أبناء لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) ، وذلك على الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية .

أي أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (١-٣ أبناء) يعانين بشكل عام من ضغوط (العمل والأبناء ، وعائلية والخادمت) عن اللاتي لديهن عدد أبناء (٤ أبناء فأكثر) أو اللاتي ليس لديهن أبناء .

وقد تُفسر هذه النتيجة بأن الأم التي لديها عدد أطفال أقل تهتم بتربية وتنشأة أطفالها ورعايتهم بصورة أكبر من الأم التي لديها عدد أطفال أكثر ، مما يجعلهم يعتمدون عليها بشكل كبير في حياتهم ، فتشعر بالإرهاق الشديد والتعب ، الأمر الذي يؤدي إلى معاناتها من الضغوط النفسية .

وهذا بدوره ينعكس على معاناة الأبناء من الضغوط الوالدية ، إذ أن ارتفاع مستوى الضغوط الوالدية يؤثر سلباً على الأبناء ، كما في دراسة (نبيل حسن : ٢٠٠١م) .

وتختلف هذه النتيجة عن دراسة (سميرة شند : ١٩٩٠م) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة بين مجموعة الأمهات العاملات اللاتي لديهن ولداً واحداً أو اثناً واللاتي لديهن ثلاثة أو أربعة أولاد على مقياس صراع الأدوار .

وهذا قد يشير إلى أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أكبر من الأبناء قد أدى ذلك إلى زيادة خبرتهن في كيفية تربية أبنائهن والتعامل معهم بصورة سليمة مما يكون له أثر إيجابي على تربية الأبناء فيما بعد .

## ثالثاً : متغير الاضطرابات السيكوسوماتية

جدول (٣٥)

دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء

(ن=٤٠٠)

أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
السمع والبصر	بين المجموعات	١٧,٨١٦	٢	٨,٩٠٨	٢,٤١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٤٦٩,٧٧٤	٣٩٧	٣,٧٠٢			
	المجموع الكلي	١٤٨٧,٥٩٠	٣٩٩				
الجهاز التنفسي	بين المجموعات	١٩,٣٠٢	٢	٩,٦٥١	١,١٢	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٣٤٢٣,٤٨٨	٣٩٧	٨,٦٢٣			
	المجموع الكلي	٣٤٤٢,٧٩٠	٣٩٩				
القلب والأوعية الدموية	بين المجموعات	١٣,٧٢٢	٢	٦,٨٦١	٠,٧١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٣٨٦٢,٢٧٨	٣٩٧	٩,٧٢٩			
	المجموع الكلي	٣٨٧٦,٠٠٠	٣٩٩				
الجهاز الهضمي	بين المجموعات	٢,٨٢٧	٢	١,٤١٤	٠,٢٣	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٢٤٩٥,٨٨٣	٣٩٧	٦,٢٨٧			
	المجموع الكلي	٢٤٩٨,٧١٠	٣٩٩				
الهيكل العظمي	بين المجموعات	٩,٢١٣	٢	٤,٦٠٧	١,٢٧	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٤٤٣,٥٦٤	٣٩٧	٣,٦٣٦			
	المجموع الكلي	١٤٥٢,٧٧٨	٣٩٩				
الجلد	بين المجموعات	٠,٢٩٠	٢	٠,١٤٥	٠,٠٨	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٧٦٥,٢٨٨	٣٩٧	١,٩٢٨			
	المجموع الكلي	٧٦٥,٥٧٨	٣٩٩				
الجهاز العصبي	بين المجموعات	٨,٩٤٩	٢	٤,٤٧٤	٠,٨٤	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٢١١٣,٤٤١	٣٩٧	٥,٣٢٤			
	المجموع الكلي	٢١٢٢,٣٩٠	٣٩٩				
البرول للتناسلي	بين المجموعات	١,٢١١	٢	٠,٦٠٦	٠,١٤	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٧١٤,٧٧٩	٣٩٧	٤,٣١٩			
	المجموع الكلي	١٧١٥,٩٩٠	٣٩٩				
التهب	بين المجموعات	٢,٢٨٩	٢	١,١٤٤	٠,٤٨	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٩٥٣,٣٠٩	٣٩٧	٢,٤٠١			
	المجموع الكلي	٩٥٥,٥٩٨	٣٩٩				
تكرار المرض	بين المجموعات	١٥,٠٠٣	٢	٧,٥٠٢	٢,٥٣	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١١٧٩,٠٩٤	٣٩٧	٢,٩٧٠			
	المجموع الكلي	١١٩٤,٠٩٨	٣٩٩				
أمراض مختلفة	بين المجموعات	٤,٨٩٥	٢	٢,٤٤٨	٠,٧٣	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٣٢٧,٤١٥	٣٩٧	٣,٣٤٤			
	المجموع الكلي	١٣٣٢,٣١٠	٣٩٩				
الاعادات	بين المجموعات	٥,٠٢٤	٢	٢,٥١٢	٠,٦١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٦٣٣,٢٨٦	٣٩٧	٤,١١٤			
	المجموع الكلي	١٦٣٨,٣١٠	٣٩٩				
عدم الكفاية	بين المجموعات	٦٨,٢٧٨	٢	٣٤,١٣٩	٥,٦٦	"دالة"	لصالح عدد الأبناء (١_أقل من ٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٢٣٩٥,١٤٠	٣٩٧	٦,٠٣٣			
	المجموع الكلي	٢٤٦٣,٣٩٨	٣٩٩				

الاكتئاب	بين المجموعات	١٧,٤٩٤	٢	٨,٧٤٧	٣,٨٥	٠,٠٥ "دالة"	لصالح عدد الأبناء (١-أقل من ٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٩٠١,٣٤٦	٣٩٧	٢,٢٧٠			
	المجموع الكلي	٩١٨,٨٤٠	٣٩٩				
التفنى	بين المجموعات	١٢,٠٣٧	٢	٦,٠٢٠	٢,٠٦	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١١٦,٠٤٠	٣٩٧	٢,٩٢٢			
	المجموع الكلي	١١٧٢,٠٧٨	٣٩٩				
الحساسية	بين المجموعات	٨,٩١٤	٢	٤,٤٥٧	١,٥١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١١٧٣,٧٨٤	٣٩٧	٢,٩٥٧			
	المجموع الكلي	١١٨٢,٦٩٧	٣٩٩				
الغضب	بين المجموعات	٢٤,٩٢٥	٢	١٢,٤٦٢	٢,٧٣	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٨١٣,٥١٥	٣٩٧	٤,٥٦٨			
	المجموع الكلي	١٨٣٨,٤٤٠	٣٩٩				
التوتر	بين المجموعات	١٩,٢٧٩	٢	٩,٦٣٩	٢,٧١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٤١١,٠٨١	٣٩٧	٣,٥٥٤			
	المجموع الكلي	١٤٣٠,٣٦٠	٣٩٩				
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية	بين المجموعات	٣٨١,٥٦٣	٢	١٩٠,٧٨٢	٠,٦١	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	١٢٥٠٢٦,٤٨	٣٩٧	٣١٤,٩٢٨			
	المجموع الكلي	١٢٥٤٠٨,٠٤	٣٩٩				
الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية	بين المجموعات	٧٨١,٤٠٠	٢	٣٩٠,٧٠٠	٥,٠٧	"دالة"	لصالح عدد الأبناء (١-أقل من ٣ أبناء)
	داخل المجموعات	٣٠٦٠٥,٠٧٧	٣٩٧	٧٧,٠٩١			
	المجموع الكلي	٣١٣٨٦,٤٧٧	٣٩٩				
الدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي انعصابية والسيكوسوماتية	بين المجموعات	١٨٠٦,٦٣٩	٢	٩٠٣,٣١٩	١,٥٩	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٢٢٥٢٣٢,٤٦	٣٩٧	٥٧٦,٣٣٩			
	المجموع الكلي	٢٢٧٠٤٠,١٠	٣٩٩				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية ، وكذلك الدرجة الكلية للقائمة ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا بُعد عدم الكفاية والاكتئاب والدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية ، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٣٦) يوضح النتيجة .

جدول (٣٦)

المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

تبعاً لمتغير عدد الأبناء باستخدام اختبار شيفيه

( $n=400$ )

عدد الأبناء		أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية	
٣_١ أبناء	٤ أبناء فأكثر	لا يوجد أبناء	٤ أبناء فأكثر
١٩٦=ن	١٨١=ن	٢٣=ن	
٣,١٠=م	٢,٢٥=م	٢,٤٣=م	
			٣_١ أبناء
			٤ أبناء فأكثر
			لا يوجد أبناء
			الاكتئاب
			٣_١ أبناء
			٤ أبناء فأكثر
			لا يوجد أبناء
			الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية والانفعالية
			٣_١ أبناء
			٤ أبناء فأكثر
			لا يوجد أبناء

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد عدم الكفاية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (٣\_١ أبناء) واللاتي لديهن (٤ أبناء فأكثر) لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (٣\_١ أبناء) .

كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد الاكتئاب بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء من (٣\_١ أبناء) واللاتي لديهن (٤ أبناء فأكثر) لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء من (٣\_١ أبناء) .

وهذا يشير إلى أن الأم التي لديها عدد أقل من الأبناء تعاني أكثر من اضطراب عدم الكفاية والاكتئاب من الأم التي لديها عدد أكثر من الأبناء .

وقد يكون ذلك بسبب معاناة الأم التي لديها عدد أقل من الأبناء من الضغوط النفسية المتمثلة في ضغوط (العمل والأبناء ، وعائلية والخدمات) مما يشعرها بالضيق والتوتر ، الأمر الذي يعرضها للإصابة بهذه الاضطرابات السيكوسوماتية .

كما يلاحظ من نفس الجدول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية بين الأمهات اللاتي لديهن عدد أبناء (٣\_١) واللاتي لديهن (٤أبناء\_فأكثر) لصالح اللاتي لديهن عدد أبناء (٣\_١) أبناء) .

وتشير النتيجة السابقة إلى أن الأمهات اللاتي لديهن عدد أقل من الأبناء كن أكثر عرضة للإصابة بالنواحي المزاجية الانفعالية عن النواحي البدنية ، مما يدل على أن المرأة أكثر تأثراً بالنواحي التي تؤثر على نفسياتها وانفعالاتها ، وقد اتضح ذلك أيضاً من معاناتها من الاكتئاب (نتيجة الفرض الثالث للدراسة الحالية) .

كما أن زيادة عدد الأبناء قد يكون مصدراً لراحة الأم إذ أن الأبناء الأكبر سناً قد يتعاونون مع الأم في تربية إخواتهم الأصغر ، وقد يكونوا مصدراً للتنفيس عن الأم نفسها أوقات ضيقها ، مما يخفف من العبء الملقى عليها ويساعدها في مواجهة الضغوط النفسية التي تتحملها ، وذلك على عكس الأم التي لديها عدد أقل من الأبناء ، كما أنه من المتوقع في أغلب الأحيان أن الأم التي لديها عدد أبناء أكثر تكون قد تقدمت في العمر ، وزادت خبرتها في الحياة الأمر الذي يساعدها في مواجهة ما قد تتعرض له من ضغوط نفسية أو اضطرابات انفعالية قد تؤثر على حياتها .

وقد نستنتج من ذلك أن المرأة السعودية العاملة التي لديها عدد أبناء (٣\_١) تعاني من نقص المساندة الاجتماعية المأمولة والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية أكثر من التي لديها عدد أبناء (٤أبناء\_فأكثر) .

## نتائج الفرض الثامن وتفسيرها

الذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير المهنة".  
وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه (ONE WAY ANOVA) بين مجموعات المهن المختلفة كما أوضحته الباحثة في جدول رقم (١) ، ويوضح جدول رقم (٣٧) النتيجة .

### أولاً : متغير المساندة الاجتماعية

جدول (٣٧)

دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير المهنة

( $n=400$ )

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
"غير دالة"	١,٥٧	١٥٦٢,٧٩٠	٤	٦٢٥١,١٥٩	بين المجموعات	البعد الأول
		٩٩٤,٨١١	٣٩٥	٣٩٢٩٥,٥٢	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٩٩٢٠١,٦٨	المجموع الكلي	
٠,٠٠١	٤,٩٩	٣٠١٤,٣٧٦	٤	١٢٠٥٧,٥٠٥	بين المجموعات	البعد الثاني
		٦٠٣,٧٥٩	٣٩٥	٢٣٨٤٨٤,٨٧	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٥٠٥٤٢,٣٨	المجموع الكلي	
٠,٠٥	٢,٨١	٦١٣٠,٨٦٩	٤	٢٤٥٢٣,٤٧٤	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس للمساندة الاجتماعية
		٢١٨٠,٣٤٨	٣٩٥	٨٦١٢٣٧,٦٤	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٨٨٥٧١,١١	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً للبعد الأول (عدد الأشخاص المتاحين للمساندة) من مقياس المساندة الاجتماعية ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المهنة في



البعد الأول من المقياس ، بينما كانت هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المهنة في البعد الثاني (درجة الرضا عن الأشخاص المتاحين للمساندة) والدرجة الكلية للمقياس ، وكانت قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٣٨) يوضح النتيجة .

### جدول (٣٨)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه

(ن=٤٠٠)

المهنة	معلمة	عضو هيئة تدريس	إدارية	ممرضة	طبية
أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية	٨٩=ن	٨١=ن	٩٠=ن	٧٠=ن	٧٠=ن
البعد الثاني	١٣٦,٣٥=م	١٣٤,٦٧=م	١٢٩,١٨=م	١٤٢,٣٣=م	١٤٤,٦٤=م
معلمة					
عضو هيئة تدريس	١,٦٨١٦				
إدارية	٧,١٧٠٥	-٥,٤٨٨٩			
ممرضة	-٥,٩٨٠٣	٧,٦٦١٩	*١٣,١٥٠٨		
طبية	-٨,٢٩٤٥	٩,٩٧٦٢	*١٥,٤٦٥١	٢,٣١٤٣	
الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	١٩١,١٣=م	٢٠٠,٠٣=م	٤٤,١٨٦=م	٢٠٢,٥٠=م	٢٠٨,٠٧=م
معلمة					
عضو هيئة تدريس	-٨,٩٠٢٢				
إدارية	٤,٦٩٠٤	١٣,٥٩٢٦			
ممرضة	-١١,٣٦٥٢	-٢,٤٦٣٠	-١٦,٠٥٥٦		
طبية	-١٦,٩٣٦٦	-٨,٠٣٤٤	-٢١,٦٢٧٠	-٥,٥٧١٤	

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين مهنة الإداريات والممرضات في البعد الثاني من مقياس المساندة الاجتماعية لصالح الممرضات ، كما أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين مهنة الإداريات والطبيبات لصالح الطبيبات ، إلا أن اتجاه الفروق في الدرجة الكلية للمقياس لم

يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى مستوى (٠,٠٥) ، وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن متوسط مهنة طبيبة كان أعلى متوسط بين المهن الأخرى ، وهذا يشير إلى أن النساء السعوديات المتزوجات العاملات بمهنة ممرضة وطبيبة يفتقدن إلى الرضا عن الأشخاص الذين يقدمون لهن المساندة الاجتماعية على الرغم من وجودهم في حياتهن .

وبما أنه قد أتضح من نتائج الفرض الثاني للدراسة الحالية أن افتقاد المرأة السعودية المتزوجة العاملة للمساندة الاجتماعية يأتي في المرتبة الأولى من قبل الزوج إذن قد يكون من الطبيعي أن تكون المرأة مفتقدة لدرجة الرضا عن هذه المساندة لأن الزوج بالنسبة لها يعتبر من أهم مصادر المساندة الوجدانية (بصفة خاصة) والاجتماعية (بصفة عامة) .

وقد يكون ذلك بسبب أن عمل المرأة في هاتين المهنتين عمل شاق عليها ، ويتطلب قضاء ساعات طويلة خارج منزلها عن بقية أنواع المهن الأخرى مما يفقدها القدرة على تكوين علاقات اجتماعية قوية مع الآخرين تكون راضية عنها .

### ثانياً : متغير الضغوط النفسية

#### جدول (٣٩)

دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير المهنة

(ن=٤٠٠)

أبعاد مقياس الضغوط النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
ضغوط الزوج	بين المجموعات	١٨٥٣,٣٧٢	٤	٤٦٣,٣٤٣	٠,٤٢	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٤٣٣٨٤٠,٦٣	٣٩٥	١٠٩٨,٣٣١			
	المجموع الكلي	٤٣٥٦٩٤,٠٠	٣٩٩				
ضغوط العمل	بين المجموعات	٢٦٥٩٢,٠٨٤	٤	٦٦٤٨,٠٢١	٦,١٣	٠,٠٠٠١	لصالح للعلمات والمرضات والطبيبات
	داخل المجموعات	٤٢٨١٤٧,٣٦	٣٩٥	١٠٨٣,٩١٧			
	المجموع الكلي	٤٥٤٧٣٩,٤٤	٣٩٩				

_____	"غير دالة"	١,٤٦	١٤٨,٨٨٧	٤	٥٩٥,٥٥٠	بين المجموعات	ضغوط الأبناء
			١٠١,٧٣٠	٣٩٥	٤٠١٨٣,١٦٠	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٠٧٧٨,٧١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٠,٧١	٢٩,٨٣٥	٤	١١٩,٣٤١	بين المجموعات	ضغوط اقتصادية
			٤٢,١٨٣	٣٩٥	١٦٦٦٢,٤٠٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٧٨١,٧٥٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٢,٣٢	٢٥٧,٣١٥	٤	١٠٢٩,٢٥٩	بين المجموعات	ضغوط أصدقاء
			١١١,٠٦٥	٣٩٥	٤٣٨٧٠,٦٥١	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٤٨٩٩,٩١٠	المجموع الكلي	
لصالح العلامات	٠,٠١	٢,٧٢	٣١٦,٤٩٧	٤	١٢٦٥,٩٨٧	بين المجموعات	ضغوط عائلية
			١١٦,٥٣٨	٣٩٥	٤٦٠٣٢,٤٥٣	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٧٢٩٨,٤٤٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	١,٨٥	٧٣,٧٢٢	٤	٢٩٤,٨٨٧	بين المجموعات	ضغوط خدمات
			٣٩,٩٢٤	٣٩٥	١٥٧٦٩,٨٢٣	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٠٦٤,٧١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	١,٣٣	٤٣٨,٦٢٩	٤	١٧٥٤,٥١٧	بين المجموعات	ضغوط صحية
			٣٣٠,٥٤٨	٣٩٥	١٣٠٥٦٦,٤٤٤	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٣٢٣٢٠,٩٦	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٢,٠١	١٢١٦,٩٩٢	٤	٤٨٦٧,٩٦٨	بين المجموعات	ضغوط انفعالية أخرى
			٦٠٤,٥٦٢	٣٩٥	٢٣٨٨٠١,٩٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٤٣٦٦٩,٩٤	المجموع الكلي	
لصالح العلامات	٠,٠٥	٢,٥٥	٣٥٦٧٩,٥٧٥	٤	١٤٢٧١٨,٣٠	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية
			١٤٠٢٢,١٦٧	٣٩٥	٥٥٣٨٧٥٥,٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٥٦٨١٤٧٤,٢	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد مقياس الضغوط النفسية ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المهن المختلفة في الضغوط النفسية ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط عائلية والدرجة الكلية للمقياس ، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى (٠,٠٠٠١) ، (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٤٠) يوضح النتيجة .

جدول (٤٠)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه

( $N=400$ )

المهنة		معلمة	عضوة هيئة تدريس	إدارية	ممرضة	طبية
أبعاد مقياس الضغوط النفسية		٨٩=ن	٨١=ن	٩٠=	٧٠=ن	٧٠=ن
ضغوط العمل		١٠٨,٦٦=م	٨٨,٠٧=م	٩٥,٦٢=م	١٠٥,٠١=م	١٠٨,٦٦=م
معلمة						
عضوة هيئة تدريس		*٢٠,٥٩				
إدارية		١٣,٠٤	٧,٥٥			
ممرضة		٣,٦٥	*١٦,٩٤	٩,٣٩		
طبية		٠,٠٠٥	*٢٠,٥٨	١٣,٠٣	٣,٦٤	
ضغوط عائلية		٣٦,٢٠=م	٣٠,٧٨=م	٣٣,٣٤=م	٣٤,٢٠=م	٣٣,٨٤=م
معلمة						
عضوة هيئة تدريس		*٥,٤٢				
إدارية		٢,٣٥	٣,٠٨			
ممرضة		٢,٠٠	٣,٤٢	٠,٣٤		
طبية		٢,٢٦	٠,٠٠٨	١٣,٠٣	٠,٢٦	
الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية		٤٨١,٢٩=م	٤٢٤,٤٠=م	٤٥١,٤٣=م	٤٥٩,٩٣=م	٤٦١,٢٦=م
معلمة						
عضوة هيئة تدريس		*٥٦,٩٠				
إدارية		٢٩,٨٦	٢٧,٠٤			
ممرضة		٢١,٣٦	٣٥,٥٣	٨,٥٠		
طبية		٢٠,٠٣	٣٦,٨٦	٩,٨٢	١,٣٣	

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط العمل وضغوط عائلية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس بين مهنة مُعلمة وعضوة هيئة تدريس لصالح مهنة مُعلمة .

كما يلاحظ من نفس الجدول وجود فروقاً ذات دلالة إحصائية بين مهنة عضوة هيئة تدريس ومهنة ممرضه في بُعد ضغوط العمل لصالح الممرضة ، وبين مهنة عضوة هيئة تدريس وطبية لصالح الطبيبة .

وهذا يعني أن المرأة العاملة التي تعمل بمهنة مُعلمة تعاني أكثر من هذه الضغوط النفسية من التي تعمل في مهنة عضوة هيئة تدريس .

كما أن المرأة العاملة التي تعمل بمهنة ممرضة وطبيبة تعاني أكثر من ضغوط العمل من التي تعمل في مهنة عضوة هيئة تدريس .

وقد لاحظت الباحثة من خلال إجابات العينة على أدوات الدراسة الحالية أن معظم معانات المعلمات كانت تتركز على كثرة متطلبات مهنة التدريس ومسئولياتها وإكمال مهام العمل في المنزل بالإضافة إلى ضيق الوقت للاهتمام بالمنزل ورعاية الأطفال وقلة تبادل الزيارات العائلية .

بينما كانت معظم معاناة الممرضات والطبيبات تتركز على طول ساعات العمل وأن مهنة الطبيبة مهنة شاقة ومرهقة لا تتناسب مع مسؤوليات المرأة المتعددة .

وتتفق هذه النتيجة مع الدراسات السابقة كدراسة (يوسف محمد : ١٩٩٩ م ، عويد المشعان : ١٩٩٨ م ، نجاة موسى ومديحة عبد الفضيل : ١٩٩٨ م ، فوزي عزت ونور جلال : ١٩٩٧ م ، لطفي إبراهيم : ١٩٩٤ م ، حنان الضرغامى : ١٩٩٤ م) الذين توصلوا إلى معاناة المعلمات من الضغوط النفسية (خاصة ضغوط تدريس الطالبات والعلاقات الاجتماعية) عند مرحلة الاحتراق النفسي التي تعبر عن الاستجابة السالبة للضغط النفسي .

## ثالثاً : متغير الاضطرابات السيكوسوماتية

جدول (٤١)

دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية  
والسيكوسوماتية تبعاً لتغير المهنة

(ن=٤٠٠)

اتجاه الفروق	مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية
—	"غير دالة"	٠,٤٨	١,٧٧٩	٤	٧,١١٦	بين المجموعات	السمع والبصر
			٢,٧٤٨	٣٩٥	١٤٨٠,٤٧٤	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٤٨٧,٥٩٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	١,٣٣	١١,٤٧٣	٤	٤٥,٨٩٤	بين المجموعات	الجهاز التنفسي
			٨,٦٠٠	٣٩٥	٣٣٩٦,٨٩٦	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٤٤٢,٧٩٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٢,٠٧	١٩,٩١٦	٤	٧٩,٦٦٣	بين المجموعات	القلب والأوعية الدموية
			٩,٦١١	٣٩٥	٣٧٩٦,٣٣٧	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٨٧٦,٠٠٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٠,٨٦	٥,٣٦٨	٤	٢١,٤٧٢	بين المجموعات	الجهاز الهضمي
			٦,٢٧١	٣٩٥	٢٤٧٧,٢٣٨	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٤٩٨,٧١٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٢,١٦	٧,٧٦٠	٤	٣١,٠٤١	بين المجموعات	الهيكل العظمي
			٣,٥٩٩	٣٩٥	١٤٢١,٧٣٦	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٤٥٢,٧٧٨	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	١,٣٥	٢,٥٧٧	٤	١٠,٣٠٩	بين المجموعات	الجلد
			١,٩١٢	٣٩٥	٧٥٥,٢٦٩	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٧٦٥,٥٧٨	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	١,٨٤	٩,٦٩٧	٤	٢٨,٧٨٧	بين المجموعات	الجهاز العصبي
			٥,٢٧٥	٣٩٥	٢٠٨٣,٦٠٣	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢١٢٢,٢٩٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	١,٢٩	٥,٥٢٩	٤	٢٢,١١٥	بين المجموعات	اليول التناسلي
			٤,٢٨٨	٣٩٥	١٦٩٣,٨٧٥	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٧١٥,٩٩٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	١,٧٤	٤,١٢٤	٤	١٦,٤٩٨	بين المجموعات	التعب
			٢,٣٧٧	٣٩٥	٩٣٩,١٠٠	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٩٥٥,٥٩٨	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٠,٦٨	٢,٠٣٢	٤	٨,١٢٨	بين المجموعات	تكرار المرض
			٣,٠٠٢	٣٩٥	١١٨٥,٩٧٠	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١١٩٤,٠٩٧	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٢,٣٠	٧,٥٨٦	٤	٣٠,٣٤٣	بين المجموعات	أمراض مختلفة
			٣,٢٩٦	٣٩٥	١٣٠١,٩٦٧	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٣٢٢,٣١٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٠,٧٠	٢,٨٦٤	٤	١١,٤٥٥	بين المجموعات	العادات
			٤,١١٩	٣٩٥	١٦٢٦,٨٥٥	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٦٣٨,٣١٠	المجموع الكلي		

—	"غير دالة"	٢,٠٧	١٢,٦٥٥	٤	٥٠,٦١٨	بين المجموعات	عدم الكفاية
			٦,١٠٨	٣٩٥	٢٤١٢,٧٧٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٤٦٣,٣٩٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,١٥	٢,٦٤٩	٤	١١,٥٩٥	بين المجموعات	الاكتئاب
			٢,٢٩٩	٣٩٥	٩٠٨,٢٤٥	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٩١٨,٨٤٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٢,٢١	٦,٤٠٧	٤	٢٥,٦٣٠	بين المجموعات	القلق
			٢,٩٠٢	٣٩٥	١١٤٦,٤٤٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١١٧٢,٠٧٧	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٢,٣١	٦,٧٦٥	٤	٢٧,٠٦١	بين المجموعات	الحساسية
			٢,٩٢٦	٣٩٥	١١٥٥,٦٣٦	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١١٨٢,٦٩٨	المجموع الكلي	
لصالح الطيبة	٠,٠١	٣,١٩	١٤,٣٨٢	٤	٥٧,٥٢٧	بين المجموعات	الغضب
			٤,٥٠٩	٣٩٥	١٧٨٠,٩١٣	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٧٨٠,٩١٣	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,٨٠	٢,٨٦٨	٤	١١,٤٧٢	بين المجموعات	التوتر
			٣,٥٩٢	٣٩٥	١٤١٨,٨٨٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٤٣٠,٣٦٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٢٤	٣٨٨,٧٥٤	٤	١٥٥٥,٠١٥	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية
			٣١٣,٥٢٢	٣٩٥	١٢٣٨٥٣,٠٣	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٢٥٤٠٨,٠٤	المجموع الكلي	
لصالح المعلمة	٠,٠٥	٢,٦٧	٢٠٦,٣٦٠	٤	٨٢٥,٤٤٠	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية والانفعالية
			٧٧,٣٧٠	٣٩٥	٣٠٥٦١,٠٣٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٣١٣٨٦,٤٧٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٠٥	٥٩٤,٨٤٥	٤	٢٣٧٩,٣٨١	بين المجموعات	الدرجة الكلية لقائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية
			٥٦٨,٧٦١	٣٩٥	٢٢٤٦٦٠,٧٢	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٢٧٠٤٠,١٠	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية وكذلك الدرجة الكلية للقائمة ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير الخبرة ، إلا أن هناك فروقاً في بُعد الغضب وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٤٢) يوضح النتيجة .

جدول (٤٢)

المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

تبعاً لمتغير المهنة باستخدام اختبار شيفيه

(ن=٤٠٠)

المهنة					أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية
طبيبة	ممرضة	إدارية	عضوة هيئة تدريس	معلمة	
ن=٧٠	ن=٧٠	ن=٩٠	ن=٨١	ن=٨٩	
					الغضب
					معلمة
				٠,٩٣	عضوة هيئة تدريس
			-٠,٧١	٠,٢١	إدارية
		٠,٣٢	-٠,٣٩	٠,٥٣	ممرضة
	-٠,٦٧	-٠,٣٥	-١,٠٦	-٠,١٤	طبيبة
١٢,٢٩-م	١٠,٣٦-م	١١,٧٨-م	٨,٨٨-م	١٢,٨٠-م	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية والانفعالية
					معلمة
				٣,٩٢	عضوة هيئة تدريس
			-٢,٩٠	١,٠٢	إدارية
		١,٤٢	-١,٤٨	٢,٤٤	ممرضة
	-١,٩٣	-٠,٥١	-٣,٤١	٠,٥١	طبيبة

من خلال الجدول السابق نجد أن اتجاه الفروق في بعد الغضب\* لم يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى (٠,٠٥) وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن متوسط مهنة الطبيبة كان أعلى من باقي المهن الأخرى ، أي أن الطبيبات يُعانين من اضطراب الغضب أكثر من باقي المهن الأخرى .

وقد يرجع ذلك إلى أن مهنة طبيبة غالباً ما تتطلب من المرأة العاملة وقت دوام أطول من باقي المهن الأخرى ، مما يؤثر عليها سلباً في تصرفاتها وسهولة استشارتها من الآخرين ، إذ أنها تشعر بالإرهاق والتعب من عملها بالإضافة إلى شعورها بالتقصير في حق أبنائها ورعاية منزلها .

\* يتعلق بعد الغضب بالاندفاع المفاجئ في فعل الأشياء وسهولة الإثارة والغضب لأنه الأسباب ، أو إذا لم يستطع الفرد الحصول فوراً على ما يطلبه .



وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (سميرة شند : ٢٠٠٠م) التي توصلت إلى معاناة  
الأمهات العاملات اللاتي يعملن وقتاً أطول من سوء التوافق وصراع الأدوار عن  
اللاتي يعملن وقتاً أقصر .

كما أن اتجاه الفروق في الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية والانفعالية لم  
يتضح عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إلا أنه بالنظر إلى المتوسطات نجد أن متوسط  
مهنة معلمة كان أعلى من باقي المهن الأخرى ، أي أن المعلمات يعانين من  
اضطراب النواحي المزاجية والانفعالية أكثر من باقي المهن الأخرى .

وقد يشير ذلك إلى أن معاناة المعلمة من الضغوط النفسية تؤثر سلباً على صحتها  
النفسية والجسمية ، مما يعرضها للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبد الرؤوف الطلاع : ٢٠٠٠م ، هانم ياركندي  
: ٢٠٠٠م ، يوسف محمد : ١٩٩٤م ، إبراهيم إبراهيم : ١٩٩٢م) الذين توصلوا  
إلى أن هناك علاقة بين الاضطرابات السيكوسوماتية والضغوط النفسية ، كما أن  
الأفراد الذين يعانون من الاضطرابات السيكوسوماتية يكونون أكثر تأثراً بالضغوط  
النفسية من الآخرين .

#### — نتائج الفرض التاسع وتفسيرها

الذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية  
والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات  
المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغير الخبرة" .

وللتحقق من صحة هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام تحليل التباين أحادي  
الاتجاه (ONE WAY ANOVA) بين مستويات الخبرة المختلفة كما أوضحته  
الباحثة في جدول رقم (١) ، ويوضح جدول رقم (٤٣) النتيجة .

## أولاً : متغير المساندة الاجتماعية

جدول (٤٣)

دلالة الفروق في درجات مقياس المساندة الاجتماعية

تبعاً لمتغير الخبرة

(ن=٤٠٠)

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية
"غير دالة"	٠,٣٧	٣٧٠,٧٤٣	٣	١١١٢,٢٢٩	بين المجموعات	البعد الأول
		١٠٠٥,٢٧٦	٣٩٦	٣٩٨٠٨٩,٤٥	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٩٩٢٠١,٦٨	المجموع الكلي	
"غير دالة"	١,٢٤	٧٧٩,٠٨٢	٣	٢٣٣٧,٢٤٦	بين المجموعات	البعد الثاني
		٦٢٦,٧٨١	٣٩٦	٢٤٨٢٠٥,١٣	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٥٠٥٤٢,٣٨	المجموع الكلي	
"غير دالة"	٠,١٨	٤٠١,٠٥٩	٣	١٢٠٣,١٧٦	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية
		٢٢٣٣,٧٣٢	٣٩٦	٨٨٤٥٥٧,٩٣	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٨٨٥٧٦١,١١	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً لكل من بعدي مقياس المساندة الاجتماعية (عدد الأشخاص المتاحين للمساندة ودرجة الرضا عنهم) وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروقاً ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الخبرة .

أي أن اختلاف مدة الخبرة للمرأة السعودية المتزوجة العاملة لا يحدد كم أو درجة الرضا للمساندة التي تتلقاها من الآخرين ، إذ أن المساندة الاجتماعية تعتمد على العلاقات التي تكونها المرأة بنفسها خلال حياتها وليس داخل نطاق العمل فقط .

كما أن المرأة بصفة عامة ، وإن اختلفت مدة خبرتها في مجال العمل تحتاج إلى المساندة الاجتماعية من الآخرين ، وأن نقص المساندة أو سوء العلاقات الاجتماعية يشعرها بالضغط النفسي مما يؤثر سلباً على صحتها .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (علي علي : ٢٠٠٠ م ، محمد خليل : ١٩٩٦ م) اللذان توصلا إلى أن المرأة أكثر سعياً للحصول على دعم ومساندة الآخرين في مواقف الشدة ، كما أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في شعورها بالقيمة وفي نموها النفسي وتوفير الصحة النفسية السليمة .

إذ تُعتبر المساندة الاجتماعية عاملاً وقائياً أو مخففاً من الآثار السلبية الناتجة عن التعرض للضغوط النفسية المرتفعة أو الاضطرابات السيكوسوماتية ، أي أنها تعمل على احتواء الضغوط والاضطرابات خاصة عند المرأة . (حسين فايد : ١٩٩٨ م ، عماد محيىم : ١٩٩٧ م) ، (Freeman et al : 2000) .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (يوسف محمد : ١٩٩٩ م ، عويد المشعان : ١٩٩٨ م) اللذان توصلا إلى معاناة المعلمات من الضغوط النفسية الخاصة بالعلاقات الاجتماعية مع الآخرين ، إذ أن هذه النوعية من الضغوط تبدو أكثر إلحاحاً لدى المعلمات حيث أن المرأة بطبيعتها تتسم بإعطاء أهمية كبرى للجوانب الخاصة بالعواطف والعلاقات الإنسانية في حياتها .

## ثانياً : متغير الضغوط النفسية

جدول (٤٤)

دلالة الفروق في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لمتغير الخبرة

(ن=٤٠٠)

أبعاد مقياس الضغوط النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
ضغوط الزوج	بين المجموعات	٢٧٩٣,٩٩٧	٣	٩٣١,٣٣٢	٠,٨٥	"غير دالة"	—
	داخل المجموعات	٤٣٢٩٠٠,٠٠	٣٩٦	١٠٩٣,١٨٢			
	المجموع الكلي	٤٣٥٦٩٤,٠٠	٣٩٩				
ضغوط العمل	بين المجموعات	٢٠٨١٠,٨١٧	٣	٦٩٣٦,٩٣٩	٦,٣٣	٠,٠١	لصالح مستوى الخبرة الأول (١_أقل من ٧) والثاني (٧_أقل من ١٤) سنة
	داخل المجموعات	٤٣٣٩٢٨,٦٢	٣٩٦	١٠٩٥,٧٧٩			
	المجموع الكلي	٤٥٤٧٣٩,٤٤	٣٩٩				

_____	"غير دالة"	٠,٥٨	٥٨,٩٥٣	٣	١٧٦,٨٥٨	بين المجموعات	ضغوط الأبناء
			١٠٢,٥٣٠	٣٩٦	٤٠٦٠١,٨٥٢	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٠٧٧٨,٧١٠	المجموع الكلي	
لصالح مستوى الخبرة الثاني (٧-أقل من ١٤) سنة	٠,٠١	٤,٣٢	١٧٧,٠٩١	٣	٥٣١,٢٧٢	بين المجموعات	ضغوط اقتصادية
			٤١,٠٣٧	٣٩٦	١٦٢٥٠,٤٧٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٧٨١,٧٥٠	المجموع الكلي	
لصالح مستوى الخبرة الأول (١-أقل من ٧) سنة	٠,٠١	٣,٥٥	٣٩٢,٢٩٨	٣	١١٧٦,٨٩٥	بين المجموعات	ضغوط أصدقاء
			١١٠,١٢٤	٣٩٦	٤٣٧٢٣,٠١٥	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٤٨٩٩,٩١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	١,٠٥	١٢٣,٨٧٩	٣	٣٧١,٦٣٦	بين المجموعات	ضغوط عائلية
			١١٨,٥٠٢	٣٩٦	٤٦٩٢٦,٨٠٤	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٤٧٢٩٨,٤٤٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	١,٢٤	٤٩,٧٩٧	٣	١٤٩,٣٩٠	بين المجموعات	ضغوط خدمات
			٤٠,١٩٠	٣٩٦	١٥٩١٥,٣٢٠	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٠٦٤,٧١٠	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٢,٢٨	٧٤٩,٦٩٤	٣	٢٢٤٩,٠٨١	بين المجموعات	ضغوط صحية
			٣٢٨,٤٦٤	٣٩٦	١٣٠٠٧١,٨٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٣٢٣٢,٠٩٦	المجموع الكلي	
_____	"غير دالة"	٠,٩٩	٥٠٥,٠٥٣	٣	١٨١٥,١٦٠	بين المجموعات	ضغوط انفعالية أخرى
			٦١٠,٧٤٤	٣٩٦	٢٤١٨٥٤,٧٨	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٤٣٦٦٩,٩٤	المجموع الكلي	
لصالح مستوى الخبرة الثاني (٧-أقل من ١٤) سنة	٠,٠٥	٢,٥٨	٣٦٢٨٥,١٩٠	٣	١٠٨٨٥٥,٥٧	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية
			١٤٠٧٢,٢٦٨	٣٩٦	٥٥٧٢٦١٨,٦	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٥٦٨١٤٧٤,٢	المجموع الكلي	

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد مقياس الضغوط النفسية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الخبرة ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط اقتصادية وضغوط أصدقاء والدرجة الكلية للمقياس ، حيث كانت قيمة (ف) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) ، (٠,٠٥) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٤٥) يوضح النتيجة .

جدول (٤٥)

المقارنات المتعددة في درجات مقياس الضغوط النفسية

تبعاً لتغير الخبرة باستخدام اختبار شيفيه

( $N=400$ )

مدة الخبرة		أبعاد مقياس الضغوط النفسية	
١_ أقل من ٧ سنة	٧_ أقل من ١٤ سنة	١٤_ أقل من ٢١ سنة	٢١ سنة_ فأكثر
١٠١=ن	١٤٤=ن	١٠٤=ن	٥١=ن
١٠٤,٦١=م	١٠٦,٣٠=م	٩٨,١٤=م	٨٤,٠٨=م
			١_ أقل من ٧ سنة
-١,٦٨			٧_ أقل من ١٤ سنة
٦,٤٧	٨,١٥		١٤_ أقل من ٢١ سنة
*٢٠,٥٤	*٢٢,٢٢	١٤,٠٧	٢١ سنة_ فأكثر
١٤,٤٤=م	١٤,٩٤=م	١٣,٢١=م	ضغوط اقتصادية
			١_ أقل من ٧ سنة
			٧_ أقل من ١٤ سنة
			١٤_ أقل من ٢١ سنة
١,٢٢٤٦	١,٧٣٢٩		٢١ سنة_ فأكثر
٢,٩٤٥٤	*٣,٥٤٤٢	١,٧٢١٣	ضغوط اجتماعية
٣٢,٩٧=م	٣٢,٠٦=م	٣٠,١٦=م	٢٧,٦٥=م
			١_ أقل من ٧ سنة
			٧_ أقل من ١٤ سنة
			١٤_ أقل من ٢١ سنة
٢,٧٩٦٩	١,٩٠٦٠		٢١ سنة_ فأكثر
*٥,٣١٣٣	٤,٤٢٢٤	٢,٥١٦٤	الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية
٤٦١,٤٠=م	٤٧٠,١٠=م	٤٤٨,٩٤=م	٤١٨,٣٩=م
			١_ أقل من ٧ سنة
			٧_ أقل من ١٤ سنة
			١٤_ أقل من ٢١ سنة
١٢,٤٥٣٧	٢١,١٥٤٩		٢١ سنة_ فأكثر
٤٣,٠٠	٥١,٧٠٥١	٣٠,٥٥٠٢	

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط العمل بين مدة الخبرة الأولى (١\_ أقل من ٧) سنة والخبرة الرابعة (٢١ سنة\_ فأكثر) سنة لصالح الخبرة الأولى ، وكذلك بين مدة الخبرة الثانية (٧\_ أقل من ١٤) سنة والخبرة الرابعة (٢١ سنة\_ فأكثر) سنة لصالح الخبرة الثانية ، وهذا يعني أن المرأة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الأولى (١\_ أقل من ٧) سنة والخبرة الثانية (٧\_ أقل من ١٤) سنة كانت تعاني أكثر من ضغوط العمل من التي تنتمي إلى مدة الخبرة الرابعة (٢١ سنة\_ فأكثر) .

مما يشير إلى أن المرأة العاملة الأقل خبرة في مجال العمل كانت تعاني بشكل أكبر من ضغوط العمل من المرأة الأكثر خبرة منها .

وقد يكون ذلك بسبب أن المرأة ذات الخبرة الأقل في العمل ينقصها الخبرة في مجال عملها التي تقيها أو تتجنب من خلالها المشكلات والصعوبات التي تواجهها ، الأمر الذي يعرضها أكثر من المرأة ذات الخبرة الأكثر للضغوط النفسية في عملها . وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عباس متولي : ٢٠٠٠م) الذي توصل إلى أن المعلمات ذوات الخبرة الأقل يعانين من الضغوط النفسية بشكل أكبر من ذوات الخبرة الأكثر .

كما يلاحظ من نفس الجدول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط اقتصادية بين مدة الخبرة الثانية (٧\_أقل من ١٤) سنة والخبرة الرابعة (٢١\_سنة فأكثر) لصالح الخبرة الثانية ، وهذا يعني أن المرأة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الثانية (٧\_أقل من ١٤) سنة كانت تعاني بشكل أكبر من ضغوط اقتصادية من التي تنتمي إلى مدة الخبرة الرابعة (٢١\_سنة فأكثر) ، أي أن المرأة العاملة ذات الخبرة الأقل تعاني أكثر من الضغوط الاقتصادية من ذات الخبرة الأكثر .

وقد يكون ذلك بسبب أن المرأة ذات الخبرة الأكثر قد استطاعت أن تكون نفسها مادياً ، حيث أن زيادة سنوات الخبرة يتبعها زيادة في المرتب ، مما يجعلها تستطيع أن تواجه أو تغطي به احتياجاتها الخاصة .

ويلاحظ أيضاً أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد ضغوط أصدقاء بين مدة الخبرة الأولى (١\_أقل من ٧) سنة والخبرة الرابعة (٢١\_سنة فأكثر) لصالح الخبرة الأولى ، وهذا يعني أن المرأة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الأولى (١\_أقل من ٧) سنة كانت تعاني بشكل أكبر من ضغوط أصدقاء عن التي تنتمي إلى مدة الخبرة الرابعة (٢١\_سنة فأكثر) .

أي أن المرأة العاملة ذات الخبرة الأقل كانت تعاني أكثر من ضغوط الأصدقاء من ذات الخبرة الأكثر ، وقد يكون ذلك بسبب أن المرأة ذات سنوات الخبرة الأكثر في مجال عملها استطاعت أن تكون علاقات اجتماعية مع صديقاتها في مجالات مختلفة ، وذلك بحكم سنوات خبرتها الطويلة في مجال عملها (بصفة خاصة) ، وفي الحياة (بصفة عامة) .

إلا أن اتجاه الفروق في الدرجة الكلية للضغوط النفسية لم يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى (٠,٠٥) ، وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن مدة الخبرة الثانية (٧\_أقل من ١٤) سنة كانت أعلى متوسط لمدة خبرة ، وهذا يشير أيضاً إلى أن المرأة العاملة ذات الخبرة الأقل في عملها تعاني بصفة عامة من ضغوط العمل وضغوط اقتصادية وضغوط الأصدقاء وكذلك الدرجة الكلية للضغوط النفسية .

### ثالثاً : متغير الاضطرابات السيكوسوماتية

جدول (٤٦)

دلالة الفروق في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية تبعاً لمتغير الخبرة

(ن=٤٠٠)

اتجاه الفروق	مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية
—	"غير دالة"	٠,٣٦	١,٣٥٦	٣	٤,٠٦٩	بين المجموعات	السع والبصر
			٣,٧٤٦	٣٩٦	١٤٨٣,٥٢١	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٤٨٧,٥٩٠	المجموع الكلي		
—	"غير دالة"	٠,٦٣	٥,٤٠٦	٣	١٦,٢١٩	بين المجموعات	الجهاز التنفسي
			٨,٦٥٣	٣٩٦	٣٤٢٦,٥٧١	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٤٤٢,٧٩٠	المجموع الكلي		
لصالح مستوى الخبرة الثالثة (١٤_أقل من ٢١) سنة	٠,٠١	٣,٩٤	٣٧,٤١٦	٣	١١٢,٢٤٧	بين المجموعات	القلب والأوعية الدموية
			٩,٥٠٤	٣٩٦	٣٧٦٣,٧٥٢	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٣٨٧٦,٠٠٠	المجموع الكلي		
لصالح مستوى الخبرة الثانية (٧_أقل من ١٤ سنة) والثالث (١٤_أقل من ٢١) سنة	٠,٠٠١	٥,٢٥	٣١,٨٥٢	٣	٩٥,٥٥٧	بين المجموعات	الجهاز الهضمي
			٦,٠٦٩	٣٩٦	٢٤٠٣,١٥٣	داخل المجموعات	
			٣٩٩	٢٤٩٨,٧١٠	المجموع الكلي		
—	٠,٠٥	٢,٩٥	١٠,٥٦٩	٣	٣١,٧٠٧	بين المجموعات	الميكال العظمي
			٣,٥٨٩	٣٩٦	١٤٢١,٠٧٠	داخل المجموعات	
			٣٩٩	١٤٥٢,٧٧٨	المجموع الكلي		

—	"غير دالة"	٢,٣١	٤,٣٨٨	٣	١٣,١٦٤	بين المجموعات	الجند
			١,٩٠٠	٣٩٦	٧٥٢,٤١٣	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٧٦٥,٥٧٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٤١	٧,٤٦٣	٣	٢٢,٣٨٨	بين المجموعات	الجهاز العصبي
			٥,٣٠٣	٣٩٦	٢١٠٠,٠٠٢	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢١٢٢,٣٩٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,١٢	٠,٥٠٤	٣	١,٥١٣	بين المجموعات	البول التناسلي
			٤,٣٢٩	٣٩٦	١٧١٤,٤٧٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٧١٥,٩٩٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,٤٨	١,١٥٣	٣	٣,٤٦٠	بين المجموعات	التعب
			٢,٤٠٤	٣٩٦	٩٥٢,١٣٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٩٥٥,٥٩٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٥٦	٤,٦٦٠	٣	١٣,٩٨٠	بين المجموعات	تكرار المرض
			٢,٩٨٠	٣٩٦	١١٨٠,١١٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١١٩٤,٠٩٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,١١	٢,٦٩٤	٣	١١,٠٨١	بين المجموعات	أمراض مختلفة
			٢,٢٢٦	٣٩٦	١٢٢١,٢٢٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٢٢٢,٣١٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,٣٩	١,٦٠٥	٣	٤,٨١٦	بين المجموعات	العادات
			٤,١٢٥	٣٩٦	١٦٢٢,٤٩٤	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٦٢٨,٣١٠	المجموع الكلي	
لصالح مستوى الخبرة الأولى (١-أقل من ٧) سنة	٠,٠١	٢,٤٧	٢١,٠٢٢	٣	٦٣,٠٦٧	بين المجموعات	عدم الكفاية
			٦,٠٦١	٣٩٦	٢٤٠٠,٣٣٠	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٤٦٣,٣٩٧	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٤٤	٢,٢٩٦	٣	٩,٨٨٩	بين المجموعات	الاكتئاب
			٢,٢٩٥	٣٩٦	٩٠٧,٩٥١	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٩١٨,٨٤٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٢٦	٢,٦٩٢	٣	١١,٠٧٦	بين المجموعات	القلق
			٢,٩٢٢	٣٩٦	١١٦١,٠٠٢	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١١٧٢,٠٧٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٨٨	٥,٥٢١	٣	١٦,٥٦٢	بين المجموعات	الحساسية
			٢,٩٥٤	٣٩٦	١١٦٦,١٣٥	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١١٨٢,٦٩٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٩٨	٩,٠٦٤	٣	٢٧,١٩١	بين المجموعات	الغضب
			٤,٥٧٤	٣٩٦	١٨١١,٢٤٩	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٨٢٨,٤٤٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,٣٩	١,٤٠٩	٣	٤,٢٢٨	بين المجموعات	التوتر
			٢,٦٠١	٣٩٦	١٤٢٦,١٣٢	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٤٣٠,٣٦٠	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	١,٧٠	٥٢٩,٨٩٦	٣	١٥٨٩,٦٨٨	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية
			٢١٢,٦٧٣	٣٩٦	١٢٢٨١٨,٣٥	داخل المجموعات	
				٣٩٩	١٢٥٤٠٨,٠٤	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٢,١٨	١٦٩,٦٩٣	٣	٥٠٩,٠٨٠	بين المجموعات	الدرجة الكلية لمقاييس النواحي المزاجية الانفعالية
			٧٧,٩٧٣	٣٩٦	٣٠٨٧٧,٢٩٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٣١٢٨٦,٤٧٨	المجموع الكلي	
—	"غير دالة"	٠,٢٩	١٦٧,٩١٠	٣	٥٠٣,٧٣١	بين المجموعات	الدرجة الكلية لقائمة كورنيل للنواحي العصبية والسيكوسوماتية
			٥٧٢,٠٦٢	٣٩٦	٢٢٦٥٣٦,٣٧	داخل المجموعات	
				٣٩٩	٢٢٧٠٤٠,١٠	المجموع الكلي	



يتضح من الجدول السابق أن قيمة (ف) كانت غير دالة إحصائياً على معظم أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية ، وكذلك الدرجة الكلية للقائمة ، مما يشير إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير الخبرة ، فيما عدا بُعد القلب والأوعية الدموية والجهاز الهضمي ، والهيكل العظمي وعدم الكفاية ، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى ( ٠,٠١ ) ، ( ٠,٠٥ ) ، ولمعرفة مصدر التباين قامت الباحثة باستخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة ، والجدول رقم (٤٧) يوضح النتيجة .

#### جدول (٤٧)

المقارنات المتعددة في درجات قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية

تبعاً لمتغير الخبرة باستخدام اختبار شيفيه

( $N=400$ )

مدة الخبرة		أبعاد قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية		
١_أقل من ٧ سنة	٧_أقل من ١٤ سنة	١٤_أقل من ٢١ سنة	٢١_أقل من ٢١ سنة	٢١_أقل من ٢١ سنة
٢,٨٦-م	٣,٤٨-م	٤,٢٣-م	٤,١٢-م	٥١=ن
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				
١_أقل من ٧ سنة				
٧_أقل من ١٤ سنة				
١٤_أقل من ٢١ سنة				
٢١_أقل من ٢١ سنة				

\* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد القلب والأوعية الدموية بين مدة الخبرة الأولى (١-أقل من ٧) سنة والخبرة الثالثة (١٤-أقل من ٢١) سنة لصالح الخبرة الثالثة ، وهذا يعني أن المرأة التي كانت تنتمي إلى مدة الخبرة الثالثة (١٤-أقل من ٢١) سنة تعاني أكثر من اضطراب القلب والأوعية الدموية من التي تنتمي إلى مدة الخبرة الأولى .

وهذا يدل على أن زيادة سنوات الخبرة في العمل للمرأة قد تؤدي إلى زيادة نسبة الإصابة باضطراب القلب والأوعية الدموية .

كما يلاحظ من نفس الجدول أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد الجهاز الهضمي بين مدة الخبرة الأولى (١-أقل من ٧) سنة والخبرة الثالثة (١٤-أقل من ٢١) سنة لصالح الخبرة الثالثة ، وكذلك بين مدة الخبرة الثانية (٧-أقل من ١٤) سنة والخبرة الثالثة (١٤-أقل من ٢١) سنة لصالح الخبرة الثالثة .

وهذا يعني أن المرأة العاملة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الثالثة (١٤-أقل من ٢١) سنة كانت تعاني أكثر من اضطراب الجهاز الهضمي من التي تنتمي إلى مدة الخبرة الأولى (١-أقل من ٧) سنة والخبرة الثانية (٧-أقل من ١٤) سنة ، مما يشير إلى أن المرأة العاملة الأكثر خبرة في مجال العمل تعاني بشكل أكبر من اضطراب الجهاز الهضمي من المرأة الأقل خبرة منها .

إلا أن اتجاه الفروق في بُعد الهيكل العظمي لم يتضح إذ أن مستوى الدلالة لم يرقى إلى (٠,٠٥) ، وبالنظر إلى المتوسطات نجد أن متوسط الخبرة (٢١ سنة فأكثر) كان أعلى متوسط مدة خبرة ، أي أن المرأة العاملة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الرابعة (٢١ سنة فأكثر) تعاني أكثر من اضطرابات الهيكل العظمي من المرأة التي تنتمي إلى المدة الأقل منها في الخبرة .

وقد يُفسر ذلك بأنه كلما زادت سنوات الخبرة للمرأة في العمل كلما تقدم بها العمر ، وقد يكون ذلك مؤشراً على تدهور حالتها الصحية .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (هانم ياركندي : ٢٠٠٠م) التي توصلت إلى معاناة المعلمات ذوات الخبرة الأكثر من الاضطرابات السيكوسوماتية .

وقد نستنتج من ذلك أن اضطراب القلب والأوعية الدموية والجهاز الهضمي والهيكلي العظمي من أهم الاضطرابات التي تعاني منها المرأة السعودية العاملة ذات الخبرة الأكثر في مجال عملها .

ويلاحظ أيضاً أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في بُعد عدم الكفاية بين مدة الخبرة الأولى (١\_أقل من ٧) سنة والخبرة الرابعة (٢١\_سنة فأكثر) لصالح الخبرة الأولى ، وهذا يعني أن المرأة التي تنتمي إلى مدة الخبرة الأولى (سنوات الخبرة الأقل) تعاني أكثر من اضطراب عدم الكفاية من التي تنتمي إلى مدة الخبرة الرابعة (سنوات الخبرة الأكثر) .

وقد أوضحت الباحثة سالفاً أن بُعد عدم الكفاية ترتبط صفاته بالمرأة ذات سنوات خبرة العمل الأقل مما يجعلها تعاني من هذا الاضطراب نتيجة قلة خبرتها في مجال العمل والحياة .

ثانياً : نتائج الدراسة الإكلينيكية

\_ نتائج الفرض العاشر وتفسيرها

الذي ينص على "يختلف البناء النفسي لبعض الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية وذلك من خلال استجاباتهم على بطاقات اختبار تفهم الموضوع (T.A.T)".

وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بالآتي :

\_ إجراء المقابلة الشخصية .

\_ تطبيق استمارة دراسة الحالة .

\_ تطبيق اختبار تفهم الموضوع .

وذلك على عدد حالتين من الحالات الطرفية (المرتفعة \_ المنخفضة) في مقياس المساندة الاجتماعية ، حيث تراوحت درجات العينة على المقياس بين (١٢٦\_٣٦٤) درجة ، وقد تم اختيار الحالة الأولى بناء على حصولها على أقل درجة ، بينما تم اختيار الحالة الثانية بناء على حصولها على أعلى درجة على مقياس المساندة الاجتماعية وذلك بالنسبة للعينة الكلية على النحو الآتي :

## دراسة الحالة رقم (١)

"المنخفضة في المساندة الاجتماعية"

أولاً : البيانات العامة

— الاسم : (س.ج)

— العمر : (٤٢) سنة .

— الترتيب بين الأخوة والأخوات : (٣)

— المستوى التعليمي : كفاءة — معهد تمريض .

— المهنة : ممرضة .

ثانياً : بيانات عن الأسرة

— وظيفة الأب : طيار حربي متقاعد بدرجة لواء .

— المستوى التعليمي : ثانوي .

— على قيد الحياة (✓) نعم ( ) لا

— وظيفة الأم : ربة منزل .

— المستوى التعليمي : الابتدائية

— على قيد الحياة ( ) نعم (✓) لا

— حوادث الطلاق أو الانفصال التي حدثت في الأسرة مباشرة وعمر المفحوصة في

كل منهما :

طلاق والدها لوالدها وعمر المفحوصة (١٥) سنة .

— حوادث الزواج للمرة الثانية أو أكثر التي حدثت في الأسرة وعمر المفحوصة في

كل منهما :

زواج والد المفحوصة على والدها وعمرها (٧) سنوات ، زواج أخيها الأكبر على

زوجته مرتين ، زواج أخيها الأصغر على زوجته ثلاث مرات .

— قصة مرض عائلي :

ربو وحساسية (✓) ضغط الدم (✓)

سكري (✓) أمراض عائلية أخرى (✓)

— عدد أفراد الأسرة : (٣) (الزوج والابنة والمفحوصة)

بيانات عن الأخوة وأفراد آخرون يعيشون مع المفحوصة في الأسرة

الرقم	الاسم	صلة القرابة	العمر	الحالة الاجتماعية	التعليم	المهنة
١	س.ع	زوج	٥٥ سنة	زوج المفحوصة	ثانوي	تاجر

ثالثاً : الحالة الاقتصادية

— متوسط دخل الأسرة : (٥٠٠٠) ريال مصدر الدخل : الأعمال الحكومية

وبعض العقارات

— نوع السكن : ملك (✓) إيجار ( ) غرفة ( ) شقة ( ) فيلا (✓)

متزل مستقل (✓) غير مستقل ( )

— الأجهزة الكهربائية والإلكترونية الموجودة في المنزل :

الضرورية فقط ( ) الكماليات (✓)

— الرحلات والسفر : داخل المملكة (✓) خارج المملكة ( )

متكررة ( ) غير متكررة (✓)

— يوجد خادمة للأسرة : نعم ( ) لا (✓) سائق : نعم ( ) لا (✓)

رابعاً : التاريخ الشخصي

— عمر الأم عند الميلاد : (٣٠) سنة حالة الأم الصحية أثناء الحمل : مضطربة

— هل حدثت اضطرابات أثناء الولادة ، ما نوعها : تعثر الولادة بسبب كبر حجم

الرأس ، إصابة والدتها بعد الولادة بحمى النفاس .

— نوع تغذية المفحوصة بعد الولادة : رضاعة طبيعية (✓) غير طبيعية ( )

تنشئة المفحوصة : في العائلة (✓) مع الأقارب ( ) في أحد دور الرعاية ( )

في مؤسسة ( ) في بيت الحضانة ( ) في أسرة بديلة ( )

خامساً : التاريخ التعليمي

— سن دخول المدرسة : (٧) سنوات

\_\_ استجابتها للخبرة المدرسية الأولى ومدى تكيفها : الرغبة الشديدة للدراسة في المراحل المبكرة من التعليم ، ثم عدم الرغبة والكره الشديد لها بعد ذلك .

### سادساً : التاريخ المهني

\_\_ الأعمال السابقة التي شغلتها المفحوصة والسبب في تركها : لا يوجد

\_\_ نوعية العمل الحالي وواجباته : ممرضة وتقوم بأداء المهام الخاصة بالمرضى ومساعدة الطبيب .

\_\_ دخل المفحوصة ورضاها عنه: (٨١٠٠) ريال (راضية) (✓) (غير راضية) ( )

\_\_ التدريب السابق على المهنة : الخبرة الذاتية فقط .

\_\_ علاقتها برئيستها المباشرة : مضطربة .

\_\_ علاقتها برفيقاتها في العمل : مضطربة معظم الأوقات .

\_\_ صعوبات العمل : لا يوجد .

\_\_ أخطار العمل ومساوئه : الاختلاط مع الرجال والتعامل مع المرضى النفسيين واستخدام الأدوات الجراحية كالمشروط والإبرة .

\_\_ مدى رضا المفحوصة عن العمل الذي تقوم به وقناعتها وتكيفها :

راضية (✓) غير راضية ( )

\_\_ المشكلات المهنية التي تعاني منها : التأخير في الحضور عن أوقات الدوام الرسمي .

### سابعاً : التاريخ الاجتماعي

\_\_ علاقة المفحوصة بكل من :

\_\_ أعضاء أسرتها : علاقات أسرية مضطربة ومفككة تعتمد على النواحي المادية والمصالح الشخصية فقط .

\_\_ جيرانها : لا يوجد لها علاقات مع الجيران .

\_\_ أقرانها : علاقات مضطربة بجميع أقرانها ومشاحنات مستمرة تعتمد على النواحي المادية والمصالح الشخصية فقط .



هل أقرانها من نفس الجنس : من الجنسين (إناث وذكور) .  
هل يتسمون بالهدوء أم بالمشاكسة : من الشخصيات العدوانية المشاكسة .

ثامناً : البيانات الجسمية والطبية

ـ الطول (١٦٥) سم الوزن (٩٥) كيلو

ـ علامات فارقة (اختلافات في لون بشرة الجسم الداخلية)

ـ التاريخ الطبي الشخصي : المعاناة من مرض السكر والضغط بصورة بسيطة ،  
الاضطرابات النفسية بصورة متكررة .

تاسعاً : ملاحظات على سلوك الحالة

كسولة	(✓)	مجتهدة	( )
كثيرة الحركة	(✓)	هادئة	( )
مهمة	(✓)	غير مهمة	( )
صامتة	( )	متكلمة	(✓)
مشاكسة	(✓)	ودودة	( )
متمردة	(✓)	متعاونة	( )
متعبة دائماً	(✓)	نشيطه	( )
منعزلة	(✓)	اجتماعية	( )

ملخص تاريخ الحالة :

طفولة دون المتوسط في السعادة ، علاقة مضطربة مع الأم نظراً لشدها وقسوتها  
مع المفحوصه ، الانتقال للحياة مع زوجة الأب في سن الطفولة (خمس سنوات) ،  
حياة مضطربة مع زوجة الأب نتيجة سوء المعاملة ، بدء الدراسة دون مشكلات في  
المراحل المبكرة من التعليم ثم بداية كرهها للتعليم نتيجة إهمال وقسوة الأب عليها ،  
الاستمرار في الدراسة مع عدم الرغبة ، مراهقة دون المتوسط في السعادة ، الزواج  
في سن مبكرة وحياة زوجية غير سعيدة ، إنجاب ابنه واحدة فقط ، سوء علاقة

المفحوصة مع ابتها واعتمادها على الاستفادة مادياً من المفحوصة ، الطلاق من الزوج الأول والزواج بعده ثلاث مرات وهي الآن تعيش مع الزوج الرابع حياة غير سعيدة ، يجبرها على استلام جزء من راتبها ، غير متعاون معها ، العلاقات الزوجية تقوم على المصلحة فقط ، لا يمثل وجوده لها أهمية ، الحياة شبه منفصلة ، علاقات اجتماعية ضعيفة وغير متبادلة مع الآخرين ، مراجعة الحالة طبيب نفسي بسبب معاناتها من الاضطراب النفسي .

عاشراً : الاختبارات النفسية والمقاييس الإكلينيكية التي استخدمت مع الحالة :

\_ مقياس المساندة الاجتماعية وحصلت فيه على (١٢٦) درجة ، حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (٥٤\_٤٠٥) درجة .

\_ مقياس الضغوط النفسية وحصلت فيه على (٥٧٤) درجة ، حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (١٨٥\_٩٢٥) درجة .

\_ قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية وحصلت فيه على (٨٤) درجة حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (صفر\_٢٢٣) درجة .

\_ الاختبارات الإسقاطية التي طبقت على المفحوصة :

اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) وذلك على النحو الآتي :

\_ تحليل استجابات الحالة على اختبار تفهم الموضوع (T.A.T)

\_ القصة الأولى : استجابة البطاقة رقم (1)

"دي بتفكرني بقصة فيلم بنت قتلها أمها بعد ما انفصلت من أبوها ، كانت تعذبها وتضربها كثير ، كانت الأم عدوانية جداً ، وطلبت واحدة ثانية تتبناها تعاملها أحسن منها ولكن قبل ما يصدر قرار الحضانة انتقلت البنت ، أنا كمان كنت أعامل رشا بقسوة وعدوانية ، لو كانت لها أم ثانية كان أحسن" .

## ـ التحليل والتفسير

وصفت المفحوصة لاشعورياً علاقتها مع ابنتها من خلال القصة حين أكدت أنها (كانت تُعامل أبنيتها رشا بقسوة وعدوانية) ، وهذا يدل على سوء علاقة الأم مع ابنتها الوحيدة ، ثم ما لبثت أن أسقطت\* معاناتها الداخلية على البطلة حينما قالت (كانت الأم عدوانية ، وطلبت واحدة ثانية تتبناها تعاملها أحسن) وهذا تعبير عن ميكانيزم رد الفعل العكسي\* يوضح الصراع\* القائم بين المعاملة الطيبة والعدوانية ، كما أنها تعترف بأن معاملتها لابنتها غير سليمة بقولها (طلبت واحدة ثانية تتبناها) وقد يُعبر هذا عن رفض ضميرها لهذه المعاملة ، وهي تعلم بأن معاملتها لابنتها أثرت فيها بقولها (بنت قتلها أمها) ونتيجة لهذه المعاملة أصبحت البنت تكره أمها فعلاً ، وذلك يتضح في قولها (ولكن قبل ما يصدر قرار الحضانة أتقتلت البنت) ، كما أن المفحوصة أغفلت ذكر أي شيء عن الآلة الموسيقية الموجودة في الصورة ، وهذا يدل على بُعد حياة العميلة عن الاستقرار والهدوء إذ أن هذه الآلة الموسيقية تعبر عن موسيقى هادئة وحياتها بعيدة عن ذلك .

توضح هذه القصة من مجملها أن المفحوصة كانت تعبر عن سوء علاقتها مع ابنتها الوحيدة ، وأنها هي السبب في هذه النوعية من العلاقة .

## ـ القصة الثانية : استجابة البطاقة رقم (2)

"هذه بتفكرني بالأفلام الأجنبية الحُرمة تعتمد على نفسها في شغلها والحُرمة تساعد الرجال في كل شيء ، حتى زوجي راجل يقوم بأعمال الرجال فقط اللي يربطني بزوجي المصلحة فقط" .

\* الإسقاط هو: حيلة دفاعية موجهة من الفرد نحو الآخرين ، أي أن السمة تتعرض للكبت أولاً ثم توجه نحو الآخرين . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٣٥٦)  
\* رد الفعل العكسي أو التكوين العكسي وهو : وجود نزعات غير مقبولة تكبت ثم تظهر نزعات مضادة تماماً من السلوك . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٣٥٦) .  
\* الصراع هو : وجود حاجات أو أهداف متصارعة متعارضة ، وهو نمط خاص من العقبات تسبب الإحباط . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٣٢٦) .

## ـ التحليل والتفسير

وصفت المفحوصة لاشعورياً طبيعة حياتها وعلاقتها مع زوجها من خلال القصة حين قالت (زوجي راجل يقوم بأعمال الرجال فقط) ، وهذا يدل على أنها تعتمد على نفسها في حياتها كما أن علاقتها مع زوجها سيئة تقوم على المصالح الشخصية ، ثم ما لبثت أن أسقطت معاناتها الداخلية على البطلة (البت) حينما قالت (تعتمد على نفسها) وهذا تعبير عن ميكانيزم رد الفعل العكسي يوضح عدم رضاها عن تحملها المسؤولية ، وقولها (الحُرمة تساعد الرجال) إذ أنها تساعد زوجها في المصاريف من راتبها ، كما أن المفحوصة أغفلت ذكر نواحي أخرى متعددة في الصورة ، وهذا يوضح أن أهم ما تعاني منه هو تحملها المسؤولية في منزلها بشكل كبير .

توضح هذه القصة من مجملها أن المفحوصة كانت تُعبر عن مدى اعتمادها على نفسها ، وطبيعة علاقتها مع زوجها .

## ـ القصة الثالثة : استجابة البطاقة رقم (3GF)

"ذي واحدة مريضة معها صداع شديد أو ندمانة على شيء ، شكلها حزين ، مين فينا ما يبحزن" .

## ـ التحليل والتفسير

\*توحدت المفحوصة مع البطلة الرئيسة للقصة عندما قالت (واحدة) ، تعبر عن معاناتها وتألها بقولها (صداع شديد) وهو تعبير رمزي عن عظم المكابدة وفداحة المعاناة التي تعيشها المفحوصة ، كما أن كلمة (ندمانه) ، تدل على أن موقف الصراع الذي تعيشه قد انتهى ، كما تدل على تأنيب ضميرها ، وقولها (شكلها حزين) تدل على شعورها بالحزن والكآبة والأسى ، وقد أغفلت المفحوصة ذكر

\* التوحد يعني : التخصص أي اكتساب صفات شخص آخر ، وهو وسيلة لتحصيل مالا يمكن الحصول عليه . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٢١١)

صورة (الباب) الذي يعبر عن الحماية والوقاية والأمن والطمأنينة ، والمؤازرة وهذه احتياجات غير مشبعة لديها ، أي أنها تفتقد المساندة الاجتماعية من جميع من حولها ، كما يعبر ذلك عن ضعف الأنا وعجزها وعدم قدرتها على مواجهة الضغوط التي تواجهها .

توضح هذه القصة في مجملها معاناة المفحوصة من الاضطراب السيكوسوماتي الذي يتضح في معاناتها من (الصداع) ، وحاجتها إلى المساندة الاجتماعية التي تفتقدها .

#### ـ القصة الرابعة : استجابة البطاقة رقم (4)

"دي تسين الميل الطبيعي ، الأنثى للرجل والرجل للأنثى ، ربنا خلق جميع أنواع المخلوقات يميلون لبعض علشان الخلفة والزواج والتكاثر" .

#### ـ التحليل والتفسير

توضح هذه القصة طبيعة العلاقة بين المفحوصة وزوجها الذي لا يربطها به سوى العلاقة الجنسية فقط بقولها (الميل الطبيعي) ، وهذه علاقة فطرية تخلو من الود والتعاطف ، كما أن الذي يربطها بزوجها المصلحة الشخصية فقط كما ذكرت مسبقاً ، ثم عادت لتحقر من شأن الزوج إذ أنه كباقي المخلوقات الأخرى بقولها (ربنا خلق جميع أنواع المخلوقات) ، كما أنها أغفلت ذكر صورة المرأة الأخرى إذ كل ما يهمها نفسها فقط إذ أنها الزوجة الثالثة لزوجها .

توضح هذه الصورة أن علاقتها مع زوجها تخلو من العاطفة والحب تماماً ، كما أنها تحقر من علاقتها معه وتصفها كالعلاقة بين الحيوانات .

### \_\_ القصة الخامسة : استجابة البطاقة رقم (5)

"الفضول هذا الإنسان بطبيعته يحب الفضول ، يفتح الباب يشوف ايش جوه ، مين جوه ، ايش أنكسر" .

#### \_\_ التحليل والتفسير

توضح هذه القصة كرهها الشديد لتدخل الآخرين في شؤونها بقولها (الفضول) إذ أنها لا تحب تدخل زوجها في حياتها وشؤونها بقولها (الإنسان) حيث أنه يجب معرفة كل أمورها وشؤونها الخاصة ليشاركها فيها وهذا يتضح من قولها (ايش جوه ، مين جوه) .

توضح القصة في مجملها أن المفحوصة ترغب في عدم التدخل في حياتها ومراقبة أمورها وتصرفاتها .

### \_\_ القصة السادسة : استجابة البطاقة رقم (6GF)

"نظرة تعجب ، اندهاش ، تساؤل ، ده واحد وواحدة يمكن يبغي يسألها سؤال وهي تقوله ايش تبغى" .

#### \_\_ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة مرة أخرى مع البطل الرئيسي للقصة بقولها (واحدة) ، وهي تعبر عن حيرتها في أمور حياتها وما يحدث لها ، كما قامت بعملية طرح إيجابي نحو البطل الثانوي (الزوج) في قولها (يبغي يسألها سؤال) ، وهذا يفيد حاجتها إلى الرعاية والاهتمام منه هو على وجه الخصوص ، وحاجتها إلى من تتكلم معه وتفصح عن رغباتها إليه بقولها (تقوله ايش تبغى) .

توضح القصة في مجملها أن المفحوصة مفتقدة إلى من يهتم بها ويرعاها ، ويسألها عن احتياجاتها الخاصة .

### \_\_ القصة السابعة : استجابة البطاقة رقم (7GF)

"بنت قاعدة تستني أحد في مستشفى ، تستني أمها تبغى تخرج من المستشفى أو تبغى تتعالج" .

#### \_\_ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة أيضاً بالبطل الرئيسي للقصة بقولها (أمها) وتوحدت (البنت) مع البطل الثانوي ، وهي تعبر عن علاقة المفحوصة مع أبتها وطول فترة انتظار الابنة بتكرار قولها (تستني) ، ورغبتها في أن تُحسّن والدتها علاقتها معها .  
توضح هذه القصة في مجملها اعتراف الأم بأن تصرفاتها مع ابنتها مضطربة تحتاج إلى تعديل وتغيير .

### \_\_ القصة الثامنة : استجابة البطاقة رقم (8GF)

"واحدة قاعدة تفكر وتتأمل في أمور الدنيا ، الواحد لما يتعب لا بد إنه يجلس يرتاح" .

#### \_\_ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة بالبطل الرئيسي بالقصة بقولها (واحدة) ، وهي تعبر عن وحدتها وعدم مشاركة الآخرين برأيهم معها في أمور الحياة ، وذلك عندما تقول (الواحد) أي أنه لا يوجد أحد يفكر معها ، كما تعبر عن إحساسها بالإرهاق بقولها (يتعب) ، وعن طول فترة التعب بقولها (يرتاح) أي أن هناك مشوار طويل قامت به وهي تحتاج إلى الراحة .

توضح هذه القصة في مجملها عن تعب المفحوصة في حياتها وطول الطريق أمامها وشعورها بأنها تعيش وحيدة لا تجد من يشاركها التفكير في حياتها .

## \_\_ القصة التاسعة : استجابة البطاقة رقم (9GF)

"كأنه في حديقة عامة الناس يقعدون مع بعض ويتونسون مع بعض ، كأنهم أختين ، واحدة تنظر للثانية والثانية لم تجدها" .

### \_\_ التحليل والتفسير

تعبير القصة عن حاجة المفحوصة إلى الحرية والانطلاق عندما تقول (حديقة عامة) حيث تعبر الأماكن المفتوحة عن ذلك ، كما أنها في حاجة إلى العلاقات الاجتماعية العامة بقولها (الناس يقعدون مع بعض) وتكرارها لكلمة (مع بعض) تدل على الرغبة الملحة التي تفتقدها ، ثم توحدت أيضاً مع البطل الرئيسي للقصة بقولها (واحدة) حيث تشير إلى علاقتها مع أختها (كأنهم أختين) ، وافتقاد المفحوصة المساعدة من أختها عند الحاجة إليها بقولها (لم تجدها) .

توضح هذه القصة في مجملها افتقاد المفحوصة إلى العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الآخرين خاصة من الأخت .

## \_\_ القصة العاشرة : استجابة البطاقة رقم (10)

"جالسين يواسو بعض يمكن حصلهم حادث واحد مات جالسين بيكوا عليه" .

### \_\_ التحليل والتفسير

قبل أن تبدأ المفحوصة في سرد القصة ضحكت بصوت مرتفع ، وهذا نوع من السخرية والاستهزاء لما سوف تقول إذ أنها مفتقدة للمساندة الوجدانية الاجتماعية خاصة من الزوج الذي توحدت صورته مع البطل الثانوي في قولها (واحد) ثم تتحدث عن نفسها وزوجاته الأخريات بقولها (بيكوا عليه) ، ويظهر ذلك أيضاً في قولها (جالسين يواسو بعض) ، كما تعبر عن سوء العلاقة مع زوجها بقولها (حصلهم حادث) وإن العلاقة بينهم قد انتهت عندما تقول (واحد مات) ، ثم



تنفجر في البكاء الذي يعتبر مصدر للتنفيس الانفعالي وحل ضعيف لموقف صراع انتهى بحزن وكآبة في قولها (بيكوا) .

تعبر القصة في مجملها عن انتهاء العلاقة الزوجية بين المفحوصة وزوجها وشعورها بالحزن والندم على ذلك .

### \_ القصة الحادية عشر : استجابة البطاقة رقم (11)

"هذه نحلة بتدور وتلف ، ويمكن يكون دبور واضع بيته في مكان مهجور ، وإذا كانت نحلة يمكن تكون بتمص الرحيق من الأزهار الجبلية" .

\_ التحليل والتفسير

تنهد المفحوصة بصوت مرتفع قبل أن تبدأ في سرد القصة ، وهذا يدل على المعاناة ثم توحدت مع (النحلة) التي تعاني من الحيرة بقولها (بتدور وتلف) ، وتوحد زوجها مع (الدبور) الذي من صفاته الإلحاح كما يلح زوجها في طلب الفلوس منها ، ثم أسقطت شعورها بالوحدة وعدم الاختلاط بالآخرين وبعدها عنهم بقولها (بيته في مكان مهجور) إذ أنها تعيش في منزلها بمفردها ، ثم تعبر عن تعاطسها للحياة الجميلة السعيدة عندما تقول (تمص الرحيق من الأزهار الجبلية) .

توضح القصة في مجملها عن حيرة المفحوصة في علاقتها بزوجها وتضررها من العزلة الاجتماعية التي تعيشها .

### \_ القصة الثانية عشر : استجابة البطاقة رقم (12F)

"حرمة عجوزة بتفكر في ابنها اللي مات أو ممكن واحدة عانس تفكر في شاب حلو تتجوزه ، العوانس كثير" .

## ـ التحليل والتفسير

تشير المفحوصة إلى أن سنوات مضت من عمرها وذلك في قولها (عجوزة) وهي تفكر في شبابها (ابنها اللي مات) الذي انتهى دون أن تستمع به ، وتعلن صراحة عن رغبتها في تجديد ما ضاع من حياتها (تتجوزه) إذ أن المفحوصة تزوجت أربعة مرات ، وقولها (شاب حلو تتجوزه) تعبر عن رغبة جنسية مكبوتة للمفحوصة .  
توضح هذه القصة في مجملها رغبة المفحوصة في تجديد حياتها مرة أخرى قبل أن يفوت الآوان .

## ـ القصة الثالثة عشر : استجابة البطاقة رقم (13MF)

"ده واحد قتل كأنه قتل واحدة ومغطي عينه ما بيغى يشوف المنظر المؤلم ده ، رقبتهأ كلها دم" .

## ـ التحليل والتفسير

تشير المفحوصة هنا إلى توحد زوجها مع البطل الثانوي (واحد) وميول زوجها العدوانية تجاهها بقولها (قتل واحدة) كما تتوحد هي مع البطل الرئيسي بقولها (واحدة) ، ويستثير المنظر شعور زوجها بالإثم والذنب لما فعله من قولها (مغطي عينه) .

توضح القصة في مجملها عن وجود حافز إجرامي غير بعيد عن السطح (قبشعوري) .

## ـ القصة الرابعة عشر : استجابة البطاقة رقم (14)

"كأنه واحد محارب فاتح الشباك يتفقد المكان اللي بره ، في حرب ، الحرب بتخرب البيوت ، الغرفة سوده ، وهو فاتح يشوف الأحوال هدأت ولا لاء" .

## ـ التحليل والتفسير

تستثير هذه الصورة صراع المفحوصة مع الزوج الذي توحد هنا مع البطل الرئيسي بقولها (واحد) كما أنها تعبر عن انفعالاتها ومكافحتها مع زوجها بقولها (محارب) وذلك في بيئة ظالمة غير مشجعة حيث يظهر ذلك في قولها (الحرب بتخرب البيوت) ، كما أن الصراع القائم بينهما لم ينتهي بعد حيث تقول (الأحوال هدأت ولا لاء) .

توضح الصورة في مجملها الصراع القائم مع زوجها وعدوانه السافر عليها الذي دمر حياتها .

## ـ القصة الخامسة عشر : استجابة البطاقة رقم (15)

"دي مقبرة عند الأجانب ، الأجانب يحطه عليها صليب ، واحدة تعرفها ، خاطرها مكسور ، حزينة" .

## ـ التحليل والتفسير

تعبر الصورة عن اتجاهات المفحوصة نحو شخص ميت في الماضي التي توحدت مع هذه الصورة بقولها (واحدة) وهي غالباً الشخص الذي وجه إليه العدوان في العالم الواقعي والتي قد تكون والدتها إذ أن والدها على قيد الحياة ، كما أن المفحوصة قامت بعملية إبدال\* للمشاعر الموجهة نحو أمها (إذ أن والدتها متوفاة في الواقع) التي كانت تكرهها بشدة .

تعكس القصة في مجملها علاقة المفحوصة بشخصية في الماضي قد انتهت .

\* الإبدال هو : نقل الانفعال أو العاطفة عن شيء إلى شيء آخر . (ريتشارد سوين : ١٩٧٩م ، ٣١٤)

## \_\_ القصة السادسة عشر : استجابة البطاقة رقم (16)

"ناس كانوا عايشين في الغابة ، جاء واحد غني أشتري الأرض اللي عايشين فيها بدون صكوك ، طرد أهل البيوت وقتل الحيوانات ، وطبعاً هم ما عجبهم هذا الشيء ، اشتكاهم للشرطة وحطهم في السجون بتهمة الاعتداء على الحق العام" .

\_\_ التحليل والتفسير

تصف المفحوصة حياتها وعلاقتها مع الآخرين بالوحشية التي تتصف بها حياة الغابة بما فيها من اعتداء على الآخرين بقولها (عايشين في الغابة) ، ثم تسقط ما في داخلها من علاقة مع زوجها على طبيعة هذه الحياة بعد توحد زوجها بشخصية البطل الرئيسي بقولها (واحد) ، كما تشعر بعدم الأمان في حياتها عندما تقول (بدون صكوك) ثم تستنكر ما يحدث لها وعدم رضاها عن ذلك بقولها (همه ما عجبهم) إلا أنها بالرغم من ذلك تعيش خاضعة وتشعر بأنها مقيدة كالسجينة عندما تقول (حطهم في السجون) وهذا التعبير يحمل معنى الاتهام الداخلي لأننا\* بأنه فرط في أشياء كثيرة ، ويستحق العقاب والسجن في زنازة تكفيراً عن تقصيره والسجان هو الأنا الأعلى\* الذي يقوم بدور الجلاد .

تعكس القصة في مجملها القلق والمشكلات التي تكون قد تراكت في الماضي .

## \_\_ القصة السابعة عشر : استجابة البطاقة رقم (17GF)

"دي الشمس بتشرق على منزل ريفي ، في الريف هناك ناس تطحن الحَبَ في المطاحن ، وهمه يسكنوا في البيوت الخشب ، وده ذي جسر ماء البنت خاريجة تتفرج على البحر ، وفي ناس واقفين كمان ، يعني بيتفرجوا على بعض أو على جسر الماء" .

\* الأنا هو : تعبير فرويدي يشير إلى العمليات النفسية التي تتضمن اختبار الواقع ويفكر تفكيراً واقعياً مقبولاً . (نعيم الرفاعي : ١٩٨٢م ، ١١٣)

\* الأنا الأعلى : ويمثل الضمير المحاسب الذي يتجه نحو الكمال بدلاً من اللذة وله مظهران : الضمير وهو الحاكم والأنا المثالي : وهو القيم . (نعيم الرفاعي : ١٩٨٢م

## ـ التحليل والتفسير

تعكس الصورة رغبة المفحوصة في تجديد وتغيير حياتها بقولها (الشمس بتشرق) ، كما تعكس علاقتها مع أبنيتها وتوحد الابنة بقولها (البنت) وعلاقتها مع الآخرين بقولها (ناس) ، وهذه العلاقات سلبية غير مدعمة لها و يظهر ذلك في قولها (بيتفرجوا على بعض) كما أن المفحوصة أغفلت بعض التفاصيل في المنظر التي قد لا تمثل أهمية بالنسبة لها .

توضح هذه الصورة في مجملها حاجة المفحوصة إلى تغيير حياتها في المستقبل ، ومدى ارتباطها بالآخرين وحاجتها إلى المساندة الاجتماعية المأمولة منهم .

## ـ القصة الثامنة عشر : استجابة البطاقة رقم (18GF)

"دي واحدة دايجة أو واحد على السلم والأم جالسة تفوقهم" .

## ـ التحليل والتفسير

توحدت أيضاً المفحوصة مع البطل الرئيسي (واحدة) ، والزوج مع البطل الثانوي بقولها (واحد) ويتمثل الأنا الأعلى هنا في الأم ، كما يظهر ضعف الأنا في قولها (دايجة) أي أن هناك استسلام وقهر وانحزام .

توضح هذه الصورة في مجملها حاجة المفحوصة إلى المساعدة من الآخرين وحل الصراع القائم في حياتها .

## ـ القصة التاسعة عشر : استجابة البطاقة رقم (19)

"كأنه بيوت مبنية تحت الثلج والمداخن حقتها طالعة ، والبيوت كلها مغطاة بالثلج ، وفي صرصار يدق الباب على النملة في الشتاء لما فتحت له قال لها أنا جيعان قالت ما عندي أكل قلها أنا عارف أنت عندك أكل كثير ، قالت له أنت

لو أعطيتك كل الأكل ما يكفيك أنا جمعته لنفسي مو لك أنت ما يكفيك شيء ،  
ورجع الصرصار حزين وجيعان وكان اسم الفيلم الصرصار والنملة" .

— التحليل والتفسير

تعكس القصة رغبة المفحوصة في الشعور بالأمن والاستقرار وذلك في قولها  
(بيوت مبنية تحت الثلج) ، وتوحد زوجها بالصرصار وتوحيدها هي بالنملة ، كما  
تعكس الأسلوب الذي تأمل أن تواجه به الظروف المحيطة بها في بيتها ، إذ أن  
زوج المفحوصة يفرض عليها أخذ مبلغ معين من راتبها شهرياً ، وقد لجأت هنا إلى  
السلوك التعويضي\* بقولها (ما عندي أكل) أي الرفض للطلب على الرغم من عدم  
قدرتها على ذلك في الواقع الفعلي ، ومن ثم تعكس القصة رغبتها في الرفض  
لمتطلبات الزوج ، كما أن الباب رمزاً لاعتماد زوجها عليها بقولها (يدق الباب) .  
توضح هذه الصورة في مجملها رغبة المفحوصة في الإحساس بالراحة وعدم  
رضاها عن بعض السلوكيات التي تصدر منها .

— القصة العشرون : استجابة البطاقة رقم (20)

"واحد ماركوز على عامود لابس جاكيت وقبعة ، عواطلي ، سُكرجي ، مَطْرود  
من بيته ما عنده بيت بيرتكر على عامود" .

— التحليل والتفسير

توحد الزوج هنا مع البطل الرئيسي للقصة الذي يتضح بقولها (واحد) وتعكس  
القصة صفات سيئة للبطل واعتماديته المطلقة ، ورغبتها في عدم الحياة معه بقولها  
(مَطْرود من بيته) .

تعكس القصة في مجملها علاقة المفحوصة بزوجها والمشكلات التي تشغل معظم  
تفكيرها ، ونزعاتها العدوانية تجاهه ، كما أنها تعكس شعورها بالوحدة .

\* التعويض هو : رد فعل يكون القصد منه الظهور بصفة ما بغية نفيها عن صفة أخرى . (نعيم الرفاعي : ١٩٨٢م ، ١٦٠)

— ملخص نهائي لشخصية الحالة ودينامياتها

— استجابات القصص قصيرة وموجزة ، ويميل فيها الأسلوب إلى الاكثاب وذات  
نمايات حزينة .

— تنوع أبطال القصص من رئيسي إلى ثانوي .

— استمرار توحد المفحوصة مع البطل الرئيسي في معظم القصص بقولها (واحدة) .

— ظهور مصادر صراع متعددة أبرزها مع الزوج ، مع الفشل في معظم  
الاستجابات عن حل الصراع .

— ظهور ميكانيزمات دفاع متعددة مثل الكبت والإسقاط والتوحد ، ورد الفعل  
العكسي والتعويض .

— شيوع مشاعر الوحدة ونقص المساندة الاجتماعية .

— احتياجات نفسية مختلفة أهمها الحاجة إلى العقاب والاستتجاد بالغير .

— سوء التوافق النفسي والاجتماعي .

— شيوع انفعال الحزن والترعة إلى إظهار العداوة بصورة مقنعة .

هذا وقد حصلت المفحوصة على (٨٤) درجة على قائمة كورنل للنواحي  
العصائية والسيكوسوماتية ، وتشير هذه الدرجة على معاناتها من مستوى شديد من  
الاضطراب السيكوسوماتي (أنظر جدول رقم ١٤) .

نستنتج من ذلك وجود بعض العلامات الدالة على اضطراب الصحة النفسية

للمفحوصة مثل :

— تصوير بعض الشخصيات والمواقف تصويراً غير سوي .

— عدم تناسق بعض القصص انفعالياً .

— البعد عن الواقعية في فهم بعض المواقف .

— بيئة اجتماعية غير ودودة وعلاقات اجتماعية غير مدعمة من قبل الآخرين .

— الحاجة إلى المساندة الاجتماعية من الزوج والآخرين .

## دراسة الحالة رقم (٢)

"المرتفعة في المساندة الاجتماعية"



أولاً : البيانات العامة

— الاسم : (أ.ح)

— العمر : (٤٤) سنة .

— الترتيب بين الأخوة والأخوات : (٢)

— المستوى التعليمي : جامعية .

— المهنة : وكيلة مدرسة .

ثانياً : بيانات عن الأسرة

— وظيفة الأب : تاجر .

— المستوى التعليمي : ثانوي .

— على قيد الحياة ( ) نعم (✓) لا

— وظيفة الأم : ربة منزل .

— المستوى التعليمي : الابتدائية

— على قيد الحياة (✓) نعم ( ) لا

— حوادث الطلاق أو الانفصال التي حدثت في الأسرة مباشرة وعمر المفحوصة في

كل منهما :

لا يوجد .

— حوادث الزواج للمرة الثانية أو أكثر التي حدثت في الأسرة وعمر المفحوصة في

كل منهما :

لا يوجد .

— قصة مرض عائلي :

ربو وحساسية (✓) ضغط الدم ( )

سكري ( ) أمراض عائلية أخرى ( )

— عدد أفراد الأسرة : (٥) (الزوج وابن ، وابنتين والمفحوصة)

بيانات عن الأخوة وأفراد آخرون يعيشون مع المفحوصة في الأسرة

الرقم	الاسم	صلة القرابة	العمر	الحالة الاجتماعية	التعليم	المهنة
١	ع.ح	أخ	٥٠	متزوج	ثانوي	تاجر
٢	ك.ب	أم	٦٥	متزوجة	الابتدائية	ربة منزل
٣	ز.ب	حالة	٦٤	متزوجة	الابتدائية	ربة منزل
٤	ر.ع	ابنة خالة	٣٨	غير متزوجة	جامعية	بدون

ثالثاً : الحالة الاقتصادية

— متوسط دخل الأسرة : (١٠٠٠٠) ريال مصدر الدخل : الأعمال الحكومية ، بعض الممتلكات

— نوع السكن : ملك (✓) إيجار ( ) غرفة ( ) شقة ( ) فيلا (✓)

منزل مستقل (✓) غير مستقل ( )

— الأجهزة الكهربائية والإلكترونية الموجودة في المنزل :

الضرورية فقط ( ) الكماليات (✓)

— الرحلات والسفر : داخل المملكة ( ) خارج المملكة (✓)

متكررة (✓) غير متكررة ( )

— يوجد خادمة للأسرة : نعم (✓) لا ( ) سائق : نعم (✓) لا ( )

رابعاً : التاريخ الشخصي

— عمر الأم عند الميلاد : (٢٠) سنة حالة الأم الصحية أثناء الحمل : جيدة

— هل حدثت اضطرابات أثناء الولادة ، ما نوعها : تعثر الولادة بسبب نزول الطفلة أثناء الولادة برجليها .

— نوع تغذية المفحوصة بعد الولادة : رضاعة طبيعية (✓) غير طبيعية ( )

تنشئة المفحوصة : في العائلة (✓) مع الأقارب ( ) في أحد دور الرعاية ( )

في مؤسسة ( ) في بيت الحضانة ( ) في أسرة بديلة ( )

خامساً : التاريخ التعليمي

— سن دخول المدرسة : (٧) سنوات

\_\_ استجابتها للخبرة المدرسية الأولى ومدى تكيفها : لديها رغبة جادة في التعليم .

### سادساً : التاريخ المهني

\_\_ الأعمال السابقة التي شغلتها المفحوصة والسبب في تركها : لا يوجد .

\_\_ نوعية العمل الحالي وواجباته : وكالة مدرسة تقوم بالأعمال الإشرافية والإدارية.

\_\_ دخل المفحوصة ورضاها عنه: (١٣٠٠٠) ريال (راضية) (✓) (غير راضية) ( )

\_\_ التدريب السابق على المهنة : لا يوجد .

\_\_ علاقتها برئيستها المباشرة : ممتازة .

\_\_ علاقتها برفيقاتها في العمل : ممتازة .

\_\_ صعوبات العمل : أداء بعض الأعمال غير المكلفة بها رسمياً ، وبذل الجهود

المادي والجسدي مما يؤدي إلى ضيق الوقت المتاح للأبناء .

\_\_ أخطار العمل ومساوئه : التعامل مع سلوكيات غير مرغوب فيها من بعض

الطالبات وأولياء الأمور .

\_\_ مدى رضا المفحوصة عن العمل الذي تقوم به وقناعتها وتكيفها :

راضية (✓) غير راضية ( )

\_\_ المشكلات المهنية التي تعاني منها : إجبار الموظفة على أداء بعض المهام دون

التفاهم معها .

### سابعاً : التاريخ الاجتماعي

\_\_ علاقة المفحوصة بكل من :

\_\_ أعضاء أسرتها : ممتازة .

\_\_ جيرانها : ممتازة .

\_\_ أقرانها : ممتازة .

\_\_ هل أقرانها من نفس الجنس : من الجنسين (إناث وذكور) .

\_\_ هل يتسمون بالهدوء أم بالمشاكسة : الهدوء .

ثامناً : البيانات الجسمية والطبية

\_ الطول (١٦٠) سم الوزن (٧٥) كيلو

\_ علامات فارقة (لا يوجد)

\_ التاريخ الطبي الشخصي : حساسية في الجيوب الأنفية .

تاسعاً : ملاحظات على سلوك الحالة

(✓)	مجتهدة	( )	كسولة
(✓)	هادئة	( )	كثيرة الحركة
( )	غير مهتمة	(✓)	مهتمة
(✓)	متكلمة	( )	صامتة
(✓)	ودودة	( )	مشاكسة
(✓)	متعاونة	( )	متمردة
(✓)	نشيطة	( )	متعبة دائماً
(✓)	اجتماعية	( )	منعزلة

ملخص تاريخ الحالة :

طفولة سعيدة بدرجة كبيرة وعلاقات ممتازة مع الوالدين والأبناء ، دراسة مراحل التعليم المختلفة دون مشكلات وتقبل كامل ، مراهقة سعيدة ، الزواج في سن مبكرة ، حياة غير مستقرة مع الزوج ، سفر الزوج للعمل خارج البلاد ، غيابه لفترات طويلة عنها وعن أبنائه ، إنجاب ثلاثة أطفال (بتتان وولد) ، تحمل مسؤولية نفسها وأبنائها منذ وقت مبكر ، تعيش في منزل والديها مع بعض أفراد العائلة المقيمين مع أسرهما ، زواج زوجها بامرأة أخرى تعيش معه خارج المملكة ، وجود الزوج فترات قصيرة معها خلال السنة ، الحياة شبه منفصلة ، علاقات اجتماعية قوية ومتبادلة مع الآخرين ، عدم مراجعة الحالة طبيب نفسي .

- عاشراً : الاختبارات النفسية والمقاييس الإكلينيكية التي استخدمت مع الحالة :
- \_\_ مقياس المساندة الاجتماعية وحصلت فيه على (٣٦٤) درجة ، حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (٥٤\_٤٠٥) درجة .
- \_\_ مقياس الضغوط النفسية وحصلت فيه على (٤٦٠) درجة ، حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (١٨٥\_٩٢٥) درجة .
- \_\_ قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية وحصلت فيه على (٣٦) درجة حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذا المقياس من (صفر\_٢٢٣) درجة .
- \_\_ الاختبارات الإسقاطية التي طبقت على الحالة :
- اختبار تفهم الموضوع (T.A.T) وذلك على النحو الآتي :

\_\_ تحليل استجابات الحالة على اختبار تفهم الموضوع (T.A.T)

\_\_ القصة الأولى : استجابة البطاقة رقم (1)

"ده يفكر انه كيف يستخدم الآلة الموسيقية ، يريد أن يعزف عليها" .

\_\_ التحليل والتفسير

يبرز في القصة مفهوم المفحوصة عن ضرورة التفكير وأهمية الرغبة في التعلم ، إذ أن بعض من أبنائها مازالوا في مرحلة تعليم ، كما تعبر عن حياة هادئة إلى حد كبير بقولها (الآلة الموسيقية) إذ أن الكمان لفت انتباهها ، وهو من الآلات الموسيقية الهادئة في عزفها .

القصة في مجملها تعبر عن حياة المفحوصة وطبيعة علاقتها مع أبنائها .

\_\_ القصة الثانية : استجابة البطاقة رقم (2)

"دي بنت شكلها عندها مشكلة أو حزينة ، طالبة جامعية بتفكر في مستقبلها ،

تنظر إلى الحياة ، ماذا سوف يواجهها" .

## ـ التحليل والتفسير

أسقطت المفحوصة المعاناة الداخلية لابنتها الكبرى في الواقع على البطل الرئيسي للقصة بقولها (بنت) ، كما أنها تعكس إحساس الأم بمعاناة الابنة بقولها (عندها مشكلة أو حزيمة) إذ أن ابنتها تعاني فعلاً من بعض المشكلات ، كما أنها طالبة ويستغرق التفكير في مستقبلها كثيراً من وقتها ، ويبدو أن المفحوصة تهتم بالتفكير في المستقبل بقولها (تنظر إلى الحياة) وتميل إلى الواقعية ، إلا أن المفحوصة أغفلت ذكر بعض التفاصيل (صورة الرجل ، المرأة الأخرى) ويعبر هذا عن تجاهلها لها إذ أن زوج المفحوصة يعمل في بلد آخر ومتزوج بامرأة أخرى .

توضح القصة في مجملها علاقة المفحوصة بأسرتها ، وبصفة خاصة ابنتها الكبرى التي تشاركها التفكير والمشاعر والضغوط التي تواجهها .

## ـ القصة الثالثة : استجابة البطاقة رقم (3GF)

"دي واحدة شكلها عندها مشكلة كبيرة جداً ومختارة وقعت فيها ومش عارفة تتخلص منها ، وحاسة أنها وحيدة لا يوجد أحد يساعدها فيها" .

## ـ التحليل والتفسير

تسوّدت المفحوصة هنا بالبطل الرئيسي للقصة بقولها (واحدة) وهي تعاني من مشكلة خاصة تؤثر عليها ، ويتضح ذلك في قولها (مشكلة كبيرة ، وقعت فيها) كما أن هذه المشكلات لم تحل بقولها (مش عارفة تتخلص منها) وهي تشعر بعدم وجود من يساندها في حلها إذ يتضح ذلك بقولها (وحيدة) ، لا يوجد أحد يساعدها) وهي تشعر بذلك بسبب غياب زوجها عنها ولمدة غير قصيرة إذ أن الزوج بالنسبة للمرأة من أهم مصادر المساندة الاجتماعية ، ويتضح ذلك أيضاً في إغفال المفحوصة عن ذكر صورة الباب الذي يعبر عن الحماية والطمأنينة والسند الذي تفتقده وهي في حاجة ماسة إليه ، كما أن والد المفحوصة متوفى .

توضح هذه القصة في مجملها حاجة المفحوصة إلى المساندة الاجتماعية من الزوج التي تساعدها في مواجهة ما تتعرض له من ضغوط تعاني منها .

#### \_\_ القصة الرابعة : استجابة البطاقة رقم (4)

"همه الاثنين يحبه بعض بس شكل الراجل متمرّد ، يحاول بصرفها عنه بس هي بستحاول تقرأ ما في وجهه من تعبير لكي توصل للحاجة اللي في رأسه علشان توصل للشيء الذي ترتاح له ، وهو بيطنشها" .

#### \_\_ التحليل والتفسير

أسقطت المفحوصة مشاعرها الداخلية على القصة التي تعبر بها عن علاقتها مع زوجها بقولها (همه الاثنين) ، وهي تعبر عن حبها له بقولها (يحبه بعض) أي أنها مازالت تحبه رغم بعده عنها ، ولكنها تصفه بالعصيان وعدم الطاعة ، وهذا يوضح الصراع الذي تعيشه بين الحب والكره لأنه لم يكن أهلاً لحبها ، كما أن لها رغبة شديدة في معرفة حُبّه لها الذي يتضح من (تقرأ ما في وجهه من تعبير) وكذلك طريقة تفكيره وفيما يخطط ، بقولها (توصل للحاجة اللي في رأسه) إذ أنها تشعر بعدم الراحة نتيجة عدم وضوحه معها وبعده عنها ، كما أن المفحوصة أغفلت عن ذكر بعض التفاصيل كصورة المرأة العارية وهذا قد لا يتوافق مع قيم ومبادئ المفحوصة أو يعبر عن تجاهلها لها لأنها قد تمثل لزوجها شيء ما .

توضح هذه القصة في مجملها علاقة المفحوصة بزوجها وبعض مشكلات عدم التوافق الزوجي .

#### \_\_ القصة الخامسة : استجابة البطاقة رقم (5)

"شكلها أم يمكن يكون عندها معاناة مع أولادها ، تطمئن عليهم ، بتعمل حاجة مطلوبة من كل أم ، قلقانة على بيتها وأولادها" .

## ـ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة هنا مع البطل الرئيسي للقصة بقولها (شكلها أم) ، كما أنها تشعر بضغط نفسي شديدة من تربية أبنائها نتيجة غياب الأب وتحملها المسؤولية بالإضافة إلى مسؤوليتها كأمراة عاملة ويتضح ذلك من قولها (معاناة مع أولادها) ولكن مع ذلك تشعر بحبها لأبنائها ورغبتها في الاطمئنان عليهم ، كما أنها تشعر بنوع من الملل من حياتها المرتبطة بالروتين بقولها (تعمل حاجة مطلوبة) ، ويبرز هنا الصراع بين حياتها الروتينية وبين مسؤوليتها في تربية أولادها الذي يتضح في قولها (قلقانة) .

توضح هذه القصة في مجملها معاناة المفحوصة من الضغوط النفسية التي تواجهها ورغبتها في المحافظة على بيتها وأولادها .

## ـ القصة السادسة : استجابة البطاقة رقم (6GF)

"يعتبر أبوها وهو جالس معها يوجه لها عتاب أو أنها عملت حاجة ويحاول يخليها تعيد حساباتها وتفكر فيها مرة ثانية ، نصيحة ، توجيه ، عتاب" .

## ـ التحليل والتفسير

البطل الرئيسي هنا هو (أبوها) ذكرت المفحوصة لفظ (أبوها) ولم تذكر (الأب) أو (الوالد) إذ أن لفظ (أبوها) أعم وأشمل من الوالد لأن (الأب) يلد ، يربي ، ويرعى وهذا طرح إيجابي من المفحوصة تجاه أبيها ، وقد ذكرت لاشعورياً رغبتها في الانتساب إليه بقولها (أبوها) للتعريف والتأكيد ، كما أنها استمرت في الطرح الإيجابي نحوه في قولها (جالس معها) وهي تعبر عن حاجتها إلى حنان الأب ، رعايته ، اهتمامه ، حمايته ، كما تؤكد على حاجتها للإحساس بالأمن والطمأنينة منه هو على وجه الخصوص بقولها (يخليها تعيد حساباتها وتفكر فيها) وهذا يظهر



تأثير الجانب العقلي في تفكيرها ، ثم تعود لتأكيد حاجتها إلى الأب بقولها (نصيحة ، توجيه ، عتاب) .

توضح القصة في مجملها حاجة المفحوصة إلى المساندة الاجتماعية من أبيها على وجه الخصوص ، مهما كان رأيه بالرغم من فقدانها له في الواقع إذ أنه متوفى ويظهر ذلك في قولها (يعتبر أبوها) .

### \_ القصة السابعة : استجابة البطاقة رقم (7GF)

"البنت مع أمها بس واضح أن البنت ليست مطيعة ، والأم تحاول تقرأ لها شيء والبنت ليست مع الأم ، يعني في معاناة من الأم تجاه البنت لأنها ليست من المطيعات" .

### \_ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة هنا بصورة الأم بقولها (أمها) وابتتها بصورة (البنت) ثم تصف أبنيتها بالتمرد على مطالب أمها وعدم الاستجابة لها خاصة في النواحي التعليمية بقولها (تقرأ) إلا أن الابنة شاردة الذهن ، مما يسبب ضيق الأم ومعاناتها من هذه الابنة .

توضح هذه القصة في مجملها علاقة المفحوصة مع أبنيتها وشعورها ومعاناتها من ضغوط الأبناء ، خاصة في غياب الزوج الأمر الذي يزيد من معاناتها .

### \_ القصة الثامنة : استجابة البطاقة رقم (8GF)

"هذه واحدة محتارة في حاجة ، بتفكر فيها ، قلقه ، بتفكر تفكير عميق ، عندها مشكلة الله أعلم" .

## ـ التحليل والتفسير

توحدت المفحوصة هنا أيضاً بالبطل الرئيسي للقصة بقولها (واحدة) للدلالة على التنكير وأنها ليست (بنت) ثم أسقطت حالتها النفسية عليها ، وذلك بما في داخلها من حيرة وتردد وتفكير مستمر يصحبه القلق الذي يعبر عن تأثير الحالة النفسية على صحتها ، كما أن تأثير الجانب العقلي يبدو ظاهراً في تفكيرها بتكرار قولها (بتفكر) ، ثم ما لبثت أن أنكرت\* وجود المشكلة بقولها (الله أعلم) وهذا يدل على وجود صراع تعاني منه المفحوصة الذي يظهر في تناقض قولها (عندها مشكلة ، الله أعلم) .

توضح القصة في مجملها معاناة المفحوصة من مشكلة تشغل حيز كبير من تفكيرها تشعرها بالضغط النفسي مما قد يؤثر على حالتها الصحية .

## ـ القصة التاسعة : استجابة البطاقة رقم (9GF)

"هذه البنت اللي تحت تحاول أن تهرب من البيت ، المدرسة ، المههم تهرب من وضعها واللي فوق تحاول تراقب تصرفات اللي تحت ، المههم بتتجسس عليها" .

## ـ التحليل والتفسير

توحدت إحدى الابنتين للمفحوصة مع البطل الرئيسي للقصة بقولها (البنت) وهي تؤكد على ذلك بقولها (من البيت ، المدرسة) ، ثم تلجأ المفحوصة هنا إلى حيلة الإثبات والتأكيد لنفي الشك لها وللآخرين في قولها (تهرب) ، (المههم تهرب) أي أن الابنة تعاني من شيء ما في حياتها تحاول الهروب منه ويظهر ذلك في قولها (تهرب من وضعها) ، والمفحوصة كأم تحاول أن تلاحظ وتراقب ابنتها دون معرفة الابنة ويتضح ذلك في قولها (بتتجسس عليها) .

\* الإنكار هو : نكران الواقع الذي يسبب وجود القلق والتوتر لدى الفرد . (نسيم الرفاعي : ١٩٨٢م ، ١٥٤)

يتضح من مجمل القصة معاناة الابنة أيضاً من بعض الضغوط النفسية التي تتعرض لها ، كما أن الأم عاجزة عن مساعدتها وتكفي بمتابعة وملاحظة الابنة وقد يكون ذلك بسبب غياب الأب لفترات طويلة عن أسرته .

#### \_\_ القصة العاشرة : استجابة البطاقة رقم (10)

"قبلة حنان ، احترام ، عاطفة ، محتاجة حنان ، متعطشة لهذه العاطفة" .

\_\_ التحليل والتفسير

أسقطت المفحوصة على هذه القصة حاجتها إلى مشاعر الحب والحنان ثم أكدت على حاجتها إليها بقولها (محتاجة) ، (متعطشة) أي أنها مفتقدة بشكل كبير لهذه النوعية من المشاعر والعاطفة التي قد تكون غالباً من الأب المتوفى بالنسبة للمفحوصة أو من زوجها الغائب عنها .

توضح هذه القصة في مجملها حاجة المفحوصة إلى المساندة العاطفية من الزوج التي تفتقدتها بصورة كبيرة جداً .

#### \_\_ القصة الحادية عشر : استجابة البطاقة رقم (11)

"شكّلها صخور وفيها ثعبان يحاول يطلع ، منظر يخوف ليس مريح ، فيه حشرات ، المهم لا تجلسي فيه لوحدك" .

\_\_ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة أن المفحوصة تحذر من شخص معين توحد مع البطل الرئيسي بقولها (ثعبان) ، كما أنها تشعر بعدم الراحة بصفة عامة في حياتها ويظهر ذلك في قولها (ليس مريح) ، وتتضح رغبة المفحوصة في عدم الوحدة الذي تؤكد عليه بالنفي القاطع بقولها (لا تجلسي فيه لوحدك) الأمر الذي يؤكد رغبتها في وجود الآخرين معها في حياتها .

توضح هذه القصة في مجملها رغبة المفحوصة في الشعور بالأمن والاطمئنان في حياتها التي لا تخلو من وجود الآخرين ، وهذا يؤكد على أهمية المساندة الاجتماعية في حياة المرأة .

### ـ القصة الثانية عشر : استجابة البطاقة رقم (12F)

"دي البنت تحاول تتخذ قرار ، بتفكر ، ومعها أمها بتشوفها وقلقانة على بنتها تبغى تشوف أيش النهاية" .

#### ـ التحليل والتفسير

توحدت هنا أيضاً إحدى بنات المفحوصة بالبطل الرئيسي للقصة بقولها (البنت) التي تعاني من صعوبة اتخاذ قرار في موضوع ما ، وأن هذا الأمر يحتاج إلى مدة طويلة بقولها (بتفكر) أي أن القرار صعب يحتاج إلى تفكير ، ويبدو أنها لم تتخذ القرار فعلاً وهذا يظهر في قولها (تحاول) ، وتظهر هنا العلاقة القوية بين الأم وأبنتها إذ أنها تشاركها قراراتها وتفكيرها وتتابع أبنيتها ، كما أن ذلك يؤثر على صحة الأم بقولها (قلقانة) من عدم اتخاذ القرار الذي يتضح في قولها (تبغى تشوف أيش النهاية) .

توضح هذه القصة في مجملها العلاقة الاجتماعية القوية بين الأم وابنتها إذ أنها تشارك ابنتها في كل ما تتعرض له في حياتها .

### ـ القصة الثالثة عشر : استجابة البطاقة رقم (13MF)

"جريمة لا ، احتمال تكون زوجته بتعاني ، وهو مهموم ، عندها مرض وهو لا يوصل إلى علاج" .

## ـ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة تجاهل المفحوصة التام للاتجاهات الجنسية التي تحملها تفاصيل الصورة ، وتصفها بالجريمة ثم تستنكر ذلك بقولها (جريمة لا) وهذا يدل على وجود صراع قائم ، كما أنها تعاني من ضغوط نفسية التي تتضح من قولها (بتعاني) ، وهو يشعر بمعاناتها التي تظهر من قولها (وهو مهموم) ، كما أنه قد يكون هو السبب في معاناتها لأنها تتهمه بعدم مساعدتها بقولها (وهو لا يوصل إلى علاج) .

توضح هذه الصورة طبيعة العلاقة بين المفحوصة وزوجها وعدم مشاركته لها فيما تعاني من ضغوط نفسية .

## ـ القصة الرابعة عشر : استجابة البطاقة رقم (14)

"كأنه يحاول يهرب من مشكلة ، يينظر في الفضاء اللامحدود ، ييفكر ، يحاول ينظر ، غير واضح المكان" .

## ـ التحليل والتفسير

تشير هذه الصورة إلى أن هناك مشكلات تشغل بطل القصة الذي قد يكون زوج المفحوصة إلا أنه يحاول أن يهرب منها وهذا يظهر في قولها (يهرب من مشكلة) ، كما أنها تعكس نظرتة وآماله في الحياة وتفكيره في التخطيط للمستقبل بقولها (يينظر) ، (ييفكر) وهذه الأمور غير واضحة بالنسبة لها حيث يظهر ذلك من قولها (غير واضح) .

توضح هذه القصة في مجملها طموح المفحوصة وتنظيم تخطيطها .

### ـ القصة الخامسة عشر : استجابة البطاقة رقم (15)

"هذه شكلها مدافن ، بتوري عمل الإنسان ، شكله سيئ ، أي عمل الإنسان اللي مو كويس ، هذا يذكرنا بالآخرة" .

ـ التحليل والتفسير

تستير هذه الصورة انفعالات المفحوصة عن الموت بقولها (شكلها مدافن) ، حيث أنها تعكس الاتجاه الديني لها في هذا الموقف ، وقد توحد الإنسان بصفة عامة مع السبطل الرئيسي للقصة بقولها (الإنسان) ، وهي توضح أن الإنسان لا يكون سيئ ولكن تصرفاته السيئة ، حيث يظهر ذلك في قولها (عمل الإنسان اللي مو كويس) .

توضح هذه الصورة الاتجاه الديني للمفحوصة عن عمل الإنسان في الدنيا وارتباط ذلك بالآخرة .

### ـ القصة السادسة عشر : استجابة البطاقة رقم (16)

"أتحيل هنا أني أشوف مستقبل أبنائي ، بنتي الكبيرة تتزوج وتكون سعيدة في بيت زوجها ، ولها وظيفة حلوة ، وبنتي الأصغر تكون متفوقة في دراستها ، وكمال ابني يتزوج ويكون له وظيفة كويسة يعني كله بخصوص أبنائي ، هذا هو ما يهمني" .

ـ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة آمال المفحوصة وتطلعاتها في المستقبل لأبنائها الثلاثة ، وجميعها آمال سعيدة ومناسبة لاحتياجات أبنائها ، كما أنها توضح أن مستقبل أبنائها هو أهم ما يشغل تفكيرها بقولها (هذا هو ما يهمني) .

توضح هذه الصورة في مجملها أن هناك علاقة قوية بين الأم وأبنائها ، كما أنها تعكس طموحات وتطلعات المفحوصة في المستقبل .

\_\_ القصة السابعة عشر : استجابة البطاقة رقم (17GF)

"هذا كأنه منظرين وليس واحد ، يمكن نقول أنه الصراع الذي في نفس الإنسان لأن الذي فوق شمس مشرقة ، نظرة حلوة ، لكن الذي تحت يعطي شعور بالخوف والاضطراب ، يعني كأنه الليل والنهار" .

\_\_ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة نظرة المفحوصة للحياة بأن لها جانبيين مختلفين تماماً ، وأن الإنسان يعيش في صراع مستمر بين هذين الجانبين الأول سعيد ومشرق ، والثاني مضطرب مظلم يشعره بالخوف ، ثم وصفته كتعاقب الليل والنهار .  
توضح هذه الصورة في مجملها أن المفحوصة على الرغم من شعورها بالسعادة في حياتها إلا أنها متخوفة مما يخفي لها الزمن .

\_\_ القصة الثامنة عشر : استجابة البطاقة رقم (18GF)

"غير واضحة ، يمكن بنت بتحاول أنها تفتح قلبها لأمها تبغى أحد يساعدها ، يسمعها ، وتعبير وجهها غير مريح" .

\_\_ التحليل والتفسير

تستتكر المفحوصة العدوان الظاهر في الصورة بقولها (غير واضحة) ، وقد توحدت إحدى ابنتيها بالبطل الرئيسي للقصة بقولها (بنت) ، وتوحدت هي مع البطل الثانوي للقصة بقولها (لأمها) ، وتعكس هذه الصورة حاجة الابنة إلى العاطفة من أمها التي تظهر في قولها (تفتح قلبها لأمها) وإلى المساندة الاجتماعية من الآخرين أيضاً بقولها (تبغى أحد يساعدها) إذ أنها تعاني من شيء ما يزعجها الذي يتضح من قولها (تعبير وجهها غير مريح) ، وقد أغفلت المفحوصة بعض التفاصيل مثل صورة الباب الذي يعبر عن السند الذي تفتقده البطلتين وهو زوج المفحوصة وأب البنت .

توضح الصورة في مجملها العلاقة الإيجابية بين المفحوصة وابنتها وحاجة الابنة إلى المساندة .

### \_ القصة التاسعة عشر : استجابة البطاقة رقم (19)

"هذا شتاء ، الشتاء معناه أنه تحاولي تستعدي وشمسي مع الجو البارد ، الإنسان يستكن في الشتاء ، هدوء ، لا يوجد صخب" .

#### \_ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة طبيعة حياة المفحوصة التي تحاول أن تستعد لما سوف يسواجهها وتأقلم نفسها مع حياتها بقولها (شمسي مع الجو) كما أنها توضح افتقادها للعواطف ، حيث يتضح ذلك من قولها (البارد) ثم تصف حياتها بالرغم من ذلك بالطمأنينة ، والهدوء ، وعدم الانزعاج .

يتضح من القصة في مجملها قدرة المفحوصة على التعامل مع ما هو جديد وغير مألوف ، ومسيرتها لأمر حياتها .

### \_ القصة العشرون : استجابة البطاقة رقم (20)

"يمكن إنسان خائف من المجهول ، المستقبل ، واقف مضطرب يفكر كثير ، غير مرتاح ، غير مطمئن ، شكله يجب الوحدة ، غير اجتماعي" .

#### \_ التحليل والتفسير

تعكس هذه الصورة تفكير المفحوصة في مستقبلها وخوفها مما يحمله المستقبل لها بقولها (خائف من المجهول) ، كما أن التفكير يشغل حيزاً كبيراً من وقتها ويبدو هذا في قولها (يفكر كثير) ، وهناك شعوراً بعدم الاطمئنان والراحة ، واستنكاراً لحب الوحدة الذي يتضح من قولها (شكله يجب الوحدة) أي أن الوحدة غير مرغوبة بالنسبة لها .



توضح الصورة في مجملها علاقة المفحوصة ببيئتها والمشكلات التي تشغل معظم تفكيرها ، كما تستنكر حُب الوحدة ، والبعد عن العلاقات الاجتماعية .

\_\_ ملخص نهائي لشخصية الحالة ودينامياتها

\_\_ استجابات القصص قصيرة ، موجزة .

\_\_ تنوع أبطال القصص من رئيسي إلى ثانوي .

\_\_ توحد المفحوصة أحياناً مع البطل الرئيسي بقولها (واحدة) .

\_\_ الزوج هو المصدر الرئيسي للصراع .

\_\_ ظهور بعض من ميكانيزمات الدفاع مثل الكبت والإسقاط والتوحد .

\_\_ احتياجات نفسية مختلفة أهمها الحاجة إلى الحب والعاطفة .

\_\_ التوافق النفسي والاجتماعي بدرجة كبيرة .

هذا وقد حصلت المفحوصة على (٣٦) درجة على قائمة كورنل للنواحي

العصائية والسيكوسوماتية ، وتشير هذه الدرجة على معاناتها من مستوى خفيف

من الاضطراب السيكوسوماتي (أنظر جدول رقم ١٤) .

نستنتج من ذلك وجود علامات كثيرة دالة على الصحة النفسية مثل :

\_\_ تصوير الشخصيات والمواقف تصويراً طيباً .

\_\_ معظم القصص متناسقة انفعالياً .

\_\_ تميل إلى الواقعية في فهم المواقف ، والتفكير بعمق قبل اتخاذ القرارات .

\_\_ بيئة اجتماعية ودودة ، علاقات اجتماعية مدعمة ومتبادلة من قبل الآخرين .

\_\_ الحاجة إلى المساندة الاجتماعية من الزوج على وجه الخصوص .

## "الفصل السادس"

### "توصيات ومقترحات وملخص الدراسة"

أولاً : توصيات الدراسة

ثانياً : مقترحات الدراسة

ثالثاً : ملخص الدراسة

## أولاً : توصيات الدراسة

في ضوء نتائج الدراسة الحالية توصي الباحثة بالآتي :

- ١\_ التأكيد على أهمية دور المساندة الاجتماعية للمرأة المتزوجة العاملة في التخفيف من الضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية .
- ٢\_ زيادة فاعلية المساندة الاجتماعية للمرأة المتزوجة العاملة من قبل الزوج والأسرة والأصدقاء حتى يتسنى لها ممارسة حياتها بفعالية أكبر .
- ٣\_ الاهتمام بالخدمات النفسية الاجتماعية للمرأة المتزوجة العاملة باعتبارها عنصر هام وفعال له تأثير في المجتمع .
- ٤\_ أهمية تواجد مرشدة دينية في الأماكن الخاصة بعمل المرأة لتقوية الوازع الديني لديها من خلال تعميق الإيمان بقضاء الله وقدره .
- ٥\_ أهمية معرفة المرأة نوعية الضغوط التي تعاني منها ومدى تأثيرها فيها ، مما يؤدي إلى زيادة قدرتها على السيطرة عليها والتخفيف من الآثار الناجمة منها .
- ٦\_ أهمية رضا المرأة عن العمل الذي تقوم به والولاء له والتمتع به .
- ٧\_ زيادة مدة إجازة الأمومة للمرأة المتزوجة العاملة .
- ٨\_ ضرورة تقبل المرأة المتزوجة العاملة للأزمات والشدائد ، ومحاولة التعامل معها وإيجاد الحلول المناسبة .
- ٩\_ زيادة الثقة بالنفس والقدرة على التحكم بالذات عند مواجهة الضغوط النفسية لاتخاذ القرارات والحلول المناسبة ، مما يخفف من الآثار السلبية للضغوط ويجعلها في أدنى حد ممكن .
- ١٠\_ الواقعية في تحديد الأهداف والطموحات التي تتناسب مع قدرات وإمكانيات المرأة المتزوجة العاملة ، حتى لا تصاب بالفشل والإحباط نتيجة ذلك .

## ثانياً : مقترحات الدراسة

- ١\_ إعادة إجراء هذه الدراسة على عينات مختلفة وفي مناطق أخرى من المملكة العربية السعودية .
- ٢\_ إجراء دراسة تكشف عن ديناميات الشخصية لدى النساء السعوديات المتزوجات العاملات .
- ٣\_ إجراء دراسة توضح أنواع ضغوط العمل التي تعاني منها النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مهنة معلمة وطبيبة وممرضة على وجه الخصوص .
- ٤\_ إجراء دراسة توضح علاقة الضغوط النفسية التي تعاني منها النساء السعوديات المتزوجات العاملات بالاضطرابات السيكوسوماتية .
- ٥\_ إجراء دراسة توضح علاقة المستوى الاقتصادي الاجتماعي للنساء السعوديات المتزوجات العاملات في المساندة الاجتماعية بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية .

## ثالثاً : ملخص الدراسة

### ١\_ ملخص الدراسة باللغة العربية

**عنوان الدراسة :** المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة .

**مقدمة الدراسة :** تعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه بعد لجوئه إلى الله سبحانه وتعالى عندما يشعر أن هناك ما يهدده وأن طاقته قد استنفذت وأجهدت وأنه يحتاج إلى مدد وعون من خارجه ، ولقد أهتم بها الباحثون بعد ما لاحظوه من آثار هامة لها في

مواقف الشدة والإجهاد النفسي ، وما تقوم به من تخفيف لنتائج الضغوط والمواقف الصعبة والمعاناة النفسية .

مشكلة الدراسة : بعض الأشخاص لا يحتفظون بصحتهم الجسمية وسلامة أدايتهم النفسي عند تعرضهم للضغوط النفسية مما يؤدي إلى ضرورة الاهتمام بمصادر مقاومة الضغوط النفسية مثل المساندة الاجتماعية .

أهداف الدراسة : تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأنواع المختلفة للضغوط النفسية التي تتعرض لها عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ، ونوع العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ، ومعرفة الفروق بين ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية وذلك في درجتين على مقياس الضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية ، ومعرفة الفروق في المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة في ضوء متغيرات العمر وعدد الأبناء والمهنة والخبرة ، ودراسة الاستجابة لحالتين من الحالات الطرفية (المرتفعة\_المنخفضة) في المساندة الاجتماعية ، ووصف الصورة النفسية لكل منهما على بطاقات (T.A.T) .

أهمية الدراسة : أهمية دور المساندة الاجتماعية للمرأة السعودية المتزوجة العاملة خاصة من الزوج والأسرة وجماعة الرفاق وزميلات العمل .

تصميم الدراسة : تعتمد الدراسة على المنهج الوصفي الذي يحقق للباحثة فهماً أفضل للظاهرة موضع البحث ، وقد استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية التالية :

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل ألفا لكرونباخ ، والتجزئة النصفية والتكرارات والنسب المئوية ، ومعامل ارتباط بيرسون واستخراج الإرباعي الأعلى والأدنى واستخدام اختبار (ت)  $t$  . test ، وتحليل التباين أحادي الاتجاه واختبار شيفيه .

**عينة الدراسة :** تكونت عينة الدراسة السيكومترية من (٤٠٠) امرأة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات والمقيمات في مدينتي مكة المكرمة وجدة ، وذلك من مختلف المهن المتاحة للنساء العاملات في المملكة العربية السعودية (معلمات وعضوات هيئة تدريس وإداريات ، وممرضات وطبيبات) تراوحت أعمارهن بين (٣٠-٤٥) سنة ، هذا وقد تم اختيار العينة بطريقة قصدية ، وتكونت عينة الدراسة الإكلينيكية من حالتين وهما اللاتي أوضحت نتائج الدراسة السيكومترية أنهن من الحالات الطرفية في الإرباعي الأعلى والإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية .

**أهم النتائج :** ١- تترتب الضغوط النفسية حسب شدتها لدى النساء السعوديات المتزوجات العاملات على النحو الآتي :

- أ- ضغوط انفعالية أخرى .
- ب- ضغوط خادومات .
- ج- ضغوط أصدقاء .
- د- ضغوط العمل .
- هـ- ضغوط عائلية .
- ز- ضغوط الأبناء .
- ح- ضغوط الزوج وضغوط اقتصادية .
- ط- ضغوط صحية .

٢- توجد علاقة ارتباطيه دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية .

٣- توجد علاقة ارتباطيه دالة سالبة بين المساندة الاجتماعية والاضطرابات السيكوسوماتية .

٤- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية على مقياس الضغوط النفسية لصالح ذوات الإرباعي الأدنى .

٥\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ذوات الإرباعي الأعلى وذوات الإرباعي الأدنى في المساندة الاجتماعية على قائمة كورنل للنواحي العصابية والسيكوسوماتية لصالح ذوات الإرباعي الأدنى ما عدا بُعد القلب والأوعية الدموية كان لصالح ذوات الإرباعي الأعلى .

٦\_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية والضغط النفسية تبعاً لمتغير العمر ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط اقتصادية ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير العمر ، فيما عدا بُعد القلب والأوعية الدموية والجهاز الهضمي والهيكلي العظمي ، وأمراض مختلفة وعدم الكفاية والدرجة الكلية لمقاييس النواحي البدنية والنواحي المزاجية الانفعالية .

٧\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإداريات والمرضات في البعد الثاني (درجة الرضا عن الأشخاص المتاحين للمساندة) من مقياس المساندة الاجتماعية لصالح المرضات ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإداريات والطبيبات لصالح الطبيبات ، وكانت الفروق في الدرجة الكلية لصالح الطبيبات إلا أنها لم ترقى إلى مستوى الدلالة ، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية بين مهنة مُعلمة وعضوة هيئة تدريس في بُعد ضغوط العمل وضغوط عائلية وكذلك الدرجة الكلية لصالح مهنة مُعلمة ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مهنة عضوة هيئة تدريس ومهنة ممرضه في بُعد ضغوط العمل لصالح الممرضة ، وبين مهنة عضوة هيئة تدريس وطبيبة لصالح الطبيبة .

٨\_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الخبرة ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الخبرة ، فيما عدا بُعد ضغوط العمل وضغوط اقتصادية وضغوط أصدقاء والدرجة الكلية ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير

الخبرة ، فيما عدا بعد القلب والأوعية الدموية والجهاز الهضمي ، والهيكلي العظمي وعدم الكفاية .

٩\_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا البعد الثاني (درجة الرضا عن الأشخاص المتاحين للمساندة) من المقياس ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا بعد ضغوط العمل وضغوط الأبناء وضغوط عائلية وضغوط خادمت والدرجة الكلية للمقياس ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية تبعاً لمتغير عدد الأبناء ، فيما عدا بُعد عدم الكفاية والاكثاب والدرجة الكلية لمقياس النواحي المزاجية الانفعالية .



## **II . An English of Ph.D. Synopsis Thesis**

**Title of the Study :** Relationship between Social Support and both Psychological Stresses and Psychosomatic Disorders among a Sample Group of Working Married Saudi Women in the Cities of Holy Makkah and Jeddah.

**Introduction to the Study :** Social support is considered as one of the most important sources of the feeling of safety that people require from the world in which they live. After invoking Allah's help, people have recourse to social support when they feel jeopardized, exhausted and in need of external help. Psychologists gave much more interest to social support when they observed how effective it is in dealing with psychological strain and how it can reduce the effects of stress, difficult situations and psychological problems.

**Problem of the Study :** Some people cannot keep a good physical health and psychological performance when they are subject to psychological stresses.

**Purpose of the Study :** This study aims to identify the different types of psychological stress that a sample group of working married Saudi women experience in Holy Makkah and Jeddah. It also seeks to recognize the kind of relationship between social support and psychological stress and psychosomatic disorders among a sample group of working married Saudi women in Holy Makkah and Jeddah. The study further identifies the difference between the lower and the higher quartile levels of social support through their scores on the measure of psychological stress and through their scores on Cornell's Index of Neurotic and Psychosomatic Symptoms. Moreover, this research studies the differences in social support, psychological stresses, and psychosomatic disorders among a sample group of working married Saudi women in Holy Makkah and Jeddah through the variables of age, number of children, profession and experience. Finally, the research also studies the responses of two cases

(maximal vs. minimal) of social support and offers a psychological profile of both through (T.A.T) cards.

**Significance of the Study :** This study highlights the importance of social support for the working married Saudi woman, especially from the husband, the family, the friends, and the work mates.

**Design of the Study :** The study employs the descriptive method that enables the researcher to attain a better understanding of the phenomenon in question. The researcher therefore makes use of the following statistical methods: arithmetic mean; standard deviation; Cronbach's Alpha; repetitions; median partitions; percentages; Pearson's Coefficient of Correlation; maximal and minimal quartile; t-test; one-tailed Analysis of Variance (ANOVA) and Scheffe-test.

**Sample of the Study :** the sample of the psychometric study included (400) working married Saudi women in Holy Makkah and Jeddah. They worked in different professions that are available for Saudi women (teachers, university staff members, administrators, nurses, and physicians) and their ages ranged from (30-45) years. The sample group was intentionally selected. As for the clinical study sample, it included two cases shown, through the results of the psychometric study, to represent the maximal and the minimal quartiles of social support.

**The Most Important Results :**

1- The psychological stresses which the working married Saudi women experience are ordered according to their intensity as follows :

- a- emotional stresses
- b- servant-related stresses
- c- friend-related stresses
- d- work stresses
- e- family stresses
- f- child-related stresses

g- husband-related and economic stresses

h- health-related stresses

2- A negative significant correlation between social support and psychological stresses.

3- A negative significant correlation between social support and psychosomatic disorders.

4- Significant differences between the higher and the lower quartiles of social support on the measure of psychological stress for the lower quartile.

5- Significant differences between the higher and the lower quartiles of social support on Cornell's Index of Neurotic and Psychosomatic Symptoms for the lower quartile, except for the item of the heart and blood vessels that showed a significant difference for the higher quartile.

6- No significant differences in social support and psychological stresses according to the age; except for the item of work and economic stresses; and no significant differences in the variable of psychosomatic disorders according to the age except for the items of the heart and blood vessels; the digestive system; the skeleton; various diseases; inadequacy; the total score of the measures of physical and emotional states.

7- Significant differences between the administrators and the nurses as regards the second item (degree of satisfaction with those who can provide support) of the social support measure in favour of the latter as well as the same significant differences between the administrators and the physicians in favour of the latter. Differences in the total scores were in favour of the physicians but did not reach the level of significance. Besides, significant differences in psychological stresses were found between the professions of women teachers and women staff members as regards the items of work and family stresses as well as the total score, which were in favour of the teacher profession. Similarly, significant differences were found between a woman staff member and a nurse concerning the item of work stresses in favour of the latter; and between a woman staff member and a woman physician in favour of the latter as well.

8- No significant differences were found in social support with regard to the variable of experience, nor in psychological stresses concerning the same variable of experience except for the items of work stresses, economic stresses, friend-related stresses, and total score. Similarly, there were no significant differences in psychosomatic disorders with regard to experience, except the items of the heart and blood vessels, the digestive system, the skeleton, and inadequacy.

9- No significant differences in social support were found, concerning the number of children, except for the second item of the measure, (degree of satisfaction with those who can provide support) . Similarly, no significant differences were found in psychological stresses as regards the number of children except for the items of work stresses, child-related stresses, family-related stresses, servant-related stresses, and the total score of the measure. Finally, no significant differences were found in psychosomatic disorders according to the number of children, except for the items of inadequacy, depression, and the total score of the measures of emotional states.

### **The Most Important Recommendations :**

- 1- Emphasizing the important role of social support for the working married woman in alleviating psychological stresses and psychosomatic disorders.
- 2- Enhancing the effective role of social support for the working married woman on the part of the husband, the family and the friends to enable her to lead a more effective life.
- 3- Providing psychosocial services for the working married woman in her capacity as an important and effective part of society.
- 4- The medical and psychological scientific societies should cooperate to provide psychosocial services for the working married woman .
- 5- Paying attention to the psychological orientation for the working married woman and those around her, particularly the husband and children .

- 6- The importance of providing a female religious guide at women's working places to enhance the religious sense of these women and instill into them a feeling of faith in God's dictates.
- 7- The woman should be able to recognize the types of stress that she undergoes and how much they affect her. This would make her more able to control and relieve their subsequent effects.
- 8- The importance of satisfaction, loyalty and interest on the part of the woman towards her work .
- 9- Extending the maternity leave given to the working married woman .
- 10- The working married woman should be able to cope with the problems and crises of life and find suitable solutions for them .
- 11- Enhancing the woman's self-confidence and self-control in periods of psychological stress to be able to reach suitable decisions and solutions which may relieve and minimize such stresses .
- 12- Naming reasonable goals and ambitions that suit the working married woman's abilities so that she may not get disappointed if they happen to fail.

### **The Most Important Suggestions :**

- 1- Re-conducting this study to different samples in other regions of the Kingdom of Saudi Arabia .
- 2- Conducting a study to highlight the dynamics of personality among working married Saudi women .
- 3- Conducting a study to explain the types of work stress that working married Saudi woman experience, particularly those working as teachers, physicians and nurses .
- 4- Conducting a study to illustrate the effect of psychological stresses that working married Saudi women undergo on psychosomatic disorders .
- 5- Conducting a study to find out the effect of the socio-economic status of working married Saudi woman on social support, psychological stresses and psychosomatic disorders .

## "المراجع"

أولاً : المراجع العربية

ثانياً : المراجع الأجنبية

## أولاً : المراجع العربية

- ١\_ القرآن الكريم
- ٢\_ إبراهيم إبراهيم (١٩٩٢م) الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الاضطرابات السيكوسوماتية . مجلة مركز البحوث التربوية . العدد (١) . قطر : ص ص ١٨٧ \_ ٢٠٤ .
- ٣\_ أحمد عكاشة (١٩٩٨م) الطب النفسي المعاصر . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- ٤\_ \_\_\_\_\_ (١٩٨٢م) علم النفس الفيزيولوجي . ط٦ . القاهرة : دار المعارف .
- ٥\_ انتصار يونس (١٩٩٣م) السلوك الإنساني . الإسكندرية : دار المعارف .
- ٦\_ أرجايل مايكل (١٩٩٣م) سيكولوجية السعادة . ترجمة فيصل يونس . العدد (١٧٥) . الكويت : سلسلة عالم المعرفة .
- ٧\_ آدم العتيبي (١٩٩٧م) علاقة ضغوط العمل بالاضطرابات السيكوسوماتية والغياب الوظيفي في دولة الكويت . مجلة العلوم الاجتماعية . المجلد (٢٥) . العدد (٢) ص ص ١٧٧\_٢٠٧ .
- ٨\_ اسماء إبراهيم (٢٠٠١م) المساندة الاجتماعية التقليدية وغير التقليدية في حالات الثكل . دراسة ميدانية . المؤتمر السنوي الثامن . مركز الإرشاد النفسي . القاهرة : جامعة عين شمس . ص ص ١٣\_٣٥ .
- ٩\_ جمال تفاحة (١٩٩٦م) بعض الأمراض السيكوسوماتية دراسة إكلينيكية تشخيصية . رسالة دكتوراه (غير منشورة) . القاهرة : جامعة عين شمس . معهد الدراسات العليا للطفولة . الدراسات النفسية والاجتماعية .
- ١٠\_ حامد زهران (١٩٩٧م) الصحة النفسية والعلاج النفسي . ط٣ . القاهرة : عالم الكتب .

١١- حسن عبد المعطي (١٩٨٩م) الأثر النفسي لأحداث الحياة كما يدركها  
المرضى السيكوسوماتيين . مجلة علم النفس . العدد (٩) : القاهرة . الهيئة المصرية  
العامة للكتاب . ص ص ٢٩-٤٣ .

١٢- \_\_\_\_\_ (١٩٩٤م) ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها \_  
دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والإندونيسي . المجلة المصرية الدراسات  
النفسية . العدد (٨) . القاهرة : الجمعية المصرية الدراسات النفسية . ص ص ٤٧  
٨٨ .

١٣- حسين فايد (١٩٩٨م) الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في (٨) . العدد  
(٢) . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين المصرية ( رانم ) . ص ص  
١٥٣-١٩٢ .

١٤- حسين طاهر (١٩٩٣م) أثر الضغوط النفسية على الأطفال والكبار ودور  
أولياء الأمور تجاه المواقف الضاغطة . مجلة التربية . العدد (١١) . الكويت : مركز  
البحوث التربوية . ص ص ٣٥-٤٧ .

١٥- حنان الضرغامي (١٩٩٤م) دراسة لبعض من متغيرات الشخصية والوظيفية  
المنبئة بالإتهام النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية بمحافظة المنوفية . رسالة دكتوراه  
(غير منشورة) . المنوفية : جامعة المنوفية . كلية التربية . قسم علم النفس .

١٦- حياة أمين (١٩٩٩م) أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها  
بالسلوك العدواني والاضطرابات النفسجسمية لدى بعض الأطفال في محافظة جدة  
. رسالة دكتوراه (غير منشورة) . جدة : كلية التربية للبنات . الأقسام الأدبية .

١٧- خالد الفخراي (١٩٩٤م) اضطراب القلب العصبي وعلاقته بالضغوط البيئية  
في ضوء إدراك الأعضاء للآخرين . المؤتمر الدولي (١) . مركز الإرشاد النفسي  
"قضايا ومشكلات الإرشاد النفسي" المجلد (٢) . ص ص ٦٥٧-٦٨١ .



- ١٨ \_ ديفيد فونتانا (١٩٩٤م) الضغوط النفسية تغلب عليها وابدأ الحياة . ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- ١٩ \_ راوية دسوقي (١٩٩٦م) النموذج السبي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات . مجلة علم النفس . العدد (٣٩) . السنة (١٠) . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب . ص ص ٤٤\_٥٩ .
- ٢٠ \_ ريتشارد سوين (١٩٧٩م) علم الاضطرابات النفسية والعقلية . ترجمة أحمد سلامة . القاهرة : دار النهضة العربية .
- ٢١ \_ زينب شقير (١٩٩٨م) مقياس مواقف الحياة الضاغطة . القاهرة : دار الكتاب الحديث .
- ٢٢ \_ \_\_\_\_\_ (٢٠٠٢م) الأمراض السيكوسوماتية (النفس \_جسمية) . المجلد (١) . ط ١ . القاهرة : مكتبة النهضة المصرية .
- ٢٣ \_ سامي الدريعي (١٩٩٧م) الفروق بين مرضى الداء السكري والأصحاء في الاستجابة لضغوط الحياة . رسالة ماجستير (غير منشورة) الرياض : أكاديمية نايف العربية . معهد الدراسات الأمنية .
- ٢٤ \_ سميرة أبو غزالة (١٩٩٩م) الضغوط النفسية وعلاقتها بكل من الذكاء وتأکید الذات وبعض السمات المرضية . مجلة كلية التربية . الجزء (٣) . العدد (٢٣) . مكتبة زهراء الشرق . القاهرة : جامعة عين شمس . ص ص ١٢٧\_١٦٠ .
- ٢٥ \_ سميرة شند (١٩٩٠م) صراع الأدوار لدى الأم العاملة وعلاقته ببعض الاضطرابات العصائية . رسالة دكتوراه (غير منشورة) : القاهرة . جامعة عين شمس . كلية التربية . قسم الصحة النفسية .
- ٢٦ \_ صالح العبد القادر (١٩٩٧م) الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق لدى عينة من الطلاب الجامعيين . رسالة دكتوراه (غير منشورة) : الرياض . جامعة الإمام محمد بن سعود . كلية العلوم الاجتماعية .

٢٧\_ عادل محمد (١٩٩٥م) بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين . مجلة الدراسات النفسية . المجلد (٥) . العدد (٢) . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين المصرية (رائم) ص ص ٣٧٢\_٣٤٥ .

٢٨\_ عايذة خطاب (١٩٨٨م) الانتماء التنظيمي والرضا عن العمل : دراسة ميدانية عن المرأة السعودية . مجلة العلوم الاجتماعية . المجلد (١٣) . العدد (١) . الرياض : جامعة الملك سعود . ص ص ١\_١٠٤ .

٢٩\_ عباس متولي (٢٠٠٠م) الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية . المجلة المصرية للدراسات النفسية . المجلد (١٠) . العدد (٢٦) . القاهرة : الجمعية المصرية للدراسات النفسية . ص ص ١١٧\_١٦٠ .

٣٠\_ عبد الرحمن الطريفي (١٩٩٤م) الضغط النفسي : مفهومه ، تشخيصه ، وطرق علاجه ، ومقاومته . ط١ . الرياض : مكتبة الصفحات الذهبية المحدودة .

٣١\_ عبد الرحمن العيسوي (١٩٩٧م) سيكولوجية الجسم والنفس . بيروت / لبنان : دار الراتب الجامعية .

٣٢\_ \_\_\_\_\_ (٢٠٠٠م) الاضطرابات النفسجسمية . ط١ . بيروت / لبنان : دار الراتب الجامعية .

٣٣\_ عبد الرؤوف الطلاع (٢٠٠٠م) الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض السيكوسوماتية لدى الأسرى الفلسطينيين المحررين من السجون الإسرائيلية . رسالة ماجستير (غير منشورة) . القاهرة : جامعة عين شمس . قسم الصحة النفسية .

٣٤\_ عبد المنعم الحفني (١٩٩٢م) موسوعة الطب النفسي . ط١ . القاهرة : مكتبة مدبولي .

٣٥\_ عبد المنصف غازي (١٩٨٤م) الأمراض الجسمية النفسية . القاهرة : دار المعارف .

٣٦\_ علي عسكر (١٩٩٨م) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها . الكويت ، القاهرة ، الجزائر : دار الكتاب الحديث .

٣٧\_ علي علي (١٩٩٧م) المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات . مجلة الدراسات النفسية . المجلد (٧) . العدد (٢) . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين المصرية (رائم) . ص ص ٢٠١-٢٣٢ .

٣٨\_ \_\_\_\_\_ (٢٠٠٠م) المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية . مجلة علم النفس . العدد (٥٣) . السنة (١٤) . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب . ص ص ٦-٢٢ .

٣٩\_ عماد عبد الرازق (١٩٩٨م) المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية . مجلة الدراسات النفسية . المجلد (٨) . العدد (١) . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين المصرية (رائم) . ص ص ١٣-٣٩ .

٤٠\_ عماد مخيمر (١٩٩٧م) الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي . المجلة المصرية للدراسات النفسية . المجلد (٧) . العدد (١٧) . القاهرة : الجمعية المصرية للدراسات النفسية . ص ص ١٠٣-١٣٨ .

٤١\_ عويد المشعان (١٩٩٨م) مصادر الضغوط في العمل \_ دراسة مقارنة بين الموظفين الكويتيين في القطاع الحكومي . المجلة المصرية للدراسات النفسية . المجلد

(٨) . العدد (٢١) . القاهرة : الجمعية المصرية للدراسات النفسية . ص ص ١١٠ \_ ١٤٢ .

٤٢ \_ \_\_\_\_\_ (١٩٩٨م) مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة الثانوية بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية . المؤتمر الدولي (٥) . مركز الإرشاد النفسي . القاهرة : جامعة عين شمس . ص ص ٧٥ \_ ١١٠ .

٤٣ \_ فايز الحاج (١٩٩٦م) الطب السيكوسوماتي : الرياض . دار الاستشارات الطبية والتأهيلية .

٤٤ \_ فهد الربيعه (١٩٩٧م) الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة \_ دراسة ميدانية . مجلة علم النفس . العدد (٤٣) . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب . ص ص ٣٠ \_ ٤٩ .

٤٥ \_ فوزي عزت ونور جلال (١٩٩٧م) الضغوط النفسية لمعلمي المرحلة الابتدائية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية . المجلة المصرية للدراسات النفسية . المجلد (٧) . العدد (١٦) . القاهرة : الجمعية المجلة المصرية للدراسات النفسية . ص ص ١٥٥ \_ ١٨٤ .

٤٦ \_ فؤاد أبو حطب وأمال صادق (١٩٩١م) مناهج البحث وطرق التحليل النفسي . ط ١ . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٤٧ \_ فيصل الزراد (١٩٨٤م) الأمراض العصابية والذهانية والاضطرابات السلوكية . ط ١ . بيروت/لبنان : دار القلم .

٤٨ \_ \_\_\_\_\_ (٢٠٠٠م) الأمراض النفسية \_ الجسدية "أمراض العصر" . ط ١ . بيروت : دار النفائس .

٤٩ \_ كريمة حسن (١٩٩٥م) الضغوط النفسية وبعض سمات الشخصية لدى المدرسات العاملات وعلاقتها بتحصيل تلاميذهن . رسالة دكتوراه (غير منشورة) . القاهرة : جامعة المنوفية . كلية التربية . قسم علم النفس التعليمي .

٥٠\_ لطفي إبراهيم (١٩٩٤م) عمليات تحمل الضغوط في علاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين . مجلة مركز البحوث التربوية . العدد (٥) . السنة (٣) . قطر : جامعة قطر . ص ص ٩٥\_١٢٧ .

٥١\_ لويس مليكة (١٩٨٥م) علم النفس الإكلينيكي . الجزء (١) . التشخيص والتنبؤ في الطريقة الإكلينيكية . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب .

٥٢\_ مايسة النبال (١٩٩١م) الأعراض السيكوسوماتية لدى عينة من الأطفال وعلاقتها ببعدي العصائية والإنساقية (دراسة عاملية مقارنة) . مجلة الدراسات النفسية . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين (راثم) . ص ص ١٧٧\_١٩٧ .

٥٣\_ مايسة النبال وهشام عبدالله (١٩٩٧م) أساليب مواجهة أحداث الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات الانفعالية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة قطر . المؤتمر الدولي (٤) . مركز الإرشاد النفسي . القاهرة : جامعة عين شمس . المجلد (١) . ص ص ٨٥\_١٤١ .

٥٤\_ محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن (١٩٩٤م) المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية . ط ١ . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٥٥\_ محمد خليل (١٩٩٦م) المساندة النفسية / الاجتماعية ، وإرادة الحياة ، ومستوى الألم . مجلة علم النفس . العدد (٣٧) . السنة (١٠) . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب . ص ص ٩٢\_١١٩ .

٥٦\_ محمد عبد الرحمن (١٩٩٩م) علم الاضطرابات النفسية والعقلية . الكتاب (١) . الجزء (٢) . القاهرة : دار قباء .

٥٧\_ محمود أبو النيل (٢٠٠١م) قائمة كورنل الجديدة للنواحي العصائية والسيكوسوماتية (مراجعة ١٩٨٦م) تعريب وأعداد محمود أبو النيل . القاهرة : المؤسسة الإبراهيمية .

- ٥٨ \_\_\_\_\_ (١٩٩٤م) الأمراض السيكوسوماتية في الصحة النفسية .  
ط ٢ . القاهرة : المؤسسة الإبراهيمية .
- ٥٩ \_ مختار حمزة (١٩٧٩م) سيكولوجية ذوي العاهات والمرضى . ط ٤ . جدة :  
دار المجمع العلمي .
- ٦٠ \_ ممدوحة سلامة (١٩٩١م) المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور  
بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة . مجلة الدراسات النفسية . المجلد (٨) . العدد  
(١) . القاهرة : رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين (رانم) . ص ص ٤٧٥ \_  
٤٩٦ .
- ٦١ \_ نبيل حسن (٢٠٠١م) المؤشرات الفسيولوجية لدى الأطفال وعلاقتها  
بالضغوط الوالدية والانفعالية . مجلة الإرشاد النفسي . العدد (١٤) . القاهرة :  
جامعة عين شمس . ص ص ٨١ \_ ١١٧ .
- ٦٢ \_ نجاة موسى ومديحة عبد الفضيل (١٩٩٨م) أساليب مواجهة المشكلات في  
علاقتها بكل من الضغوط والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس الثانوية  
بمدينة المنيا . دراسة تنبؤية . مجلة البحث في التربية وعلم النفس . المجلد (١٢) .  
العدد (١) . القاهرة : جامعة المنيا . ص ص ٤٦١ \_ ٤٩٢ .
- ٦٣ \_ نعيم الرفاعي (١٩٨٢م) الصحة النفسية . ط ٦ . دمشق : جامعة دمشق .
- ٦٤ \_ هادي مختار (١٩٩٧م) عمل المرأة وأثره على عدم الاستقرار الأسري . مجلة  
العلوم الاجتماعية . المجلد (٢٥) . العدد (٢) . جامعة الكويت : مجلس النشر  
العلمي . ص ص ٢٠٣ \_ ٢٣١ .
- ٦٥ \_ هارون الرشيدى (١٩٩٩م) الضغوط النفسية طبيعتها \_ نظرياتها \_ برنامج  
لمساعدة الذات في علاجها . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- ٦٦ \_ هاتم ياركندي (٢٠٠٠م) الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي . ط ١ .  
الرياض : دار عالم الكتب .

٦٧- هشام عبدالله (١٩٩٥م) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكثاب والياس لدى عينة من الطلاب والعاملين . المؤتمر الدولي (٢) . الإرشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة . مركز الإرشاد النفسي . جامعة عين شمس . ص ص ٥١٣-٤٧٣ .

٦٨- وفاء الماضي (١٩٩٤م) بعض الخصائص النفسية المحددة للأفراد الأكثر عرضة لاستجابة الضغط النفسي . رسالة ماجستير (غير منشورة) . الرياض : جامعة الملك سعود . كلية التربية . قسم علم النفس .

٦٩- يوسف محمد (١٩٩٤م) الاضطرابات الوجدانية والسيكوسوماتية وعلاقتها بالاتجاه نحو المرض النفسي لدى عينة من الجنسين في دولة الإمارات العربية المتحدة . المجلة العربية للعلوم الإنسانية . العدد (٤٨) . جامعة الكويت . ص ص ١٧٠-٢٠٩ .

٧٠- \_\_\_\_\_ (١٩٩٩م) الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية . مجلة مركز البحوث التربوية . العدد (١٥) . جامعة قطر . ص ص ١٩٥-٢٢٧ .

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 71\_ Bem A. (1990) personality . Social and biological perspectives on personal adjustment brooks Cole publishing U.S.A .
- 72\_ Breml S. & Kassin S. (1990) social psychology Houghton Mifflin company . Boston .
- 73\_ Buunk B. & Hoorens V. (1992) social support and stress : the roal of social comparison and social exchange processes . British journal of clinical psychology . Vol (31) pp 445 \_457 .
- 74\_ Buunk et al (1990) upward and downward comparisons : either direction has its ups and down . Journal of personality and social psychology . Vol (59) pp 1238\_1249 .
- 75\_ Caplan G. (1981) mastery of stress : psychosocial aspects . American journal of psychiatry (138) pp 413 \_420 .
- 76\_ Charles H. & Rudolph M. (1981) social support and psychology distress : a longitudinal analysis journal of abnormal psychology . Vol (90) pp 365\_370 .
- 77\_ Charles H. & Rudolph M. (1991) life stressors , personal and social resources . And depression : a 4years structural model . Journal of abnormal psychology . Vol (100) . No (1) pp 31\_38 .
- 78\_ Cohen et al (1999) the role of psychological characteristics in the relation between socioeconomic status and perceived health . Journal of applied social psychology . Vol (29) . No (3) pp 445\_46 .
- 79\_ Cohen et al (1990) the role of coping in support provision : the self presentational dilemma of victims of life crises . In : i.g. Sarason et al (Eds) social support : an interact ional view . New York . Wiley pp 397\_426 .
- 80\_ Davison et al (1978) abnormal psychology . John wily publisher . New York .
- 81\_ Dianne D. (2000) psychological stress and social support networks : an analysis of mother and father of childhood cancer survivors . Dissertation abstracts international : section b : the science & engineering . Vol (60) . No (7-b) pp 200\_21 .
- 82\_ Delong et al (1988) the impact of daily stress on health and mood psychological and social resources as mediators . Journal of personality and social psychology . Vol (54) pp 486 \_495 .



- 83\_ Fahed A. (1987) sources of counselor in Saudi Arabian mental health settings . A doctoral dissertation . Ohio university .
- 84\_ Freeman et al (2000) dental student in northern Ireland in 1992 and 1995 : changing trends in psychological stress . Stress medicine Vol (16) . No (4) pp 233\_238 .
- 85\_ Furnham A. & Sheikh S. (1993) gender generational and social support correlates of mental health in Asian immigrants . International journal of social psychiatry . Vol (39) . No (1) pp 22\_33 .
- 86\_ Gentry J. & Goodwin C. (1995) social support for decision making during grief due to death American behavioral scientist . Vol (38) pp 553\_563 .
- 87\_ Gorge K. (1977) the disorganized personality third edition . McGraw hill company publisher . U.S.A .
- 88\_ Grassi et al (2000) social support and psychological distress in primary care at tenders . Psychotherapy & psychosomatics . Vol (69) . No (2) pp 95\_100 .
- 89\_ Grassi et al (1999) illness behavior , emotional stress and psychological factor among a symptomatic HIV infected patients . Vol (68) . No (1) pp 31\_38 .
- 90\_ Grassi et al (1997) psychological morbidity and psychological variables associated with life threatening illness : a comparative study of patients with Hiv infection or cancer . Psychology health & medicine . Vol (1) . (2) pp 29\_39 .
- 91\_ Grassi L. & Rosti G. (1996) psychiatric and psychosocial concomitants of abnormal illness behavior in patients with cancer . Psychotherapy and psychosomatics . Vol (65) . No (5) pp 246\_252 .
- 92\_ Grassi L. & Rosti G. (1996) psychosocial morbidity and adjustment to illness among long-term cancer survivor : six year - follow -up study . Psychosomatics . Vol (37) . No (6) pp 523\_532 .
- 93\_ Hamdi H. (1982) the interact ional variation of motivational factors . Abilities and support in relation to perceived intensity of stress conditions among medical students . A doctoral dissertation . Kansas state university . Manhattan . Kansas .

- 94\_ James C. & Geraldine D. (1991) social factors and psychopathology : stress . Social . Support . And coping processes . Annual review psychology . Vol (42) pp 401\_425 .
- 95\_ Karen R. (1987) social support versus companionship : effect on life stress . Loneliness . And evaluations by others vol (52) . No (6) pp 1132\_1147 .
- 96\_ Kirschbaum et al (1995) sex -specific effects of social support on cortisol and subjective response to acute psychological stress . Psychosomatic medicine . Vol (57) . No (1) pp 23\_31 .
- 97\_ Lazarus R. (1981) little hassles can be hazardous to your health psychology today . Pp 55\_62 .
- 98\_ Lepore S. (1994) social support encyclopedia of human behavior . Vol (4) pp 247\_251
- 99\_ Lepore S. (1995) cynicism social support . And cardiovascular reactivity . Health psychology . Vol (14) . No (3) pp 210\_216 .
- 100\_ Leavy L. (1983) social support and psychological disorder . A review journal of community psychology . Vol (11) pp 3 \_ 21
- 101\_ lee et al (1992) effect of psychological well-being physical status and social support on oxygen - dependent coped patient level of functioning . Research in nursing and health . Vol (14) . No (5) pp 323\_328 .
- 102\_ Pavalok E. & Smith B. (1999) the rhythm of work : health effects of women's work dynamics . Social process . Vol (77) . No (3) pp 0037\_7732 .
- 103\_ Rutter M. (1990) psychological resilience and protective mechanisms in j rolf . A Masten . D Cicchetti . K Nuechte Lein & S Weintraub . Risk and protective factors in the development of psychopathology . Cambridge university press pp 181\_214 .
- 104\_ Sarason et al (1983) assessing social support . The social support questionnaire . Journal of personality and social psychology . Vol (44) . No (1) pp 127\_139 .
- 105\_ Sarason I. & Sarason B. (1986) experimentally provided social support . Journal of personality and social psychology . Vol (50) pp 1222\_1225 .

- 106\_ Seers et al (1983) the interaction of job stress and social support . Academy of management . Journal . Vol (26) pp 273\_284 .
- 107\_ Sukanuma T. & Ura M. (1997) the effect of instrumental and socio\_emotional behavior on stress reactions and task performance : an integrative approach to leadership and social support (Japanese) . Japanese journal of experimental social psychology .Vol (37) pp138\_149 .
- 108\_ Shima N. (1994) a study of social support network measurement in high school students . Japanese journal of health psychology . Vol (7) . No (1) pp 14\_25 .
- 109\_ Stoney C. & Finney M. (2000) social support and stress : influences on lipid reactivity .international journal of behavioral medicine . Vol (7) . No (2) pp 111\_126 .
- 110\_ Stroebe et al (1996) hearts or broken bonds . Love and death in historical perspective . American psychologist . Vol (47) . No . (10) pp 1205\_1212 .
- 111\_ Turner R. & Marino F. (1994) social support and social structure . And descriptive epidemiologist . Journal of health and social behavior . Vol (35) pp193\_212 .
- 112\_ Uchino et al (1996) the relation between social support and physiological processes : a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health . Psychological bulletin . Vol (119) . No (3) pp 488\_531 .
- 113\_ Uchino B. & Garvey T. (1997) the availability of social support reduces cardio vascular reactivity to acute psychological stress . Journal of behavioral medicine . Vol .(20) . No . (1) pp 15\_27 .
- 114\_ Zhang et al (1999) the study of psychological stress and mediator factors among high school student (Chinese) . Psychological science (Chinese) . Vol (22) . No (6) pp 508\_511 .

## "ملاحق الدراسة"

- \_\_ ملحق الدراسة رقم (١)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٢)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٣)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٤)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٥)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٦)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٧)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٨)
- \_\_ ملحق الدراسة رقم (٩)

## ملحق الدراسة رقم (١)

"مقياس المساندة الاجتماعية"

إعداد / ساراسون وآخرون (1983) Sarason et al

تعريب وتقنين الأستاذ الدكتور / محمد الشناوي وسامي أبو ييه (١٩٩٠م)

## بسم الله الرحمن الرحيم

المختمة

زميلتي الفاضلة

وبعد

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

فيما يلي بعض الأسئلة حول الأشخاص الذين يقدمون لك العون في مواقف مختلفة ، ويشتمل كل سؤال على جزأين ، بالنسبة للجزء الأول يكون المطلوب منك أن تكتبي جميع الأشخاص الذين يمكن أن تعتمد عليهم (بعد الاعتماد على الله) لمساعدتك في الموقف المذكور في السؤال ، واكتبي الحرف الأول من اسم الشخص وقرابته منك (انظري المثال) ، ولا تضعي أكثر من اسم أمام كل رقم من الأرقام التي يشتمل عليها السؤال .

أما بالنسبة للجزء الثاني من السؤال فإن المطلوب منك أن تضعي دائرة حول الرقم الذي يدل على مدى رضاك عن المعونة التي تتلقها من هؤلاء الأشخاص ، أما إذا لم تتلق المعونة من أحد بالنسبة لأحد الأسئلة فضعي دائرة حول عبارة (لا أحد) ، ولكن مع ذلك يكون المطلوب منك أن تحددى مدى رضاك عنهم (الجزء الثاني من السؤال) ، لا تذكرى أكثر من تسعة أشخاص بالنسبة للسؤال الواحد .

### مثال

من هم الأشخاص الذين يمكنك أن تأتمنيهم على معلومات هامة ؟

١- (س . خ) أخت ٢- (ب . ع) صديقة ٣- (ر . ف) أخ ٤- (ن . خ) أب

٥- (ر . س) أم ٦- ٧- ٨-

٩- ١٠- لا أحد

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

١- غير راض على الإطلاق ٢- غير راض ٣- غير راض بدرجة قليلة

٤- راض بدرجة قليلة ٥- راض ٦- راض بدرجة كبيرة .

١- إذا كنت بحاجة إلى أن تتحدث إلى أحد ، فمن هم الأشخاص الذين يمكن أن تلجأ إليهم في ذلك وتأمينهم على أسرارك ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٢- إذا تعرضت لإهانة من شخص ما فمن هم الأشخاص الذين تلجأ إليهم ليساعدوك في هذا الموقف ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٣- من هم الناس الذين تشعر أن لك أهمية في حياتهم ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٤\_ لو كنت متزوجاً وتعرضت لخلاف شديد مع زوجك فمن هم الذين تشعر أنهم يمكنهم أن يساعدوك في هذا الموقف ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١_ غير راض على الإطلاق | ٢_ غير راض | ٣_ غير راض بدرجة قليلة |
| ٤_ راض بدرجة قليلة     | ٥_ راض     | ٦_ راض بدرجة كبيرة .   |

٥\_ من هم الأشخاص الذين تعول عليهم عند تعرضك لمحنة وتعرف أنهم يمكن أن يساعدوك في هذه المحنة ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١_ غير راض على الإطلاق | ٢_ غير راض | ٣_ غير راض بدرجة قليلة |
| ٤_ راض بدرجة قليلة     | ٥_ راض     | ٦_ راض بدرجة كبيرة .   |

٦\_ من هم الأشخاص الذين يمكنك أن تتحدث إليهم بصراحة دون أن تتحسس الكلام ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١_ غير راض على الإطلاق | ٢_ غير راض | ٣_ غير راض بدرجة قليلة |
| ٤_ راض بدرجة قليلة     | ٥_ راض     | ٦_ راض بدرجة كبيرة .   |



٧- من هم الأشخاص الذين يجعلونك تشعر بأن لديك أشياء إيجابية يمكنك أن تعطيها للآخرين؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٨- من هم الأشخاص الذين يمكنك أن تعتمد عليهم ليعدونك عن مشاغلك عندما تكون تحت ضغط عصبي؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٩- من هو الشخص الذي تثق في أنه يستطيع مساعدتك عندما تكون في حاجة إلى المساعدة؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ماهي درجة رضاك عنهم؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

١٠- إذا حدث أن فصلت من عملك ، من هم الأشخاص الذين يمكنهم أن يعاونك في هذا الموقف ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ماهي درجة رضاك عنهم ؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

١١- من هم الأشخاص الذين تشعر أنك في وجودهم غير مقيد ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ماهي درجة رضاك عنهم ؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

١٢- من هم الأشخاص الذين تشعر أنهم يقدرونك لشخصك ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ماهي درجة رضاك عنهم ؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

١٣- من هم الأشخاص الذين تعتمد على نصائحهم ومقترحاتهم في تجنب الأخطاء؟

(١) (٢) (٣) (٤) (٥)

(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ماهي درجة رضاك عنهم؟

١- غير راض على الإطلاق ٢- غير راض ٣- غير راض بدرجة قليلة

٤- راض بدرجة قليلة ٥- راض ٦- راض بدرجة كبيرة .

١٤- من هم الأشخاص الذين يستمعون إليك بوعي وبدون توجيه نقد لمشاعرك الداخلية؟

(١) (٢) (٣) (٤) (٥)

(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ماهي درجة رضاك عنهم؟

١- غير راض على الإطلاق ٢- غير راض ٣- غير راض بدرجة قليلة

٤- راض بدرجة قليلة ٥- راض ٦- راض بدرجة كبيرة .

١٥- إذا حدث أن أصيب أحد أصدقائك (لا قدر الله) في حادث وأدخل المستشفى فمن

هم الأشخاص الذين تلجأ إليهم ليساعدونك في هذا الموقف؟

(١) (٢) (٣) (٤) (٥)

(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ماهي درجة رضاك عنهم؟

١- غير راض على الإطلاق ٢- غير راض ٣- غير راض بدرجة قليلة

٤- راض بدرجة قليلة ٥- راض ٦- راض بدرجة كبيرة .

١٦- من هم الأشخاص الذين تشعر أنهم يساعدوك إذا حدث (لا قدر الله) وفاة لأحد أقاربك ؟

- |                        |            |                        |     |             |
|------------------------|------------|------------------------|-----|-------------|
| (١)                    | (٢)        | (٣)                    | (٤) | (٥)         |
| (٦)                    | (٧)        | (٨)                    | (٩) | (١٠) لا أحد |
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |     |             |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |     |             |

١٧- من هم الأشخاص الذين يساعدونك على أن تشعر بالهدوء والاسترخاء عندما تكون في موقف متوتر ؟

- |                        |            |                        |     |             |
|------------------------|------------|------------------------|-----|-------------|
| (١)                    | (٢)        | (٣)                    | (٤) | (٥)         |
| (٦)                    | (٧)        | (٨)                    | (٩) | (١٠) لا أحد |
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |     |             |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |     |             |

١٨- من هم الأشخاص الذين تشعر بأنهم يتقبلونك بما فيك من عيوب ومزايا ؟

- |                        |            |                        |     |             |
|------------------------|------------|------------------------|-----|-------------|
| (١)                    | (٢)        | (٣)                    | (٤) | (٥)         |
| (٦)                    | (٧)        | (٨)                    | (٩) | (١٠) لا أحد |
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |     |             |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |     |             |

١٩- من هم الأشخاص الذين يمكنك أن تعتمد عليهم بعد الاعتماد على الله في الاهتمام بشئونك بصرف النظر عما يحدث لك ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٢٠- من هم الأشخاص الذين يستمعون إليك عندما تكون في حالة غضب شديد من شخص آخر ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٢١- إذا كنت في موقف مشكل فمن هم الأشخاص الذين يمكن أن تقصدهم ليساعدوك على التفكير الجيد في هذا الموقف ؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- |                        |            |                        |
|------------------------|------------|------------------------|
| ١- غير راض على الإطلاق | ٢- غير راض | ٣- غير راض بدرجة قليلة |
| ٤- راض بدرجة قليلة     | ٥- راض     | ٦- راض بدرجة كبيرة .   |

٢٢- من هم الأشخاص الذين تلجأ إليهم ليرفحوا عنك عندما تكون في حالة انقباض ؟

- (١) (٢) (٣) (٤) (٥)  
(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- ١- غير راض على الإطلاق  
٢- غير راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة  
٤- راض بدرجة قليلة  
٥- راض  
٦- راض بدرجة كبيرة .

٢٣- من هم الأشخاص الذين تشعر أنهم يجبونك فعلا بصدق وبعمرق ؟

- (١) (٢) (٣) (٤) (٥)  
(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- ١- غير راض على الإطلاق  
٢- غير راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة  
٤- راض بدرجة قليلة  
٥- راض  
٦- راض بدرجة كبيرة .

٢٤- إذا كنت بحاجة إلى مال لتواجه به موقفا اضطراريا فمن هم الأشخاص الذين تلجأ

إليهم لإقراضك المال ؟

- (١) (٢) (٣) (٤) (٥)  
(٦) (٧) (٨) (٩) (١٠) لا أحد

ما هي درجة رضاك عنهم ؟

- ١- غير راض على الإطلاق  
٢- غير راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة  
٤- راض بدرجة قليلة  
٥- راض  
٦- راض بدرجة كبيرة .

٢٥- من هم الأشخاص الذين تلجأ إليهم ليساعدوك وليعاضدوك في القرارات الهامة التي تتخذها؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ما هي درجة رضاك عنهم؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

٢٦- من هم الأشخاص الذين تقصدهم لتحسين حالتك عندما تشعر بالتوتر والتبرم من كل شيء في حياتك؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ما هي درجة رضاك عنهم؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

٢٧- من هم الأشخاص الذين ترتاح إلى وجودهم عندما تكون في موقف شدة أو محنة؟

- |     |     |     |     |             |
|-----|-----|-----|-----|-------------|
| (١) | (٢) | (٣) | (٤) | (٥)         |
| (٦) | (٧) | (٨) | (٩) | (١٠) لا أحد |
- ما هي درجة رضاك عنهم؟
- ١- غير راض على الإطلاق      ٢- غير راض  
٤- راض بدرجة قليلة      ٥- راض  
٣- غير راض بدرجة قليلة      ٦- راض بدرجة كبيرة .

## ملحق الدراسة رقم (٢)

"السؤال المفتوح لمقياس الضغوط النفسية"

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان

إشراف الأستاذ الدكتور / محمد بن حمزة السليماني





## ملحق الدراسة رقم (٣)

"مقياس الضغوط النفسية في صورته المبدئية"

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان

إشراف الأستاذ الدكتور / محمد بن حمزة السليماني

## بسم الله الرحمن الرحيم

سلمه الله

سعادة الدكتور/ الدكتور

وبعد

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أفيد سعادتكم بأني إحدى طالبات مرحلة الدكتوراه بقسم علم النفس بكلية التربية بحافظة جدة ومسجلة للدكتوراه في موضوع بعنوان (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة) ، وضمن متطلبات دراستي تطبيق أحد المقاييس ، وهو مقياس الضغوط النفسية للمرأة العاملة والذي يتكون في صورته الأولية من تسعة أبعاد والتي تم التوصل إليها من خلال استبانته مفتوحة تم توجيهها إلى مجموعة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات بهدف التعرف على أهم أنواع الضغوط النفسية التي تواجههن ، كما قد تم الإطلاع والاستفادة من المقاييس السابقة في نفس المجال ، مثل : مقياس الضغوط النفسية إعداد (فيميان : ١٩٨٥م) ، وتعريب (طلعت منصور وفيولا الببلاوي : ١٩٨٩م) ، ومقياس ضغوط الحياة إعداد (وفاء ماضي : ١٩٩٤م) ، ومقياس الإنهاك النفسي لمعلمي المرحلة الثانوية إعداد (حنان الضرعامي : ١٩٩٤م) ، ومقياس الضغوط النفسية إعداد (كريمة حسن : ١٩٩٥م) ، ومقياس الاحتراق النفسي للمعلمين إعداد (عادل محمد : ١٩٩٤م) ، ومقياس الاحتراق النفسي إعداد (زينب شقير : ١٩٩٨م) وهذه الأبعاد هي :

- ١\_ ضغوط الزوج التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة من خلال علاقتها بزوجها .
- ٢\_ ضغوط الأبناء التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة من خلال تربيتها لأبنائها وتعاملها معهم .
- ٣\_ ضغوط عائلية\* التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة من خلال علاقتها بأفراد عائلتها .

\* المقصود بالعائلة : هم الأب والأم والأخوات ، والأقارب للمفحوصة .

٤\_ ضغوط الصديقات التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة من خلال تعاملها مع صديقاتها .

٥\_ ضغوط خادمت التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة بسبب وجود الخادمة في منزلها وتعاملها معها ومع أفراد أسرتها .

٦\_ ضغوط العمل التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة من خلال أدائها لعملها .

٧\_ ضغوط اقتصادية التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة نتيجة نقص المال أو تعرضها لأزمة مالية .

٨\_ ضغوط صحية التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة في حياتها ، والتي قد ينتج عنها الإصابة ببعض الاضطرابات الصحية أو السيكوسوماتية .

٩\_ ضغوط انفعالية أخرى التي يقصد بها مجموعة الأحداث الضاغطة التي تتعرض لها المرأة العاملة وتؤثر على انفعالها ومشاعرها .

وسوف يكون مستوى الاستجابة على البنود على النحو التالي :

تنطبق دائماً \_ تنطبق غالباً \_ تنطبق أحياناً \_ تنطبق نادراً \_ لا تنطبق .

علماً بأن الباحثة التزمت في تعريفها للضغوط النفسية بالتعريف التالي "الاستجابة النفسية الجسمية لأي عوامل خارجية ضاغطة تقع على الفرد بدرجة توجد لديه إحساساً بالتوتر والضيق ، وعندما تزداد حدة هذه الضغوط عليه فإن ذلك قد يفقده قدرته على التوازن ، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه ، وللضغط النفسي آثاره الجسمية والنفسية على الفرد" من إعداد الباحثة .

والمطلوب من سعادتكم الحكم على هذا المقياس في صورته الأولية في ضوء :

١\_ صدق العبارة في ضوء تعريف الضغوط النفسية الذي التزمت به الباحثة وصدقها في

ضوء تعريف كل بعد .

٢\_ مدى ملائمة صياغة العبارة لقياس الضغوط النفسية تبعاً لكل بعد .

٣\_ صدق اتجاه العبارة من حيث أن اتجاه القياس سالب .

الباحثة

مع وافر الشكر والتقدير لجهودكم وتعاونكم معنا

عبير بنت محمد الصبان

والله الموفق

م (ض . ن)

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	أ _ ضغوط الزوج
سالبة	موجبة			
				١ _ يضايقي استمرار تسلط زوجي .
				٢ _ يحزنني عدم اهتمام زوجي بأموري الصحية .
				٣ _ أشعر بالضيق الشديد لمنع زوجي إياي من الإنجاب .
				٤ _ أعاني من عدم احترام زوجي لكرامتي ومشاعري .
				٥ _ يضايقي فصل زوجي من عمله ، وعدم التحاقه بعمل آخر .
				٦ _ يعاني زوجي من ضغوط في عمله أثرت على حياتنا الأسرية .
				٧ _ يضايقي حدوث المشكلات مع أهل زوجي ، وسوء معاملتهم لي .
				٨ _ يعاملني زوجي معاملة جافة .
				٩ _ يزعجني عناد زوجي .
				١٠ _ يحرمني زوجي من الزيارات .
				١١ _ يضايقي ارتباط زوجي بامرأة أخرى .
				١٢ _ يضايقي إهانة زوجي لي .
				١٣ _ أنزعج من شخصية زوجي السلبية .
				١٤ _ يضايقي قلة حديث زوجي معي .
				١٥ _ يضايقي ترك زوجي لي في المنزل مدة طويلة .
				١٦ _ يضايقي قلة خروج زوجي معي .
				١٧ _ أعاني من أعباء تربية أبناء زوجي .
				١٨ _ يقهرني الروتين الذي أشعر به في حياتي الزوجية .

تابع	ملائمة	غير ملائمة	اتجاه العبارة	
			موجب	سالب
١٩_ يتعبني الجهد الذي أقوم به لإرضاء زوجي .				
٢٠_ أشعر بالظلم لعدم عدل زوجي معي .				
٢١_ يزعجني حديث زوجي عن مشكلاتنا الزوجية الناتجة عن خروجي للعمل أمام أفراد العائلة .				
٢٢_ لا يراعي زوجي أنني امرأة عاملة .				
٢٣_ يجزني سوء علاقتي بزوجي .				
٢٤_ يؤثر انخفاض مرتب زوجي على حياتنا .				
٢٥_ أعاني من برودة مشاعر زوجي .				
٢٦_ أفقر إلى الحب والحنان من زوجي .				
٢٧_ ترهقني كثرة مطالب زوجي .				
٢٨_ يضايقني إصرار زوجي على إقامة الحفلات الأسبوعية لأصدقائه دون مراعاة لظروف عملي .				
٢٩_ عدم تفهم زوجي لي يزيد من مشكلاتي .				
٣٠_ يفرغ زوجي شحناته الانفعالية علي مما يشعري بالألم .				
٣١_ أنزعج عندما يمنعني زوجي من الذهاب إلى السوق .				
٣٢_ يضايقني تفضيل زوجي للزيارات العائلية لأهله .				
٣٣_ يضايقني عدم الاتفاق مع زوجي فيما يخص تربية الأطفال .				
٣٤_ أشعر بالضيق من عدم الاتفاق في الرأي مع زوجي .				
٣٥_ زوجي ليس كباقي الرجال .				

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٣٦_ يزعجني الصوت المرتفع لزوجي أثناء النقاش معي .
				٣٧_ لا يشعر زوجي بمسؤولياته تجاه أبنائه .
				٣٨_ يلومني زوجي بشأن تربية أبنائي رغم إهماله هو لهم .
				٣٩_ يضايقني انشغال زوجي .
				٤٠_ يقهرني عدم اهتمام زوجي بمواهبنا الرياضية ، أنا وأطفالنا .
				٤١_ يزعجني عدم الترتيب والنظام كأحد صفات زوجي .
				٤٢_ يضايقني عدم تعاون زوجي معي .
				٤٣_ أنزعج من كثرة اعتماد زوجي علي في أمور حياتنا الزوجية .
				٤٤_ أعاني من بخل زوجي .
				٤٥_ يضايقني تحكم زوجي في الإنفاق من مرتبي الخاص .
				٤٦_ يمنعني زوجي من شراء احتياجاتنا الخاصة من مرتبي أنا وأبنائي .
				٤٧_ يعاني زوجي من صداع شديد وآم في المعدة لا يعرف سببها .
				٤٨_ زوجي يعاني من مشاكل صحية .
				٤٩_ سوء معاملة زوجي لي تجعلني حاقدة على النساء حولي في المجتمع .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٥٠_ يؤلمني معاناة زوجي من الديون .
				٥١_ يلزمي زوجي بتحمل جميع مصروفاتي الشخصية لأنني امرأة عاملة .
				٥٢_ أعاني من إصابة زوجي بمرض نفسي .
				٥٣_ يجبرني زوجي على المشاركة في جميع نفقات المنزل .
				<b>ب _ ضغوط العمل</b>
				١_ أشعر أن مهنتي مهنة شاقة .
				٢_ أعاني من عدم التكيف مع بيئة العمل .
				٣_ أشعر بعدم الانتماء إلى مجموعات الزميلات في العمل .
				٤_ ضغط العمل يؤدي إلى بعض المشكلات الاجتماعية .
				٥_ أعاني من عدم الموازنة بين متطلبات العمل ومتطلبات الأسرة .
				٦_ أشعر بالإرهاق الشديد نتيجة كثرة أعباء العمل .
				٧_ أشعر بعدم الاستقرار في العمل .
				٨_ انقطعت عن الزيارات بسبب العمل وعدم توفر الوقت الكافي .
				٩_ أشعر بالتذمر والضيق لعدم تفهم رئيسي المباشر في العمل .
				١٠_ أشعر بالملل والإحباط في العمل .



اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالية	موجبة			
				١١_ أشعر بعدم الرغبة في الذهاب إلى العمل وترك أطفالي في المنزل .
				١٢_ تراودني فكرة ترك عملي .
				١٣_ ساعات العمل طويلة .
				١٤_ يزعجني تغير الرؤساء في العمل .
				١٥_ يضايقني التنقل من مكان إلى آخر في العمل .
				١٦_ احترام الآراء الشخصية لا مجال له في العمل .
				١٧_ لا يقدرّون الرؤساء في العمل الظروف العائلية والطارئة في الأسرة .
				١٨_ أشعر بتفكك العلاقة الزوجية نتيجة ظروف عملي .
				١٩_ تزيد الخلافات في العمل من شعوري بعدم الراحة النفسية .
				٢٠_ يضايقني الاختلاف بين تخصصي وطبيعة عملي .
				٢١_ الموظفة سليطة اللسان ناقلة الكلام هي الأقوى وذات شخصية قوية في العمل .
				٢٢_ أشعر بالضيق من صعوبة التعامل مع المراجعات .
				٢٣_ يضايقني عدم الصدق من الموظفين في العمل .
				٢٤_ يضايقني عدم الوضوح في تنفيذ القرارات في العمل .
				٢٥_ معظم العلاقات الشخصية في العمل لقضاء المصالح الشخصية .
				٢٦_ يؤلني قصر مدة إجازة الأمومة لرعاية الطفل .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالية	موجبة			
				٢٧_ أشعر بعدم احترام شخصية الموظف في العمل .
				٢٨_ يزعجني تسلط الرؤساء في العمل .
				٢٩_ احتقار بعض المسؤولين لطبيعة عمل الموظفة يقهرني .
				٣٠_ تمنعني متطلبات العمل كثيرة من الجلوس مع أفراد أسرتي لمدة كافية .
				٣١_ أعاني من ضعف علاقات الصداقة في العمل .
				٣٢_ أعاني من التفرقة بين الموظفين في العمل .
				٣٣_ عدم الرضا عن طبيعة عملي يسبب لي مشكلات نفسية .
				٣٤_ أشعر بالتوتر في أغلب الأحيان بسبب ضغوط العمل .
				٣٥_ أشعر بعدم الحرية في أدائي للعمل .
				٣٦_ كثرة المحاملات في العمل ترهقني .
				٣٧_ أوقات السدوام الرسمي في العمل لا تتناسب ومسؤوليات المرأة .
				٣٨_ العلاقات الشخصية في العمل تعتمد على الأقوى .
				٣٩_ متطلبات عملي تجعلني أقصر في تربية أطفالي .
				٤٠_ متطلبات عملي تضعف من علاقتي الاجتماعية .
				٤١_ تؤثر مشكلاتي في العمل على نفسياتي وحياتي .
				٤٢_ أستاذ من عدم الشعور بالتحديد في العمل .
				٤٣_ العمل شر لا بد منه .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٤٤_ أكلف في العمل بأعمال غير مهمة مما يسبب ضياع الوقت والمجهود .
				٤٥_ أشعر بالضيق من كثرة التعاميم في العمل .
				٤٦_ أشعر بالاضطهاد والظلم من عدم المساواة في العمل .
				٤٧_ أضطر لاستكمال عملي في المنزل على حساب وقت الأسرة مما يشعرني بالقلق .
				٤٨_ أشعر بالإحباط من عدم وجود أنظمة رادعة للمقصر في عمله .
				ج _ ضغوط الأبناء
				١_ أعاني من تربية طفل معاق .
				٢_ أشعر بالتقصير والإهمال في حق أبنائي .
				٣_ يضايقني نخجل أبنائي عند التقائهم بالآخرين .
				٤_ أعاني من مرض مزمن لدى أحد أبنائي .
				٥_ أشعر بالضغوط النفسية عندما أتعامل مع أبنائي .
				٦_ أتعامل مع أبنائي بعصبية حتى ينفذوا جميع أوامري وتوجيهاتي .
				٧_ يضايقني سطحية العلاقة بين زوجي وأبنائي .
				٨_ يقلقني الخوف على مستقبل أبنائي .
				٩_ أعاني من صعوبة التعامل مع أبنائي المراهقين .
				١٠_ أشعر بالذنب لعدم تمكني من الاستماع لأبنائي بعد عودتي من العمل بسبب التعب الشديد .
				١١_ يعاني أبنائي نفسياً من زواج والديه بأخرى .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				١٢_ لا يسمح ضيق الوقت بالترفيه عن أبنائي مما يشعرني بعدم الرضا .
				١٣_ أقضي وقتاً قصيراً مع أبنائي مما يشعرني بالإحباط .
				١٤_ أشعر بالإرهاق لاعتماد أبنائي علي في تلبية جميع مطالبهم التعليمية والمتزية .
				د _ ضغوط اقتصادية
				١_ أعاني من ديون مالية تؤثر علي نفسيتي .
				٢_ أجد صعوبة في تسديد الديون المالية مما يشعرني بالقلق الدائم .
				٣_ أعاني من عدم إمكانية الادخار من المرتب .
				٤_ أشعر بالضيق من عدم القدرة علي تلبية جميع التزاماتي الشخصية بسبب الديون .
				٥_ انخفاض مرتب زوجي يؤثر علي حياتنا الأسرية .
				٦_ أعاني من مشكلة عدم توفر المواصلات .
				٧_ يحرمني زوجي علي المشاركة في جميع نفقات المنزل مما يشعرني بالظلم .
				هـ _ ضغوط الصديقات
				١_ أعاني من عدم وجود صديقات مخلصات لي .
				٢_ تقوم الصداقات غالباً علي المصالح الشخصية وهذا يحزني .
				٣_ يؤثر علي نفسيتي عدم الصدق في المعاملة بين الصديقات .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٤_ يضايقي عدم تبادل الزيارات بين الصديقات .
				٥_ يحزنني الحسد والحقد الذي أشعر به من بعض الصديقات .
				٦_ يضايقي كثرة الإشاعات بين الصديقات .
				٧_ أستاذ عند حدوث شجار مع صديقة لي .
				٨_ علاقتي بصديقتي متوترة في كثير من الأوقات مما يؤثر علي .
				٩_ يحبطني عدم قدرتي علي إقامة علاقات جيدة مع صديقتي .
				١٠_ أشعر بالحزن نتيجة كره بعض الصديقات لي .
				١١_ ضعف اهتمام واحترام بعض الصديقات لي يشعرني بالإحباط .
				١٢_ أحزن لعدم التعاون بين الصديقات .
				و_ ضغوط عائلية
				١_ يضايقي تفكك العلاقات الاجتماعية مع العائلة .
				٢_ يضايقي قلة تبادل الزيارات العائلية لضيق الوقت .
				٣_ يؤلمني أن الزيارات العائلية أصبحت روتينية .
				٤_ وفاة أحد أفراد عائلتي له تأثير مستمر علي نفسي .
				٥_ أشعر بالضيق الشديد لمرض أحد أفراد عائلتي .
				٦_ أنزعج من عدم القيام بواجبات العائلة علي أكمل وجه .
				٧_ يضايقي عدم تبادل الزيارات مع الأرحام .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سلبية	موجبة			
				٨_ تؤثر مشكلاتي العائلية على نفسيتي ودرجة تركيزي .
				٩_ أعاني من كره شديد لأحد أفراد عائلتي .
				١٠_ أستاذ من سوء معاملة أبي وكرهه لي .
				١١_ يؤلمني عدم اهتمام عائلتي بمشاعري .
				١٢_ الاحترام غير متبادل بين أفراد العائلة يشعرني بالحزن .
				١٣_ أعاني من برودة مشاعر أمي تجاهي .
				ز _ ضغوط الخادومات
				١_ أعاني من مشكلات مع الخادومات .
				٢_ أعاني من هروب السائق من المنزل في فترات حرجة جداً .
				٣_ أعاني من عدم وجود خادمة في المنزل .
				٤_ أشعر بالقلق الشديد من وجود أبنائي مع الخادمة لأية أسباب .
				٥_ أعاني من هروب الخادمة من المنزل .
				٦_ أخاف من أن تسيء الخادمة معاملة أبنائي انتقاماً من الوالدين .
				٧_ الاعتماد الكامل على الخادمة في المنزل يضايقني .
				ح _ ضغوط صحية
				١_ أعاني من ألم في صدري يؤثر على نفسيتي .
				٢_ تحمل الأعباء الكثيرة يؤثر على صحتي .
				٣_ أشعر بالصداع في كثير من الأوقات .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٤_ أعاني من بعض المشكلات الصحية التي قد تؤثر على أدائي في العمل .
				٥_ أشعر بآلم في ركبتي بسبب كثرة الوقوف في العمل .
				٦_ أعاني من حساسية في الجلد والعينين .
				٧_ تتأثر صحي كثيراً من الحمل أثناء العمل .
				٨_ أشعر بالاكتئاب نتيجة السمنة التي أثرت على شخصيتي .
				٩_ أعاني من الآلام في القلب .
				١٠_ يقلقني تدهور حالي الصحية بسبب ظروف العمل .
				١١_ ظروفي الصحية السيئة جعلتني أشعر بالإحباط النفسي .
				١٢_ أفتقد الطاقة اللازمة للعمل .
				١٣_ أعاني من القولون العصبي بسبب كثرة المشكلات في عملي .
				١٤_ أعاني من شلل نصفي .
				١٥_ ظروفي الصحية تشعرني بأني ضعيفة الإرادة .
				١٦_ أشعر بالاكتئاب في كثير من الأوقات مما يؤثر على حياتي .
				١٧_ يقلقني تعرضي للإجهاد أكثر من مرة بسبب ظروف عملي .
				١٨_ أعاني من بعض الاضطرابات في شهيتي للأكل .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				١٩_ أعاني من ضعف شديد وفقر دم حاد .
				٢٠_ ظروفى الصحية جعلتني لا أبداع فى عملى .
				٢١_ أعالج عند طبيب نفسى .
				٢٢_ لا تناسب قدراتى مع طبيعة عملى .
				٢٣_ أعانى من عاهة مستديمة أثرت على جميع نواحي حياتى .
				٢٤_ أشعر بالتعب والإجهاد من أقل مجهود .
				٢٥_ أعانى من آلام فى معدتى عند شعورى بالضيق الشديد .
				٢٦_ أعانى من فشل كلوى .
				٢٧_ أعانى من ضيق الوقت المتاحة للاسترخاء مما يرهقنى .
				٢٨_ أشعر بالمعاناة من ارتفاع ضغط الدم .
				٢٩_ أعانى من آلام فى أسفل ظهرى .
				٣٠_ انزعج من كثرة الأكل فى بعض الأحيان .
				ط _ ضغوط انفعالية أخرى
				١_ أتعبنى تحمل عبء المنزل والعمل معاً .
				٢_ مشكلاتى الزوجية أثرت على شخصيتى .
				٣_ يضايقنى عدم التوفيق بين متطلبات العمل والمنزل .
				٤_ أفقد الثقة فى الناس من حولى .
				٥_ أشعر بالتعب من تعدد المسؤوليات .
				٦_ أبكى فى كثير من الأوقات خاصة عندما أكون بمفردى .



اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سلبية	موجبة			
				٧_ لدي شعور دائم بالحزن والضييق .
				٨_ عندما أشعر بالضييق لا أجد من أتكلم معه .
				٩_ أشعر بكثرة التفكير والهموم .
				١٠_ أعيش في توتر وقلق نفسي .
				١١_ مشكلاتي الخاصة جعلتني أفقد الثقة في نفسي .
				١٢_ عدم قدرتي على إنجاز مسؤولياتي المتعددة يزيد من إرهاقي .
				١٣_ أحبط عندما أشعر أن الطريق طويل وشاق .
				١٤_ يزعجني عدم القدرة على اتخاذ القرار في بعض المشكلات الخاصة .
				١٥_ الوقت غير كاف للاهتمام بنفسي والتزاماتي الشخصية مما يشعرني بالضييق .
				١٦_ أعاني من صعوبة التوفيق بين المثاليات والواقع .
				١٧_ أجد صعوبة في الاتصال الهاتفي بالآخرين نظراً لضيق الوقت .
				١٨_ أفتقد إلى روح المرح والترفيه .
				١٩_ أعاني من الروتين الذي أفقد الحياة روح التغيير .
				٢٠_ تشعرني الضغوط بالملل من حياتي كلها .
				٢١_ يرهقني كثرة الأعباء الملقاة على عاتقي في المنزل .
				٢٢_ أعاني من ضغوط نفسية شديدة ومتعددة الأسباب .
				٢٣_ أنزعج من انتشار الغيرة بين الناس .
				٢٤_ أخجل من مستوى منزل الزوجية .

اتجاه العبارة		غير ملائمة	ملائمة	تابع
سالبة	موجبة			
				٢٥_ تحول العقبات يني وبين الراحة الجسمية والنفسية .
				٢٦_ يضايقي قيام الناس بالأفعال التي تتنافى والدين والأخلاق .
				٢٧_ أضطر إلى الالتزام بالصمت في كثير من الأحيان .
				٢٨_ أصبحت حساسة جداً في تعاملي مع الآخرين .
				٢٩_ ينتابني الغضب في كثير من الأوقات لأتفه الأسباب .
				٣٠_ ينفذ صبري من بطاء عمل الآخرين .
				٣١_ أكره نفسي في بعض الأوقات مما يشعرني بالألم .
				٣٢_ يتأثر نومي عند حدوث أي مشكلة لي .
				٣٣_ أبسط الأمور تجرح مشاعري .
				٣٤_ أشعر بأنني أكره الناس من حولي .
				٣٥_ يزعجني ضيق وقت الترفيه عن النفس .
				٣٦_ أزعجني تأخر الإنجاب لفترة طويلة .
				٣٧_ المرأة العاملة تكون صورة سلبية عن ذاتها .
				٣٨_ في داخلي بر كان يكاد أن ينفجر .
				٣٩_ أعاني من بعض المشكلات التي تسبب لي معاناة نفسية .
				٤٠_ أفقد الحياة الرومانسية بسبب تعدد المسؤوليات .
				٤١_ يضايقي عدم القدرة على الإنجاب .
				٤٢_ أغير من صديقاتي في بعض الأحيان .

## ملحق الدراسة رقم (٤)

"مقياس الضغوط النفسية بعد التعديل"

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان

إشراف الأستاذ الدكتور / محمد بن حمزة السليماني

## بيانات عامة أولية

الاسم : .....

العمر : .....

المهنة : .....

سنوات الخبرة : .....

عدد الأبناء : .....

الحالة الاجتماعية : .....

م (ض . ن)

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					١_ يضايقتني استمرار تسلط زوجي .
					٢_ يحزنني عدم اهتمام زوجي بأموري الصحية .
					٣_ يضايقتني فصل زوجي من عمله وعدم التحاقه بعمل آخر .
					٤_ يعاني زوجي من ضغوط في عمله مما قد يؤثر على حياتنا الأسرية .
					٥_ تضايقتني المشكلات التي تحدث مع أهل زوجي .
					٦_ يعاملني زوجي معاملة جافة .
					٧_ يزعجني عناد زوجي .
					٨_ يحرمني زوجي من الزيارات العائلية .
					٩_ يؤلمني ارتباط زوجي بامرأة أخرى .
					١٠_ يحزنني إهانة زوجي لي .
					١١_ يزعجني قلة حديث زوجي معي .
					١٢_ يضايقتني ترك زوجي لي في المنزل مدة طويلة .

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					١٣_ أعاني من أعباء تربية أبناء زوجي .
					١٤_ يقهرني الروتين الذي أشعر به في حياتي الزوجية .
					١٥_ يتعبني الجهود الذي أقوم به لإرضاء زوجي .
					١٦_ أشعر بالظلم لعدم عدل زوجي معي .
					١٧_ يزعجني حديث زوجي عن مشكلاتنا الزوجية الناتجة عن خروجي للعمل أمام أفراد العائلة .
					١٨_ لا يراعي زوجي أنني امرأة عاملة .
					١٩_ يحزنني سوء علاقتي بزوجي .
					٢٠_ يضايقني عدم تعاون زوجي معي في بعض الأعمال المنزلية .
					٢١_ أعاني من برودة مشاعر زوجي .
					٢٢_ أفترق إلى الحب والحنان من زوجي .
					٢٣_ ترهقني كثرة مطالب زوجي .
					٢٤_ عدم تفهم زوجي لي يزيد من مشكلاتي .
					٢٥_ أنزعج عندما يمنعي زوجي من الذهاب إلى السوق .
					٢٦_ يضايقني عدم الاتفاق مع زوجي فيما يخص تربية الأطفال .
					٢٧_ أشعر بالضيق من عدم الاتفاق في الرأي مع زوجي .
					٢٨_ يزعجني الصوت المرتفع لزوجي أثناء النقاش معي .
					٢٩_ يلومني زوجي بشأن تربية أبنائي رغم إهماله هو لهم .

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٣٠_ لا يشعر زوجي بمسؤولياته تجاه أبنائه .
					٣١_ يضايقني انشغال زوجي .
					٣٢_ يزعجني عدم الترتيب والنظام كأحد صفات زوجي .
					٣٣_ يؤثر انخفاض مرتب زوجي على حياتنا .
					٣٤_ أزعج من كثرة اعتماد زوجي علي في أمور حياتنا الزوجية .
					٣٥_ أعاني من بخل زوجي .
					٣٦_ يضايقني تحكم زوجي في الإنفاق من مرتبي الخاص .
					٣٧_ يؤلمني معاناة زوجي من الديون .
					٣٨_ أزعج من قلة خروج زوجي من المنزل .
					٣٩_ يؤلمني عدم مساواة زوجي لزياراتنا العائلية .
					٤٠_ أشعر أن مهنتي مهنة شاقة ذات متطلبات كثيرة.
					٤١_ أعاني من عدم التكيف مع بيئة العمل .
					٤٢_ أشعر بعدم الانتماء إلى مجموعات الزميلات في العمل .
					٤٣_ أعاني من عدم الموازنة بين متطلبات العمل ومتطلبات الأسرة .
					٤٤_ أشعر بالإرهاق الشديد نتيجة كثرة أعباء العمل .
					٤٥_ أشعر بعدم الاستقرار في العمل .
					٤٦_ انقطعت عن الزيارات بسبب العمل وعدم توفر الوقت الكافي .
					٤٧_ أشعر بالملل والإحباط في العمل .

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٤٨_ أشعر بالتذمر والضيق لعدم تفهم رئيسي المباشر في العمل .
					٤٩_ أشعر بعدم الرغبة في الذهاب إلى العمل وترك أطفالتي في المنزل .
					٥٠_ تراودني فكرة ترك عملي .
					٥١_ يزعجني تغير الرؤساء في العمل .
					٥٢_ يضايقني التنقل من مكان إلى آخر في العمل .
					٥٣_ يؤلمني قصر مدة إجازة الأمومة لرعاية الطفل .
					٥٤_ أشعر بتفكك العلاقة الزوجية نتيجة ظروف عملي .
					٥٥_ الخلافات في العمل تزيد من شعوري بعدم الراحة النفسية .
					٥٦_ يضايقني الاختلاف بين تخصصي وطبيعة عملي .
					٥٧_ أشعر بالضيق من صعوبة التعامل مع المراجعات .
					٥٨_ يضايقني عدم الصدق من الموظفين في العمل .
					٥٩_ يضايقني عدم الوضوح في تنفيذ القرارات في العمل .
					٦٠_ أشعر بعدم احترام شخصية الموظف في العمل .
					٦١_ لا يقصدون الرؤساء في العمل الظروف العائلية والطارئة في الأسرة .
					٦٢_ احتقار بعض المسؤولين لطبيعة عمل الموظفة يقهرني .
					٦٣_ تمنعني متطلبات العمل الكثيرة من الجلوس مع أفراد أسرتي لمدة كافية .

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٦٤_ يزعجني تسلط الرؤساء في العمل .
					٦٥_ عدم الرضا عن طبيعة عملي يسبب لي مشكلات نفسية .
					٦٦_ أعاني من التفرقة بين الموظفين في العمل .
					٦٧_ أشعر بالتوتر في أغلب الأحيان بسبب ضغوط العمل .
					٦٨_ أشعر بعدم الحرية في أدائي للعمل .
					٦٩_ كثرة الجحاملات في العمل ترهقني .
					٧٠_ أوقات الدوام الرسمي في العمل لا تتناسب ومسؤوليات المرأة .
					٧١_ متطلبات العمل تجعلني أقصر في تربية أطفالي .
					٧٢_ تؤثر مشكلاتي في العمل على نفسياتي وحياتي .
					٧٣_ أستاذ من عدم الشعور بالتجديد في العمل .
					٧٤_ يزعجني أن ساعات العمل طويلة .
					٧٥_ أكلف في العمل بأعمال غير مهمة مما يسبب ضياع الوقت والمجهود .
					٧٦_ أشعر بالاضطهاد والظلم من عدم المساواة في العمل .
					٧٧_ أشعر بالضيق من كثرة التعاميم في العمل .
					٧٨_ أضطر لاستكمال عملي في المنزل على حساب وقت الأسرة مما يشعرني بالقلق .
					٧٩_ أعاني من تربية طفل معاق .
					٨٠_ أشعر بالتقصير والإهمال في حق أبنائي .
					٨١_ يزعجني نخيل أبنائي عند التقائهم بالآخرين .



العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
٨٢_ أعاني من مرض مزمن لدى أحد أبنائي .					
٨٣_ يرهقني التعامل مع أبنائي .					
٨٤_ أضطر إلى التعامل مع أبنائي بعصية حتى ينفذوا جميع أوامري وتوجيهاتي .					
٨٥_ أعاني من صعوبة التعامل مع أبنائي المراهقين .					
٨٦_ يقلقني الخوف على مستقبل أبنائي .					
٨٧_ أشعر بالذنب لعدم تمكني من الاستماع لأبنائي بعد عودتي من العمل بسبب التعب الشديد .					
٨٨_ لا يسمح ضيق الوقت بالترفيه عن أبنائي مما يشعرني بعدم الرضا .					
٨٩_ أقضي وقتاً قصيراً مع أبنائي مما يشعرني بالإحباط .					
٩٠_ أشعر بالإرهاق لاعتماد أبنائي علي في تلبية جميع مطالبهم التعليمية والترفيهية .					
٩١_ أعاني من ديون مالية تؤثر على نفسي .					
٩٢_ أجد صعوبة في تسديد الديون المالية مما يشعرني بالقلق الدائم .					
٩٣_ أعاني من عدم إمكانية الادخار من المرتب .					
٩٤_ يجبرني زوجي على المشاركة في جميع نفقات المنزل مما يشعرني بالظلم .					
٩٥_ أشعر بالضيق من عدم القدرة على تلبية جميع التزاماتي الشخصية بسبب الديون .					
٩٦_ أعاني من مشكلة عدم توفر المواصلات .					
٩٧_ انخفاض مرتب زوجي يؤثر على حياتنا .					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٩٨_ أعاني من عدم وجود صديقات مخلصات لي .
					٩٩_ يحزنني أن تقوم الصداقات على المصالح الشخصية .
					١٠٠_ يؤثر على نفسي عدم الصدق في المعاملة بين الصديقات .
					١٠١_ يضايقني عدم تبادل الزيارات بين الصديقات .
					١٠٢_ يضايقني كثرة الإشاعات بين الصديقات .
					١٠٣_ يحزنني الحسد والحقد الذي أشعر به من بعض الصديقات .
					١٠٤_ أستاذ عند حدوث شجار مع صديقة لي .
					١٠٥_ علاقتي بصديقاتي متوترة في كثير من الأوقات مما يؤثر علي .
					١٠٦_ يحبطني عدم قدرتي علي إقامة علاقات جيدة مع صديقاتي .
					١٠٧_ أشعر بالحزن نتيجة كره بعض الصديقات لي .
					١٠٨_ أحزن لعدم التعاون بين الصديقات .
					١٠٩_ ضعف اهتمام واحترام بعض الصديقات لي يشعرني بالإحباط .
					١١٠_ يحزنني تفكك العلاقات الاجتماعية مع العائلة.
					١١١_ يضايقني قلة تبادل الزيارات العائلية لضيق الوقت .
					١١٢_ يؤلمني أن الزيارات العائلية أصبحت روتينية .
					١١٣_ وفاة أحد أفراد عائلتي له تأثير مستمر على نفسي .

العبارة	تطبق دائماً	تطبق غالباً	تطبق أحياناً	تطبق نادراً	لا تنطبق
١١٤_ أشعر بالضيق الشديد لمرض أحد أفراد عائلتي.					
١١٥_ أنزعج من عدم القيام بواجبات الأسرة على أكمل وجه .					
١١٦_ يضايقني عدم تبادل الزيارات مع الأرحام .					
١١٧_ يؤلمني أن أكره أحد أفراد عائلتي بشدة .					
١١٨_ تؤثر مشكلاتي العائلية على نفسيتي ودرجة تركيزي .					
١١٩_ أستاذ من سوء معاملة أبي وكرهه لي .					
١٢٠_ يحزنني عدم اهتمام عائلتي بمشاعري .					
١٢١_ الاحترام غير متبادل بين أفراد العائلة يشعروني بالحزن .					
١٢٢_ أعاني من برودة مشاعر أُمي تجاهي .					
١٢٣_ تقهروني المشكلات مع الخادמות .					
١٢٤_ يتعبني عدم وجود خادمة في المنزل .					
١٢٥_ أعاني من هروب السائق من المنزل في فترات حرجة جداً .					
١٢٦_ أشعر بالقلق الشديد من وجود أبنائي مع الخادمة لأية أسباب .					
١٢٧_ هروب الخادمة من المنزل يزعجني .					
١٢٨_ أخاف من أن تسيء الخادمة معاملة أبنائي انتقاماً من الوالدين .					
١٢٩_ الاعتماد الكامل على الخادمة في المنزل يضايقني .					
١٣٠_ أعاني من ألم في صدري يؤثر على نفسيتي .					

العبرة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
١٣١_ تحمل الأعباء الكثيرة يؤثر على صحي .					
١٣٢_ أشعر بالصداع في كثير من الأوقات .					
١٣٣_ أعاني من بعض المشكلات الصحية التي قد تؤثر على أدائي في العمل .					
١٣٤_ أشعر بألم في ركبتي بسبب كثرة الوقوف في العمل .					
١٣٥_ أعاني من حساسية في الجلد .					
١٣٦_ تتأثر صحي كثيراً من الحمل أثناء العمل .					
١٣٧_ أشعر بالاكئاب نتيجة السمعة التي أثرت على شخصيتي .					
١٣٨_ ظروفي الصحية السيئة جعلتني أشعر بالإحباط .					
١٣٩_ يقلقني تدهور حالي الصحية بسبب ظروف العمل .					
١٤٠_ أعاني من الآلام في القلب .					
١٤١_ أفتقد الطاقة اللازمة للعمل .					
١٤٢_ أعاني من القولون العصبي بسبب كثرة المشكلات في عملي .					
١٤٣_ ظروفي الصحية تشعرني بأني ضعيفة الإرادة .					
١٤٤_ أشعر بالاكئاب في كثير من الأوقات مما يؤثر على حياتي .					
١٤٥_ يقلقني تعرضي للإجهاد أكثر من مرة بسبب ظروف عملي .					
١٤٦_ أعاني من بعض الاضطرابات في شهيتي للأكل .					
١٤٧_ يؤلمني معاناة زوجي من مشاكل صحية .					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبرة
					١٤٨- يحزنني عدم القدرة على الإنجاب .
					١٤٩- أعاني من ضعف شديد وفقر دم حاد .
					١٥٠- ظروفي الصحية جعلتني لا أستطيع أن أبداع في عملي .
					١٥١- أعاني من فشل كلوي .
					١٥٢- لا تتناسب قدراتي مع طبيعة عملي .
					١٥٣- أعاني من عاهة مستديمة أثرت على جميع نواحي حياتي .
					١٥٤- أعاني من آلام في معدتي عند شعوري بالضيق الشديد .
					١٥٥- يزعجني عدم التوفيق بين متطلبات العمل والمزمل .
					١٥٦- أشعر بالتعب والإجهاد من أقل مجهود .
					١٥٧- يرهقني ضيق الوقت المتاح للاسترخاء .
					١٥٨- أشعر بالمعاناة من ارتفاع ضغط الدم .
					١٥٩- أعاني من آلام في أسفل ظهري .
					١٦٠- أتعبني تحمل عبء المزمل والعمل معاً .
					١٦١- أعالج عند طيب نفسي .
					١٦٢- أفقد الثقة في الناس من حولي .
					١٦٣- أشعر بالتعب من تعدد المسؤوليات .
					١٦٤- لدي شعور دائم بالحزن والضيق .
					١٦٥- يحزنني أن أبكي في كثير من الأوقات .
					١٦٦- يؤلمني عدم وجود شخص أتكلم معه .
					١٦٧- أشعر بكثرة التفكير والهموم .

العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
١٦٨_ أعيش في توتر وقلق نفسي .					
١٦٩_ يحزنني أن أفقد الثقة في نفسي .					
١٧٠_ عدم قدرتي على إنجاز مسؤولياتي المتعددة يزيد من إرهاقي .					
١٧١_ يزعجني عدم القدرة على اتخاذ القرار في بعض المشكلات الخاصة .					
١٧٢_ الوقت غير كاف للاهتمام بنفسى مما يشعرنى بالضيق .					
١٧٣_ يرهقنى كثرة الأعباء الملقاة على عاتقى فى المنزل .					
١٧٤_ أعانى من الروتين الذى أفقد الحياة روح التغيير .					
١٧٥_ أفتقد إلى روح المرح والترفيه .					
١٧٦_ يتعبنى صعوبة التوفيق بين المثاليات والواقع .					
١٧٧_ أعانى من ضغوط نفسية شديدة ومتعددة الأسباب .					
١٧٨_ تشعرنى الضغوط بالملل من حياتى كلها .					
١٧٩_ أنزعج من انتشار الغيرة بين الناس .					
١٨٠_ يؤلمنى قيام الناس بالأفعال التى تتنافى والدين والأخلاق .					
١٨١_ أبسط الأمور تجرح مشاعرى .					
١٨٢_ أضطر إلى الالتزام بالصمت فى كثير من الأحيان .					
١٨٣_ أصبحت حساسة جداً فى تعاملى مع الآخرين .					
١٨٤_ ينفذ صبرى من بطء عمل الآخرين .					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					١٨٥_ أكره نفسي في بعض الأوقات مما يشعرني بالألم .
					١٨٦_ يتأثر نومي عند حدوث أي مشكلة لي .
					١٨٧_ يزعجني أن تحول العقبات بيني وبين الراحة الجسمية والنفسية .
					١٨٨_ يزعجني ضيق وقت الترفيه عن النفس .

## ملحق الدراسة رقم (٥)

"مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية"

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان

إشراف الأستاذ الدكتور / محمد بن حمزة السليمانى



## بسم الله الرحمن الرحيم

المحترمة

زميلتي الفاضلة

وبعد

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

أقوم بدراسة بعنوان "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة"، وهي متطلب تكميلي للحصول على درجة الدكتوراه في علم النفس، وحيث أن الدراسة تتطلب استخدام بعض المقاييس النفسية التي منها هذا المقياس، لذلك أرجو منك الاطلاع عليه ثم الإجابة حسب التعليمات الخاصة به، علماً بأن المقياس يهدف إلى التعرف على بعض المصادر التي تسبب لك ضيقاً أو تجعلك تشعرين بالقلق لأسباب مختلفة ومتنوعة.

والمطلوب هو مايلي :

١\_ تعبئة البيانات العامة الأولية .

٢\_ قراءة كل عبارة من العبارات التي يحتوي عليها المقياس بعناية ، ووضع إشارة (✓) أمام كل عبارة .

٣\_ مقياس التقدير المستخدم هو :

\_\_ تنطبق دائماً \_\_ تنطبق غالباً \_\_ تنطبق أحياناً \_\_ تنطبق نادراً \_\_ لا تنطبق .

٤\_ لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة ، كما أن الإجابات سوف تحاط بالسرية التامة ، ولا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط .

٥\_ الرجاء عدم وضع أكثر من علامة واحدة أمام كل عبارة .

الباحثة

شاكرين لكم حسن تعاونكم معنا

عبير بنت محمد الصبان

والله الموفق

## بيانات عامة أولية

الاسم : .....

العمر : .....

المهنة : .....

سنوات الخبرة : .....

عدد الأبناء : .....

الحالة الاجتماعية : .....

م (ض . ن)

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					١_ يضايقي استمرار تسلط زوجي .
					٢_ يحزنني عدم اهتمام زوجي بأموري الصحية .
					٣_ يضايقي فصل زوجي من عمله وعدم التحاقه بعمل آخر .
					٤_ أعاني من عدم التكيف مع بيئة العمل .
					٥_ أشعر بعدم الانتماء إلى مجموعات الزميلات في العمل .
					٦_ أعاني من عدم الموازنة بين متطلبات العمل ومتطلبات الأسرة .
					٧_ أعاني من تربية طفل معاق .
					٨_ أشعر بالتقصير والإهمال في حق أبنائي .
					٩_ أعاني من ديون مالية تؤثر على نفسيي .
					١٠_ أجد صعوبة في تسديد الديون المالية مما يشعرني بالقلق الدائم .

العبارة	تطبق دائماً	تطبق غالباً	تطبق أحياناً	تطبق نادراً	لا تنطبق
١١_ أعاني من عدم وجود صديقات مخلصات لي .					
١٢_ يحزنني أن تقوم الصداقات على المصالح الشخصية .					
١٣_ يحزنني تفكك العلاقات الاجتماعية مع العائلة .					
١٤_ يضايقني قلة تبادل الزيارات العائلية لضيق الوقت .					
١٥_ تقهربي المشكلات مع الخادמות .					
١٦_ أعاني من هروب السائق من المنزل في فترات حرجة جداً .					
١٧_ أعاني من ألم في صدري يؤثر على نفسيتي .					
١٨_ تحمل الأعباء الكثيرة يؤثر على صحي .					
١٩_ أشعر بالصداع في كثير من الأوقات .					
٢٠_ أعاني من بعض المشكلات الصحية التي قد تؤثر على أدائي في العمل .					
٢١_ أتعبني تحمل عبء المنزل والعمل معاً .					
٢٢_ يزعجني عدم التوفيق بين متطلبات العمل والمنزل .					
٢٣_ أفقد الثقة في الناس من حولي .					
٢٤_ أشعر بالتعب من تعدد المسؤوليات .					
٢٥_ لدي شعور دائم بالحزن والضيق .					
٢٦_ يعاني زوجي من ضغوط في عمله مما قد يؤثر على حياتنا الأسرية .					
٢٧_ تضايقني المشكلات التي تحدث مع أهل زوجي .					
٢٨_ يعاملني زوجي معاملة جافة .					
٢٩_ يزعجني عناد زوجي .					
٣٠_ يجرمني زوجي من الزيارات العائلية .					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٣١_ أشعر أن مهنتي مهنة شاقة ذات متطلبات كثيرة.
					٣٢_ أشعر بالإرهاق الشديد نتيجة كثرة أعباء العمل.
					٣٣_ أشعر بعدم الاستقرار في العمل .
					٣٤_ انقطعت عن الزيارات بسبب العمل وعدم توفر الوقت الكافي .
					٣٥_ أشعر بالتذمر والضيق لعدم تفهم رئيسي المباشر في العمل .
					٣٦_ يزعجني خجل أبنائي عند التقائهم بالآخرين .
					٣٧_ أعاني من مرض مزمن لدى أحد أبنائي .
					٣٨_ يرهقني التعامل مع أبنائي .
					٣٩_ أعاني من عدم إمكانية الادخار من المرتب .
					٤٠_ يجبرني زوجي على المشاركة في جميع نفقات المنزل مما يشعرني بالظلم .
					٤١_ يؤثر على نفسي عدم الصدق في المعاملة بين الصديقات .
					٤٢_ يضايقني عدم تبادل الزيارات بين الصديقات .
					٤٣_ يضايقني كثرة الإشاعات بين الصديقات .
					٤٤_ وفاة أحد أفراد عائلتي له تأثير مستمر على نفسي .
					٤٥_ يؤلمني أن الزيارات العائلية أصبحت روتينية .
					٤٦_ أشعر بالقلق الشديد من وجود أبنائي مع الخادمة لأية أسباب .
					٤٧_ هروب الخادمة من المنزل يزعجني .
					٤٨_ أعاني من حساسية في الجلد .

العبارة	تطبق دائماً	تطبق غالباً	تطبق أحياناً	تطبق نادراً	لا تنطبق
٤٩_ أشعر بألم في ركبتي بسبب كثرة الوقوف في العمل .					
٥٠_ تتأثر صحي كثيراً من الحمل أثناء العمل .					
٥١_ أشعر بالاكتئاب نتيجة السمعة التي أثرت على شخصيتي .					
٥٢_ أعاني من الآلام في القلب .					
٥٣_ يحزنني أن أبكي في كثير من الأوقات .					
٥٤_ يؤلمني عدم وجود شخص أتكلم معه .					
٥٥_ أشعر بكثرة التفكير والهموم .					
٥٦_ أعيش في توتر وقلق نفسي .					
٥٧_ يحزنني أن أفقد الثقة في نفسي .					
٥٨_ يؤلمني ارتباط زوجي بامرأة أخرى .					
٥٩_ يحزنني إهانة زوجي لي .					
٦٠_ يزعجني قلة حديث زوجي معي .					
٦١_ يضايقني ترك زوجي لي في المنزل مدة طويلة .					
٦٢_ أشعر بالملل والإحباط في العمل .					
٦٣_ أشعر بعدم الرغبة في الذهاب إلى العمل وترك أطفالي في المنزل .					
٦٤_ تراودني فكرة ترك عملي .					
٦٥_ يزعجني تغير الرؤساء في العمل .					
٦٦_ يضايقني التنقل من مكان إلى آخر في العمل .					
٦٧_ يؤلمني قصر مدة إجازة الأمومة لرعاية الطفل .					
٦٨_ أضطر إلى التعامل مع أبنائي بعصبية حتى ينفذوا جميع أوامري وتوجيهاتي .					

العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
٦٩_ أعاني من صعوبة التعامل مع أبنائي المراهقين .					
٧٠_ يقلقني الخوف على مستقبل أبنائي .					
٧١_ أشعر بالذنب لعدم تمكني من الاستماع لأبنائي بعد عودتي من العمل بسبب التعب الشديد .					
٧٢_ أشعر بالضيق من عدم القدرة على تلبية جميع التزاماتي الشخصية بسبب الديون .					
٧٣_ أعاني من مشكلة عدم توفر المواصلات .					
٧٤_ يحزنني الحسد والحقد الذي أشعر به من بعض الصديقات .					
٧٥_ أستاذ عند حدوث شجار مع صديقة لي .					
٧٦_ علاقاتي بصديقاتي متوترة في كثير من الأوقات مما يؤثر علي .					
٧٧_ يحبطني عدم قدرتي علي إقامة علاقات جيدة مع صديقاتي .					
٧٨_ أشعر بالضيق الشديد لمرض أحد أفراد عائلتي .					
٧٩_ أنزعج من عدم القيام بواجبات الأسرة علي أكمل وجه .					
٨٠_ تؤثر مشكلاتي العائلية علي نفسي ودرجة تركيزي .					
٨١_ يضايقني عدم تبادل الزيارات مع الأرحام .					
٨٢_ يؤلمني أن أكره أحد أفراد عائلتي بشدة .					
٨٣_ أخاف من أن تسيء الخادمة معاملة أبنائي انتقاماً من الوالدين .					
٨٤_ الاعتماد الكامل علي الخادمة في المنزل يضايقني.					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					٨٥_ يقلقني تدهور حالي الصحية بسبب ظروف العمل .
					٨٦_ ظروفى الصحية السيئة جعلتني أشعر بالإحباط .
					٨٧_ أفتقد الطاقة اللازمة للعمل .
					٨٨_ أعاني من القولون العصبي بسبب كثرة المشكلات في عملي .
					٨٩_ ظروفى الصحية تشعرني بأنني ضعيفة الإرادة .
					٩٠_ أشعر بالاكتئاب في كثير من الأوقات مما يؤثر على حياتي .
					٩١_ عدم قدرتي على إنجاز مسؤولياتي المتعددة يزيد من إرهاقي .
					٩٢_ يزعجني عدم القدرة على اتخاذ القرار في بعض المشكلات الخاصة .
					٩٣_ الوقت غير كاف للاهتمام بنفسى مما يشعرني بالضيق .
					٩٤_ يتعبني صعوبة التوفيق بين المثاليات والواقع .
					٩٥_ أعاني من الروتين الذي أفقد الحياة روح التغيير .
					٩٦_ أفتقد إلى روح المرح والترفيه .
					٩٧_ يرهقني كثرة الأعباء الملقاة على عاتقي في المنزل .
					٩٨_ أعاني من ضغوط نفسية شديدة ومتعددة الأسباب .
					٩٩_ أعاني من أعباء تربية أبناء زوجي .
					١٠٠_ يتعبني الجهود الذي أقوم به لإرضاء زوجي .

العبارة	تطبق دائماً	تطبق غالباً	تطبق أحياناً	تطبق نادراً	لا تنطبق
١٠١_ يقهرني السرور الذي أشعر به في حياتي الزوجية .					
١٠٢_ أشعر بالظلم لعدم عدل زوجي معي .					
١٠٣_ يزعجني حديث زوجي عن مشكلاتنا الزوجية الناتجة عن خروجي للعمل أمام أفراد العائلة .					
١٠٤_ لا يراعي زوجي أنني امرأة عاملة .					
١٠٥_ يحزنني سوء علاقتي بزوجي .					
١٠٦_ يضايقني عدم تعاون زوجي معي في بعض الأعمال المنزلية .					
١٠٧_ أعاني من برودة مشاعر زوجي .					
١٠٨_ أفترق إلى الحب والحنان من زوجي .					
١٠٩_ أشعر بتفكك العلاقة الزوجية نتيجة ظروف عملي .					
١١٠_ الخلافات في العمل تزيد من شعوري بعدم الراحة النفسية .					
١١١_ يزعجني تسلط الرؤساء في العمل .					
١١٢_ يضايقني الاختلاف بين تخصصي وطبيعة عملي .					
١١٣_ أشعر بالضيق من صعوبة التعامل مع المراجعات .					
١١٤_ يضايقني عدم الصدق من الموظفين في العمل .					
١١٥_ يضايقني عدم الوضوح في تنفيذ القرارات في العمل .					
١١٦_ أشعر بعدم احترام شخصية الموظف في العمل .					
١١٧_ لا يقدرّون الرؤساء في العمل الظروف العائلية والطارئة في الأسرة .					



العبارة	تطبق دائماً	تطبق غالباً	تطبق أحياناً	تطبق نادراً	لا تطبق
١١٨_ احتقار بعض المسئولين لطبيعة عمل الموظفة يقهرني .					
١١٩_ تمنعني متطلبات العمل الكثيرة من الجلوس مع أفراد أسرتي لمدة كافية .					
١٢٠_ لا يسمح ضيق الوقت بالترفيه عن أبنائي مما يشعرني بعدم الرضا .					
١٢١_ أقضي وقتاً قصيراً مع أبنائي مما يشعرني بالإحباط .					
١٢٢_ أشعر بالإرهاق لاعتماد أبنائي علي في تلبية جميع مطالبهم التعليمية والترتلية .					
١٢٣_ أشعر بالحزن نتيجة كره بعض الصديقات لي .					
١٢٤_ ضعف اهتمام واحترام بعض الصديقات لي يشعرني بالإحباط .					
١٢٥_ أحزن لعدم التعاون بين الصديقات .					
١٢٦_ أستاذ من سوء معاملة أبي وكرهه لي .					
١٢٧_ يحزنني عدم اهتمام عائلتي بمشاعري .					
١٢٨_ الاحترام غير متبادل بين أفراد العائلة يشعرني بالحزن .					
١٢٩_ أعاني من برودة مشاعر أمي تجاهي .					
١٣٠_ يقلقني تعرضي للإجهاض أكثر من مرة بسبب ظروف عملي .					
١٣١_ أعاني من بعض الاضطرابات في شهيتي للأكل .					
١٣٢_ يؤلمني معاناة زوجي من مشاكل صحية .					
١٣٣_ يحزنني عدم القدرة على الإنجاب .					

لا تنطبق	تنطبق نادراً	تنطبق أحياناً	تنطبق غالباً	تنطبق دائماً	العبارة
					١٣٤_ أعاني من ضعف شديد وقر دم حاد .
					١٣٥_ ظروفي الصحية جعلتني لا أستطيع أن أبداع في عملي .
					١٣٦_ لا تتناسب قدراتي مع طبيعة عملي .
					١٣٧_ أشعر بالتعب والإجهاد من أقل مجهود .
					١٣٨_ أعاني من آلام في معدتي عند شعوري بالضيق الشديد .
					١٣٩_ أعالج عند طبيب نفسي .
					١٤٠_ يرهقني ضيق الوقت المتاح للاسترخاء .
					١٤١_ أشعر بالمعاناة من ارتفاع ضغط الدم .
					١٤٢_ أعاني من آلام في أسفل ظهري .
					١٤٣_ ترهقني كثرة مطالب زوجي .
					١٤٤_ عدم تفهم زوجي لي يزيد من مشكلاتي .
					١٤٥_ أنزعج عندما يمنعني زوجي من الذهاب إلى السوق .
					١٤٦_ يضايقني عدم الاتفاق مع زوجي فيما يخص تربية الأطفال .
					١٤٧_ أشعر بالضيق من عدم الاتفاق في الرأي مع زوجي .
					١٤٨_ يزعجني الصوت المرتفع لزوجي أثناء النقاش معي .
					١٤٩_ لا يشعر زوجي بمسؤولياته تجاه أبنائه .
					١٥٠_ يلومني زوجي بشأن تربية أبنائي رغم إهماله هو لهم .

العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
١٥١_ يضايقني انشغال زوجي .					
١٥٢_ يزعجني عدم الترتيب والنظام كأحد صفات زوجي .					
١٥٣_ يؤثر انخفاض مرتب زوجي على حياتنا .					
١٥٤_ أنزعج من كثرة اعتماد زوجي علي في أمور حياتنا الزوجية .					
١٥٥_ عدم الرضا عن طبيعة عملي يسبب لي مشكلات نفسية .					
١٥٦_ أعاني من التفرقة بين الموظفين في العمل .					
١٥٧_ أشعر بالتوتر في أغلب الأحيان بسبب ضغوط العمل .					
١٥٨_ أشعر بعدم الحرية في أدائي للعمل .					
١٥٩_ كثرة المجاملات في العمل ترهقني .					
١٦٠_ أوقات الدوام الرسمي في العمل لا تتناسب ومسؤوليات المرأة .					
١٦١_ متطلبات العمل تجعلني أقصر في تربية أطفالي .					
١٦٢_ تؤثر مشكلاتي في العمل على نفسياتي وحياتي .					
١٦٣_ أستاذ من عدم الشعور بالتحديد في العمل .					
١٦٤_ يزعجني أن ساعات العمل طويلة .					
١٦٥_ أكلف في العمل بأعمال غير مهمة مما يسبب ضياع الوقت والمجهود .					
١٦٦_ أشعر بالاضطهاد والظلم من عدم المساواة في العمل .					
١٦٧_ تشعرني الضغوط بالملل من حياتي كلها .					

العبرة	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	تنطبق أحياناً	تنطبق نادراً	لا تنطبق
١٦٨- أنزعج من انتشار الغيرة بين الناس .					
١٦٩- يؤلمني قيام الناس بالأفعال التي تتنافى والدين والأخلاق .					
١٧٠- أبسط الأمور تجرح مشاعري .					
١٧١- أضطر إلى الالتزام بالصمت في كثير من الأحيان .					
١٧٢- أصبحت حساسة جداً في تعاملتي مع الآخرين.					
١٧٣- ينفذ صبري من بطء عمل الآخرين .					
١٧٤- أكره نفسي في بعض الأوقات مما يشعرني بالألم .					
١٧٥- يتأثر نومي عند حدوث أي مشكلة لي .					
١٧٦- يزعجني أن تحول العقبات بيني وبين الراحة الجسمية والنفسية .					
١٧٧- يزعجني ضيق وقت الترفيه عن النفس .					
١٧٨- أعاني من بخل زوجي .					
١٧٩- يضايقني تحكم زوجي في الإنفاق من مرتبي الخاص .					
١٨٠- يؤلمني معاناة زوجي من الديون .					
١٨١- أنزعج من قلة خروج زوجي من المنزل .					
١٨٢- يؤلمني عدم مساواة زوجي لزياراتنا العائلية .					
١٨٣- أشعر بالضيق من كثرة التعاميم في العمل .					
١٨٤- أضطر لاستكمال عملي في المنزل على حساب وقت الأسرة مما يشعرني بالقلق .					
١٨٥- أعاني من عدم وجود خادمة في المنزل .					

## ملحق الدراسة رقم (٦)

"قائمة كورنل للنواحي العصائية والسيكوسوماتية"  
أعداد / برودمان وإردمان ، وولف ومسكوفيتز  
(Brodman , Erdman , Wolf , Miskovits)  
(١٩٨٦م)

تعريب الأستاذ الدكتور/ محمود بن السيد أبو النيل  
(٢٠٠١م)

## بسم الله الرحمن الرحيم

زميلتي الفاضلة

المحترمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

وبعد

في الصفحات التالية مجموعة من الأسئلة التي تتعلق بالصحة وأحوالك المختلفة والمطلوب منك هو :

١\_ قراءة كل عبارة من العبارات التي يحتوي عليها المقياس بعناية .

٢\_ الإجابة بصدق وصراحة تامة .

علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو إجابة غير صحيحة على أي من هذه الأسئلة ، فالسؤال الذي ينطبق عليك أجبي عنه بـ (نعم) ، وذلك بوضع إشارة (س) تحت كلمة (نعم) ، والسؤال الذي لا ينطبق عليك أجبي عنه بـ (لا) ، وذلك بوضع إشارة (س) تحت كلمة (لا) .

شاكرين لكم حسن تعاونكم

الباحثة

عبير بنت محمد الصبان

العبارة	(نعم)	(لا)
١_ هل تحتاج نظارة للقراءة ؟		
٢_ هل تحتاج نظارة لرؤية الأشياء البعيدة ؟		
٣_ هل تطرف عينك أو تدمع باستمرار ؟		
٤_ هل عينك غالباً ما تكون حمراوين أو ملتهبتين ؟		
٥_ هل يحدث لك غالباً فقدان كامل للرؤية ؟		
٦_ هل عادة تعاني من آلام شديدة في عينيك ؟		
٧_ هل أحسست بسحابات في العين ؟		
٨_ هل سبق أن أخبرت بأن عندك جلو كوما (مياه زرقاء بالعين) ؟		
٩_ هل تستعمل عدسات لاصقة ؟		
١٠_ هل عانيت أبداً من ازدواج الرؤية ؟		
١١_ هل تسمع بصعوبة ؟		
١٢_ هل استعملت مساعدات سمعية ؟		
١٣_ هل تلاحظ طنين في أذنك ؟		
١٤_ هل عليك أن تطرد البلغم من حلقك كثيراً ؟		
١٥_ هل كثيراً ما تحس بغصة خائفة في زورك ؟		
١٦_ هل أنفك مسدود باستمرار ؟		
١٧_ هل أنفك يرشح باستمرار ؟		
١٨_ هل سبق أن أصبت بتزيف حاد في الأنف ؟		
١٩_ هل تعاني كثيراً من شدة البرد ؟		
٢٠_ هل يجعلك تكرار الإصابة بالبرد تعيساً طوال الشتاء ؟		
٢١_ هل أصبت بالحمى (حرارة شديدة بكل الجسم) ؟		
٢٢_ هل تعاني من مرض الربو ؟		
٢٣_ هل تعاني من التهاب الجيوب الأنفية ؟		
٢٤_ هل تضايقت الكحة المستمرة ؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
٢٥_ هل حدث أن كانت كحتك مصحوبة بدم؟		
٢٦_ هل تعاني من الالتهاب الشعبي؟		
٢٧_ هل يحدث أحياناً أن تعرق عرقاً غزيراً أثناء الليل؟		
٢٨_ هل أجريت كشف بأشعة إكس على صدرك في السنتين الأخيرتين؟		
٢٩_ هل أصبت من قبل بالالتهاب الرئوي؟		
٣٠_ هل أنت مدخن؟		
٣١_ هل تعاني من الذبحة الصدرية؟		
٣٢_ هل سبق أن أصبت بنوبة قلبية؟		
٣٣_ هل سبق أن أجري لك رسم قلب بعد القيام بمجهود بدني كبير؟		
٣٤_ هل يعاني أفراد عائلتك من متاعب قلبية؟		
٣٥_ هل سبق أن عمل لك رسم قلب؟		
٣٦_ هل تصحو أثناء الليل لضيق التنفس؟		
٣٧_ هل تقوم بتدريبات منتظمة (يوميًا)؟		
٣٨_ هل سبق أن أخبرك الطبيب أن ضغط الدم لديك مرتفع جداً أو منخفض؟		
٣٩_ هل سبق أن علمت بأن نسبة الكوليسترول مرتفعة في دمك؟		
٤٠_ هل تشعر بالآلام في القلب أو الصدر؟		
٤١_ هل غالباً ما تكون نبضات قلبك سريعة؟		
٤٢_ هل تشعر بصعوبة في التنفس؟		
٤٣_ هل تصبح مقطوع الأنفاس قبل أي شخص آخر؟		
٤٤_ هل سبق أن وصف لك مضادات حيوية أثناء علاج أسنانك؟		
٤٥_ هل تعاني من تورم في مفصل القدم؟		



العبارة	(نعم)	(لا)
٤٦_ هل سبق أن تناولت أدوية لتخليص جسمك من الماء؟		
٤٧_ هل سبق أن أصابتك حمى روماتزمية؟		
٤٨_ هل سبق أخبرارك بوجود لغط في قلبك؟		
٤٩_ هل سبق أخبرارك بوجود مشاكل في صمامات قلبك؟		
٥٠_ هل فقدت أكثر من نصف أسنانك؟		
٥١_ هل تعاني من نزيف في اللثة؟		
٥٢_ هل تعاني من صعوبة في البلع؟		
٥٣_ هل تعاني من التهابات في الفم؟		
٥٤_ هل تعاني من التهابات في الشفة (أو الشفتين)؟		
٥٥_ هل سبق لك أن عانيت من آلام أثناء البلع؟		
٥٦_ هل تعاني من تهيج في القولون أو المعدة؟		
٥٧_ هل سبق أن حدث لك فتق؟		
٥٨_ هل سبق أن أجري لك فحص بالأشعة السينية للجزء العلوي من الجهاز الهضمي؟		
٥٩_ هل سبق أن أجري لك فحص بالأشعة السينية باستخدام الصبغة؟		
٦٠_ هل سبق أن كان لديك حصوات مرارية؟		
٦١_ هل سبق أن أجريت كشفاً على فتحة الشرج؟		
٦٢_ هل سبق حدوث التهاب في الغشاء المخاطي للقولون؟		
٦٣_ هل سبق أن أصابتك الدوسنتيريا؟		
٦٤_ هل زاد وزنك مؤخراً؟		
٦٥_ هل نقص وزنك مؤخراً؟		
٦٦_ هل سبق أن أصبت بالتهاب في الزائدة الدودية؟		
٦٧_ هل سبق أن أجريت لك جراحة في البطن؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
٦٨_ هل سبق أن أصبت بقرحة ؟		
٦٩_ هل سبق أن لاحظت وجود دم في البراز ؟		
٧٠_ هل سبق أن حدث لك كسور في العظام ؟		
٧١_ هل تعاني من وجود عظام ضعيفة أو هشّة ؟		
٧٢_ هل تتناول الأسبرين بانتظام بسبب التهاب المفاصل (الروماتيزم) ؟		
٧٣_ هل تعاني كثيراً من آلام وتورمات في مفاصلك ؟		
٧٤_ هل تشعر بتيبس في عضلاتك ومفاصلك باستمرار ؟		
٧٥_ هل عادة تعاني من آلام قاسية في ذراعيك أو ساقيك ؟		
٧٦_ هل أنت مقعد بسبب الروماتيزم الشديد (التهاب المفاصل) ؟		
٧٧_ هل ينتشر الروماتيزم (التهاب المفاصل) في عائلتك ؟		
٧٨_ هل تجعل قدمك الضعيفة أو المؤلمة حياتك بائسة ؟		
٧٩_ هل تجد صعوبة في الاستمرار في العمل بسبب آلام الظهر ؟		
٨٠_ هل تعاني من عجز خطير أو عاهة ؟		
٨١_ هل تعاني من إصابات جلدية مزمنة ؟		
٨٢_ هل كثيراً ما يظهر طفح جلدي لديك ؟		
٨٣_ هل جلدك حساس جداً أو رقيق ؟		
٨٤_ هل تظل الجروح في جلدك عادة مفتوحة لمدة طويلة ؟		
٨٥_ هل يحدث غالباً احمرار شديد في وجهك ؟		
٨٦_ هل تعرق بشكل غزير حتى في الجو البارد ؟		
٨٧_ هل تعاني من وجود حكة شديدة في جلدك ؟		
٨٨_ هل تعاني من تكرار حدوث صداع بالرأس ؟		
٨٩_ هل الصداع منتشر في عائلتك ؟		
٩٠_ هل الضغط والصداع في الرأس غالباً ما يجعل حياتك بائسة ؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
٩١_ هل يحدث لك نوبات سخونة أو برودة ؟		
٩٢_ هل غالباً ما تعاني من نوبات شديدة من الدوخة ؟		
٩٣_ هل كثيراً ما تشعر بالإغماء ؟		
٩٤_ هل أصبت بالإغماء أكثر من مرتين في حياتك ؟		
٩٥_ هل تشعر بتخدير مستمر أو خز في أجزاء جسمك ؟		
٩٦_ هل سبق أن أصيب أحد أجزاء جسمك بالشلل ؟		
٩٧_ هل سبق أن أصبت بضربة أفقدتك الوعي ؟		
٩٨_ هل حدث لك ارتعاش في الوجه أو الرأس أو الأكتاف ؟		
٩٩_ هل سبق أن حدث لك نوبة مرض أو تشنج (صرع) ؟		
١٠٠_ هل سبق أن حدث نوبة مرض أو تشنج (صرع) لأحد أفراد عائلتك ؟		
١٠١_ هل تقرض أو تعض أظفرك بصورة ضارة ؟		
١٠٢_ هل تعاني من التهتهة أو اللعثة ؟		
١٠٣_ هل تمشي أثناء النوم ؟		
١٠٤_ هل تتبول في الفراش ؟		
١٠٥_ هل كنت تتبول في الفراش وعمرك من ٨ الى ١٤ سنة ؟		
١٠٦_ هل غالباً ما تكون أعضائك التناسلية بها ألم أو التهاب ؟		
١٠٧_ هل سبق أن أوصف لك علاج لأعضائك التناسلية ؟		
١٠٨_ هل سبق أن أخطر الطبيب بأن عندك فتق ؟		
١٠٩_ هل سبق أن كان تبولك مصحوباً بدم ؟		
١١٠_ هل لديك مشكلة عند بدء التبول ؟		
١١١_ هل تعاني من مشكلات خاصة بقدرتك الجنسية ؟		
١١٢_ هل سبق أن كان لديك مشكلة خاصة بالجهاز التناسلي ؟		
١١٣_ هل سبق أن كان لديك حصوة في الكلية ؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
١١٤- هل يجب عليك أن تنهض من نومك كل ليلة للتبول؟		
١١٥- هل عادة ما تتبول كثيراً أثناء النهار؟		
١١٦- هل تعاني غالباً من حرقان شديد عندما تتبول؟		
١١٧- هل أحياناً ما تفقد التحكم بالثانة؟		
١١٨- هل غالباً ما تحدث لك نوبات من الإجهاد الكامل أو التعب؟		
١١٩- هل سبق أن أنبأك الطبيب بأنك تعاني من مرض في الكلية أشعر أو المثانة؟		
١٢٠- هل العمل ينهك (يجهد) قوتك كلية؟		
١٢١- هل عادة تحس بالتعب والإجهاد في الصباح؟		
١٢٢- هل يجهدك أي مجهود ولو كان ضئيلاً؟		
١٢٣- هل يحدث أن تكون متعباً جداً و منهمك لدرجة أنك لا تستطيع تناول الطعام؟		
١٢٤- هل تعاني من إجهاد عصبي شديد؟		
١٢٥- هل ينتشر الإجهاد العصبي بين أفراد عائلتك؟		
١٢٦- هل كثيراً ما تكون مريضاً؟		
١٢٧- هل كثيراً ما تلازم الفراش بسبب المرض؟		
١٢٨- هل أنت دائماً صحتك ضعيفة؟		
١٢٩- هل تعتبر شخصاً دائماً المريض؟		
١٣٠- هل أنت شخص من عائلة أفرادها دائمي المرض؟		
١٣١- هل آلام الصداع الشديدة تجعل من المستحيل عليك القيام بعملك؟		
١٣٢- هل تقلق كثيراً وتكون مترعجاً بخصوص صحتك؟		
١٣٣- هل أنت دائماً مريض وغير سعيد؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
١٣٤_ هل ضعف الصحة يجعلك دائماً بائساً ؟		
١٣٥_ هل سبق أن أصبت بمرض الحمى القرمزية ؟		
١٣٦_ هل أصبت في طفولتك بحمى روماتيزمية أو آلام شديدة أو ارتعاش في الأطراف ؟		
١٣٧_ هل سبق أن حدث لك مرض الملاريا ؟		
١٣٨_ هل سبق علاجك من أنيميا حادة ؟		
١٣٩_ هل سبق أن عولجت من مرض تناسلي خبيث ؟		
١٤٠_ هل سبق أن أصبت بمرض السكر ؟		
١٤١_ هل أخبرك الطبيب أن لديك التهاب بالغدة الدرقية ؟		
١٤٢_ هل سبق أن عالجك الطبيب من ورم أو سرطان ؟		
١٤٣_ هل تعاني من أي مرض مزمن ؟		
١٤٤_ هل وزنك أقل من المعدل ؟		
١٤٥_ هل وزنك أزيد من المعدل ؟		
١٤٦_ هل أخبرك الطبيب بوجود أوردة متضخمة في ساقيك ؟		
١٤٧_ هل سبق لك إجراء عملية خطيرة ؟		
١٤٨_ هل سبق أن حدثت لك إصابة خطيرة ؟		
١٤٩_ هل غالباً ما تحدث لك حوادث صغيرة أو إصابات ؟		
١٥٠_ هل سبق أن عانيت من حالة في الغدة الدرقية ؟		
١٥١_ هل تعاني من انخفاض في نسبة السكر في الدم (هيبوجسليكميا) ؟		
١٥٢_ هل سبق لك عمل اختبار نسبة الجلوكوز ؟		
١٥٣_ هل عادة ما تجد صعوبة كي تنام أو تستمر في النوم ؟		
١٥٤_ هل تجد من المستحيل أخذ فترة راحة منتظمة كل يوم ؟		
١٥٥_ هل تجد من المستحيل عمل تمارين منتظمة يومياً ؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
١٥٦_ هل تدخن أكثر من عشرين سيجارة يومياً ؟		
١٥٧_ هل تتناول أكثر من تسعة فناجين من القهوة أو الشاي يومياً ؟		
١٥٨_ هل تتناول عادة مشروباً كحولياً مرتين أو أكثر يومياً ؟		
١٥٩_ هل سبق أن أجريت لك عملية نقل دم ؟		
١٦٠_ هل سبق إخبارك بأن لا تتبرع بدمك ؟		
١٦١_ هل سبق لك تعاطي المخدرات ؟		
١٦٢_ هل كثيراً ما تعاطى أدوية بدون تشخيص من الطبيب ؟		
١٦٣_ هل سبق أن تعرضت تعرضاً شديداً للإشعاع ؟		
١٦٤_ هل تتعرض أو تتعامل مع الكيماويات أثناء عملك ؟		
١٦٥_ هل لك هوايات غير عادية قد تؤثر في صحتك ؟		
١٦٦_ هل تقتني في منزلك حيوانات غير مألوفة (سلاحف ، أو ثعابين ، أو قروود ، الخ) ؟		
١٦٧_ هل سبق أصابتك بالمرض أثناء سفرك بالخارج ؟		
١٦٨_ هل تستخدم حبوباً منومة ؟		
١٦٩_ هل تستخدم الفيتامينات بانتظام ؟		
١٧٠_ هل تتناول حبوب الحديد بانتظام ؟		
١٧١_ هل سبق لك أن احتجت إلى خدمات من يعالج العمود الفقري بتقويمه يدوياً ؟		
١٧٢_ هل تتناول بانتظام مهدئات ومسكنات ؟		
١٧٣_ هل تعرق أو ترتعش كثيراً أثناء الامتحانات أو حين توجه إليك أسئلة ؟		
١٧٤_ هل تحس بأنك عصبي أو مهزوز عندما يقترب منك أحد رؤسائك ؟		

العبارة	(نعم)	(لا)
١٧٥_ هل ترتبك في عملك عندما يراقبك أحد رؤسائك أثناء قيامك به ؟		
١٧٦_ هل تختلط عندك الأشياء تماماً إذا كان عليك العمل بسرعة؟		
١٧٧_ هل يجب أن تقوم بعمل الأشياء ببطء شديد حتى لا تقع في أخطاء ؟		
١٧٨_ هل تفهم الأوامر والتوجيهات بصورة خاطئة دائماً ؟		
١٧٩_ هل تخيفك الأماكن غير المألوفة أو الناس الأغراب ؟		
١٨٠_ هل تخاف عندما تكون وحيداً بلا أصدقاء حولك ؟		
١٨١_ هل من الصعب عليك دائماً أن تأخذ قرارك ؟		
١٨٢_ هل تود أن يكون هناك دائماً أحد بجوارك لينصحك ؟		
١٨٣_ هل تعتبر شخصاً يفتقر إلى الخبرة ؟		
١٨٤_ هل يضايقك تناول الطعام في أي مكان غير منزلك ؟		
١٨٥_ هل تشعر بالعزلة والحزن أثناء تواجدك في إحدى الحفلات ؟		
١٨٦_ هل تشعر عادة بعدم السعادة والاكتئاب ؟		
١٨٧_ هل غالباً ما تبكي ؟		
١٨٨_ هل أنت دائماً مبتئس وحزين ؟		
١٨٩_ هل تبدو لك الحياة لا أمل فيها كلية ؟		
١٩٠_ هل غالباً ما تود أن تكون ميتاً وبعيداً عن كل شيء ؟		
١٩١_ هل يحيطك القلق باستمرار ؟		
١٩٢_ هل ينتشر القلق بين أفراد عائلتك ؟		
١٩٣_ هل أي شيء ضئيل يثير أعصابك وينهكك ؟		
١٩٤_ هل تعتبر شخصاً عصياً ؟		
١٩٥_ هل العصبية من صفات أفراد عائلتك ؟		
١٩٦_ هل سبق أن أصبت باهتيار عصي ؟		

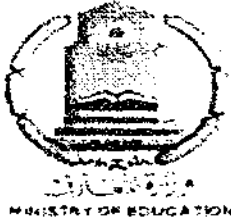
العبارة	(نعم)	(لا)
١٩٧_ هل سبق أن أصيب أحد أفراد عائلتك باهتزاز عصبي؟		
١٩٨_ هل سبق أن كنت تعالج في أحد المستشفيات النفسية (بسبب أعصابك)؟		
١٩٩_ هل سبق علاج أحد أفراد أسرته في أحد المستشفيات العقلية (بسبب أعصابه)؟		
٢٠٠_ هل أنت حساس جداً؟		
٢٠١_ هل أنت من عائلة خجولة؟		
٢٠٢_ هل من السهل إيذاء شعورك؟		
٢٠٣_ هل يثيرك النقد دائماً؟		
٢٠٤_ هل تعتبر شخصاً سريع الغضب؟		
٢٠٥_ هل دائماً يسيء الناس فهمك؟		
٢٠٦_ هل تخترس لنفسك دائماً حتى وأنت مع أصدقائك؟		
٢٠٧_ هل تفعل الأشياء دائماً باندفاع مفاجئ؟		
٢٠٨_ هل من السهل إزعاجك أو إثارتك؟		
٢٠٩_ هل تنهار إذا لم تحافظ باستمرار على التحكم في نفسك؟		
٢١٠_ هل المضايقات الصغيرة تثير أعصابك وتجعلك غاضباً؟		
٢١١_ هل يثير غضبك أن تجد من يخبرك بما عليك أن تفعله؟		
٢١٢_ هل غالباً ما يضايقك الناس أو يثيرونك؟		
٢١٣_ هل تقع في الغضب إذا لم تستطيع الحصول على ما تطلبه فوراً؟		
٢١٤_ هل غالباً ما يصيبك هياج عنيف؟		
٢١٥_ هل غالباً ما تهتز أو ترتعش؟		
٢١٦_ هل ترتعش أو تشعر بالضعف حينما يصبح أحد في وجهك؟		



العبارة	(نعم)	(لا)
٢١٧_ هل تكون دائماً ثائراً وشديداً العصبية ؟		
٢١٨_ هل تجعلك الأصوات المفاجئة ترتجف بشدة ؟		
٢١٩_ هل تخاف من الحركات المفاجئة أو الضوضاء أثناء الليل ؟		
٢٢٠_ هل غالباً ما تصحو من النوم بسبب الأحلام المزعجة ؟		
٢٢١_ هل تعاودك الأفكار المخيفة دائماً ؟		
٢٢٢_ هل غالباً ما يعتربك خوف مفاجئ بدون سبب معقول ؟		
٢٢٣_ هل غالباً ما يتصبب العرق من جسمك ؟		

## ملحق الدراسة رقم (٧)

"الخطابات الرسمية للإذن بتطبيق أدوات الدراسة"



المملكة العربية السعودية  
وزارة المعارف  
شئون تعليم البنات  
الإدارة العامة لتعليم البنات بمكة المكرمة  
وحدة الدراسات والبحوث التربوية



الموضوع : تسهيل مهمة الطالبة / عير بنت محمد الصبان .

المحترمة

المكرمة مديرة الاشراف التربوي

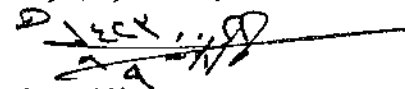
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته — وبعد

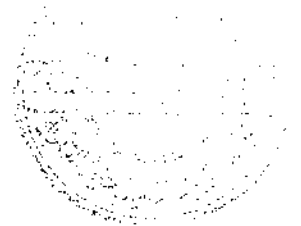
نأمل منكم تسهيل مهمة الطالبة / عير بنت محمد الصبان بمرحلة الدكتوراه بكلية التربية للبنات  
بجدة قسم علم نفس للإجابة على الاستبانة من قبل منسوبات الاشراف التربوي بعنوان " المساندة  
الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المرأة السعودية العاملة المتزوجة " حسب الاوراق المختومة  
وعددتها ٣٢ فقط .

شاكرين لكم حسن تعاونكم سلفاً .

ولكم تحياتنا .

مديرة وحدة الدراسات والبحوث التربوية

  
عنيرة حسين الأنصاري



ص. أبو ياس

المرفقات : ٣

التاريخ : ١٩/٦/٢٠٢٢

١٢٠/٢٠٢٢



المملكة العربية السعودية  
وزارة المعارف  
شئون تعليم البنات  
الإدارة العامة لتعليم البنات بمكة المكرمة  
وحدة الدراسات والبحوث التربوية



الموضوع : تسهيل مهمة الطالبة / عير بنت محمد الصبان .

المحترمة

المكرمة مديرة المدرسة

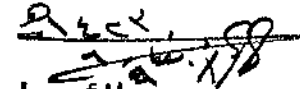
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ..... وبعد

نأمل منكم تسهيل مهمة الطالبة / عير بنت محمد الصبان بمرحلة الدكتوراه بكلية التربية للبنات  
بجدة قسم علم نفس للإجابة على الاستبانة من قبل منسوبات المدرسة بعنوان " المساندة الاجتماعية  
وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى المرأة السعودية العاملة المتزوجة " حسب الاوراق المختومة وعددها ٣٢  
فقط .

شاكرين لكم حسن تعاونكم طمناً .

ولكم تحياتنا .

مديرة وحدة الدراسات والبحوث التربوية

  
عنيرة حسين الأنصاري

ص . أبو يابس

المرفقات : ١ - شهادة

التاريخ : ١٤٢٥ / ٦ / ٩

قم : ١٤١ / ٥٩



الجمهورية العربية السعودية  
وزارة التعليم  
الرئاسة العامة لكليات البنات  
إدارة كليات البنات بمحافظة جدة  
مكتب المدير العام

الرقم ..... ٤٨٨ / ٩٥٥ / ٧  
التاريخ ..... ١٤٤٢ / ٦ / ٥  
الموضوع .....

سعادة /

## السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ؟؟

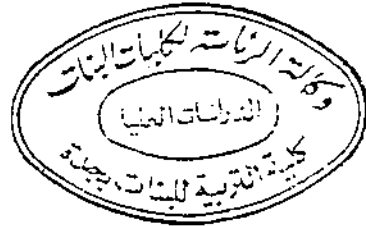
إنطلاقاً من مبدأ التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام - ونظراً  
لحاجة العناسة لطالبة الدراسات العليا بمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عبير بنت محمد  
حسن النسيان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها  
المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات  
السعدييات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة ]  
نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس  
المطلوبة على عينة البحث وعندها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من انطبيبات  
والممرضات والإداريات العاملات في المستشفى - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعبئتها من  
قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم . .

وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا ؟؟

المدير العام  
لإدارة كليات التربية للبنات بمحافظة جدة

" محمد بن مسفر الغامدي "



سهام/

شارع الستين شرق مستشفى عرفان هاتف رقم ٦٨٣٥٢٧٠ / ٦٨٣٤٤٢٩ فاكس ٦٨٣٤٤٢٧ تلكس ٦٠١٩٥٤ اكتب جد ص ب ٩٤٧٠ جدة ٢١٤١٣



الرقم : ٤٠٠ / ١٤٣٤ / ١١  
التاريخ : ١٦ / ٤ / ١٤٣٤  
المشروعات :

المكرمة الدكتورة عميدة قسم الطالبات

يحفظها الله

بجامعة أم القرى بمكة المكرمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته !!!

من منطلق التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام .. ونظراً للحاجة الماسة لطالبة الدراسات العليا لمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عبير بنت محمد حسن الصبان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها || المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات السعوديات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة || .

نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس المطلوبة على عينة البحث وعددها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من أعضاء هيئة التدريس والإداريات بجامعتكم الموقرة - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعينتها من قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم ..

وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا !!!

والله الموفق !!!

عميدة كلية التربية للبنات بجدة  
بالأقسام الأدبية

وكيلة الكلية للدراسات العليا

د. نريا محمد عطية الفاضل/ كلية كليات البنات / جوهرة بنت مسعود بن محمد المقاطي



الرقم : ٤٤ / ١١ / ١٩٥٤

التاريخ : ١٤٥٤ / ٦ / ٥٤

المشروعات :



المملكة العربية السعودية

الرئاسة العامة لتعليم البنات  
الإدارة العامة لكليات البنات  
بالمملكة العربية - جدة  
كلية التربية للبنات - بجدة  
الأقسام الأدبية

مكتب الدراسات العليا

المكرمة الدكتورة عميدة كلية التربية للبنات بجدة (الأقسام العلمية)  
يحفظها الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته !!!

من منطلق التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام - ونظراً للحاجة الماسة لطالبة الدراسات العليا لمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عبير بنت محمد حسن الصبان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها ||المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات السعوديات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة || .

نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس المطلوبة على عينة البحث وعددها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من أعضاء هيئة التدريس والإداريات بكليتكم الموقرة - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعبئتها من قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم . . .

وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا !!!

والله الموفق !!!

عميدة كلية التربية للبنات بجدة  
بالاقسام الأدبية

وكيلة الكلية للدراسات العليا

الدكتورة / جوهرة بنت مسعود بن محمد المقاطي "

د. ثريا محمد عطية الغانمي "

سهام /





الرقم ١١ / ٢٥٥ / ١١

التاريخ ١٦ / ٤ / ١٤٢٤ هـ

الموضوع

سعادة الدكتور مدير مستشفى الملك عبد العزيز بمكة المكرمة  
يحفظه الله

## السلام عليكم ورحمة الله وبركاته !!!

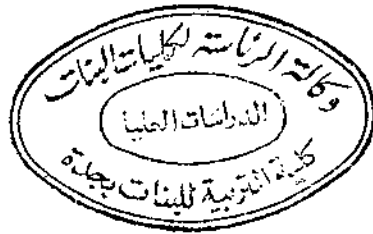
إنطلاقاً من مبدأ التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام - ونظراً للحاجة الماسة لطالبة الدراسات العليا بمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عيبر بنت محمد حسن الصبان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها [المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات السعوديات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة ]  
نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس المطلوبة على عينة البحث وعددها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من الطبيبات والمرضات والإداريات العاملات في المستشفى - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعبئتها من قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم ..

وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا !!!

المدير العام  
لإدارة كليات التربية للبنات بمحافظة جدة

" محمد بن مسفر الغامدي "



سهام/





الرقم ٤٨ / ٩٤٥ / ٧  
التاريخ ٥١٤٣٢ / ٦ / ٥٩  
الموضوع

سعادة الدكتور مدير مستشفى النور بمكة المكرمة

يحفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ؛؛؛

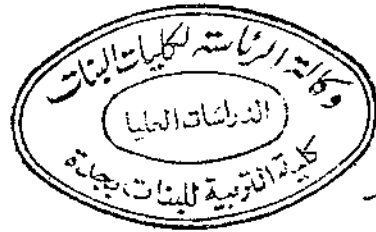
إنطلاقاً من مبدأ التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام - ونظراً للحاجة الماسة لطالبة الدراسات العليا بمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عبير بنت محمد حسن الصبان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها [المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات السعوديات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة ]  
نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس المطلوبة على عينة البحث وعددها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من الطبيبات والممرضات والإداريات العاملات في المستشفى - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعبئتها من قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم ..

وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا ؛؛؛

المدير العام  
لإدارة كليات التربية للبنات بمحافظة جدة

" محمد بن مسفر الغامدي "



سهام/





الرقم ١١/١٩٥٦/٢٦  
التاريخ ١٤/١٢/١٤٢٧ هـ  
الموضوع

سعادة الدكتور مدير مستشفى الملك عبد العزيز بجدة

يحفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته !!

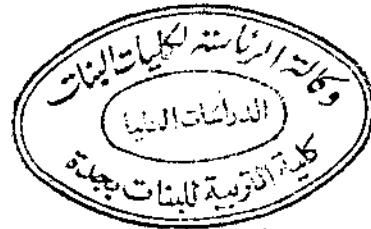
إنطلاقاً من مبدأ التعاون القائم بين الكليات والجامعات لخدمة الصالح العام - ونظراً للحاجة الماسة لطالبة الدراسات العليا بمرحلة البحث وإعداد رسالة الدكتوراه/ عبير بنت محمد حسن الصبان إلى تطبيق بعض المقاييس اللازمة على عينة البحث والخاصة بموضوع رسالتها [المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والأمراض السيكوسوماتية لدى النساء العاملات السعوديات المتزوجات في منطقتي مكة المكرمة ، جدة ]  
نأمل التكرم من سعادتكم تسهيل مهمة الطالبة المذكورة ومساعدتها في تطبيق المقاييس المطلوبة على عينة البحث وعددها ( ٤٠٠ ) امرأة عاملة سعودية متزوجة من الطبيبات والممرضات والإداريات العاملات في المستشفى - ومرفق طيه الإستبانة المطلوب تعبئتها من قبلهن .

شاكرين ومقدرين لكم تجاوبكم ..

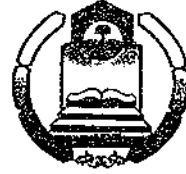
وتقبلوا وافر إحترامنا وتقديرنا !!

المدير العام  
إدارة كليات التربية للبنات بمحافظة جدة

" محمد بن مسفر الغامدي "



سهام/



الرقم : ٢٦ / ١٤٩

التاريخ : ١٤٤٢ / ٥ / ٢ هـ

الشفوعات :

وحدة الدراسات والبحوث التربوية

المحترمة  
السيدة

المعلمة بلسمه التربوية /  
المعلمة مديرة الشؤون /

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد :-

بناءً على اعتماد مدير عام تعليم البنات بمنطقة مكة المكرمة / جدة لاستمارة فحص  
أدات البحث المقدمة من الباحثة / عبد المحسن الصباغ برقم /  
وتاريخ ١٤٤٢ / ٥ / ٢ هـ لموضوع بحثها المسألة الاجتماعية وعلاقتها بالضعف النفسي  
والأخصم السيكسوماتية لدى البنات الجامعات في حوزة الدراسات والبحوث التربوية لتطبيقه .  
على عينة من علمات حضانة دار أريانة ومدارس .  
علية نأمل التكرم بتسهيل مهمة الباحثة .

شاكرين حسن تعاونكم

والله الموفق “

١٤٤٢

مديرة إدارة الدراسات والبحوث التربوية

على يميننا  
و. طريفة مورو التويبر

و/ش

## ملحق الدراسة رقم (٨)

"استمارة دراسة الحالة"

إعداد الطالبة / عبير بنت محمد الصبان

أولاً : البيانات العامة

الاسم : .....

العمر : .....

الترتيب بين الأخوة والأخوات : ( )

المستوى التعليمي : .....

المهنة : .....

ثانياً : بيانات عن الأسرة

وظيفة الأب : .....

المستوى التعليمي : .....

على قيد الحياة ( ) نعم ( ) لا

وظيفة الأم : .....

المستوى التعليمي : .....

على قيد الحياة ( ) نعم ( ) لا

حوادث الطلاق أو الانفصال التي حدثت في الأسرة مباشرة وعمر المفحوصة في كل منهما :

.....

حوادث الزواج للمرة الثانية أو أكثر التي حدثت في الأسرة وعمر المفحوصة في كل منهما :

.....

قصة مرض عائلي :

ربو وحساسية ( ) ضغط الدم ( )

سكري ( ) أمراض عائلية أخرى ( )

عدد أفراد الأسرة : ( ) ذكور ( ) إناث ( )

بيانات عن الأخوة وأفراد آخرون يعيشون مع المفحوصة في الأسرة

الرقم	الاسم	صلة القرابة	العمر	الجنس	الحالة الاجتماعية	التعليم	المهنة

ثالثاً : الحالة الاقتصادية للمفحوصة والأسرة

متوسط دخل الأسرة : ( ) مصدر دخل الأسرة : ( )

نوع السكن : ملك ( ) إيجار ( ) غرفة ( ) شقة ( ) فيلا ( )

متزل مستقل ( ) غير مستقل ( )

الأجهزة الكهربائية والإلكترونية الموجودة في المنزل :

الضرورية فقط ( ) الكماليات ( )

الرحلات والسفر : داخل المملكة ( ) خارج المملكة ( )

متكررة ( ) غير متكررة ( )

يوجد خادمة للأسرة : نعم ( ) لا ( ) سائق : نعم ( ) لا ( )

رابعاً : التاريخ الشخصي للحالة

عمر الأم عند الميلاد : ( ) حالة الأم الصحية أثناء الحمل : ( )

هل حدثت اضطرابات أثناء الولادة ، ما نوعها : .....

نوع تغذية المفحوصة بعد الولادة : رضاعة طبيعية ( ) غير طبيعية ( )

تنشئة المفحوصة : في العائلة ( ) مع الأقارب ( ) في أحد دور الرعاية ( )

في مؤسسة ( ) في بيت الحضانة ( ) في أسرة بديلة ( )

خامساً : التاريخ التعليمي

سن دخول المدرسة : ( ) سنوات

استجابته للخبرة المدرسية الأولى ومدى تكيفه فيها : .....

### سادساً : التاريخ المهني

الأعمال السابقة التي شغلتها المفحوصة والسبب في تركها : .....

نوعية العمل الحالي وواجباتها : .....

دخل المفحوصة ورضاها عنه: .....

التدريب السابق على المهنة : .....

علاقتها برئيستها المباشرة : .....

علاقتها برفيقاتها في العمل : .....

صعوبات العمل : .....

أخطار العمل ومساوئه : .....

مدى رضا المفحوصة عن العمل الذي تقوم به وقناعتها وتكيفها :

( ) راضية ( ) غير راضية

المشكلات المهنية التي تعاني منها : .....

### سابعاً : التاريخ الاجتماعي

علاقة المفحوصة بكل من :

أعضاء أسرتها : .....

جيرانها : .....

أقربائها : .....

هل هم من نفس الجنس : .....

هل يتسمون بالهدوء أم بالمشاكسة : .....

ثامناً : بيانات جسمية وطبية

الطول ( ) الوزن ( ) علامات فارقة ( )

\_\_\_\_\_ التاريخ الطبي الشخصي : .....



تاسعاً : ملاحظات على سلوك المفحوصة

( )	مجتهدة	( )	كسولة
( )	هادئة	( )	كثيرة الحركة
( )	غير مهتمة	( )	مهتمة
( )	متكلمة	( )	صامتة
( )	ودودة	( )	مشاكسة
( )	متعاونة	( )	متمردة
( )	نشيطه	( )	متعبة دائماً
( )	اجتماعية	( )	منعزلة
( )	واقعية	( )	حالة

ملخص تاريخ المفحوصة :

عاشراً : الاختبارات النفسية والمقاييس الإكلينيكية التي استخدمت مع المفحوصة :

\_ الاختبارات الإسقاطية التي طبقت على المفحوصة :

\_ ملخص نهائي لشخصية المفحوصة ودينامياتها :

## ملحق الدراسة رقم (٩)

"بطاقات اختبار تفهم الموضوع"

إعداد / هنري موري (1943) Henry Murray

تعريب وتقنين الدكتور / محمد نجاتي وأنور حمدي

