التفاؤل وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من الممرضات- دراسة ميدانية بولاية الأغواط

Optimism and its relationship to obsessive-compulsive disorder among a sample of nurses- A field study in the state of Laghouat

علي قويدري*
أستاذ التعليم العالي، جامعة الأغواط
Ali kouidri
University of Ammar Thledjie - Laghouat
kouidri_ali71@yahoo.rr

أمال العايش
دكتوراة، جامعة الأغواط
Amel Laiche
University of Ammar Thledjie -Laghouat
Amel.amoula81@yahoo.com

تاريخ الاستلام:2024/10/11 تاريخ القبول: 2024/11/25 تاريخ النشر:2026/06/02

- **الملخص:** هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة من الممرضات بولاية الأغواط. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استعمال مقياسين مقياس التفاؤل من إعداد الباحثين، حيث تم بناء مقياس التفاؤل بما يناسب البيئة المحلية متبعين فيه الخطوات المنهجية، مستفدين من التراث النظري الخاص بمتغير التفاؤل، والمقياس الثاني المستعمل في هذه الدراسة مقياس الوسواس القهري من إعداد عالم النفس الأمريكي واين غودمان وزملاؤه، حيث تم تطبيقهما على عينة استطلاعية بلغت خمسين فردا (50) وقد أسفرت هذه الدراسة الاستطلاعية عن ملائمة المقياسين لأغراض الدراسة من صدق وثبات مقبولين. واستخدم الباحثان في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة أساسية بلغت خمسة وسبعين ممرضة (75) من ثلاث مستشفيات بولاية الأغواط (مستشفى الأغواط- مستشفى آفلو- مستشفى قصر الحيران) اختيرت بطريقة عشوائية، وبعد جمع البيانات وتحليلها اعتمادا على نظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية spss نسخة (21.5)، أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

-وجود علاقة دالة إحصائيا سلبية بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة من الممرضات. أي كلما ارتفع مستوى التفاؤل لدى عينة الممرضات انخفض مستوى الوسواس القهري لديهن، وهذا ما أكدته الكثير من الدراسات والأبحاث العلمية التي أبرزت دور التفاؤل وإسهاماته في تعزيز الصحة النفسية لدى الأفراد وخاصة في بيئة العمل.

- **الكلمات المفتاحية:** التفاؤل؛ الوسواس القهري؛ ممرضات؛ مستشفى؛ علاقة.

- **Abstract:** The current study aimed to determine the relationship between the level of optimism and the level of obsessive-compulsive disorder among a sample of nurses in the state of Laghouat. To achieve the study objectives, two scales were used: an optimism scale developed by the researchers, which was designed to suit the local environment, following methodological steps and benefiting from the theoretical heritage related to the optimism variable; and the second scale used in this study, the obsessive-compulsive disorder scale developed by the American psychologist Wayne Goodman and his colleagues. Both scales were administered to a pilot sample of fifty (50) individuals, and this pilot study resulted in the suitability of the two scales for the purposes of the study, with acceptable validity and reliability. In this study, the researchers used a descriptive

correlational approach on a primary sample of seventy-five (75) nurses from three hospitals in the Laghouat province (Laghouat Hospital, Aflou Hospital, and Ksar El Hirane Hospital), selected randomly. After collecting and analyzing the data using SPSS version 21.5, the study yielded the following results: A statistically significant negative relationship was found between the level of optimism and the level of obsessive-compulsive disorder (OCD) among the nurses. That is, the higher the level of optimism among the nurses, the lower their level of OCD. This finding has been confirmed by numerous scientific studies and research highlighting the role of optimism and its contributions to promoting mental health, especially in the workplace.

- Keywords: optimism - obsessive-compulsive disorder - nurses - hospital - relationship.

مقدمة:

تعد مهنة التمريض من المهن الأساسية والمميزة في المجتمعات المتحضرة، فهي مهنة إنسانية وسامية لما لها من علاقة وطيدة بصحة الإنسان، وأيضا لما تقدمة هذه المهنة من خدمة لرعاية المرضى جسميا ونفسيا، وإذا كان الطبيب هو الذي يشخص المرض ويختار العلاج المناسب، فإن دور الممرض لا يقل أهمية عن دور الطبيب حيث الممرض يقع على عاتقه الدور الأكبر في المتابعة والمراقبة، واختيار الطرق المناسبة للتخفيف من آلام المرضى ومواساتهم.

وحتى يتسنى للممرض أن يؤدي دوره على الوجه اللائق لابد أن يمتلك مهارات تساعده على النجاح في أداء وظيفته النبيلة، ومن أهم هذه المهارات مهارة التفاؤل التي يمتلك صاحبها النظرة الإيجابية نحو نفسه ونحو المحيطين به ونحو المستقبل، والذين لهم القدرة على حل المشكلات وتجاوزها بأقل التكاليف، والقدرة على بذل أقصى الجهد من أجل تقديم الخدمة النافعة للغير، والقدرة على مواجهة الأفكار السلبية، وأهم خاصية في الشخصية المتفائلة هي القدرة على زرع الأمل في نفوس الآخرين، وخاصة إذا كان هذا الأخر مريضا أو محبطا أو يائسا من الحياة.

والمرأة تناسبها مهنة التمريض لما لها من خاصيات حباها الله بها كالتعاطف والمشاعر النبيلة تجاه المريض والقدرة على الرعاية الصحية والنفسية، والتفاعل الإيجابي مع المرضى، ورغم ذلك فإن الممرضة في حياتها المهنية والأسرية تواجهها ضغوط كبيرة سواء من المريض أو عائلات المريض أو المحيط الأسري أو بيئة العمل الإدارية والصحية، وخاصة أن العاملين في القطاع الصحي يتعاملون يوميا مع أمراض مختلفة وبعضها أمراض معدية مما يعرضهم للإصابة بهذه الأمراض، وهذا ما يزيدهم ضغطا وتصبح لديهم هواجس نفسية، وقد يتطور الأمر عند بعضهم فيصبح مصابا بالوسواس القهري.

سنحاول في هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين التفاؤل والوسواس القهري لدى عينة النساء الممرضات في ولاية الأغواط، والتطرق بشيء من الإيجاز إلى مفهومي التفاؤل والوسواس القهري.

1-مشكلة الدراسة:

يعتبر اضطراب الوسواس القهري من بين الاضطرابات الخطيرة على التوزان النفسي والتكيف الاجتماعي للأفراد، باعتبار الوسواس القهري يؤثر على السلوكات بالطقوس المتكررة وعلى الأفكار بالتسلط، بالرغم بأن المصابين بهذا الاضطراب واعون لحقيقة أن سلوكاتهم الوسواسية غير منطقية ويحاولون تجاهلها أو التكيف معها ولكن هذه المحاولات لا تزيدهم إلا ضغطا نفسيا وقلقا وتوترا.

وقد أكدت الكثير من الدراسات العالمية المتخصصة في الاضطرابات السيكوسوماتية (أي الأمراض الجسمية التي منشأها نفسي)، أن الأشخاص الذين يعانون من الوسواس القهري أكثر عرضة للإصابة بأمراض الأوعية الدموية والجهاز البولي بنسبة (32%)، وبأمراض التي تصيب الرئة بنسبة (72%)، والاضطرابات العقلية والسلوكية بنسبة (57%)، وبأمراض التغذية والتمثيل الغذائي والغدد الصماء بنسبة (48%)، وبالجهاز العصبي بنسبة (27%) (محمدي، 2023، ص. 15).

ومن أهم مظاهر الإصابة باضطراب الوسواس القهري نجد مظهر الخوف من عدوى الجراثيم، مما يؤدي إلى غسل الأيدي عدة مرات، والتركيز على النظافة بشكل متكرر وقهري مما يسبب أحيانا تقرحات وجروح في اليد. حيث نجد العاملين في القطاع الصحي وخاصة الممرضين والممرضات الذين يتعاملون مع المرضى بشكل مباشر تراودهم أفكار بأنهم سيصابون بالعدوى جراء قربهم من المريض أو التعامل معه، وأحيانا تتطور هذه الأفكار فتصبح أفكارا غير عقلانية وغير منطقية وأنه فعلا مصابا بالعدوى مما ينتج عنه صراعا نفسيا يتسم بالقلق والضغط النفسي، وهذه الحالات تنتشر بنسبة عالية عند النساء أكثر منها عند الذكور.

فالممرضات العاملات في القطاع الصحي لهن أدورا محورية أساسية لما تقدمة من خدمات هامة ورعاية طبية ونفسية تجاه المرضى، وهي معرضة كغيرها من العاملين في هذا القطاع إلى أخطار مهنية وبيئية إضافة إلى الأعباء الأخرى خارج العمل كالأعباء الأسرية، فهذه الشريحة الهامة في المجتمع وفي القطاع الصحي بحاجة إلى الاهتمام والتكفل بهن من الجانب النفسي والاجتماعي والإداري حتى ينعكس ذلك إيجابا على أداءهن المهني. حيث أن مهنة التمريض علم وفن ومن أهم الفنيات والمهارات التي تحتاجها الممرضة في عملها اكتسابها مهارة التفاؤل.

حيث أثبتت الدراسات العلمية الحديثة أن التفاؤل يساعد على تحسين الصحة النفسية والجسمية للأفراد، والشفاء من الكثير من الأمراض المستعصية، حيث أكدت دراسة جون فيليبي التي أجراها على مجموعة من الأشخاص المتفائلين أنهم يتمتعون بمناعة جسمية مضاعفة عن الآخرين، وأن الجسم يفرز هرمونات تقوي الجهاز المناعي لديهم (فيليبي، 2022، ص .14).

وفي المقابل فإن الشخصية التشاؤمية لها دور سلبي على تأخر الشفاء وضعف المناعة، إضافة إلى القابلية إلى الإصابة بالكثير من الأمراض العضوية والاضطرابات النفسية كالوسواس القهري والاكتئاب والقلق. وانطلاقا مما سبق فإن مشكلة الدراسة الحالية تتحدد في التساؤل التالي: هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة من الممرضات بولاية الأغواط؟

3-فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الدراسة.

4- أهمية الدراسة: تكتسي أهمية الدراسة في النقاط التالية :

- قلة الدراسات والبحوث التي تناولت موضوع التفاؤل والوسواس القهري- في حدود علم الباحثين- لدى عينة من الممرضات في البيئة المحلية.

- تلفت هذه الدراسة الانتباه إلى أهمية التفاؤل وآثاره الإيجابية على الصحة النفسية والجسمية، كما تسلط الضوء على الآثار السلبية لاضطراب الوسواس القهري وأهمية التكفل بالمصابين به.

- كما تكمن أهمية هذه الدراسة في العينة المدروسة ألا وهي عينة الممرضات، ودورهن الإيجابي والفعال في القطاع الصحي.

- قد تساهم الدراسة في لفت نظر المتخصصين والباحثين إلى الاهتمام بالقطاع الصحي عموما وبشريحة الممرضات على وجه الخصوص والتكفل بهن نفسيا ومهنيا وإداريا.

5- أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى الوصول إلى مجموعة من النتائج وهي :

1-التعرف على متغير هام من متغيرات علم النفس الإيجابي وهو متغير التفاؤل.

2- بناء مقياس خاص بالتفاؤل مصصما على البيئة المحلية.

3- الكشف عن نوع العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس التفاؤل وبين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري لدى عينة من الممرضات.

6-الدراسات السابقة:

6-1- دارسة جيفري أنرسون 2021: بعنوان التفاؤل وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة الجامعة الاياما بالولايات المتحدة الأمريكية، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى التفاؤل لدى عينة الطلبة التي بلغ تعدادها 440 طالب وطالبة، كما هدفت هذه الدراسة إلى معرفة

العلاقة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الدراسة، وقد استعمل الباحث في هذه الدراسة مقياسين مقياس التفاؤل من إعداد ديمير وأخرون، ومقياس الوسواس القهري من إعداد الباحث، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود درجة منخفضة في مستوى التفاؤل لدى عينة الطلبة، ووجود علاقة ارتباطيه سالبة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الدراسة (أندرسون، 2021، ص. 14).

2-6- دراسة بيتر وأخرون (2022): بعنوان التفاؤل وعلاقته بالضغط النفسي لدى عينة من الأطباء في ولاية تكساس بالولايات الأمريكية، طيقت الدراسة على عينة بلغت 15 طبيب وطبيبة، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق في مستوى التفاؤل والضغط النفسي تعزى إلى متغير الجنس (ذكور/إناث)، كما هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والضغط النفسي لدى عينة الدراسة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق في مستوى التفاؤل لصالح عينة الأطباء الذكور، وفروق في مستوى الضغط النفسي لصالح عينة الإناث، وأسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والضغط النفسي لدى عينة الأطباء (بيتر وآخرون، 2022، ص. 22)

3-6- دارسة حمدي السيد (2023): بعنوان التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة جامعة القاهرة، حيث بلغت عينة الدراسة 500 طالب وطالبة من مختلف التخصصات، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الطلبة، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق في مستوى الوسواس القهري لصالح الطالبات (السيد، 2022، ص. 22).

4-6- دراسة جيلانو فريجينيا وآخرون (2023): عنوانها التفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية، هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة التفاؤل بمستوى الصحة النفسية على عينة من طلبة الجامعة بلغت 450 طالب وطالبة، كما هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الفروق في كل من التفاؤل والصحة النفسية تعزى إلى متغير الجنس (طلبة/ طالبات)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية قوية بين مستوى التفاؤل ومستوى الصحة النفسية لدى عينة الدراسة، كما أسفرت الدراسة عن فروق في مستوى التفاؤل والصحة النفسية لصالح الطلبة الذكور (جيلانو وآخرون، 2023، ص. 55).

- التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة تبين قلة الدراسات بين كل من التفاؤل والوسواس القهري في البيئة العربية والمحلية، كما أن الدراسات التي أجريت بين متغير التفاؤل ومتغير الوسواس القهري أغلبها أجريت على عينة طلبة الجامعة، وبالتالي دراستنا هذه ستقدم إضافة نوعية في مجال البحث العلمي حيث أنها الأولى -في حدود علم الباحثين- التي ستدرس

التفاؤل والوسواس القهري على عينة الممرضات في البيئة المحلية مما يشكل زادا معرفيا وإثراء للتراث النظري والسيكولوجي في بيئتنا العربية والمحلية.

6-الإطار النظري:

6-1- مفهوم التفاؤل: عرف سيمون شمايكل التفاؤل بأنه النظرة الإيجابية للأشياء وتوقع حدوث أحداث مستقبلية طيبة، واعتقاد راسخ بالقدرة على تحقيق الرغبات والطموحات في الحياة. (شمايكل، 2017، ص. 47).

وعرف جان أوديني التقاؤل بأنه القدرة على تخطي الأمور السلبية في الحياة بنجاح، واكتساب مهارة الثقة بالنفس مما يتيح للفرد تحقيق طموحاته وأهدافه بالرغم من العراقيل والصعوبات، إضافة إلى النظرة الإيجابية في المستقبل (أوديني، 2018، ص. 23).

كما عرفه أحمد عبد الوكيل بأنه توقع حدوث أحداث إيجابية في الحياة، والقدرة على التكيف مع الأحداث السلبية والصدمات النفسية، والشعور الدائم بالقدرة على تحقيق الأهداف الحاضرة والمستقبلية بالجهد والمثابرة (عبد الوكيل، 2021، ص. 54).

كما عرفه أيضا طيب عبد الخالق بأنه التركيز على الأمور الإيجابية في الحياة وعدم الالتفات للأمور السلبية خاصة الفشل والإحباط، والقدرة على مواجهة التحديات التي تعيق تحقيق الأهداف المستقبلية، واعتقاد قوي على حدوث أفضل النتائج في المستقبل (عبد الخالق، 2023، ص. 14).

من خلال التعريفات السابقة نستطيع أن نلخص أهم النقاط الأساسية للشخصية التفاؤلية وهي: توقع أحداث إيجابية في المستقبل؛ الثقة بالنفس؛ القدرة على تجاوز الإحباط والفشل؛ الرغبة في تحقيق الأهداف والطموحات.

6-1-1 التعريف الإجرائي للتفاؤل في الدراسة الحالية: يعرف التفاؤل إجرائيا في الدراسة الحالية بأنه: مجموع الدرجات التي تحصل عليها الممرضة على بنود مقياس التفاؤل المصمم من طرف الباحثين.

6-2 مفهوم الوسواس القهري: يتكون هذا المفهوم من كلمتين: الوسواس والقهر، فالوساوس عرفت في الطب النفسي بأنها أفكار أو صور ملحة أو دوافع متكررة دوريا يعاني منها الفرد ينتج عنها ضيق وانزعاج، أما مصطلح القهر فيقصد به شعور الفرد بأنه مجبر على تنفيذ حركات أو سلوكيات غير مرغوب فيها، ورغم ذلك يجد نفسه يفعلها بطريقة تكرارية حتى يخفض من مستوى القلق والضيق الذي يشعر به.

ويعرف الوسواس القهري في الدليل التشخيصي الإحصائي للأمراض العقلية الطبعة الخمسة بأنه عبارة عن وجود ضغوطات وهواجس ينتج عنها شعور بالضيق وعدم الارتياح وتستنفد كثير من الطاقة والجهد (فرج، 2019، ص. 18).

ويعرف أيضا اضطراب الوسواس القهري بأنه أفكار متسلطة وسلوكات إجبارية تظهر بشكل متكرر وقوي ويلازم المريض ولا يستطيع الانفكاك منها، ولا يستطيع مقاومتها (فينسي، 2019، ص. 88).

ويعرف أيضا بأنه تلك القوة القاهرة في الأفكار والحركات المتكررة مع وعي المريض بأنه يفعل سلوكات سخيفة وغريبة وعديمة الفائدة ورغم ذلك يشعر أنه مجبر على فعلها نتيجة ضغط داخلي (جعارنة، 2023، ص. 55). ومن خلال التعريفات السابقة للوسواس القهري نستطيع أن نحدد هذه التعريفات في النقاط التالية:

- وجود أفكار وهواجس تلازم الفرد مما تشعره بالضيق والتوتر.
- وجود سلوكات وحركات تكرارية يشعر الفرد بأنه مجبر على فعلها.
- وعي المريض بحالته النفسية، وشعوره بسخافة تصرفاته ورغم ذلك يشعر أن هناك قوة قاهرة ترغمه على فعلها.

3-6 النظريات المفسرة للوسواس القهري:

1-3-6 التفسيرات البيولوجية للوسواس القهري: هناك احتمال وجود خلل وظيفي في دوائر ووصلات بين مناطق المخ خاصة ما بين منطقة في الفص الأمامي من المخ اسمها Orbitofrontal Cortex، وهذه المنطقة مسؤولة عن تنظيم المشاعر واتخاذ القرارات وبين منطقة التلاموس Thalamus والتي من وظائفها السلوك الموجه. ففي فترة ما تنشط الوصلات فيرغب الفرد في القيام بفعل كغسل اليدين ولما يقوم بهذا الفعل تخف هذه الوصلات وتختفي الرغبة، وهكذا يتكرر هذا الأمر مما ينتج عنه أفعالا قهرية. وهناك فرضية أخرى تفسر الوسواس القهري بأنه اختلال في تنظيم السيروتونين.

أما الجانب الوراثي في تفسير الاضطراب فوجدوا تقريبا أن نسبة 25% من الأشخاص الذين يعانون من الوسواس القهري لديهم جد قريب من العائلة عنده نفس الاضطراب، كما أكدت الدراسات التي أجريت على التوائم المتماثلة أن إصابة أحد التوائم بالوسواس القهري تقدر نسبة الإصابة التوأم الثاني ما بين: 50-80%.

2-3-6 النموذج الديناميي للوسواس القهري: يفسر هذا الاضطراب بوجود القابلية للإصابة بهذا المرض لدى الشخصية الوسواسية التي تعاني من الخوف من الرغبات الجنسية والرغبات العنيفة

والإحساس بالذنب أحيانا والشعور بالعار لمجرد وجود هذه الرغبات، أو الخوف من أن تصدر عنه سلوكات عنيفة، فتنتاب المريض أفكارا قهرية يترجمها على شكل سلوكات متكررة.

3-3-6 النموذج المعرفي السلوكي: يرى هذا النموذج أن السلوك الوسواسي هو سلوك مكتسب ناتج عن المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة التي تتسم بالانضباط الزائد والتسلط في إعطاء الأوامر، وأحيانا العقوبات القاسية، ومن السلوكيين من يفسر هذا الاضطراب عن طريق النمذجة حيث يوجد عنصر من عناصر الأسرة مصاب بهذا المرض. وتركز المدرسة السلوكية المعرفية بدور الأفكار والاعتقادات الخاطئة عن الذات والمحيط كمثال على ذلك وفاة شخص عزيز فيعتقد أنه سيموت بنفس المرض مما ينتج عنه سلوكات متكررة قهرية وأفكارا وسواسية ويسمى أحيانا اندماج الفعل والفكرة Thought-Action Fusion (انرسون، 2021، ص. 80)

4-6 التعريف الإجرائي للوسواس القهري في الدراسة الحالية: يعرف الوسواس القهري إجرائيا في الدراسة الحالية بأنه: مجموع الدرجات التي تحصل عليها الممرضة على بنود بيل بروان للوسواس القهري المصمم من طرف واين غودمان.

7- منهج وأدوات الدراسة:

1-7 أدوات الدراسة: استخدم الباحثان في هذه الدراسة مقياسان: مقياس التفاؤل من إعداد وتصميم الباحثين، ومقياس الوسواس القهري من إعداد واين غودمان (1989).

1-1-7مقياس التفاؤل: قام الباحثان في هذه الدراسة بتصميم مقياس التفاؤل، وبالرغم من وجود بعض الاستبيانات التي تقيس التفاؤل إلا أن الباحثين فضلا بناء مقياس التفاؤل وذلك للاعتبارات التالية:

- أن أغلب المقاييس الموجودة صممت في بيئات مختلفة عن البيئة الجزائرية
- المقاييس الموجود صممت لعينات مختلفة عن العينة المدروسة في بحثنا التالي وهم عينة الممرضات.

وبالتالي فقد حاولنا في هذه الدراسة إعداد هذا الاستبيان بما يتلاءم مع العينة المبحوثة ألا وهم عينة الممرضات في القطاع الصحي العمومي بولاية الأغواط، وأيضا إعداد بنود المقياس بما يتناسب مع ثقافة وأفكار البيئة المحلية، وصياغتها بطريقة سهلة ومبسطة من حيث العبارات والثقافة والأفكار.

- خطوات بناء مقياس التفاؤل في الدراسة الحالية:

- بعد الاطلاع على الإطار النظري والتراث السيكولوجي المتصل بمتغير التفاؤل، حاولنا جمع أكبر قدر ممكن من العناصر الأساسية المتعلقة بهذا المفهوم.

- تصميم المقياس في نسخته الأولية من أجل تقديمه إلى مجموعة من المحكمين.
- تقديم المقياس في صورته الأولية إلى مجموعة من الأساتذة المحكمين بلغ عددهم ستة (06) أساتذة من داخل الوطن وخارجه المتخصصين في علم النفس العيادي والمنهجية والإرشاد النفسي، من أجل إبداء الرأي وتقديم الملاحظات بخصوص أبعاد التفاؤل، وصياغة البنود وسلامة العبارات.
- بعد الاطلاع على ملاحظات المحكمين حيث تم حذف وتعديل وإضافة بعض البنود، تم اختبار المقياس إحصائيا على عينة استطلاعية بلغت 50 ممرضة للتعرف على الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات وملائمته في البيئة المحلية. والجداول في الأسفل تبين نتائج الخصائص السيكومترية للمقياس.
- أخيرا بعد التأكد من ملائمة المقياس للبيئة المحلية وذلك بوجود مستوى من الصدق والثبات مقبولين تم تطبيق المقياس على العينة الأساسية في الدراسة. وهم عينة الممرضات.

نتائج الخصائص السيكومترية لمقياس التفاؤل:

أ- الصدق التمييزي لمقياس التفاؤل: بعد اختيار العينة الاستطلاعية التي بلغت 50 حالة، تم توزيع المقياس على العينة، ثم يتم ترتيب درجات الأفراد من الأعلى إلى الأسفل أو العكس، ثم نأخذ نسبة 27% من درجات أدنى التوزيع ونسبة 27% من الدرجات أعلى التوزيع، ثم نطبق اختبار (T) لمعرفة الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا، والجدول رقم (1) يوضح ذلك:

جدول رقم (01) يبين نتائج اختبار(ت) للمقارنة الطرفية بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس التفاؤل

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة " ت"	مستوى الدلالة
المجموعة الدنيا	15	66.15	13.26	48	10.510-	0.000
المجموعة العليا	15	114.08	11.43			

من خلال الجدول رقم (01) نلاحظ وجود فروق جوهرية بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا في مستوى التفاؤل عند مستوى أقل بكثير من 0.01، وهذا مؤشر قوي على تمتع المقياس بصدق عال مما يسمح باستعماله في دراستنا الحالية.

ب- ثبات مقياس التفاؤل: في هذا المقياس بدائل الإجابة متعددة (تنطبق دائما- تنطبق أحيانا- لا تنطبق)، وبالتالي تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ، وهو من المعادلات الدقيقة التي تبين ثبات أي مقياس من عدمه، والجدول رقم (02) يلخص ذلك.

جدول رقم (02) معامل ثبات مقياس التفاؤل باستخدام طريقة ألفا كرونباخ (ن= 50)

المقياس	عدد البنود	العينة	معامل الثبات
مقياس التفاؤل	44	50	0.903

من خلال الجدول رقم (02) نلاحظ من أن معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التفاؤل بلغ 0.903 وهي نتيجة مرتفعة وهامة، وبالتالي هذه النتيجة تتيح لنا استخدام المقياس في الدراسة الأساسية.

وبالتالي أصبحت الصورة النهائية لمقياس التفاؤل مكونة من (44) بندا موزعة على أربعة أبعاد فرعية هي كالتالي: 1-النظرة الإيجابية للمستقبل مكونة من 11 مفردة - 2 الثقة بالنفس مكونة من 12 مفردة، 3 –الفدرة على تخطي الصعوبات مكونة من 12 مفردة 4- الرغبة في تحقيق الأهداف مكونة من: 09 مفردات.

- **طريقة تقدير الدرجات**: يتم تقدير درجات التفاؤل على النحو التالي:

- وضع علامة (√) أمام العبارة وفقا لثلاثة اختبارات وهى على النحو التالي (تنطبق دائما- تنطبق أحيانا- لا تنطبق) ، بحيث تعطى الدرجات (3-2-1) على التوالي. وتتراوح درجة الفرد على المقياس فيما بين 44 درجة كحد أدنى، 132 درجة كحد أقصى.

2-7 مقياس بيل برواون الوسواس القهري: أعد هذا المقياس عالم النفس الأمريكي واين غودمان وزملاؤه والذي يستعمل بشكل كبير وواسع في مجال الاختبارات والأبحاث التجريبية العيادية لتحديد مدى شدة اضطراب الوسواس حيث يقيس الأفعال القهرية ونوع وشدة الأعراض التي يصفها المبحوثون الذين يجيبون على أسئلة المقياس. يتضمن المقياس 10 عناصر تقيس 5 أبعاد هي: عدم الراحة في الحياة اليومية، المدة، القلق، المقاومة، ودرجة التحكم. يتم تصنيف كل عنصر من: 0 إلى 4.

الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة المحلية:

أ- الصدق التمييزي لمقياس الوسواس القهري: تم حساب صدق مقياس القهري بنفس الطريقة التي حسبنا بها مقياس التفاؤل والجدول رقم (03) يبين ذلك.

جدول رقم (03) نتائج اختبار (ت) للمقارنة الطرفية بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في مقياس الوسواس القهري

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة " ت"	مستوى الدلالة

المجموعة الدنيا	15	18.74	10.05	48	-11.110	0.000
المجموعة العليا	15	39.12	13.41			

بعد تطبيق الاستبيان على العينة الاستطلاعية التي بلغت 50 حالة، لاحظنا وجود فروق بين المجموعة الدنيا والمجموعة العليا في مستوى الوسواس القهري مما يتيح استعمال المقياس في دراستنا الحالية.

ب- ثبات مقياس الوسواس القهري:

تم حساب مقياس الوسواس القهري بطريقة ألفا كرونباخ وهذه المعادلة متاحة في نظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (SPSS) وهو موضح في الجدول رقم (04).

جدول رقم (04): معامل ثبات مقياس الوسواس القهري باستخدام طريقة الفا كرونباخ (ن= 50)

المقياس	البنود	العينة	معامل الثبات
مقياس الوسواس القهري	40	50	0.80

الجدول رقم (04) يبين أن معامل ثبات الوسواس القهري بطريقة ألفا كرونباخ بلغ (0.80) وهي نتيجة مرتفعة، مما يسمح باستعمال هذا المقياس في الدراسة الحالية.

7-3 حدود الدراسة:

أ- الحدود البشرية: تمثلت في عينة من الممرضات العاملات في ثلاث مستشفيات بولاية الأغواط (75) ممرضة اختيرت بطريقة عشوائية.

ب- **الحدود المكانية**: أجريت الدراسة ميدانيا في ثلاث مستشفيات بولاية الأغواط، (مستشفى العقيد لطفي بالأغواط، مستشفى هواري بومدين بقصر الحيران، مستشفى آفلو- الجزائر.

ج- الحدود الزمانية: أجريت الدراسة في المدة ما بين شهر فيفري إلى شهر جويلية من سنة 2024.

3-منهج الدراسة: استعمل في هذه الدراسة المنهج الوصفي.

7-4 الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم الاستعانة في هذه الدراسة بنظام (spss) رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية وهو أكثر الأنظمة الإحصائية استخداما لإجراء المعالجات الإحصائية والتحليلات المختلفة في شتى أنواع الدراسات. وقد تم استخدام نسخة الإصدار (21 .5) نظرا لما تتوفر عليه من مميزات وخاصيات غير متاحة في الإصدارات السابقة. أما الأساليب الإحصائية الموظفة من خلال هذا البحث فقد تمثلت أساسا فيما يلي: الإنحراف المعياري؛ المتوسط الحسابي؛ اختبارt للعينات المستقلة (independent samples test)؛ معامل ألفا كرونباخ (Alpha-Cronbach).

5-7 عينة الدراسة الأساسية: تم تطبيق الدراسة الأساسية على عينة من الممرضات بلغت 75 ممرضة اختيرت بطريقة عشوائية، من مجتمع الممرضين والممرضات الذي بلغ تعداده في سنة 2023 ما يقارب 1432 ممرض وممرضة في مستشفيات ولاية الأغواط.

وبعد أخذ الموافقة من مديرية الصحة والسكان لولاية الأغواط تم الاتصال بثلاث مستشفيات بولاية الأغواط وهي: مستشفى أفلو بمدينة أفلو، ومستشفى 240 سرير بمدينة الأغواط، ومستشفى هواري بومدين ببلدية قصر الحيران. حيث تم اختيار عينة من الممرضات وتوزيع مقياس التفاؤل ومقياس الوسواس القهري عليهن، استغرقت عملية توزيع واسترجاع المقياسين ما يقارب أربعة أشهر.

وبعد جمع البيانات قام الباحثان بتحليلها تحليلا إحصائيا واختبار فرضية الدراسة، وهذا ما سنعرضه في عرض ومناقشة فرضية الدراسة.

8-عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

- **نص الفرضية:** توجد علاقة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الممرضات بولاية الأغواط.

للتحقق من فرضية الدراسة قام الباحثان باستخدام معامل ارتباط الثنائي لبيرسون وهو متاح على برنامج spss بين درجات أفراد عينة الدراسة من الممرضات على الدرجة الكلية لمقياس التفاؤل وبين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري، والجدول ر قم 05 يوضح النتيجة

جدول رقم (05): يبين معامل الارتباط الثنائي لبيرسون بين الدرجات المتحصل عليها من مقياس التفاؤل والدرجات المتحصل عليها من مقياس الوسواس القهري.

قيمة معامل الارتباط	عينة الدراسة	مستوى الدلالة Sig. (2-tailed)
-0.770 (**)	75	0.000

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين مقياس التفاؤل وبين مقياس الوسواس القهري بلغ معامل فيمته (0.770-). وهو معامل مرتفع، كما نلاحظ أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية أي سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقل عن (0.01)، أي كلما ارتفع مستوى التفاؤل لدى العينة المدروسة انخفض مستوى الوسواس القهري لديهن.

كما تم في هذه الدراسة حساب العلاقة بين أبعاد التفاؤل المكونة من (النظرة الإيجابية للمستقبل - الثقة بالنفس - القدرة على تخطي الصعوبات - الرغبة في تحقيق الأهداف) وبين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري والجدول رقم (06) يوضح ذلك:

جدول رقم (06): يبين معاملات الارتباط بين أبعاد التفاؤل وبين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري

	أبعاد التفاؤل			
الدرجة الكلية للوسواس القهري	النظرة الإيجابية للمستقبل	الثقة بالنفس	الفدرة على تخطي الصعوبات	الرغبة في تحقيق الأهداف
	-0.884**	-0.708**	-0.484*	-0.604*

(**) دال عند مستوى دلالة 0,01 (*) دال عند مستوى دلالة 0.05

نستنتج من خلال الجدول رقم (06) أنه توجد علاقة ارتباطية دالة سلبية بين أبعاد التفاؤل والدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري حيث لاحظنا في الجدول رقم (06) ما يلي:

- وجود ارتباط سالب دال إحصائيا عند مستوى الدلالة أقل من (0.001) بين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري وبُعد النظرة الإيجابية للمستقبل بلغت (-0.884) وهي علاقة مرتفعة.
- وجود ارتباط سالب دال إحصائيا عند مستوى الدلالة أقل من (0.001) بين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري وبُعد الثقة بالنفس بلغت (-0.708) وهي أيضا علاقة مرتفعة.
- وجود ارتباط سالب دال إحصائيا عند مستوى الدلالة أقل من (0.005) بين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري وبُعد الفدرة على تخطي الصعوبات بلغت (-0.484)، وهي علاقة دالة ولكنها أقل درجة من البُعدين السابقين.
- وجود ارتباط سالب دال إحصائيا عند مستوى الدلالة أقل من (0.005) بين الدرجة الكلية لمقياس الوسواس القهري وبُعد الرغبة في تحقيق الأهداف بلغت (-0.604)، وهي علاقة دالة.

من خلال الجدول رقم (05) ورقم (06) نستنتج أن فرضية الدراسة قد تحققت بوجود علاقة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الممرضات، حيث أظهرت النتائج عن وجود علاقة دالة عكسية حيث كلما ارتفع مستوى التفاؤل انخفضت درجة الوسواس القهري.

كما نلاحظ في الجدول رقم 06 الذي يبين علاقة أبعاد التفاؤل والدرجة الكلية للوسواس القهري، خاصة بين بُعد النظرة الإيجابية للمستقبل وبين الدرجة الكلية للوسواس القهري حيث بلغت درجة الارتباط (-0.884)، وهذا مؤشر قوي على أهمية هذا البُعد في حياة الأشخاص، وخاصة لدى عينة الممرضات، فالممرضة التي تكون نظرتها للمستقبل إيجابية ومتفائلة وتتسم بالأمل بالرغم من وجود صعوبات أو عراقيل في حياتها فهذا ينعكس بالإيجاب على نفسها ومحيطها، حيث ترتفع نسبة تمتعها بالصحة النفسية وتقل نسبة إصابتها باضطراب الوسواس القهري الذي يعتبر من الاضطرابات المزعجة والخطيرة ويحتاج علاجها إلى وقت طويل.

أيضا ارتفاع مستوى النظرة الإيجابية للمستقبل لدى عينة الممرضات ينعكس بالإيجاب على محيطها وخاصة لدى المريض، فالمريض يحتاج إلى من يزرع فيه الأمل والثقة بالنفس حتى يكتسب مناعة النفسية ويتماثل للشفاء بأسرع وقت ممكن، فعلاقة التفاؤل بالصحة النفسية أكدته الكثير من الدراسات العلمية ومنها دراسة جيلانو فريجينيا وآخرون عام (2023) المعنونة بالتفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية، حيث خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين مستوى التفاؤل ومستوى الصحة النفسية لدى عينة الطلبة.

نلاحظ أيضا من خلال الجدول رقم 06 وجود علاقة ارتباطية عكسية بين بُعد القدرة على تخطي الصعوبات والدرجة الكلية للوسواس القهري حيث بلغ معامل الارتباط (-0.484) وهو دال عند أقل من 0.05، وهذا المعامل يعتبر منخفض مقارنة بباقي أبعاد التفاؤل، وقد يرجع هذا الانخفاض إلى الضغوطات والصعوبات التي تعاني منها الممرضة في محيطها المهني أو الأسري، حيث أن مهنة التمريض يواجهها الكثير من العراقيل سواء من المريض أو أولياء المريض، أو الإدارة أو الأسرة، وأحيانا يكون صراع الأدوار بين متطلبات العمل والتزامات الأسرة، وخاصة أن الممرضة قد يكون دوامها ليلا مما يسبب لها تعارضا مع مهامها الأسرية وخاصة إذا كانت أما وأولادها يحتاجون الرعاية.

إضافة إلى العراقيل المهنية والإدارية والأسرية هناك عراقيل بيئية والتفكير الدائم بإمكانية تعرضها لعدوى مرضية من طرف المرضى، فهذا أيضا يولد لديها ضغطا نفسيا وهاجسا فكريا، ورغم فإن الشخصية المتفائلة تستطيع أن تتخطى هذه الصعوبات والعراقيل بأقل التكاليف لأن الشخص المتفائل يمتلك الثقة بالنفس، فهذا الشعور يولد لديه دافعية قوية وحافزا لتجاوز أي صعوبات تعترضه وينظر إلى مشكلته نظرة مبسطة يستطيع التكيف معها وقد تكون هذه المشكلة مصدر قوة له.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع كل من دراسة جيفري أنرسون 2021 التي عنوانها التفاؤل وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة الجامعة ألاياما بالولايات المتحدة الأمريكية، والتي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الطلبة، وأيضا مع دراسة بيتر وأخرون (2022) بعنوان التفاؤل وعلاقته بالضغط النفسي لدى عينة من الأطباء في ولاية تكساس، حيث بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والضغط النفسي لدى عينة الأطباء، وأيضا مع دارسة حمدي السيد (2023) المعنونة التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة جامعة القاهرة، أظهرت

عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى التفاؤل ومستوى الوسواس القهري لدى عينة الطلبة.

وأكدت هذه الدراسة النظريات المفسرة لمفهومي التفاؤل والتشاؤم ومفهوم الوسواس القهري، وخاصة النظرية المعرفية، حيث يرى لزاروس Lazarouz أن الأشخاص المتفائلين يمتلكون تقييمات معرفية إيجابية لها دور في تشكيل استجابات مستقبلية تساعد الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة.

كما أكد كارفر Carver أن التفاؤل سمة مهمة من السمات الشخصية تحصن الفرد من الإضطرابات النفسية، والأحداث المفاجئة، والعقد النفسية التي تواجهه في حياته كالوسواس القهري، فالتفاؤل حسب هذه النظرية يمكنه تعديل كثير من المخططات المعرفية الخاطئة نحو الذات والمحيط والمستقبل، حيث نعلم أن الشخصية الوسواسية تعتقد اعتقادات سلبية قاهرة نحو ذاتها والبيئة المحيطة بها، وهذه الاعتقادات تتسبب ألما نفسيا وتشويشا فكريا يؤثر على حياة الفرد.

كما يؤكد سانيدر Sanuder أن تدريب الأفراد على تفسير الأحداث المؤلمة والمواقف الضاغطة بطريقة إيجابية يمكن من تعديل البنية العصابية للفرد وخاصة الشخصية الوسواسية التي تهتم بالتفاصيل والجزئيات البسيطة، وهذه التفاصيل قد تسبب لها اضطرابات نفسيا.

الخاتمة:

أخيرا نستنتج من خلال هذه الدراسة أهمية التفاؤل في حياة الفرد في نفسه وفي محيطه الاجتماعي والأسري والمهني، حيث بينت دراستنا الدور الفعال والهام للتفاؤل وعلاقته مع الوسواس القهري على وجه الخصوص وعلى الصحة النفسية على وجه العموم، فكلما ارتفع مستوى التفاؤل لدى الفرد انخفضت نسبة الإصابة باضطراب الوسواس القهري، وبالتالي تبرز الحاجة إلى الاهتمام بالتفاؤل وأبعاده الأربعة (النظرة الإيجابية للمستقبل، والثقة بالنفس، والقدرة على تخطي العراقيل، والرغبة في تحقيق الأهداف).

ولذلك تعتبر دراستنا دراسة أولية وتفتح المجال لغيرنا من الباحثين والمهتمين بالتفاؤل وعلم النفس الإيجابي بمواصلة البحوث واستكمالها مع متغيرات أخرى وعينات مختلفة في بيئتنا المحلية كفئة الممرضين والأطيار خاصة في المهن التي يتعرض أصحابها إلى خطر الإصابة بالعدوى.

وبناء على هذا يقترح الباحثان ما يلي:

- الاهتمام بالقطاع الصحي عموما وبفئة الممرضين والممرضات على وجه الخصوص وخاصة من الجوانب النفسية، والمادية والاجتماعية.

- تصميم برامج تدريبية وعلاجية تعتمد على مهارة التفاؤل وأبعاده الأربعة وتطبيقها على عينة من المصابين باضطراب الوسواس القهري.
- إدراج برامج علم النفس الإيجابي وخاصة مهارة التفاؤل في تكوين الأطباء والممرضين والممرضات لما له من دور فعال ووقائي وعلاجي لكثير من الاضطرابات النفسية والعضوية.
- استعمال التفاؤل كتقنية علاجية في القطاع الصحي مع المرضى إضافة إلى العلاج الدوائي.
- الاهتمام بفئة المصابين باضطراب الوسواس القهري وخاصة في القطاع الصحي حتى ينعكس ذلك على أداءهم المهني.
- تنظيم ملتقيات وندوات علمية تهتم بعلم النفس الإيجابي وخاصة التفاؤل في القطاع الصحي لما له من أثر على الصحة النفسية للعاملين في القطاع (أطباء- ممرضين- ممرضات- إداريين)
- كما تبرز الحاجة إلى مزيد من البحوث والدراسات العلمية والميدانية كدراسة التفاؤل مع اضطراب الاكتئاب لدى عينة من مرضى السكري والقولون والضغط الدموي.

- قائمة المراجع:

- محمدي، جواد. (2023). دراسات في الاضطرابات السيكوسوماتية. ط1. عمان الأردن: دار الحكمة للنشر والتوزيع.

- فيليبي، جون، (2022). الشخصية التفاؤلية والصحة النفسية. مجلة أبحاث ودراسات. جامعة هارفارد. المجلد7. العدد5. شهر جوان. 112-130.

- أنرسون، جيفري. **(2021).** التفاؤل وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة الجامعة ألاياما بالولايات المتحدة الأمريكية. مجلة البحوث النفسية. جامعة ألاياما. المجلد 9. العدد 17. ديسمبر. 74-100.

- أنجلو بيتر وآخرون. (2022). التفاؤل وعلاقته بالضغط النفسي لدى عينة من الأطباء في ولاية تكساس بالولايات الأمريكية. مجلة علم النفس الإكلينيكي. جامعة تكساس. المجلد 10. العدد 24. سبتمبر. 14-31.

- حمدي، السيد. (2023). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالوسواس القهري لدى عينة من طلبة جامعة القاهرة. مجلة أصالة للدراسات الاجتماعية. جامعة الإسكندرية. المجلد4. العدد 11. 25. 45.

- جيلانون فريجنيا، وآخرون. (2023). التفاؤل وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة أوهايو بالولايات المتحدة الأمريكية. مجلة علم النفس والصحة. جامعة أوهايو. المجلد 9. العدد21. 101-120.

- شمايكل، سيمون. (2017). دراسات في التفاؤل والتشاؤم. ط1، فرجينيا. الولايات المتحدة الأمريكية: مكتبة علم النفس والتربية.

- أوديني، جان. (2018). علم النفس الإيجابي ومتغيراته. مكتبة التربية والعلوم. لندن.

- عبد الوكيلّ، أحمد. (2021). مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من مرضى داء الربو. مجلة بحوث علم النفس. جامعة دمشق. المجلد 5. العدد 15. 88-105.

- عبد الخالق، طيب. (2023). لماذا اليأس جرب التفاؤل. بيروت: دار الكتب للنشر.

- سامر، فرج. (2019). العصابات والذهانات في علم النفس. طبعة1. دمشق. سوريا: مكتبة الأثير.

- فينيسي، أندري. (2019). الشخصية الوسواسية الوقاية والعلاج. باريس. فرنسا: مكتبة الغرب. طبعة1.

- جعارنة، سفيان. (2023). الطب النفسي الحديث. الطبعة1، عمان. الأردن: دار الفردوس للنشر والتوزيع.