



جامعة عبد الحميد ابن باديس
كلية العلوم الاجتماعية و الانسانية
قسم العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس العيادي

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر علم النفس
تخصص علم النفس العيادي

الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا
دراسة ميدانية لثلاث حالات بمستغانم

مقدمة ومناقشة علنا من طرف الطالبة
عتو مروة
لجنة المناقشة

| الاسم | الرتبة | الصفة |
|--------------|-----------------|--------------|
| اسيا زريوح | استاذة محاضرة ا | رئيسة |
| حمزاوي زاهية | استاذة محاضرة ا | مشرفة ومقررة |
| بوريشة جميلة | استاذة محاضرة ا | مناقشة |

السنة الجامعية: 2022/2021

امضاء المشرف بعد الاطلاع والتصحيح

تاريخ الايداع .:

يوم 11.10.2021

حمزاوي زهية

مذكرة تخرج نيل شهادة الماستر في علم النفس
تخصص علم النفس العيادي

الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا دراسة ميدانية لثلاث حالات بولاية مستغانم

مقدمة ومناقشة علنا من طرف الطالبة

عتو مروة

امام لجنة المناقشة

| الاسم | الرتبة | الصفة |
|--------------|-----------------|--------------|
| اسيازريوح | استاذة محاضرة 1 | رئيسة |
| حمزاوي زاهية | استاذة محاضرة 1 | مشرفة ومقررة |
| بوريشة جميلة | استاذة محاضرة 1 | مناقشة |

السنة الجامعية: 2021/2022



الاهداء

اهدي نتائج هذا الجهد وعصارة هذا العمل

الى التي اهدتني نور الحياة وتعهدت برعاية خطواتي ورسمت معي احلام حياتي والدتي

الحبيبه اطال الله فس عمرها ادامها لي نبعا صافيا امحو بيه كدر الايام

الى روح ابي الطاهرة الذي غاب عن الدنيا ولم يغب في قلوبنا

الى من جرع الكاس فارعا لي يهديني قطرة حب

الى من حصد الاشواك عن دربي ليمهد طريق العلم

الى اخوتي الذي لطالما مدو يد العون لي وتعبو من اجلي

الى احبتي واصدقائي وكل من ساهم في نجاحي من قريب او بعيد

الى اساتذتي المحترمين وزملاء الدراسة

الى كل من قدم لي يد المساعدة

عتو مروة

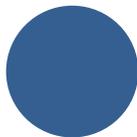
شكر و عرفان

قم للمعلم وفه التبجيل كاد المعلم ان يكون رسولا

اتقدم بالشكر والامتنان الى الاستاذ المشرف والذي لا طالما ارشدني طيلة مدة انجاز هذا البحث والذي كان دائما يسعى لدفعي الى الامام حتى اقدم الاحسن شكرا استاذة حمزاوي شكرا لصبرك وكرمك وشكرا موصلا بلا انتهاء

كما اتقدم بالشكر الكبير لكل اساتذتنا بكلية العلوم الاجتماعية خاصة اساتذة علم النفس دون استثناء على جهودهم ونصائح القيمة بصفة عامة وبصفة خاصة الاساتذة الكرام اعضاء لجنة المناقشة ونشكر حضورهم لانهم زرعوا فينا بذرة الاجتهاد وروح المثابرة

نختم كلامي بالحمد لله الذي هدانا لهذا ولهذا وما كنا لنهتدي لولا ان هدانا



الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا

عتومروى (طالبة ماستر)

جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم

ملخص : تناولنا دراسة نوعية للصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا , على مستوى المحيط الاجتماعي , حيث نولي اهتماما بالصحة النفسية عند مرضى الربو عند الراشدين .

المنهج المستخدم هو المنهج العيادي قمنا باجراء المقابلة العيادية تم تطبيق كقياس الصحة النفسية المعدل من طرف الباحثة (مهديد عائشة) على عينة متمثلة في ثلاث حالات يعانون من الربو (20_50) .

ابرزت النتائج ان الصحة النفسية لدى الراشد المصاب بالربو . تتغير من شكل الى اخر كل حسب بنيته المرفولوجية والحياة الاجتماعية التي يعيش فيها فضلا عن الدعم النفسي المقدم من طرف الاسرة ز

_الكلمات المفتاحية : الصحة النفسية _مرض الربو_ جائحة كورونا _ الراشد



Mental health of asthma under the COVID-19 pandemic

Attoumarwa (Master student)

AbdAlhamid University of Mostaganem

Abstract :

We dealt with a qualitative study of **Mental health of asthma under the COVID-19 pandemic** patients in light of the Corona , at the level of social environment . where we pay attention to the mental health of asthma patients in adults .

We used the semi-structured , we conducted the semi-structured interview . The mental health questionnaire was applied by the researcher (Mahdid Aisha) on a sample of three cases suffering from asthma (20_50).

The results showed that the mental health of an adult with asthma changes from one form to another, each according to his morphological structure and the social life in which he lives. As well as the psychological support provided by the family .

Keywords : mental health, asthma , corona, COVID-19 pandemic, adult .



فهرس المحتويات

| |
|---------------|
| الاهداء |
| شكرو عرفان |
| ملخص الدراسة |
| الفهرس |
| قائمة الجداول |
| قائمة الاشكال |
| قائمة الملاحق |
| مقدمة |

_ ه الفصل الاول: الاطار العام للدراسة .

| | |
|----|----------------------|
| 8 | الاشكالية |
| 9 | فرضيات الدراسة |
| 10 | اسباب اختيار الموضوع |
| 11 | اهداف الدراسة |
| 12 | تحديد المصطلحات |
| 13 | الدراسات السابقة |

الجانب النظري

_ الفصل الاول: الصحة النفسية

| | |
|----|---|
| | تمهيد |
| 16 | تعريف الصحة النفسية |
| 17 | لمحة تاريخية عن الصحة النفسية |
| 18 | مفهومعلم النفس الصحة |
| 19 | مظاهر الصحة النفسية |
| 20 | مستويات الصحة النفسية |
| 21 | معايير الصحة النفسية |
| 22 | مناهج الصحة النفسية |
| 23 | النظريات المفسرة و العلاجية المفسرة للصحة النفسية |
| 24 | أهمية الصحة النفسية |
| | الخلاصة |



_الفصل الثاني : مرض الربو

| | تمهيد |
|----|---|
| 26 | مرض الربو من الناحية الطبية |
| 27 | تعريف مرض الربو |
| 28 | اسباب مرض الربو |
| 30 | اعراض مرض الربو |
| 32 | انواع مرض الربو |
| 34 | تشخيص مرض الربو |
| 36 | علاج مرض الربو |
| 38 | مرض الربو من الناحية السيكوسوماتية |
| 42 | تاثير نظرية التحليل النفسي فيما يخص الربو |
| | خلاصة |

_الفصل الرابع : فيروس كورونا .

| | تمهيد |
|----|------------------------------------|
| 44 | لمحة عن الاوبئة والامراض المعدية |
| 46 | تعريف فيروس كورونا |
| 50 | اعراض فيروس كورونا |
| 52 | اسباب انتشار العدوى لفيروس كورونا |
| 54 | كيفية الوقاية ومواجهة فيروس كورونا |
| | خلاصة |



الجانب التطبيقي :

الفصل الخامس : الاجراءات المنهجية للدراسة .

| | |
|----|---------------------|
| 56 | تمهيد |
| 57 | الدراسة الاستطلاعية |
| 58 | منهج الدراسة |
| 59 | مجالات الدراسة |
| 60 | مجتمع الدراسة |
| 61 | عينة الدراسة |
| 62 | ملخص الدراسة |
| 63 | ادوات الدراسة |
| | خلاصة |

الفصل السادس : عرض وتحليل وتفسير النتائج

| | |
|----|----------------------|
| | تمهيد |
| 79 | عرض وتحليل الحالات |
| 86 | مناقشة الفرضيات |
| 88 | استنتاج عام |
| 89 | خاتمة |
| 91 | التوصيات والاقتراحات |
| 93 | قائمة المراجع |
| 99 | الملاحق |



فهرس الجداول

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|--|-------|
| 25 | المظاهر الخاصة بالصحة النفسية على ضوء النظريات المفسرة | 01 |
| 31 | اعراض الربو والاعراض المشابهة له | 02 |
| 37 | ملخص الاجماع الدولي حول علاج الربو | 03 |
| 55 | خصائص عينة الدراسة | 04 |
| 79 | جدول سير المقابلات | 05 |

فهرس الاشكال

| الصفحة | العنوان | الرقم |
|--------|-----------------------|-------|
| 27 | اعضاء الجهاز التنفسي | 01 |
| 28 | مسلك هوائي بعد الازمة | 02 |

فهرس الملاحق

| الصفحة | العنوان | رقم الملحق |
|--------|---------------------|------------|
| 101 | مقياس الصحة النفسية | 01 |
| 103 | ملحق الصدق والثبات | 02 |



الصحة النفسية هي حالة من الرفاء النفسي يتأقلم فيها الشخص بشكل جيد مع ضغوط الحياة وتمكنه من تحقيق امكانية من الاداء المنتج والمثمر والمساهمة في مجتمعه, وقد تحدث مشاكل الصحة النفسية في اي مراحل الانسان وتعتبر اللبنة الاساسية للمجتمع وجوهريته, فالانسان السوي هو مصدر النهضة والفكر والتقدم باداء واجباته ومهامه الذاتية والاجتماعية على اكمل وجهه لا بد ان يكون متمتعاً بصحة نفسية عالية تخلو من الاضطرابات والمشاكل التي تآثر بشمل سلبي في بذله وعطائه وانجازته, فالفرد المصاب بالاضطراب او خلل نفسي له اثر سلبي يعود على ذاته وعلى الآخرين من حوله, فيقف عائقاً في وجه تقدمه وانجازته, لذا ظهرت الاهمية الكبيرة لدراسة الصحة النفسية التي تصل بالفرد الى الانسجام والتوافق النفسي والاجتماعي والقدرة العالية على الانتاج

فاذا كانت الصحة الجسدية هي احدى عوامل الصحة النفسية فقد تظهر بعض حالات الاضطراب النفسي اتية عن عوامل جسدية مثل: اصابة الدماغ, او حمل اثار امراض مورثة, او الاصابة بامراض مزمنة كالمرض الربو مثلاً الذي هو موضوع دراستنا الحالية الذي نتوخى من خلاله الوصول الى معرفة صحيحة بالنسبة للمشكلات النفسية الناجمة عن الاضطراب لمريض الربو وذلك تعرف على الصحة النفسية للمريض, وذلك مع ظهور جائحة كورونا (كوفيد 19) حيث اصبح الفرد يعاني الخوف من تعرضه للفيروس الذي لم يتلقى له اي علاج فعال هذا مايزيد تخوف الافراد من الاصابة خاصة مرضى الامراض النفسية, كذلك ماتقوم بيه وسائل الاعلام اليوم سواء في الاخبار او وسائل التواصل الاجتماعي فس اعطاء المعلومات وارقام اصابات الوفيات جراء هذه الجائحة, حيث قدرت نسبة الاصابات يوم 31 جويلية 2020 في الجزائر ب 24278 حالة وعدد الوفيات ب 1100 حالة, حيث ان هذه الاعداد في تغيير مستمر.

وهذا ما قد يجعل الفرد يواجه ضغوطات وخوف كبير من حمله لهذا الفيروس ونقله للاشخاص المقربين له, والذي يعتبر في بعض الاحيان مميت للحالات التس تعاني من الامراض المزمنة كأمراض القلب, الربو, السكري... وذلك لان مرض كوفيد 19 قد يصيب الفرد الذي يعاني من القلق وتوتر فيضعف هذا الاحير الجهاز المناعي والذس يرتبط بالحالة النفسية للفرد.

ركزنا في دراستنا على الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل هذه الجائحة وشملت دراستنا جانبين: الجانب النظري والجانب التطبيقي

الفصل الاول: خصص للاطار العام للدراسة تم التطرق فيه الى اشكالية الدراسة وفروضها واهدافها واهميتها وكذلك الدراسات السابقة والمصطلحات الاساسية.

الفصل الثاني: خصص للصحة النفسية وتطرقنا الى تعاريف الصحة النفسية ولمحة تاريخية عن الصحة النفسية

مفهوم علم النفس الصحة ومظاهر الصحة النفسية ومستويات الصحة النفسية ومعايير الصحة النفسية ومناهج الصحة النفسية واهمية الصحة النفسية.

الفصل الثالث: كان تحت عنوان مرض الربو وقد تطرقنا فيه الى مرض الربو من الناحية الطبية وتعريف مرض الربو واسباب مرض الربو واعراضه و انواعه وطريقة تشخيصه وعلاجه ومرض الربو من الناحية السيكوسوماتية واثار نظرية التحليل النفسي فيما يخص تفسير مرض الربو و اسهامات نظرية نظرية مارتني فيما يخص الربو. في حين تناول الفصل الاخير فيروس كورونا المستجد تطرقنا فيه الى لمحة عن الاوبئة والامراض المعدنية وتعريف كوفيد 19 واسباب انتشار العدوى لمرض كوفيد 19 وكيفية الوقاية ومواجهة كوفيد 19

اما الفصل التطبيقي تضمن فصلين هما :

الفصل الاول: الاجراءات المنهجية للدراسة تضمن اجراءات التذكير بالمصطلحات الاساسية للدراسة و التذكير بفرضيات الدراسة والمنهج المستخدم و المنهج المستخدم في الدراسة الاستطلاعية اما الدراسة الاساسية تم التطرق فيها الى الادوات والتقنيات المستخدمة .

الفصل الثاني: تقديم الحالات ومناقشة النتائج والاستنتاج العام .

في الاخير كانت خاتمة البحث مع اقتراح بعض التوصيات وذلك الصعوبات التي واجهناها نهاية بقائمة المراجع وكذا الملاحق



الفصل الاول : مدخل الدراسة

1_1 اشكالية الدراسة .

2_1 فرضيات الدراسة .

3_1 اسباب اختيار الموضوع .

4_1 اهداف الدراسة .

5_1 تحديد المصطلحات الاجرائية .

مدخل الدراسة

_مدخل الدراسة :

يعتبر الجهاز التنفسي من الاجهزة الحيوية التي يتنعم بها الانسان والتي تعمل على بقاءه واستمراره وهو الجهاز الذي يضمن عملية التنفس التي لا شك انها عملية اساسية ومهمة جدا في حياة الانسان وهذا الجهاز هو كسائر الاجهزة الموجودة فس جسم الانسان معرض للاصابة بعدة امراض قد تاتر على عملية التنفس من جهة , وعلى وظائف اجهزة الجسم من جهة اخرى ومن بين هذه الامراض نجد الربو , حيث يعتبر الربو مرض يصيب الجهاز التنفسي وهو عبارة عن صعوبة في التنفس , يتميز بعسر التنفس نتيجة لتقلص وتورم اغشية المخاط مما يؤدي ان يولد شعور الضيق في القفص الصدري مرور الهواء الى الرئتين (حسن مصطفى عبد المعطي , 2003, ص62) يعني انه يعيق عملية التنفس مما يؤدي الى حدوث خلل اثناء تبادل الهواء (عملية الزفير) صنف هذا المرض من بين مايسمى بالامراض السيكوسوماتية او النفسجسمية افادت الدراسات التي نشرت مؤخرا في الولايات المتحدة الامريكية ان الام المصابة بمرض الربو تزيد من احتال ولادتها مبكرا بعملية قيصرية , اجريت الدراسة على 10 الاف طفل تتراوح اعمارهم ما بين 6 و12 عاما باستخدام معطيات من المستشفيات كما اكدت الاحصائيات بان عدد الحالات التي تشمل الازمة قد ارتفعت في الولايات المتحدة الامريكية فهناك تزايد واضح في عدد الاشخاص الذي ن يعانون من الربو قد يعود هذا الى التغيير البيئي الناتج عن ارتفاع درجة حرارة الكرة الارضية مما يؤدي الى زيادة حبوب اللقاح او كرد فعل للمواد الكيميائية او سبب التلوث (تشيلي تايلور , 2008, ص 12) وبالتالي تبقى اشكالية التكفل بمرض الربو مطروحة باعتبارها مرض مزمن مع بعض الحالات لذا اردنا ان نسلط الضوء على هذه الفئة من الاشخاص الذين يعانون في صمت .

ومع تفشي مرض الالتهاب الرئوي الحاد او ما يسمى كورونا الذي اعلنت عنه مظمة الصحة العالمية في 11مارس 2019 وكيف اثر على نمط الحياة الاجتماعية والتفاعلات بين الافراد ووصفته المنظمة بانه سبب حالة طوارئ صحية عامة مفيرة للقلق الدولي , توجهت الانظار الى الحالة الجسدية كونها هي الهم في بادئ الامر وتغافل الكثير عن الصحة النفسية للافراد ودورها في تعزيز المناعة النفسية والجسدية للمجتمعات المتأثرة بالفيروس , يمكن للمخاوف حول انتقال المرض من شخص الى اخر خاصة مرضى الجهاز التنفسي والامراض المزمنة ان تاتر على التماسم الاجتماعي وسهولة الحصول على الدعم الاجتماعي المطلوب وتاثر سلبي على الصحة النفسية , فالصحة النفسية عملية معقدة ومتشابكة ونتاج كثير من العمليات التي تتاثر بكل الخصائص الوراثية ومختلف الظروف والمواقف التي يواجهها الفرد , وهي حالة مكتسبة قد تزداد وقد تنقص اي انها تتغير حسب احوال الشخص الداخلية والخارجية , كثير من الناس لاتشكي من اضطراب نفسي صريح يشعرون مع ذلك بقدر مزمن من التعاسة وخيبة او الحد او عدم الاطمئنان ومعطى الصحة النفسية يتضمن الفرد فيه الشعور بالرضا والسعادة والصمود امام الشدائد والازمات والقدرة على الانتاج , وهي ليست مجرد الخلو من الامراض والاضطرابات النفسية (عزاز هواورة , 2018, ص 171) .

بين الدراسات التي تناولت الصحة النفسية دراسة سعيد خمان (2017) التي تناولت عنوان السلوك الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المصابين بالأمراض المزمنة , الكشف عن طبيعة العلاقة الموجودة بين السلوك الصحي والصحة النفسية لدى المصابين بالأمراض المزمنة .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من 70 مصابا من الجنسين بواقع 22 مصابا بأمراض الجهاز الدوري, 18 مصابا بالسكري , 16 بالأمراض الهضمية , 14 بأمراض الجهاز التنفسي .

ادوات الدراسة : مقياس السلوك الصحي ل" بن دغفة شريفة " ومقياس الصحة النفسية ل" كولد بيرغ " نتائج الدراسة : توسلت نتائج الدراسة الى :

_ مستوى منخفض للسلوك الصحي لدى المصابين بالأمراض المزمنة .

_ مستوى منخفض للصحة النفسية لدى المصابين بالأمراض المزمنة .

_ علاقة ارتباطية بين السلوك الصحي والصحة النفسية لدى المصابين بالأمراض المزمنة .

دراسة رملي حماد (2019) تحت عنوان الصحة النفسية لدى مرضى القصور الكلوي المزمن , تهدف الدراية التعرف على مستوى الصحة النفسية عند هؤلاء الفئة .

_ عينة الدراسة : تمثلت الدراسة في ثلاث حالات من مرضى القصور الكلوي تتراوح اعمارهم ما بين 30 و50 سنة .

_ ادوات الدراسة : الملاحظة , القابلة نصف موجهة ومقياس الصحة النفسية ل" سدني كراون وكريسب " .

_ نتائج الدراسة : توصبت الدراسة الى النتائج التالية :

_ مستوى الصحة النفسية لدى مرضى القصور الكلوي المزمن يختلف باختلاف طبيعة شخصية المريض ونوعية الدم الذي يتلقاه . وذلك

دراسة سامية صوشي (2017) تحت عنوان المساندة الاسرية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة مصابين بالقصور

الكلوي . تهدف الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين المساندة الاسرية والصحة النفسية لدى عينة مصابين بالقصور الكلوي .

_ الكشف عن الفروق الفردية بين افراد العينة المساندة للاسرية تبعا لمتغير الجنس بمستشفى الزهراوي بالمسيلة .

_ عينة الدراسة : عينة تشكلت من 60 فردا .

_ ادوات الدراسة : مقياس المساندة الاسرية للدكتور " فيفان خميس " والصحة النفسية للدكتور " بشرى محمد " نتائج الدراسة

_ لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المساندة الاسرية والبعد الجسدي والصحة النفسية .

_ لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المساندة الاسرية والبعد النفسي والصحة النفسية .

_ لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المساندة الاسرية والبعد الديني والصحة النفسية .

_ لا توجد فروق ذات دالة احصائية بين افراد العينة في المساندة الاسرية تعزي الجنس .

_ لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المساندة الاسرية والصحة النفسية لدى مرضى القصور الكلوي .

ثم تطرقنا الى الدراسات التي تناولت الربو من بينا دراسة بوشارب دجلة تحت عنوان مقياس عوامل المناعة النفسانية لربو الطفل الجزائري من (17 الى 13).

تهدف الى تحديد عوامل المناعة السيكومناعية لربو الطفل والخروج باداة تشخيصية لقياس عوامل مناعة النفجسدية له بناء برنامج مع كفالة تماهي وكذلك تمكين المصابين بالربو من المناعة النفسبدنية من خلال الرعاية الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية والمعرفية من خلال برنامج الذي تم اعداده من طرف الباحثة HIPA والذي غني بالصحة المناعية والنفجسدية .

عينة الدراسة : اطفال تتراوح اعمارهم بين (7و13) موزعين بين 4 انواع للربو كل نوع اشتمل 10 اطفال .

_نتائج الدراسة : توصلت النتائج الى مايلي :

ان الاطفال المتبعين لهذا البرنامج تصل (87) منهم الذي يتحاشى الكفير من ازمات الربو , وكذلك ترك انطبعا جيد لذوي المرضى حول البرنامج مكمهم من الكفالة المتنوعة لاطفالهم ,

_ دراسة عودية ولد يحي حورية تحت عنوان علاقة الضغط النفسي باستراتيجيات المقاومة والاكتئاب عند المصابين بمرض الربو .

تهدف الدراسة مقارنة بين دوس السوابق عائلية مرضية ودون سوابق عائلية (مذكرة ماجستير من جامعة مستغانم (2001/2002) .

_ عينة الدراسة : العينة شملت (106) مفحوصا مصاب بالربو يتراوح سنهم بين 18 الى 40 مقسمين 44 فرد ذوي سوابق عائلية و 62 فرد دون سوابق عائلية للمرض .

_ ادوات الدراسة : مقياس بيك للاكتئاب واستبيان الضغط ل "سفستين واخرون " وكقياس المقاومة ل " بولهان واخرون "

_ نتائج الدراسة : عدم وجود فروق بين المصابين بالربو وذوي السوابق العائلية المرضى ودون السوابق العائلية للمرض في ادراك الضغط كما تماثلت الوضعيات الضاغطة التي تعرض لها افراد المجموعتين اذا تخلصت مجمل الظروف والتي شكلت مصدر ضغط في الظروف المادية والاقتصادي والاجتماعية والصحية متعلقة بنوبات الربو , كما اوضحت الدراسة ان نسبة كبيرة من المصابين بالربو ينظرون الى انفسهم على انهم لا يتمتعون بقدرات وامكانيات تسمح لهم تسمح لهم بتاكيد ذواتهم ويرون العالم الخارجي مصدر ضغط .

_ دراسة لاستعادي فارس تحت عنوان مساهمة في دراسة اثر مرض على الربو على التوافق المهني لدى العاملين في المؤسسات الصناعية.

تهدف الى معرفة مدى تفشي مرض الربو في المؤسسات الصناعية واكثر المهن المتدنية الى المرض , ماجستير علم النفس جامعة منتوري قسنطينة السنة الجامعية (2006/2007) , كما هدفت الى معرفة ما اذا كان الجانب المرض له تاثير على الجانب النفسي للفرد ومعرفة اهم التأثيرات الناتجة عن الربو .

_ عينة الدراسة : مؤسسة الاسمنت في ولاية سطيف , عينة عشوائية اشتملت (92) فؤدا منهم (12) مصابا بالربو و (80) غير مصابين .

ادوات الدراسة : المنهج المتبع فقد اتبع الباحث في دراسة منهج وصفي مقارنة .

_ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على مستوى العلاقات الاجتماعية بين العمال المصابين بمرض الربو وغير المصابين .

_ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على مستوى الاغتراب المهني بين العمال المصابين بالربو وغير المصابين .

_ لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على مستوى دوران العمال بين العمل والعمال المصابين بمرض الربو وغير المصابين .



لا توجد فروق ذات دلالة احصائية على مستوى التسبب المهني بين العمال المصابين بمرض الربو والغير المصابين.
_دراسة Samir A.Gorgier تحت عنوان تقييم نوعية الحياة لدى المصابين البالغين بالربو في الاردن , وصفية اجريت في مستشفى البشير التعليمي في مدينة عمان (2004) .

تهدف الى التعرف على المؤشرات الجوانب البيئية والجسمية والتشاطات اليومية والادوية والعلاجات النفسية والاجتماعية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية والاجتماعية والاقتصادية الخاصة بالمرضى .

_عينة الدراسة : عينة اشملت (100) مريض الذين يراجعون الاسعاف والطوارئ وشارت النتائج الى نوعية الحياة لهؤلاء المرضى قد تاثرت بشكل بالغ .

وهنا تناولنا دراسات حول كورونا في 11 مارس 2020 اعلنت منظمة الصحة العالمية WIHO عن جائحة كورونا بسبب انتشار في جميع انحاء العالم, وكيف اثر ذلك على نمط الحياة الاجتماعية والتفاعلات بين الافراد , ووصفته المنظمة بانه سبب طوارئ صحية عامة تثير القلق الدولي تحت عنوان التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى اللبنانيين خلال ازمة جائحة كورونا الى الوقوف على الفروقات في مستويات الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية كالعمر, والنوع, والوضع الاجتماعي والمستوى التعليمي والوضع الوظيفي والمستوى الاقتصادي .
_عينة الدراسة : تالفت عينة الدراسة الحالية من (2347) فرد من مختلف المحافظات اللبنانية تراوحت اعمارهم بين (13_84) وقد تم استخدام عينة الصدفة .

_ادوات الدراسة : استخدام المنهج الوصفي المسحي المقارن وذلك بهدف الى التعرف على فروق او عدمها في مستويات الصحة النفسية وفقا لعدد من التغيرات الديمغرافية .

_مما سبق ذكره حول مرض الربو والصحة النفسية في ظل جائحة كورونا حيث اردنا ان نرسل العلاقة بين مرض الربو المزمن والصحة النفسية في ظل هذه الجائحة وذلك بتحديد السؤال التالي لبذي نسعى في الاجابة عنه في بح ثنا هذا فمن هل يؤثر مرض الربو المزمن على الصحة النفسية لمريض الربو في ظل جائحة كورونا ؟

2_فرضيات البحث :

1_2 الفرضية العامة :

نعم يؤثر مرض الربو المزمن على الصحة النفسية لمريض الربو في ظل جائحة كورونا .

2_2التساؤلات الفرعية :

_ ما مستوى الصحة النفسية لمريض الربو المزمن في ظل جائحة كورونا ؟

_هل اثرت جائحة كورونا على الصحة النفسية لمريض الربو المزمن ؟

3_2 الفرضيات :

_ تاتر جائحة كورونا على الصحة النفسية عند مريض الربو المزمن .

_ لم تاتر جائحة كورونا على الصحة النفسية عند مريض الربو المزمن .



3 اسباب اختيار الموضوع :

يعتبر موضوع الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا من المواضيع التي لم يام تناولها فس علم النفس خاصة خلال هذه الجائحة بالرغم من قلة الدراسات الميدانية التي تعالج فئة المصابين بالامراض الصدرية والتنفسية , وهذه الفئة التي تعاني في صمت في ظل هذه الجائحة ونتيجة التفشس الرهيب لمرض الربو المزمن خاصة خلال السنوات الاخيرة بشكل كبير , ومن الاسباب التي دفعتنا الى اختيار هذا الموضوع هو طبيعة المرض كونه ذو طابع خاص يختلف عن الامراض المزمنة الاخرى , واهم سبب اهن منتشر في الوسط العائلي بكفرة وكذلك معرفة مدى وعي هذه الفئة بالصحة النفسية لديهم ومعرفة كا مستواها .

4 اهمية الدراسة :

ان اختيار اي موضوع بحف علمي يكون على اساس عوامل متعددة متعلقة بمبول ورغبات الطلب اضافة الى اهمية الموضوع تعود الدراسة بالفائدة على الجميع خاصة موضوع الصحة النفسية الذي يعد من بين المواضيع العامة في علم النفس العيادي , اضافة التي الصعوبات التي يواجهها الاخصائي في ميدان البحث خاصة في ظل هذه الجائحة ومرضى الربو المزمن من بين اكثر الاشخاص يتوفون , لذا عليا الكشف لهم عن كيفية الوقاية من هذا الفيروس وحتى اذا اصيبو بالفيروس يكون لديهم معرفة مسبقة بكيفية التعامل معه , والكشف عن جوانب الصحة النفسية وبالتالي تحديد جوانب سلبية وايجابية .

5 اهداف الدراسة :

تتلخص اهداف الدراسة فيما يلي :

الكشف عن مستوى الصحة النفسية عند مرضى الربو المزمن ؟

_معرفة مدى تاثير جائحة كورونا (كوفيد 19) على مرضى الربو؟

_اثراء مجال البحث العلمي في هذه المواضيع خاصة وان فيروس كوفيد 19 سيصبح من الفيروسات الموسمية والصحة النفسية من جهو ومرضى الربو من جهة اخرى .

_محاولة فهم هذه الفئة والعمل على مساعدتها في تحقسق ما يسمى بالصحة النفسية ومدى تاثير الامراض الجسدية والعضوية على ظهور الاضطرابات النفسية .

_ دراسة اصابة مرض الربو على صحة الافراد .

6 تجديد المصطلحات :

1 6 الصحة النفسية: يعرفها ادولف ماير "Audolf Mayer" وهو اول من استعمل مصطلح الصحة النفسية , حيث استخدم هذا المصطلح ليشير الى نمو السلوم الشخصي والاجتماعي نحو السواء , وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية , فالصحة النفسية تعني تكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به , بطريقة تكفل له الشعور بالرضا , كما تجعل الفرد قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة (صالح حسن الداوي , 2010, ص 25) .

ونعرف الصحة النفسية اجرائيا : ساهها مستوى التكيف السلوكي الانفعالي وليس مجرد الخلو من المرض او الاضطراب .

2 6 مرض الربو : حالة تضيق المجاري الهوائية الصغيرة في الرئتين (شعبيات القصبية) الى حد يصبح فيه التنفس الطبيعي عسيرا حسث يتوقف هذا التفلس عند تجرف الادوية المهدئة الفاتحة للشعبيات , وعودة المجاري الهوائية الى حجمها الطبيعي , وفي بحثنا هذا اخترنا فئة الراشدين الذين تتراوح اعمارهم بين (20_50)(دجلة بوشارب , 2008, 108) .

3_6 كورونا : وهو فيروس معدي لم يسبق اكتشافها من قبل قد تسبب المرض للحيوان والانسان ومن المعروف ان عدد كبير من فيروسات كورونا , Co من كلمة Corona والتي تعني التاج باللغة العربية فقد تم التعرف عليه لأول مرة في مدينة وهان الصينية في ديسمبر (2019) , التي قد تسبب حالات عدوى الجهاز التنفسية مثل المتلازمة التنفسية الحادة , ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخرا مرض فيروس كورونا كوفيد 19 (فيروس كورونا المستجد covid_19 , 2020, 4) .



الجانب النظري :

الفصل الثاني : الصحة النفسية .

_تمهيد

1_ تعريف الصحة النفسية

2_ لمحة تاريخية عن الصحة النفسية

3_ مفهوم علم النفس الصحة

4_ مظاهر الصحة النفسية

5_ مستويات الصحة النفسية

6_ معايير الصحة النفسية

7_ مناهج الصحة النفسية

8_ اهمية الصحة النفسية

_خلاصة



_تمهيد :

الصحة النفسية لا تعني الجسم المعافى فحسب , فالشخص المعافى يجب ان يتمتع بالصحة العقلية والنفسية ايضا وبالتالي يكون قادرا على التفكير بوضوح وعلى حل المشكلات المختلفة التي يواجهها في حياته وان يتمتع بعلاقات جيدة مع اصدقائه وزملائه في العمل والاسرة والعمل , ان يشعر بالراحة والطمأنينة وان يحمل السعادة الى الآخرين في مجتمعه , ومع اننا نتحدث عن النفس والجسم كما لو انها منفصلان الا انهما وجهان لعملة واحدة في الواقع فهما يشتركان في الكثير من الاشياء لمن يعرض لمل منهما وجها مختلفا امام العام المحيط بنا , واذا ثاثر احدهما بطريقة ما , فيثاثر الاخر بالتأكيد فكلما زاد الاهتمام والرعاية بالجسد كان ضروريا ايضا في زيادة الانتباه والتركيز فلى الصحة النفسية لما لها من تاثير على حيله الفرد , ولمعرفة اكثر قد تناول موضوع الصحة النفسية فس هذ الفصل حيث تم التطرق الى مفهوم الصحة النفسية ولمحة تاريخية مختصرة عنها ومفهومها في علم النفس الصحة وعلاقتها به , وظهرها ومستوياتها ومعاييرها بالاضافة الى مناهجها واهميتها .

1_2 تعريف الصحة النفسية Mental Health :

_تعريف منظمة الصحة العالمية : هي حالة من العافية الكاملة في النواحي الجسمية و العقلية والاجتماعية , وليست مجرد الخلو من امراض والعجز , وفي هذا الاطار نجد ان لكي سكون الفرد سليما يجب انت يتمتع باللياقة البدنية , وبالقدرات العقلية الكاملة وفضلا على قدرته في التكافل الاجتماعي (سعاد منصور غيث(2006) , ص18)

_تعريف الجمعية الامريكية للصحة النفسية : الصحة النفسية تشير الى مجموعة من مظاهر السلوك التي يتحلى بها المجتمع بالصحة النفسية وتشمل الشعور بالرضا عن النفس والقدرة على تقدير الاخرين , واخيرا القدرة على مقابلة متطلبات الحياة . (صالح حسن احمد الداوي (2009) , ص 26)

_14تعريف هادفيد 1952 : الصحة النفسية هي حالة من التوافق التام , او التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة , ومع القدرة على مواجهة الازمات النفسية التي تحصل مع الفرد عادة مع الاحساس بالسعادة الكافية والايجابية . (احمد عبد الحليم عريبات (2014), ص25)

_تعريف كلاين : الصحة النفسية انها العلم الذي يحاول مساعدة الناس على حل مشاكلهم بطريقة صحيحة وتقبلها اذا لم يستطع التخلص منها . (رحماني رفيق (2015), ص87)

_تعريف ادوس : الصحة النفسية هي حالة ليست ثابت وانما عبارة عن حالة توازن بين المواد الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية واليات الحماية والدفاع للعضوية من جهة , وبين التأثيرات الكامنة المسببة للمرض للمحيط الفيزيائي والبيولوجي والاجتماعي من جهة اخرى . (يحي نجية (2018) , ص54)

_تعريف كفاي : الصحة النفسية حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد تؤدي به الى ان يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته ويقبله المجتمع بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والكفاية . (ميلود دواجي نور الدين , عجمي كوثر (2017) , ص24)

_تعريف مصطفي كامل : الصحة النفسية مرادف لمفهوم السواء وهو النضج والتوافق الاجتماعي والنفسي , ويتطلب مهارات في مجال تكوين العلاقات الاجتماعية والشخصية فعالة وايجابية ومقبولة من الفرد ومن الاخرين كما يعني التوافق في المهنة اي فاعلية في اداء الدور الذي يحقق الرضا عن الذات وتقديرها لها , كما يدل على التوافق مع الذات بمعنى استبصار الفرد بذاته وقدراته وتوظيفها في اطار ليجابي يحقق له اهداف ويحقق له اشباعاته المادية . (محمد جبار سايب (2017))

_تعريف الشرقاوي 1996: انها تكييف الفرد مع نفسه ومع مجتمعه الخارجي التكييف يؤدي الى اقصى مايمكن من الكفاءة والسعادة لكل فرد والمجتمع الذي ينتمي اليه . (احمد عبد الحليم عريبات (2014) , ص 17.)

_تعريف الداھري 2005: التكييف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به بطريقة تكفل له الفوز بالرضا كما تجعل الفرد قادرا على مواجهة المشكلات المختلفة . (احمد عبد الحليم عريبات (2014) , ص 17.)

: حالة نسبية , يكون فيها الفرد متوافقا نسبيا (شخصا انفعاليا واجتماعيا Mental Health_تعريف الصحة النفسية اي مع نفسه ومع بيئته) , ويشعر بالسعادة مع نفسه , ومع الاخرين , ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وامكانياته الى حد ممكن , ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة , وتكون شخصية متكاملة سوية , ويكون سلوكا عاديا , ويكوم حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام , ويحقق في هذه الحالة , درجة مرتفعة نسبيا مع التوافق النسبي والتوافق الاجتماعي , مع علاقات اجتماعية رضية (احمد عبد الخالق (2015) , صفحة 30.) وللصحة النفسية اتجتهين رئيسيين هما :



1_ الاتجاه الايجابي : يرى اصحاب هذا الاتجاه ان الصحة النفسية قدرة الفرد على التوافق مع نفسه مع المجتمع , والذي يكون فيه الفرد متمتعاً بالتوافق الشخصي والاجتماعي والانتزان الانعزالي خالياً من التازم والاضطراب مليئاً بالتحمس , وان يكون ايجابياً اخلاقياً مبدعاً يشعر بالسعادة والرضا قادراً على ان يؤكد ذاته ويحقق طموحاته واعياً بإمكانياته الحقيقية قادراً على استخدامها في امثل صورة . (اشرف محمد عبد الغني شريت , محمد السيد حلوة (2002), صفحة 14.)

2_ الاتجاه السلبي : يرى اصحاب هذا الاتجاه ان الصحة النفسية هي الخلو من اعراض المرض العقلي او النفسي الا ان هذا الا يشمل جميع حالات الصحة النفسية فقد نجد فرداً خالياً من اعراض المرض العقلي او النفسي لكنه غير ناجح في حياته وعلاقاته بغيره من الناس , سواء في العمل او الحياة الاجتماعية او الحياة الاسرية فهو اذا غير متكيف (احمد عبد الحليم عريبات (2014), صفحة 17/16), ويرون ان تعريف الصحة النفسية بانتقاء الحالات ليس بدعة جديدة في الفكر الانساني, فكثيراً ما عرف الخير بانه انتفاء الشر, وان العدالة لانها انتقاء الظلم , والحقيقة ان هذا التعريف يحتاج الى الكزيد من الدقة والاهتمام لمظاهر الصحة النفسية (محمد عبد الحميد شاذلي (2001), صفحة 15.)

لمحة تاريخية عن الصحة النفسية :

ان المتبع لتطور التاريخي لنشأة الصحة النفسية يجد ان موضوعات هذا العام قديمة قدم الانسان , فالقران الكريم زواج بين الصحة النفسية والصحة الجسمية فقد خلق ادم في صحة نفسية وجسمية كاملة , ووفر له شرطان الامن والطمأنينة فاكرمه واسجد له الملائكة لقول الله تعالى " لقد خلقنا الانسان في احسن تقويم " (سورة التين الاية "4"). اشارت الدراسات في الحضارات القديمة الى ان اهتمام الفراعنة والاعريق والصينيين القدماء بعلاج الاضطرابات العقلية واعادة الصحة النفسية وكان العلاج عى طريقة الكهنة والسحرة , على اساس ان هذه الاضطرابات ناشئة عن الارواح وكانت مهمتهم طرد هذه الارواح .

الاعريقيون والصحة النفسية :

ظهر هيبوقراط (377_365 ق.م) ارجع الامراض العقلية الى خلل في الدماغ , الذي هو مركز النشاط العقلي واهتم بتشخيص حالات المنغوليا والهستيريا وقام بعلاجها باسلوب علمي بعيداً عن العلاج الخرافي .

افلاطون (429_474 ق. م)

كانت النفس محبوسة في البدن بشهواته , واعتقد ان الامراض العقبية ناتجة عن الشياطين ومع هذا كانت له بعض الراء الجيدة في الصحة النفسية , وفي نفس الوقت اعتبر المجنون غير مسؤول عن افعاله ولا يعاقب يعن جرائمه ودعى الى عزل الكمجانين والعناية بهم . (سفسافة محمود عريبات احمد (2005), صفحة 11, 12.)

العصور الوسطى والصحة النفسية :

ازدهر علم الصحة النفسية في البلاد الاسلامية عكس ما كان الوضع في اوربا , فكانت العصور الوسطى مظلمة بالنسبة لهذا العلم , وهذا ما اكده برنيو بقوله " انه لاكفر من الف عام فقدت كتابات ارسطو بالنسبة للعلماء الاوربيين , بينما انقذت هذه الاعمال بواسطة العرب , وهذا وقد اهتم المسلمون بموضوعات الصحة النفسية وعالجوها .

من خلال دراستهم لعلاقة الانسان بربه , وبنفسه , وبالناس وهدفها تنمية دوافع الهدى والسيطرة وتحقيق التوازن بين مطالب الجسد والروح (زبيدي ناصر الدين ولمين نصيرة (2012), ص85). وفي نفس هذا السياق برز في هذا المجال ابن سينا واسحاق بن عمران وعلي بن الحزم .

العصور الحديثة والصحة النفسية :

قد نشأ هذا العلم في اوروبا سنة (1979) وينسب الى فارلي لانه من الاوائل في العصر الحديث الذين بحثوا في فرنسا امكانية اعادة التكييف الاجتماعي للمجرمين والمجانين , وفي اواخر القرن التاسع عشر تم تاسيس العديد من الجمعيات التي تعمل لهذا الغرض , وتوالات الدراسات في الصحة النفسية والعلاج النفسي في الوقت الحاضر. (سفاشة محمد وعريبات محمد (2005) ص 12_14).

مفهوم علم النفس الصحة :

يعرفها "فهمي" على انها العلم الذي يتناول السلود المفيد للصحة , اي دراسة مدى تأثير العادات الصحية على منع ظهور الامراض , هو فرع من فروع علم النفس يتم بالتاثير بين الحالة الصحية والنفسية , كما تحده الرابطة الامريكية لعلم النفس مجموعة من الاسهامات النوعية التربوية والعلمية والمهنية , التي تهدف الى ترقية الصحة والحفاظ عليها الى الارتفاع بمستوى الوقاية والعلاج من المرض , الى الدقة في تحديد سبب المرض (علي فهمي السيد (2009) ص39)

مظاهر الصحة النفسية :

للصحة النفسية مجموعة من الخصائص والمظاهر السلوكية يمكن اجمالها بالمظاهر :

- ❖ الاتجاه نحو الذات ويشمل مفهوم واقعي موضوعي عن الذات والاحساس بالسوية .
- ❖ تحقيق الذات يعني استخدام قدراته وامكانية توجيهها نحو المستقبل .
- ❖ الاتساق بين جوانب الشخصية والقدرة على مواجهة الشدائد وتحمل الصعاب .
- ❖ الشعور بالثقة يعني احساس الفرد بان لديه امكانيات تجعله قادرا على المواجهة .
- ❖ الاقبال على الحياة مع الشعور بالرضا والسعادة .
- ❖ القدرة على توظيف الطاقات والامكانيات ويعني اقبال على الحياة بنشاط وتخطيط
- ❖ ادراك الواقع مسايرة الواقع دائما , والحساسية الاجتماعية .
- ❖ المقدرة على التفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات انسانية مشبعة بالاجابية . (الحواشي احمد (2004) , ص 3_4).
- ❖ من خلال هذا العرض الموجز للمظاهر الصحة النفسية , يتضح لنا انها اختلفت تبعا لمجالات الاهتمام والتخصص والنظرية التي ينتهي اليها كلا الباحثين , كما تبين ان هناك امورا اتفق فيها الباحثون تاكد على ان الصحة النفسية التامة مفهوم نظري مثالي لا تتحقق كاملة بصورة مطلقة , كما انه من الصعب وضع حد قاطع بين الذس يتمتع بالصحة النفسية والذي لا يتمتع بها , لان الصحة النفسية من المفاهيم النسبية التي يجب ان تفهم في اطار علاقتها بالوسط الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد .



معايير الصحة النفسية :

تحدد معايير الصحة النفسية بنط ما يدور في واقع الافراد ويواجههم من ضغوطات تتحدد بمدى غياب عناصر الشعور بالامن المادي والاقتصادي والاجتماعي , فالصحة النفسية بنمط انساني اجتماعي يرتبط بوجود الانسان وواقعه , ومن معايير قياس الصحة النفسية التالي :

ا_الخلو من الاضطراب النفسي **Treabsence of Disorders**: وهو المعيار الاول الضروري اتوافر الصحة النفسية , ولمن ليس مجرد غياب المرض تعني توافر الصحة النفسية .

ب_التكيف النفسي الذاتي : من حيث التوافق بين الحاجات والدوافع والتحكم بها وحا الصراعات , والتكيف الاجتماعي باشكاله المختلفة المني والزواجي والاسري والمدرسي .

ج_الادراك الصحيح للواقع : يتداخل هذا المعيار مع سابقه , لان عملية التكيف تحصل عندما يتفاعل الشخص مع بيئته الداخلية والخارجية , فالتفاعل مع العالم الخارجي يمكن الفرد من فهم قدراته ودوافعه وحاجاته والعمل على تطورها , اما العالم الخارجي فيضمن فهم العالم الخارجي وشروطه , والعمل على التوافق معه لابعاد الخطر عن الذات ومن العمل المنتج خلال سعي الفرد لتحقيق ذاته .

د_تكامل الشخصية **personalityIntegration** : هو انسجام الوحدات الصغيرة في الوحدة الكبيرة , اي اندماج العناصر وتمايها , نقصد بتكامل الشخصية انتظام مقوماتها وسماتها المختلفة , فالشخصية المتكاملة هي دليل الصحة النفسية وتفكك الشخصية وعدم تكاملها فهي شخصية مضطربة (بطرس حافظ بطرس (2008), ص28).

مناهج الصحة النفسية :

يعتبر علم علم الصحة النفسية علم تطبيقي يركز على الجانبين اساسين هما الوقاية من حدوث الاضطرابات والعلاج في حالة وقوع الاضطرابات من اجل تحقيق هاذين الهدفين وجب اتباع طرائق ومناهج متكاملة فيما بينها من اجل الوصول الى مستوى مقبول من الصحة النفسية , نذكر اهم المناهج :

1_ المنهج الوقائي : مجموع الجهود المبذولة للتحكم في الاضطراب اي المرض او السيطرة عليها , او التقليل منها كظاهرة غير مرغوب فيها كالمرض العقلي والجنوح , الادمان على العقاقير ... رضوان سامر (2002) , ص22). يهتم هذا المنهج بالاسوياء قبل المرضى ليقمهم من الاصابة بالامراض النفسية ويبرئ الظروف للصحة النفسية للنهج الوقائي ثلاث مستويات المستوى الاول : يتعامل هذا المنهج مع الطرق التي يمكن اتباعها للتاثير في البيئة وتحسين مستواها من اجل زيادة قدرة الفرد على مواجهة الضغوط الحياتية , والتعامل مع الاحداث بواقعية استعمال اساليب النقاش والمشاركة او مجموعة حل المشكلات , او عن طريق المقابلات الفردية والجماعية (زهوان حامد (2005) , ص12).

_المستوى الثاني : الانقاص والتقليل من شدة المرض من خلال الكشف المبكر على الحالات , والاهتمام والرعاية , العلاج هو هدف مهم , وهو وقف الاضطرابات العقلية والنفسية في مراحل متقدمة في الحالات الكامنة او المستمرة (القذافي رمضان (1995) , ص69). يحتاج الى عدد من الخدمات التي يتم التنسيق بينها وبين مراكز مخصصة يعمل بها الاخصائيون النفسيون والاطباء العاملون في مجال الخدمات الاجتماعية , واخصائيو تعديل السلوك.

_المستوى الثالث : يهتم بمتابعة الحالات التي سبق التعامل معها ومساعدتها على عدم حدوث انتكاسة بعد انتهاء العمل معها , ومساندة صاحب المشكلة حتى لا يشعر بالوحدة كما يمكن ارشاده الى طريقة افضل لمنع حدوث ردود الافعال الانتكاسية ومزيد من القوة والتحمل (رضوان سامر (2002) , ص23).

_ **المنهج العلاجي** : يكون ذلك عن طريق المنهج العلاجي واساليبه ومدارسه المختلفة , ويتطلب ذلك اتاحة الخدمة العلاجية المناسبة وتقديمها لكافة انواع المرض في هذا المجال عن طريق المعالجين والمرشدين النفسانيين وبقية اعضاء الفريق (الفدافي رمضان (1998), ص70).

_ **المنهج الانمائي** : هو يتمتعون بالصحة النفسية , ويهدف الى الرفع من مستوى شعور الافراد بالصحة النفسية , وزيادة فاعليتهم مما يؤدي الى التحقيق الذات والشعور بالسعادة ومتعة الحياة (زهوان حامد (2015), ص12). ويتحقق هذا الهدف عن طريق المراحل التالية حددها عبد الحميد الشاذلي (2001) فيما يلي :

_ الدراسات العلمية الدقيقة لامكانيات الافراد وجوانب تفوقهم .

_ العمل على تنمية هذه الامكانيات واستثمار جوانب الشخصية .

_ محاولة تحقيق التنمية المناسبة وتوفير الظروف الملائمة لتوفير الصحة النفسية وتنمية الافراد وتوظيف ابداعاتهم .
(زيد ناصر ولمين نصيرة (2012), ص70)

_ **النظريات المفسرة والعلاجية المفسرة للصحة النفسية** :

يمكن النظر للصحة النفس في جميع نظريات علم النفس , كل اتجاه نظري يحاول يحاول تأكيد نفسه فيما يخص سبب المرض النفسي بالتالي تصوره للصحة النفسية , لآكن الشيء المتفق عليه في هذه النظريات هو تمتع الفرد بالصحة النفسية ونذكر بعض النظريات التي فسرت الصحة النفسية

_ **نظرية التحليل النفسي** :

انصار مدرسة التحليل النفسي امثال "فرويد" يتحدثون عن الصحة النفسية السليمة في ضوء مقدرة الانا وتمكنها من حسم الصراع الدائر فيما بينها , وكل من الهو والانا الاعلى , والتوافق بين هاتين المنظمتين ومطالب الواقع , وعلى كبح جماح الهو وضبط غرائزها ودوافعها , وكذلك على عدم الاغراق في القيم المثالية , بحيث لا ينفصل الفرد عن الواقع , كما اعطوا اهمية بالغة للخبرات الطفولية للفرد في ارساء دعائم الشخصية وبنائها , واكدوا على دور عدم النضج والتثبيت في مراحل النمو النفسي الجنسي في تكوين الانحرافات والاضطرابات النفسية

_ **النظرية المعرفية** :

تتضمن الصحة النفسية من وجهة نظر اصحاب هذه النظرية "كويليام هيرست" القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الامل واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الازمات وحل المشكلات , وعليه فالشخص المتمتع بالصحة النفسية قادرا على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط ويحيا على فسحة من الامل وجود للياس من خلال التسلل الى النفس .

_ **النظرية السلوكية** :

تري ميلر (1968) ان السلوك المرضي والذي يدل على اعتلال الصحة النفسية يمكن تعليمه واكتسابه , كما يمكن ازالته او التخلص منه شانه شان ذلم السلوك العادي , ويرون ان الاضطراب الانفعالي الاجتماعي ينتج عن الفشل في تعلم واكتساب سلوك مناسب وتعلم اساليب سلوكية غير مناسبة او مرضية , او نتيجة ومواجهة الفرد مواقف صراعية تستدعي من ان يقوم بعملية تمييز واتخاذ قرارات يعجز القيام بها .



_ النظرية الانسانية :

من اهم رواهذه النظرية "ماسلو وروجرز" تقوم هذه النظرية على عدد من المسلمات وهي ان الانسان يحب الخير بطبيعته , وحر في سلوكه , ويسعى لتحقيق الافضل وبذلك يعد الانسان الكائن الوحيد الذي يمتلك القدرة على الابتكار والابداع كما ان الانسان له خبرات خاصة به يدركها وفق طريقته الخاصة , وتفترض ايضا ان الفهم السليم لنشاط الانسان ياتي من خلال دراسة الافراد الاسوياء . (رزيق راضية (2020) مرجع سابق ص414

_ المذهب الوجودي :

ويرى اصحاب هذا المذهب ان الحوية والارادة هما الاساس لتطور الفرد وتنميته وجعل الحياة ذات قيمة ومعنى , ومن ثم فان حرية الانسان تمثل عظمته وتكمن في سعادته , فالصحة النفسية عند هذا المنحى هي ان يعيش المرء وجوده ومعنى ان يعيش المرء وجوده هو ان يدرك هذا الوجود , وان يدرك امكاناته وان يكون حرا في تحقيق ما يريد وبالاسلوب الذي يختاره , وان يدرك نواحي ضعفه وان يتقبلها وان يكون مدركا لطبيعة هذه الحياة لما لها من تناقضات

مرجع سابق ص 147 (Schleider . et . al 2018)

الجدول (1) يوضح اهم المظاهر الخاصة بالصحة النفسية في ضوء النظريات المفسرة(زيدي ناصر ولمين نصيرة (2012) مرجع سابق ص 114).

| موضوع الدراسة | الاهداف الرئيسية | النظرية | طرق البحث | اصل الدراسة | صاحب الدراسة |
|---|--|----------------------|---|-----------------------|---|
| _ الشخصية _ الطفولة المبكرة _ الجوانب _ اللاشعورية | _ تقديم العلاج _ اكتساب معرفة | نظرية التحليل النفسي | _ التداعي الحر _ الكشف عن الخبرات _ التحليل المنطقي _ الملاحظة | المرضى النفسمانيون | _ سغموند فرويد |
| _ السلوك | _ تعلم _ اكتساب معرفة | النظرية السلوكية | _ الطرق الموضوعية | _ الانسان والحيوان | _ كلارك هل _ جون دولارد _ نيل ميللر |
| _ الخبرات الانسانية _ الفرد العادي _ الفرد الممتاز | _ خدمة الانسان _ تحقيق الذات _ اكتساب معرفة والقيم العليا | النظرية الانسانية | _ الملاحظة _ الطرق الموضوعية _ دراسة حالة | الافراد | _ ماسلو _ كارل روجرز |
| _ العمليات العقلية | _ المعرفة | النظرية المعرفية | _ الطرق الموضوعية _ الاستبطان | _ الانسان | _ وليم هيرست |

_ من خلال ما تقدم من وجهات نظر الباحثين بخصوص الصحة النفسية اتضح انهم اختلفوا في تفسيرهم للاضطراب النفسي وتصورهم للصحة النفسية فكل حسب مدرسته وحسب مذهبه .



_اهمية الصحة النفسية:

تكمنالصحة النفسية بالنسبة للفرد في كونها تساعد على التوافق في المجتمع ,والتوافق الذاتي ليحيا حياة خالية من التوترات والصراعات المستمرة مما يؤهله للعيش في طمانينة وسعادة , وان الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع نفسه ,والذي لم يستنفذ الصراعات قواه الداخلية وطاقته النفسية , كما انها تجعل الفرد اكثر قدرة على الثبات والصمود حيال الشدائد والازمات , ومحاولة التغلب عليها دون الهرب منها .

ان الصحة النفسية تساعد الفرد على سرعة الاختيار واتخاذ القرار,دون جهد زائد او حيلة شديدة , وتساعد على فهم نفسه والآخرين وجعله قادرا على التحكم في عواطفه وانفعالاته ورغباته , مما يساعد في تجنب السلوك الخاطئ ان الصحة النفسية تجعل الفرد اكثر قدرة على التكيف الاجتماعي مما يجعله يمتلك السلوك الذي ينال رضاه , ويرضي الذين يتعاملون معه ,وتجعل الفرد متنوعا بالاتزان والنضج الانفعالي ,بعيدا عن التهور والاندفاع , وهذا عامل هام من العوامل التي تجعل الفرد لا يجري وراء الشائعات المدمرة للمجتمع, كما ان يتمتع بصحة نفسية يكون قادرا على التعامل الواقعي الذي لا يتأثر بما يتصوره له افكاره واوهامه عنهم , كما يحدث عند المريض النفسي لذلك تلعب الصحة النفسية دورا هاما في كل مجالات المجتمع مثل : التعليم , الصحة,الاقتصاد , السياسة , والحروب حيث تتضح اهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع من خلال العناصر الاتية :

1_ اهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد :

1_الصحة النفسية تكمن الفرد في مواجهة مشكلات الحياة .

2_ تمكن للفرد من التعليم الجيد .

3_النمو الاجتماعي السليم .

4_تساعد الفرد على النجاح المبني .

5_تدعم الصحة البدنية .

6_تؤدي الى امان وطمأنينة الفرد .

7_تحقق زيادة كفاية الفرد ورفع الانتاجية .

_ خلاصة :

يتبين من خلال هذا الفصل ان الصحة النفسية يصعب تعريفها نظرا للاختلاف التوجهات ونسبيتها التي تتغير حسب العوامل التي تحققها , ولا تقوم الصحة العامة بالابتعاز الصحة النفسية , ومن اجل تحقيقها لا بد من التفهم الجيد لمختلف الاعتلالات التي تعرقل تحقيقها كالاضطرابات العصبية والجسمية والانفعالية التي يمكن ان تصيب المريض كما هو الشأن عند مرض الربو والعمل على الوقاية من اجل الدفع بالصحة النفسية الى اقصى درجاتها , وتوفير برامج علاجية لتصحيح ذلك , واعادتها الى حالتها الطبيعية ودعم فرص التكيف السليم للمرضى .

_الفصل الثالث : مرض الربو

_تمهيد .

_مرض الربو من الناحية الطبية .

1_3 تعريف مرض الربو .

2_3 اسباب مرض الربو .

3_3 اعراض مرض الربو .

4_3 انواع مرض الربو .

5_3 تشخيص مرض الربو .

6_3 علاج مرض الربو .

_مرض الربو من الناحية السيکوسوماتية .

1_3 تاثير نظرية التحليل النفسي فيما يخص تفسير مرض الربو .

_خلاصة .



نحن في عصرنا هذا نعتد على مصادر الطاقة المختلفة , ولا سيما المحروقات لذلك زادت مسبة التلوث عن نسبتها الطبيعية , وانتشرت العديد من الامراض الناجمة عن التلوث وبعضها زادت نتيجة التلوث , ومن بين هذه الامراض نجد مرض الربو حيث انتشر هذا الكثير من البلدان , وهو مرض مزمن لفترة طويلة نع تغيرات تختلف شدتها والقدرة على التحكم بها من شخص الى اخر , ومن اجل المحافظة على سلامة الصحية للفرد وضمان بقائه حي وبدون معاناة , تكون 50 و80 من حالات الربو واضحة قبل بلوغ 5 سنوات من العمر . وبالرغم ن انها تعتبر مشكلة كبيرة اثناء الطفولة , فقد تختفي الاعراض حتى 50 من تلك الحالات مع اعتدال شدته نسبيا في اواخر سن المراهقة , بينما 80 من تلك الحالات تستمر شدة الاعراض مع المرض حتى البلوغ , يحدث الانخفاض في القدرة المناعية مع التقدم في السن , وتنخفض اعراض الربو عادة عند المسنين

,سوف نتطرق في هذا الفصل الى مرض الربو من حيث التعريف والاسباب والاعراض والانواع , وطرق العلاج وكيفية الوقاية منه وتتطرق الى مرض الربو من الناحية النفسية

_ مرض الربو من الناحية الطبية :

3_1 تعريف مرض الربو: ان الربو مرض رئوي مزمن , يتميز من منظور المريض باعراض متباينة في الشدة والتواتر ومتصلة بالرتتين وعملية التنفس , ولا يشكو مريض الربو المعتدل من اعراض معظم ايام السنة , بينما يحتاج مريض الربو الشديد الحدة الى عدة ادوية رئوية يومية وبانتظام عودة الاداء الوظيفي الرئوي الى حالة , وبالتالي عودة المريض الى خالية من الاعراض , واما مرض الربو في اقصى مظاهره ,فهو يشكر خطرا عن حياة المريض مما يستدعي تكرار دخوله الى المستشفى , وتاثر نوعية حياته تاثرا بالغا ,وقد يفضى به الى الموت , وورغم كل ماتقدم , ما زال لدى اخصائي الربو قنائة بإمكانية شفاء اقصى حالات الربو , ان الرعاية الطبية السليمة والتعاون المثمر بين الطبيب والمريض حتما سيؤديان الى حياة كاملة النشاط ومريحة .

_تعريف منظمة الصحة العالمية : على انه " اصابة تتميز بنوعية عسر التنفس تحدثها عدة اسباب تبدو متلازمة لبعض العلامات الاكلينيكية في حالات الانسداد الشعبي الكلي او الجزئي تليها فترات من الراحة بين النوبة والآخرى " (بدرة معتصم ميموني (بدون تاريخ) الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق , ديوان المطبوعات الجامعية , الجزائر)

_باهي سلامي : على انه " مرض يهاجم الجهاز التنفسي ويتميز بضيق في التنفس وباللهث السعال المستمر او المتقطع مع الاحساس بالحرجة في الصدر والبلغم , وقد يكون ذلك بسبب التهابات رئوية مزمنة " (باهي سلامي (2008), مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط والثانوي , اطروحة دكتوراه , قسم علم النفس , جامعة الجزائر).

_ القا موس الطبي لاروس : " الربو هو تناذر تنفسي مميز بنوبات من صعوبة التنفس المفاجئة , والمصاحبة باضطرابات في جريان الدم , وفي الافرازات المخاطية للمجري التنفسية (محمد احمد النابلسي (2007) , الربو والحساسية وعلاجها النفسي (المجلد 18 افريل العدد 70, الثقافة النفسية المتخصصة , لبنان)

_الجهاز التنفسي والية التنفس :

تركيب الجهاز التنفسي : يتكون الجهاز التنفسي من

1_1 الممرات التنفسية وتشمل :

_التجويف الانفي : وهو عبارة عن زوج من الممرات المبطننة , يبطنه عشاء مخاطي رطب كثير الاعوية يحتوي على غدد مهدب لقنص الغبار , كما يعمل التجويف الانفي على اضافة الرطوبة ويدفئ الهواء المستنشق , ويحتوي ايضا على مستقبلات لحاسة الشم , ولتجاويف الانف ودور في اخراج بعض الاصوات , كما يحتوي الانف على مجموعة من الجيوب .



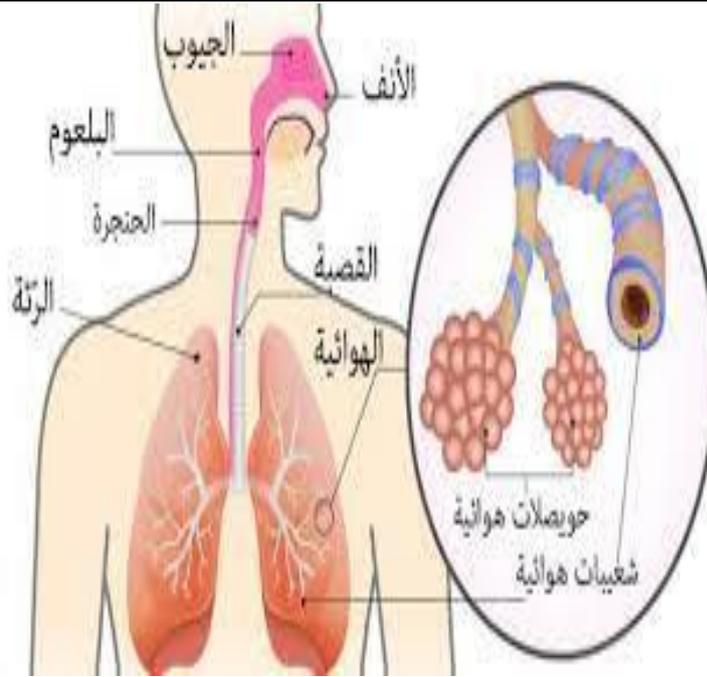
_البلعوم: وهو الممر العام لجهازي التنفس والهضم , وهو تركيب انبوبي يبدأ خلف التجايف الانفية وينتهي عند المرئ ويربط الانف والفم ببقية الممرات التنفسية والهضمية .

_الحنجرة : وهي تكوين يشبه الصمام العضلي الغضروفي وتعمل على منع مرور المواد الغذائية الى الممرات التنفسية , كما تعمل عضو للنطق وكذلك تنظم كمية الهواء الداخل و الخارج من الرئتين .

_القصبة الهوائية او الرغامى والقصيبات الدقيقة : وتكون مفتوحة دائما بواسطة حلقات غير متكاملة من الغضاريف في جدرانها , كما يحتوي غشائها المخاطي على غدد وخلايا تكون مهدبة وتقوم هذه الغدد بافرازات تمنع دخول الاجسام الغريبة والغبار الى الرئتين , اما القصبات الهوائية من حيث التركيب تتفرغ منها وتتشعب الى قصيبات دقيقة .

_الرئتين : وتشبه كيس مطاطي غشائين يتصل داخلها مع الهواء الخارجي بواسطة الممرات التنفسية , وتحتوي الرئة على عدد كبير من حويصلات الهوائية , وتتفرع القنوات الحويصلية ومن القصيبات , ويتكون جدار الحويصلة من طبقة واحدة من الخلايا لذلك فمن خلال هذا الجدار ومن خلال الشعيرات الدموية يتم التبادل الغازي بين الهواء الخارجي والدم

صباح ناصر العلوجي (2014) , ص 55



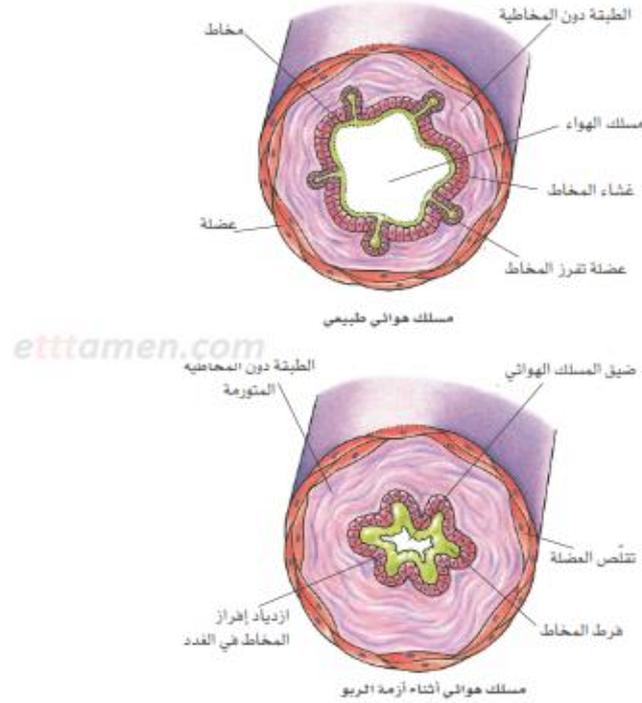
الشكل رقم (1) اعضاء الجهاز التنفسي .

2_ الية التنفس :

التنفس هو حياة الكائنات , وهو نعمة الله تعالى التي تخص بها جميع الكائنات الحية ن حيوان ونبات وبشر, ومن خلالها تستمد كل المخلوقات طاقتها , بالنسبة للانسان هو انتقال الاكسجين من الجوالى خلايا الجسم وخروج ثاني اكسيد الكربون وبخار الماء من خلايا الى الجو ومن خلاله يحصل الانسان على طاقته لمواصلة الحياة , ويتنفس الانسان حوالي 12 مرة في الدقيقة الواحدة (عبد المعطي, (2003), ص 66)

فالجهاز التنفسي هو عبارة عن مجموعة من الاعضاء الظاهرية والباطنية , حيث تشكل وحدة مشتركة تمد الجسم بحاجته من الاكسجين الضروري للدم , وهذا ليتمكن الانسان دورة الحياة بتوازن واستقرار, يتكون هذا الجهاز من منفذ خارجي يتمثل في الانف والفم اللذان يرتبطان مع بقية الاعضاء الداخلية الفاعلة في التنفس (عبد العطي (2003) . مرجع سابقص79) . , اما عن حدوث ازمة الربو فان الية التنفس تحدث بصعوبة , حيث يتميز بانسداد الانابيب الشعبية الصغيرة , وتصبح الرئتان في اثناء نوبة الربو منتفختين , مع صعوبة في التنفس شيئا فشيئا ويخرج المريض ازيزا في اثناء محاولة دفع الهواء فبر الانابيب الشعبية الصغيرة المسدودة , وتبذل عضلات الرقبة جهدا مضاعفا , كما تحقن اوداجه وينتفخ صدره عبد الرحمان العيسوي (2005) , ص 144)

تتقلص عضلات جدران المسالك الهوائية في أثناء أزمة الربو, ما يسبب ضيق قطرها الداخلي, ويؤدي ازدياد إفراز المخاط والتهاب البطانة الداخلية للمسالك الهوائية الى ضيق كبير, والشكل التالي يوضح لنا شكل المسالك الهوائية في الحالة الطبيعية وفي حدوث أزمة الربو.



شكل رقم (2) مسلك هوائي قبل وبعد أزمة الربو (جون اريس ,ص17)

2_3 اسباب مرض الربو:

ترجع اسباب الاصابة بالربو الى مجموعة من التفاعلات البيئية والوراثية والنفسية المعقدة , مفهومه بشكل تام لذلك سوف ندرج اهم العوامل المسببة لداء الربو:

1_العوامل الوراثية : اوضحت الدراسات المبكرة التي اجراها "كريب" 1992 "راتنوسيلبيرمان" سنة 1953 "شواترز" 1912 , ان حدوث مرض الربو في الاسرة التي يكون بعض اعضائها مصابين بها يبدو مرتفعا نسبيا عند مقارنتهم بمجموعة مماثلة من الممرضى الغير مصابين , ويؤكد شوارنزان الذي تتم وراثته ليس له القابلية لان يصبح الفرد حساسا , ولكنه الجهاز النفسي الذي يتفاعل مع ناتج الربو او التهابات الانف , بسبب كثرة المثيرات من بين هذه المثيرات هو ميكانيزم الانتجين الحيوي(خليل صابور (ب.ن) مرض الربو , استرجعت في تاريخ 27نوفمبر 2017)

وهذا يعني ان العامل الوراثي يلعب دورا هاما في ظهور مرض الربو, فندسبة الاصابة ترتفع اذا كان في عائلتهم مصابين بهذا المرض .

_العوامل النفسية : ان الربو بين العديد من العوامل النفسية المسببة والمفجرة لنوبات الربو , فنجد هناك من يرجع اصل الربو الى ما يحدث في الصراع والكبت اللاشعوري كفوريد واتباعه , بفكرة الرمزية التي تذهب الى ان الاعراض الجسمية تكون ذات شكل رمزي , من خلال شكل من اشكال اللغة الجسمية التي تعبر بها شخصية المريض عن الصراعات المتضمنة في النفس , وكذلك دونبار توصل الى ان عامل القلق اشد في تفجير نوبة الربو (ليولين .ك. 2006) , ص(10)

فكتب احمد عكاشة (1998) ان الامراض السكوسوماتية " ماهي الا التورط الانفعالي غي الاعضاء والاحشاء تتغذى بالجهاز العصبي اللاارادي , وعادة ما يعاني المريض من القلق والاكتئاب , بل احيانا ما يهدد حياته

_العوامل البيئية : تعبر العوامل البيئية العامل المفجر لظهور العلامات الاكلينيكية لمرض الربو منها:

_عامل الزكام والانفلونزا : ان الزكام والانفلونزا والتهابات الصدر هي المسببات الاكثر شيوعا لمرض الربو , ويصعب تفاديها خصوصا خلال فصل الخريف والشتاء , حين تصل نوبات الربو الى ذروتها .

_ عامل عث الغبار المنزلي : فهو مسبب رئيسي للربو , حيث تعيش هذه الحشرات المجهرية في السجاد , والستائر والفرش والوسادة والالعب الطرية .

_عامل تلوث الهواء : يمكن لتلوث الهواء نتيجة الدخان , ادخنة السيارات , ادخنة الغاز والطلاء والعطور ايضا تسبب اعراض الربو , كذلك تفعل نوعية الهواء الرديئة في ايام فصل الصيف الحار .

_عامل التدخين : يكشف دخان السيجارة بين تاثير فوري في الاشخاص المصابين بمرض الربو . بما ان التدخين يهيج المجاري الهوائية عند مرضى الربو , فينقطع نفسهم قبيدا بسعال ومن حدوث نوبة (جون ايريس 2013) . مرجع سابق ص ليولين .ك. (2006) , ص(47)

ومن هنا نستنتج ان مرض الربو لا يعود الى سبب واضح , ولكن تتداخل فيه عدة عوامل , رغم ان العلماء يرون على ان الحساسية بكل انواعها هي السبب الرئيسي لهذا الداء .

_اعراض مرض الربو :

ان اندلاع ازمة الربو عند المريض تكون مسبقة باعراض معطية اشارة الخطر وهي كالآتي :

تعب عام (Asthènie) .

انسداد الانف (obstruction nasale)

ظهور الترفزة عند المريض (Nervositè)

اضطرابات على مستوى الجهاز الهضمي (Troubles digestifs)



نجد المريض يكثر من العطس (Eternuments)

الام في الراس (Des cephalèes)

_ ان البداية في الاغلبية الساحقة ليلا(مراد بوزيت (2007) , ص 39)

عند حدوث ازمة الربو قد تكون مصحوبة بالاعراض الرئيسية التالية :

_الصفير اثناء التنفس : مع انقطاع النفس او من دونه يحدث الصغير نتيجة التعرض لمهيج مت او من دون اي سبب

واضح

_انقطاع التنفس : غالبا ما يرتبط بالصفير والسعال ويمكن ان يحدث وحده ايضا

_السعال : قد يكون السعال الجاف او المرفق بالبلغم , ويكون متواصلا .

_الضيق في الصدر : غالبا ما يخطئ المرض ويظنون وان الضيق بالصدر مرتبط بازمة الربو ناتج عن الاصابة بازمة
قلبية .

_ازرقاق حول الشفتين :وذلك بسبب نقص الاكسيجين .

بعد تضاعف ازمة الربو قد تكون مصحوبة بمضاعفات حادة وتظهر كالتالي :

ان المصاب بازمة الربو الحادة عادة ما تدوم 48 وتتميز الازمات الاخرى بعدم الاستجابة للعلاج العادي وهذه الازمة تشبه
الى حد كبير ازمة الهجز النفسي الحاد وقد تادي من لحظة الى اخرى بصاحبها الى الوفاة

جدول رقم (02): اعراض الربو والامراض المشابهة له (جو ايريس. 2013,ص30)

| التشخيص | الصفير في التنفس | انقطاع النفس | السعال | ضيق في الصدر |
|----------------|------------------|--------------|--------|--------------|
| الربو | +++ | ++++ | +++ | +++ |
| التهاب رئوي | +++ | +++ | +++ | +++ |
| انتفاخ رئوي | ++ | ++ | ++++ | ++ |
| الذبحة الصدرية | + | ++ | + | ++++ |
| قصور القلب | ++ | ++++ | ++ | ++ |

الاعراض لا تظهر دائما +

يمكن ان تظهر الاعراض ++

الاعراض تظهر غالبا +++

الاعراض تظهر دائما تقريبا ++++



_تشخيص مرض الربو :

يتم تشخيص الربو مبدئياً عند التحقق من ثلاث حالات التالية :

_وجود احد اعراض الناتجة عن نوبات انسداد المسالك التنفسية .

_انسداد المسالك التنفسية يمكن اصلاحه حتى ولو بصورة جزئية .

_استبعاد الاسباب البديلة المحتملة لانسداد المسالك النفسية يتم هذا بالاعتماد على التاريخ المرضي والفحص الطبي .

1_ التاريخ المرضي :

يتم تشخيص الربو مبدئياً بواسطة التاريخ المرضي , والتاريخ الاكلينيكي الذي يتضمن النقاط التالية :

_ازيز التنفس عرضية اثناء التنفس

_الاحساس بالضيق في الصدر او الم الصدر (خاصة عند الاطفال) .

_ضيق التنفس عند الراحة , او عمد ممارسة التمارين المعتدلة .

_ السعال الجاف او المتزايد .

_نزلات البرد او عدوى الجهاز التنفسي العلوي المتكرر .

_الاعراض التي تزداد سوءاً في المساء , خصوصاً السعال .

_العوامل المحتملة لتحفيز الربو العرضي مثل : غبار البيت , حبوب اللقاح , الضغط النفسي التمارين , التعرض للدخان

, المهيجات البيئية مثل العطور ... الخ .

_ اعراض الارتجاع المريئي (GERD)

_وجود حساسية الالتهاب الجلدي .

_ التاريخ الطبي للعائلة خصوصاً .

_ مشاكل طبية اخرى .

2_ الفحص الطبي :

يعتبر الفحص الطبي الهدف الاساسي , ويجب ان يقيم مايلي :

درجة الضيق .

_ تقييم الحديث اذا كتن متقطع بسبب جهد التنفس .

_ وجود زرقان .

_ القلق او الاضطراب .

_ استخدام العضلات الملحقة للتنفس .

_ معدل التنفس والتبضات .

_ ضغط الدم .

_ وجود نبض متناقص زيادة في قوة النبضات مع الشهيق .

الاذن والانف والحنجرة

_ التهاب الاذن المحتمل , او الحاد او المزمن .

_ تشوهات الاذن وتشمل :

_ درجة احتقان الاغشية المخاطية .

_ تضخم الغشاء المخاطي للأنفي .

_ وجود لحمية انفية .

_ التهاب وتضخم اللوزتين .

الجهاز التنفسي

_ درجة حركة الصدر .

_ حركة الهواء .

_ وجود موقع ازيز الزفير .



_وجود موقع الخشخشة او السعال الجاف .

_ معدل ضربات القلب .

_ وجود ضغط الدم .

_ تقييم احتمال وجود تضخم القلب .

3_ الفحوصات واجراءات التشخيص :

يجب ان يتضمن الفحص المبدئي على الاتي :

_ اختبارات وظائف الرئة :

_ قياس التنفس : يستخدم التنفس لتأكيد التشخيص , يوضح مجاري انسداد معين في المجاري لبتنفسية يمكن اصلاحه بصورة جزئية على الاقل باستخدام العلاج المناسب يجب القياس بقياس التنفس اذا امكن اثناء معاناة المريض من بعض الاعراض , وهو يقوم على قياس حدم الزفير الخارج في الثانية الواحدة الاولى , القدرة الحيوية القسرية , وكلاهما في وقت الراحة وبعد استنشاق دواء قصير المفعول مثل سالبيتامول , يتم التأكد على الاصابة بالربو من النتائج التالية :

_ FEV₁ 80 % اقل من والقيمة المتوقعة قائمة على طول المريض ووزنه .

_ FEV₁/FVC اقل من الحد الاقل الطبيعي بالنسبة لعمر وحجم المريض .

_ ويزيد FEV₁ بعد اشتنشاق دواء قصير المفعول مثل سالبيتامول (4 انفاص من 100 ميكرو جرام / لكل نفس) . اكثر من

_ علاج الربو :

_ يجب ان يقيم المريض التنفسي بشكل دقيق قبل معالجة السنية وخاصة قبل اعطاء اي دواء مثل مثبطات الجملة

العصبية المركزية التي يمكن ان تثبط بشكل تالي الاثار النفسية المريض (عبد العزيز السرطاوي (2010). ص 30)

_ يساعد العلاج الفعال للازمة الصدرية او الربو في شفاء الحالات البسيطة منها والتخفيف حدة الحالات الشديدة ,

وبعد اعطاء المطاعيم اللازمة ضد الحساسية وتقديم الجرعات في فترات متباعدة بهدف توفير المناعة للجسم , وامر

حيويا وللووقاية التامة من هذه الاصابة للاطفال وعدم تعريضه للمثيرات البيئية , وجعل سرسره خاليا من الغبار او

الاغطية المسبة للحساسية الزائدة , والحذر كذلك من وجود المثيرات المادية الاخرى .

_ العقاقير المستخدمة في علاج الربو :

تنقسم العقاقير المستخدمة في معالجة الربو الى ثلاث مجموعات :

_ المسكنة .

_ الوقاية .

_ عقاقير الوقاية (او اعاكسة)

_ العقاقير المسكنة (موسعات قصبية)

تعمل هذه العقاقير على ارخاء العضلة في جدران المسالك الهوائية , ما يسمح بفتح المسالك الهوائية ليدخل الهواء , ويخرج بسهولة اكبر ما يعني تسهيل عملية التنفس , وتعطى هذه العقاقير المعروفة " الموسعات القصبية " في بخاخات يكون لونها ازرق احيانا واحيانا اخضر او رمادي , وثمة انواع مختلفة من البخاخات .

في معظم الاحيان , يعي استخدام البخاخات المسكنة عند الاصابة بالاعراض وليس بشكل منتظم , ولكن ان كنت تعاني من الربو بالغ الشدة قد تحتاج الى استخدامها بشكل منتظم , ولكن بعد استشارة الطبيب .

_ عقاقير الوقاية :

تعمل هذه العقاقير بتخفيف الالتهاب في المسالك الهوائية لتخفيف من تهيجها , ةتعمل عكس البخاخات المسكنة , ويتعين استخدام هذه العقاقير بشكل منتظم , مرتين في اليوم عادة , اذا ان الاستخدام اليومي يقي من المشكلات حتى ان بعض المرضى يحتفظون بها الى جانب دواء الاسنان حتى يسندوا استخدامها اذا كانت الازمات التي يتعرضون لها قليلة .

وعادة بخاخات الوقاية باللون البني او البرتقالي او الاحمر والاصفر .

توجد ثلاث انواع اساسية من عقاقير الوقاية :

_ اشتنشاق الستيرويد .

_ كروماتيكاليت الصديوم .

_ نيدوكروميل .

_ يتوفر كلها على بخاخات مختلفة .



_علاج الطوارئ (او المعاكسة) :

من المهم جدا ان تتعرض لازمة ربو حادة الحصول على المساعدة الطبية و فحين تصاب بهذا النوع من الازمات يمكن الخضوع لنوعين اساسيين من علاجات الطوارئ :

_ جرعات كبيرة من العقاقير المسكنة (غالبا عبر بخاخات) .

_ جرعات كبيرة من العقاقير المضادة للالتهاب (بواسطة حقن او اقراص ستيرويد) .

قد يقدر بغض المرضى على بدء العلاج الطارئ وحدهم باستخدام البخاخ او تناول اقراص الستيرويد , ولكن يتعين على معظم المرضى , خصوصا الذين لم يصابوا بازمة قوية من قبل ان يتصلي بالطبيب العام بسرعة او التوجه الى قسم الطوارئ , وقد يتسبب اي تاخير الى الكثير من المشكلات , ولذا من الافضل المسارعة في الحصول على العلاج .

الجدول رقم (3) _ملخص الاجماع الدولي حول علاج مرض الربو (ا_ معريش , 2000: 78_79)

| نوع الربو | الربو الخفيف | الربو المتوسط | الربو الحاد |
|-------------------------------------|---|---|---|
| خصائص النوبة | _اعراض قليلة وقصيرة _الحالة بين النوبات عادية | _نوبات متوسطة: اقل من واحدة في الاسبوع _اعراض مزمنة . | _اكثر نوبة في الاسبوع _اعراض في الليل والنهار |
| نسبة الاصابة بين الربويين | 75% | 20% | 05% |
| كفاءة الرئيتين : القيمة المتوقعة | 180% اكثر | ما بين 80% و 60% | اقل من 60% |
| كفاءة الرئيتين : الاضطرابات اليومية | اقل من 20% | ما بين 30% و 20% | ويزيد 30% |
| العلاج | _استعمال موسعات القصبة الهوائية اقل من 3مرات في الاسبوع +/- كيتوتيفات | _موسعات القصبة الهوائية +انتال +ستيرويد مستنشق عند الاجابة للانتال +/- التوفيلين طويل المفعول | _موسعات القصبات الهوائية +الستيرويد المستنشق +الستيرويد عن طريق الفم (اقراص) |



1_ مريض الربو:

_ مرض الربو من الناحية السيكوسوماتية :

مريض الربو في حالة تعرضه لبعض الهيجات مثل حبوب اللقاح وخلايا جلد الحيوانات الاليفة او الغبار تحدث عند زيادة سريعة في انتاج المخاط بواسطة الشعب والشعب الهوائية ويصعب عليه التنفس في هذه الحالة , كذلك فان المهيجات يمكن ان تنشط انقباض خلايا العضلات الملساء في جدار الشعبات الهوائية وبذلك يصبح الامر اكثر صعوبة بالنسبة لانتقال الهواء الى داخل وخارج الرئتين (علمية التنفس نفسها) . (عمر احمد همشري (2013), ص 14)

وبامكاننا ان نجد مريض الربو الذي يعاني من صعوبة مستمرة في النفس حيث نلاحظ هذا النوع من الربو عموما عند شخص تجاوز الاربعةين من عمره , ويظهر هذا النوع بطريقة فجائية عند شخص لم تكن له اية سوابق عن هذا المرض كما بإمكانه ان يظهر عند رجل كانا يعاني من مرض الربو منذ امد طويل .

ان هذا المريض لما ننظر اليه وهو قاعد او قائم او يمشي نجده يعاني من ضيق في التنفس , فهو اذن في حالته هذه يشبه رجلا له عجز تنفسي مزمن . (عمر احمد همشري (2013), ص 54)

_تأثير نظرية التحليل النفسي :

تأثير نظرية Freud من 1860 الى 1938 فيما يخص تفسير الامراض النفس _جسدية مثال : الربو .

اخذ فرويد مرض الربو كمثال لانه اصبح مرجع نظري على اساس وجود الكثير من البحوث الخاصة به .

_ لخص J.Gain تطور النظريات فيما يخص الربو عبر هذا التاريخ , والتي اثرت في توجيه البحوث فيما بعد .

_ انطلاقا من 1860 Henri Salter الجانب النشيط للافعال في الازمة الربوية .

_ في عام 1989 S .John Flouwer اتى بفكرة الربو الهستيري , ومع مجئ التحليل النفسي فرض نموذج توضيحي

جديد نفسه انطلاق من 1905 , القساوة الاولى " للمرض " بالمعنى الفرويدي تسجل منذ الطفولة , وتلتحق بذلك اللاشعور في انتظار اعادة التنشيط والذي يكون في ظهور الاعراض الاولى , ومن هنا تعددت الابحاث وتشعبة الاراء والافكار حتى ظهر:

_ في عام 1913 Marcinawsik انه بالاستناد الى الربو توجد هستيريا .

في عام 1922 استنتج Weiss بعد شفاء احد المرضاه المصابين بالربو بفضل جلسة تحليلية , ان اصل الربو يمكن

في الخوف من الانفصال عن الام .

_ في عام 1923 رفض Marx نظرية الربو ذو السببة النفسية , والذي شرحة عن طريق اضطراب عضوي منبه لمراكز

وفي نفس السنة Moos فكرة اهمية العامل النفسي في هجمات الربو واكد باهمية هذا العامل .

غير ان نظرية السببية النفسية للربو لم تقبل مسبقا , كما اوضحت ذلك Hensen في عام 1930 عندما يقول :
خلاصات

" اميل الى رفض تاويل الربو كمرض مثل هجمة الوحيدة المعزولة كآثر نفسي المنشئ , كتعبير اولي ذا معنى مباشر ,
المرض هو بالاقل اول هجمة تشريحية فزيولوجية , اذن عضوية محددة وليس اشكالا لردود افعال نفسية المنشأ ,

في عام 1931 تحدث D.Levy عن الرفض الامومي لطفل الربوي , وهو شعور تحول عن طريق تكوين عكسي تقوده

حسب ما اسماه " Levy " حماية امومة مفرطة .(حامد عبد السلام زهران (1977) , ص 55)

_ التصور الوجداني _ العلائقي في المرض النفس _ جسدي :

لقد كان اسهام التحليل النفسي في الامراض النفس _ جسدية معتبرا , وكانت الاعمال في حد ذاتها في هذا المجال قد

باعادة النظر في المرض النفس _ جسدي عموما , وخصوصا عند الطفل , حيث يعتبر R.Sptiz ان الاضطرابات

الشخصية بامكانها ان التأثير بشكل سلبي على الطفل , ويميز بين نوعين من الاضطرابات .

_ بعضها راجع الى العلاقة المرضية بين الام والطفل .

_ الاخرى مصدرها النقص الكيفي في هذه العلاقات .

وتمكن فائدة هذا التصور في ان العرض النفس _ جسدي لا يقتصر فقط على الطفل , بل يعني الام ايضا سبب خلل
وظيفي

تحمله الام Cain يعزز Ammon فكرة وجود عيب بنيوي نرجسي في بناء حدود الانا , كقاعدة للاضطرابات

النفس _ جسدية ويعرف ب " ثقيب الانا " وستند هذا العيب الى اضطراب العلاقة " ام _ طفل " .

ولقد تميزت هذه المرحلة بكثرة المفاهيم التي تجعل الام المسؤولة الوحيد في ظهور العرض النفس _ جسدي عند الطفل
وهذا غير مبرر كليا .

اذا تكلم R. Held عن " الام الاوكسيجين " G. Ammon عن منشأ مرض Mère psychosomatogène .

ووصفها ايضا Winnicot بموضوع الكلي ثمة علماء اخرين وصفوا الام كمتلاشية , غازية مفرطة الحماية .



M. Klein حيث حاولوا تفسير كل السيرورات الجسدية بصراعات ما قبل تناسلية ويربطون اصل الصراعات ما قبل تناسلية ويربطون اصل الصراعات في العلاقات التبادلية الاولى , ومن هذا المنطق الام الحسنة ستتدخل والام السيئة تسقط .

تتوقف الصراعات ذات التعبير النفس _جسدي على التنظيم مراحل الفمية والمرحلة ما قبل التناسلية مثال : يظهر الربو كنتيجة لعملية استدخال صورة الام المتلاشية في المرحلة ما قبل التناسلية , في هذه الافكار الاساسية .

_ الخلاصة :

يعتبر الربو مرضا معقدا ومتشعبا وذلك بتعدد اعراضه وشدتها اضافة الى تنوع اشكاله العيادية واسباب ظهوره , والامر الذي يجعل العلاج يختلف من حالة الى اخرى وذلك حسب تعدد العوامل السابقة وذكرها .

ويكون الربو مرضا مزمنا فانه يؤثر ويتاثر بالجانب النفسي للمريض وذلك بشكل جد وثيق , مما يتسبب في ظهور اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب .

بالتالي يمكن القول انها لا سبيل في توفر كفاءة جيدة للربو الا اذا تم الاخذ بعين الاعتبار الجانب الجسدي والتفسي للمريض في ان واحد فيكون العلاج الدوائي مصاحبا بكفاءة نفسية لتساعد المريض على تقبل المرض وتجاوز الاضطرابات النفسية الذي يتسبب فيها هذا الاخير , فهناك من يستجيب له بالقبول والرضى لتمتعه بمرونة ووعي و القدرة على التحمل فيتعامل معه بطريقة ايجابية من اجل تكييفه مع الوضع , وهناك من يصعب عليه القبول والتكيف فيرفضه كونه عبء ثقيل يتقيد به مدى الحياة ويفرض عليه نمط عيش خ اص



_الفصل الرابع : فيروس كورونا .

_تمهيد .

1_ لمحة تاريخية عن الاوبئة والامراض المعدية .

2_ تعريف فيروس كورونا .

3_ اعراض فيروس كورونا .

4_ اسباب انتشار العدوى لمرض كورونا .

5_ كيفية الوقاية ومواجهة فيروس كورونا .

التمهيد

لقد أعلننا انتشار كوفيد 19 عى أنه طارئة صحية عمومية تسبب قلقا دوليا فذلك في شهر مارس 2020 من طرف منظم
ة الصحة العالمية وقد انتشر مرض كوفيد 19 حاليا الى البلدان و مناطق عديدة حيث بدأت الدراسات الوبائية البح
ث عن هذا المرض و مسبباته , لذا سنحاول في دراستنا هذه اعطاء لمحة نظرية عن هذا المرض و ذلك في التطرق الى الت
عريف ب المرض و أعراضه و أسباب انتشار العدوى لمرض كوفيد 19 , و كيفية الوقاية منه و الأثار النفسية الناجمة عن

هـ



1-لمحة تاريخية عن علم الأوبئة و الأمراض المعدية : Epidémiologie et les maladies infectieuse

ان كلمة épidémiologie مشتقة من كلمة épidémice التي تعني وباء و مكونة من مقطعتين اليونان Epi بمعنى (بين) و demos بمعنى (الناس) و بايجاز مكن القول أن علم الوبئة هو علم يدرس الصحة و المجتمعات السكانية اي أن الجانب السكاني يعد السمة المميزة لعلم الأوبئة .

كما يعرف أيضا بدراسة وقوع توزيع الحالات و الاحداث المرتبطة بالصحة في المجتمعات السكانية بعينها و يشمل ذلك دراسة محددات المؤثرة لتلك الحالات و تطبيق تلك المعرفة في السيطرة على المشكلات لصحية فقد تطور علم الوبئة ا لمعاصرة خاصة خلال نصف القرن الثاني من القرن المنصرم و مع انتهاء الحرب العالمية الثانية صار من الواضح أنه في معظم البلدان المتقدمة اقتصاديا يزداد عبء الامراض التي تنتقل عن طريق العدوى في التي

يضم المجال الرئيسي لعلم الوبئة جميع جوانب الصحة عند دراستها على مستوى المجتمعات السكانية , فهو لا يغطي فحسب وصف كيفية حدوث الامراض و الحالات المتصلة بالصحة بوجه عام داخل المجتمعات و انما يشمل أيضا البحث عن العوامل التي أدت اليها هذا النشاط الاستقصائي يكون مدعوما بالفضول العلمي لكنه يكون موجها نحو هدف تطبيقي اهو الوقاية من المرض و علاجه تحسين صحة و هناك سمة تميز علم الأوبئة و هي أنه يبحث في مسألتين الصحة و المرض و العوامل الاخرى مثلا ادا اعد الازمات القلبية ما بين مستوى الجزئي و ليكن مثلا نسبة الكولستيرول في الدم الى مستوى المجتمع ككل , و ليكن مثلا فقدان الوظيفة فهذا المنظور يجعل علم الوبئة في علوم الطب الحيوي و العلوم الاجتماعية في ان واحد و تشمل الدراسات الوبائية كلا التطبيقات الروتينية للأساليب العلمية المصدر كالسرطان الوبائية على سبيل المثال في مراقبة الامراض (ساراتني رودلفو و أخرون (2015), ص 14-20)

حيث أن هذه الأخيرة تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها تنتج عن اصابة بعدوى مسبب يمكن انتقاله من انسان لانسان او من انسان لحيوان او من البيئة للانسان و الحيوان بطريقة مباشرة أو غير مباشرة , و يحصل المرض المعدى عند تدخل بعض الأجسام الغريبة و الملوثة الى جسم الانسان و هذه الأجسام اما أنواع الفيروسات أو البكتيريا أو الفطريات و في الغالب لا تصل الى جسم الانسان بالعدوى من انسان آخر أو حيوان (بركات أمل و فاضل عزيزة) (2019), ص8)

فقد كانت محاولات اكتشاف العوامل المسببة للأمراض التي تصيب كل من الانسان و الحيوان و النبات هي الوقود المحرك لمعظم برامج اكتشاف الفيروسات و من أشهر الامثلة الحديثة على ذلك مرض سارس sars (متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد) فحيث ظهر الفيروس المسبب لمرض سارس لأول مرة في نوفمبر (2002) في فوشان بمنطقة جوانغدونغ بالصين تسبب في تفشي حالات الالتهاب رئوي نمطي في بادئ الامر. انتشر الفيروس محليا بالتحديد بين افراد أسر

المضى و العاملين بالمستشفيات غير أن كل شيء تغير في شهر فيفري (2003) عندما حمل الطبيب اللذي عالج حالات سارس في مقاطعة جوانغدونغ الفيروس دون قصد الى مونج كونغ حيث توفي بالمرض بعد أيام قليلة في نفس المستشفى انتشر الفيروس بين العاملين به و هو ما أشعل رارة الوباء هونغكونغ ولكن المدهش أنه بحلول شهر جانفي (2003) انتهى الوباء وكانت حصيلته النهائية من الضحايا ما يقارب (8000) حالة مريض و (700) حالة وفاة في 29 بلد امتداد (5) قارات ينتشر الفيروس المسبب لسارس من خلال الجو و يسبب المرض لكل من يصيب العدوى فنجذ فترة حصانة تتراوح بين يومين و (14) يوم يصاب ضحايا بهمى و توعك و أوجاع عضلية و سعالو في بعض الأحيان يتفاقم المرض سريعا ليصبح التهابا رئوي فيروسا يتطلب دخول العناية المركزة و ضرورة اللجوء الى لتنفس الاصطناعي في 20 % من الحالات (دوروثي أنتش كروفوردو و اخرون (2014) , ص 49-50)

ومنه يسعى القول أن الدراسات الوبائية لا تزال قائمة حول الامراض المعدية و خاصة بعد ظهور مرض سارس SARS (متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد) سنة (2002) الذي كان سببه أحد فيروسات عائلة كورونا المستجد العالم معطي مرض كوفيد 19 و الذي بدأ في شهر ديسمبر (2019)

تعريف فيروس كورونا :

ان فيروس كورونا هي عائلة من الفيروسات التي يمكنها أن تسبب أمراضا مثل الزكام و الالتهاب التنفسي الحاد الوخيم (سارس) و متلازمة الشرق الاوسط التنفسية ميرس في عام 2019. أكتشف نوع جديد من فيروسات كورونا تسبب في تفشي مرض كان منشأه في العين

اطلق هذا الاسم سابق اسم CORONA VIRUS 2019 أو N-COV 2019-فهو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتهي اليها الفيروس الذي تسبب بمرض متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد (SARS) Syndrome respiratoire aigu sévères

صرحت اللجنة الدولية لتصنيف الفيروسات (ICTV) International commiteontoxonomy of virus

ان اسم الفيروس الجديد سيكون فيروس كورونا (متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد SMRSCON) و قد تم اختيار هذا الاسم لان الفيروس مرتبط جينيا بالفيروس التاجي المسؤول عن ظهور سارس عام 2002 (منظمة الصحة العالمية (2020)

أعراض فيروس كورونا :

قد تظهر مؤشرات مرض فيروس كورونا و اعراضه بعد يومين الى 14 يوم من التعرض له و تسمى هذه الفترة التي تلي التعرض للفيروس و تسبق ظهور الاعراض بفترة الحضانة يظل بإمكانك نشر عدوى فيروس كورونا قبل أن تظهر عليك الأعراض و قد تشمل مؤشرات المرض الاعراض التالية :



- الحمى
- السعال
- الشعور بالتعب
- قد تتضمن الأعراض المبكرة لفيروس كورونا فقدان الحاسة الدوق و الشم و من الأعراض الأخرى ما يلي :

- ضيق التنفس او صعوبة التنفس
- الام في العضلات
- القشعريرة
- التهاب الحلق
- سيلان الانف
- الصداع
- ألم الصدر
- احمرار العينين
- الغثيان
- القيء
- الاسهال
- الطفح الجلدي او تغير لون اصابع اليد
- و عادة ما تكون هذه الاعراض خفيفة جدا , وتعاني معظم الناس نحو 80 % من المرض دون حاجة الى علاج خاص ولكن تشتد الأعراض لدى شخص واحد تقريبا من كل 5 أشخاص مصابين بمرض كورونا فيروس فعاني من صعوبة التنفس و تزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين المسنين الذين يعانون من مشاكل صحية مثل ارتفاع ضغط الدم و السكري .
- أسباب انتشار العدوى لمرض كورونا :

نظرا لسيورة الابحاث في ما يخص مرض كورونا ونقص المعلومات حول ميكنيزمات هذا المرض سنلخص اسباب انتشار العدوى , يمكن أن يلتقط الأشخاص العدوى من اشخاص اخر عن طريق الفطرات الصغيرة التي يفرزها المصاب بكورونا من أنفه أو فمه عندما يعطس أو يسعل أو يتكلم فهي لا تنتقل الى مكان بعيد انما تسقط سريعا على الأرض ويمكن أن يلتقط الأشخاص مرض كورونا اذا تنفسوا هذه القطرات من الشخص المصاب بعدوى الفيروس لذلك من المهم الحفاظ على المسافة متر على الأقل من الآخرين فقد تلتصق هذه القطرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص مثل الطاولات و المقابض الابواب لفترة معينة حيث أن فيروس كورونا لا يعيش فوق الاسطح الغيرحيوية لمدة طويلة و يبقى لفترات متفاوتة حسب السطح الذي يلمسه . ويمكن حينما يصاب الناس بالعدوى عند ملامستهم للأسطح أو الأشياء ثم لمسهم أعينهم أو أنفهم أو فمهم. مركز مكافحة العدوى و التحكم في الأمراض 2020

كيفية وقاية و مواجهة فيروس كورونا :

مواجهة فيروس كورونا هي سلسلة من الخطوات للاستجابة بفعالية لازمة و ذلك باستخدام مبادئ العلاج بالتقبل و الالتزام (ACT) acceptance and commitment therapy وفق الخطوات التالية :

يمكن التحكم فيه : يمكن لجائحة كورونا ان تؤثر علينا بطريقة مختلفة جسديا , عاطفيا , اقتصاديا , اجتماعيا, نفسيا. نواجهه جميعا أو سنواجه قريبا التحديات الحقيقية للأمراض الخطيرة المعممة و عجز أنظمة الرعاية الصحية على مراجعتها و الاضطرابات الاجتماعية و المشكلات الاقتصادية و توقف العديد من جوانب الحياة و القائمة قد تطول و عندها نجد أنفسنا في مواجهة مختلف الازمات فنشعر بالخوف و القلق انها استجابات عادية و طبيعية عند التعرض للمواقف الصعبة المرتبطة بالخطر المحدق الغامض و الغير متوقع و بينما الطبيعي أن ضع هذه المخاوف على أنها ليست مفيدة ولن تساعدنا في الواقع فكلما ركزنا على الاشياء الخارجة عن تحكمننا زاد احتمال أن نشعر باليأس و القلق لذا فإن أكثر شيء مفيد يجب علينا القيام به بغض النظر عن طبيعة أزمة كورونا ايا كان هو يركز على نطاق سيطرتنا و تحكمننا لا يمكن التحكم في ما سيحدث في المستقبل و لا يمكن السيطرة على فيروس كورونا او الاقتصاد العالمي كما أنه لا يمكننا التحكم في مشاعرنا بطريقة سحرية و القضاء على كل هذا الخوف و القلق الطبيعي و لكن يمكننا التحكم فيما نفعله في هذه اللحظة هنا و الآن و هذا المهم في الواقع نستطيع التحكم أكثر في افكارنا و مشاعرنا لذا فان هدفنا الأول هو التحكم في

السلوك هنا و الان لأجل التعامل بفعالية مع هذه الازمة

Mathiieunawrak (2020) corona viirus et enfnts , une étude séme le trouble sur leur contagiosite , evue science et avenir p52

رحب بأفكارك و مشاعرك : Acknowledge your thoughts and feelings رحب في صمت و بلطف بكل ما يظهر لك أفكارك , مشاعرك , عواطفك , ذكرياتك و أحاسيسك و دوافعك اتخد وضعية عالم فضولي و لا ما يحدث في عالمك الداخلي استمر بالترحيب بأفكارك , مشاعرك

• اتصل بجسديك come back into your and body ركز على جسديك . حدد طريقتك الخاصة للقيام بذلك

يمكن تجربة بعض الحلول التالية أو كلها أو ابتكر تقنية جديدة

- ادفع قدميك ببطء الى الارض

- اجعل ظهرك و عمودك الفقري في وضعية منتصبه لفعل ذلك ببطء

- اذا كنت جالس اتخد وضعية مستقيمة الى الامام على مقعدك

- اضغط ببطء على الأطراف اصابعك معا

- مد ذراعيك أو رقيتك ببطء مع رفع كتفيك



التزم بما تفعله Engage in what you're doing كن على وعي بالمكان الذي تتواجد فيه وركز على النشاط الذي تقوم به . جد طريقك الخاصة بالقيام بذلك و البحث عن الحلول الخاصة بك

- انظر حول الغرفة المحيطة بك ولاحظ 5 أشياء موجودة في زاوية النظر
- لاحظ 3 أو 4 أشياء بإمكانك سماعها
- لاحظ ما يمكنك شممه أو تذوقه أو تشعر به
- لاحظ ما تفعله
- تنهي تمرين من خلال منح كل اهتمامك و انتباهك للمهمة او النشاط الحيوي الجاري و ادا لم يكن لديك أي نشاط للقيام به أرجع حينها للخطوات الثلاثة التالية ولكي تنجز هذه التمارين بإتقان قم بمراجعة دورة ACE ببطء وهدوء ثلاث أو اربع مرات كي تحولها الى انشطة تستغرق من دقيقتين الى ثلاث دقائق الشيء الذي يسهل عليك الانتقال الى الخطوات اللاحقة
- **الفعل الملتزم committed action** يعني القدرة على القيام بخطوة فعالة موجبة بالقيم الأساسية تلزمك باتخاذ تدابير كون ان هذا الامر مهم جدا بالنسبة لك يمكنك التصرف حتى و ان ظهرت لديك أفكار و مشاعر صعبة قد ترغب في التفكير في ممارسة الرياضة أو طهي الطعام الصحي أو القيام بأنشطة ذات مغزى بنفسك او مع الآخرين و ادا كنت على دراية بلعلاج القائم على التقبل و الالتزام او اي مقارنة علاجية اخرى قائمة على اليقظة الذهنية فكيف يمكنك ممارسة بعض المهارات الوعي الكامل بفعالية حاول و بشكل متكرر ان تسأل نفسك : ما الذي باستقطاعي القيام به الان مهما كان ذلك الفعل صغيرا و بسيطاً و يعمل على تحسين حياتي او حياة الآخرين من حولي او مهما كانت اجابتك تصرف و التزم و انخرط فيه بالكامل (روس هاريس و اخرون) (2020 , ص 2-8)
- **القيم Valeurs** ان الفعل الملتزم يجب أن تقوده القيم الاساسية فما الذي تريد الدفاع عنه تجاه هذه الازمة ! قد تتضمن قيمك الحي و الاحترام روح الفكاهة , الصبر , الشجاعة , الصدق و الطيبة حاول أن تجد طريقة للعناية بهذه القيم كل يوم من أيام حياتك على هذا الكوكب , أترك قيمك توجهك و تحفزك على القيام بأفعال ملتزمة و فكر في ما يلي :
 - ما هي الكلمات الجميلة و الفعال الطيبة التي يمكن أن تقولها لأجل نفسك !
 - ما هي الطرق و الاساليب اللطيفة التي يكمنك أن تعامل الآخرين و هم يعانون في هذا الظرف العصيب !
 - ما الذي بإمكانك قوله و فعله بحيث لما تنظر الى الوراء في السنوات القادمة يجعلك فخورا بما قلته و فعلته
- **حدد مواردك ZIDENTIFY** للحصول على مساعدة و الدعم الذي تحتاج اليه حدد الموارد المتاحة من حولك و هذا يشمل الاصدقاء و الجيران مهني الصحة و تاكد أنه تعرف أرقام خطوط المساعدة في حالة الطوارئ بما فيها مساعدة النفسية اد لزم الامر

- **التعقيم و التباعد الاجتماعي DIFININFECT AND DISTANCE** تحرص على غسل يدك بانتظام و اتباع التباعد الاجتماعي على قدر المستطاع من اجل الصالح العام و تذكر أننا نتحدث هنا عن التباعد الاجتماعي و ليس العزلة العاطفية و تذكروا المقولة (ويتسون تشرشل ادا كنت تمضي عبر الجحيم فتابع اليسر) بقلم روس هاريس Russ Harris أخصائي نفسي من خلال ما تم عرضه من خطوات وقائية اليه تركز على العلاج بالتقبل و الالتزام التي تحدث عنها الاخصائي النفسي روس هاريس , التي تعتبر خطوات جد هامة و ذلك لأن هذه الازمة التي تمر بها تجعل الفرد يحتاج الى الدعم النفسي ليستطيع مواجهة التخوفات التي تعرضه جراء هذا المرض و خاصة تقديم الدعم الى مرضى الأمراض المزمنة الذي يعانون من خلال هذه الجائحة (روس هاريس و اخرون (2020) ص 2-8)



خلاصته : ان العالم اليوم يواجه تحديات صعبة في مواجهته لمرض كورونا فيروس حيث أن هذا الاخير شهد انتشار كبيرا و ذلك راجع الى العولمة و الانفجار السكاني الذي شهد العالم , كما قد نتج عن هذا المرض اثار اقتصادية كبيرة .

الجانب النظري



1_ الدراسة الاستطلاعية :

_ تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة مهمة في اي بحث علمي , لكونه بوابة الدراسة الاساسية ومفتاح نحتاجه الاحتكاك بالميدان للتأكد من توفر امكانية الحصول على العينة الخاصة بالظاهرة المدروسة , فتقول بوشا " ان الدراسة الاستطلاعية عبارة عن ملاحظة اولية تقام في مجتمع الدراسة عن طريق مقابلات نصف موجهة عموماً تسمح لنا باعادة ضياغة الفرضيات وبناء اداة البحث(حاتم .م. ا (2005). ص.38)

يمعنى هي المرحلة التي تسبق الدراسة الفعلية بهدف مختلفة "فهي تهدف الى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها , والتعرف على اهم الفروض التي يضمن وضعها , واخضاعها للبحث العلمي ضياغة دقيقة تيسر التعمق في بحثنا في مراحل لاحقة(بهتان.ع(2014). استراتيجيات المواءمة في اضطراب اجهاد الحق المصدوم لمجموعة من ضحايا العنف الاجرامي . الجزائر . رسالته ماجستير في علم النفس العيادي . كلية العلوم الاجتماعية والانسانية , قسم علم النفس وعلوم التربية , جامعة الجزائر(ص110 .)

_ومنه كانت الدراسة الاستطلاعية في دراستنا تهدف الى :

_التعرف على انواع النوبة الربوية .

_التعرف على الجانب النفسي والمعاش النفسي لمرضى الربو في ظل جائحة كورونا .

_كعرفة ما اذا كان لجائحة كورونا دور في السلامة النفسية لمرضى الربو .

_ التاكيد من الظروف المحيطة بالؤسسة تسمح بتطبيق ادوات جمع البيانات .

_ التعرف على خصائص الفئة المدروسة جمع اكبر قدر ممكن من المعلومات حول حالات الدراسة .

_فالدراسة الاستطلاعية تساعد في الكشف عن التغييرات التي يمكن ان تكون لها علاقة باحد متغيرات البحث .

_ كما تسهل صحة توافق المنهج المختار للدراسة كذلك بالنسبة لادوات جمع البيانات , ولهذا تعتبر الدراسة

الاستطلاعية خطوة هامة واساسية في البحث فمن خلالها يتم ضبط الموضوع بكل جوانبه

1_1 اجراءات الدراسة الاستطلاعية :

_ بدانا بدراستنا الاستطلاعية حول موضوع الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا بتاريخ 13 مارس

2022 حيث توجهنا الى المركز الاستشفائي الجامعي بمستغانم , مصلحة الامراض الصدرية , في البداية طلبوا منا

التصريح من اجل اجراء التريص يتلك المصلحة , عند حصولنا على التصريح توجهنا الى المستشفى , حيث سمح لنا

الطبيب بالاطلاع على الحالات لكن لسوء الحظ لم نجد ضالتنا هناك حيث جميع المرضى يعانون من امراض صدرية

وليس مرضى الربو . لم نحصل على افراد عينة بحثنا مما استوجب علينا تغيير مكان البحث , توجهنا الى عدة مصحات

الا اننا لم نحالفنا الحظ كذلك نظرا الان حالات الربو لا تفي داخل المستشفى الى في الحالات الخطيرة ونظرا لجائحة

كورونا والخوف عليهم من انتقال العدوى لهم , فقررنا تغيير مكان الدراسة الى المحيط الاجتماعي بعد البحث الطويل استطعنا ايجاد عينة بحثنا المتمثلة في ثلاث حالات مصابين بالريو متفاوت وقد كان الاختيار قصدي محكوما بطبيعة المنهج المعتمد وهو المنهج الاكينيكي و موافق للشروط التي وضعناها على افراد العينة , وقمنا بتطبيق المقابلة النصف الموجهة .

2_1 عينة الدراسة الاستطلاعية :

تتكون عينة الدراسة الاستطلاعية من 04 حالات "رجال , نساء " تم اختيارهم بطريقة قصدية وفق السن والحالة الصحية حيث تتراوح اعمارهم بين " 20/50", وذلك تماشيا مع متطلبات البحث .

_الادوات والتقنيات المستخدمة في البحث:

كل دراسة علمية تتطلب ادوات ووسائل تستخدم في الجانب التطبيقي بغرض جمع اكبر قدر من المعلومات المتعلقة به , وعلاجها للوصول الى الهدف المرجو منه ويكون هذا حسب اشكالية وفرضية البحث وحسب طبيعة منهج الدراسة ايضا لتأكد من صحة البيانات لعمدنا على وسيلتين من وسائل البحث العلمي وهما المقابلة الاكينيكية نصف الموجهة ومقياس الصحة النفسية .

_الملاحظة العيادية المباشرة : استعملنا الملاحظة للتعرف اكثر على ردود المرضى عند رؤيتنا والحديث معهم وكذلك كيفية التعامل معهم .

_المقابلة الاكينيكية :

تعتبر من الادوات الرئيسية لجمع المعلومات والبيانات في دراسة الافراد والجماعات الانسانية والمقابلة ليست بسيطة بل هي مسألة تقنية

_ يعرفها العالم " الين روس " المقابلة هي عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين شخصين الاول اخصائي التوجيه والارشاد والتشخيص والشخص الثاني هم الاشخاص الذين يتوقعون مساعدة فنية محورها الامانة وبناء العلاقة الناجحة مروان ابو حويج (2009) .ص04

_ ويعرفها زوجي ميكيلي بانها مجموعة من الطرق ذات انشغال مشترك حيث يطرح السؤال من قبل المستوجب والطبق سؤال واسع مستمد من قائمة معقدة مسبقا , لاسئلة مفتوحة , او من خلال خطاب العميل نفسه للوقوف على معنى (Mucchielli 1977 .la medecinepschsomatipue/ paris p 10) مفهوم او وضعية بالنسبة اليه



وفي بحثنا هذا اخترنا المقابلة النصف موجهة وهي لا تهدف الا تشخيص حالة او علاجها بل هدفها الاساسي جمع بيانات تخص البحث العلمي لظاهرة الصحة النفسية عند مرضي الربو في ظل جائحة كورونا .

_منهج الدراسة :

ان طبيعة الدراسة تقتضي على قدرة الباحث في تحويل تاريخ العلمي والشخصي لبناء بحث علمي بواسطة منهج صحيح ومناسب لنوعية المسار وكيفية القيام بالبحث , وعليه لا يتم البحث دون منهج صحيح , بهدف الوصول الى نتائج واقعية ذات مصداقية , ولهذا قمنا في دراستنا باختيار المنهج العيادي الذي يناسب طبيعة الاشكالية والفرضية المطروحة .

_تعريف المنهج العيادي : ان المنهج العيادي هو الطريق الذي يحدد لنا السبيل للوصول الى الحقيقة (العيسوي (1997) , ص 102)

يسمى العياد المنهج العيادي بعلم النفس السريري "الذي يتخض من الفراش موضع للدراسة " والبعض يخلط بينه وبين علم النفس المرضي , ولكن ان العيادي يشمل الاسوياء ايضا , اي يشمل الحالات التي تتراد العيادات .

فالمنهج العيادي يعرف على انه الدراسة العميقة لحالة فردية في المجتمع الذي ينتمي اليه (عبد الرزاق النجار (2008) , ص 15 .)

_مجالات الدراسة :

لا يمكن القيام ببحث علمي الا من خلال مجال مكاني وزماني , فتعد هذا المجالات من العناصر المهمة في الدراسات والبحوث العلمية بصفة عامة , وعلم النفس بصفة خاصة لانها تهتم بالظواهر الانسانية دائمة التغيير وتقودنا الى اختلاف في نتائج الدراسات والبحوث العلمية , وفي ما يلي سنحدد مل من المجال الزماني والمكاني للدراسة الحالية .

_المجال المكاني :

تمت الدراسة الاستطلاعية بالمستشفى الجامعي بولاية مستغانم , الا اننا لم نجد ضالتنا هنا فكان اختيار الحالات من المحيط الاجتماعي وتم اجراء المقابلات جميعا في بيوت الحالات .

_المجال الزمني :

_تمت الدراسة الراهنة خلال السنة الدراسية 2021_2022:

امتدت المدة من شهر مارس الى غاية شهر جوان الا اننا واجهنا صعوبة في اكمال الدراسة لذا اضطررنا الى تاخيرها حتى شهر سبتمبر .

_مجتمع الدراسة :

يعتبر المجتمع الاصلي للدراسة على انه مجموعة من الافراد تتشارك في صفات وخصائص محددة , وانه الكل الذي نرغب في دراسته , ولن يتم جمع البيانات من جزء جزء فقط من مفرداته الذي سيبى العينة (بوحوش (2001), ص64.

_عينة الدراسة :

من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية التي توصلنا اليها فان عينة الدراسة تكونت من ثلاث حالات لعمارهم بين 50/20 سنة حيث تم اختيارهم بطرسقة قصدية وفقا للمعايير التالية :

_ان يكون العميل راشدا , كما تتراوح اعمارهم بين 50/20 سنة والتي تسمى مرحلة الرشد .

_ان يكون مصابا بداء الربو (تشخيص طبي) .

_ان لا يكون العميل يعاني من اي مشاكل اجتماعية .

_ان تكون مدة الاصابة تجاوزت على الاقل عامين تفاديا للصدمة النفسية .



الجدول رقم (04): بين خصائص عينة الدراسة .

| الرقم | الحالة | السن | الجنس | المستوى الدراسي | الحالة المدنية | سنة الإصابة بالمرض | درجة الربو |
|-------|--------|------|-------|---------------------|----------------|--------------------|------------|
| 01 | ن. ب | 21 | انثى | السنة الرابعة متوسط | متزوجة | 2003 | حادة |
| 02 | م.ع | 29 | ذكر | السنة الثالثة ثانوي | اعزب | 2014 | متوسطة |
| 03 | ز.ع | 45 | انثى | امية | متزوجة | 2019 | حادة |

_ادوات الدراسة :

كل دراسة علمية تتطلب ادوات ووسائل تستخدم في الجانب التطبيقي للبحث , بغرض جمع اكبر قدر من المعلومات المتعلقة به , وبذلك للوصول الى الهدف المرجو اليه بشرط ان يكون حسب الاشكالية وفرضية البحث , وحسب طبيعة منهج الدراسة ايضا , ولتأكد من صحة تلك البيانات اعتمدنا على الوسائل التالية :

_اداه الدراسة :

لدراسة اي ظاهرة لا بد من اداة قياس مناسبة لتحقيق الاهداف المراد الوصول اليها وفي الدراسة الحالية تم استخدام اسبيان الصحة النفسية صممتها الباحثة (مهديد عائشة) بناء على مقياس " دافيد كولد للصحة النفسية "

جدول رقم (06) يوضح الابعاد السبعة التي تشير الصحة النفسية , حيث وكل بعد يقيس مجموعة من اعراض السلوكية ونفسية كالاتي :

| ارقام العبارات | الابعاد الفرعية |
|--------------------------------|--|
| 28_25_20_17_9_6_1 | اعراض الجهاز العصبي والمركزي والصحة النفسية |
| 21_19_16_15 | اعراض سيكوسوماتية "عضلية" |
| 32_29_16_26_12_9 | اعراض النوم واليقظة |
| 22_17 | اعراض السلوك الملاحظ والسلوك الشخصي |
| 14_13_11_10_23_5 | اعراض السلوك الاجتماعي |
| 4_3 | اعراض المشاعر الذاتية" التوتر والمزاج" |
| 39_38_30_24_37_36_33_31_27_8_2 | اعراض المشاعر الذاتية الخاصة بالقلق والاكتئاب بصورة رئيسية |

طريقة تصحيح المقياس :

بدائل الاجابة كالتالي : ابدأ , نادراً . احياناً , كثيراً , دائماً .
 بالنسبة للعبارات التي اخذت الاتجته الموجب هي العبارة من 01 الى 14 , اعطيت لها الدرجات من 01 الى 05 بدءاً من ابدأ الى دائماً (تصاعدياً)
 اما العبارات ذات الاتجاه السالب هي عبارة من 15 الى 39 , اعطيت لها درجات من 01 الى 05 بدءاً من دائماً الى كثيراً , احياناً , نادراً , ابدأ (تنازلياً) .
 مستويات الصحة النفسية : ان الصحة النفسية تنوع على درجات ومستويات مختلفة , فيما يلي خمس مستويات تميز الصحة النفسية , وهي كالتالي :
 _المسنوي الراقي (العادي): هم اصحاب الانا القوية والسلوم السوي والتكيف الجيد , وهم الذين يعرفون (تقريباً . %ذواتهم ويحققونها , تبلغ نسبتهم 2,5)



(تقريباً 13,5% المستوى فوق المتوسط :وهم تقل من المستوى السابق , سلوكهم طبيعي جدا , ونسبتهم (13,5) المستوى العادي (الطبيعي والمتوسط) : وهم في وسط الصحة النفسية المرتفعة والمنخفضة , ولديهم جوانب (% قدرة وضعف , ويظهر احدهما مكان الاخر احيانا , تبلغ نسبتهم (6,8) المستوى اقل من المتوسط : هذا المستوى اقل من السابقين من حيث مستوى صحتهم النفسية , واكفر ميلا للاضطراب وسوء التكيف , فاشلون في تحقيق ذواتهم , ويقع في هذ المستوى اشكال الانحرافات النفسية (% والسلوكية غير الحادة ,نسبتهم (13,5) °)

_المستوى المنخفض :درجة الصحة النفسية قليلة جدا وعندهم اعلى درجة من الاضطرابات والشذوذ النفسي , (%يمثلون خطرا على انفسهم ويتطلبون العزل في المؤسسات الخاصة , تبلغ نسبتهم (2,5)

_دراسة حالة

تعرف دراسة الحالة على انها تقرير شامل يضم كل المعلومات التي نجمعها عن الفرد من نتائج المقابلات والملاحظة والاختبارات (ان وجدت) , فهي تساعد في رسم صورة واضحة عن حالة الفرد الشخصية , العائلية والاجتماعية و الاقتصادية ومل الجوانب التي تمس المشكلة التي يعاني منها , اي انها تعد حقيقة لجمع المعلومات المفصلة والشاملة عن الفرد المراد دراسة حالته في الحاضر والماضي(ابو اسعد النوري (2016), ص22)

استخدمنا في دراستنا هذه دراسة حالة , للقيام بالتحليل المعمق للحالة حيث انها الاداة التي تسمح بدراسة الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا دراسة معمقة , وذلك باستعمال المعلومات المتوفرة بناء على نتائج المقابلات والملاحظات والاختبار .

_المقابلة العيادية :

تعد المقابلة العيادية من الطرق الموضوعية التي يجب اتباعها لدراسة حالة الفرد , الذي يقوم بها الاخصائي النفساني او الطبيب النفسي , مع العلم انه لا يوجد قاعدة عامة تتبع في جميع حالات المقابلة انما يتوقف الامر على طبيعة الحالة (عويضة .ك.م.م.(1996), ص33)

فتعرف المقابلة العيادية بانها نوع من المحادثة يتم بين الاخر (المريض) والنفساني في موقف مواجهة , بقصد التعرف على مشكلات المريض وكشف الصراعات ولاياتها اذن شكل الحوار وعنصر المواجهة بحيث بفسح المجال امام المريض لامكانية التعبير الحر عن ذاته , وبالتالي فهم ما يعانيه من المشاكل (عباس.ف (2013). ص

(48

كما تعرف ايضا بانها مصطلح سريري يهدف للوصول للمعلومات الشخصية للأفراد وسيرتهم الذاتية وتمثيلاتهم , حيث ان لكل مقابلة عيادية هدفها الخاص سواء التشخيصية , العلاجية , الارشادية .

(Charaouikh(2013) | entrten clinique/ dunod / paris p 10)

في بحثنا هذا اعتمدنا غاى المقابلة النصف الموجهة التي تعتبر نوع من انواع المقابلة العيادية لانها تناسب موضوعنا .

_المقابلة النصف موجهة :

هي عملية اصغاء بالدرجة الاولى لما يدور بين الفاحص والمفحوص وتتم وجها لوجه ليتبادل الاثنان اطراف الحديث لكن القسم الاكبر من طرف العميل باهداف تتم وضعها مسبقا , كما تكون تكون فيها مزيج من اسئلة تتطلب نعم او لا واسئلة محدودة الاجابة ومتنوعة , فتكون صعبة التصنيف والتحليل(معالم .ص.(2008),ص141

خصوصيات المقابلة في الأمراض التفسو جسدية :

ان المرض يشكل حاجزا بالنسبة للمكانة الواسعة التي سياخذها اثناء الحوار مع العميل , فيصبح الكرض شاشة تخفي الدوافع والرغبات الاشعورية عن طريق المعلومات الواسعة , من ادوية قديمة وجديدة , فينتهي بتقييم كل الاخصائين في الميدان حسب احساسه الذاتي فالمرض يعوض العلاقة الموضوعية لانه يرجع الاستثمار اللببيدي على الجسد وبهذا تتغذى نرجسية العميل , فالمقابلة الاولى تنحصر في تحديد وفهم وتفسير حالته الطبية وبعد هذا تنتج كل ما له علاقة بالمرض الطب , ولمحاولة الوصول الى الاشكالية المرضية وسيرورتها التحتية للاشعورية حيث لا بد ان نجسد العرض بالتفاهم مع العميل فيما يخص اسبابه , تطوره وعلاجه , وهكذا يمكن فتح باب الذاتيات والاحاسيس المرغوب فيه والمكبوت من رغبات واحلام(بوحوش .ع. (2001),ص75_76)

نستنتج من خلال ما سبق ذكره ان المقابلة النصف موجهة التي اخترناها في بحثنا هذا لا تهدف الى التشخيص او العلاج , بل هدفها الاساسي هو جمع بيانات مفصلة وشاملة تخص بحثنا العلمي لمعرفة نوعية الصحة النفسية عند عينو مرضى الربو .

_اهداف المقابلات العيادية :

ولاجراء المقابلة النصف الموجهة قمنا بصياغة مجموعة من الاسئلة ووضعها فس صورة دليل المقابلة , فوضعنا

مجاور لجمع اكبر قدر من المعلومات حول الصحة النفسية عند كرضى الربو في ظل جائحة كورونا هذه المجاور

هي :



1_ البيانات الشخصية :

هذه المقابلة تعتبر تميدية نقوم فيها بشرح الاهداف البحثية ةاخذ القبول من العميل , مع خلق علاقة وطيدة لخلق موع من الارتياح لمواصلة المقابلات الاخرى فهي كدخل للمقابلة التي تجمعننا بالمفحوص للحصول على بعض المعلومات العامة عنه , والمتمثلة في الاسم , العمر , الجنس , المستوي الدراسي , الحالة المدنية , المستوى الاقتصادي , عدد افراد الاسرة , عدد الاخوة , رتبة الحالة , مكان الإقامة , مدة الاصابة

2_ الحياة الاسرية :

يحتوي على اسئلة خاصة بحياه المفجوص ضمن اسرته الهدف منه , هو الكشفعن نوعية العلاقة العائلية ومدى تاثير اصابته بالمرض.

3_ الحالة الصحية للمريض :

يحتوي على اسئلة خاصة بمرضه , وكيفية معايشته وبالتالي الهدف منه ما مدى تاثير المرض على حالته النفسية .

4_ الحياة الاجتماعية :

يحتوي على اسئلة خاصة بالحياة الاجتماعية للمفحوص والعلاقة التي تربطه بالمجتمع الهدف منه معرفة مدى تاثير

الجانب الاجتماعي على الجانب النفسي للحالة

_ الملاحظة العيادية :

تعتبر الملاحظة العيادية من الوسائل الهامة لجمع المعلومات يقوم الباحث باستخدامها بهدف الوصول الى المعلومات تفيدته في الدراسة , ويمكن تعريفها بأنها عبارة عن مراقبة دقيقة , وذلك بتوجيه الحواس والانتباه لظاهرة المراد دراستها بهدف التمييز والفهم العميق لهذه الظاهرة وبغية الكشف عن صفاتها وخصائصها(العيساوى, (2001) , ص96).

_ تعتبر الملاحظة من ادوات البحث العلمي المكملة للمقابلة العيادية , حيث يستطيع الاخصائي النفسي من خلالها ملاحظة طريقة كلام المفحوص , نبرة الصوت بالاضافة الى اللغة الغير المنطوقة المتمثلة في اماءات الوجه , الحركات , طريقة اللباس والجلوس الخ

_ خلاصة :

ان هذا الفصل يعتبر بمثابة النظرة العامة والشاملة الخاصة بدراستنا , حيث تناولنا فيه اهم الاجراءات المنهجية فبدانا بعرض الدراسة الاستطلاعية واجراءاتها التي من خلالها تحديد عينة الدراسة وفقا للشروط المعطاة لطبيعة موضوعنا , كما اشرنا الى المنهج المستخدم مع تحديد الادوات اللازمة لجمع البيانات بغرض الوصول الى اهداف ونتائج الدراسة وهذا ما سنتطرق اليه في الفصل الموالي .



_تمهيد .

1_ عرض وتحليل النتائج .

1_1 عرض تحليل النتائج المتعلقة بالحالة الاولى

2_1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالنتائج الحالة الثانية .

3_1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الثالثة .

2_ مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات .

1_1 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة .

2_1 مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات الجزئية .

3_1 مناقشة الفرضية الجزئية الاولى .

4_1 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية .

3_ الاستنتاج العام .

خلاصة .

_تمهيد :

بعد تطرقنا في الفصل السابق للخطوات المنهجية التي اتبعناها للدراسة الحالية سنقوم من خلال هذا الفصل بعرض النتائج التي توصلت اليها الدراسة , وهذا انطلاقا من عرض نتائج الحالات التي نتحصل عليها من المقابلة والملاحظة ومقياس الصحة النفسية . وكذلك مناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة ومقارنتها مع ما توصلت اليه بهدف الاجابة عن التساؤلات بحوصلة عامة .



1_ عرض وتحليل النتائج :

2_1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الاولى :

1_1_1 تقديم الحالة الاولى ن.ب

الاسم : ن . ب

الجنس : اثنى

السن : 21

المستوى الدراسي : السنة الرابعة متوسط .

عدد افراد الاسرة : 10 افراد .

عدد الاخوة: 08 اخوة

الرتبة في العائلة : الاخيرة

الحالة الاجتماعية : متزوجة

عدد الاولاد : /

الحالة الاقتصادية :ممتوسطة

السوابق المرضية العائلية : لا يوجد

السوابق المرضية الشخصية: لا يوجد

نوع الاصابة : ريو متقدم (حاد)

تاريخ الاصابة : منذ الولادة .

كم تدوم مدة الربو : من اربعة ايام الى اسبوع .

الجدول رقم (5) : جدول سير المقابلات .

| الرقم | التاريخ | مدة المقابلة | مكان المقابلة | الهدف من المقابلة |
|-------|--------------|------------------------|---------------|---|
| 01 | 15 مارس 2022 | دامت المقابلة 45 دقيقة | بيت الحالة | التقرب من الحالة وجمع أكبر قدر من المعلومات |
| 02 | 18 مارس 2022 | دامت المقابلة 45 دقيقة | بيت الحالة | معرفة الجانب الاسري والعلائقي |
| 03 | 22 مارس 2022 | دامت المقابلة 30 دقيقة | بيت الحالة | معرفة الصحة النفسية في فترة كورونا |
| 04 | 24 مارس 2022 | دامت المقابلة 45 دقيقة | بيت الحالة | معرفة التاريخ الصحي والطبي للحالة |
| 05 | 26 مارس 2022 | دامت المقابلة 45 دقيقة | بيت الحالة | معرفة ما مدى مستوى الصحة النفسية للحالة |

_ سمائية الحالة :

البنية المرفولوجية :

_ قامة متوسطة .

_ لون البشرة : سمراء .

_ لون العينين : بنية .

_ بشوشة الملامح .

_ بنية متوسطة .

_ هندام نظيف ومرتب .



_مزاج الحالة :

_ذات مزاج هادئ ومتجاوبة بشكل لطيف

_ سلوك هادئ .

_النوم : نوم متقطع واحيانا نوم مضطرب خاصة في الليل واثناء حدوث النوبة .

_الاكل : شهية مفتوحة خاصة عند حدوث مشكل مع زوجها

_ النظافة : تهتم بالنظافة كثيرا خاصة خلال الجائحة كان لديها هوس بالنظافة .

_ الاتصال :

كان الاتصال مع الحالة بشكل جيد ومتجاوبة جدا ولم نتلقى اي صعوبات في التواصل ابدا اثناء المقابلات.

_ اللغة والكلام : سليمة وواضحة لكن احيانا عند حدوث النوبة تجد صعوبة في الكلام .

سوابق مرضية لم تكن الخالة تعاني من اي سوابق مرضية او امراض مزمنة .

_تقديم الحالة :

السيدة ن. ب تبلغ من العمر 21 سنة مأكثة بالبيت , تزوجت في سن 17 سنة ليس لديها اطفال بعد مستوى تعليمي السنة الرابعة متوسط , تربيها في العائلة الاخيرة بعد سبعة اخوة , حيث نشأت في اسرة عادية , امها مأكثة بالبت وابوها موظف عام , اما اخوتها لديهم مستوى تعليمي مختلف الا ان الذكور اكملو دراستهم في الجامعة والبنات جميعهم تزوجو انا المظهر الخارجي , تبدو انسانة مرتبة الهندام ذات ملامح تدل على القوة والتفائل وخب الحياة والبشاشة لا تفارق وجهها رغم المشاكل والظروف الصحية التي تمر بها , اما الزوج فالمشاكل الزوجية تكاد تكون المحرك الاساسي لحياتها الزوجية : حيث تعرف عليها الزوج في سن المراهقة وكان الزواج تقليدي اي ان الحالة لم تكن تعرف الزوج بل هم احد اقارب امها , غير ان المشاكل ظهرت بعد زواجها كان يضرها ويشتمها وبدات المشاكل بالتعقيد وهذاما زاد من حدة مرضها , فالزوج غير مبالي بصحة زوجته ولا ظروفها الصحية , حيث كانت الحالة تعاني من النوبة كل

ما شب شجار بينها , ورغم ضيق نفسها الا انها كانت تلبى رغباته , فالحالة تتطلع للافضل وتريد اكمال دراستها الا ان الزوج رفض هذه الفكرة .

_عرض المقابلات :

_المقابلة الاولى : تم اجراء المقابلة الاولى للحالة في بيتها بعد اخذ موعد منها تقنا تقديم انفسنا كطلبة علم

النفس العيادي , واننا بصدد تحضير مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر , اين طلبا اذن باجراء المقابلات معها فوافقت دون تردد بتزويدنا بالمعلومات اللازمة , حيث قمنا بتعريفنا بدور الاخصائي النفسي **_المقابلة الثانية :** لقد ركزنا في هذه المقابلة على الجانب الاسري ونوعية عاقتها داخل الاسرة , كانت تعيش الحالة في جو عائلي مضطرب قليلا متكون من 08 اخوة والاب والام , وظروف معيشية صعبة حيث كانت العائلة تعاني لان الاب كان عاطل عن العمل ولم تستطيع توفير متطلبات العيش للعائلة حيث اضطرت الحالة عن التوقف عن الدراسة في السنة الرابعة متوسط وارغامها بالزواج ,لم تكن الحالة موافقة عن الزواج لان الزواج كان تقليدي وكان الزوج اكبر منها سنا , ومنا لم يكن يعلم الزوج بالحالة الصحية لها , حتى بعد الزواج عندما بدأت المشاكل الزوجية بدأت النوبات بالظهور وهنا لم يقبل الزوج ذلك وعائلته ولان الحالة حامل وزوجها يطلب منها الطلاق , اما بالنسبة للحالة فهي قليلة الاختلاط مع الغرباء لكن مع عائلتها علاقتها جيدة , لدرجة ان ابنه خالتها هي التي تشتري لها الدواء , لكن تحب مخالطة النساء بالمصابات بالربو حسب تصريحها " **نحس روعي مرتاحة مع لي كيفي** " اصيبت بمرض الربو من نعومة اظافرها .

_المقابلة الثالثة : ركزنا في هذه المقابلة على الصحة النفسية والجانب النفسي للحالة اثناء جائحة كورونا

, حيث ان الحالة حامل مكانت تعاني من قلق وخوف كبير من الاصابة بالفيروس حيث حذرنا الطبيب بان تبعد عن الاماكن الزدحمة ووضع الوقاية لان مناعتها ضعيفة الا اصيبت بالفيروس ربما تموت , لذا كانت في عزلة دائمة مما شكل لديها عزلة اجتماعية اكثر من ذي قبل واحيانا اكتئاب يدوم عدة ايام حسب تصريحها " **ما نحب نلقى حتى واحد كي يتحتم الامر ندير لبافات احيانا زوج ولا ثلاثة** " احيانا تصيبها الهلع عند مشاهدة عدد الاصابات , ويتتابها فزع متواصل من اصابة احد افراد العائلة .

_المقابلة الرابعة : ركزنا في هذه المقابلة على التاريخ الصحي والطبي للحالة لم تكن الحالة تعاني من اي

امراض مزمنة اخرى , اما بتاريخ الاصابة بالربو فمنذ نعومة اظافرها .



_المقابلة الخامسة : ركزنا في هذه المقابلة على ما مستوى الصحة النفسية للحالة اثناء الجائحة وماهي الاجراءات الصحية التي كانت تقوم بها الحالة وذلك من خلال تطبيق مقياس الصحة النفسية .

_ تحليل المقابلات :

من خلال المقابلات التي اجريناها مع الحالة "ن. ب " اتضح لنا انها تتسم بنوع من الجدية والدقة , حيث بدت بحالة جيدة سواء تعلق الامر بالمظهر العام للحالة من خلال الهندام والاناقة الحالة النفسية الجيدة للحالة ,من خلال بشاشة وجههاوعلى اقبالها على الحديث معنا حيث اختارت ان تلتقي في مكان هادئ داخل البيت حيث استقبلتنا بصدر رحب , حيث طلبنا من الحالة التحدث بكل راحة وحرية ، تزوجت الحالة في سن 17 سنة واعتبرت زواجها كان اكبر خطأ في حياتها حيث ان الحالة تزوجت زواج تقليدي لم تكن تعرف ان المشاكل ستواجهها بعد الزواج , كانت ولادة الحالة عسيرة حيث ولدت بعد سبعة اخوة في الشهر السادس وعشرون يوم , في تلك الفترة لم تكن الام تهتم بها بل كانت الاخت الكبرى هي التي تقوم بالاعتناء بها حتى الشهر التاسع فالانفصال عن الام ختصة في تلك الفترة يشكل المشكلة الاساسية , حيث بدأت نوبات الربو تاخذ قيمة صرخة مكبوتة اتجاه الام , فالام رفضت التقرب من الطفلة خوفا عليها من الموت "خافتي نموت والاعمار بيدي الله " فظهرت نوبات الربو في الطفولة المبكرة لم تكن تدرك بخطورة مرضها رد فعلها اتجاه المرض عادية " مكنتش عارفة خطورة جاني عادي , حتى بدأت تجيني النوبة فالليل . "

كانت تتصور بانه مرض عادي في بادئه لكن مع الوقت ادركت خطورته , بدأت بتقبل مرضها لكن دام فترة طويلة , حيث اثرت النوبة على حالتها النفسية لقولها " نحس روحي ماشي كما الناس "

فالحالة لها حياة علائقية محدودة سواء في المجتمع او داخل العائلة , فهي لا تحب العلاقات الاجتماعية الا المقربين جدا , في حين علاقتها مع زوجها سيئة فالحالة لم تتلقى اي دعم او سند من زوجها . كان الزوج في بادئ الامر متقبل لمرضها لكنن بضغط من العائلة بدأت ينفر منها ويريد الطلاق منها عندما بدأت نوبات الربو بالتصاعد .

فنستج ان العلاقة الزوجية متوترة , فالحالة اصبحت حساسة بعد مرضها وكذلك حملها فاصبحت تبج عن الراحة النفسية والجسدية فقط وكذلك اثناء الجائحة اصبحت لا تهتم بالحياة الراهنة وتخشى من اصابتها بالفيروس , حيث بدأت نتعزل عن الناس وتخشى الخروج ركوب وسائل النقل وخالطة الناس , اما بالنسبة

للإجراءات الوقائية كانت تتبالغ في ذلك بوضع عدة كمادات واستخدام المعقم بصفة دائمة أصبر لديها هوس في النظافة .

عرض وتفسير نتائج المقياس :

من خلال تطبيق مقياس الصحة النفسية تحصلت الحالة (ن, ب) على درجة على (96.46) هذا راجع الى الخصائص الرفولوجية وابعاد نفسية متباينة , حيث ان المرأة تتعرض للضغوط لانها تقطن في بيئة مغلقة تعيش من خلال وحدتها هواجس المرض وتداعياته مما ياثّر سلباً على الصحة النفسية . ويظهر ذلك في ارتدادات بين الصحة النفسية المنخفضة للحالة, رغم ذلك نري ان الحالة متحلية بالصبر والاقناع بالمرض بسبب القيم التي تربت عليها .



خلاصة حول الحالة رقم (01):

الحالة (ن,ب) تتمتع بشخصية قوية وصبورة رغم الظروف المعيشية التي تعيش فيها ورغم زواجها في سن صغير وتحملها المسؤولية , ورغم مرضها الذي يشكل لها هاجس في حياتها , الا انها متمسكة بالحياة وطموحها كبير في اكمال دراستها والوصول الى متبغاها والقيام بكل الواجبات اتجاه زوجها وعائلته , والان هي تسعى جاهدة للخروج من دوامة الاكتئاب والعزلة الاجتماعية بالاختلاط مع الاشخاص الغربا خاصة الذين يعانون من نفس مرضها و من تبعيات فيروس كورونا ومخلفاته على الصحة النفسية .

2_2_1 عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الثانية :

_البيانات الاولية للحالة :

_الاسم :م ع .

السن : 29سنة .

الجنس : ذكر .

المستوي الدراسي : السنة الثالثة ثانوي .

الحالة المدنية : اعزب .

عدد افراد الاسرة: 08افراد .

عدد الاخوة : 04.

رتبة بين الاخوة : 02.

مدة الاصابة بالمرض : 09 سنوات .

نوع الربو : متقدم .

كم تدوم مدة الربو : يوم او يومين وتاتي النوبات في الاماكن المغلقة .



جدول رقم (06): جدول سير المقابلات .

| الرقم | التاريخ | مدة المقابلة | مكان المقابلة | الهدف من المقابلة |
|-------|---------------|------------------------|---------------|--|
| 01 | 04 افريل 2022 | دامت المقابلة مدة 45د | بيت الحالة | التقرب من الحالة وجمع اكبر قدر من المعلومات عنها |
| 02 | 08 افريل 2022 | دامت المقابلة مدة 45 د | خارج المنزل | نوعية العلاقة داخل الاسرة و |
| 03 | 11 افريل 2022 | دامت المقابلة مدة 45 د | مكان العمل | الصحة النفسية خلال جائحة كورونا |
| 04 | 14 افريل 2022 | دامت المقابلة مدة 45 د | مكان العمل | التاريخ الصحي والطبي للحالة |
| 05 | 17 افريل 2022 | دامت المقابلة مدة 45 د | مكان العمل | مستوى الصبغة النفسية خلال جائحة كورونا |

_ سمائية الحالة :

_ النية المرفولوجية :

قائمة طويلة .

لون البشرة : سمراء

شعر اسود.

بشوش الملامح .

بنية قوية .

ذو هندام نظيف و مرتب .

_مزاج الحالة :

ذات كزاج متقلب وعصبي ينفعل بسرعة عن الحديث او سؤال لا يستطيع الاجابة عنه .

_السلوك : سلوك هادئ احيانا عصبي .

_ الاكل : شهية متوسطة لا يحب الاكل كثيرا , يمارس الرياضة .

_النظافة : يهتم بالنظافة كثيرا خاصة خلال القيام بمهامه ال اثناء العمل .

_الاتصال : لم نجد اي صعوبة في الاتصال والاجابة عن الاسئلة .

_ اللغة واضحة ومفهومة .

_سوابق مرضية : حساسية من الغبار , القطط , الكلاب . الاكزيما .

_تقديم الحالة :

تعيش الحالة (م, ع) في جو اسري هادئ يسوده الانسجام والتفاهم والاحترام بين الوالدين والابناء حيث الاب متقاعد والام ربة بيت ودخلهم الاقتصادي متوسط نوعا ما , لا توجد اي مشاكل ولا صراعات داخل الاسرة والتي تنعكس سلبا عن الحالة , بل نجد الكل مساند لها , الحالة اعزب يعيش داخل المسكن العائلي مستواه الدراسي السنة الثالثة ثانوي لم تسمح له الفرصة باكمال دراسته , المظهر الخارجي يبدو انسان منظم ذات ملامح قوة تدل على التفاعل رغم الظروف الصحية التي يعيشها اما عن علاقتهافي العمل فهي اجتماعية بامتياز من خلال قولها " عندي صحابي بزاف يحترمونني ويقدروني " , نلاحظ ان الحالة لها علاقات اجتماعية كثيرة .

اما عن الجانب الصحي للحالة حسب قوله " انا لي مرضت روخي بروحي " لانه اثناء اداءه للخدمة الوطنية كانت الحالة تتعاطى مادة اشبه بالسيجارة مما اثرت على رئته واستدعى ذلك الى المكوث في المستشفى عدة ايام , مما اكد له الطبيب ان رئه متضررة كثيرا وهذا شكل له صعوبة في التنفس واضطره الى استعمال ادوية و احيانا الاكسيجين , بالاضافة الى كثرة التهيج التي يؤدي الى صعوبة في التنفس .



اما فيما يخص الجانب العلائقي داخل الاسرة , " حمد لله كل محتارمني " مكانت الام هي السند الاول في العائلة علاقة جيدة مع الام .

_ عرض المقابلات :

_ **المقابلة الاولى** : تم اجراء المقابلة الاولى مع الحالة (م,ع) في بيت الحالة جرت في ظروف هادئة حيث سارت بشكل جيد وسلس فكان متجاوي مع جميع الاسئلة التي طرحت عليه , هذا بعد ما قمنا بمقابلة تهييدية لكسب ثقة وشرح اهمية الاسهام في البحث العلمي وبفضل نجاح المقابلة التمهيدية فتحت علينا ابواب التجاوب في المقابلات التالية مما ساعدنا على الوصول لاهداف تخدم الدراسة .

_ **المقابلة الثانية** : ركزنا على محور الحياة الاسرية العلائقية للكشف عن طبيعة الوسط العائلي والاجتماعي , فالحالة لا تعاني من اي مشاكل عائلية تحظى بالحب والاحترام من طرف الاسرة فهو المسؤول عنها بعد مرض الاب واصابته بالزهايمر .

_ **المقابلة الثالثة** : بدانا بالحديث عن الجانب الصحي للحالة لانه محور مهم في المقابلة فيم تبين ان الحالة لا تعاني من اي امراض اخرى غير الربو اصيب به منذ 09 سنوات .بالضبط بعد ذهابه الى اداء الخدمة الوطنية فهو شخص مدخن , حيث كان يستعمل مادة اشبه بالسيجارة مما لدى الى اصابة الرئة التي تحولت الى حساسية موسمية ومع ظهور نوبات خاصة في الاماكن المغلقة تبين انه مصاب بالربو .

_ **المقابلة الرابعة** : تطرقنا الى الجانب النفسي والصحة النفسية للحالة خلال الجائحة, الحالة تعمل في سلك الحالة المدنية , اثناء ظهور اول حالة في الجزائر كان يادي عمله وهنا ارتابه الخوف والقلق من الاصابة , كان يقوم بالاجراءات الوقائية لبس الكمامة والنظارات والسترة الوقائية وغسل اليدين كثيرا بعد كل مهمة يقوم , وحيانا يخشى الذهاب الى العمل خوفا من الاصابة كان يطلع على حالات الاصابة خاصة عندما كان الفيروس في فترة الذوة , كان يخشى الخروج لانه كان يعلم ان الفيروس تنتقل عبر الهواء

_ شكلت جائحة كورونا على ضغط كبير على الحالة ادى ذلك الى الاكتئاب كذلك الوحدة والخوف على النفس والاحبة من العدوى والمعاناة والموت والحزن بعد رؤية حالات الموت كل يوم , حيث كنت اتقادي وسائل النقل العامة وكنت اعاني من الرهاب عند مغادرة المنزل , كنت استعمل البروتوكول الصحي بصفة كبيرة مستمرة .

المقابلة الخامسة : كان الهدف منها معرفة ما مدى مستوى الصحة النفسية للحالة وذلك باستعمال مقياس الصحة النفسية .

تحليل المقابلات :

بدا الحالة م,ع بحالة جيدة سواء تعلق الامر بالهندام او المظهر العام والخالة النفسية , حيث مان بشوش الوجه متجاوب مع الاسئلة بشكل سلس وبكل اريحية , حيث اخترنا مكان مريح من القيام بالمقابلة النصف موجهة , حيث طلبنا من الحالة التكلم بكل راحة وحرية الحالة اهزب يقيم داخل منزل العائلة المتكونة من ثمانية افراد , يعيش حياة طييفسة لاتوجد اي مشاكل عائلية , عند سن الثامنة عشر قرر الانظام الى الدرك الوطني من اجل الاهتمام بعائلته بعد ان اصبح الاب غير قادر على العمل بسبب المرض , تبين لنا ان الحالة لا تعاني من اي مرض اخر غير الربو الذي اصيب به سنة 2013 بالضبط خلال فترة التريص , حيث اظهرت التحاليل انه مصاب بالربو مع العلم انه لا يوجد اي احد في العائلة مصاب به " مكانش في لافامي لي مريض بيه" هنا تبين ان المرض ليس وراثه , فملانت رده فعلها اتجاه المرض عادية لم يكن يدرك خطورته الا بعدما بدأت نوبات الربو خاصة في الليل والاماكن المغلقة , حيث ربطنا وجود صدمة اولية للمرض دام تقبل المرض لفترة طويلة خاصة عند حدوث النوبة اثر على نفسييتها .

اما في الحياة العلائقية فهي جيدة سواء مع الزملاء في العمل او مع الوسط العائلي , لكن عند ظهور الفيروس بدأت الحالة تتعزل قليلا عن الاصدقاء والعائلة بحكم طبيعة عملها والخوف من الاصابة بالفيروس ونشره بين الاصدقاء والاقارب والعائلة لان الوالدين يعانين منت الامراض المزمنة وهذا ما سيائر عليهم اذا اصيبا بالفيروس , بدأت الضغوط النفسية بالازدياد وكذلك العزلة الاجتماعية , لان بعد اطلاع الحالة على المرض وتجلياته ادرك كيف يمكن الوقاية منه وادر كان غسل الايدي كثيرا ليس من الجيد " خلق الله تعالى لنا خلايا في ايدينا يمكن للفيروس ان يموت بالماء فقط , لكن مع استخدام المعقمات تقتل تلك الخلايا ونصبح اكثر عرضه للفيروس "

عرض نتائج المقياس :

من خلال تطبيق مقياس الصحة النفسية تحصلت الحالة م.ع على درجات قدرت ب(135,26) وذلك لما يتمتع به الرجال من مقاومة لضغوط الاجتماعية فيما يوفر لديهم من علاقات اجتماعية منفتحة على



الفضاء الاجتماعي المبير فينى الرجل هو اجس المرض وتداعياته ويقلل من الاصابة بالفيروس ، وكذلك يستخدمون استراتيجيات مقاومة للضغوط النفسية والاجتماعية .

ـ خلاصة حول الحالة رقم (02) :

مرت الحالة م,ع بظروف نفسية اجتماعية صعبة وذلك لطبيعة عملها , وكذلك لتعاملها الدائم مع مرضى فيروس كورونا , لذى كان ينتابه الخوف من الاصابة بالفيروس او حمله للعائلة والاصدقاء وكان لارتفاع الحالات المستمر يشكل الهاجس الاكبر لديه , لمن بعد مل مرور الموجهة الاولى بدأت الحالات بالانخفاض فتنتفتت الحالة الصعداء وبدأت تخرج من تلك العزلة الاجتماعية شيئاً فشيئاً ومن حالات القلق والخوف والاكنتاب التذي كان يسيطر عليها في غالب الاوقات .



3_2_1 عرض نتائج المتعلقة بالحالة الثالثة :

_ البيانات الاولية :

الاسم : ي.ز.

الجنس : انثى

المستوى الدراسي : امية

المستوى الاقتصادي : متوسط

عدد افراد الاسرة : 08 افراد .

عدد الاخوة : 06 اخوة

رتبة الحالة بين الاخوة : 03

مدة الاصابة : منذ ثلاث سنوات

تاريخ الاصابة : 2020

نوع الربو : متقدم .

كم تدوم مدة الربو : ثلاث ايام او اكثر

الجدول رقم (08) جدول سير المقابلات .

| الرقم | التاريخ | مدة المقابلة | مكان المقابلة | الهدف من المقابلة |
|-------|--------------|-------------------|---------------|--|
| 01 | 06 جوان 2022 | دامت المقابلة 45د | بيت الحالة | التقرب من الحالة و جمع اكبر قدر من المعلومات |
| 02 | 08 جوان 2022 | دامت المقابلة 45د | بيت الحالة | الجانب الاسري والعلائقي |
| 03 | 10 جوان 2022 | دامت المقابلة 45د | بيت الحالة | الصحة النفسية خلال جائحة كورونا |
| 04 | 12 جوان 2022 | دامت المقابلة 45د | بيت الحالة | التاريخ الصحي والطبي للحالة |
| 05 | 14 جوان 2022 | دامت المقابلة 45د | بيت الحالة | مستوى الصحة النفسية خلال جائحة كورونا |

_سيمائية الحالة :

_البنية المرفولوجية :

قامة قصيرة .

لون البشرة : بيضاء

شعر اسود

ملامح عصبية

بنية قوية وسمينة .

ذو هندام ومرتب

_مزاج الحالة :



مزاج متقلب عصبي كثيرة الكلام والشكوى لا تتلك المجال للاخر بالتحدث .

السلوك :سلوك هادئ لآكن غالب ما تكون عصبية كثيرا وتترزع بسرعة .

الآكل: شهية منقطعة , تتآول فقط الخضروات لانها تقوم بآتمية غذآئية

النظافة : تهتم بالنظافة .

الآتصال : لم آجد آي صعوبة في التآاصل معها , لآكن عند حدوث نوبات الربو لا تستطيع الكلام .

اللغة : واضحة وسهلة ومفهومة .

سوابق مرضية : ضغط الدم _ الغدة الدرقية _ القلب _ ارتفاع الكلسترول في الدم .

تقديم الحالة :

بداآ الحالة ي. ز شخص هادئ وريئة من آلال آطوتها التي تمشي بها نحوي , كما بدا عليه الهدوء والسلاسة في الحديث , التقيت بالحالة في بيت الزوج كان المكان هادئ لآجراء المقابلة , بعدما عرضآ عليها المساهمة في القيام بالبحث علمي آكاديمي حول جآئة كورونا وآآثيرها على الناحية النفسية ,فوافقت الحالة بكل صدر رحب كانت متآاوية جدا , آحضرت كل الوثائق المتعلقة بمرضها وآختبارات التنفس وغيرها , الحالة متزوجة وآم لبنآتين مصآبة بربو متقدم , ذات مستوى معيشي متوسط , فهي مآكئة بالبيت وزجها عامل يومي وآحيانا بغير عن البيت بضعة آيام عند آصابة الحالة بالآنوية تضطر آحيانا الى الذهاب الى الطبيب من آجل العلاج , تستدعي آخوتها للذهاب بها .

آما على الصعيد الصحي الحالة تعاني من تدهور في صحتها وهذا بسبب مرض الربو والآمراض الآآري التي آثرت عليها "كي يتبدل الجو منقدرش نآنفس حتى ندير البونبة " آيضا آساس بالضعف والآعياء الدائم وآآمول وهذا يآثر على آركتها مما يتطلب جهد كبير منها " نآشل بالآف منقدرش ندير شغل الدار وادي حتى يعآونوني بنآي " , كما انها مآتضبة على مواعيد الطبيب والآلآيل الطبية .

آما الجانب العلائقي والآسري تعيش الآسرة استآقرار داخل الآسرة جو يسوده الهدوء وآطمآينية . تحضى الحالة بآب من طرف آسرتها وآآاربها "قع يبغوني ويآوسو عليها تقريبا كل يوم " , آما التفاعل داخل المجتمع فهو سطحي او منعدم فهو رآجع الى رغبتها في البقاء في المنزل " نبغي نآعد وادي منبغيش

نخرج بزاف " . كما لديها عدم ثقة بالناس " **معنديش ثقة في اي واحد** " , ومع ظهور فيروس كورونا
اصبحت الحالة تعاني اكثر من ذي قبل اصبحت تعاني من ضيق في الصدر اكثر من ذي قبل دون جهد

اما عن التوافق الاجتماعي فهي لا تستطيع التحكم في انفعالها وسريعة الغضب وتتهور في تصرفاتها
اثناء الفلق " **كي تقلق نخرّب كلشي**".

_ عرض المقابلات :

المقابلة الاولى : هدفنا هو التقرب من الحالة وجمع اكبر قدر من المعلومات , ومحاولة تعريف الحالة بدور
الاخصائي النفسي وما مما اهميتها ومساعدتنا في بحثنا العلمي .

المقابلة الثانية : ركزنا في هذه المقابلة على العلاقة داخل الاسرة والجانب العلائقي لها خارج الاسرة ,
الحالة تقطن داخل بيت زوجها تعيش حياة زوجية خالية من المشاكل والضغوط , اما خارج الاسرة فهو
تعامل سطحي او منعدم راجع الى رغبتها في البقاء لوحدها كثيرا , ومع ظهور فيروس كورونا اصبحت
الحالة اكثر قلق وخوف من ذي قبل من الاصابة بالمفيروس لانها تعاني من مرض الربو وامراض مزمنة
اخرى فاذا اصببت بالمرض فسوف يادي بها الى الوفاء لا محال .

_المقابلة الثالثة : ركزنا على الجانب لجانب النفسي والصحة النفسية للحالة في ظل جائحة كورونا ,
الحالة ماكنة في البيت كانت في تلك الفترة في حالة نفسية جدا صعبة من قلق وخوف جراء الارتفاع الكبير
لحالات الاصابة , كانت الحالة تراقب ذلك وسط ذعر وخوف كبير مما ادى الى اصابتها باكتئاب حاد
اضطرها الى الذهاب الى طبيب نفسي , وفي وسط تلك العزلة التي كانت تعيشها " **كنت نخاف نخرج ولا
نشوف حالات الاصابة** " كان ينتابها الذعر عند رؤية شكل الفيروس وتحولاته . والخوف من الاصابة به
وذلك باستعمال وسائل قهرية من اجل النظافة من معقمات ومنظفات .

_ المقابلة الرابعة : نظرنا الى الجانب الصحي للحالة , حيث انها تعاني من عدة امراض مزمنة ضغط
الدم , القلب , ارتفاع الكوليسترول في الدم , والفدة الدرقية , اصببت بالغدة عندما كانت تعيش في بيت اهل
زوجها , والسبب يرجع الى وراثة من طرف الزوج فالنساء اكثر عرضة ثماني مرات من الاصابة من
الرجال , ويتم ملاحظة حالات قصور الغدة الدرقية بشكل رئيسي عند النساء فوق 50 سنة ومن بين



الاعراض زيادة في الوزن والحالة تعاني من زيادة كبيرة في الوزن , وعند انتقالها الى بيت لودها بدأت اعراض الربو تظهر عليها في الظهر عليها , حيث بدأت تشعر بالضيق في النفس وعند ذهابها الى الطبيب اكد لها ذلك انها تعاني من ربو متقدم , بدأت باستعمال الدواء والبخاخات مثل " الكورتيكوستيرويدات" المستنشقة الاكثر اهمية في التحكم بالربو , واحيانا تظهر نوبات الربو عند القلق والخوف او تغير الجو اما الادراءات الوقائية , فتستعمل المعقمات والمنظمات بطريقة مبالغة فيها , عدم الرغبة في الاقتراب او التحدث الى احد اذا شعرت انه مصاب بالزكام

_المقابلة الخامسة : ركزنا في هذه المقابلة على ما مدى مستوي الصحة النفسية وذلك باستعمال مقياس الصحة النفسية .

_ تحليل المقابلات :

كان الاتصال مع الحالة سهل حيث ابدت رغبتها واستجابتها للمقابلة وتجاوبت بشكل جيد مع الاسئلة , واجابت على مختلف تساؤلاتي واستفساراتي حول اردت الوصول اليه .

من خلال ما اوجدته ادوات جمع البيانات : الملاحظة والمقابلة نصف الموجهة , التي اجرى بشكل جيد مع الحالة والتي كانت متجاوبة مع الاسئلة وكان هذا باديا على ملامح الوجه رغم المرض , ومع هذا ابدت الحالة تجاوب ورغبة بالحديث عما بداخلها .

فقد لاحظنا ان الحالة رغم الضعف الشديد الذي تعانيه جراء المرض الا انها تحاول تقبل الوضع الصحي والظروف الحياتية , حيث يبدو نمط التكيف عاليا خاصة مع بناتها .

حيث تفسر الباحثة ذلك التكيف لاسلوب الحالة في التعامل مع الضغوط والاخذ والعطاء مع افراد اسرتها وهي ركائز التي تزيد من خلق علاقات تفاعلية موجبة و وهذا ايضا لم يمنعها من تكوين علاقات اخرى مع الاخرين التي ما زالت مستمرة رغم المرض والعجز وهذا راجع للشخصية الطبية التي تتمتع بها الحالة في قولها " الحمد لله الناس كامل تحبني وديما طبيا معاهم " , كما ان الحالة من المنيسط وهو ما اكدته المقابلة والملاحظة فالشخصية المنبسطة تكون لها علاقات وصلات اجتماعية حارة .

اما على الصعيد الصحي فالحالة تعاني من تدهور من صحتها وهذا بسبب مرض الربو وبالإضافة الى احساس بالفشل والتعب الجسدي مما يصعب عليها التنقل او السفر من مكان الى اخر انها مصابة بالضغط الدموي , لكنها حريصة على تناول الادوية .

اما بالنسبة للتوافق النفسي فقد اتسمت الحالة بالصبر والرضا من خلال قولها " الحمد لله على كل شيء " فهي تتمتع بدرجة معتبرة من الصبر يمكن الاستدلال على ذلك من قولها "الواحد لازم يصبر على الشيء لي كتبهلو ربي " كما نلاحظ انها قادرة على التحكم في انفعالاتها بشكل جيد وهذا من خلال ملاحظتها فهي تتحدث عن المرض بشكل سليم ولا يوجد اي شرود ذهني وافكارها مترابطة ومتسلسلة .

كما لكنت الحالة انها مواضبة على البرنامج العلاجي سواء من الناحية النفسية "ديما محافظة على موعد الطبيب "

اما من الناحية النفسية الحالة عانت كثيرا في ظل جائحة كورونا , مما استدعى ذهابها الى طبيب نفسي من اجل العلاج .

_عرض نتائج المقياس :

من خلال تطبيق مقياس الصحة النفسية تحصلت الراحة على درجات قدرت ب (99,86) مما بين لنا انها تعاني من مستوى صحي منخفض مما يتبين ان للحالة صحة نفسية منخفضة , وهذا راجع الى حالة الخوف والقلق والاكتئاب والعزلة الاجتماعية التي كانت تمر بها الحالة , مما اضطرها الى الذهاب الى الطبيب النفسي من اجل العلاج كي تتخلص من تبعيات الفيروس .



خلاصة حول الحالة رقم 03:

الحالة بي.ز مرت بحالة نفسية صعبة في ظل جائحة كورونا , وهذا بسبب الخوف من الموت والقلق والاكئاب التي كانت فيه وكذلك لانها مصابة بعدة امراض مزمنة اذا اصاب بالفيروس فيصعب شفائها او الموت . وهذا ما شكل لها عزلة اجتماعية كبيرة مما اضطرها الى الذهاب الى الطبيب النفسي من اجل العلاج .

2_ مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

تعتبر الفرضيات خطوة هامة ومرحلة اساسية تكميلية في مل بحث علمي , وذلك بعد استخدام الادوات اللازمة من مقابلات ولاملاحظات عياديو ومقاييس او اختبارات نفسية , ومن خلال دراستنا لموضوع الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا , كان لا بد لنا من نتيجة الفرضية مناقشتها على ضوء النتائج التي توصلنا اليها .

1_2 مناقشة النتائج على ضوء الفرضية العامة :

تتمحور اشكالية الدراسة حول الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا , حيث انطلقت الفرضية العامة :نعم يؤثر مرض الربو المزمن على الصحة النفسية لمرضى الربو في ظل جائحة كورونا اعتمادنا على المقابلة النصف موجهة ومقياس الصحة النفسية .

بعد دراستنا لثلاث حالات نتائج استنتاجنا ان الحالتين الاولى والثالثة لديهم مستوى منخفض من الصحة النفسية وهنا بدليل ان الحالة " ن,ب" حصلت على درجة (96,46) والحالة "ي.ز" حصلت على درجة (99,86) ويمكن ارجاع هذا الى الحالة النفسية التي كانت تمر بها الحالتين في تلك الفترة من خوف وقلق واكتئاب جراء الخوف من الاصابة , ا وان اللقاح لم ينفذ في العلاج .

اما عن الحالة الثالثة حصلت على درجة (135,26) تمثل درجة مرتفعة وهذا راجع الى بنية الرجل القوة التي تشكل عامل مهم في التخلص من الخوف والقلق والاكتئاب , وكذلك طبيعة العلاقة التي تمكنه من التغلب على العزلة الاجتماعية ذلك بالخروج الى العمل والاختلاط مع الزملاء والاصدقاء .

هنا نقول ان الفرضية العامة التي تنص على "ما مستوى الصحة النفسية عند مرضى الربو في ظل جائحة كورونا" وذلك بعد استعمال مقياس الصحة النفسية اظهرت النتائج التي سبق ذكرها وهنا نقول ان جائحة كورونا اثرت على الحالتين (ن,ب) و(ي.ز) بشكل كبير وهذا راجع الى مرفولوجية المراه , ولم تاثر على الحالة (م,ع) كثيرا وهذا بسبب طبيعة العمل والوسط الاجتماعي اي ان الصحة النفسية تختلف من شكل الى اخر كل حسب البنية النفسية سيكولوجية كل شخص .



1_2 مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات الجزئية :

والمقابل التالى فموجهة التيقن بأنها صفت , خال للمقياس الصحة النفسية المطبق على الحالات
مستوى الصحة النفسية عند مرضى الريف يظل « النتائج على التالى عن ضوء الفرضية التي تقول
« ن ب » يختلف من حالة الأخرى وهذا ما أسفرت عليها النتائج المتحصل عليها مع الحالة « جائحة كورونا
الصحة النفسية منخفضة جدا وهذا يرجع إلى العزلة الاجتماعية التي كانت تعيشها قبل الجائحة وعند
حدوث الجائحة أثر عليها بشكل كبير وتشمل عوامل القلق والكتئاب وكذلك الخوف على الحياة من
زوهنا يمكن أن نرجعها إلى المراتى , تحقق ذلك مع الحالة التي و العدوى والخوف من الإصابة والمعاناة أو الموت
انفئة النساء قد تأثر بشدة أكثر من الرجال خاصة مرضى الريف والنساء أكثر عرضة للاضطرابات
النفسية

هنا يمكن القول أن جائحة كورونا لا يختلف تأثيرها على مرضى الريف كحسب البنية المرفولوجية
« ما مستوى الصحة النفسية عند مرضى الريف يظل للجائحة كورونا » وهنا تحقق فرضية التي تقول
تختلف حسب درجة تقبلها للمرض وبنيته المرفولوجية

تحققتم « لمتأثر جائحة كورونا على مرضى الريف » في حين أن الفرضية التي تتصل بانـ
الظروف الصحية والعملية للحالة وبطبيعة عملها الذي يتطلب عليها هذا كما جعلها جعلت هذا « ع م »
شخصية قوية وصلبة يتحمل الصعاب ويسعون للحصول على التوافق النفسي مع مختلف الظروف

, وهناتقول أن الفرضية تحققنا للمقياس الصحة النفسية المطبق على الحالات
. وهذا يرجع إلى الظروف والمحيط والاجتماعيات التي كانت تعيشها الحالات من خلال جائحة كورونا أثر سلبا عليهم

_الاستنتاج العام :

مما سبق ذكره ان اصحاب الامراض المزمنة يفرض عليهم اشكال مختلفة من الضغوط النفسية الامر الذي جعلهم في صراع نفسي شديد قد يؤدي بهم الى اضطرابات نفسية وجسدية مثل ارتفاع ضغط الدم , القلب . الكلسترول , والربو الذي هو موضوع دراستنا يمكن ان تصيبهم نتسجة التفكير في مواجهتهم لانتشار المرض والالتزام بالتدابير الوقائية واخذ الاحتياطات اللازمة وتطبيقها في كافر المجالات لمنع انتشار الفيروس .

لمن مع تراكم الضغوط جعلتهم ذو شخصية قوية وصلبة يتحملون الصعاب والضيق يسعون الى التوافق مع مختلف الظروف . ويعتبر تحمل الضيق مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصرا هاما من عناصر التوافق , فالافراد ذو مستوى مرتفع من التحمل النفسي يتمتعون بمستويات مرتفعة من ضغوط الحياة ولا شك ان الازمات الممتالية التي يعيشها المجتمع انعكست على التنشئة الاجتماعية لاسيما اساليب التعامل مع الخبرات الانفعالية والمواقف الاجتماعية مما يسهم في التحمل النفسي .

_خلاصة :

تطرقنا في هذا الفصل الى عرض النتائج ومناقشة الفرضيات وكل فرضية على حدى , وعلى ضوء الفرضيات والدراسات السابقة وفصل الصحة النفسية وفصل مرض الربو , توصلنا الى تحقيق فرضيات الدراسة .



الخاتمة

من خلال هذه الدراسة حاولنا القاء الضوء على اهم عامل يمكن ان يحقق راحة نفسية وهي الصحة النفسية لما لها من تاثير كبير على مرضى الربو حيث ان وظيفة الصحة النفسية عند هذه الفئة عبارة عن وظيفة وقائيى علاجية بالدرجة الاولى ومواجهة للحاجات النفسية والاجتماعية وتهيئة العلاقات والظروف مناسبة من اجل الحفاظ على الراحة النفسية .

وبهذا نقول اننا في دراستنا ربطنا الجانب النظري بالجانب التطبيقي , حتى تكون دراستنا اكثر وضوحا واثراء ,من الجانب فهم اهكية الصحة النفسية حتى تكوم نظرة ايجابية حيث تطرقنا الى اهم العناصر التي دعمت بحثنا , وفي نهاية هذا البحث نقول بان التقدم خطوةمكن خطوات الدراسة كان يقودنا فهم معمق من جانب مفهومها اذ في الاخير تساهم الدراسة في اعطاء بعض المعلومات الايجابية عن الصحة النفسية . حيث توصلنا الى النتائج التالية :

_تختلف مستوى الصحة النفسية خلال جائحة كورونا من شخص الى اخر وهذا حسب مرفولوجية الشخص والبنية النفسية له .

_اثرت جائحة كورونا على الصحة النفسية لمرضى الربو خاصة فئة النساء لانهم اكثر عرضة للاصابة بالاضغوط النفسية والاجتماعية , على العكس فئة الرجال .



التوصيات و الاقتراحات

نصائح لمرضى الربو خلال جائحة كورونا :

التحكم باعراض الربو خطوة اساسية لتقليل مخاطر الربو .

الالتزام باخذ الدواء الخاص بالربو بشكل منتظم .

اختبارجهاز لقياس وظائف الرئة .

الابتعاد عن التدخين الذي يزيد من خطر التهابات الجهاز النفسي ويخفف من كفاءة وظائف الرئة .

تعقيم الاسطح باستمرار , وتجنب المطهرات التي بإمكانها ان تسبب نوبات الربو .

الابتعاد عن القلق والتوتر .

ممارسة الرياضة والهويات .

احترام التدابير الوقائية التباعد الاجتماعي , غسل اليدين ووضع الكمامة .

الاقتراحات والتوصيات :

انطلاقا من النتائج التي توصلت اليها دراستنا يمكننا ان نقدم التوصيات التالية :

تشجيع البحث العلمي في مجال الابعاد النفسية للامراض السيكوسوماتية .

تدعيم المراكز الطبية والمستشفيات بالاختصاصيين النفسيين من اجل التكفل بمرضى الربو .

توعية الناس بضرورة الوقاية من المرض باجراء التحاليل الطبية الدورية .

ضرورة ادماج المريض في الخطة العلاجية ومشاركته فيها .



_الاقتراحات :

استنادا الى النتائج المحققة سوف نعرض جملة من الاقتراحات :

_الاهتمام بشريحة الراشدين المصابين بالربو خاصة بعد جائحة كورونا .

_اجراء دراسات ميدانية للتعرف اكثر على الصحة النفسية باعتبارها موضوع قليل الاستهلاك .

_التكفل النفسي بمرضى الربو .

_ اجراء دراسات نفسية تقييم مرض الربو باعتباره مرض العصر .

_ صعوبات البحث :

_رفض المستشفى اجراء التريص في بادئ الاكر بسبب المرض .

_انعدام الحالات داخل المستشفى بسبب المرض ,

_غياب الاختصاصية النفسية داخل المصحة , غياب التاطير الكلي باللوازم والتجهيزات

_ المراجع باعتباره موضوع لم يتناول بعد .

_نقص المذكرات التي تناولت مرضى الربو وجائحة كورونا .

قائمة المراجع :

- 1_ اليولين ك.(2006). الحقائق عند داء الربو . لبنان . الدار العربية للعلوم بيروت .
- 2_ يحي نجية (2018) , الصحة النفسية لدى التلاميذ ضحية الطلاق , (ماستر علم النفس المدرسي) , جامعة سعيدة .
ميلود دواجي نور الدين , عجمي كوثر (2017) , مستوى الصحة النفسية عند المصاب بداء السكري النوع الاول, صحة عقلية , مستغانم .
- _معالم ص.(2008). محاضرات في الامراض النفسية والجسدية , الجزائر , ديوان المطبوعات الجامعية.
- 4_ مروان ابو حويج 2009 , مدخل لدراسة القياس النفسي , مصر , المكتبة العصرية للنشر والتوزيع , القاهرة .
مركز مكافحة العدوى و التحكم في الأمراض 20205_
مراد بوزيت (2007) , مرض الربو , ط1. العلة . دار اذار .
- 7_حمد جبار سايب (2017) الصحة النفسية لدى طلبة كلية الاداب في جامعة القادسية , شهادة علم البكالوريوس علم النفس .
- 8_ احمد النابلسي (2007) , الربو والحساسية وعلاجها النفسي (المجلد 18 افريل العدد 70 , الثقافة النفسية المتخصصة , لبنان .
- 9_القذافي رمضان (1995) , الصحة النفسية والتوافق , ط3,المكتب الجامعي الحديث , الاسكندري .
- 10_ العيسوي (1997) , مناهج البحث العلمي , مصر , دار الراتب الجامعي .
- 11_عويضة ك.م.م.(1996), التحليل النفسي , لبنان , دار الكتب العلمية , بيروت .
- 12_عمر احمد همشري (2013)التنشئة الاجتماعية للطفل .ط2, عمان , دار الصفاء .
- 13_علي فهمي السيد (2009) علم النفس الصحة والخصائص النفسية الايجابية السلبية لمرضى والاسوياء ط1, دار الجامعة الجديدة, القاهرة.
- 14_عبد المعطي (2003). منهج البحث الاكلينيكي اسسه وتطبيقاته . ن. ب , مكتبة زهراء الشرق .
- 15_عبد العزيز السرطاوي (2010). الاعاقة الجسمية الصحية , ط1. عمان . دار الفكر .
- 16_عبد الرزاق النجار (2008) . دراسة حالة مركز التنمية الاسرية السعودية . كلية المعلمين بجامعة الملك فيصل .
- 17_عباس ف.(2013). الاختبارات الاسقاطية . نظرياتها , اجراءتها , تقنياتها , لبنان , دار المشعل اللبناني للطباعة والنشر بيروت .
- صباح ناصر العلوجي (2014) , علم وظائف الاحياء , ط3, دار الفكر , عمان .
- 19_صالح حسن احمد الداوي (2009), مبادئ الصحة النفسية , ط1, دار وائل للنشر والتوزيع , عمان الاردن
- 20_الشاذلي محمد عبد الحميد محمد (2001), الصحة النفسية سيكولوجية الشخصية , ط2, المعهد العالي لخدمة الافاق , اسوان .



- 21 سفاسفة محمدمو عريبات احمد (2005), الصحة النفسية والسيكولوجية , ط2, المعهد العالي للخدمة الاجتماعية , اسوان .
- 22 سعاد منصور غيث(2006) , الصحة النفسية للطفل , ط1, دار الصفاء للنشر والتوزيع , عمان الاردن
- 23 ساراتتي رودلفو و آخرون 2015 مقدمة صغيرة جدا على الاوبئة ص 1 القاير مؤسسة هنداوي لتعليم و الثقافة.
- 24 زيد ناصر ولمين نصيرة (2012), مبادئ الصحة النفسية والارشاد النفسي , ديوان المطبوعات الجامعية , جامعة الجزائر 2.
- زهوان حامد (2015), الصحة النفسية والعلاج النفسي, ط4, عالم الكتب , مصر . 2
- 26 زبيدي ناصر الدين ولمين نصيرة (2012) مبادئ الصحة النفسية والارشاد النفسي , ديوان المطبوعات الجامعية , جامعة الجزائر 2
- 27 روس هاريس و آخرون 2020 مواجهة فيروس كوفيد كيف تستجيب بفعالية في هذه الفترة اللحظات العصبية أمام أزمة فيروس كورونا .
- رضوان سامر (2002) , الصحة النفسية , ط1, دار المسيرة .
- 29 رزيق راضية (2020), الطموح وعلاقته بالصحة النفسية لدى المتفوقين دراسيا(رسالة ماجستير), قسم العلوم الاجتماعية , جامعة حمه لخضر
- 30 رحمانى رفيق (2015) و الصحة النفسية عند الشخصية الوسواسية القهرية , (ماستر علم النفس العيادي) , جامعة سعيدة .
- 31 رحلي فتحية (2019), ادارة الوقت وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة (رسالة ماجستير) قسم علم النفس, جامعة محمد بوضياف, مسيلة
- 32 دوروثي أنشب كروفوردو و آخرون 2014 الفيروسات مقدمة صغيرة جدا . القايرة , مؤسسة هنداوي لتعليم و الثقافة .
- خليل صابور (ب.ن) مرض الربو , استرجعت في تاريخ 27 نوفمبر 2017
- 34 الحواشي احمد (2004) , مظاهر الصحة النفسية .
- 36 حامد عبد السلام زهوان(2005), الصحة النفسية والعلاج النفسي , ط4, عالم الكتاب , القايرة .
- 37 حاتم .م. ا (2005). الصحة النفسية للمراهقين , القايرة , مؤسسة اقرا للنشر والتوزيع . الجامعي الحديث .
- 38 بوحوش (2001). مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث العلمية . الجزائر . ديوان المطبوعات الجامعية الساحة المركزية بن عكنون .
- 39 بهتان.ع(2014). استراتيجية المواءمة في اضطراب اجهاد الحق المصدوم لمجموعة من ضحايا العنف الاجرامي . الجزائر . رسالته ماجستير في علم النفس العيادي . كلية العلوم الاجتماعية والانسانية , قسم علم النفس وعلوم التربية , جامعة الجرائر .
- 40 بطرس حافظ بطرس (2008), التكيف والصحة النفسية للطفل , ب ط, دار المسيرة عمان.
- 41 بركات أمل و فاضل عزيزة 2019 المرض المعدي و أثره على استمرارية الرابطة الزوجية دراسة مقارنة بين الفقه الاسلامي و القانون الاسري الجزائري , مذكرة نيل شهادة ماستر في القانون تخصص قانون الاسرة , جامعة بويرة .
- 42 بدرة معتصم ميموني (بدون تاريخ) الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل والمراهق , ديوان المطبوعات الجامعية , الجزائر .

43 باهي سلامي (2008), مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط الثانوي , اطروحة دكتوراه , قسم علم النفس , جامعة الجزائر .
44 باهي سلامي (2008), مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط الثانوي , اطروحة دكتوراه , قسم علم النفس , جامعة الجزائر .

45 اشرف محمد عبد الغني شريت , محمد السيد حلاوة (

2002)الصحة النفسية بيم النظرية والتطبيق , مكتب

46 احمد عبد الخالق (2015) اصول الصحة النفسية ط3 , دار

المعرفة الجامعية , الاسكندرية .

47 احمد عبد الحليم عربيات (2014), مبادئ الصحة النفسية والمدرسية . ط1 , دار الاعصار العلمي

للنشر والتوزيع

48 ابو اسعد النوري (2016). دراسة حالة في اطار جديد علم النفس _ علم الاجتماع _ التربية الخاصة

49 ابراهيم احمد ابوزيد (1897) سيكولوجية الذات والتوافق . ط1. مصر . دار المعرفة الجامعية .

50 Mucchielli 1977 . la medecine pschomatique / paris p 10

51 Charaouikh (2013) l'entrten clinique / dunod / paris p 10¹

52. journal of social and clinical psychology. 35(2).130_1 Schleid8

53¹Schleider , J. L. & Weisz. J. R (2016) .Mental health and implicit theories of thoughts . feeling .and behavior in earl adolescent ;are implicit theories theories of thoughts . feelings.and behavior in early adolescents :are giels at greater risk ?

54¹Mathiieunawrak (2020) corona viirus et enfnts , une étude séme le trouble sur leur contagiosite , evue science et avenir p52



الملاحق

الملحق رقم (01): يوضح مقياس الصح النفسية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس _مستغانم_

تخصص علم النفس العيادي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .

يجرى هذا المقياس بغرض عمل بحث علمي لقياس الصحة النفسية حاول ان تكون صادقا وصريحا في اجابتك , فيما يلي مجموعة من العبارات لا توجد عبارات صحيحة واخرى خاطئة لكن من المطلوب منك ان تحدد اجابتك دون ان تترك عبارة واحدة قدر الامكان ضع علامة (+) في الخانة المناسبة لوضعيتك .

وشكرا جزيلا على حسن الاهتمام .

الجنس:

السن :

الحالة الاجتماعية :

مدة الاصابة :



| الرقم | العبارة | ابدا | نادرا | احيانا | كثيرا | دائما |
|-------|--|------|-------|--------|-------|-------|
| 01 | تشعر بارتياح تام وصحة جيدة | | | | | |
| 02 | قادر على التركيز فيما تقوم به من اعمال | | | | | |
| 03 | تشعر انك في كامل قوتك " طاقتك " | | | | | |
| 04 | تشعر بشاط ذهني وبقظة تامة | | | | | |
| 05 | تتمكن من جعل نفسك مندمجا او منشغلا بعمل ما | | | | | |
| 06 | تتمكن من فعل ما يقوم به الناس الذين في نفس ظروفك | | | | | |
| 07 | تشعر بعلاقة حميمة والموده نحو المقربين اليك | | | | | |
| 08 | تسجم مع الاخرين بسهولة | | | | | |
| 09 | تمضي وقتا طويلا ممتعا في الحديث مع الاخرين | | | | | |
| 10 | قادرا على اخذ القرارات بشأن الامور التي تواجهك | | | | | |
| 11 | تاخذ الامور بجدية | | | | | |
| 12 | قادرا على مواجهة مشكلاتك | | | | | |
| 13 | تحس بالامل حو مستقبلك | | | | | |
| 14 | تشعر بالسعادة الكافية بصورة عامة | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 15 | تشعر براحة الى مقوياتك | | | | | |
| 16 | تشعر يتوعك وارهاق | | | | | |
| 17 | تشعر بانك مريض | | | | | |
| 18 | تخشى الاصابة باهيار في مكان ما | | | | | |
| 19 | تصاب بنوبات الحرارة والبرودة | | | | | |
| 20 | تشعر بالتعب لدرجة انك لا تستطيع تناول طعامك | | | | | |
| 21 | تفقد الكثير من ساعات النوم بسبب الهم | | | | | |
| 22 | تعاني صعوبة في البدا بالنوم | | | | | |
| 23 | تجد صعوبة في العودة الى النوم عند | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|------------------|
| | | | | | استيقاظك لسبب ما |
|--|--|--|--|--|------------------|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|----|--|
| | | | | | 24 | تحلم احلام بغيضة ومرعبة |
| | | | | | 25 | تفقد الرعدة في اداء نشاطك اليومي |
| | | | | | 26 | تفقد الاهتمام بمظهرك الشخصي |
| | | | | | 27 | غير قادر تماما على البدا باي عمل |
| | | | | | 28 | تشعر برهبة عندما تمل كل شيء |
| | | | | | 29 | منفعل وسريع الغضب |
| | | | | | 30 | تشعر انك مشدود دائما |
| | | | | | 31 | لا تستطيع التغلب على كصائبك |
| | | | | | 32 | تشعر ان الحياة عبارة عن صراع دائم |
| | | | | | 33 | تصاب بالخوف الشديد والرعب دون سبب وجيه |
| | | | | | 34 | تشعر بالتعاسة والاكتئاب |
| | | | | | 35 | اخذت تفقك الثقة في نفسك |
| | | | | | 36 | تحس انك عصبي ومتوتر على الدوام |
| | | | | | 37 | تفكر في الاقدام على الانتحار |
| | | | | | 38 | تتمنى الموت والهروب من الحياة احيانا |
| | | | | | 39 | لا تستطيع احيانا عمل اي شيء لان اعصابك نتعبة تماما |



الملحق (02) ملحق الثبات والصدق

1_ ثبات وصدق مقياس الصحة النفسية :

ا/ الثبات :

| ReliabilityStatistics | |
|-----------------------|------------|
| Cronbachs Alpha | N of Items |
| 0.947 | 39 |

2_ الصدق : المقارنة الطرفية

T_Test

| Croup Statistics | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------|-------------|-------------------------------|---------------|----------------------|----------------|------------------------|
| الطرفين | | N | Mean | Std . Deviation | Std.ErrorMean | | | |
| الدرجات | الاعلى | 6 | 156,3333 | 9,110409 | 3,72081 | | | |
| | الادنى | 6 | ,94 1667 | 16216 ,14 | 5,78168 | | | |
| Independent Samples Test | | | | | | | | |
| | | Levenes Test | | T_ test for Equality of Means | | | | |
| | | F | Sig | t | df | Sig. (2 tailed | MeanDifference | Std ErrorDiffetence |
| الدرجات | VariANCES assumed | 0.817 | 0.207 | 9.042 | 10 | 0.000 | 62.16667 | 6.87548 |
| | VariANCES not assumed | | | 9.042 | 8.535 | 0.000 | 62.16667 | 6.87548 |

