

آليات مواجهة الضغط النفسي لدى أم الطفل المصاب بالسرطان دراسة ميدانية بمدينة عنابة

Coping mechanisms of cancerous child's mother

A field study in Annaba

تاريخ الاستلام : 2022/01/03؛ تاريخ القبول : 2022/05/23

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة درجة إدراك الضغط النفسي الذي تعاني منه أم الطفل المريض بالسرطان وطبيعة إستراتيجيات مواجهتها له. وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الإكلينيكي و تقنية دراسة الحالة، مستخدمة المقابلة النصف موجهة و اختبار مؤشر إدراك الضغط النفسي (PSI) ل (Levenstein) واختبار الوضعيات المرهقة (CISS) ل Endler&parker مع حالة الدراسة. تمت الدراسة بعيادة طب الأطفال "Clinique pédiatrique sainte Thérèse" بعنابة. توصلنا من خلال دراستنا إلى أن أم الطفل المريض بالسرطان تعاني من درجة عالية لإدراك الضغط النفسي، تعيش حالة من الإنهاك و الشعور بالعجز إزاء وضعية طفلها. وتتعامل هذه الأخيرة إستراتيجيات مواجهة عديدة و متنوعة عند مواجهتها للمواقف الصاعقة، حيث تلجأ لأسلوب مواجهة معين بشكل يكاد يكون حصري نسبة إلى مواردها الداخلية و الخارجية كإدراكها و تقييمها للموقف، نمط شخصيتها و الدعم النفسي الذي تتلقاه.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي- إستراتيجيات المواجهة -أم الطفل المريض بالسرطان

بوسنة عبد الوافي زهير

بوجريو نريمان

جامعة قسنطينة 2

Abstract

The aim of this study was to identify the degree of perceived stress that the mother of the cancerous child is suffering from, and the nature of the coping strategies she uses to cope with it. we opted for the clinical method with the case of our study as a technique, using the semi-directive interview and the Levinstein test (PSI) and the Endler and Parker test (CISS) with our case. The study was conducted at the SAINT THERESE Annaba pediatric clinic. This study got to the following results: The mother of the cancerous child suffers from a very high degree of perceived stress and feels helpless against of her child's illness. The mother of the cancerous child uses different and varied coping strategies to cope with stressful situations, and she more or less exclusively uses some sort of strategy that reflects her internal and external resources.

Keywords: stress-coping strategies- mother of cancerous child.

Résumé

L'objectif de Cette étude était d'identifier le degré de stress perçu dont souffre la mère de l'enfant cancéreux et la nature des stratégies de coping qu'elle utilise pour lui faire face. nous avons opté pour la méthode clinique avec l'étude de cas comme technique en utilisant l'entretien semi directif et le test de Levinstein (PSI) et le teste du (CISS) d'Endler et Parker avec notre cas. Nous avons mené notre étude à la clinique pédiatrique SAINT THERESE Annaba ou sont hospitalisés les enfants malades. Nous sommes parvenues aux résultats suivants : la mère de l'enfant cancéreux souffre d'un degré très élevé de stress perçu et se sent démunis face à la maladie de son enfant. La mère de l'enfant cancéreux utilise des stratégies de coping différentes et variées pour faire face aux situations stressantes, et elle utilise plus ou moins exclusivement une sorte de stratégie qui reflète ses ressources internes et externes.

Mots clés: stress - stratégies de coping - mère d'enfant cancéreux.

* Corresponding author, e-mail: boudjeriounarimane23@yahoo.com

مقدمة إشكالية:

أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة شائعة في كافة المجتمعات و غدت مظهرا حتميا من مظاهر الحياة الإنسانية الذي لا يمكن تجنبه، لدرجة دعت الكثير من علماء النفس و الاجتماع لتسمية العصر الحديث **بعصر الضغوط**، فالحياة تتميز بالتعقيد و التغير السريع مما يجعل الفرد في مراحل حياته يشعر بالعجز و عدم القدرة على فهم التغيرات التي حدثت في كل مرحلة من تلك المراحل، وبالتالي تزداد الصعوبات التي تواجهه نتيجة لتلك التغيرات و عليه فإنها تستلزم منه مطالب من الممكن أن تفوق قدراته و إمكانياته، مما قد يجعله أكثر عرضة للوقوع تحت طائلة الضغوط.

ان الإحصائيات العالمية تشير إلى أن 80% من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية، وأن 50% من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء و المستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية، و أن 25% من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغط النفسي. (عريس، 2016، ص5)

من أبرز العلماء و أول من إستخدم عبارة الضغط هو العالم **Walter Cannon** و الذي عرفه على أنه « رد فعل في حالة الطوارئ أو الرد الفعل العسكري » بسبب ارتباطه بانفعال القتال أو المواجهة.

كذلك من أشهر العلماء الذين ارتبطت أسمائهم بموضوع الضغوط و الذي يعرف بأنه أب الضغط العالم **Hens Selye** و الذي عرفه بأنه "الآثار الناتجة عن العوامل الضاغطة". (العبودي، 2007، ص18)

رغم تعدد مصادر الضغوط النفسية و تنوعها تبقى إصابة أحد أفراد الأسرة عامة و الأطفال خاصة بأحد الأمراض أو الإضطرابات من العوامل النفسية و الاجتماعية المسببة للضغوط النفسية لتلك الأسرة.

فميلاد الطفل في الأسرة مثلا يعتبر حدثا سعيدا، إذ يرى بعض الآباء أن المولود الجديد يزودهم بالإحساس بالسعادة و الأمن و الإستقرار، كما أن ميلاده يزيد من قوة ترابط العائلة و يوثق العلاقة بين الأب و الأم، خاصة إذا كان الأول، فهو يعتبر امتدادا للذات حيث يبقى الوالدين في إنتظار أن يكبر طفلهما، لكي يحققوا ما حلموا به من أجله منذ النطق بأول كلمة، والحبو، والجري، والدخول إلى المدرسة إلى غاية تكوين أسرة، فالطفل بمثابة مشروع إستثماري بالنسبة للوالدين.

إذا كان هذا الطفل يعاني من إعاقة أو مرض يعيق نموه، فإن الوالدين في هذه الحالة يصابون بخيبة أمل كبرى و إنهيار لكلما بنوه من هومات و تصورات حول مستقبلها و مستقبل طفلها. فمهما كان نوع المرض، الإضطراب، أو الإعاقة عقلية، نفسية أو جسدية و درجتها فإن النتيجة هي ألم، قلق، خوف، خجل، شعور بالذنب و العجز والقصور، نتيجة موحدة و حتمية.

فقد أشارت دراسة بروس « **Bruce 2001** » أن الوالدين اللذين لديهما أطفال ذوي إعاقة، مرض أو اضطراب يعيشون خبرات، أفكار، مشاعر و أعراض جسمية و نفسية مرافقة لحالة الحزن و الضغط المتزايد.

الأم بصفة خاصة ترى أن الطفل المنتظر الذي لطالما اعتبرته إنجازا وأملا سيكون مفعما بجميع المواهب و يتمتع بنمو سليم كما تصورته و كونه في هوماتها منذ اللحظة التي علمت فيها بحملها. فمرحلة الحمل ترتبط بإعادة إحياء المعاش النفسي لتاريخها و علاقتها مع أمها و أقاربها. و عليه فإن خبر مرض ابنها سيؤثر عليها أكثر من أي شخص آخر، وخاصة فيما يتعلق الأمر بإصابة طفلها بمرض خطير و مميت كمرض السرطان، الذي تشخيصه كفيل بتحطيم الأم و انهيارها نفسيا ودخولها في حالة عدم التقبل و الاكتئاب.

فمعظم أمهات هؤلاء الأطفال يسجلن معدلات عالية من شيوع التوتر والضغط النفسي، حيث تشير التقديرات إلى أن 51% من أمهات هؤلاء الأطفال يعانون من أعراض ما بعد الصدمة، التشاؤم، الاكتئاب، القلق و الضغط النفسي. (Sloper 2000)

أمام كل تلك المشاعر السلبية و عدم التمكن من التوفيق بين مسؤولياتها إتجاه أفراد عائلتها و رعايتها لأبنها المريض، تقع الأمهات و بشكل حتمي تحت تأثير الضغوط النفسية، لكن و بالرغم من صعوبة ذلك

إلا أن تلك الأمهات تسعين لمواجهة تلك الضغوط والتغلب عليها، أو حتى التقليل منها و محاولة التكيف معها.

تسمى هذه الآلية بإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية، أي هي عملية التكيف مع المواقف و عدم الخضوع لمسببات تلك الضغوط.

هي حسب روتر **Rutter** "محاولات الفرد لتغيير ظروف الضغوط المباشرة، أو تغيير تقييمه لها،لدى تتطلب المواجهة وجود حل فعال للمشكلة،و كذلك التنظيم الانفعالي للضغط " و يرى روتر أن إستراتيجيات المواجهة هي أساليب صحية أكثر من الأساليب الدفاعية (الآليات الدفاعية) التي يسلكها الفرد أمام الضغوط، كما أنها آليات شعورية و واقعية التوجه. (Rutter , 1981. p 323)

هي حسب لازاروس و فولكمان **Lazarus et Folkmen** (1984) " مجهودات معرفية و سلوكية، تهدف إلى التحكم،التخفيف أو تحمل المتطلبات الداخلية والخارجية التي تتجاوز موارد الفرد" (Graziani, Swendsen, 2004. P77)

تقدم الدراسات النفسية حول المواجهة معطيات ضرورية لفهم سلوك الإنسان إتجاه مجموعة متنوعة من المواقف الإشكالية،مثلما توضحه المقاربة المعرفية التبادلية للازاروس وفولكمان،والتي تفسر إستجابات الفرد لوضعية ما على أساس سيرورة معرفية تتكون من تقييم معرفي أولي للوضعية بتحديد إذا ما كانت تشكل تهديدا أو خسارة،أو تحدي للفرد،يليه تقييم معرفي ثانوي لموارده و إمكاناته البيولوجية،النفسية و الاجتماعية،التي تنتج له التعامل مع متطلبات هذه الوضعية،و انطلاقا من هذا التقييم المعرفي يتخذ الفرد إستراتيجية مواجهة معينة. (Chabrol. Callahan, 2004, p111)

و من هنا جاء اهتمامنا بموضوع "طبيعة إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى أم الطفل المريض بالسرطان". و التي سنحاول الكشف عنها من خلال هذه الدراسة بطرح التساؤل العام التالي:ما هي درجة إدراك الضغط النفسي الذي تعاني منه أم الطفل المريض بالسرطان،و ما هي طبيعة الإستراتيجيات التي تستعملها لمواجهة ذلك الضغط النفسي؟

جانب نظري:

أولاً:الضغط النفسي

1- مفهوم الضغط النفسي:

على الرغم من أن كلمة الضغط أصبحت مألوفاً واعتيادية لدى المتخصص و العادي وباتت جزء من مصطلحات هذا العصر ، إلا أن معناها لايزال ملتبسا عند الكثير من الكتاب و الباحثين حيث لم يتفقوا على تعريف محدد و واضح يمكنه أن يعكس بدقة حقيقة الضغط النفسي، و يعود ذلك لجملة من الأسباب ك: الغموض الذي يكتنف هذا المصطلح وارتباطه بمفردات عديدة كالقلق، التوتر، الإحترق النفسي،...وغيرها. و هذا راجع لطبيعة تخصص الباحثين و وجهات نظرهم و طريقة تناولهم دراسة و تحليل الضغط النفسي بحسب أطرهم المرجعية العلمية من: طب ، علم النفس ،علم الاجتماع ، علم الإدارة ،...

لدى يعد مصطلح الضغط أساسياً في العديد من العلوم والتخصصات كالطب و علم النفس و علم الاجتماع والفيزياء وغيرها من العلوم الأخرى .

*يعرفه "هانز سيلاي **Hans Selye** " بأنه «: هو استجابة غير نوعية يقوم بها الجسم لأي مطلب أو حدث خارجي، لحدوث تكيف مع متطلبات البيئة عن طريق استخدام أساليب جديدة لجهاز المناعة». (سمية طه جميل، 1986، ص40)

*كما يعرفه "مونت لازاروس **Lazarus et Monta** " :

{ بأنه حالة تنتج عن عدم حدوث توازن بين المطالب البيئية والداخلية، والموارد التكيفية للفرد }

*في موسوعة علم النفس و التحليل النفسي فقد ورد التعريف التالي:
"الضغط النفسي حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته ، أو حين يقع في موقف صراع حاد، أو خطر شديد، لتعطي إحساسا بالتوتر أو تشويها في تكامل الشخصية ،و إن زادت شدة هذه الضغوط فإنها تفقد الفرد توازنه و تغير نمط سلوكه "
(فرج طه عبد القادر طه و آخرون ، 1993 ، ص 445)

رغم الاختلاف والتباين في إدراج وإيجاد تعريف واحد للضغط النفسي إلا بعض التعاريف ركزت على المثيرات أو الظروف الخارجية في تعريفها للضغوط النفسية، فعرفت على أنها: وجود متطلبات أو تغيرات بيئية تفوق قدرة الفرد على احتمالها. في حين ركز البعض الآخر منها على الاستجابات الفيزيولوجية والنفسية للضغوط النفسية، فعرفت بأنها: الاستجابات السلوكية والانفعالية الناجمة عن وجود متطلبات تفوق قدرة الفرد على احتمالها.

2-المقاربة النظرية للضغط النفسي :

لقد تواجدت العديد من النماذج التي حاولت تفسير الضغوط النفسية تبعا للاختلاف في وجهات نظرهم، فمنهم من يعتبرها كمثير ومنهم من يعتبرها كاستجابة وهناك من يعتبرها كتفاعل بين الفرد ومحيطه، وفيما يلي سيتم عرض بعض النماذج:

1-2 /النظرية السلوكية:

يركز أنصار المدرسة التقليدية السلوكية على عملية التعلم باعتبارها المحور الرئيسي لتغيير السلوك الإنساني ، كما يركزون أيضا على دور البيئة في تشكيل شخصية الفرد و من رواد هذا الاتجاه:

*أما لازاروس : LAZARUS

فيؤكد على وجود متغيرات وسيطة تتوسط العلاقة بين الفرد و البيئة ، مشددا على دور العمليات المعرفية في إدراك الضغوط.

-كما يرى أصحاب هذه المقاربة أن الاضطراب السيكوسوماتي هو نتيجة لارتباط سالف بين الموقف الضاغط و استجابة عضو خاص ، خاصة إذا ما كوفئ الفرد على هذه الاستجابة وإذا ما تكررت هذه المواقف الضاغطة بدرجة شديدة و كافية، أين يظهر الخلل الوظيفي أو الانجراف في العضو المعني بالاستجابة للمواقف الضاغطة. (لوكيا الهاشمي ، بن زروال فتيحة، 2006، ص47)

2-2 نظرية كوبر:

يصف هذا الإتجاه الضغط النفسي على أنه علاقة تفاعلية بين الفرد والبيئة ، فليست البيئة فقط هي التي تؤثر في الفرد سواء تعلق الأمر بأحداث الحياة الرئيسية أو المشاهدات اليومية بل يتدخل أو يتفاعل الفرد مع مصدر الضغط النفسي Stress As Interaction ، وهو ما يطلق عليه الضغط النفسي المتفاعل ومن رواده كوبر Couper الذي قدم نموذجا يبين أن إستجابة الفرد للمواقف الضاغطة تنقسم إلى قسمين : بيئة داخلية تتمثل في الإتجاهات والسمات والمزاج والخبرة السابقة والحاجات الخاصة للفرد ، وبيئة خارجية تتمثل في الحوادث البيئية كحوادث الحياة والبيئة الاجتماعية وبيئة العمل والبيئة الطبيعية. وتتفاعل هذه العوامل مع بعضها البعض من خلال الموقف الضاغط المدرك الذي سوف يؤدي إلى إدراك الفرد للتهديد مما يؤدي بدوره إلى ظهور حالة من الإجهاد والإرهاق بالإضافة إلى حدوث تغيرات فيزيولوجية ومعرفية ونفسية تساعد الفرد على تقييمه للوضعية التي هو فيها حتى يستطيع السيطرة على هذه الوضعية من خلال تحقيق التكيف، وفي حالة فشل الفرد في التغلب على الموقف الضاغط يترتب عن ذلك آثار سلبية طويلة الأمد نتيجة عدم التكيف والتغلب على المشكلات، حيث تتدخل فيه العوامل المعرفية للفرد وكيفية إدراك الفرد للموقف الضاغط مما يؤدي به إلى الفشل في تحقيق إتزانه وتكيفه.

3-2 /النظرية المعرفية :

حيث يرى Lazarus & Folkman أن الضغط النفسي هو نتيجة التفاعل الديناميكي بين الفرد والبيئة. إذ يركز على دور تفاعل كل من شدة الإحتمال Hardiness أو تماسك الإحساس Sens coherence of أو أساليب المواجهة Coping Styles أو بعض أنماط الشخصية A. كما يركز نموذج لا ازاروس على التقويم المعرفي للوقائع بحيث يتم إدراك الضغط أو توقع حدوث ضغط ما ، حيث يكون هذا التقييم من خلال تصورين الأول يكون تصورا سطحيًا وأوليا للموقف ثم يتبنى تصوار ثانويا أعمق من التصور الأول ، بحيث يدرك الفرد حالة الضغط ويستعد لمواجهة هذا الضغط بتحديد وسائل المقاومة ، ثم إختيار الإستجابة المناسبة بناء على إدراك وتصورات الفرد للموقف الضاغظ ونمط الشخصية. (أبي مولود عبد الفتاح، 2008، صص 24-31)

كما يسند هذا النموذج إلى علماء نفس معرفيين آخرين مثل:

-ألبرت إليس : A.Ellis :

يعتبر راند طريقة "الإرشاد العقلاني -الإنفعالي-السلوكي " إذ يرى أن الظروف الضاغطة ليست كذلك في ذاتها ، وإنما هي ضاغطة تبعا لنسق الاعتقادات اللاعقلانية التي يُكونها الفرد عن هذه الظروف.

-أما أرون بيك : A.Beek :

يرى أن الضغط استجابة يقوم بها الكائن الحي نتيجة لموقف يضعف من تقديره لذاته أو مشكلة يصعب حلها فتسبب له إحباط و تخل باتزانه، أو موقف تثير فيه أفكارا عن الشعور بالعجز و اليأس. فالمتغيرات المعرفية هي التي تحدد مدى تأثر الفرد بالموقف الضاغظ و قدرته على المواجهة. (طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، صص 67-69)

ثانيا: استراتيجيات المواجهة

1- مفهوم إستراتيجيات المواجهة:

ترجع كلمة إستراتيجية إلى الكلمة اليونانية استريجوس Strategos والتي تعني فنون الحرب وإدارة المعارك، ويعرف قاموس ويبسترز Websters الاستراتيجية على أنها: "علم تخطيط وتوجيه العمليات العسكرية" فاستراتيجيات التكيف هي: "مجموعة الجهود والعمليات النفسية التي توظف في تسيير الضغوط و التقليل من أثارها السلبية"

أما من الناحية اللغوية فقد اختلفت تسميتها بالرغم من أنها تتفق جميعها في إنجاز نفس المهام.

2-المقاربة النظرية لإستراتيجيات المواجهة:

هناك عديد من النظريات التي تعنى بمفهوم المواجهة ,من حيث الدور الذي يسهم به كسلوك في التخفيف أو التقليل من التوتر و القلق الناتج عن مصادر الضغط التي نواجهها في حياتنا.و لكل إطار أو نظرية رؤية لهذا المفهوم قد تختلف في نواحي ,و قد تتشابه في نواحي أخرى مع غيرها من النظريات ,و من أهم النظريات الأكثر شيوعا في تناول مفهوم المواجهة الآتي:

1-نظرية " فرويد "في الشخصية

2-النظرية المعرفية – الظواهرية

3-نظرية السمات الشخصية

1-2 نظرية " فرويد "في الشخصية : ترجع الأصول النظرية لمفهوم المواجهة في علم

النفس إلى أفكار "فرويد" حول الشخصية الانسانية و الآليات الدفاعية , و التي قدمها فرويد (1920 - 1936)و تلاميذه و المتمثلة في الآليات الدفاعية التي يقدمها الأنا لتحقيق التوافق بين الهو و الأنا الأعلى.

2-2 النظرية المعرفية:

تعتبر النظرية المعرفية " التعامل مع الضغط " كوسيط بين المحيط الحدث الضاغط و الاضطراب الانفعالي و كما هو الشأن بالنسبة للتناول المعرفي على العموم ، فإن الضغط لا يرتبط بالمحيط و لا بالشخص و إنما نتيجة تفاعل بينهما ، حيث تلعب فيها العمليات المعرفية دورا مهما في حدوث الاستجابة . إن العلاقة بين الموقف الضاغط لا يحدد درجة و طبيعة الاستجابة، فالضغط يحدث عندما يقيم الشخص الوضعية على أنها ضاغطة و أنها تتجاوز موارده و يمكن أن تضعه في وضعية خطر.

(Lazarus et Folkman ,1984; Matheny,Pugh,1986)

(1984) Folkman et Lazarus إلى جانب التقييم المعرفي للموقف هناك عامل معرفي آخر و المتمثل في إدراك الشخص لقدرته على مراقبة الموقف الضاغط حيث يعتبر هذا العامل كمعدل ذات دلالة للعلاقة بين الضغط و الاستجابة (Cohen et al ,1989) ، و هذا ما أكدته الكثير من الدراسات حيث توصل جونسن و صراصن "Johnson et Sarason" (1978) إلى وجود علاقة إيجابية ذات دلالة بين القلق و الاكتئاب و مركز التحكم.

و أكد هذه النتيجة كل من (Sandler ,1982;Turner ,1983; Parkes, 1984)

كلهم يؤكدون على الدور الوقائي لمركز التحكم و خاصة الداخلي. و هناك عامل معرفي لا يقل أهمية على العوامل الأخرى و الذي يرتبط بمركز التحكم، و له نفس التأثير و يصنفه المعرفيون من العمليات المعرفية قصيرة المدى ألا و هو الإسناد السببي "Attribution causale"

* نظرية لازاروس:

يعرف لازاروس التعامل مع الضغط بأنه محاولات معرفية و سلوكية لتسيير متطلبات داخلية أو خارجية خاصة و الصراع بينهما و التي تقيم على أنها مرهقة للموارد المصادر الشخصية .

(Lazarus 1991)

بدأت النظرية من خلال التسليم بتنوع استجابات الأفراد للضغط ، فعند تعرض الأفراد لأحداث تتعارض مع مستقبلهم نجد بعضهم يقف كالعاجز ، بينما يجمع بعضهم الآخر إمكانياته الاجتماعية و الشخصية لمواجهة الحدث. حاول لازاروس وضع نظرية توضح العلاقة الدينامية بين الفرد و البيئة ، لتفسير التنوع و الاختلاف الظاهر بين الأفراد في استجاباتهم لمصادر الضغط.

حيث تبدأ مكونات النظرية من حدث المثير للمشقة ، مروراً بعمليات الإدراك و التقييم ، و منتهياً باستراتيجيات المواجهة و نواتجها. و فيما يلي عرض لهذه المكونات كل منها على حدة:

مصادر الضغط حسب لازاروس:

وصف " لازاروس " و " فولكمان (1984) " الضغط " بأنها العملية التي تحتوي على مطالب البيئة من ناحية ، و العلاقة بين البيئة و الفرد من ناحية أخرى. "

و أطلق على هذه العملية التي توضح التفاعلات المستمرة بين الفرد و البيئة بالتعاملات ، و هي " عملية تعكس مدى التأثير و التأثير المتبادل بين الفرد و البيئة ، و بالتالي تفسر لنا اختلاف الأفراد في مستوى درجة خبرتهم بمصدر الضغط".

(Folkman, Lazarus,1984, p 125)

كما تعكس هذه العملية أيضا مدى ارتباط مفهوم الضغط مع مطالب البيئة ، التي تدرك كضريبة تفوق قدرة الفرد على مواجهة هذه المطالب. (Palmier & Dryden, 1996, p 116)

2-3 نظرية السمات:

تنطلق هذه النظريات من فكرة الفروق الفردية ، و من ثم فمفهوم التعايش بالنسبة لهذه النظريات ، ما هو إلا عدد من الأبعاد التي تشبه السمات المكونة للشخصية الإنسانية.

(Watson, David, & Suls, 1999, p 119)

و إذا كانت السمة تشير إلى "استعداد عام للاستجابة بطريقة خاصة و مميزة للفرد عبر المواقف المتنوعة التي تواجهه في حياته " ، فإن التعايش يشير - من هذا المنظور - إلى استعداد ، أو ميل عام ، أو أسلوب للحياة (Sleptoe, Wardle, 1994, p 338)

و يعرف أسلوب التعايش بأنه " استعداد عام أو ميل عام للتعامل أو لمعالجة الأحداث المثيرة للمشقة بطريقة مميزة للفرد عن غيره من الأفراد "، و يتضح من التعريف السابق مدى الاتساق بين مفهوم السمات الشخصية و مفهوم أسلوب التعايش، من حيث كونهما يمثلان طرازا و أسلوبا خاصا يميز الفرد أثناء التعامل مع ظروف الحياة، غير أن أسلوب التعايش يبدو أكثر خصوصية في التعامل مع المواقف الحياتية من سمات الشخصية وذلك لأنه يختص بالمواقف و الظروف المثيرة للضغط في الحياة (Taylor , 1995; p. 266) و يعد التعايش – وفقا لهذا المنظور – عملية تفسيرية توضح سبب اختلاف الأفراد في نواتج المشقة، مثلها مثل السمات الشخصية المفسرة، لهذا يصبح بعض الأفراد ضحايا للضغط، في حين يصبح بعضهم الآخر مواجها للضغط. (Bolger, 1990 ,p 540)

الجانب الميداني:

1-المنهج:

يرتبط تحديد الأسلوب أو المنهج العلمي الذي يستخدمه ويطبقه الباحث لدراسة ظاهرة أو مشكلة معينة بموضوع ومحتوى الظاهرة المدروسة، بمعنى أن مناهج وأساليب البحث العلمي تختلف باختلاف الظواهر والمشكلات المدروسة.

ولما كان الهدف من الدراسة الحالية هو الكشف عن الضغط النفسي و أساليب المواجهة المستخدمة لدى حالة الدراسة، فقد تم الإعتماد على المنهج العيادي بإعتباره المنهج المناسب لهذه الدراسة. و يعد أفضل المناهج وأدقها وأقدرها على دراسة الحالات الفردية، ويعرفه دانيال لاغاش D Lagache " على أنه تتابعا لسيرة من منظورها الخاص وكذا التعرف على مواقف وتصرفات الفرد إ تجاه وضعيات معينة محاولا بذلك إعطاء معنى للتعرف على بنيتها وتكوينها، كما يكشف عن الصراعات التي تحركها محاولات الفرد لحلها ".

2-الأدوات:

2-1 الملاحظة العيادية:

لاحظنا من خلالها، سلوكيات و تصرفات الأم أثناء الزيارة و خلال المقابلات العيادية، بغرض البحث و جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات الموضوعية بصفة عفوية حول الحالات.

2-2 لمقابلة نصف موجهة بغرض البحث: تضمنت المقابلة في هذه الدراسة المحاور التالية:

-المحور الأول: بيانات عامة حول الحالة.

-المحور الثاني: الضغط النفسي.

-المحور الثالث: إستراتيجيات المواجهة.

-المحور الرابع: المستوى العلائقي.

2-3 اختبار مؤشر إدراك الضغط النفسي:

تم بناء هذا المقياس من قبل " Levenstein & ALL 1993 " لقياس مؤشر إدراك الضغط النفسي (Perceived Stress Index)

ويشتمل هذا الإستبيان على 30 عبارة تتوزع وفق نوعين من البنود منها المباشرة والغير مباشرة.

بتغير التنقيط حسب نوع البنود مباشرة أو غير مباشرة، ويستنتج مؤشر إدراك الضغط في هذا الاختبار وفق المعادلة التالية:

$$\text{مؤشر إدراك الضغط} = \text{مجموع القيم الخام} - 30$$

يتم الحصول على القيم الخام بجمع كل النقاط المتحصل عليها في الإختبار من البنود المباشرة والغير مباشرة ، وتتراوح الدرجة الكلية بعد حساب مؤشر إدراك الضغط من (0) ويدل على أدنى مستوى ممكن من الضغط إلى (1) ويدل على أعلى مستوى ممكن من الضغط. (صندلي، 2012، ص 156-157)

4-2 اختبار الوضعيات المرهقة CISS :

من إعداد أندلر و باركر (1990) Endler & Parker يرمي الإختبار إلى معرفة ردود الأفعال إزاء المواقف المجهدة ؟ أي كيف يكون رد فعل المفحوص في حالات الإجهاد ؟ هل يفعل ؟ أو يتجنب ؟ أو ماذا يفعل ؟.

3- الدراسة الإستطلاعية:

وهي دراسة ميدانية أولية يقوم بها الباحث من أجل التعرف على الظاهرة المراد دراستها من خلال تكوين فهم مناسب لحالات تلك الدراسة. إذ تساعد الدراسة الإستطلاعية الباحث على جمع كل المعلومات والحقائق التي تخدم موضوع بحثه و تسمح له بضبط متغيرات دراسته. و تعرف على أنها "خطوة أساسية و ضرورية في البحث العلمي، و هي تهدف إلى إستطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة المراد دراستها و التعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها و إخضاعها للبحث العلمي" (مروان 2000، ص 38) و على هذا الأساس، ولتهيئة الدراسة الميدانية تم إجراء الدراسة الإستطلاعية للدراسة الراهنة بعيادة طب الأطفال "Clinique pédiatrique sainte Thérèse" بعنابة.

وذلك لتحقيق مجموعة من الأهداف هي:

- تحديد موضوع البحث بدقة.

- التعرف على ميدان الدراسة بصفة عامة.

- إستطلاع الظروف التي سيجري فيها البحث.

- التأكد من حضور أم الطفل المصاب بالسرطان والحصول على موافقة التعامل معنا.

- التأكد من إمكانية إجراء موضوع الدراسة ميدانيا.

- التعرف على الصعوبات و العراقيل الميدانية.

تمت الدراسة بعيادة طب الأطفال "Clinique pédiatrique sainte Thérèse" قسم سرطان الأطفال عنابة.

تمثلت الأدوات التي استعملت في الدراسة الإستطلاعية فيما يلي:

*الملاحظة العيادية:

لاحظنا من خلالها، سلوكيات و تصرفات الأم مع ابنها، مع الأطباء و الفريق الطبي، ومع زوجها و أهلها و ذلك بهدف جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات و المعطيات حول الحالات.

*المقابلة بغرض البحث:

وقد إستعملنا في هذه الدراسة، المقابلة الحرة مع أم الطفل المريض بالسرطان و ذلك بهدف التعرف أكثر على مشاكلها و معاناتها إذ أن المقابلة الحرة تسمح للعميل بالتعبير بكل حرية و عفوية، و عدم إحساسه بالخضوع لإستجواب، و عليه فالمقابلة الحرة أنسب أداة لجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات أثناء هذه المرحلة من البحث.

و قد دارت المقابلة حول المواضيع التالية:

- المعلومات العامة: وتم فيه التطرق إلى السن، المستوى الدراسي، عدد الأبناء، الوضع المادي...

- الجانب العلائقي للأم و يومياتها: و الذي تم فيه التطرق لعلاقة الأم مع زوجها، ابنها، و مع أهلها، كيفية تقسيمها لوقتها، وكيفية التوفيق بين ابنها المريض و مسؤولياتها الأخرى...

*نتائج الدراسة الإستطلاعية:

أسفرت الدراسة الإستطلاعية على العديد من النتائج نذكر منها:

- التعرف على أمهات الأطفال المرضى بالسرطان و اختيار منهم حالة دراستنا

- جمع قدر وفير من المعلومات حول حالة الدراسة.

- تحديد أدوات الدراسة الأساسية.

- ضبط الهدف من البحث بدقة.

4- عرض الحالة:

4-1 تقديم الحالة:

الحالة (ص) أم الطفل أرسلان تبلغ من العمر 38 سنة، ذات مستوى تعليمي ثانوي، كانت تعمل في البريد العمومي، و بعد تلقيها لخبر مرض ابنها توقفت عن العمل قصد الإهتمام به و تكريس كل وقتها له. الطفل أرسلان يبلغ من العمر 5 سنوات، له أخت تكبره سنا تبلغ من العمر 7 سنوات. أب الطفل أرسلان يعمل حارس في مؤسسة تربية. تقطن العائلة خارج عن ولاية عنابة، و تسكن في منزل الجدة والدة الحالة (ص).

4-2 ملخص المقابلة مع الحالة:

تمت المقابلة مع الأم في ظروف ملائمة، إستقبلناها في مكتب الأخصائية النفسية. كانت الأم في حالة مزرية، في حالة إنكسار و إنهيار نفسي: بكاء شديد و إحساس عميق بالعجز. و لكن و بالرغم من حالتها السيئة إلا أنها كانت متجاوبة معنا. تمحورت الأسئلة في بداية المقابلة حول كيف كانت حياتها قبل مرض ابنها، كيف إكتشفت مرض ابنها و ما كانت ردة فعلها عند إكتشافه. أوضحت الحالة أنها بالرغم من ظروف العائلة المادية العسيرة إلا أنها كانت سعيدة بحياتها البسيطة و فخورة بأبنائها، و بأن حملها من أبنها كان حملا مرغوبا فيه، و أضافت بأن أبنيتها هما كنزها في هذه الحياة و بأنها تطمح بأن يصلا إلى أعلى المراتب و يحققا ما لم تستطع تحقيقه هي. أما عن كيفية إكتشافها مرض ابنها، فكانت إجابتها بأنه في بادئ الأمر ظهرت على أرسلان بعض الأعراض كالحمى و الغثيان و الإغماء، إضافة إلى ظهور بقع دم زرقاء على كامل الجسم، و عند أخذه إلى الطبيب تم تشخيص حالته على أساس أنها حالة إصابة بفقر الدم، و على ذلك الأساس بدأ الطفل العلاج. و لكن و بالرغم من خضوعه للعلاج إلا أن حالته تدهورت و أصبح ضعيف لدرجة عدم تمكنه من الذهاب إلى المدرسة. فأخذت الحالة تنتقل من طبيب إلى آخر قصد فهم حالة ابنها لكن دون جدوى، لم يشخص الأطباء حالة الطفل إلا عند بلوغه مرحلة الخطر و إصابته بالتهاب السحايا و دخوله في غيبوبة لمدة 21 يوم.

لقد تم تشخيص إصابته بسرطان الدم "la leucémie" في تلك الفترة بعد خضوعه لـ scanner و عدة تحاليل أخرى. و كانت بطبيعة الحال ردة فعلها على تشخيص حالة ابنها الإنكار و عدم تقبل الخبر و أصيبت بإنهيار نفسي و أنتابها إحساس عميق بالعجز. و حين سألناها كيف هي حالتها الآن و إذا تمكنت من التأقلم مع هذا الوضع، كان ردها بأنها ليست جيدة، و بأنها لم تتقبل الوضع و لكنها تحاول التأقلم معه بهدف مساعدة ابنها قدر الإمكان من خلال البحث عن التوفير إليه العلاج اللازم، و الغذاء الجيد و الحب و الحنان و الرعاية، أي تحسيسه بأنه ليس لوحده و لم تتخل عنه أمه و لا أسرته لكونه في حالة إستشفاء، بل ينتمي إلى عائلته و هو جزء أساسي فيها.

4-3 تحليل المقابلة:

تم إجراء المقابلة مع الحالة الأم، إذ طرحنا عليها مجموعة من الأسئلة من بين التي تضمنتها محاور المقابلة و بخصوص محور الضغط النفسي و كيفية تعاملها مع و مرض ابنها. سألناها عن شعورها بما هي عليه من جراء حالة ابنها، قالت: "نقولوا الحمد لله على كل شيء، بصح بعد ما مرض ولدي مشني مرتاحة خلاص" فالحالة و بالرغم من صعوبة ظروفها المعيشية كانت راضية عن نفسها وحياتها بشكل عام، لكن بعد تلقيها لخبر مرض ابنها إنهارت كل أحلامها و آمالها في مستقبلها و مستقبل ابنها حيث قالت: "ملي هزيت بأرسلان و أنا ندعي في ربي يكون من قسمتي، نقره و نوقف عليه باش أوليلي طبيب و نكمل عينا بشوفتو لابس الطبلية البيضاء" فالأم كانت تطمح لأن يصل أولادها إلى تحقيق ما لم تستطع تحقيقه من دراسة و منصب جيد و عيشة رفاهية.

فبعد إكتشاف الأم لمرض ابنها أصبحت متشائمة، يائسة و مضغوطة كما جاء في قولها "ملي عرفت بمرض ولدي و أنا مشني في حوالي، فقدت الأمل في الحياة و وليت نشوف في ولدي ميت و حياتي فضت لأنني ما نقرش نعيش بلا بيه، هملت داري و بنتي، و ما لقيتش روعي بين الدار و السبيطار و زاد عليا البعد و الإحتياج، نحس في روعي رح نتفلق من الضغط" فالأم تحس بالعجز و الذنب لعدم قدرتها على

التوفيق بين ابنها المريض في المستلقي وبين ابنتها الموجودة بالبيت و كل مسؤولياتها إتجاه عائلتها،حتى أنها أصبحت تعاني من الأرق و الصداع بشكل مستمر كما جاء في قولها "ما عدتشر نرقد خلاله طول الوقت و أنا نخم في وش سرالي و كيفاه تفرقت عائلتي و من كترت التخمام عادت عندي الشقيقة، سطر كبير نحس راسي رح يطرشق".

أما بالنسبة الى المحور الثاني، لقد خص إستراتيجيات التكيف إذ أننا حاولنا من خلاله، فهم الآليات التي تستخدمها الحالة لمواجهة مرض ابنها و كيفية تعاملها مع الضغط الناتج عن ظروفها بصف عامة. من خلال ما جاء في أقوالها، تبين أن الحالة (ص) تحاول جاهدة تقبل المرض و التكيف مع الوضع الجديد لكي تستطيع أن تساعد ابنها و تخفف عنه آلامه كما جاء في قولها "كان لازم عليا نتعامل مع المرض تع ولدي باه نقدر نعاونو و عليه لوجاع، لازم يلقي أمو قدامو لأنه مزال صغير و يحتاج الرعاية و الحنان"، فالأم تري بأن على الرغم من كل الأحوال، يجب عليها ايجاد القدرة على رعاية ابنها و الإعتناء به ومساعدته على تجاوز محنته، و طمأنته و البقاء الى جانبه على الرغم من صعوبة ظروفها . في الواقع، الأم هي من تحتاج إلى من المساندة و يساعد و يطمأنينه، و لمن يستمع الى شكواها. فالطفل غير واعي بخطورة مرضه و لا يستوعب وجوده في المستشفى على عكس الأم التي ترى أن وضعية ابنها هي بمثابة "موت على نار هادئة".

عند سؤالنا لها عن كيف هي علاقتها بزوجها، و هل تتلقى منه الدعم اللازم و المساندة الكافية في المعركتها ضد مرض ابنها، كان ردها "كانت علاقتي بيه ملاحه، بصح ملي عرف بالمرض تع أرسلان ولى جابد روحو و ما يحكيش ياسر و ديميا شارد، وليت ما نيينلوش خلاله بلي أني مشني بياه غير باه نقص عليه و نشجعو شويا " و عليه فإن الأم في هذه الحالة لا تتلقى الدعم و المساندة من زوجها، بل هي من تحاول التخفيف عنه بكبث آلامها و قلقها لمساعدته و تشجيعه و زرع الأمل فيه.

حسب اجابات الحالة(ص) في المحور الذي خص المستوى العلاقي، تبين لنا أن حياتها الإجتماعية أصبحت بعد مرض ابنها محدودة جدا و تكاد تنعدم بحيث لا تملك أصدقاء مقربين، لا تخرج للترفيه عن نفسها و لا تلتقي بأفراد أسرتها و لا تخرج للتسوق و لا تحضر حتى المناسبات و الحفلات العائلية، و أوضحت ذلك بقولها "لا ما عنديش صحابت و ما نحبش نخرج أنحوس و نروح للعراس وولدي مطيش مريض في حالة، impossible يعطيني قلبي".

كما لاحظنا بأن الأم عصبية و لا تستطيع التحكم في إنفعالاتها معظم الأوقات، إضافة إلى أنها تعاني من الأرق و الصداع الشديد، و هو ما يؤكد العالم Claude Bernard حيث قال بأن الضغط النفسي يسبب إختلال في توازن الجهاز العضوي، و ما أكده كذلك العالم Hens Selye حيث قال بأن الفرد كردة فعل للضغط تظهر لديه مجموعة من الأعراض الفيزيولوجية و النفسية التي أطلق عليها التناذر العام للتكيف.

فبسبب المسؤوليات الكثيرة و عبئ مرض ابنها، أصبحت الأم عصبية جدا و لا تتحكم في إنفعالاتها، ولكن وبالرغم من ذلك فهي تحاول بكل ما أوتيت من قوة التأقلم و التكيف مع هذه الوضعية الصعبة من خلال تقييمها للوضع و البحث عن الحلول الممكنة له، و هو ما جاء عن LAZARUS ET FOLKMAN حيث يرى أن "إستراتيجيات المواجهة هي عبارة عن مجموع المجهودات الفكرية والسلوكية والذهنية الموجهة نحو التحكم أو التقليل أو تفهم المتطلبات الداخلية و الخارجية التي تهدد أو تتجاوز المصادر الفردية"، و يرى العالم Rutter أنها "المحاولات التي يبذلها الفرد لتغيير ظروف الضغوط المباشرة أو تغيير تقييمه لها. فهي تتطلب وجود حل فعال للمشكل وكذلك تنظيم انفعالي للضغط".

4-4-تقديم وتحليل نتائج اختبار مؤشر ادراك الضغط النفسي:

جدول يوضح نتائج تطبيق اختبار مؤشر إدراك الضغط النفسي للحالة:

البنود	الدرجة
المباشرة	23
غير المباشرة	66
المجموع	89

$$\text{مؤشر إدراك الضغط} = \frac{\text{مجموع القيم الخام} - 30}{90} = \frac{30 - 89}{90} = 0.65$$

بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط وجمع النقاط كما هو مبين في الجدول السابق، تحصلت الحالة على مجموع (89) نقطة، وبتطبيق معادلة مؤشر إدراك الضغط تحصلت على مؤشر إدراك الضغط بقدر ب(0.65). تدل هذه الدرجة على مستوى مرتفع من الضغط النفسي. و يبدو هذا من خلال إجابتها على البنود غير المباشرة و المتمثلة في: (1،7،10،13،17،21،25،29) بالرفض " أبدا " فهي لا تشعر بالراحة ولا تشعر بأنها تقوم بأشياء تحبها ولا تشعر بالهدوء وغير ملينة بالحوية ،ليس لديها الوقت لنفسها ولا تمتع نفسها وأجابت على البنود المباشرة و المتمثلة في:(11،12،8،9،2،3،4،5،6،18،19،20،15،16،14،30،26،27،28،22،23،24) بالقبول حيث أنها كثيرا ما تشعر بوجود متطلبات لديها ، وعادة ما تكون سريعة الغضب وضيقة الخلق، وترى بأن لديها أشياء كثيرة للقيام بها خاصة وأن عليها تحمل مسؤولية طفلها المريض بالمستشفى وكذا ابننتها في المنزل لأن زوجها مشغول بعمله و لا يحس بأنه مجبر على الاهتمام بابنته في غياب أمها، وعادة ما تشعر بالوحدة والعزلة وتشعر كثيرا بالتعب. عادة ما تخشى من عدم استطاعتها إدارة الأمور لبلوغ أهدافها حيث أجابت على البندين (14 و 15) بأنها كثيرا ما تشعر بالتوتر وبأن مشاكلها ستتراكم لأنها تقوم بها بسبب كثرة المسؤولية و ثقل الحمل عليها بدليل قولها" نخليها مايكونش عندي الوقت باش نحلها"،و أحيانا تشعر بفقدان العزيمة و كثيرا ما تشعر بأنها قامت بالأشياء إلزاما عليها لا حبا فيها. فهي ترى بأنها مرغمة على تقبل مرض طفلها و التكيف معه ، لكنها تحس بعبء المسؤولية و الإحساس بالذنب و غياب المساندة من طرف الزوج نتيجة إخفائها حقيقة معاشها النفسي عن زوجها و أهلها ظنا منها أنها إن أظهرت ضعفها و باحت بالأمها، ستحملهم عبئ أكبر، هم في غنى عنه لقولها" ما نحب نبينلهم والو ليفيهم يكفيهم،يما و بابا ناس كبار و مراض و راجلي هو في ذاتو أنا لنشجع فيه"

5-4 تقديم و تحليل نتائج اختبار مواجهة الوضعيات المرهقة CISS للحالة:

جدول يوضح نتائج تطبيق اختبار الوضعيات المرهقة على الحالة

المحور	الدرجة
المهمة أو حل المشكل	80
الإنفعال	80
التجنب	20
	22
اللهو الإجتماعي	
الشروود و الحيرة	

نلاحظ من خلال الجدول أن الحالة تعتمد على أسلوب المواجهة المتمركزة حول المهمة و المتمركزة حول الإنفعال بدرجة عالية أي أنها تعتمد عليهما كإستراتيجيات مواجهة رئيسية و بصفة متساوية، إذ تحصلت في محور العمل والمهمة و محور الإنفعال على درجة متساوية (80 نقطة) وهي درجة عالية. فالحالة إذن تواجه وضعياتها الضاغطة و المجهد، أساسا من خلال آليات اللجوء إلى العمل و السعي لإيجاد الحلول المناسبة إضافة إلى آلية التنفيس الإنفعالي.

كما نجد في محور التجنب بنوعيه أن الحالة تحصلت على درجة كلية تقدر ب(42 نقطة) (20 نقطة) في محور اللهو الإجتماعي و (22 نقطة) في محور الحيرة و الشروود،وهي درجة متوسطة،أي إستعمال الحالة لآلية التجنب كإستراتيجية مواجهة هو إستعمال ثانوي، فهي بذلك تسعى إلى تجنب أو التقليل من التهديدات التي يسببها الموقف الضاغط الذي يفوق مواردها الداخلية و الخارجية بكثير. أي أنها تحاول التجنب لتفادي الوضعية المرهقة دليل على نفاد طاقتها في مواجهة الموقف الضاغط و التغلب عليه أي عدم وجود الطاقة الكافية للإستمرار في مواجهة مرض ابنها الخطير و الفتاك.

6-4 التحليل العام للحالة:

بعد تطبيقنا للمقابلة العيادية النصف موجهة ومقياس الضغط النفسي " ليفنستاين " ومقياس الوضعيات المرهقة ل"أندلر و باركر" على حالة الدراسة (ص) أي أم الطفل أرسال، المريض بسرطان الدم، توصلنا إلى أن الحالة تعاني من ضغط نفسي مرتفع، حيث تحصلت في إختبار "مؤشر إدراك الضغط النفسي" على درجة تقدر ب (89) نقطة و بمؤشر إدراك الضغط النفسي قدر ب (0.65) مما يدل على مستوى مرتفع من الضغط النفسي، نتيجة الوضعية التي تعيشها الحالة بسبب مرض ابنها. فهي دوما متوترة و غير مرتاحة في حياتها ولا تفعل ما يسعدها و يشعرها بالراحة و السعادة في الحياة. فهي في حالة مقاومة مستمرة بين مرض ابنها و مسؤولياتها الأسرية و الزوجية و حالتها النفسية في غياب مساندة حقيقية من طرف الزوج و المحيطين بها. تتوافق هذه النتيجة مع التي توصل إليها خالد محمد الحبش (2003) بجدّة في دراسته عن أمهات الأطفال المعاقين إذ توصل إلى أن هن تعانين من مستوى عالي من الضغوط مقارنة بالأباء.

كون الحالة لا تتلقى الدعم من الزوج و لا من طرف الأهل، فإنها وجدت نفسها تواجه بمفردها مرض ابنها و كل ما أجر عنه مما سبب لها ضغط نفسي كبير، وهو ما أخلصت إليه دراسة كاشف (2000) بمصر التي هدفت التعرف على أنواع الضغوط التي تعاني منها أم الطفل المعاق عموما حيث أكدت على أهمية دور المساندة الاجتماعية التي تتلقاها الأم في التخفيف من الإحساس بالضغوط أو الإحتياجات. فالمساندة الاجتماعية سواء كانت من داخل أو خارج الأسرة تعمل على تخفيف الإحساس بالضغط و التقليل من التأثيرات السلبية للإعاقة (المرض)، حيث يزيد الإحساس بالضغوط كلما زادت عزلة الأسرة و كلما توقعت حول نفسها

تبين كذلك أن الحالة (ص) تستخدم أساليب متنوعة لمواجهة الضغوط النفسية، فهي تستخدم أساسا، أسلوب المواجهة المتمركزة حول العمل أو المهمة و المتمركزة حول الإنفعال كذلك بصفة متساوية و بدرجة تقدر ب (80 نقطة) وهي أعلى درجة في الإختبار، و هذا ما يدل على أن الحالة تواجه وضعياتها الضاغطة و المجهدّة أساسا من خلال آليات اللجوء إلى العمل و السعي لإيجاد الحلول المناسبة و هي ما تسمى بالإستراتيجيات الإقدامية كما يعرفها العالمان Billings et Moos بأنها "محاولات معرفية ومحاولات سلوكية لتغيير أساليب تفكير الفرد بالمشكلة، وذلك بهدف حل المشكلة بشكل مباشر" أي تقييم الفرد للموقف تقييما دقيقا قصد تحقيق إستجابة فعالة لتصدي المواقف الضاغطة. إلى جانب آلية التنفيس الإنفعالي التي تلعب دورا أساسيا و متساويا مع إستراتيجيات العمل أو المهمة في إستجابات الحالة نحو المواقف الضاغطة، إذ يرى كانون " Canon " أن "الإنفعال ما هو إلا رد فعل طبيعي يصدر عن الفرد لمواجهة الطوارئ وان وظيفته هي تحويل طاقة الفرد لكي يستطيع تحقيق التوافق بينه وبين بيئته".

يظهر الجانب الإنفعالي لدى الحالة من خلال البكاء الشديد أثناء المقابلة و الغضب والقلق والتفريغ عن طريق الحوار لمدة طويلة (تقريبا تصل إلى حد الثرثرة)، الشيء الذي يجعلها تحس بالراحة، كما جاء في دراسة أولي و ويليام عن مستوى الضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين ذهنيا التي وجد فيها أن 23.5% من الأمهات تستخدم أساليب التذمر والشكوى والبكاء ولوم الذات .

بالإضافة إلى ذلك نجد أن الحالة تلجأ إلى أسلوب التجنب الذي سجلت فيه (42) نقطة وهي الآلية التي تعتمد عليه الحالة في المرتبة الثانية و بشكل ثانوي إلى جانب آلية العمل أو المهمة و آلية الإنفعال. فالأم تقوم بتحاكي الوضعيات الضاغطة عند نفاذ مواردها الداخلية و الخارجية و عدم قدرتها على تحقيق المواجهة الفعالة و التكيف مع تلك الوضعيات. فهي تتجنب حضور اللقاءات العائلية، المناسبات، الأعراس، أين يتم سؤالها عن الحالة الصحية لابنها. إستراتيجية التجنب حسب

Bourgeois et Paulhan إستراتيجيات غير ناشطة (كالهروب، الإنكار...) تسمح للفرد بخفض الضغط الإنفعالي و تفادي مصدر الضغط.

7-مناقشة النتائج:

تطرقنا في الدراسة الراهنة الى موضوع طبيعة إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى أم الطفل المريض بالسرطان أي حاولنا معرفة كيف تواجه الأم الضغوط النفسية المنجزة عن إصابة ابنها بمرض السرطان. من أجل الوصول إلى ذلك، تم إجراء دراسة ميدانية بعيادة طب الأطفال Clinique Pédiatrique Sainte Thérèse بعنابة. وقد تضمنت الدراسة هدف رئيسي تمثل في معرفة

درجة إدراك الضغط النفسي الذي تعاني منه أم الطفل المريض بالسرطان وطبيعة إستراتيجيات مواجهتها له.

و للوصول إلى هذا الهدف طبقنا على الحالة، إختبار مؤشر إدراك الضغط النفسي لليفنستاين Levenstein و إختبار التكيف مع الوضعيات المرهقة Endler&Parke CISS ، و تم التوصل إلى مايلي:

* سجلت الحالة مؤشر إدراك الضغط يقدر ب (0.65) و الذي يدل على مستوى مرتفع من الضغط النفسي و هو ما يتفق مع دراسة أنسي و سيس (1986) : بحيث توصلت الدراسة إلى أن أمهات الأطفال المصابون بالتخلف الذهني يظهرون مستوى عالي من الضغوط النفسية.

حيث أن الأمهات يشعرون بالعجز و الإنهاك. فهن غير قادرات على التوفيق بين مسؤولياتهن إتجاه عائلاتهن من جهة و الإهتمام بأطفالهن الموجددين في المستشفى من جهة أخرى، إضافة إلى عدم تلقيهن الدعم النفسي و المساندة الاجتماعية (من طرف الأهل و المحيط بصفة عامة و من طرف الزوج بصفة خاصة) اللازمة التي تسمح لهن بالاستمرار في المقاومة و المواجهة و التغلب على الوضعية المرهقة و ضاغطة التي تواجههن. حيث أن المواقف المرهقة تستنزف طاقتهن الداخلية و الخارجية و الدعم النفسي و المساندة الاجتماعية عبارة عن الوقود الذي يسمح لهن بتجديد طاقتهن و عدم استسلامهن لتلك المواقف. و هو ما أكدته نتائج دراسة (Hassal Rose&McDonal 2005) حيث توصلت إلى وجود ضغوط عالية لدى الأمهات الأطفال المعاقين عقلياً، كما أظهرت الدراسة بأن الأمهات اللاتي يتمتعن بمستوى عال من الدعم الاجتماعي كانت الضغوط النفسية لديهن متدنية.

* و سجلت في إختبار الوضعيات المرهقة درجة متساوية في محوري الانفعال و العمل المهمة تقدر ب (80) نقطة و هي درجة عالية. و تحصلت على درجة كلية لمحوري التجنب الاجتماعي تقدر ب (42) نقطة ، و بذلك يمكننا القول بأن الحالة موضع الدراسة تستعمل إستراتيجيات مواجهة متنوعة مواجهتها للمواقف الضاغطة ، فهي تستعمل آليات أو أساليب مختلفة للتخفيف من شدة الضغوط و التغلب على مصادر تلك الضغوط في محاولتها للتكيف معها. تتوافق هذه النتيجة مع تلك التي توصلت إليها دراسة (Slaviro Aurore 2014) حيث بينت أن الأطباء الخارجيين يستعملون إستراتيجيات تكيف مختلفة لمواجهة الضغوط النفسية التي يتعرضون لها في اطار أداء مهنتهم.

و يمكننا القول إنطلاقاً من هذه النتائج أن درجة و ترتيب إستعمال الحالة للإستراتيجيات متنوع، وذلك راجع إلى إدراك و تقييم و وعي الأم للموقف الذي تواجهه، إضافة إلى سمات شخصيتها، أي خصائصها النفسية و هو ما تأكده دراسة Philippe فيليب (2008) حيث توصلت نتائجها إلى أن تقييم الأمهات لارتباط التوتر مع الإعاقة، كان مرتفعاً في تقاربهن عن سوء التكيف، و أن أساليب التكيف مع المشكلات القادمة لها علاقة مباشرة بوعي وخبرة الأمهات.

خاتمة:

جاءت دراستنا الحالية بعنوان: طبيعة إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى أم الطفل المريض بالسرطان ، حيث هدفت إلى معرفة درجة إدراك الضغط النفسي الذي تعاني منه أم الطفل المريض بالسرطان و كيفية مواجهتها له، باعتبار أن الأم هي الشخص الأكثر تأثراً بمرض الطفل لما تحمله العلاقة أم/طفل من خصوصية نفسية و إجتماعية .

و على ذلك الأساس جاء إهتمامنا بهذا الموضوع، و حاولنا من خلال دراسته، معرفة درجة إدراك الضغط النفسي الذي تعاني منه الأم من جراء إصابة ابنها بمرض خطير و مميت كالسرطان، إلى جانب معرفة الإستراتيجيات التي تستعملها لمواجهة ذلك الضغط النفسي و نوع الإستراتيجية التي تعتمد عليها الأم أساساً.

إعتمدنا في دراستنا على المنهج العيادي بتقنية دراسة الحالة و تمثلت الأدوات التي استعملناها لجمع البيانات في المقابلة النصف موجهة، إختبار إدراك الضغط النفسي لليفنستاين و إختبار التكيف مع الوضعيات المرهقة لأندلر و باركر ، و قد توصلنا إلى النتائج التالية:

أم الطفل المريض بالسرطان تعاني من درجة عالية لإدراك الضغط النفسي، تعيش حالة من الإنهاك و الشعور بالعجز إزاء وضعية طفلها. وتستعمل هذه الأخيرة إستراتيجيات مواجهة عديدة و متنوعة عند مواجهتها للمواقف الضاغطة، حيث تلجأ لأسلوب مواجهة معين بشكل يكاد يكون حصري نسبة إلى مواردها الداخلية و الخارجية كإدراكها و تقييمها للموقف ،نمط شخصيتها و الدعم النفسي الذي تتلقاه.

قائمة المراجع:

1-باللغة العربية:

- 1- ابي مولود عبد الفتاح (2008) ، علاقة الضغط النفسي بالاكتناب في ضوء متغيري مركز الضبط و الذكاء الانفعالي لدى عينة من طلبة الجامعة ، رسالة دكتوراه في علم النفس العيادي، جامعة وهران الجزائر.
- 2- الشناوي محمد محروس و عبد الرحمان محمد السيد (1998) ، العلاج السلوكي الحديث ، اسسه و تطبيقاته ، دار قباء للنشر و التوزيع ، القاهرة.
- 3- العبودي فاتح (2007) ، الضغط النفسي و علاقته بالرضى الوظيفي ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التنظيمي و تسيير الموارد البشرية ، جامعة منتوري قسنطينة ، الجزائر.
- 4- طه جميل ، سمية (1998) ، التخلف العقلي ، استراتيجيات مواجهة الضغوط الاسرية ، مكتبة النهضة المصرية ، مصر.
- 5- عريس نصر الدين (2016)، استراتيجيات تكيف اطباء مصلحة الاستعجلات في وضعية الضغط النفسي ، مذكرة لنيل شهادة دكتوراه علوم في علم النفس العيادي ، جامعة ابي بكر بالقائد ، تلمسان ، الجزائر.
- 6- فرج عبد القادر طه ، شاكور عطية قنديل ، حسين عبد القادر محمد ، مصطفى كامل عبد الفتاح (1993)، موسوعة علم النفس ، دار سعاد الصباح ، الصفاة ، الكويت .
- 7- لوكيا الهاشمي ، بن زروال فتيحة (2006) ، الاجهاد ، دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع، قسنطينة ، الجزائر.
- 8- مسعود ، وفاء (2008) ، مصادر الضغط المهني و استراتيجيات المواجهة لدى الاستاذ الجامعي ، رسالة ماجستير في علم لنفس العيادي، جامعة الهضاب سطيف .

2-باللغة الأجنبية:

- 9-Bourgeois ;M. & Paullhan ; L.(1995), *Stress et coping* .puf collection.
- 10-Delage ;M.(2001) ,la résilience :approche d'un nouveau concept stress et **trauma**.
- 11-Freud ;S.(1947),*the ego & the mecanism of defense* (trans by rivère),London.
- 12-Haan ;N.(1965),*coping & defense mecanism related to personality inventories*.journal of consulting psychologie,29.
- 13-Lazarus(1980),*coping as a mediator of emotion*.vol54,journal of personality & social psychology.
- 14-Lazarus & Folkman(1984),*psychological stress and the coping proces*, Graw Hill ,NewYork .
- 15-Sloper(2000),*predictors of distress in parents of children with cancer*, prospective study,journal of pediatric psychology.
- 16-Taylor(1995),*a parent's guid to making it through the though years*,Dallas.