





جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي
تيسمسيلت-

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "

في الآداب، الحقوق والعلوم السياسية، العلوم الاقتصادية
والعلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد الخامس عشر العدد 01 جوان 2024

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

المعيار

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات
مصنفة " C "



جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي، تيسمسيلت - الجزائر -

شروط النشر وضوابطه

-المعيار مجلة علمية مصنفة تنشر البحوث الأكاديمية والدراسات الفكرية والعلمية والأدبية التي لم يسبق نشرها من قبل.

- دورية تصدر مرتين في السنة عن جامعة بتيسمسيلت. الجزائر.

- تُقبل البحوث باللغات العربية والفرنسية والانجليزية.

- ضرورة وجود مختصر أو تمهيد للمقال سواء باللغة العربية أو الأجنبية.

- تخضع البحوث والدراسات المقدمة للمجلة للشروط الأكاديمية المتعارف عليها.

- تخضع البحوث للتحكيم من طرف اللجنة العلمية للمجلة.

- تتم الكتابة بخط (Traditional Arabic) حجم (15)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (14).

- تتم كتابة البحوث كاملة أو الفقرات والمصطلحات والكلمات باللغة الأجنبية داخل البحوث المكتوبة باللغة الفرنسية بخط (Times new roman) حجم (12)، وفي الهامش بالخط نفسه حجم (10).

- تكون الهوامش والإحالات على طريقة أسلوب APA

- لا يقل حجم البحث عن 08 صفحات ولا تتجاوز 15 صفحة.

- المواد المنشورة تعبر عن آراء أصحابها، والمجلة غير مسئولة عن آراء وأحكام الكتاب. كما أن ترتيب البحوث يخضع لاعتبارات تقنية وفنية.

المدير المسنول عن النشر

أ. د. عيساني محمد.

المعيار

المجلد الخامس عشر العدد 1 جوان 2024

مجلة نصف سنوية متعددة التخصصات

مصنفة " C "

تصدر عن جامعة تيسمسيلت - الجزائر

توجه جميع المراسلات باسم رئيس التحرير

عن طريق البوابة الإلكترونية www.asjp.cerist.dz

جامعة تيسمسيلت. الجزائر.

البريد الإلكتروني: www.cuniv.tissemsilt.dz

EISSN 2602-6376

ISSN 2170-0931

رئيس المجلة:

أ. د. دهوم عبد المجيد

المدير المسؤول عن النشر:

أ. د. عيساني محمد

رئيس التحرير:

أ. د. مرسي رشيد.

نواب رئيس التحرير:

أ. د. واضح أحمد الأمين، أ. د. علاق عبد القادر، أ. د. العيداني الياس، أ. د. عطار خالد،

أ. د. لكحل فيصل، أ. د. قاسم قادة، د. دهقاني أيوب، أ. د. بوسكرة عمر.

سكرتيرة المجلة:

عرجان نورة

هيئة التحرير:

أ.د. غربي بكاي، أ.د. قاسم قادة، أ.د. عطار خالد، د. صالح ربوح، أ.د. مصايح محمد، د. بن رابح خير الدين، أ.د. بوسيف إسماعيل، أ.د. بوراس محمد، أ.د. شريط عابد، د. محي الدين محمود عمر، أ.د. روشو خالد، أ.د. العيداني إلياس، أ.د. فايد محمد

الهيئة العلمية:

من جامعة تيسمسيلت: أ.د. بشير دردار، أ.د. بن فريجة الجلاي، أ.د. أحمد واضح أمين، أ.د. تواتي خالد، د. ربوح صالح، أ.د. غربي بكاي، أ.د. بوركبة ختة، أ.د. طعام شاحنة، أ.د. شريف سعاد، أ.د. يعقوبي قدوية، أ.د. مرسل مسعودة، أ.د. بن علي خلف الله، أ.د. رزايقية محمود، أ.د. بوغاري فاطمة، أ.د. قردان ميلود، أ.د. يونس محمد، أ.د. فتوح محمود، أ.د. عيسى حورية، د. بوضوار صورية، د. وسواس نجاة، أ.د. بوزيان أحمد، من جامعة صفاقس، تونس: أ.د. عبد الحميد عبد الواحد، د. بوبكر بن عبد الكريم، من جامعة المنصورة، مصر: د. محمد كمال سرحان، من جامعة طرابلس، ليبيا: د. أحمد شرارش، من الجامعة الأردنية، الأردن: أ.د. صادق الحايك، من جامعة الجزائر 03، الجزائر: د. فتحي بلغول، من جامعة ملين دباغين، سطيف: أ.د. د بوطالي بن جدو، من جامعة وهران: أ.د. د. مخطط حبار، من جامعة سيدي بلعباس: أ.د. د. محمد بلوحي، من جامعة سعيدة: د. عبد القادر راجحي، من جامعة تلمسان: أ.د. د. محمد عباس، أ.د. د. عبد الجليل مرتاض، من جامعة تيزي وزو: أ.د. د. مصطفى درواش، من جامعة مستغانم: د. منصور بن لكحل، من جامعة زيان عاشور، الجلفة: د. حربي سليم، د. علة مختار، عروي مختار، من جامعة حسبية بن بوعلي، شلف: أ.د. د حفصاوي بن يوسف، أ.د. د موسى فريد، أ.د. بوراس محمد، أ.د. علاق عبد القادر، أ.د. روشو خالد، أ.د. مرسي مشري، د. لعروسي أحمد، د. قززان مصطفى، د. زرقين عبد القادر، د. محمودي قادة، أ.د. العيداني إلياس، د. عيسى سماعيل، د. بوزكري الجيلالي، د. ضويفي حمزة، د. كروش نور الدين، د. بوكريدي عبد القادر، د. عادل رضوان. من جامعة ابن خلدون تيارت: أ.د. د. عليان بوزيان، أ.د. د. فتاك علي، أ.د. د. بو سماحة الشيخ، أ.د. د. بن داود إبراهيم، أ.د. د.

شريط عابد. UNIVERSITIE PAUL SABATIER TOULOUZE 03. FRANCE: CRISTINE

Mensson

كلمة العدد

وكالعادة تواصل مجلة المعيار مسارها العلمي دون توقف، وقد بلغت العدد الأول من المجلد الخامس عشر من سنة 2024، حيث وصل عدد المقالات الى 123، وتبقى المجلة وفية لخطها العلمي ومرافقة الطلبة الأساتذة الباحثين.

وقد احتوى هذا العدد على دراسات وأبحاث متنوعة، شملت كل التخصصات، فتناول المواضيع الأدبية والتاريخية والفلسفية، وقضايا المجتمع وأبحاث في النشاطات البدنية والرياضية. دون أن ننسى ذكر الدراسات والأبحاث العلمية ذات الطابع الاقتصادي والقانوني، بالإضافة إلى دراسات أخرى بلغات اجنبية. وأبحاث أخرى من خارج الوطن. نذكر منها جمهوريتي مصر والسودان.

ونبقى في انتظار كل الباحثين المهتمين بالبحث العلمي للتواصل معنا.

المدير المسؤول عن النشر
أ.د. عيساني محمد

محتويات العدد

الرقم	الموضوع	الصفحة
	كلمة العدد أ. د. عيساني امحمد	هـ
01	استثمار لسانيات المدونات في الدرس اللغوي العربي كلال زهرة، جامعة محمد بوضياف، مسيلة، الجزائر. / عماري عز الدين، جامعة محمد بوضياف، مسيلة، الجزائر.	11-1
02	اشتغال خطاب التاريخ والذاكرة في رواية "غرفة الذكريات" لبشير مفتي د. دقي حياة، المركز الجامعي تيبازة، الجزائر.	25-12
03	"الإسهامات الجمالية في الفكر الإسلامي عند أبي نصر الفارابي" نحو تأسيس تكامل فني بين الموسيقى والشعر غانم حنان، جامعة الجزائر 02 أبو القاسم سعد الله، بوزريعة - الجزائر. / أولوفريدة، جامعة الجزائر 02 أبو القاسم سعد الله، بوزريعة - الجزائر.	36-26
04	الاقتراب التداولي بين المنجزين اللغويين: الغربي والعربي - وقفة تصورية من جهة التقاطع أ. د. لزعر مختار، جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي، تيسمسيلت، - الجزائر.	52-37
05	الخطاب المقدماتي في الشعر الصوفي الجزائري المعاصر ياسين بن عبيد أنموذجا ط. د. بن حميي إلياس، جامعة يحي فارس المدية، الجزائر / د. زوقاي محمد2 جامعة يحي فارس المدية، الجزائر	61-53
06	القيمة الجمالية والدلالية لتأليف الأصوات وتناسبها عند البلاغيين بن فريحة جيلالي، جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي- تيسمسيلت- الجزائر.	72-62
07	المرجعيات الفكرية للنقد المغاربي ما بعد الحداثة بوخالفة إبراهيم، المركز الجامعي مرسلني عبد الله بتيبازة، الجزائر.	88-73
08	آليات قراءة التراث النقدي عند جابر عصفور: مقارنة معرفية عميرات أسامة، المدرسة العليا للأساتذة مسعود زغارسطيف، الجزائر.	99-89
09	انفتاح النص الشعري العربي المعاصر بين التجريب والشعرية والنقد - قراءة في قصيدة النثر - وسواس نجاة، جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي- تيسمسيلت- الجزائر.	108-100
10	تعليم النحو في الجامعة الجزائرية قسم اللغة العربية بجامعة قسنطينة أنموذجا صبياحي بلال، جامعة الإخوة منتوري قسنطينة 1، الجزائر	117-109
11	تمثّلات العنف في الخطاب ما بعد الكولونيالي للمسرح الزنجي بأمريكا مقارنة ثقافية في مسرحية " العبد" لأميري بركة موسود رقية، المركز الجامعي مرسلني عبد الله - تيبازة- الجزائر / جميلة مصطفى الزقاي، المركز الجامعي مرسلني عبد الله - تيبازة- الجزائر	133-118
12	تيمة الثّورة في الرواية الجزائرية المعاصرة رواية أنا وحاييم للحبيب السناح أنموذجا ط. د حسين عبد الحكيم، المركز الجامعي الشريف بوشوشة، أفلو/ د. بوصبع رايح، المركز الجامعي الشريف بوشوشة، أفلو	141-134
13	جماليات أسلوب التورية شارف عبد الكريم، المركز الجامعي نورالبيشير، البيض، الجزائر	154-142
14	جماليات الخطاب في خطب أبي عبيدة الغزاوي رواق عثمان، جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة - الجزائر	169-155
15	جمالية النص النثري في كتاب التفسير المحيط لأبي حيان الأندلسي "دراسة أسلوبية بلاغية" ط. د بلبال بنعليه، جامعة يحي فارس المدية/ د. زوقاي محمد، جامعة يحي فارس المدية	181-170
16	دلالة النكتة في مسرحية "رحلة حنظلة" لسعد الله ونوس لاطرش كريمة، جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان، الجزائر	193-182
17	دور الأداء الصوتي في التعبير عن المعاني زهور حميدي، جامعة وهران 1 أحمد بن بلة (الجزائر)	202-194
18	صراع الأنوثة والقصيدة في شعر قاسم شيوخاوي قراءة في ديوان "الشمس اليتيمة" وقصائد أخرى د. عبد القادر كباس، جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي- تيسمسيلت- الجزائر.	217-203
19	قضية اللفظ والمعنى عند اللغويين والبلاغيين (الجاحظ وابن جني وابن رشيق القيرواني أنموذجا) ط. د. غافل فاطنة، جامعة يحي فارس المدية، الجزائر. / د. سيدي امحمد بن كعبة، جامعة يحي فارس المدية، الجزائر،	227-218

243-228	Action culturelle pour enfants dans les bibliothèques publiques algériennes : Explorer des tendances à la bibliothèque principale de lecture publique de Tizi-Ouzou Hassena Ourdia, Université Abou El Kacem Saâdallah Alger2, Algérie	20
251-244	Ce que peut la folie dans Une Valse de Lynda Chouiten. What madness can achieve in the Novel "Une Valse" by Lynda Chouiten LATACHI Imene, Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem, Algérie./ MOUSSEDEK Leila, Université Abdelhamid Ibn Badis-Mostaganem, Algérie.	21
266-252	Does Every Student Matter?: Distance Learning in Algerian Universities and Digital Equity Brahmi Mohamed, ENS Mostaganem, Algeria	22
281-267	Educational Reform in Algeria: Between Preserving National Identity and the Challenges of Cultural Globalization Mada Samia , university of abou elkacem saad allah Algiers 2, algeria-/ Ben zeroug layachi, university of abou elkacem saad allah Algiers 2, algeria	23
296-282	L'écrit pour les filières « Sciences et Techniques », une nécessité ou un atout secondaire pour la réussite ? BOUCHERIT Salah, doctorant université Oran 2, Algérie / ADIB Yasmine, Université De Tissemsilt, Algérie	24
305-297	Meursault, contre-enquête de Kamel Daoud et L'Étranger d'Albert Camus : des textes palimpsests BENSAID Ourida, Université de Tissemsilt, Algérie.	25
320-306	Subjectivity and Death in the Time of Ecological Devastation in Don DeLillo's Zero K Faiza Fatma Zohra Hadji, Ali Lounici, Blida 2 University, Algeria/ Dr. Fethi Haddouche, Ali Lounici, Blida 2 University, Algeria.	26
331-321	Support pédagogique hybride dédié à l'enseignement de la littérature et de la culture : Le booktubing en classe de FLE LARADJI Sara Manal, Université Abdelhamid Ibn Badis, Mostaganem, Algérie / KHAFAGUE Soumia, Université Djilali Liabes, Sidi Bel Abbes, Algérie	27
344-332	أثر التبليغ القضائي الإلكتروني على سير إجراءات الدعوى الجزائية بن طيبة شفيق، جامعة يحي فارس المدية-الجزائر/ د-العاقر هية، المركز الجامعي شريف بوشوشة أفلو الجزائر	28
359-345	التقاضي الإداري الإلكتروني في الجزائر بين النص القانوني والتطبيق الميداني بوسيف مصطفى، جامعة أحمد زبانة غليزان، الجزائر / أ. بوجانة محمد، جامعة أحمد زبانة غليزان، الجزائر	29
374-360	التكييف الجنائي للأفعال المجرمة خلال عمليات نقل الدم لحول مراد، كلية الحقوق جامعة صفاقس، تونس / بوشيخي عصام كلية الحقوق جامعة صفاقس، تونس	30
388-375	الحرية كمدخل للأمن والتنمية في منطقة الساحل الأفريقي عيسات فضيلة، جامعة حسبية بن بوعلي، الشلف،	31
399-389	الشهادة بواسطة تكنولوجيات الربط عن بعد أمام المحكمة الجنائية الدولية ط.د. عبد الحي محمد، جامعة عباس الغرور خنشلة-الجزائر- / بدرالدين خلاف، جامعة عباس الغرور خنشلة-الجزائر-	32
414-400	العقوبة الدولية د. عبد المالك عرفة، جامعة عين شمس-القاهرة (مصر)	33
429-415	المستحدث في تسوية البناءات غير الشرعية بموجب المرسوم التنفيذي 55-22 حميداني نذير، المركز الجامعي مرسل عبد الله تيبازة، الجزائر / بوط سفيان، المركز الجامعي مرسل عبد الله تيبازة، الجزائر	34
445-430	المسؤولية الإدارية بدون خطأ عن أعمال مرفق الشرطة ط.د. تواب حبيب، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان-الجزائر- / العربي وردية	35
461-446	حظر خطابات الكراهية ضد الأقليات الدينية في القانون الدولي ط.د. معروف يحي، المركز الجامعي شريف بوشوشة أفلو-الجزائر- / أ. ورنيني شريف، المركز الجامعي شريف بوشوشة أفلو-الجزائر-	36
477-462	دور الهيئات اللامركزية الإقليمية في تحقيق التنمية المحلية في الجزائر "المعوقات والحلول المقترحة" بن شهرة العربي، جامعة أحمد بن يحي الونشريسي تيسمسيلت، الجزائر	37
493-478	سبل حماية الأعيان الثقافية الفلسطينية في ظل حرب طوفان الأقصى طراح فتحي، جامعة الزيتونة، تونس	38
509-494	ظاهرة التنمر في القانون الجزائري والمسؤولية الجزائية القائمة حولها بوخاري مصطفى أمين، جامعة غليزان، الجزائر	39

522-510	تأثير الحمل التدريبي خلال شهر رمضان على أداء الارتقاء العمودي (CMJ) والقدرة على تكرار السرعة (RSA) لدى لاعبي كرة القدم قاضي جيلالي، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / بارودي محمد أمين، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / مازوز غوثي، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / واضح أحمد الأمين. جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	40
539-523	تأثير وحدات تعليمية مقترحة لتطوير بعض المهارات الأساسية للتلاميذ في كرة اليد باستعمال الأسلوب التبادلي (12-14 سنة) كحلي أحمد، جامعة أحمد بن يحيى الونشريسي، تيسمسيلت-الجزائر-	41
554-540	دور النشاط الرياضي الترويحي في الوقاية من السمنة لدى تلاميذ الطور الابتدائي. دراسة ميدانية بوزيان بوعلام، جامعة زيان عاشور الجلفة، -الجزائر- / أ. د شرفي عامر، جامعة زيان عاشور الجلفة، -الجزائر-	42
568-555	فاعلية استخدام التصور العقلي على تحسن أداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم (أقل من 17 سنة) بلقادة هواري، جامعة وهران-الجزائر- / بن زيدان حسين، جامعة مستغانم -الجزائر- / مقراني جمال، جامعة مستغانم -الجزائر-	43
584-569	فعالية برنامج إحماء وقائي قائم على FIFA 11 في الحد من حدوث الإصابات العضلية لدى لاعبي كرة القدم الشباب عيموش بلال، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / نغال محمد، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / محجوب عرايبي لحسن، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	44
596-585	فعالية بروتوكول تدريبي مقترح قائم على الفترتي مرتفع الشدة (HIIT) باستعمال بعض التمارين البليومترية في فقدان الوزن والتقليل من محيط البطن عند المتدربين في قاعات الجيم بردي طه إلياس، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	45
611-597	مدى فعالية مقياس فوستر لتقدير الجهد (RPE s) في تقنين الأحمال التدريبية ومستوى التعب لدى لاعبي كرة القدم هواة خلال مرحلة المنافسة بن زهرة بوعلام، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / خروبي محمد فيصل، جامعة تيسمسيلت-الجزائر- / واضح أحمد الأمين، جامعة تيسمسيلت-الجزائر-	46
626-612	ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية ومساهمتها في تعزيز التكيف الاجتماعي لدى براعم ذوي طيف التوحد ط. د مساح بلقاسم، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، الجزائر / أ. د حفصاوي بن يوسف، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف، الجزائر	47
641-627	ممارسة الأنشطة الترويحية ودورها في الحفاظ على الجانب النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي شتوي نور الدين، -جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف-الجزائر- / دردون كثر، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف-الجزائر-	48
655-642	Degrees of optimism among students about to graduate in the sports training major Soufi Rachid, University of Djelfa / Hannat Abdelkader, University of Djelfa / Chekraoui Fethia, University of Media/ Nadir abdelkader, Blida 2 University (Lounici Ali)	49
671-656	The extent to which students of physical education and sports institutes are interested in entering the world of sports entrepreneurship Doc, Boumezrag Cheikh, Université de Tissemsilt, Algérie. / pro, Boumaza Med lamine, Université de Tissemsilt, Algérie. / Garmat Mostafa, lagouat, Algeria	50
685-672	أدوات الثورة الصناعية الرابعة ودورها في تمكين الاقتصاد الدائري في منظمات الأعمال دراريحي، كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير، جامعة العربي التبسي، الجزائر	51
702-686	استخدام نظرية الاصطفاف في قياس جودة الخدمات المصرفية ميدون العربي، جامعة جيلالي ليايس-سيدي بلعباس-، الجزائر/ بودالي مخطار، جامعة جيلالي ليايس-سيدي بلعباس-، الجزائر	52
713-703	الاتجاهات الحديثة للمؤسسات الجزائرية لتحقيق الأداء المتميز في ظل المتغيرات البيئية المعاصرة طويبري فاطمة، جامعة تلمسان، -الجزائر-	53
724-714	الحوكمة والإدارة المالية من منظور المؤسسات الوثائقية: دراسة في المفاهيم والعلاقة وطرق التطبيق لعابنية رجاء، جامعة 8 ماي 1945 قالمة (الجزائر)	54
738-725	المؤسسات الزراعية الناشئة في الجزائر بين الواقع والمأمول دراسة حالة مؤسسة AKT-FARMS مزارع تكنولوجيات المعرفة الجزائرية ط. د. شعشوع عبد الله، جامعة احمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت، الجزائر/ عناني عبد الله، جامعة احمد بن يحيى الونشريسي تيسمسيلت، الجزائر	55
754-739	دراسة استكشافية لمدى قابلية ادماج تقنية الذكاء الاصطناعي في مهنة المحاسبة في الجزائر عباس بن العربي، جامعة زيان عاشور بالجلفة، الجزائر/ موسى مرفوعة، جامعة غرداية، الجزائر	56
769-755	دور الاستثمار في الأصول غير الملموسة في تحسين الأداء المالي لشركات التقنية والبرمجيات – دراسة حالة شركة ميتا FB/META – فوضيل لحسن، جامعة الشلف، -الجزائر- /خنوسة عديلة، جامعة الشلف، -الجزائر-	57
783-770	مشكلة الطاقة في الجزائر، بين الواقع والتوقعات المستقبلية د، بدري عبد العزيز، جامعة تيسمسيلت، الجزائر	58
795-784	Analysis of the impact of innovation on Business performance of Algerian Economic companies Benfattoum Fathi, University of Laghouat, Algeria / Benmouiza Ahmed, University of Laghouat, Algeria	59

811-796	Early Warning System IRIS as a Tool for Assessing Financial Performance of Insurance Companies “A Case Study of Algerian Insurance Company (CAAT)” DEBOUB Ouissam, Tissemsilt University, Algeria // BOUKREDID Abdelkadir, Tissemsilt University, Algeria	60
826-812	Former and present public economic institution of Algeria Nadir Guemra, University of M’sila, Algeria	61
839-827	Green Marketing Strategic Approaches Brahimi Farouk, Mohamed Khider University-Biskra- Algeria	62
851-840	The role of startups in the field of technology and financial services in promoting financial inclusion phd Student MERABET Abdeldjelil, University of Ibn Khaldoun-Tiaret, Algeria / Professeur. Mokhtar, University of Ibn Khaldoun-Tiaret, Algeria	63
867-852	أبعاد توظيف النص القرآني عند الشيخ أبي طالب المكي (ت 386هـ) قوت القلوب في معاملة المحبوب ووصف طريق المريد إلى مقام التوحيد أنموذجا ليلى معاش، جامعة غرداية-الجزائر-	64
883-868	أثر المقاصد في نوازل كورونا -نماذج مختارة- ط-د: صديقة عبد الباقي، جامعة عمارثليجي بالأغواط –الجزائر-د: مايدي عيد الرحمن، جامعة عمارثليجي بالأغواط –الجزائر-	65
896-884	أثر تغير الفتوى بتغير المكان _ المهجر نموذجا _ حرير محمد أمين، جامعة غرداية، -الجزائر- / شويفر عبد العالي، جامعة غرداية، -الجزائر-	66
912-897	أزمة الضمير وضرورة العودة إلى التفكير ربيع أسماء، جامعة الجزائر 2 –الجزائر- / بن دودة مليكة، المركز الجامعي مرسللي عبد الله –تبيازة-	67
925-913	استخدام تقنيات الذكاء الاصطناعي في أرشفة البيانات: برنامج ArcMate Capture نموذجا حموي نور الهدى، جامعة جيلالي ليابس-سيدي بلعباس-الجزائر-	68
942-926	الأخلاق من أحكام الثنائية إلى أحكام التعددية حمدي شهرزاد، جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2-الجزائر- / عامر إيمان، جامعة 8 ماي 1945 قالمة-الجزائر-	69
958-943	الأسرة الجزائرية والنسق القرابي عبد اللاوي عمر، المركز الجامعي الشريف بوشوشة أفلو-الجزائر- / ميطر عائشة، المركز الجامعي الشريف بوشوشة أفلو-الجزائر-	70
972-959	الإنسان والعالم قراءة تأويلية في تفعيل الفهم والقدرة د. محمدي بلخير، جامعة مولود معمري تيزي وزو	71
986-973	التأويل ودلالته بين علم الكلام والتصوف ط. د. عقابة أنيسة، جامعة بن خلدون –تيارت- / أ د بلخير خديجة، جامعة بن خلدون –تيارت-	72
1001-987	التخطيط المعماري للمسكن بمدينة شرشال خلال العهد العثماني يوسفي ياسين، المركز الجامعي مرسللي عبد الله –تبيازة- / عبد القادر دحدوح، المركز الجامعي مرسللي عبد الله –تبيازة-	73
1016-1002	التنمية المحلية بين واقع السياسات الاجتماعية وآمال المجتمع المحلي تجاديت إدري، جامعة الجزائر 03-الجزائر-	74
1031-1017	الحراك النسوي في السودان والتغير الاجتماعي: الإنجازات المتحققة والتحديات د. فيصل محمد عبد الباري توتو، جامعة النيلين -كلية الدراسات الاقتصادية والاجتماعية – قسم علم الاجتماع -السودان	75
1046-1032	الحملات الإعلامية كاستراتيجية لتغيير سلوك العنف في الملاعب الجزائرية عبر الشبكات الاجتماعية دراسة ميدانية على عينة من شباب مستخدمي صفحات الفاسبوك - مهراوي نصر الدين، جامعة قسنطينة 3، الجزائر	76
1062-1047	السلطة العارية (الجانب الخفي للدكتاتوريات الاخضاعية) معافة فطيمة جامعة الحاج لخضر ب تنة 1-الجزائر-	77
1075-1063	الطب النسائي في الغرب الإسلامي خلال العصر الوسيط ق4-7هـ / 10-13م د بزة نوال، جامعة باتنة 1-الجزائر- / أ. د عشي علي، جامعة باتنة 1 –الجزائر-	78
1085-1076	العصبية الرقمية: الماهية، الأسباب ونتائجها على الفرد والمجتمع بن عودة موسى، جامعة ابن خلدون تيارت، الجزائر،	79
1098-1086	العلمانية كمنهج لقيام نهضة عربية في العصر الحديث "شيلي شمّيل وفرح أنطون" بن هبري حليم، جامعة مولود معمري تيزي وزو	80

1117-1099	القياس التصويري لرقمنة المواقع الأثرية كخطوة أولى لإعادة تصورها -الجامع الكبير بمدينة المنصورة الأثرية بتلمسان أنموذجا بكاركمال، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان -الجزائر- /أ. د. بلجوزي بوعبد الله، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان -الجزائر-	81
1131-1118	الكتاب الأبيض للثورة الجزائرية ورد فعل فرنسا تجاهه 1956 – 1960 عيسى حمري، جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة –الجزائر/ بن عبد الله بدر، جامعة يحي فارس المدينة-الجزائر	82
1146-1132	المحددات الاجتماعية لتطوير أداء القيادات في ضوء الإدارة الموقفية وتحقيق التنمية المستدامة د، وليد محمد عبد الحليم محمد عاشور، دكتوراه جامعة سوهاج واستشاري تعليم	83
1162-1147	المسؤولية الأخلاقية لممارسة مهنة الصحافة الاستقصائية في ضوء موثيق الشرف الدولية سعيد فارق، جامعة باجي مختار عنابة -الجزائر-	84
1179-1163	المعاينة في البحث السوسولوجي. تصورات نظرية ونماذج تطبيقية د. حميداني خاليدة، جامعة لونيبي علي –البلدية، الجزائر،	85
1193-1180	الهجرة والرحلة الجزائرية إلى الحجاز ودورها في تثبيت الهوية العربية الإسلامية خلال القرنين 18 و19م رشيد ولد بوسيافة، جامعة يحي فارس المدينة الجزائر	86
1208-1194	انعكاسات متابعة مؤثري تيك توك على الهوية عند الشباب الجزائري د. رفيق بلعبيدي، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر،	87
1223-1209	أهمية إعلام المؤسسة في تحقيق جودة التكوين في مؤسسات التعليم العالي والبحث العلمي الجزائرية باباوا عمر عبد الرحمان، جامعة غرداية -الجزائر-	88
1236-1224	بناء اختبار تحصيلي في مقياس القياس التربوي وبناء الاختبارات المدرسية للسنة الثانية علوم التربية وفق النظرية الكلاسيكية للقياس د. هاني دانه، جامعة محمد خيضر، بسكرة -الجزائر- /أ. د شفيقة كحول، جامعة محمد خيضر، بسكرة -الجزائر-	89
1253-1237	تأثير التنشئة الاجتماعية والثقافة الصحية على نمط الرضاعة المتبع عند المرأة غير العاملة -دراسة ميدانية لعينة من النساء في ولايتي الجزائر والبويرة- ط. د. خالد عبد الرحمان، جامعة الجزائر 02 -الجزائر- /د. كواش زهرة، جامعة الجزائر 02 -الجزائر-	90
1267-1254	تشخيص فرعون موسى عليه السلام من خلال الوصف القرآني والمُعطى الأثري قلمام لويذة، جامعة أبو القاسم سعد الله بوزريعة -الجزائر- / بلقاسم رحمان، جامعة أبو القاسم سعد الله بوزريعة -الجزائر-	91
1278-1268	تطور الإذاعة السرية في الثورة الجزائرية من خلال تقارير وزارة التسليح والاتصالات العامة ديسمبر 1959 أوت 1961 أ. د احمد مسعود سيد علي، جامعة محمد بوضياف المسيلة-الجزائر-	92
1292-1279	تمثالات الحصان ورمزية التاريخ من خلال الأنصاب الرومانية للغرب الجزائري بلواضح أمجاد، جامعة مصطفى اسطنبولي معسكر -الجزائر- / مضوي خالدية، جامعة مصطفى اسطنبولي معسكر -الجزائر-	93
1307-1293	حركة الوصول الحر للمعلومات وتفعيلها بالمكتبات: التحديات والتحديات ط. د سعودي مقداد، جامعة عبد الحميد مهري، قسنطينة 2 -الجزائر- /أ. د قموح ناجية، جامعة عبد الحميد مهري، قسنطينة 2 -الجزائر-	94
1322-1308	دراسات الجدوى للمشاريع المقاولاتية -نموذج روضة أطفال- بلواضح حسينة، جامعة محمد بوضياف مسيلة-الجزائر- / مخلوف ناجح، جامعة محمد بوضياف مسيلة-الجزائر-	95
1336-1323	دراسة العلاقة بين نوعية حياة الأطفال الأقل من 5 سنوات وبعض المؤشرات الاجتماعية والصحية في الجزائر صيدون جهيد، جامعة لونيبي علي البلدية 2-الجزائر- / درديش أحمد، جامعة لونيبي علي البلدية 2-الجزائر-	96
1352-1337	درجة تقدير مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمربي المدمجين لسلوكيات التمر الوظيفي الممارس ضدهم- دراسة ميدانية بمركز التوجيه المدرسي بالمسيلة لكحل نجمة، جامعة باتنة 1-الجزائر- / شوشان عمار 2، جامعة باتنة 1-الجزائر-	97
1366-1353	دور المكتبات في الرفع من فاعلية البحث عن المعلومات لدى الطلبة في ظل جائحة كوفيد-19 دراسة ميدانية بالمكتبة المركزية لجامعة محمد خيضر بسكرة زميري خولة، جامعة الجزائر 2 -الجزائر-	98
1376-1367	رحلة المقرئ (ت 1041 هـ/ 1631 م) ودورها في التواصل الثقافي بين الجزائر والحجاز سماعيل فتحي، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر / بن حامد سعدية، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر	99
1388-1377	سوسولوجيا المواطنة وإشكالية المقاربة السياحية عرباوي نصيرة، جامعة ابن خلدون تيارت، الجزائر،	100
1401-1389	صورة العرب قبل الإسلام في السينما العربية دراسة نقدية لفيلم "فجر الإسلام" منير طيبي، جامعة الشهيد الشيخ العربي التبسي –تبسة، الجزائر	101
1413-1402	علاقة إدارة الألم بالرعاية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن –دراسة ميدانية بمصلحة الطب الفيزيائي وإعادة التربية الوظيفية بالمستشفى الجامعي فرانز فانون- عيسو عبد الحق، جامعة مولود معمري-تيزي وزو-، الجزائر، / نايت عبد السلام كريمة، جامعة مولود معمري-تيزي وزو-، الجزائر،	102

1429-1414	فاعلية الوسائط التكنولوجية في تحسين تعليمية اللغة العربية في الجامعة أ.د. عبد الحفيظ تحريشي، جامعة محمد طاهري بشار، الجزائر	103
1448-1430	قراءة سوسيولوجية في ثقافة المقالة في الجزائر ط.د. ليامين عكاشة، / جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجزائر، د. ليليا حفيظي، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجزائر.	104
1463-1449	كفاءة الإدارة البشرية في الأزمات الصحية (رؤية مستقبلية للتحديات والفرص) أولاد النوي محمد، جامعة غرداية، الجزائر. / زرياني محمد مصطفى، جامعة غرداية، الجزائر.	105
1479-1464	محمد إقبال وعبد الحميد بن باديس، تقاطعات الرؤى في صناعة الإنسان د. غنية ضيف، جامعة الجزائر 02، الجزائر	106
1491-1480	مراكز التعليم والثقافة بالمغرب الإسلامي من القرن الأول وحتى القرن الخامس الهجري د / محمد ساكو، المدرسة العليا للأساتذة مبارك بن محمد الميلي الجزائري – بوزريعة (الجزائر)	107
1503-1492	مرجعيات الثقافة الجزائرية وراهنها محمد بوحجلة، جامعة حسية بن بوعلي، الشلف، الجزائر	108
1520-1504	مسألة الحرية في الفكر العربي الباحثة سفيان فاتن، قسم الفلسفة المركز الجامعي نورالبشير البيض. الجزائر	109
1537-1521	ميراث المرأة القبائلية بين خضوعها لأعراف وتقاليد المجتمع والحاجة المادية ميلودي حسينة، جامعة العقيد ألكي محند أولحاج بالبويرة، الجزائر	110
1548-1538	نقد العقل الإسلامي عند أركون حسين حيمر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة تلمسان، الجزائر	111
1565-1549	واقع اللغة العربية في الخطاب الإشعاري الحلول والافاق دراسة تطبيقية لنماذج إشعارية العربي بوعمران بوعلام، جامعة خميس مليانة، الجزائر / عيوش نعيمة، جامعة خميس مليانة، الجزائر	112
1580-1566	Bullying and Its Impact on the Psychosocial Adjustment of Hearing-Impaired Children Integrated into regular Schools Abdelkarim Yahiaoui, Abu Al-Qasim Saadallah University, Algeria2/ Farid Ben Guesmia, Abderrahmane Mira University, Bejaia	113
1595-1581	Cyber space as existential threat to cultural security in Algeria Nouri Aziz, Abbas Laghrour University –khenchela / Slimane Samira, Salah Boubnider Constantine 3 University	114
1604-1596	Digital media between moral responsibility and practice Omar Reikia, University of Algiers 3. Algeria	115
1619-1605	Exploring the Impact of Psychological Capital on Work-Related Quality of Life: A Case Study of Saidal Group Employees in the Algerian Pharmaceutical Industry Mohammed Mansouri, Djillali Liabes University of Sidi Bel Abbes, /Algeria Hana Bouhara, Djillali Liabes University of Sidi Bel Abbes	116
1634-1620	L'ignorance sacrée et l'ignorance institutionnalisée chez Mohammed Arkoun: Analyses philosophiques de deux concepts controversés dans la pensée islamique Mahrez BOUICH, Université Abderrahmane Mira- Bejaia	117
1646-1635	Repenser la raison avec Gaston Bachelard HADDOUCHE Zahir, Université A.Mira-Bejaia (Algerie)	118
1659-1647	Teachers' social representations towards modern media and communication technology Ferkous Nadira, Badji Mokhtar University – Annaba – Algeria	119
1675-1660	The Competency-Based Approach: Between Theoretical Foundations and Epistemological Differences hamouche moslem, Mouloud Mammeri University of Tizi Ouzou / farid_boutaba, Mouloud Mammeri University of Tizi Ouzou	120
1692-1676	The effectiveness of digital communication in achieving creativity in Algeria's emerging institution Field study of the Yassir Algiers Foundation Bahoussi nour el houda khadidja, Abdel Hamid ibn badis Mostaganem (Algeria) / Baali mohamed said, Abdel Hamid ibn badis Mostaganem (Algeria)	121
1709-1693	The main functions of business leaders in the recruitment and human resources development process. Empirical study among SME creators in the Bejaia region Haderbache Bachir, University Abderrahmane Mira of Bejaia /Maiga Hadiaratou Idrissa, University Abderrahmane Mira of Bejaia	122

1723-1710	The State of School Librarians Training in Educational Institutions: A Field Study of a High Schools Sample in M'Sila Dr. Belabbas Abdelhamid, Mohamed Boudiaf University of M'sila	123
-----------	--	-----

علاقة إدارة الألم بالرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن -دراسة ميدانية بمصلحة الطب الفيزيائي وإعادة التربية الوظيفية بالمستشفى الجامعي فرانز فانون-

The relationship between pain management and psychological well-being among chronic back pain patients -A field study at the Department of Physical Medicine and Functional Reeducation at Franz Fanon University Hospital-



عيسو عبد الحق^{1*}، نايت عبد السلام كريمة²

مخبر مجتمع تربوية عمل

1 جامعة مولود معمري-تيزي وزو-، الجزائر،

abdelhak.aissou@ummtto.dz

2 جامعة مولود معمري-تيزي وزو-، الجزائر،

anisiheb3@live.fr

تاريخ الإرسال: 2024/01/09 تاريخ القبول: 2024/01/23

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن. وقد اعتمدنا على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث بلغت عينة الدراسة 216 مريضاً يراجعون بمصلحة الطب الفيزيائي وإعادة التربية الوظيفية بالمستشفى الجامعي فرانتزفانون، وقد تم تطبيق مقياسين: الأول خاص بإدارة الألم والثاني خاص بالرفاهية النفسية، من خلال الاعتماد على نموذج "إد.دينر" للرفاهية النفسية الذي يوصي بضرورة مناقشة الرفاهية النفسية من خلال أبعادها المتمثلة في (الرضا عن الحياة، الانفعالات الإيجابية، الانفعالات السلبية)، حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم والرفاهية النفسية بأبعادها لدى عينة من مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

الكلمات المفتاحية: إدارة الألم؛ الرفاهية النفسية؛ الرضا عن الحياة؛ الانفعالات الإيجابية؛ الانفعالات السلبية؛ ألم أسفل الظهر المزمن

Abstract:

The current study aimed to identify the nature of the relationship between pain management and psychological well-being among chronic low back pain patients. We relied on the descriptive correlational approach, as the study sample consisted of 216 patients attending the Department of Physical Medicine and Functional Reeducation at Frantz Fanon University Hospital. Two scales were applied: the first for pain management and the second for psychological well-being, by relying on the "Ed. Diener" model of psychological well-being, which recommends the necessity of discussing psychological well-being through its dimensions (life satisfaction, positive emotions, and negative emotions). The results showed that there is a statistically significant correlation between pain management and psychological well-being in its dimensions among a sample of chronic low back pain patients.

Key words: pain management; psychological well-being; life satisfaction; positive emotions; negative emotions; chronic low back pain.

* عبد الحق عيسو

1-مقدمة:

يعد ألم أسفل الظهر المزمن مشكلة صحية عالمية تؤثر على رفاهية المرضى وحالتهم الوظيفية والنفسية، فعلى الرغم من ارتفاع معدل انتشارها، وتكاليفها الشخصية والمجتمعية الهائلة، إلا أن استجابة نظم الرعاية الصحية لم تكن مرضية. حيث كان النهج الطبي الحيوي التقليدي لآلام الظهر غير مناسب بشكل خاص. إذ وجد ارتباط ضعيف بين الألم والعجز من ناحية والدراسات التشخيصية التي تعكس طبيعة وشدة الإصابة من ناحية أخرى، فالعديد من العلاجات الطبية الشائعة لا تدعمها نتائج فعالة، بالرغم من التقدم في التكنولوجيا الطبية، ونتيجة لذلك استمرت احصائيات إعاقات آلام الظهر في الارتفاع. ومنه فقد مهد عدم نجاح النموذج الطبي الحيوي في تحقيق نتائج مرضية لألم أسفل الظهر المزمن إلى اعتماد نموذج بيونفسي اجتماعي (biopsychosocial model) يعترف بالتأثيرات المتبادلة للعوامل البيولوجية، المعرفية، العاطفية، السلوكية، والاجتماعية / البيئية في إدارة الألم المزمن.

2-الإشكالية:

تشير الأبحاث حول ألم أسفل الظهر المزمن بقوة إلى أن العوامل النفسية والاجتماعية لا تقل أهمية عن العوامل الطبية الحيوية في التنبؤ بمسار الألم والتأثير عليه. يركز النهج البيولوجي النفسي الاجتماعي لآلام أسفل الظهر على التفاعل المعقد بين العوامل المعرفية والعاطفية والسلوكية والاجتماعية، وكيفية تفاعلها مع العوامل الطبية الحيوية للإصابة، والإحساس بالألم، وإدراك الألم. حيث تؤثر العوامل النفسية والاجتماعية على البداية الأولية لآلام أسفل الظهر، ثم انتقال آلام أسفل الظهر إلى حالة مزمنة، والاستجابة للعلاج. ويعد مرض ألم أسفل الظهر المزمن من بين الأمراض المزمنة الواسعة الانتشار في جميع الفئات العمرية، من الأطفال إلى كبار السن، وهو السبب للاستشارات الطبية المتكررة. ففي دراسة حول العبء العالمي للأمراض لعام (2010)، توصلت إلى أن ألم أسفل الظهر المزمن من بين أكثر الأمراض انتشارا في جميع أنحاء العالم، حيث يعتبر هذا المرض المزمن العبء الصحي الأكبر بانتشار 568 مليون نسمة حول العالم، ويصنف الثالث من حيث سبب الاستشارة الطبية، والسبب الرئيسي للإعاقة في 160 دولة، ويحد بشكل كبير من القدرة على الحركة، مما يؤدي إلى التقاعد المبكر من العمل، وانخفاض مستويات الرفاهية وتقليل القدرة على المشاركة في المجتمع (WHO.INT, 2022)، وأما في الجزائر فقد وجد المركز الوطني للصحة العمومية بأن عدد المرضى بألم أسفل الظهر المزمن قد بلغ 632 مصابا لدى عينة من سكان الجزائر العاصمة والتي بلغ عددها 6956 شخصا يتجاوز سنهم 15 سنة أي بنسبة 15.25% من مجموع عينة البحث. (مهمل، 2002، صفحة 02)

يعتبر ليريش (Leriche) أن الألم هو العرض الإكلينيكي البارز لمرض ألم أسفل الظهر المزمن، ويصفه بأنه إحساس متعب وشاق (sensation pénible) يشغل بال المصاب بصفة دائمة ويدوم عدة أيام، كما يحد من نشاطه ويدفع به إلى الاكتئاب والتشاؤم (مهمل، 2002، صفحة 08). إذ يبدأ الألم المزمن عادة بنوبة حادة لكنه يختلف عن الألم الحاد من حيث أنه لا يخف بالعلاج أو بمرور الزمن، ويتحول الألم المزمن إلى معاناة تمتلك قيمة مرضية، وحينئذ نتحدث عن مرض الألم (تايلر، 2008، صفحة 591).

وبسبب عدم إمكانية الشفاء على الأغلب، يحتل التخفيف من الألم والتعامل مع مرض ألم أسفل الظهر المزمن، مركز صدارة برامج التربية العلاجية. ففي عام 2018، طالبت مجموعة عمل دولية منظمة الصحة العالمية بزيادة الاهتمام بأعباء آلام أسفل الظهر، والحاجة إلى تجنب المحاليل الطبية بشكل مفرط، والواقع أن

المبادئ التوجيهية السريرية الدولية الحالية تدرك أن العديد من الأشخاص الذين يعانون من آلام أسفل الظهر يحتاجون إلى القليل من العلاج الطبي، أو لا يحتاجون إليه أساساً. عندما يكون العلاج مطلوباً، فإن الأسلوب الموصى به هو الابتعاد عن استخدام دواء للألم، وحقن الستيرويد، وجراحة العمود الفقري. وبدلاً من ذلك يتم الترويج للعلاجات البدنية والنفسية. فمع أن المعرفة العلمية بأفضل الممارسات لآلام أسفل الظهر المزمن قد تطورت، إلا أن النظم الصحية وآليات تمويلها لم تواكب هذا التطور، ونتيجة لذلك، كثيرٌ من أنظمة الرعاية الصحية مستمرة على الصعيد الدولي في تمويل الرعاية المخالفة للمبادئ التوجيهية، مثل العقاقير الأفيونية، الترددات الراديوية، جراحة التخدير والانصهار الشوكي. إذ توصي كل الدراسات الطبية السريرية الدولية لعلاج آلام أسفل الظهر المزمنة، ببرامج إدارة الألم متعددة التخصصات التي تستهدف الجوانب الجسدية والنفسية والاجتماعية لمرضى ألم أسفل الظهر المزمن. (Traeger AC, 2019, p. 430)

إن الإدارة الجيدة للألم المزمن لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، يتحقق من خلال رضاهم عن حالتهم الصحية وتحكمهم في انفعالاتهم، وإدراكهم الإيجابي للسند النفسي والاجتماعي المتوفر، بالإضافة إلى قدرتهم على مزاولة نشاطاتهم المهنية، الترفيهية والاجتماعية بصفة عادية، هذا ما قد ينعكس على خبرة المرض، فيبدو كأي مرض مزمن يستوجب العناية الصحية والتسيير الجيد لفترات تزايد الألم والتعلم من المواقف الصحية المختلفة للطرق المثلى في تحقيق التكيف مع خصوصية هذا المرض. والعكس فإن العديد من المرضى الذين يعانون من خبرة الألم يمكن أن يكون لديهم خوف شديد من زيادة الألم أو من تكراره، والذي يمكن أن يؤدي إلى تجنبهم مجموعة من الأنشطة التي تمثل مخاطر عالية بالنسبة لهم. على سبيل المثال، يمكن للمرضى تجنب التحرك في الطرق العامة خوفاً من إرهاق أنفسهم. ومع ذلك، هؤلاء المرضى في الكثير من الأحيان لا يصفون خبراتهم من حيث الخوف وإنما من حيث ما يمكن وما لا يمكن القيام به. وبالتالي، فإنهم لا يحبون الحركة خوفاً من جعل الألم يزداد سوءاً بسبب رفع جسم ثقيل، لكنهم يصرون بأنهم لم يصبحوا قادرين على رفع الأشياء الثقيلة. وقد ثبت أن الخوف من الألم هو معتقد ذاتي لتجنب الألم وقد يكون مرتبطاً بخبرة الألم (العاسمي، 2016، صفحة 318).

كما وجدت أدلة قوية على أن الصحة مرتبطة مع الجوانب النفسية والاجتماعية، فبالرغم أن المشاكل الصحية تحد من قدرات الفرد وتؤثر على مختلف جوانب حياته، ومن شأنها أن تخفض من الشعور بالرفاهية النفسية، إلا أن الصحة كما يقيمها الفرد ذاتياً ترتبط إيجاباً بقوة مع الرفاهية النفسية والسعادة تقود نحو إدارة أفضل للألم المزمن (زناد وبورجي، 2016)

ومنه اتجه بعض الباحثين (كسلغمان، تاركينيو، شويتزر) إلى التركيز على فهم القوى التي من شأنها أن تزيد من حجم الوقاية من الأمراض النفسية والبدنية، وتقلل من انتشارها أو على الأقل تحد من مضاعفات هذه الأمراض على الفرد والمجتمع، إذ تعتبر الرفاهية النفسية موضوعاً مركزياً في علم النفس الإيجابي الذي يهتم بدراسة مكان القوة والفضائل الإنسانية، حيث جاء هذا الإطار النظري ليبين أن العلاج ليس فقط مجرد إصلاح ما هو خطأ وإنما العلاج أيضاً يكمن في البناء والتعظيم لكل ما هو إيجابي. إذ تتحدد الرفاهية النفسية في جانبين: جانب موضوعي، الذي يسمى الرفاهية النفسية الموضوعية (objective well-being) والذي يعتمد في دراسته على مؤشرات موضوعية محددة من طرف منظمات عالمية كالمنظمة العالمية للتنمية الاقتصادية، وجانب ذاتي (subjective well-being)، الذي يسمى الرفاهية النفسية الذاتية والتي ترجع إلى الدرجة التي

يقيم بها الفرد حياته من خلال تقييمه الشخصي لرضاه عنها (تلمساني، 2015، صفحة 02)، فقد أوضح الباحثون في هذا المجال أن الرفاهية النفسية تتطور من خلال مجموعة من المتغيرات كالتنظيم الانفعالي وخصائص الشخصية والهوية والخبرة في الحياة، بالإضافة إلى أنها تزيد مع العمر والتعليم.

إذن فالرفاهية النفسية تعبر عن التقويم الكلي لخبرات الفرد الانفعالية الإيجابية والسلبية. من خلال: تقييمه لرضاه عن حياته، بالإضافة لارتفاع تواتر الانفعالات الإيجابية وانخفاض الانفعالات السلبية. هذا الشعور الإيجابي العام له دور هام في الخبر الانفعالية لمرضى الألم المزمن، وفي توجيه تفكيرهم حول فضائل الحياة، الفرص المتاحة للتمتع بها وتحقيق أهدافهم، وتبعدهم عن التركيز على المخاوف والقلق. هذا ما قد يكون له دور هام في تحقيق أهداف برامج التربية العلاجية المخصصة لإدارة الألم المزمن، والتي تهدف إلى تحقيق الرضا والسعادة في مواجهة تدهور الصحة التي لا مفر منها (العاسمي، 2016، صفحة 342).

ومنه فإن الإدارة الجيدة للألم من خلال تقليل الأثر النفسي والصحي للألم عن طريق التثقيف الصحي وتعليم مهارات تسيير الألم كتقنية التشتيت الذهني مثلاً، مع إرشاد المرضى إلى الاستفادة من المساندة العائلية والاجتماعية وحتى الطاقم الطبي، بالإضافة إلى التشجيع على تحسين أداء الأعمال اليومية والأنشطة الاجتماعية والترفيهية. هذا ما من شأنه المساعدة في تحسين إدارة مرض ألم أسفل الظهر المزمن وبالتالي رفع التقييمات المعرفية المتعلقة بالرضا عن الحياة، والوصول إلى تحقيق توازن وجداني، بهدف تحقيق رفاهية نفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

3- التساؤلات:

وبناءً على ما أتى عرضه سنحاول في الدراسة الحالية التعرف على طبيعة العلاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية بأبعادها لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن من خلال طرح التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن؟

- هل توجد علاقة بين إدارة الألم وأبعاد الرفاهية النفسية (الرضا عن الحياة، الانفعالات الإيجابية، الانفعالات السلبية) لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن؟

4- الفرضيات:

وللإجابة على هاته التساؤلات يمكن صياغة الفرضيات التالية:

- توجد علاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

- توجد علاقة بين إدارة الألم وأبعاد الرفاهية النفسية (الرضا عن الحياة، الانفعالات الإيجابية، الانفعالات السلبية) لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

5- أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية بأبعادها (الرضا عن الحياة، الانفعالات الإيجابية، الانفعالات السلبية) لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

6- أهمية الدراسة:

الدور الهام للعوامل النفسية مثل: الرضا عن الحياة والتوازن الوجداني في تقييم برامج إدارة الألم المزمن من خلال الاهتمام بالجوانب الجسدية والنفسية للألم المزمن، ومساعدة مرضى ألم أسفل الظهر المزمن على إدارة آلامهم وتحسين رفاهيتهم النفسية.

7-تحديد المفاهيم:

7-1-تعريف الرفاهية النفسية:

(أ) -اصطلاحاً: يعرف دينر ودينر (Diener et Diener,1995) الرفاهية النفسية على أنها: "تقييم الشخص لرد فعله للحياة، سواء يتجسد في الرضا عن الحياة أو رد الفعل الانفعالي المستمر بظروف الحياة (الوجدان)، ولدى توافر فرص إشباع وتحقيق الاحتياجات". (مسعودي، 2016، صفحة 18)

إذن فالرفاهية النفسية هي التقييمات المعرفية التي يطلقها مريض ألم أسفل الظهر المزمن عن مدى رضاه عن حياته، بالإضافة إلى وصفه للجوانب الانفعالية ومدى تحقيقه للتوازن الوجداني.

(ب) - إجرائياً: تعرف الرفاهية النفسية إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي يتحصل عليها المجيب في مقياس الرفاهية النفسية المركب من: مقياس الرضا عن الحياة لـ إد.دينر، ومقياس التوازن الوجداني (PANAS) من اعداد واتسن، كلارك وتيليجن (Watson, Clark et Tellegen) والذي قام مسعودي أمحمد (2016) بترجمته وتكييفه على البيئة الجزائرية.

7-2-تعريف إدارة الألم:

(أ) -اصطلاحاً: تعرف إدارة الألم بمدى تسيير مرضى ألم أسفل الظهر المزمن للتأثير السلبي للألم على حالتهم الصحية والخبرة الانفعالية المعاشة، ومدى إدراكهم لتوفر المساندة والدعم اللازم، بالإضافة الى مدى تأثير الألم على أداء نشاطاتهم اليومية (حدان، 2015، صفحة 77)

(ب) - إجرائياً: تعرف إدارة الألم إجرائياً على أنها الدرجة التي يتحصل عليها المستجيب في مقياس إدارة الألم المزمن بأبعاده الثلاثة (تقدير تأثير الألم، إدراك المساندة، الأداء والأنشطة) والذي أعدته الباحثة حدان (2015)، حيث تكون أدنى درجة نظرية للمقياس هي (0) وأعلى درجة هي 210، وتنقسم إلى ثلاث مستويات: (0-70) مستوى ضعيف، (71-140) مستوى متوسط، (141-210) مستوى جيد في إدارة الألم المزمن.

8- منهج الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي، والذي يركز على الوصف الدقيق والتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد بصورة نوعية أو كمية رقمية، ويهدف هنا الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية بأبعادها المختلفة لدى عينة من مرضى ألم أسفل الظهر المزمن.

9-عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

تم اختيار عينة الدراسة عن طريق أخذ العينة المتاحة والتي شملت 216 حالة، حيث تم برمجة أيام فحص خاصة بمرضى ألم أسفل الظهر المزمن وتوزيعهم على الأطباء المقيمين (médecin résident en en 4em année rééducation fonctionnel)، ومن ثم القيام بمقابلة هؤلاء المرضى وتوزيع مقاييس الدراسة، وشرح بعض البنود عند الحاجة.

10- أدوات الدراسة

(أ) -مقياس إدارة الألم المزمن:

قامت الباحثة حدان ابتسام ببناء مقياس إدارة الألم المزمن بما يتناسب مع البيئة الجزائرية والذي يهدف إلى تشخيص مستوى إدارة الألم المزمن لدى أفراد العينة حيث يتضمن ثلاثة أبعاد هي:
-الأثر النفسي والصحي للألم المزمن: يعبر عن مدى تأثير الألم على حالة المريض الصحية وشعوره واعتقاده نحو قوة وضعف هذا الأثر.

-إدراك المساندة: يعبر عن مدى إدراك المريض لتوفر المساندة والمساعدة والدعم اللازم له وقت الألم.

-الأداء والأنشطة: يعبر عن مدى تأثير الألم على أداء المريض في نشاطاته اليومية. (حدان، 2015 ص 77)

(ب) -مقياس الرفاهية النفسية:

قمنا في الدراسة الحالية باستخدام مقياس مركب من مقياسين لقياس الرفاهية النفسية حسب النموذج النظري لدينر حول الرفاهية النفسية. وتتمثل فيما يلي:

-مقياس الرضا عن الحياة لدينر، أمونس، لارسن وقريفان" (1985، Diener et al.) الذي تمت مراجعته فيما بعد من قبل دينر وبافو" (1993، Diener & povot)، أعدت صورة عربية لهذا المقياس وأخضعت للتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية مع تدوير العوامل بطريقة فريماكس، وأشارت نتائج الدراسة إلى صلاح الصورة العربية المقترحة لمقياس الرضا عن الحياة للاستخدام (مسعودي أ.، 2016، صفحة 114)

-مقياس التوازن الوجداني باناس (PANAS) من إعداد واتسن، كلارك وتيلجن (Watson, Clark 1988) و قام الباحث مسعودي أمحمد (2016) بترجمة المقياسين وتصحيحهما اللغوي بمساعدة الأستاذ تيلوين وبعض أساتذة الانجليزية وأساتذة في علم النفس.

11-أساليب المعالجة الإحصائية:

للتحقق من صحة الفرضيات تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين إدارة الألم وأبعاد الرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن ". وتمت الاستعانة في المعالجة الإحصائية للبيانات ببرنامج SPSS v25.

12-عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

بما أن النموذج النظري ل: إد.دينر ينص على مناقشة الرفاهية النفسية من خلال أبعادها، فقد اتجهنا الى مناقشة الفرضيات الجزئية لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وأبعاد الرفاهية النفسية ثم محاولة استنتاج وجود العلاقة بين إدارة الألم والرفاهية النفسية الكلية وأخذ القرار حول الفرضية العامة.

12-1-عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

نصت الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن". وللتحقق من صحة هذه الفرضية قمنا باستخدام معامل الارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (01) العلاقة بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن

إدارة الألم	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الرضا عن الحياة	0,52	0,01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة للرفاهية النفسية بلغ (0,52) عند مستوى الدلالة (0,01).

وعليه نقول توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة، وبالتالي نقبل الفرضية التي تنص على "وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الرضا عن الحياة لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن".

حيث يبلغ مرضى ألم أسفل الظهر المزمن أن تقبل الحالة الصحية يساهم بطريقة فعالة في تخفيف الآلام لديهم، ويوجه تركيز المرضى إلى القيام بالنشاطات اللازمة لإدارته، حيث تعتبر معتقدات مثل ("أنا راض عن الحياة التي أعيشها"، "بشكل عام تبدو الحياة التي أعيشها قريبة مما امناه لنفسي") -وهي بنود مقياس الرضا عن الحياة-، كمكونات معرفية تشير إلى التقييمات الذاتية لمدى رضا المرضى عن حياتهم بشكل عام والجوانب المتعلقة بالألم المزمن والخبرة النفسية المصاحبة له بشكل خاص، إذ يساهم كل هذا في التكيف مع وضعية صحية مزمنة مصحوبة بآلام تمتد لسنوات ومخاوف متعلقة بتفاقم المرض وخطر الإعاقة، وبالتالي تحسين الرضا عن الحياة، وهذا ما يتوافق مع توصيات مختلف البرامج المتعددة الأبعاد لإدارة الألم التي تعتمد على تظمين تدريبات نفسية مستمدة من تطبيقات علم النفس الإيجابي.

وهذا ما أكدته هوان جي دونغ وآخرون (2022) في دراستهم حول العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة عند المرضى الذين يعانون من الألم المزمن، إذ بحثت هذه الدراسة في العوامل التي تحدد الرضا عن الحياة لدى المرضى الذين يعانون من آلام مزمنة فيما يتعلق بالتركيبة الاجتماعية والديموغرافية وسلوكيات نمط الحياة، وخلصت إلى أن إدارة الألم المزمن ترتبط بالرضا عن الحياة، حيث أبلغ المرضى الذين يعانون من تأثيرات الآلام المزمنة عن رضا أقل عن الحياة، وتوصي هذه الدراسة أن إدارة الألم المزمن ترتبط بتحسين رضا المرضى عن حياتهم. (Dong HJ, 2020, p. 475)

ووافقت ذلك دراسة kwi-ok & nan-young (2008) التي هدفت إلى التعرف على وجود العلاقة بين الألم والاكتئاب والرضا عن الحياة لمرضى آلام أسفل الظهر المزمنة، وتوصلت النتائج إلى أن: هناك علاقة ارتباطية بين إدارة الألم والرضا عن الحياة، وأنه يمكن أن تحدث آلام أسفل الظهر المزمنة لجميع الأعمار، ولذلك أكدت هاته الدراسة على أن تدخلات الرعاية مطلوبة لتخفيف الآلام والاكتئاب للمرضى الذين يعانون من آلام أسفل الظهر المزمنة (kwi-ok & nan-young, 2008)

مما سبق أصبح جليا أن الإدارة الفعالة للألم أسفل الظهر المزمن تساهم في تقليل مشقة الألم ورفع قدرة مرضى ألم أسفل الظهر المزمن على أداء الأنشطة اليومية، وزيادة الفاعلية الاجتماعية لديهم، من خلال المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والتواصل مع الآخرين، وتحسين النشاط البدني واللياقة والصحة العامة، كل هذا يساهم في الرفع من رضا هؤلاء المرضى عن حياتهم.

12-2- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

نصت الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات الايجابية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن". وللتحقق من هذه الفرضية قمنا باستخدام معامل الارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (02) العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات الايجابية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن

إدارة الألم	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الانفعالات الإيجابية	0,46	0,01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات الإيجابية للرفاهية النفسية بلغ (0,46) عند مستوى الدلالة (0,01)، وعليه نقول إنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات الايجابية، وبالتالي نقبل الفرضية التي تنص على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات الايجابية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن".

إذ تساعد إدارة ألم الظهر المزمن على الرفع من الانفعالات الايجابية كالشعور بالنشاط، الحماس، الفخر، الحزم... (انفعالات ايجابية مستمدة من مقياس PANAS) وبالتالي قابلية أكثر للتأثر بالمشاعر الإيجابية الهامة في تحقيق التوازن الوجداني لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، بهدف التعامل مع وضعية المرض المؤثرة على الحياة المعاشة قبل الإصابة، من خلال تكييف الكثير من النشاطات كالعمل، المناسبات الاجتماعية، الهوايات، والتخلص من مشاعر المشقة والخوف من عودة نوبات الألم والآلام المرتبطة بالنشاط البدني. حيث تؤدي السيطرة على هاته الآلام الى توقعات إيجابية في تحسن الصحة، وإمكانية العودة للحياة الطبيعية من عمل ونشاطات اجتماعية ورياضية، وتحفز والنشاط والتفاؤل مما يرفع من الانفعالات الإيجابية وبالتالي تحقيق توازن جداني يساهم في الشعور بالرفاهية النفسية.

ووافقت ذلك دراسة تجريبية لـ Carson وآخرون (2005)، والتي اختبرت برنامجًا للتدريب على اللطف والمحبة (love and transform anger into compassion) لمدة 8 أسابيع لمرضى آلام أسفل الظهر المزمنة، وأظهرت التحليلات متعددة المستويات للبيانات اليومية أن انخفاض الألم ارتبط بتنمية المزيد من الانفعالات الإيجابية، وانخفاض الغضب، حيث أن العواطف الإيجابية مثل الحب والفرح يمكن أن تقلل الألم من خلال نفس الآليات، يمكن أن يكون التحول العاطفي الإيجابي من هذا النوع مهمًا بشكل خاص في مرضى آلام أسفل الظهر المزمن. (Carson JW, 2005, p. 287)

ومن كل هذا، فإن الإدارة الجيدة لألم أسفل الظهر المزمن تحفز انفعالات ايجابية ضرورية لتحقيق توازن وجداني يساهم في الرفع من الرفاهية النفسية، والتي تعتبر عامل وقاية للصحة، وبالتالي حماية الصحة النفسية والجسدية لهؤلاء المرضى، وتخفيف المشقة المرتبطة بخصوصية ألم أسفل الظهر المزمن كمرض يدوم فترات عمرية كبيرة.

12-3- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

نصت الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن". وللتحقق من هذه الفرضية قمنا باستخدام معامل الارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (03) العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن

إدارة الألم	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الانفعالات السلبية	-0,37	0,01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية للرفاهية النفسية بلغ (-0.37) عند مستوى الدلالة (0.01).

وعليه نقول أن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية، وبالتالي نقبل الفرضية التي تنص على "وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم وبعد الانفعالات السلبية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن".

حيث تعمل مشاعر الخوف والضيق الانفعالي الناتجة من الإدارة السيئة للألم على الرفع من توقعات الخطر وتزيد من فرص ظهور مشاعر سلبية كالقلق، الضيق، الحزن، العصبية، التفرقة والخوف (بنود مقياس التوازن الوجداني PANAS) وبالتالي ارتفاع الانفعالات السلبية واخلال التوازن الوجداني ما من شأنه أن يحرم مرضى ألم أسفل الظهر المزمن من التمتع بالرفاهية النفسية.

إذ توصلت دراسات عديدة: (Geiser et al، 1993)، (Harkapaa، 1991)، (Jensen et al، 1993) (Benyon et al، 2013) (Tan et al، 2011) إلى أن الإدارة السيئة للألم المزمن مثل تجنب النشاطات أو الاعتماد على الآخرين ارتبطت بالانفعالات السلبية المصاحبة كالكدرواليأس والعجز. (حسانين ، 2014، صفحة 151)

يعاني مرضى ألم أسفل الظهر المزمن من معاش نفسي ووجداني شاق، إذ تؤثر الإدارة السيئة للألم المزمن في الرفع من تأثيرات الانفعالات السلبية، والتي تؤدي بدورها إلى خلل التوازن الوجداني لهؤلاء المرضى، ويزيد من ذلك تزامن هذا المعاش الانفعالي المؤلم مع ألم حقيقي بيولوجي، وبالتالي انخفاض الرفاهية النفسية، فقد أصبح من الواضح أن التوجهات السلبية المبالغ فيها تجاه الألم (تضخيم الألم) تؤدي إلى الخوف من الحركات، والاعتقاد بأن الحركات ستؤدي إلى المزيد من الألم، والنتيجة هي إدامة سلوك التجنب، وهذا يؤدي إلى الخمول، وانخفاض الحركة، وزيادة الإعاقة، وزيادة الغضب، والإحباط، والقلق، والاكتئاب.

12-4- عرض وتفسير ومناقشة الفرضية العامة:

نصت الفرضية على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم الرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن".

من خلال مناقشة الفرضيات الجزئية الثلاثة توصلنا الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم ومختلف أبعاد الرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن، ومنه نستنتج أن توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم والرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن وبالتالي نقبل الفرضية العامة التي تنص على أنه: "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الألم والرفاهية النفسية لدى مرضى ألم أسفل الظهر المزمن".

حيث أن الإدارة الألم الجيدة تخفف من الإحساس بالألم وتقي من العجز والخوف المصاحب له، هذا ما يساعد على توجيه التقييمات المعرفية نحو الرضا عن الحياة ، بالإضافة الى الرفع من الوجدانات الموجبة والخفض من الوجدانات السالبة المرتبطة بالضيق والمعاناة المصاحبة للألم، وبالتالي تحسين الشعور بالرفاهية النفسية، في حين ينتج عن الإدارة السيئة للألم أسفل الظهر المزمن معاناة وعجز عن ممارسة الأنشطة اليومية وبالتالي عدم الرضا عن الحياة، ما يرفع من الإحساس بالضيق المتعلق بالوضع الصحية، وهذا ما أكدت عليه منظمة الصحة العالمية (OMS، 1984) حيث تنبه على أن الصحة حالة من الرفاهية الجسمية، العقلية، النفسية والاجتماعية للفرد.

ووافقت ذلك دراسة (Federico Blagué & all, 2012) حيث أظهرت نتائج العينة المجتمعية التي تم مسحها مرتين في عامين أنه في كلتا النقطتين الزمنيتين، أبلغ نصف أفراد العينة عن آلام الظهر المزمنة المسببة للعجز في الأسبوعين الماضيين، وثبت ارتباط إدارة آلام أسفل الظهر المزمن بالرفاهية النفسية. كما خلصت الدراسة الى أنه على مدار العقد الماضي، وافق مجتمع أبحاث العمود الفقري عمومًا على الاقتراحات التي قدمتها مجموعة من خبراء آلام أسفل الظهر المزمن الذين حددوا ستة مجالات رئيسية ذات علاقة بتقييم المرضى الذين يعانون من آلام أسفل الظهر المزمن وهي: أعراض الألم، والوظيفة، والرفاهية النفسية. إعاقة العمل، الإعاقة الاجتماعية والرضا عن الرعاية. لذلك يجب أن تؤخذ كل من تفضيلات المريض والأدلة السريرية في الاعتبار لإدارة الألم، ويوصى بالإدارة الذاتية، مع الدعم المناسب، وتجنب الجراحة والإفراط في العلاج. (Balagué F, 2012 , p. 482)

وفي الإطار ذاته استعرض (MacNeela & all) 38 دراسة، ووجدوا فيها بعض الموضوعات الشائعة كالقلق، الخوف من العواقب الاجتماعية لآلام أسفل الظهر المزمنة، اليأس، الإجهاد الأسري، الانسحاب الاجتماعي، فقدان الوظيفة ونقص المال، وخيبة الأمل من لقاءات الرعاية الصحية. (Macneela, 2013, p. 63)

وتجمع كل هذا دراسة (فوسترو آخرون، 2018) حول الوقاية والعلاج من آلام أسفل الظهر: الأدلة والتحديات والاتجاهات الواعدة، حيث تشير نتائج هاته الدراسة إلى أهمية التثقيف النفسي وتقنيات تغيير السلوك لخلق موقف إيجابي تجاه الحركة وزيادة تصور السيطرة على الألم، وتؤكد على دور الأساليب المنهجية لرصد واستهداف المفاهيم الخاطئة حول التدخلات أثناء العلاج، للحفاظ على التحسينات بعد توقف الرعاية الرسمية حيث أكدت هاته الدراسة النوعية على الاستجابات العاطفية والمعرفية والسلوكية الإيجابية والسلبية منها، كال دعم العاطفي، والتمكين المعرفي، والاستعدادات المتوقعة لتدخلات الرعاية الصحية وإدارة الذاتية للألم المزمن. (Foster NE, 2018, p. 2368)

وبهذا فإن على القائمين على وضع السياسات الصحية لرعاية لمرضى ألم أسفل الظهر المزمن تظمين تدخلات العلاجية متعددة التخصصات، تهتم بمساعدة المرضى على إدارة الألم المزمن وما يتبعه من مشقة نفسية

بالإضافة الى تقييم جودة هاته الرعاية الطبية من خلال تقييم مستوى الرفاهية النفسية ودورها في الحفاظ على مكتسبات العلاج والوقاية من الإعاقة.

13-خاتمة:

إن إدارة الألم المزمن تحسن من مستويات الرفاهية النفسية لهؤلاء المرضى ومنه لابد من تدعيم برامج التربية العلاجية لمرضى ألم أسفل الظهر المزمن بتدخلات نفسية حول تخفيف الأثر النفسي والصحي للألم المزمن، مع توفير المساندة، والتشجيع على تحسين الأداء في: الأعمال المنزلية والعمل والرياضة بالإضافة الى التأكيد على ضرورة التنشيط الاجتماعي من خلال المشاركة في المناسبات الاجتماعية. ما من شأنه أن يرفع من مستوى الرفاهية النفسية لدى هاته الفئة من المرضى المزمنين وتحسين جودة الرعاية الطبية بمصالح الطب الفيزيائي وإعادة التربية الوظيفية.

فعلى الرغم من وجود العديد من الإرشادات السريرية التي تقدم توصيات مماثلة لإدارة آلام أسفل الظهر، إلا أن هناك فجوة كبيرة بين الأدلة والممارسة، لذلك وجب إعطاء أهمية أكثر للتدخلات التي تركز على مرافقة مرضى ألم أسفل الظهر المزمن في التعامل مع المشقة المترتبة عن الإصابة بهذا المرض بهدف زيادة الرضا عن الحياة، وتحقيق التوازن الوجداني من خلال العلاج السلوكي المعرفي والتدخلات القائمة على اليقظة، التحكم في الألم، الإرجاعية البيولوجية، والتي قد تكون مفيدة في الرفع من الرفاهية النفسية.

بشكل عام، تسلط هذه الدراسة الضوء على أهمية مراعاة العوامل النفسية، مثل الرضا عن الحياة والتوازن الوجداني في تقييم برامج إدارة الألم المزمن من خلال الاهتمام بالجوانب الجسدية والنفسية للألم المزمن، لمساعدة مرضى ألم أسفل الظهر المزمن على إدارة آلامهم وتحسين رفاهيتهم.

في الأخير تدعم هذه الدراسة إمكانية تعزيز الرفاهية النفسية لدى المرضى المصابين بألم أسفل الظهر المزمن من خلال التقليل من شدة الألم والآثار المترتبة عنه، والوقاية من تفاقم المشكلة الصحية وخطر الإعاقة.

14-قائمة المراجع:

- 1-ابتسام حدان. (2015). فعالية الذات المدركة وعلاقتها بالألم المزمن دراسة مقارنة لدى عينة من المرضى وغير المرضى بمدينة ورقلة. ورقلة: جامعة قاصدي مرباح
- 2-آسيا مهمل. (2002). التوافق البدني والسيكوجاجتماعي لدى المصابين بألم أسفل الظهر المزمن باستعمال استراتيجية المقاومة الكارثية. الجزائر: جامعة الجزائر 2.
- 3 -امحمد مسعودي. (2016). الارتياح النفسي والفعالية الذاتية لدى المعلمين. وهران، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 2.
- 4 -دليلة زناد، وشاكر أمير الدين بورجي. (2016). تحليل العلاقة المتعددة بين كل من الصحة، الرفاهية الذاتية وفعالية الذات لدى عينة من الأصحاء. - دراسة في علم النفس الصحة-. المجلة الجزائرية للطفولة التربية، (03) 04، 124-105.
- 5-رياض نايل العاسمي. (2016). علم نفس الصحة الإكلينيكي. الأردن-عمان: دار الإعصار العلمي.

- 6- شيلي تايلر. (2008). علم النفس الصحي. وسام درويش بريك، وفوزي شاکر طعيمة داود، المترجمون) عمان: دار الحامد.
- 7- فاطمة تلمساني. (2015). الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي الاجتماعي وتقدير الذات. جامعة وهران2.
- 8- محمد حسانين أحمد محمد. (2014). استراتيجيات التغلب على الألم وعلاقتها بمستوى الألم والعجز والاكتئاب لدى عينة من مرضى الألم المزمن بمحافظة المنيا. مجلة كلية الآداب (02)، 266-234.
- 9- Balagué F, M. A. (2012 , Feb). Non-specific low back pain. *Lancet*.
- 10- Carson JW, K. F. (2005, SEP). Loving-kindness meditation for chronic low back pain: results from a pilot trial. *J Holist Nurs*, 23(3), 287-304.
- 11- Diener, E., & Eunkook M, S. (1999). subjective well-being: Three decades of progress. (T. A. Association, Éd.) *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- 12- Dong HJ, L. B. (2020). Factors Associated with Life Satisfaction in Older Adults with Chronic Pain. *J Pain Res*, 5(13), 475-489.
- 13- Foster NE, A. J. (2018, Jun). Prevention and treatment of low back pain: evidence, challenges, and promising directions. *Lancet*, 9(391), 2368-2383.
- 14- kwi-ok, j., & nan-young, l. (2008, 04 30). A Study on the Pain, Depression, Life Satisfaction of the Chronic Low Back Pain Patients. *Journal of muscle and joint health*, 15(01), pp. 73-87.
- 15- Macneela, P. &. (2015). . Experiences of chronic low back pain: a meta-ethnography of qualitative research. *Health Psychology Review*, 9(1), 63-82.
- 16- Traeger AC, B. R. (2019, Jun 1). Care for low back pain: can health systems deliver? *Bull World Health Organ*, 97(6), 423-433.
- 17- WHO.INT. (2022, 7, 14). <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>.