الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République Algérienne Démocratique et populaire

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة أكلي محند اولحاج –البويرة–

كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية

Ministère de l'enseignement supérieure

et de la recherche scientifique

Université Akli Mouhand Oulhaj–Bouira–

Faculté des sciences sociales et humaines

Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ –tubirett–

قسم : العلوم الاجتماعية **فرع : علم النفس**

تخصص: علم النفس العيادي

الموضوع :

الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علم النفس العيادي

من إعداد الطالبتان:

- لعرابـــي دنيـــــا
- شـافعـــي فـاطمة

السنة الجامعية: 2019/2018

كلمـة شـكر و عرفان

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم و المعرفة ووفقنا على إنجاز هذا العمل المتواضع.

نحمد الله على جزيل نعمته، و نشكره على توفيقه لإتمام هذا العمل، فبفضل مشيئته يسر لي المصاعب، و أضاء لي درب العلم شعاعا منيرا و يشرفني أن أتقدم بجزيل الشكر و الثناء الخالص إلى كل أساتذتي طوال مسيرتي الدراسية.

و نشكر كل من أحاطنا بالرعاية و الإرشاد إلى كل أساتذة علم النفس.

إلى كل من علمني حرفا أصبح سنا برقه يضيء الطريق أمامي.

كما أشكر كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد و لو بكلمة أو بدعوة صالحة.

إهـــــــداء

أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع :

إلى شعلة أنارت دربي بثقتهما، إلى الذين بعثوا فيا الشجاعة و هيؤني بكل الوسائل و الطرق لأصل لهذا المستوى.

إلى أبي الغالي الذي تحمل على كاهله أتعاب الدنيا و الذي لم يبخل علي بشيء، إلى من شقى من أجل أن يفتح لي دروب الحياة.

إلى أمـي الغالية مصدرالأمان و منبع الحنان إلى الشمعة التي احترقت لتنيرلي دربي إلى من كان دعاؤها سرنجاحي إلى من تحت قدميها ننال الجنان.

لم أجد كلمة توفيهما حقهما حفضهما الله و رفعهما منزلة رفيعة عالية علو التاج على الرأس.

إلى أختي الوحيدة أمـــل إلى نصفي و ضلعي إلى شعلة الذكاء طبيبة المستقبل وفقك الله و جعلك من أعلى المراتب في العلم و الأخلاق.

إلى توأم روحي رفيقة دربي أمـيرة يا أجمل أقداري حتى و إن أبعدتنا المسافات فأنت دائما معي، أنت الأقرب إلى قلبي.

إلى أصدقائي و أحبتي إلى من مدوا أياديهم البيضاء في ظلام الليل و كانوا عونا لي، إلى من أستمد منهم القوة و العزيمة و الطموح.

إلى من هم في ذاكرتي و لم تسعهم مذكرتي و لم يخطهم قلمي، إلى كل من ساعدني.

DouNia

CHaBiLa

إهـــــــداء

اتقدم بقلب شاكرونفس خاشعة للذي أهدانا العقل أنارلي درب العلم والمعرفة

فلك الحمد ربي حتى ترضى والحمد لك ربي اذا رضيت ولك الحمد بعد الرضا

إلى معنى الحب و الحنان والأمان الى بسمة الحياة وسر الوجود إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وبسمتها رمز قوتي "امي الحبيبة"

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار إلى من علمني العطاء بدون انتظار إلى من احمل اسمه بكل وقار ارجو من الله ان يمد في عمرك ويشفيك يا سندي الوحيد في الحياة "ابي الحبيب"

إلى كل اخوتي : خالد، فاتح، يحي

إلى أختي و أمي الثانية : أحلام

إلى إبنة أختي الكتكوتة مرام روح قلبي

الى كل صديقاتي و كل زملاء ي وزميلاتي علم النفس العيادي

الى كل من هم في ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي

فـــــــــــا طمة

ملخص البحث :

يتعلق موضوع بحثنا حول الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية حيث كان هدفنا الكشف عن مدى فعالية التحضير النفسي و إسهامه في نتائج العملية الجراحية و التأكيد على إزالة الاضطرابات النفسية المصاحبة لها ، و قد وقع اختيارنا على مجموعة من الراشدين للتقليل من زيادة الضغط النفسي لديهم قبل الخضوع للعملية ، حيث كان التساؤل: هل الإقبال على العملية الجراحية يزيد من الضغط النفسي لدى الراشد ؟

و من أجل الوصول إلى ذلك تضمن بحثنا: الفصل التمهيدي بمثابة الفصل الأول خصص للإطار العام للدراسة و الذي احتوى إشكالية البحث ثم الفرضية و أسباب اختيار الموضوع كما أنه لا يخلو أي بحث من أهداف و أهمية الدراسة و أخيرا تحديد المفاهيم الدراسة. أما الفصل الثاني فقد خصص للضغط النفسي حيث تناولنا فيه تعريف الضغط النفسي، أنواعه، أعراضه، أسبابه **و** الآثار المترتبة عنه و النظريات المفسرة له ثم قياس الضغط النفسي. و في حين خصص الفصل الثالث للعملية الجراحية و الذي تطرقنا فيه إلى تعريفها و وصفها و أدواتها أنواعها، مخاطر العملية الجراحية ثم أهمية تواجد الأخصائي النفساني إلى جانب الجراح و في الأخير الخطوات المتبعة من أجل التغلب على الخوف قبل العملية الجراحية.

و بالنسبة للجانب التطبيقي فلقد تضمن منهج البحث حيث استخدمنا المنهج الإكلينيكي ثم مجموعة البحث و اعتمدنا على أدوات البحث المتمثلة في الملاحظة و المقابلة ثم مقياس إدراك الضغط النفسي و في الأخير تم وضع خاتمة البحث ثم قائمة المراجع.

فـهرس الـمحتـويـا ت

المحتويات **الصفحة**

كلمة شكر

اهداء

تمهيد 01

الجانب النظري

الفصل التمهيدي : الاطار العام للدراسة

1. تحديد الاشكالية..... 05
2. فرضيات الدراسة.....06
3. أسباب اختيار الموضوع.....06
4. أهمية الدراسة.....06
5. أهداف الدراسة.....06
6. تحديد المفاهيم.....07

الفصل الثاني : الضغط النفسي

تمهيد

1- تعريف الضغط النفسي
2- أنواع الضغط النفسي
3- أعراض الضغط النفسي
4- أسباب الضغط النفسي
5- الاثار المترتبة على الضغط النفسي
6- النضريات المفسرة للضغط النفسي
7- قياس الضغط النفسي

خلاصة

الفصل الثالث : العملية الجراحية

تمهيد

1- تعريف العملية الجراحية
2- وصف العملية الجراحية
3- أدوات العملية الجراحية
4- أنواع العملية الجراحية
5- مخاطر العملية الجراحية
6- أهمية تواجد الأخصائي النفساني إلى جانب الجراح
7- الخطوات المتبعة من أجل التغلب على الخوف قبل العملية الجراحية

خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1- منهج البحث 16
- المنهج الإكلينيكي 16
- دراسة حالة 16

2- مجموعة البحث 17
3- **أدوات جمع البيانات** **17**
- المقابلة 17
- الملاحظة ..... 18.
- المقياس 19

خـــــــــاتمة 20

قائمة المراجع 21

تمهيد :

يواجه الفرد في مراحل حياته العديد من المواقف و الأحداث و الأزمات، تختلف من حيث شدتها و تأثيرها عليه، حيث يختلف الأفراد في كيفية التعامل معها ، فيسعى إلى عملية المواءمة المستمرة بين مكوناته الذاتية و ظروفه الخاصة، فتشعره بالضغط النفسي كنتيجة لا يستطيع الفرد أن يتكيف معه، فهو حالة من عدم التوازن تنشأ من خلال المثيرات الداخلية و الخارجية التي تؤثر في نفسية الفرد .

لذا يثير موضوع الضغط النفسي في الوقت الراهن اهتماما ملحوظا بين المختصين في مختلف ميادين علم النفس و الطب ، فنظرا للتقدم الثقافي و التكنولوجي الذي نعيشه في جميع المجالات من بينها مجال الطب الذي أخذ نصيبه هو كذلك من تطور الأبحاث و حداثة الأجهزة الطبية إلا أن هذا لم يكن كافيا لطمأنة نفسية المريض خاصة المقبل على العملية الجراحية خاصة الراشد فهو يعيش في حالة ضغط كبير لكثرة مسؤولياته و درجة الوعي لديه و الأمر الذي يسبب له كثيرة الأفكار السلبية و التشاؤمية و حالة الذعر و الخوف التي يعيشها نظرا لخطورتها و تعقيدها .

وعلى هذا الأساس قمنا بدراسة تحت عنوان الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية الذي قسمناه بداية بالجانب النظري و التطبيقي ، فالجانب النظري احتوي على الإطار العام للدراسة مبرزين إشكالية البحث و الفرضيات، أسباب اختيار الموضوع، أهمية و أهداف الدراسة، و مفاهيم الدراسة. أما الفصول فقد اشتملت على فصلين و هما الضغط النفسي، العملية الجراحية. أما الجانب التطبيقي فقد تطرقنا فيه إلى المنهج المستخدم و مجموعة البحث و الأدوات و التقنيات المستعملة.

الفصل التمهيدي : الاطار العام للدراسة

الإشكالية :

لقد أصبحت مشاكل و ضغوطات الحياة من الظواهر الملموسة في العديد من المجتمعات ، فإن العصر الذي نعيش فيه هو عصر التطورات العلمية و التكنولوجية ، و هذه التطورات انعكست بشكل ايجابي على حياة الفرد إلا أنها أفرزت انعكاسات سلبية مثل الضغوط النفسية ، كما أشار العديد من الباحثين بأن القرن الحالي هو عصر "الضغوط النفسية" و مظهر من مظاهر طبيعة الحياة البشرية ، بحيث أصبحت كلمة "ضغط" متداولة بين ألسنة الجميع و أصبح الضغط في حد ذاته يصيب جميع شرائح المجتمع (شباب، راشدين، شيوخ، عمال، طلبة...) و نخص بالذكر الشخص الراشد نظرا لما تفرضه عليه مرحلته العمرية و كثرة مسؤولياته و نشاطاته و التزاماته ، لذا يسعى الإنسان دائما في البحث عن الأمن و الاستقرار و الراحة النفسية و إلى تخفيف عبء الحياة عن كاهله.

" و ما الحياة إلا معاناة و مشقة و شدائد و ضغوط و إن فهم هذه القاعدة يهيئ الشخص نفسيا و فسيولوجيا لتقبل هذه الحقيقة التي لا تغيب عنها الشمس لأن القاعدة النفسية الثانية تنص على حقيقة : « إذا لم تكن في استطاعتنا منع أو صد كوارث و ضغوط الحياة، فإن في استطاعتنا تقوية نفسية الشخص حتى يكون دوما مستعدا لمواجهة مثل هذه الضغوط » **(غانم 2008)** و هذا ما جعل الانسان في صراع دائم من أجل تحقيق التوازن النفسي بين ذاته و ظروفه الخاصة ، فيؤدي الضغط النفسي إلى إفراز إنحرافات تشكل عبئا على قدرة و مقاومة الناس الناس في التحمل، فرياح الحضارة تحمل في طياتها آفات تستهدف النفس الإنسانية و زيادة التطور تحمل النفس الأعباء فوق الطاقة و ينتج عنها زيادة في الضغوط على أجسامنا مما ينعكس على الحالة الصحية و النفسية والعقلية **(الأمارة سعد ،2001، ص3)**

و على أية حال فمن الأسباب التي تؤدي بالفرد إلى عدم التوازن و الهدوء هو إصابته ببعض الأمراض العضوية حيث يواجه عدة صعوبات من بينها المرض الذي يلزم صاحبه بإجراء عملية جراحية، فالعلاج الجراحي هو البديل الوحيد عند فشل العلاج الدوائي في تحقيق أهداف الشفاء و بالرغم من التطور العلمي و الطبي الذي نعيشه و حداثة الأجهزة الطبية إلا أن فكرة الخضوع للعملية الجراحية تفجر معها قائمة طويلة من المخاوف فبمجرد معرفة المريض بأنه سيجري عملية جراحية يصعب عليه تقبل و مواجهة الفكرة فمن الطبيعي أن تنهار معنوياته و منه هنا تظهر أهمية الأخصائي النفساني في دراسة الحالة النفسية للمريض المقبل على العملية الجراحية ، حيث يكون الضغط النفسي هو الحالة

الإستجابية التكيفية التي تخلقها فكرة الخضوع لإجراء العملية الجراحية و من خلال ما تطرقنا إليه نطرح التساؤل التالي : هل الإقبال على العملية الجراحية يزيد من الضغط النفسي لدى الراشد ؟

1. فرضيات الدراسة :

وعليه يمكن صياغة الفرضية الاتية :

الفرضية : الإقبال على العملية الجراحية يزيد من الضغط النفسي لدى الراشد.

2. أسباب اختيار الموضوع :

- تبيان العلاقة التي تربط بين الجانب النفسي و الميدان الجراحي و ما مدى تأثير أحدهما على الاخر.
- قلة البحوث التي تناولت موضوع دراسة الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية.
- ابراز المعاناة التي يعيشها الراشد في المستشفى.

3. أهمية الدراسة :

- الأهمية التي يحتلها موضوع الدراسة و كذلك المتغيرات.
- اعطاء تصور واضح حول الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية.
- الكشف عن طبيعة مواجهة الضغوط النفسية لدى المقبلين على العملية الجراحية إزاء مواجهتهم للموقف الضاغط.
- تسليط الضوء على الحالة النفسية لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية مع إعطاء صورة واضحة لأثر الضغط النفسي للمريض .

4. أهداف الدراسة :

- الكشف عن مدى فعالية التحضير النفسي و اسهامه في نتائج العملية الجراحية.
- التأكيد على إزالة الاضطرابات النفسية المصاحبة للعملية الجراحية.
- اعطاء أهمية للمريض المقبل على العملية الجراحية و حتى بعد نجاحها ، فالجانب النفسي لا يمكنه أن يكون بعيدا كل البعد عن الجانب العضوي بل هو مكمل له و العكس صحيح.
- توعية الأسرة الطبية و أسرة المريض بالدرجة الأولى بضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للمريض .

5. تحديد المفاهيم :

❖ الضغط النفسي :

إصطلاحا : هو عبارة عن تجارب و احساسات خاصة بالفرد و التي من خلالها يشعر باختلالات نفسية أو عضوية و التي يترتب عنها التوتر و عدم الإستقرار و كل هذا ينتج عن عوامل في البيئة الخارجية أو عوامل خاصة بالفرد نفسه. **(راوية حسن، 2003،399)**

اجرائيا : يشير إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد تولد لديه الإحساس بالتوتر و عدم التوازن و يتحدد مفهوم الضغط النفسي في هذا البحث بالدرجة التي يتحصل عليها الراشد المقبل على العملية الجراحية من خلال تطبيق مقياس الضغط النفسي الذي صمم من طرف "لفنستاين" لقياس إدراك الضغط النفسي.

❖ العملية الجراحية :

إصطلاحا : هي تقنية طبية تركز على التدخل الطبي لعلاج الأنسجة المصابة كقاعدة عامة، تعتمد على فريق طبي مؤهل، من الطبيب الجراح، إلى طبيب الإنعاش، إلى مساعدين، و فريق خاص بالتخدير فالعملية الجراحية تتم من خلال فريق طبي كامل متكامل **(راغب السرجاني، 2009، ص20)**.

إجرائيا : هي عبارة عن تدخل طبي يقوم به الجراح باستعمال الأدوات الخاصة بالجراحة و ذلك باحداث شق في العضو المصاب من أجل إزالة الألم .

الجانب النظري

الفصل الثاني : الضغط النفسي

الفصل الثاني : الضغط النفسي

تمهيد

1- تعريف الضغط النفسي

2- أنواع الضغط النفسي

3- أعراض الضغط النفسي

4- أسباب الضغط النفسي

5- الاثار المترتبة على الضغط النفسي

6- النضريات المفسرة للضغط النفسي

7- قياس الضغط النفسي

خلاصة

الفصل الثالث : العملية الجراحية

الفصل الثالث : العملية الجراحية

تمهيد

1- تعريف العملية الجراحية

2- وصف العملية الجراحية

3- أدوات العملية الجراحية

4- أنواع العملية الجراحية

5- مخاطر العملية الجراحية

6- أهمية تواجد الأخصائي النفساني إلى جانب الجراح

7- الخطوات المتبعة من أجل التغلب على الخوف قبل العملية الجراحية

خلاصة

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1- منهج البحث

- المنهج العيادي
- دراسة حالة

2-مجموعة البحث

3-أدوات جمع البيانات

- المقابلة
- الملاحظة
- المقياس

خلاصة

تمهيد :

كما هو معلوم لا يخلو أي بحث في مجال علم النفس من الدراسة الميدانية ، فالهدف من هذا الجزء هو عرض مختلف الخطوات المنهجية التي اعتمدنا عليها لتحديد الأهداف المذكورة سابقا في هذا البحث فبعد الإلمام بالدراسة النظرية التي تناولنا فيها تحديد الإشكالية ، الفرضية ، الأهداف ، و الأهمية بالإضافة إلى الفصول : الضغط النفسي و العملية الجراحية ، و منه نتطرق في هذا الفصل إلى الدراسة الميدانية التي سنتناول فيها المنهج المستخدم ، أدوات جمع البيانات ، مجموعة البحث و الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة .

1- منهج البحث :

المنهج : هو الخطة التي يسير عليها الباحث بدأ من التفكير في موضوع الدراسة حتى ينتهي من انجازه، و هو خطة معقولة لمعالجة مشكلة ما، و حلها عن طريق استخدام المبادئ العلمية المبنية على الموضوعية و الإدراك السليم المدعمة بالبرهان و الدليل **(محمد خان، 2012، ص14)**

من أجل تحليل و دراسة الإشكالية المطروحة تم الإعتماد على المنهج الإكلينيكي لما له من خصائص تخدم موضوعي.

- **المنهج الإكلينيكي :** يعد أحد المناهج المهمة و الأساسية في مجال الدراسات النفسية فهو يعتمد على الملاحظة المعمقة للأفراد الذين يواجهون مشاكل معينة، و التعرف قدر الإمكان على ظروف حياتهم بغية التوصل إلى تأويل كل واقعة في ضوء كل الوقائع الأخرى ذلك أن الكل يشكل مجموعة دينامية لايمكن تبسيطها دون تشويهها و تبريرها **(عبد الرحمان الوافي، 2005، ص65)**

و يقوم المنهج الإكلينيكي أساسا على دراسة حالة باعتبارها الطريقة الأنسب للفهم الشامل للحالة و للحصول على أكبر قدر من المعلومات عن المفحوص .

- **تعريف دراسة الحالة :** يعرفها "جوليان روشر" على أنها المجال الذي يسمح للأخصائي النفساني لجمع أكبر و أدق من المعلومات حتى يتمكن من إصدار الحكم القياسي "نحو الحالة " فهي ترتكز على الفرد و تهدف على التواصل ؛ كما ترتكز دراسة الحالة على الملاحظة و المقابلة ؛ التاريخ الإجتماعي ؛ التاريخ الشخصي ؛ و المرضي للحالة ؛ الفحوص الطبية الإختبارات النفسية ؛ الهدف منها توفير أدق المعلومات في جمع البيانات عن الحالة بصفة معمقة و قد جمعنا في دراستنا للحالة بين الملاحظة و المقابلة **(مصطفى عبد المعطي ، 1998 ؛ ص154)**

و تعرف دراسة الحالة في علم النفس العيادي بأنها الفحص العميق لحالة فردية و ذلك انطلاقا من ملاحظة وصفية و ربطها بتاريخ المفحوص و يسمح ذلك بفهمه في كل معاشه .

(Hachette,1193,267)

2- مجموعة البحث :

تتكون مجموعة بحثنا من حالات بين نساء و رجال راشدين مقبلين على العملية الجراحية تم اختيارهم بطريقة قصدية حسب ما يخدم بحثنا و أغراضه ، حيث يعرفها عبد الرحمان العسوي " على أنها مفردات معينة تمثل المجتمعات الأصلية منتقات على أساس خصائص معينة يحتاجها الباحث في الدراسة و يعطي هذه العينة نتائج أقرب مما تكون إلى نتائج شاملة "**(عبد الرحمان العسوي،1998،ص52)**.

يتواجدون في مصلحة الجراحة العامة (جناح رجال و نساء) كل حسب نوع العملية التي سيجريها ، تبلغ أعمارهم ما بين 40-58 سنة و يختلفون من حيث المستوى الدراسي و يقطنون بالبويرة .

3- أدوات جمع البيانات :

- **المقابلة العيادية** : تعتبر من الأدوات الرئيسية لجمع المعلومات والبيانات في دراسة الأفراد و الجماعات الإنسانية ، كما أنها تعد من أكثر وسائل جمع المعلومات شيوعا و فعالية في الحصول على البيانات الضرورية للبحث و المقابلة ليست بسيطة بل هي مسألة فنية .

و قد عرف "أنجلس" المقابلة بأنها محادثة موجهة يقوم بها الفرد مع آخر أو مع أفراد بهدف الحصول على أنواع من المعلومات المستخدمة في بحث علمي أو الإستعانة بها في عمليات التوجيه و التشخيص و العلاج (**بوحوش، 2010، ص05**).

كما تعرف المقابلة أيضا بأنها استبيان شفوي و تعني اللقاء بعدد من الناس و سؤالهم شفويا عن بعض الأمور التي تهم الباحث، بهدف جمع اجابات تتضمن معلومات و بيانات يفيد تحليلها في تفسير المشكلة أو اختبار الفروض **(عبد المجيد ابراهيم، 2000، ص171)** .

و لدراستنا هذه اخترنا المقابلة النصف موجهة، فيقصد بأنها سلسلة من الأسئلة التي يأمل منها الباحث الحصول على الإجابة من المفحوص و من المفهوم طبعا أن هذا الأسلوب لا يتخذ شكل تحقيق و إنما تدخل الموضوعات الضرورية للدراسة خلال المحادثة تكفل قدرا كبيرا من حرية التصرف و يحرص الباحث ألا يقترح إجابات مباشرة أو غير مباشرة **(جوليان روتر، 1984، ص 102)**.

- **الملاحظة :** تعتبر الملاحظة الخطوة الأولى في البحث العلمي و تعد أحد وسائل جمع المعلومات المتعلقة بسلوكات الفرد و مواقفه و اتجاهاته ، وتعطي الملاحظة معلومات لا يمكن الحصول عليها أحيانا باستخدام الأدوات الأخرى كالإستبيان و المقابلة و الإختبارات .

فالملاحظة عبارة عن " الإعتبار المنتبه للظواهر أو الأحداث بقصد تفسيرها و اكتشاف أسبابها و عواملها والوصول إلى القوانين التي تحكمها ، و تأخذ عدة أشكال و لها وضائف متعددة تبعا لأغراض البحث و أهدافه **(بن عبد الله الواصل ، 1999،ص57)** .

و تعرف أيضا بأنها : عملية مراقبة أو مشاهدة سلوك الضواهر و المشكلات و الأحداث و مكوناتها المادية و البيئية و متابعة سيرها و اتجاهاتها و علاقاتها ، بأسلوب علمي ومخطط هادف بقصد التفسير و تحديد العلاقة بين المتغيرات و التنبؤ بسلوك الظاهرة و توجيهه لخدمة أغراض الإنسان و احياجاته . **(مصطفى عليان ،و محمد غنيم،2000،ص112)**

- **المقياس :**

وصف الإختبار:

عد هذا الاخبار من طرف الباحث **" لفنستاين Lavenstein"** سنة 1993 بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط ، و يتكون هذا الاختبار من 30 عبارة نميز منها بنود مباشرة و اخرى غير مباشرة .

البنود المباشرة : تمثل 22 عبارة و تتمثل في عبارات رقم : (2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 14، 15، 16، 18، 19، 20، 22، 23، 24، 26، 27، 28، 30). و تدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المنخفض يجيب عليها المفحوص .

البنود الغير المباشرة : تشمل 8 عبارات المتمثلة في العبارات رقم (1 ، 7، 10، 13، 17، 21، 25، 29). تدل على وجود إدراك الضغط المرتفع عندما يجيب عليها بالرفض و على مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالقبول .

كيفية تطبيق المقياس :

يقوم الفاحص بشرح التعليمة للفرد المعرض لوضعية القياس النفسي وتتمثل التعليمة :

امام كل عبارة من العبارات التالية ضع العلامة (X) في الخانة التي تصف ماينطبق عليك عموما، وذلك خلال سنة او سنتين الماضيتين ، اجب بسرعة دون ان نزعج نفسك بالمراجعة اجابتك واحرص على وصف مسار حياتك بدقة خلال هذه المدة ، هناك أربع اختبارات عند الإجابة على كل عبارة من عبارات الاختبار وهي بالترتيب : تقريبا ابدا ،احيانا ،كثيرا،عادة .

كيفية تصحيح الاختبار :

إن كيفية تصحيح و تنقيط عبارات الاختبار يتم التدرج فيها من 1 إلى 4 نقاط وهذه الدرجات تتغير حسب نوع البنود ، فالبنود المباشرة تنقط من 1 الى 4 من اليمين (تقريبا ابدا) الى اليسار (عادة) .

خـــاتمة :

لقد حاولنا في هذه الدراسة تسليط الضوء على مستوى الضغط النفسي لدى الراشد المقبل على العملية الجراحية، فالضغط النفسي هو حالة من التوتر النفسي و الجسدي تعتري الفرد عندما يتعرض لمواقف و أحداث تستلزم منه مطالب تكيفية تفوق امكانياته، فالعملية الجراحية هي اعتداء لجسم المريض و فكرة العملية الجراحية تجر معها قائمة طويلة من التساؤلات و المخاوف، حيث يسعى الأطباء و الأخصائيين النفسانيين في تحقيق الصحة الجسدية و النفسية للفرد .

و هذا ما حاولنا التعرف عليه في دراستنا حيث افترضنا أن الإقبال على العملية الجراحية يزيد من الضغط النفسي لدى الراشد، و ذلك باستخدام المنهج الإكلينيكي و مجموعة من الأدوات المتمثلة في المقابلة النصف الموجهة و الملاحظة و تطبيق مقياس ادراك الضغط لـ " لفنستاين ".

و في الأخير نعتبر دراستنا هذه إلا بداية و محاولة بسيطة تمهد الطريق أمام اجراء دراسات مستقبلية بتوجهات منهجية و نظرية تضيف المزيد من المتغيرات المؤثرة في هذه الدراسة لإعطاء صورة أوضح تساهم في اثراء البحث العلمي.

قائمة المراجع :

1. الأمارة سعد (2001)، **الضغوط النفسية**، مجلة النبأ، العدد 54، نسخة إلكترونية.
2. غانم محمد (2008)، **كيف تواجه الضغوط النفسية**، مركز الحضارة العربية، مصر .
3. بوحوش عمار (2010)، **مناهج البحث العلمي و طريق اعداد البحوث**، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر، ط4
4. جوليان روتر ترجمة محمود عطية(1984)، **علم النفس الإكلينيكي**، دار الشروق العربية، مصر، بدون طبعة .
5. حسن مصطفى عبد المعطي (2006)، **ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها**، مكتبة زهراء الشرق، مصر، ط1.
6. راوية حسن (2003)، **السلوك التنضيمي المعاصر**، الدار الجامعية، الاسكندرية، بدون طبعة .
7. ماجدة بهاء الدين، سيد عبيد (2008) ، **الضغط النفسي ومشكلاته و أثره علا الصحة النفسية**، دار الصفاء، الطبعة الثانية.
8. راغب السرجاني(2009)، **قصة العلوم الطبية في الحضارة الاسلامية**، مؤسسة اقرء للنش، القاهرة ، ط1.
9. هارون التوفيق الرشيد(1999) ، **الضغوط النفسية طبيعتها نضرياتها**، مكتبة الانجلو المصرية، مصر، بدون طبع.
10. طه عبد العظيم حسن (2006) ، **استراتيجيات ادارة الضغوط النفسية والتربوية** ، دار الفكر، عمان، الطبعة الاولى .
11. سمير شيخاني (2003)، **الضغط النفسي**، دار الفكر العربي، بيروت، ط3 .
12. عبد الرحمان الوافي(2005)، **المختصر في مبادئ علم النفس**، ديوان المطبوعات الجامعية.الجزائر، ط3.
13. محمد خان (2012) ، **منهجية البحث العلمي**، مطبعة ابن زيد، بسكرة–الجزائر.

14. مصطفى عبد المعطي (1998)، **علم النفس الاكلينيكى،** دار قباء الحديثة للطباعة والنشر والتوزيع، طبعة1.

15. مصطفى عليان و محمد غنيم(2000)، **مناهج و أساليب البحث العلمي : الأسس النظرية و التطبيق،** دار الصفاء للتوزيع و النشر، عمان، الاردن.

16. عبد المجيد إبراهيم(2000)،**أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية،** مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن،ط. 1.

17. عبد الرحمن العسوي (1980)، **مناهج البحث فى علم النفس: اساليب تصميم البحوث و طرق جمع المعلومات،** منشأ المعارف، الاسكندرية، ط1.