



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد خيضر - بسكرة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم تربية

شعبة علم النفس

عنوان المذكرة:

مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية
دراسة ميدانية على خمس حالات بولاية بسكرة

مذكرة تخرج مكملة لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس العيادي

إشراف الأستاذ:

د. خياط خالد

من إعداد الطلبة:

_ بوقلوله حسيبة

_ بومجان حنان

السنة الجامعية 2024/2023

شكر وتقدير:

بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله محمد الله الذي وفقنا للقيام بهذا العمل وبعظانا العزم والصبر لإتمامه، أما بعد:

نقدم بجزيل الشكر والتقدير للاستاذ الفاضل خالد خياط الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته وإرشاداته العلمية القيمة وتعاونه معنا من أجل إنجاز بحثنا .

كما يسرنا أن نقدم بجزيل الشكر والاحترام إلى كل من ساعدنا لإنجاز هذا العمل وخاصة الفتيات المصابات بحرق جسمية الذين قمنا بإجراء البحث عليهن، كما نتقدم بالشكر إلى كل أستاذة علم النفس جامعة محمد خيضر بسكرة على تعاونهم وملاحظاتهم القيمة وإرشاداتهم

كما نقدم فائق احترامنا وشكرنا لكل من ساعدنا سواء من بعيد أو من قريب .

ملخص :

يهدف بحثنا الحالي إلى قياس مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية وتفسير مستوى فاعلية الذات التي سجلتها الحالة. وفرضية بحثنا تمثلت في مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة.

ولتأكد من صحة هذه الفرضية استخدمنا المنهج العيادي لتوافقه مع بحثنا إلى جانب المقابلة العيادية وبالإضافة إلى استخدام مقياس فاعلية الذات على خمس حالات تتراوح أعمارهم ما بين (14 و 28 سنة) مصابات بحروق جسدية من درجة الثانية والثالثة والرابعة وتم اختيارهم بطريقة قصدية. واعتمدنا تقنية الذكريات الباكورة من أجل التفسير النفسي للنتائج المتوصل إليها لدى كل حالة. وقد أسفرت النتائج إلى أن:

- _ حالات البحث اللذين تعرضن للحروق الجسدية سجلنا مستوى فاعلية الذات مرتفع.
- _ تم تفسير المستوى المرتفع من فاعلية الذات لدى كل حالة لامتلاكها منهاج عيش من النمط المتقائل، أي ذو منظور إيجابي للحياة.
- _ الكلمات المفتاحية : فاعلية الذات، الحروق الجسدية، الذكريات الباكورة، منهاج عيش.

Abstract

Our current research aims to measure the level of self-efficacy among

girls suffering from physical burns and interpreting the recorded level of self-efficacy in each case. Our research hypothesis suggested a low level of self-efficacy among girls with physical burns.

To confirm this hypothesis, we employed a clinical approach, applying semi-opened clinical interview and self-efficacy scale on five cases ranging from 14 to 28 years old, who suffered from second, third, and fourth-degree physical burns, purposively selected. Then, we employed the technique of early recollections to interpret the results of each case.

The results indicated that:

The assessed cases of physical burns marked a high level of self-efficacy.

This high level of self-efficacy in each case was interpreted as having an optimistic life style, indicating a positive perspective of life.

Keywords: self-efficacy, physical burns. Early memories, life outlook.

	شكرو تقدير
	ملخص البحث
	فهرس محتويات
الفصل الأول : الإطار العام للبحث	
5	1. مقدمة إشكالية
7	2. فرضية البحث
7	3. أهداف البحث
7	4. تحديد مصطلحات البحث إجرائيا
8	5. أهمية البحث
8	6. دوافع اختيار موضوع البحث
الجانب النظري	
الفصل الثاني :فاعلية الذات والحروق الجسدية	
11	تمهيد
12	أولا :فاعلية الذات
12	1. مفهوم الذات وفاعلية الذات
13	2. بعض المصطلحات المشابهة لفاعلية الذات
14	3. أبعاد فاعلية الذات
15	4. مصادر فاعلية الذات
16	5. خصائص فاعلية الذات
17	6. فاعلية الذات العالية والمتدنية
	ثانيا: الحروق الجسدية
20	1. مفهوم الحروق الجسدية
21	2. أنواع الحروق الجسدية
24	3. أسباب الحروق الجسدية
26	4. خطة الإسعافات الأولية
26	5. علاج الحروق الجسدية
28	6. التكفل النفسي بالمصابين بالحروق الجسدية

33	خلاصة
	الجانب التطبيقي
	فصل الثالث : الإجراءات المنهجية للبحث
36	1. منهج البحث
37	2. أدوات البحث
40	3. حالات البحث
41	4. حدود البحث
	الفصل الرابع: عرض وتفسير نتائج الحالات
	الحالة الأولى
43	1. تقديم الحالة
43	2. ملخص المقابلة
45	3. نتائج مقياس فاعلية الذات
46	4. الذكريات الباكورة
47	5. تأويل الذكريات الباكورة
48	6. التحليل العام للحالة
50	عرض وتفسير نتائج الحالة الثانية
60	عرض وتفسير نتائج الحالة الثالثة
69	عرض وتفسير نتائج الحالة الرابعة
77	عرض وتفسير نتائج الحالة الخامسة
87	التحليل عام للحالات
89	ماتمة
91	ئمة المراجع
96	لاحق

فهرس الصور:

الرقم	عنوان الصورة	الصفحة
01	توضح الحرق من الدرجة الثانية	22
02	توضح درجات الحروق	22
03	توضح تصنيف عمق الحرق	23

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة الأولى	45
02	يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة الثانية	53
03	يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة الثالثة	63
04	يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة الرابعة	72
05	يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة الخامسة	80

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
الملحق رقم 01	أسئلة ومحاور المقابلة النصف الموجهة
الملحق رقم 02	مقياس فاعلية الذات
الملحق رقم 03	إجابات الحالة الأولى لمقياس فاعلية الذات
الملحق رقم 04	إجابات الحالة الثانية لمقياس فاعلية الذات
الملحق رقم 05	إجابات الحالة الثالثة لمقياس فاعلية الذات
الملحق رقم 06	إجابات الحالة الرابعة لمقياس فاعلية الذات
الملحق رقم 07	إجابات الحالة الخامسة لمقياس فاعلية الذات

الفصل الأول

الإطار العام للبحث

1. مقدمة إشكالية

2. فرضية البحث

3. أهداف البحث

4. تحديد المصطلحات البحث إجرائيا

5. أهمية البحث

6. دوافع اختيار موضوع البحث

1. مقدمة إشكالية:

إن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه إذ لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن الناس ومن دون الاحتكاك بالآخرين، لأن هذا الاحتكاك ينجم عنه أحداث وعلاقات وصداقات وتجارب ومواقف منها المفرحة ومنها المؤلمة التي تؤثر على مسار حياته الطبيعي وعلى الجانب النفسي. خصوصا إذا كانت هذه المواقف تمس الفرد بصفة عامة في صورته الجسدية والفتاة بصفة خاصة باعتبار الصورة الجسدية هي الواجهة التي يجب أن تظهر بشكل خال من العيوب عند الفتاة كون الجمال ومعالَم الأنوثة من الأمور الهامة بالنسبة لها لأن ذلك يلعب دورا هاما في نضرتها لذاتها وتقبلها لشكلها وفي علاقتها وكيفية تعاملها مع الآخرين لأن علاقة بين النفس والجسم هي علاقة تأثير وتأثر، ومن أمثلة عن المواقف المؤلمة التي يمكن أن تتعرض لها الفتاة هي إصابتها بحروق جسدية التي تعتبر من أشد الإصابات قسوة لما تخلفه من تشوهات وأثار جسدية، وتعرف الحروق الجسدية بأنها الأضرار الجلدية أو الجسمية ناتجة عن تأثيرات الحرارة تكون هذه الأضرار إما موضوعية أو عامة الناتجة عن تعرض درجات الحرارة العالية المتولدة عن اللهب الناري (شعلة نارية) أو الموانع الساخنة (كالسوائل الساخنة والأبخرة والغازات ذات الحرارة العالية) أو التعرض إلى إشعاع محرق أو كهرباء مما ينتج عنه تخريب في الأنسجة وشعور بالألم وتشكل فقاعات جلدية وانتفاخ وتشوهات. (محمد، 2022، 01)

هذا ما يسبب لها قلق وإحباط خصوصا إذا لم تتلقى الدعم النفسي وتم تنمر عليها وسخرية من قبل الغير. وباعتبار هذا التشوه يمس جمالية جسمها ومكانتها الاجتماعية يكون هو سبب في خوفها من المستقبل وإصابتها باضطرابات نفسية أخرى.

والملفت للنظر في الآونة الأخيرة كثرة حوادث الحروق بمختلف أسبابها التي تشهد ارتفاعا وتزايدا وهذا ما وضعه المكلف بالمخطط الوطني للتكفل بالمصابين بالحروق بوزارة الصحة والسكان وإصلاح المستشفيات الدكتور خليل رضا حاج معطي أن العيادة المركزية بيار

وكلودين شولي بالجزائر العاصمة سجلت لوحدها خلال شهر رمضان 2019 الماضي أكثر من 500 حالة إصابة بالحروق معظمها من الأطفال

كما تم تحذير من الحوادث المنزلية ولاسيما الحروق التي تعرف ارتفاعا محسوسا خلال الشهر الكريم تتراوح بين 30 إلى 40 بالمائة مشيرا إلى عدد الحالات التي استقبلتها العيادة(وكالة الأنباء الجزائرية،2019)

لأن تعرض الفرد والفتاة بالخصوص لمثل هذه المواقف المؤلمة المتمثلة في الحروق تقف عائقا بينها وبين تحقيقها لأهدافها وتؤثر على مستوى فاعلية الذات عندها، ونقصد بهاته الأخيرة هي معتقدات الفرد عن قدراته حول قدرته على تحقيق أهدافه والتغلب على صعوبات التي تواجهه والتي تشمل حياة النجاح والفشل التي يمر بها.(السيد،2021، 202)

هنا تظهر أهمية فاعلية الذات لأنها هي الأساس في تحكم وسيطرة الفرد على الأحداث ومحاولة إيجاد طرق صحيحة لتجاوز وتأقلم مع المواقف والأحداث الصعبة التي يمر بها، إذ وجب تأكد أنه في الكثير من الأحيان وحين يحصل تغيير في مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية هذا راجع إلى تشوه في شكل جسمها والى أثار التي خلفتها الحروق .

بناءا على ما سبق تبلورة فكرة إشكالية بحثنا لتركز حول التعرف على مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية :

- ما مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية؟
- ما التفسير النفسي لمستوى فاعلية الذات لكل حالة ؟

2. فرضية البحث:

فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة.

3. أهداف البحث :

يهدف البحث إلى تحديد مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية.

تفسير مستوى فاعلية الذات المسجل من قبل كل حالة من خلال تقنية الذكريات الباكورة.

4. تحديد مصطلحات البحث إجرائيا للبحث:

1.4. فاعلية الذات :

معتقدات الفرد حول قدرته الشخصية على القيام بسلوك معين والتنبؤ بمدى النجاح في هذا السلوك من خلال التغلب على المشاكل الصعبة والمعقدة التي تواجهه، ومقاومته للفشل بطرق متعددة، وتقاس بدرجة التي تقدمها الحالة من خلال الاستجابات المقدمة من المقياس فاعلية الذات "مرتفعة أو متدنية".

2.4. الفتاة:

هو مصطلح يستخدم لوصف الإناث في سن الشباب أو في سن المراهقة يتراوح عمرها بين 14 و28 سنة.

3.4. حروق جسدية:

هي إصابة في الجلد تسببها بشكل أساسي الحرارة أو الطاقة الإشعاعية أو الكهرباء أو ملامسة مواد كيميائية أو ماء ساخن وتحدث عندما تتدمر بعض أو كل خلايا الجلد، من الدرجة الثانية والثالثة والرابعة، ويمكن أن تؤدي الحروق إلى الألم وتشكل فقاعات جلدية وانتفاخ ويصنف الأطباء الحروق استنادا إلى: عمق الحرق وحجم منطقة الحرق على الجسم.

4.4. الذكريات الباكّة :

هي قصص يسردها المفحوص على أنها حدثت له في الماضي.

5. أهمية البحث :

تُكمن أهمية البحث في محاولة تسليط الضوء على متغير نفسي حديث وإيجابي هو فاعلية الذات.

دراسة متغير إيجابي على حالات مصابات بالحروق.

أهمية النتائج التي نأمل التوصل إليها حول متغيري البحث.

6. دوافع اختيار موضوع البحث :

يعتبر موضوع فاعلية الذات من بين المواضيع المثيرة للاهتمام من حيث تأثيرها على الفتيات وعلى تحقيقهم لأهدافهم ولهذا اخترنا هذا الموضوع كبحث لمعرفة مدى تأثير الحروق الجسدية على فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية.

الجانب النظري

الفصل الثاني

فاعلية الذات والحروق الجسدية

تمهيد

أولاً : فاعلية الذات

1. مفهوم الذات وفاعلية الذات

2. بعض المصطلحات المشابهة لفاعلية الذات.

3. أبعاد فاعلية الذات

4. مصادر فاعلية الذات

5. خصائص فاعلية الذات

6. فاعلية الذات العالية والمتدنية

تمهيد

تعتبر فاعلية الذات من أهم المفاهيم العلمية في علم النفس خاصة علم النفس الإيجابي. وهي تقوم على أساس تفاعل الفرد مع البيئة ومع الآخرين وهي سمة ثابتة تتصل على ما يستطيع الفرد إنجازه وأنها نتاج للقدرة الشخصية، وتعد من أهم ميكانيزمات القوى الشخصية. وسنتطرق في هذا الفصل إلى مبحثين، المبحث الأول مفهوم فاعلية الذات وبعض المصطلحات المشابهة لها بالإضافة إلى الخصائص ومصادر وغيرها، سنتعرف في المبحث الثاني أيضا على الحروق وأنواعها وأسبابها وعلاجها والتكفل النفسي بها وغيرها.

أولاً: فاعلية الذات:**1. مفهوم الذات وفاعلية الذات:**

قبل التعرف على فاعلية الذات نعطي أولاً فكرة عن ماهية الذات باعتبارها مجموعة من أفكار الذاتية التي تقوم عليها شخصية التي تساعد في وصف الفرد لذاته ومن ثم معرفة قدراته وإمكانياته ومن هنا نقول أننا لا يمكننا فهم وإدراك فاعلية الذات دون التعرف على ماهية الذات.

1.1. الذات:

يرى "أدلر" أنها تنظيمًا يحدد للفرد شخصيته ورؤيته وهذا التنظيم يفسر خبرات الكائن الحي ويعطيها معناها، وتسعى الذات لاكتساب الخبرات التي تكفل للفرد أسلوبه المتميز في الحياة وإذا لم توجد تلك الخبرات فإنها تعمل على خلقها. (بيروق، 2019، 30)

2.1. فاعلية الذات:

يرى "باندورا" (1977) أن مفهوم فاعلية الذات يتضمن معتقدات الأفراد حول كبح أو تنظيم تصرفاتهم اليومية باعتبار هذه المعتقدات إدراكاً لفعاليتهم الذاتية في مختلف المواقف. ويضيف أن فاعلية الذات تؤثر في أنماط التفكير والتصرفات المختلفة. وكلما ارتفع مستوى فاعلية الذات ارتفع بالتالي الانجاز وانخفضت الاستثارة الانفعالية. كما أن الأفراد ذوي الفاعلية الذاتية العالية يعتقدون أنهم قادرون على عمل أشياء ايجابية يمكن من خلالها تغيير واقع البيئة التي يعيشون فيها. أما ذوي الفاعلية المنخفضة فإنهم يرون أنفسهم عاجزين عن إحداث سلوك له أثاره ونتائج. (واكلي، 2017، 2)

تعرف "إبراهيم" فاعلية الذات بأنها اعتقاد أو إدراك الفرد لمستوى كفاءة إمكاناته وقدراته الذاتية وما ينطوي عليها من مقومات عقلية معرفية وانفعالية دافعية وحسية لمعالجة المواقف أو

الضغوط التي قد يتعرض لها، والتأثير في الأحداث لتحقيق انجاز ما في ظل المحددات البيئية القائمة. (إبراهيم، 2020، 276)

ويعرفها "ماكأدامز" (1994,mcadams) بأنها معتقدات الفرد بأنه قادر على القيام بنجاح بتسيير الأمور المطلوبة للتعامل مع مواقف المستقبلية والتي تشمل على الكثير من العناصر الغامضة وغير متوقعة وضاغطة. أي هي اعتقادنا في كفاءتنا السلوكية في موقف معين. (العفيري، 2020، 122)

وتعرفها "برج" أنها ثقة الفرد في قدرته على الانجاز وانه فعال في محيط عمله ومثابر في أدائه ولديه قدرة على إدارة الذات والتحكم في انفعالاته بما يؤدي إلى إنجازه في المواقف المختلفة. (برج، وآخرون، 2021، 206)

بينما يعرفها "أبو غزال" (2013) بأنها اعتقاد الفرد بقدرته إتقان مهمة ما، وتحقيق نتائج ايجابية. (مسعود، 2018، 562)

2. بعض المصطلحات المشابهة لفاعلية الذات:

1.2. مفهوم الذات :

صاغ "رمضان" مفهوم الذات بأنه المعنى المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسديا وعقلياً واجتماعيا في ضوء علاقتنا بالآخرين وهو قابل للتعديل تحت شروط معينة. وهذا المفهوم هو النواة التي تقوم عليها الشخصية أو فكرة الشخص عن ذاته. وهو تكوين معرفي منظم لمدرجات الفرد الشعورية والعموميات الخاصة بذاته، يتبناه الفرد ويضعه بمثابة التعريف النفسي لذاته. (رمضان، وآخرون، 2022، 580)

2.2. تحقيق الذات :

تعرفها "الشيبي" أنها عملية تنمية القدرات ومواهب الذات الإنسانية وفهم الفرد لذاته وتقبلها مما يساعده على تحقيق الاتساق والتكامل والتناغم مابين مقومات الشخصية وتحقيق التوافق بين الدوافع والحاجات الناتجة عن ذلك. (الشيبي، 2021، 883).

3.2. صورة الذات :

عرفها "الفتلاوي" أن صورة الذات تتضمن وصف الفرد لذاته وليس حكمه عليها وهذه النظرة تشكلها عوامل عدة من بينها، الخبرة بالبيئة المحيطة به وعلاقاته مع الأشخاص الآخرين وكذلك تفسيره لسلوكه. تشكل صورة الذات عند الفرد من بداية تنشئته الاجتماعية في طفولته من خلال تفاعله مع الآخرين وتنمو وتتطور هذه الصورة عن طريق الاحتكاك أو التفاعل المستمر مع الآخرين. إذ يمثل الأفراد الآخرين مصدرا أساسيا لتكوين صورة الذات عند الفرد فيقبل الفرد إدراك الآخرين له فسيدخلها ويعالجها ذهنيا فيحولها إلى مكونات لصورة ذاته. (الفتلاوي، 2021، 54).

3. أبعاد فاعلية الذات:

يحدد "باندورا" (1977_149) أبعاد فاعلية الذات المرتبطة بالأداء والتي ترتبط بدورها بمعتقدات الفرد عن فاعلية ذاته حسب ما يلي:

1.3. مقدار الفاعلية:

يتحدد كما يرى "باندورا" من خلال صعوبة الموقف، ويحدث حين تنخفض درجة الخبرة والمهارة لدى الفرد عما هو مطلوب داخل الفصل، فيعجز عن مقاومة التحدي.

2.3. العمومية:

وهي قدرة الفرد على تعميم قدراته في المواقف المتشابهة أي انتقال فاعلية الذات من موقف لموقف مشابه، ودرجة العمومية تختلف وتتباين من فرد إلى آخر.

3.3. القوة:

وهي الفروق الفردية بين الأفراد في مواجهة المواقف الفاشلة، وما يتبع ذلك من شعور بالإحباط . (العربيد، الزعبي، 2022، 241)

4. مصادر فاعلية الذات:

تنقسم مصادر فاعلية الذات إلى أربعة مصادر نذكر منها مايلي:

1.4. الإنجازات الأدائية: النجاح في الأداء يرفع فاعلية الذات بما يتوافق مع مصاعب العمل، والمهام التي يقوم بها الفرد ونجاح تكون أكثر فاعلية من تلك التي يتمها بمساعدة الآخرين، والإخفاق يؤدي في الأغلب إلى إنقاص فاعلية الذات حين نعرف أننا بذلنا أفضل ما لدينا من جهد.

2.4. الخبرات البديلة: ملاحظة نجاحات الآخرين يرفع فاعلية الذات، وملاحظة الفرد الآخر بنفس الكفاءة وهو يخفق في عمل ويميل إلى خفض فاعلية الذات.

3.4. الإقناع الاجتماعي (اللفظي) Social Persuasion:

يقصد به الحديث الذي يتعلق بخبرات معينة للآخرين والاقتران بها من قبل الفرد أو المعلومات التي تأتي للفرد لفظيا عن طريق الآخرين وهو ما قد يكسبه نوع من الترغيب في الأداء والعمل وعدم الفشل، يعمل الإقناع الاجتماعي اللفظي على رفع فاعلية الذات أو خفضها. ولكي يتحقق ذلك ينبغي أن يثق الشخص القائم على الإقناع بالنصائح والتحذيرات والتشجيعات التي تصدر عنه وأن يكون النشاط الذي ينصح الفرد بأدائه ضمن حصيلة الفرد السلوكية. وذلك لأنه يستحيل أن يتواجد إقناع لفظي يستطيع أن يغير حكم الشخص على فاعلية الذات إذا لم يكن

الشخص الذي تصدر منه النصائح والإقناع يمتلك الثقة في قدراته وإمكانياته والقدرة على أداء عمل ما وإتمامه. (يوسف، 2016، 33.34)

4.4. الاستثارة الانفعالية: الانفعال الشديد يسبب إخفاق في مستوى الأداء (مخامرة، 2018 ، 26.27).

كما يذكر "باندورا" أن الاستثارة الانفعالية تظهر في المواقف الصعبة بصفة عامة والتي تتطلب مجهودا كبيرا وتعتمد على الموقف وتقييم القدرة فيما يتعلق بالكفاءة الشخصية والاستثارة الانفعالية المرتفعة عادة ما تضعف الأداء .

ويشير "باندورا" إلى أن معظم الناس تعلموا الحكم على قدراتهم في تنفيذ عمل معين في ضوء الاستثارة الانفعالية فالذين يملكون خوفا شديدا أو قلقا حادا يغلب أن تكون فاعليتهم منخفضة وترتبط الاستثارة بعدة متغيرات هي :

مستوى الاستثارة : في هذا ترتبط الاستثارة في بعض المواقف بتزايد الأداء

الدافعية المدركة للاستثارة الانفعالية : فإذا أدرك الفرد أن الخوف أمر واقعي فإن هذا الخوف قد يرفع فاعلية الشخص و لكن عندما يكون خوفا مرضيا فإن الاستثارة الانفعالية عندئذ تميل إلى إنقاص الفاعلية .

طبيعة العمل : إن الاستثارة الانفعالية قد تيسر الإتمام الناجح للأعمال البسيطة ويغلب أن تعطل الأنشطة المعقدة. (المشيخي، 83، 2009)

5. خصائص فاعلية الذات:

نعرض فيما يلي مجموعة من الخصائص العامة لفاعلية الذات:

_ مجموعة من الأحكام والمعتقدات الفرد وإمكاناته ومشاعره حول ذاته.

_ ثقة الفرد بنجاحه في أداء مهمة، أو عمل معين يقوم به.

_ توقعات الفرد لأدائه في المستقبل.

_ تحتاج فاعلية الذات لبذل جهد من أجل تحقيق نتائج مرغوبة وهي ليست مجرد أدراك أو توقع.

_ تتحدد فاعلية الذات بالعديد من العوامل مثل : صعوبة الموقف، كمية الجهد المبذول ومثابرة الفرد.

_ توفر القدرة والاستطاعة سواء النفسية، أو العقلية، أو الفسيولوجية، بالإضافة إلى توفير الدافعية في الموقف.

_ لا تركز على مهارات الفرد فقط، ولكنها تركز على حكم الفرد من خلال ما يستطيع القيام به من مهارات يمتلكها.

_ فاعلية الذات تنمو من خلال تفاعل الفرد مع البيئة، ومع الآخرين كما تنمو من خلال التدريب واكتساب الخبرات المختلفة.(الشهري، 2020، 415).

6.فاعلية الذات العالية والمتدنية:

نجد أنه هناك خصائص عامة يتميز بها ذوي فاعلية الذات العالية والمتدنية فحسب "باندورا" فإن فاعلية الذات العالية لدى الفرد تتمثل في مجموعة من صفات الفرد الواثق من نفسه وقادر على تحديد أهدافه وتحمل مسؤوليته، أما فاعلية الذات المتدنية فهي مرتبطة بشعور الفرد بالعجز والقلق والتشاؤم حول أدائه وإمكانياته وقدراته وتقدير منخفض لذات .

1.6. خصائص فاعلية الذات العالية:

_ مستوى عال من الثقة بالنفس.

_ يمتلكون قدر عال من تحمل المسؤولية.

- _ مهارات اجتماعية عالية وقدرة هائلة على التواصل والتعامل مع الآخرين.
 - _ مثابرة من أجل مواجهة الصعاب والعقبات التي تواجههم.
 - _ طاقة عالية، وطموحهم مرتفع، لأنهم يضعون أهداف صعبة ويجتهدون من أجل الوصول إليها.
 - _ يعززون الفشل لجهدهم غير كافٍ، يتصفون بالتفاؤل، ولديهم القدرة على تخطيط للمستقبل.
- 2.6. خصائص فاعلية الذات المتدنية: (شك في قدراتهم)**
- _ خجل من المهام الصعبة، يستسلمون بسهولة، طموحاتهم منخفضة.
 - _ ينشغلون بعيوبهم بكثرة، يحولون المهام المطلوبة، يركزون على نتائج غير ناجحة.
 - _ يجدون صعوبة في النهوض من النكسات، يقعون بسهولة ضحايا للإجهاد والاكتئاب. (أبو عون، 2014، 82-83)

ثانيا :الحروق الجسدية

تمهيد

1. مفهوم الحروق الجسدية
2. أنواع الإصابة بالحروق الجسدية
3. أسباب الحروق الجسدية
4. خطة الإسعافات الأولية
5. علاج الحروق الجسدية
6. التكفل النفسي بالمصابين بالحروق الجسدية

ثانيا: الحروق الجسدية :

تمهيد:

تعتبر الحروق الجسدية من أكثر الإصابات التي تتم معالجتها في المستشفيات والعيادات وهذا ما جذبنا ودفعنا إلى معرفة مفهوم الحروق الجسدية وأنواعها وتأثيرها على الحالة النفسية للفرد.

1. مفهوم الحروق الجسدية:

هي الأذيات الحاصلة في الجسم لدى تعرضه لمصدر حراري أو لمادة أو لسائل لهما خاصية كيميائية كاوية للأنسجة (الشمس، الماء حار، كهرباء). وتتراوح في شدتها من حرق بسيط لمساحة محدودة صغيرة بحرق من الدرجة الأولى إلى مساحات كبيرة وحرق من الدرجات الأعمق. (الملك، 2024، 2)

عرفتها "معروف" بأنها الإصابات التي تحدث نتيجة تعرض الجلد للحرارة المرتفعة من السوائل أو الأجزاء الصلبة وكذلك عند التعرض المباشر لللسنة اللهب، أو مواد كيميائية أو الإصابة بالماسات الكهربائية تمثل الحروق رابع سبب للموت بالحوادث في الولايات المتحدة وحسب منظمة الصحة العالمية فإن أكثر من 1095 حالة وفاة سنوياً ناتجة عن الحروق. (معروف، 2019، 2)

تعتبر الحروق الجسدية من أشد الإصابات قسوة لما تخلفه من تشوهات وأثار جسدية والحروق الجسدية إصابة في النسيج تنجم عن تعرض الشخص للحرارة أو الكهرباء أو الأشعة أو المواد الكيميائية تؤدي هذه الحروق أو الإصابة بالحروق إلى تألم الشخص وتشكل فقاعات على مستوى الجلد وفي بعض الأحيان إلى فقدان الجلد وإلى التشوهات. (www.msmanuals.com)

هي تضرر بعض خلايا الجلد أو كلها بسبب الحرارة الزائدة أو المواد الكيميائية أو الشعاع أو الكهرباء أو الشمس. (https://www.sidra.org/)

2. أنواع الحروق الجسدية :تتعدد أنواع الحروق حسب خطورتها إلى "مساحة الحرق _عمق _منطقة_مدة التعرض "والتي يتم علاجها بناءً على ذلك وفيما يلي سوف نتطرق إلى هذه أنواع:

1.2. مساحة الحرق (سعة الحرق) : تعتبر الحروق خطيرة إذا زادت مساحتها عن ثلثا المساحة السطحية للجسم وتعتبر مميتة إذا زادت مساحتها عن ثلثي المساحة السطحية للجسم أي 66 بالمائة من المساحة السطحية للجسم.

وتحتسب مساحة الحرق حسب قاعدة التسع لوالاس (Rule of nine) حيث تشكل حروق الرأس 9 بالمائة والصدر أو الوجه الأمامي للجذع 18 بالمائة وكل من الطرف العلوي 9 بالمائة والوجه الخلفي للجذع 18 أو الظهر بالمائة وكل طرف سفلي 18 بالمائة والمنطقة التناسلية 1 بالمائة وكف اليد 1 بالمائة.(محمد، 2022، 1)

2.2. عمق الجرح : تصنف الحروق وفقاً لعمقها إلى 6 درجات من الحروق :

الدرجة الأولى: احمرار في الجلد وذمة خفيفة .

الدرجة الثانية: تصاب المنطقة المقترنة من البشرة Horney cell layer والطبقة الشوكية prickle cell layer ولا تصاب الطبقة القاعدية basal cell layerالمسؤولة عن تكاثر خلايا الجلد ولذلك تشفى الحروق من هذه الدرجة دون أن تترك ندبة. وفي هذه الدرجة تتكون الفقاعات Vesicles وتلاحظ هذه الفقاعات حول منطقة الحرق الجاف بينما في الحروق السلقية فتنشر الفقاعات على طول مساحة الحرق.

وتكون هذه الفقاعات تحت ضغط وتحتوي سائل من مصل غني بالبروتين والكلورايد في حالة الحروق الحيوية. أما في الحروق غير الحيوية فلا تكون هذه الفقاعات تحت ضغط وتكون ممتلئة بالهواء، وفي حالة احتوائها على سائل فإنه يكون قليل وفقير بالكلورايد والروتين (الألبومين) .

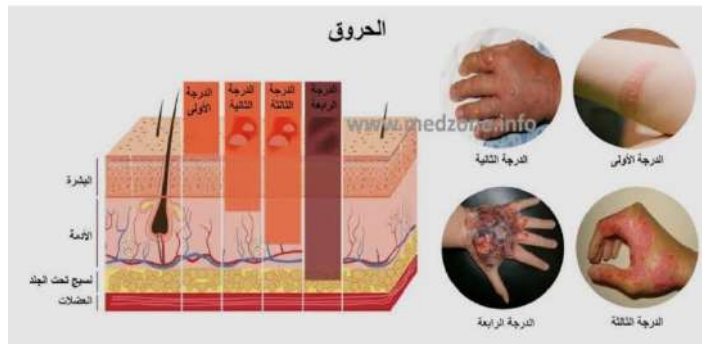


صورة (01) توضح الحرق من الدرجة الثانية <https://images.app.goo.gl/kaNXJihGAo6frSxx6>

الدرجة الثالثة: وفي هذه الدرجة تصاب الطبقة القاعدية بالضرر وتتكشف نهايات الأعصاب الحسية ولذلك يشعر المصاب بألم شديد بعكس الألم الخفيف الذي يحدث في حروق الدرجة الثانية نتيجة لتأثير الحرق على الأعصاب الحسية.

وعند شفاء هذه الحروق فإنها سوف تترك ندبة Scar وتكون مشوهة في الحروق الجافة (الناتجة عن التعرض لشعلة نارية) وتكون أقل تشوها من الحروق السلقية أو السطحية Scalds (الناتجة عن التعرض للموانع الساخنة).

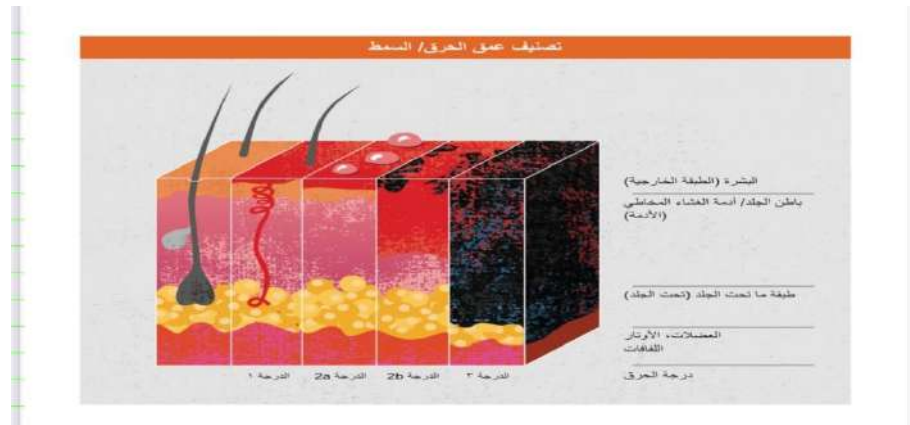
الدرجة الرابعة: ويشمل الضرر في هذه الدرجة البشرة epidermis والأدمة dermis وفيها تتلف النهايات العسية ولذلك يشعر المصاب بخدر وليس ألم في منطقة الحرق .



صورة (02) توضح درجات الحروق <https://www.google.ae/imgres?imgurl>

الدرجة الخامسة: تشمل البشرة والأدمة والنسيج الشحمي تحت الجلد والأنسجة الرخوة Soft tissue

الدرجة السادسة: درجة التغمم charring وفي هذه الدرجة تصاب أيضا الأحشاء والغضاريف والعظام ومهما كانت درجة التغمم فقد تتجو بعض الأحشاء من الحرق ويمكن الاستفادة من فحصها وتشريحها للتوصل للسبب الحقيقي للوفاة .



صورة (03): توضح تصنيف عمق الحرق. (Kleiner ratgeber , 2018,4)

3.2. منطقة أو مكان الحرق: حيث تكون إصابات الرأس والرقبة وجدران البطن والمنطقة التناسلية أكثر خطورة من بقية المناطق كما قد تحدث وفاة بالصدمة العصبية نتيجة لتعرض الوجه لشعلة نارية. الوجه: خطر الاختناق وإصابة الحواس.

اليدين: خطر تصلب المفاصل والإعاقة .

الأعضاء التناسلية: خطر التعفنات والتشوهات . (محمد، 2022، 2)

4.2. مدة التعرض لمصدر الحرارة: يسبب لهب المتفجرات والمواد سريعة الاشتعال حروقا سيرة بسبب قصر الوقت الذي تحترق فيه هذه المواد بلهب والذي لا يتجاوز عادة ثواني معدودات بينما يستمر احتراق النفط الأبيض أو الأسود فترة طويلة فتؤدي إلى حروق أعمق. (محمد ، 2022 ، 3)

3. أسباب الحروق الجسدية:

إن أسباب الحريق تعود إلى الإهمال المتعلق بعدم مراعاة عوامل الأمان عند التعامل مع المصادر الحرارية إضافة إلى وجود المصادر الحرارية في أماكن يصل إليها الأطفال والتعرض للحرارة المباشرة هو السبب للوفيات والعجز، وتتلخص أسباب الحروق فيما يلي:

1.3. العوامل الحرارية:

هي أكثر أسباب الحروق انتشاراً، تحدث نتيجة اتصال الجلد بأي جسم يكون مصدر للحرارة ومن بين هذه المصادر الحرارية نجد:ـ

السوائل: المغلية أو شديدة الحرارة سواء كانت على شكل سائل مشتعل (بتروول، بنزين، كحول) أو سائل ساخن (ماء، زيت) تكون إصابة الجلد هنا حسب ثلاثة حالات:

أ. تدفق سائل مغلي على جلد خالي من ملابس (عار) مع سرعة في تدفق غالباً ما يقود إلى حروق سطحية.

ب. تدفق سائل مغلي على جلد مغلف بملابس، يقود غالباً نحو حروق من درجة متوسطة أو غالباً من النمط الفسفيسائي. ج. الغمر أو الإغراق في سائل الساخن أو مغلي يكون هو السبب في الحروق من الدرجة الثالثة والرابعة تتحدد خطورة هذا النوع من الحروق حسب درجة حرارة السائل ونوعه

ـ **البخار:** بخار جد ساخن يكون سبب في حروق سطحية.

ـ **المواد الصلبة الساخنة:** تتمثل في أي مكون صلب ساخن، خاصة المعادن الساخنة وتتمركز حروق هنا في منطقة الاتصال

ـ **اللهب:** من أكثر مسببات الحروق انتشاراً، غالباً ما ينتج عند انفجار الغاز أو اشتعال النار. (بلهوشات، 2008، 105)

2.3. العوامل الكهربائية:

تحدث الحروق الكهربائية عند التعرض (لصعقة كهربائية) لتيار كهربائي يتراوح مقداره ما بين (110-120) فولط بالنسبة للأطفال، إضافة لتعرض إلى تيار عال عند الراشد البالغ.

ليس من نتائج الحروق الكهربائية تهديم النسيج فقط ، بل يتجاوز ذلك إلى تخثر الدم في الأوعية، قصور كلوي، ضعف القلب. وعليه فإن أضرار الحروق الكهربائية ليست كأضرار الحروق الحرارية العميقة، محدودة في السطح المتضرر ونسبية حسب درجة الحرارة وزمن الاتصال بل تتوقف خطورة الحروق الكهربائية حسب شدة التيار وزمن الاتصال بالكهرباء وظروف الاتصال، فاتصال الكهرباء بالجلد المبلل (الندي) أخطر منه عند الاتصال بالجلد الجاف. يكون تأثير الكهرباء طرديا مع شدة التيار، فكلما ازدادت شدة التيار كلما ازداد تأثيره، كلما يعتمد التأثير على مدى مقاومة الأنسجة لتيار، فكلما زادت المقاومة، كلما اشتد التيار، لذا فإن تلف العضلات يعد أكثر من تلف الجلد الظاهر. (بلهوشات، 2008، 106).

3.3. العوامل الكيميائية: تحدث نتيجة أو عن طريق أجسام كيميائية، كالحوامض أو القواعد القوية، من هذه المواد (الصودا الكاوية، الأحماض الكلوريدية، السولفترية، النيتريك، الفينول، الليزول).

تعد الحروق الناجمة عن العوامل القاعدية القوية هي الحروق العميقة والمتطورة دوما. إضافة إلى الإصابة، يمكن لهذه المواد أن تؤدي إلى تسمم حاد، نتيجة امتصاص الجسم لتلك المواد.

4.3. العوامل الإشعاعية:

يتسبب في وجود هذا النوع من الحروق إلى الإشعاع (X) أو الإشعاعات الذرية تماس بالدرجة الأولى النساء. (بلهوشات، 2008، 106)

4. خطة الإسعافات الأولية:

في حالة الإصابة بالحروق الجسدية من الضروري معرفة أو إتباع خطة إسعافية أولية لتقليل من حدة الحروق وهذا ما وضحته "معروف" حسب ما يلي:

يجب أولاً يتأكد المنقذون من سلامة الموقع وإن يتخذوا الاحتياطات المناسبة إن وجد فيه وقود غير مشتعل أو المتفجرات أو كهرباء أو مواد كيميائية.

يجب نقل المريض إلى مكان آمن يتجدد فيه الهواء النقي وإن توفر الأكسجين، يجب إعطاءه للمصاب إن دلت الدلائل على استنشاق الدخان.

نفض المادة الكيماوية عن ثياب المصاب ثم غسل الجلد بكميات كبيرة من الماء الجاري في الحروق الكيماوية.

في الحروق الحرارية أقل من 10% يجب تبريد الحرق بالماء أو بقطع من قماش المبللة لمدة 20 دقيقة ويغلى لتخفيف الألم ولا يترك المريض ملفوفاً بالمواد المبللة لمدة طويلة لأن ذلك يسبب انخفاض درجة حرارته وخاصة في الحروق الكبيرة.

بعد تبريد الحرق حافظ على دفئ المريض.

إذا تأخر نقل المريض إلى المشفى ولم تكن هنالك خطورة على المسلك الهوائي يجب تشجيع المريض على شرب كميات صغيرة من السوائل بانتظام وبكثرة. (معروف، 2019، 8.9)

5. علاج الحروق:

تختلف وتتعدد خطة العلاج المقدم للمصابين بالحروق الجسدية حسب درجة وعمق الحرق، إذ تقسم حسب مايلي:

1.5. العلاج الطبي:

بعد تلقي الإسعافات الأولية للحروق، يمكن أن تشمل الرعاية الطبية كلا من الأدوية والمنتجات التي تهدف إلى تحفيز الشفاء.

العلاجات القائمة على الماء: قد يستخدم فريق الرعاية تقنيات مثل العلاج بالضباب وبالموجات فوق صوتية لتنظيف وتحفيز أنسجة الجرح.

السوائل: قد تحتاج إلى السوائل عن طريق الوريد (17) لمنع الجفاف وفشل الأعضاء

أدوية الألم والقلق: يمكن أن يكون الشفاء من الحروق مؤلماً بشكل لا يصدق قد يحتاج إلى المورفين والأدوية المضادة للقلق.

إذا لم يتم نقل الحالة إلى مركز الحروق فقد يختار فريق الرعاية من بين مجموعة متنوعة من المنتجات الموضعية لالتئام الجروح مثل : الباسيتراسين والسلفاديازين الفضي "سيلفادين". هذه تساعد على منع العدوى وإعداد الجرح لإغلاقه.

ضمادات الجروح المتخصصة: لإعداد الجرح للشفاء إذا لم يتم نقله للمركز فمن المرجح أن يتم تغطية الجرح بالضمادات الجافة فقط .

ومن بين الأدوية التي تحارب العدوى طلبة الكزاز يوصى بها الطبيب بعد إصابة بالحروق.

2.5. العلاج الطبيعي:

إذا كانت المنطقة المحروقة كبيرة خاصة إذا كانت تغطي أي مفاصل. فقد يحتاج إلى تمارين العلاج الطبيعي، يمكن أن يساعد في تمديد الجلد بحيث يمكن أن تظل المفاصل مرنة، يمكن لأنواع أخرى من التمارين تحسين قوة العضلات والتنسيق. (2023/12/08 mayoclinic.org)

3.5. العمليات الجراحية وغيرها من الإجراءات:

_مساعدة في التنفس إذا تعرض للحرق على مستوى الوجه والرقبة فقد ينتفخ الحلق إذا بدا ذلك محتملاً فقد يقوم الطبيب بإدخال أنبوب أسفل القصبة الهوائية "الرغام" للحفاظ على تزويد الأكسجين رئتيك.

_أنبوب التغذية: قد يحتاج الأشخاص الذين يعانون من نقص التغذية إلى الدعم الغذائي. قد يضع الطبيب أنبوب التغذية عبر الأنف إلى المعدة.

_سهولة تدفق الدم حول الجرح: إذا كان جرح الحروق "eschar" يدور تماماً حول أحد الأطراف فيمكنه تشديد الدورة الدموية وقطعها. يمكن أن يجعل الشار الذي يدور حول الصدر تماماً صعوبة في التنفس. قد يقطع الطبيب الشار لتخفيف هذا الضغط .

_ترقيع الجلد: هو إجراء جراحي يتم فيه استخدام أجزاء بشرتك الصحية لاستبدال النسيج الندبي الناجم عن الحروق العميقة يمكن استخدام جلد المانحين من المتبرعين المتوفيين كحل.

_الجراحة التجميلية: يمكن للجراحة إعادة البناء أو تحسين المظهر ندوب الحروق وزيادة مرونة المفاصل المتأثرة بالندبات(2023/12/08 mayoclinic.org).

6. التكفل النفسي بالمصابين بالحروق الجسدية: إن التكفل النفسي هو طريق نحو الشفاء من الصدمة، والحدث الصدمي. وهنا تكمن أهميته خاصة بالنسبة لضحايا الحروق لأنه يوفر الرعاية الذاتية ويساعد على التخلص من المعاناة الجسدية والنفسية.

1.6. الاعتراف بالحدث:

بعد وضع صادم، قد يتردد الناس في تصديق أن الوضع قد حدث، وإنهم ينزلون إلى حالة إنكار ويتصرفون وكأن شيئاً لم يحدث في حياتهم، دون الاعتراف بأهمية الوضع لا يمكن للشخص أن يبدأ الشفاء(ماذا جرى، ماذا حدث)،يمكن أخذ بعض الوقت حسب الحاجة لتتبع

خطوات الصدمة والنظر في أحداث الموقف مما لاشك فيه أن القيام بذلك سيكون غير مريح ولكن الشفاء لا يمكن أن يأتي دون إزعاج .

2.6. تقبل الدعم: يعتبر الدعم بالنسبة للأشخاص الذين تعرضوا للصدمة أمر ضروري، لأن تجاوز الصدمة النفسية يكمن في الرغبة بالشفاء والاستعداد لقبول المساعدة والدعم، ولذين لديهم طاقة للتواصل مع أحبائهم، مثل: الأصدقاء والعائلة والشريك وزملاء العمل وأعضاء مجموعة الدعم أو الأخصائي النفسي، الجزء المهم هنا هو إدراك أن الآخرين قد يكونون قادرين على مساعدتك وتشجيع أحبائهم على أخذ زمام المبادرة وعدم اليأس. (03/03/2024eric patterson lpc

3.6. ممارسة الرعاية الذاتية:

تساعد ممارسة الرعاية الذاتية الفعالة والعناية بالنفس شخص ما في تحديد أولوياته واحتياجاته والتركيز على التعافي من الصدمة يقللان من الشعور العام بالتوتر، تتمحور جميعها حول موضوع الشخص الذي (تعرض لصدمة). يمكن أن توفر الرعاية الذاتية التي تتم باعتدال فرصة الشفاء لأنها توازن بين ألام الصدمة ورغبة الشخص في الشفاء ويمكن أن تشمل مايلي:

- _مكافأة نفسه بكوب قهوة.
- _الاستماع إلى الموسيقى.
- _مشاهدة فيلم محبوب.

- _الحصول على التدليك فعل أشياء تجعله يشعر بالحب والاسترخاء.
- _الذهاب إلى أماكن جديدة، والحصول على تجارب جديدة، وتجربة الأطعمة التي لم يتناولها من قبل مع أحبائه هي علاجات ممتازة للصدمة، يمكن أن يكون المرح مرحبا به باعتباره وسيلة لتخفيف الضغوط اليوم ويوفر منظورا جديدا. (03/03/2024eric patterson lpc)
- _تركيز على الأنشطة الإبداعية والتعبيرية لأنها تعتبر وسيلة لتخلص من الأفكار والمشاعر غير مريحة، كالرسم والغناء وغيرها من أشكال تعبير الأخرى.

4.6. تركيز على الصحة البدنية: عندما تتعرض صحة العقلية للاعتداء من الصدمة، يحتاج الشخص إلى تكريس الطاقة والموارد لصحته النفسية. ومع ذلك، لا يمكنهم إهمال صحتهم البدنية لأنها يمكن أن تؤثر بشكل كبير على شعور المرء عقليا وتحسين الصحة البدنية يكمن من خلال تركيز الشخص على نظامه الغذائي ونشاطه البدني وجدول نومه على النحو التالي: إن تناول الطعام الصحي سيعطي شخصا ما الطاقة للعثور على الدافع لتحقيق الأهداف. تقديم التمارين الرياضية العديدة من الفوائد الصحة العقلية وتزويد الجسم بالمواد الكيميائية التي تساعد على تحسين المزاج وتقليل القلق وشعور بالراحة مثل: الإندورفين. أما بالنسبة للذين لا يحبون ممارسة تمارين رياضية يمكنهم عوضا عن ذلك المشي أو القيام بشئ ممتع مثل ركوب الدراجة أو الرقص أو اليوغا أو أي جهد بدني يراه متماشيا مع مزاجه العام أو أي شئ يتضمن تحريك جسمه لأن ذلك سوف يساعده على الشفاء. يمكن للنوم المريح استعادة العقل وإعادة شحن بطارية الشخص لليوم التالي. (03/03/2024eric)
(patterson lpc)

5.6. تدريب على اليقظة والتأمل:

يمكن التعامل مع التوتر والقلق من الصدمة بشكل جيد من خلال التدريب على التأمل واليقظة. مع العلم أن كلتا الممارستين صعبة وغير مريحة في البداية، ولكن إذا كان بإمكان الشخص الالتزام بالروتين، فيمكنه العثور على مستويات جديدة من الاسترخاء. قد تشجع التأملات المستخدمين على تصفية عقولهم أو ملؤها بأفكار إيجابية وملهمة ويتضمن التأمل واليقظة بعض حركات جسم محددة التي يجب إتباعها وتركيز عليها لأنها تحسن مزاج الشخص وشعوره بالراحة وتساعد على تعديل الأفكار القلقة وشعور بالهدوء والسلام والراحة.

6.6. العودة إلى روتين:

مما لاشك فيه أن الصدمة تترك تأثيرا هائلا على كل جانب من جوانب الحياة. ستتغير جميع الأفكار والأفعال والمشاعر، قد يشعر البعض بأنهم بعيدون عن أي جدول زمني أو روتين

سابق إذا تغيروا كثيرا.

في هذه حالة يجب تفكير مرة أخرى في حياة ما قبل الصدمة وتفكير في الروتين النموذجي. لأن العودة إلى العادات القديمة يساعد الشخص على شعور بأنه في أمان. هناك دائما مجال للتغييرات والتحسينات لأنها تعتبر وسيلة الأفضل في العادة، ولكن هنا العودة إلى الأنشطة اليومية المألوفة يمكن أن يحافظ على عملية الشفاء. (03/03/2024eric patterson lpc)

7.6. تدوين تجربة:

تتبع العديد من الفوائد من كتابة اليوميات للصحة العقلية، يمكن أن تساعد ممارسة اليوميات هذه حول الصدمة في عملية الشفاء من الصدمة أيضا، لا توجد طريقة صحيحة لليوميات لذلك يجب أن يشعر الناس بالحرية في تجربة الخيارات التي تناسب احتياجاتهم. يمكن أن تتضمن اليوميات استكشاف موسعة في كل فكرة وشعور، أو تساعد على تحديد محفزات الصدمة، أولا يمكن أن تكون اليوميات سوى انعكاس موجز للأحداث اليومية. قد يكون من المفيد استخدام متطلبات اليومية لجعل الشخص يوظف أفضل طريقة لمشاركة مشاعر القلق والاكتئاب. (03/03/2024eric patterson lpc)

8.6. عدم تسرع في العملية:

للشفاء من الصدمة، يجب ألا يحاول الشخص أبدا التسرع في العملية أو اتخاذ اختصارات أو تجاهل مشاكله تماما. لأن الشفاء هو عملية تستغرق بعض الوقت، وتتطلب الصبر والتفهم من قبل الشخص المصدوم والأشخاص المهمين الآخرين في حياته. لأن العلاج هو جزء من عدم التسرع في العملية وينطوي على فهم ووعي الشخص أن الشفاء من الصدمة لا يحدث في خط مستقيم. وأنه ستكون هناك نجاحات وستكون هناك انتكاسات وعقبات، وأن هذه الدورة من الإنجاز والتراجع هي نموذجية ومتوقعة.

في الأخير يجب على الناس العمل لتذكير أنفسهم بالبقاء هادئين وإيجابيين ومثابرين عندما تأتي الأيام والأسابيع الصعبة. وأنهم طالما استمروا في سعي إلى تعلم مهارات التأقلم الإيجابية وتجنب مهارات التأقلم السلبية، فإن النجاح ممكن. (03/03/2024eric patterson lpc)

خلاصة:

تعتبر فاعلية الذات وسيلة فعالة لقياس قدرات الفرد وإمكانياته واعتقاده الصادق نحوها لتحقيق المهام والأهداف التي يرغب في تحقيقها، كما أنه كلما زادت إيجابية الاعتقاد زادت نسبة النجاح والرضا وكلما انخفض الاعتقاد زادت نسبة فشله، وهذا لا ينطبق على الأصحاء فقط بل على الذين يعانون من اضطرابات نفسية وجسمية، ونخص بالذكر هنا المصابين بحروق جسدية لأنها تعد من بين الحوادث التي تؤثر في نظرتهم نحو أنفسهم وفاعليتهم وكفاءتهم وخاصة أنها تخلق معاناة نفسية إلى جانب المعاناة الجسدية.

الجانِب التطبيقِي

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للبحث

1. منهج البحث

2. أدوات البحث

3. حالات البحث

4. حدود البحث

1. منهج البحث:

اعتمدنا فيبحثنا على المنهج العيادي، وهذا لتناسبه مع طبيعة موضوع البحث وكذلك مشكلة البحث كونه يحقق نتائج أكثر دقة وذلك من خلال البحث للحالات الفردية وتأكيدا على ذلك يعرفه " لاغاش " بأنه هو المنهج الذي يستخدم لدراسة المسائل البشرية العيادية. بحيث يتناول سلوك الإنسان تناولا علميا وبشكل عميق.

كما عرفه كل من " p_pichot وdelay " على أنه المنهج الذي يهدف إلى إبراز الشيء النوعي، الأكثر خصوصية، عند الشخص المدروس، عن طريق دراسة الحالة، والمقابلة الإكلينيكية. (نحوي، 2010، 139)

هو الدراسة المعمقة للشخصية كحالة فردية (عادية أو مرضية). بهدف فهم الحالة الراهنة لسلوك الفرد اعتمادا على معطيات تاريخه الماضي أدائه الحاضر، بغية تشخيص الحالة وتنبؤ بتطورها مستقبلا. (حاج سليمان، 2021، 11)

يعرفه الباحثان "Lyndia Fernandez" و "Jean Louis Pedinielli" أن المنهج العيادي هو أسلوب موجه للاستجابة لوضعيات واقعية معينة لذوات التي تعاني من مشاكل أو اضطرابات نفسية أو جسمية، وهو يركز مبدئيا على الحالة بصفة خاصة، أي الفرد، لكن دون أن يتم تعميم النتائج بالضرورة. إن المنهج العيادي يندرج ضمن نشاط علمي عملي يهدف إلى معرفة وتعيين بعض الحالات والاستعدادات والسلوكيات "المرضية" بغرض اقتراح علاج معين "علاج نفسي مثلا" قد يكون تدبيرا اجتماعيا أو تربويا أو شكلا من أشكال التوجيه يساعد الفرد أو يساهم في التقويم الإيجابي لسلوكه. وتكمن خصوصية هذا المنهج في رفضه الفصل بين المعلومات المحصل عليها. ثم محاولته تنظيمها وترتيبها وتصنيفها بوضعها في سياق دينامي، هو سياق عيش الفرد.(الشقيف، 2021، 23)

2. أدوات البحث:

يحاول ويسعى الباحث خلال البحث إلى توفير أكبر قدر من المعلومات والمعطيات حول موضوع بحثه وحالات البحث، لذلك يستخدم أدوات وسائل حسب منهج المتبع، وفي إطار البحث تم استخدام الأدوات التالية:

1.2. المقابلة العيادية النصف الموجهة:

تعد المقابلة من الوسائل المهمة والأساسية، لجمع البيانات والمعلومات، لدراسة الفرد، كما أنها من أكثر الوسائل فعالية وشيوعاً في الحصول على البيانات. وقد عرفها " أنجلس " أنها محادثة موجهة يقوم بها فرد مع آخر أو مع أفراد بهدف الحصول على المعلومات. لاستحداثها في البحث العلمي، أو الاستعانة بها، في عمليات، التوجيه والتشخيص والعلاج.

تتم المقابلة العيادية المباشرة وجها لوجه بين كل من المفحوص والأخصائي النفسي، حسب خطة محددة ومعينة، بهدف الحصول على معلومات عن السلوك، ومعارف المفحوص ومحيطه لمساعدته على حل المشكلات التي يواجهها. (نحوي، 2010، 142)

وقد تم استخدام المقابلة نصف موجهة كونها تخدم موضوع البحث أكثر، وهي المقابلة التي تقع بين المقابلة الحرة والموجهة، يقوم فيها العيادي بالاستماع إلى المفحوص والتدخل لغرض توجيهه فيما يخدم مقابلة البحث، هذا النوع من المقابلة يسمح للمفحوص بالتعبير بكل ارتياح وطلاقة ويشجعه على الكلام. (لقوي، 2016، 47)

تبنى المقابلة النصف الموجهة للبحث لأنها تساعد وتشجع على التعبير الحر والتداعي من خلال أسئلة المفتوحة توجه بانتظام المفحوص نحو الأسئلة دقيقة التي نرجو في سبيلها إجابات في إطار الأهداف المنهجية، التي تتيح للباحث العيادي بجمع المعطيات الأساسية للمفحوص ودراساتها في تكامل منسق لتأمين فهم واقعه الشعوري واللاشعوري لبعض الأفكار والتصورات النفسية المسجلة في أدوات أخرى للبحث. (جبار، 2016، 153)

ولقد أعدنا المقابلة العيادية على أساس محاور تمكنا من تحديد فاعلية ذاتية، وجمع البيانات التي تفيدنا في تفسير وتحليل الفاعلية الذاتية للحالات الخمس وتمثلت المحاور في:

المحور الأول: البيانات الشخصية

المحور الثاني: إصابة بالحرق

المحور الثالث: فاعلية الذات

2.2. مقياس فاعلية الذات:

1.2.2. التعريف بالمقياس: المقياس المستخدم في الدراسة الحالية هو من إعداد عماد محمد السيد عبد الرحمان (1998) وقام بشير معمريا (2011) بتعديل المقياس وذلك بما يناسب البيئة الجزائرية، وقد تم تطبيق على خمس حالات تعاني من الحروق الجسدية، حيث كان المقياس في صورته النهائية مكون من 28 فقرة موجبة و02 فقرات سالبة، واستعمل معد المقياس أربعة بدائل: لا، قليل، متوسط، كثيرا. وأعطيت الأوزان (0_1_2_3) حيث قام معد المقياس باستخراج الخصائص السيكمترية وذلك بعد حساب معامل لكل بند في المقياس. وإلى حساب صدق وثبات المقياس ب:

صدق التمييزي:

حيث قام بأخذ نسبة 27% من عدد الإجمالي من الذكور والإناث حيث كان عدد الذكور 66 أي بحجم 18 ذكر وعدد الإناث كان 73 أي بحجم العينة يساوي 20 أنثى وقام بحساب بقيمة ت المحسوبة حيث كانت قيمة ت بالنسبة للذكور والإناث كانت دالة إحصائيا مما يجعل مقياس يتصف بمستوى عالي من صدق لدى العينتين.

الوثبات :

وقد قام معد المقياس بحساب الوثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار . وقد تحقق من وثبات المقياس في هذه البحث بطريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ معامل ألفا 0.788 وهي قيمة عالية تدل على وثبات المقياس. (معمري، 2015، 41.44)

2.2.2. طريقة تصحيح المقياس:

بالنسبة للعبارات الإيجابية الدلالة تعطى الدرجات كالآتي

الدرجة (03) للإجابة "كثيرا"

الدرجة (02) للإجابة "متوسط"

الدرجة (01) للإجابة "قليلا"

الدرجة (00) للإجابة "لا"

بالنسبة للعبارات ذات الدلالة السلبية (وهما العبارتان : 07 و 27) تعطى الدرجات عكسيا:

الدرجة (00) للإجابة "كثيرا"

الدرجة (01) للإجابة "متوسط"

الدرجة (02) للإجابة "قليلا"

الدرجة (03) للإجابة "لا"

وبعد ذلك يتم جمع درجات كل بنود المقياس للحصول على الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات وتحديد درجة فاعلية الذات.

3.2.2. سلم التقييم:

(0-30) فاعلية الذات منخفضة.

(31-60) فاعلية الذات متوسطة.

(61-90) فاعلية الذات مرتفعة.

3.2. الذكريات الباكّة:

كل ذكرى -مهما بلغت تفاهتها- مهمة جدا لأنها تمثل أمرا ينبغي تذكره بالنسبة لهذا الشخص. وترجع أهميتها إلى كونها تصور الحياة كما يعرفها ذلك الشخص. ولا يهمنا أن تكون الذكرى - التي يعتبرها الفرد أول ذكرى - هي حقا أول شيء يستطيع هذا الفرد تذكره عن طفولته المبكرة أم لا؛ إنما المهم أنه يعتبره هو أول الذكريات. وينبغي أن لا نفرق بين الذكريات القديمة والحديثة. ومن غير المهم معرفة ما إن كانت هذه الذكرى الأولى حقيقية أم من صنع خياله. إن الذكريات تهمنا فقط لكونها تمثل طريقة فهم الحياة وتأثيرها على الحاضر والمستقبل ، فالذكرى الباكّة تعكس وجهة نظر الفرد حول الدنيا وحول ذاته ومسار السلوك الذي اختاره لنفسه للتعامل مع الحياة. وفي بحثنا هذا نطلب من كل حالة سرد أقدم ثلاث ذكريات باكّة تحضر في ذاكرتها. (<https://quiet-psycho.net/2024/04/26>)

3. حالات البحث: تتكون من خمس فتيات تعرضن إلى الإصابة بحروق جسدية، وتم اختيارهما بطريقة قصدية وفقا للشروط التالية:

_ أن تكون الحالة فتاة شابة

_ أن تكون مصابة بحروق جسدية.

_ أن تكون قد شفيت تماما من الإصابة، مع بقاء آثار الحروق.

وتمثلت الحالات في:

الحالة الأولى : 19 سنة، مصابة بحروق من الدرجة 4، على مستوى القدمين والساقين، مدة الإصابة 10سنوات.

الحالة الثانية: 23 سنة، مصابة بحروق جسدية من الدرجة 2، على مستوى فخذين، 5 سنوات.

الحالة الثالثة : 28 سنة، مصابة بحروق جسدية من الدرجة 2، على مستوى بطن وفخذ الرجل اليمنى، 4 سنوات.

الحالة الرابعة : 24 سنة، مصابة بحروق من الدرجة 2، على مستوى قدم وساق واحدة، مدة الإصابة 11 سنة.

الحالة الخامسة : 14 سنة، مصابة بحروق جسدية من الدرجة 3، على مستوى فخذين وساقين، مدة الإصابة 6 سنوات.

4.حدود البحث :

1.4.الحدود المكانية :

تم إجراء البحث مع كل حالة في بيئتها الطبيعية.

2.4. الحدود الزمنية :

هي المدة الزمنية التي أجري فيها البحث الميداني والتي امتدت من شهر نوفمبر 2023 إلى غاية أبريل 2024.

الفصل الرابع

عرض وتفسير نتائج الحالات

الحالة الأولى

1. تقديم الحالة

2. ملخص المقابلة

3. نتائج مقياس فاعلية الذات

4. الذكريات الباكرة للحالة

5. تأويل الذكريات الباكرة للحالة

6. التحليل العام للحالة

عرض ومناقشة نتائج الحالة الثانية

عرض وتفسير نتائج الحالة الثالثة

عرض وتفسير نتائج الحالة الرابعة

عرض وتفسير نتائج الحالة الخامسة

الحالة الأولى:

1. تقديم الحالة (ب):

1.1. البيانات الشخصية:

الاسم: ب

السن: 19

الحالة الاجتماعية: عزباء

المستوى التعليمي: أولى جامعي

2.1. البيانات الأسرية:

الأب: متوفي

الأم: على قيد الحياة

عدد الإخوة: 6

رتبة الميلاد: 3

مستوى الاقتصادي: متوسط

سن الإصابة: 10

سبب الإصابة: نار، الجلوس أمام موقد ناري

درجة الإصابة: 42. ملخص المقابلة مع الحالة (ب):

الحالة "ب" تبلغ من العمر 19 سنة عزباء تحتل المرتبة الثالثة في تشكيلة الأسرة، من أسرة متوسطة الدخل تعيش تحت سقف واحد مع الأم والإخوة، مستواها التعليمي أولى جامعي. لما بلغت عشر (10) سنوات من العمر، أصيبت الحالة بحروق جسدية على مستوى القدمين من الدرجة الرابعة، مما أدى إلى بقائها في عناية مشددة لمدة أربعة أشهر وفي غرفة عادية لمدة سبعة أشهر في المستشفى. من خلال المقابلة النصف الموجهة والملاحظات العيادية للحالة "ب" المصابة بحروق جسدية من الدرجة الرابعة، صرحت الحالة أنها قد عاشت ظروف اجتماعية

صعبة خاصة مع زملائها وتبين ذلك من خلال قولها "كانو يسبونني ويقولولي ربي راه حاركك ,معوقة ويطيحوني من كرسي(متحرك)، ووليت منجمعش مع ناس إلا لي نرتاح معاهم". ومع بقاء أثار الحروق وضحت الحالة أنها أصبحت تتجنب الاختلاط مع الآخرين بقولها "منحبش نروح للمناسبات باه ميسقسونيش واش بيا، كنت نحشم كي يشوفو رجليا وديما نغطيهم حتى في لعراس".

ولكن بعد ذلك بينت الحالة أنها قد تجاوزت صدمة الإصابة وهذا لمرور فترة معتبرة على الإصابة من خلال قولها " كانت عندي عزيمة رغم كلش ورغم أنني مكونتش نجم نمشي بصح درت سبور باه نقدر نرجع كيما كنت قبل ونرجع لقرايتي". ووضحت الحالة أيضا أن المحيط الأسري الذي كانت فيه هو الذي ساعدها على تجاوز تلك الفترة بقولها "ماكنوشيحسوني بليفيا نقص أو تغيير وكنت نحس بالأمان هذا شيء لي زاد دارلي كوراج كثر".

الحالة خلال فترة علاجها وتواجدها في مستشفى كانت تقارن نفسها بالمرضى الأكثر تضررا منها لتشعر أن ألامها ليست أكثر منهم بقولها " كي كنت في سبيطار ونشوف ولاد قل مني محروق جسمهم كامل نقول الحمد لله كي منيش كيفهم ويغيضوني". وكما وضحت الحالة أن الأم والأخ الأكبر كانوا أكبر داعمين لها خلال فترة علاجها وتواجدها بالمستشفى وخاصة الأم، زدت كونفارميت هذا كي خلاصولي بلايص لي ينحيولي منهم لحم باه يزيدوه في رجليا ماما نحات منلحمها وعطاتي". وبعد انتهاء الحالة من كلامها عن مبادرة أمها بالتبرع لها بجلدها بدأت بالبكاء ولاحظنا تغير ملامح وجهها وظهور الحزن عليها.

وفي الأخير وضحت الحالة أنها بفضل عزميتها القوية والدعم الأسري لها ومع مرور الوقت استطاعت أن تتقبل نفسها وتتعايش مع الوضع وأصبحت تركز على أن تحقق أهدافها وطموحاته بقولها "أول حاجة حابة نديرها ننجح في قرايتي ونولي محامية وندير لماما عمرة إن شاء الله باه نعوضها على تعبها معايا".

أما بخصوص نظرتها للمستقبل قالت " عندي أمل وثقة كبيرة في روعي أنني نحقق واش حابة من بينهم أنني نروح بإذن الله ندير عملية تجميل في تونس "، وعند سؤالها عما إذا أثرت الإصابة في دراستها وتحصيلها أجابت أنه سنة إصابتها كانت مقبلة على شهادة التعليم الابتدائي، وبسبب أنها كانت في مستشفى أدى هذا إلى توقفها عن الدراسة. لكن رغم ذلك استطاعت الالتحاق بالامتحان وتحصلت على شهادة تعليم الابتدائي بامتياز بقولها " عقت سيزيام وجبتو 9.50 وكرمني الوزير وداروني في تلفزيون".

3. نتائج المقياس للحالة (ب):

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات للحالة (ب) كانت النتائج كالتالي:

جدول 01: يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة (ب):

رقم العبارة	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
الدرجة	02	01	03	03	02	03	01	03	03	01
رقم العبارة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الدرجة	02	02	03	03	02	03	02	03	03	03
رقم العبارة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الدرجة	01	02	03	02	03	02	02	01	03	01
المجموع	68									

من خلال النتائج المبينة في الجدول 01، بلغ مجموع استجابات الحالة على مقياس فاعلية الذات (68) درجة. وهي درجة تقع في المجال (61-90)، أي مجال الدرجات المرتفعة. ومنه فإن الحالة سجلت مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

4.الذكريات الباكرة للحالة (ب):

الذكرى الأولى: المدة لي تحرقت فيها وفوتها في سبيطار كانت غير ماما معايا. بابا مكانش يجيني على خاطر متزوج مرا ثانية ديما تغيضي روعي ونبكي كي نشوف لولاد لي معايا أهلهم يجوهم و يسقسو عليهم نحسهم صح يحبو ولادهم إلا أنا. غير ماما لي تمرمدت معايا، ديما نقول: كل يوم ليوم يجي بابا كي يلحق وقت زيارة نبقي غير نخزر في هذاك الباب بصح مجانيش طول في الوقت لي كنت مسحقاته يوقف معايا خلاني.

الذكرى الثانية: كنت حابة نعقب السيزيام بصح كي تحرقت مقدرتش نعقب في الدورة العادية قولت لماما نهار لي يعقبو قوليلي نخرج من سبيطار نروح نعقب ونرجع، وهيا خبات عليا ماقالتليش راهم يعقبو حتى النهار نسمع في ناس لي في سبيطار تزغرت وفرحانين كي سقسيت ماما قاتلي مكان والو راهم خارجين من سبيطار برك، حتى وين دخلت مرا وقالت ولدي نجح في سيزيام أنا غاضني لحال ياسر من ماما كي خبات عليا وكي معقبتش وبكيت ياسر وعيطت عليها بصح الحمد لله جاتني الفرصة وعقب في دورة ثانية و نجحت.

الذكرى الثالثة : قبل مانعقب سيزيام وقبل مانتحرق كنت حابة تعود عندي ببسكيلات كيما صحاباتي بصح دارنا ماكانوش قادرين يشروهالي، ماما معندهاش متخدمش وبابا عندو زوج عايلات وأغلب الوقت عند مرتو الثانية، وماما وعدتني ندي سيزيام تشريهالي ورغم كلشي فوتاتو معايا جرات معايا في سبيطار وحدها من بلاد لبلاد ونهار كامل تبكي غايضها حالي. وصلت وين نحات من لحمها وعطانتني تعذبت معايا وهذا كل ومنساتش نهار لي رتحت ورجعت لدار شراتلي ببسكيلات وفلايك كيما وعدتني رغم أنو معندهاش هيا الوحيدة لي تعذبت معايا تتحيها من روحها وتزيدها فيا.

5. تأويل الذكريات الباكرة للحالة (ب):

تأويل الذكرى الأولى:

بدأت الحالة في التعبير عن ذكرياتها التي تحتوي على أحداث مهمة والتي تركت وقع نفسي لها، وهي ذكرى تحمل مشاعر الحزن بين الحالة (ب) والأب. لأن الحالة لم تتلقى العناية المنتظرة في حين تلقت حرمان عاطفي وعدم الاهتمام وتجاهل من طرف الأب وهذا ما سبب لها مشاعر سلبية، وهذا ما بينته في قولها "كل يوم نقول اليوم يجيني بصح مجانيش طول في الوقت لي كنت مسحقاته يوقف معايا خلاني". ولكن الأم عوضت تلك المشاعر السلبية وحرمان عاطفي من خلال جهود كبيرة في العناية والرعاية للحالة.

تأويل الذكرى الثانية:

تحمل الذكرى الثانية للحالة مشاعر اللوم تجاه الأم لأن الحالة كانت تعتقد أن فرصة الوحيدة للفرح ولنسيان معاناة التي مرت بها هي اجتيازها لشهادة التعليم الابتدائي ولكن الأم حرمتها من تلك الفرصة، كما وضحت هذا اللوم في قولها: "أنا غاضني لحال ياسر من ماما كي خبات عليا وكي معقبتش وبكيت ياسر"، لكن هنا الأم سعت لإخفاء خبر اجتياز الشهادة خوفا على صحة الحالة ومن أجل حمايتها وعناية بها، في حين أن الحالة تحمل مشاعر حب تجاه الأم. ونرى أن الحالة تحمل نظرة تفاؤلية لأن الحياة أعطتها فرصة ثانية وتمثلت في قولها "الحمد لله جاتني الفرصة وعقب في دورة ثانية و نجحت"، ورغم أن البداية كانت عسيرة إلا أن النهاية كانت سعيدة.

تأويل الذكرى الثالثة:

في الذكرى الثالثة وضحت الحالة أن الأم شخصية مهمة لمالها من دور فعال في حياتها بحيث أنها عوضتها عن حرمان من محبة واهتمام الأب وكانت هي السند والداعم لها في تلك الفترة، وكانت هي السبب في شعورها بالأمن والطمأنينة رغم الظروف الصعبة، بالإضافة إلى أن الأم

قامت بدورين الأم والأب معا في حياة الحالة وسعت الأم لعدم جعل الحالة تشعر بغياب الأب ودعمت الحالة قولها عن تضحية الأم بما يلي في قولها: "وصلت وين نحات من لحمها وعطاني تعذبت معايا". وبعدها عبرت الحالة عن فرحها الشديد من بعد تفاجئها باستلامها الهدية من الأم رغم ظروف الأم المادية الصعبة لكنها وفّت بوعدها" وأضافت أيضا في قولها: "ومنساتش نهار لي رتحت ورجعت لدار شراتلي بسكيلات وفلايك كيما وعدتني رغم أنو معندهاش ". وهذه الذكرى تعبر عن منهاج عيش متفائل بفضل الشعور بأن الأمور ستكون أحسن مهما كانت الصعوبات.

6. التحليل العام للحالة (ب): من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق أدوات جمع البيانات المستخدمة في البحث والمتمثلة في المقابلة النصف الموجهة وتطبيق مقياس فاعلية الذات على الحالة، تم تفرغ النتائج في الجدول وبعد جمع درجات كل البنود تحصلت الحالة على (68) درجة وهي درجة مرتفعة بالنسبة لسلم تقييم لمقياس فاعلية الذات أي أن فاعلية الذات لديها مرتفعة.

ويمكننا تفسير فاعلية الذات المرتفعة للحالة من خلال عدة عوامل وهي أن الحالة تتميز بعزيمة وإرادة وقوة وشجاعة وثقة ويتضح ذلك من خلال إجابتها على العبارتين (08.18) التي توضح أن للحالة مستوى عالي من الثقة ، ونجد أيضا أن العبارات (13.02.14) توضح أن الحالة لديها قدر عالي من القدرة على مواجهة الصعوبات والتغلب عليها وتحقيق النجاح كما تكشف أيضا عن النظرة الإيجابية وحبها وقدرتها على مغامرة ومجازفة.

العامل الأول: الدعم الأسري الذي تلقته الحالة من «الأم والأخ " كان له دور وأهمية في عدم شعورها بالنقص وعدم تغير مكانتها داخل الأسرة وتبين لها ذلك في فترة تواجدها في مستشفى من خلال قول الحالة: " زدت كونفارميت هذاكي خلاصو لبلايص لي ينحيولي منهم لحم باه يزيده في رجليا ماما نحات من لحمها وعطاني". ودعمت قولها من خلال إجابتها على العبارة (03) بكثيرا، فالحالة تشعر بأن لديها مكانة عالية وقيمة كبيرة وأنها محبوبة داخل الأسرة من

قبل الأم والأخ. وذلك من خلال تصريحها "في أي حاجة يشاوروني وهذا يحسنني بالفخر وأني عندي قيمة".

العامل ثاني، هو نجاحها بتفوق في الدراسة: رغم الظروف القاسية التي مرت بها الحالة وتواجدها في مستشفى استطاعت اجتياز شهادة التعليم ابتدائي وتحصلت على درجة متفوقة وتبين ذلك من خلال إجابتها على عبارات رقم (06.09.14.18.23.29) من مقياس بكثيرا والتي توضح أن الحالة لديها القدرة على مواجهة الأعمال التي تتحداها كما أنها تبذل جهدا كبيرا في إتقان أعمالها، وللحالة ثقة كبيرة في نفسها لتحقيق أهدافها كما أنها لها إرادة وقدرة على النجاح أكثر من معظم الناس وتبين ذلك من خلال تصريح الحالة: "خرجت من سبيطار ورحت عقب سيزيام وعادوت رجعت سبيطار وكي خرجت نتيجة وجبتو 9.50 وكرمني الوزير وداروني في تلفزيون".

العامل ثالث: هو منطقة الإصابة "قدمين" نجد أن الحالة لم تؤثر عليها منطقة الإصابة كثيرا لأنها لم تكن ظاهرة عند الحالة ولأنها ليست في منطقة حساسة وظاهرة كالوجه ويصعب تغطيتها.

العامل الأخير: هو قدم الإصابة حيث أنها كانت في سن 10 سنوات.

وقد اعتمدنا على الذكريات الباكورة وتأويلها في التفسير النفسي لنتائج الحالة. حيث أثبتت الذكريات الباكورة أن الحالة تتميز بمنهاج عيش متفائل يتجلى من خلال محتوى الذكريات الذي يتمثل في وجود ظروف سيئة وعسيرة تحول دون تحقيق الرغبة أو المشروع المرتقب وتتسبب في إحباط شديد، لكن رغم ذلك تنهياً ظروف جديدة تتيح تحقيق الرغبة رغم الصعاب. ففي الذكرى الأولى، غياب وتجاهل الأب للحالة أشعرها بالإحباط والألم، لكن جهود الأم في الرعاية والعناية بها عوضتها عن الحرمان الأبوي.

وفي الذكرى الثانية، تعرض الحالة للحروق حال دون تحضيرها للامتحانات وإخفاء الأم خبر إجراء الامتحان عن الحالة وتقويتها فرصة اجتيازه تسبب لها في إحباط وحزن. غير أن برمجة دورة ثانية مكنها من اجتياز الامتحان والنجاح بتفوق وطني، وهو ما جعلها تشعر برضا كبير.

وفي الذكرى الثالثة: وعد الأم لها بشراء دراجة، لكن تعرضها للحروق أدى إلى تعذر القدرة على استخدامها للدراجة بالإضافة إلى مصاريف ومتاعب العلاج التي تعيق إمكانيات الأم عن اقتناء الدراجة. لكن رغم هذه الظروف العسيرة قامت الأم بشراء الدراجة وتحقيق رغبة الحالة، مما أشعرها بالرضا والسرور.

وهذه الذكريات تعبر عن منظور إيجابي للحياة لدى الحالة، حيث تبرز قناعاتها وشعورها بأن النهايات ستكون سعيدة مهما كانت الصعوبات والظروف القاسية. هذا المنهاج المتفائل هو الذي جعل فاعلية الذات لدى الحالة مرتفعة.

ومنه نجد أن الفرضية الفرعية: فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة. لم تتحقق، إذ تحصلت الحالة على مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

الحالة الثانية:

1. تقديم الحالة (خ):

1.1. البيانات الشخصية :

الاسم : خ

السن : 23

الحالة الاجتماعية : عزباء

المستوى التعليمي : ثانية ماستر

1.2. البيانات الأسرية :

الأب: على قيد الحياة

الأم : على قيد الحياة

عدد الإخوة : 6

رتبة الميلاد : الكبرى

مستوى الاقتصادي : متوسط

سن الإصابة : 18 سنة

سبب الإصابة : قهوة ساخنة

درجة الإصابة: 2

2. ملخص المقابلة مع الحالة (خ):

الحالة "خ" تبلغ من العمر 23 سنة عزباء تحتل المرتبة الأولى في التشكيلة الأسرية، من أسرة متوسطة الدخل تعيش تحت سقف واحد، مستواها التعليمي ثانية ماستر، أصيبت الحالة في سن 18 سنة بحروق جسدية على مستوى الفخذين، من الدرجة الثانية مما أدى إلى استمرار علاجها لمدة 6 أشهر.

من خلال المقابلة نصف موجهة والملاحظات العيادية للحالة "خ" المصابة بحروق جسدية من الدرجة الثانية، صرحت الحالة أنها قد عاشت ظروف اجتماعية صعبة خاصة مع جيرانها وتبين ذلك من خلال قولها " يضلوا يسبوا فيا و يعايروا فيا و يقولولي يالعجوزة تمشي كي لعجوز يا محروقة"، ومع بقاء آثار الحروق وضحت الحالة أنها أصبحت تتجنب الجلوس مع الناس إلا فئة قليلة وتتجنب حضور المناسبات بقولها " وليت نتجنب نحضر مناسبات بسك كنت نحب نلبس ليغوب قصار بصح منقدرش نلبسهم نحشم لا يعودوا يشوفوا رجليا "

ولكن بعد ذلك بينت الحالة أنها قد تجاوزت تلك الفترة ولم تستسلم للألم وللمعاناة التي مرت بها وذلك لمرور فترة معتبرة من الوقت على إصابتها وتبين ذلك من خلال قولها " مالمقري سطر ومعاناة نفسية وجسدية لي مريت بيها بصح هكاك ومفشلتش وكنت ندير واش تقولي ماما خلطات كامل جربتهم باش نرتاح ليه ليه ونرجع نقرا و نجيب باك ". كما وضحت الحالة أن وقوف عائلتها معها وزملائها في الدراسة معها ساندتها وأعطاهها طاقة إيجابية وقوة لمقاومة تلك المعاناة التي كانت تمر بها هذا ما يتجلى في قولها " ماما مخلاتنيش دقيقة كانت ديما واقفة معايا وتخاف عليا وتضال تحوس على خلطات وكريمات باش ديرهملي باش ميقاوليش آثار الحروق وولد عمي كي عاد شاف بابا مريض هو كان يديني لسبيطار نداوي وجامي قالي

منديكش ولا، وصحبتي كي سمعت بلي تحرقت جات مع باباها في ليلتها وجابتلي شيكولا وكانت تكتبلي دروسي وخالتي كانت ديم تشجع فيا وتصبر فيا وتونسني تجي تحكي معايا وتقصر معايا باش منحش بالسطر".

ونجد أن الحالة خلال فترة علاجها وكانت تحمد الله كثيرا على ما أصابها وتقارن نفسها بالأشخاص الذين لديهم إعاقة ولا يستطيعون تحرك ولا مشي وهذا ما جعلها تصبر على تلك المعاناة وتكون قوية وتستمر في دراستها وتحاول جاهدة تحقيق أهدافها بقولها " كي ينوضلي سطر نتقلق ومبعدا نحمد ربي كي فاتت سلامات هكا ولا كثر ونكون حمد الله كي مدارتليش أضرار كبيرة خاصة أنو مجاتش في وجهي هكاك وش صرا كامل ومفشلتش وحققت وش كنت حابة و درت مشروع تاع خياطة و راني نخيظ حمد الله ". كما وضحت الحالة أن الأم والأب هما أكبر داعمين لها خاصة في فترة التي كانت تعالج فيها " غير هوما لي وقفو معايا ياسر حتى وخالتي كانت تشجع فيا على لقرايا وحفزتني باه نقرا وندي لباك وولد عمي وقفوا معايا بصرح هوما أكثر خاصة ماما كانت تعامل فيا كي لبيبي توكلني وتبدلي قشي وجامي حسستني بلي قلقت مني وحتى بابا كان يشريلي لييوماد وديما يسقسي عليا وميحبنيش نتقلق وخاصة كي عاد انا لكبيرة يحبني ياسر كثرمن خاوتي لخرين " .

وفي الأخير وضحت الحالة أنها بفضل صبرها وعزيمتها القوية وبفضل مساندة عائلتها لها وثقتها عالية في نفسها ومع مرور وقت استطاعت أن تتقبل نفسها وتتعايش مع تلك الآثار ولم تعد تزعجها كالسابق وأصبحت تركز على تحقيق أهدافها وهذا ما أكدته في قولها " حابة نتخرج ونلقا خدمة في تخصص تاعي ونطور مشروعني تاع خياطة ونحسن علاقتي مع ربي أكثر ونحقق سلامي داخلي ونغير من بعض عاداتي السلبية " .

أما بخصوص نظرتها للمستقبل صرحت بأنها لديها ثقة في نفسها بأنها تستطيع الوصول إلى الشيء الذي تريده ولكنها تتوتر قليلا عندما تفكر في مرض والدها وما الذي سوف يحدث له في المستقبل وخاصة وأنها متعلقة بيه كثيرا " ثقتي بنفسني كبيرة و كي ندير حاجة في راسي نوصللها

بصح كي نخم في مرض بابا وش راح يصرالو مبعدا نتوتر و نخاف " وأثناء تكلم الحالة عن مرض أبيها بدأت تحني في رأسها وعيناها تدمع وبدأت ملامح الحزن على وجهها. وفي الأخير عندما تم سؤالها عما إذا أثرت الإصابة على مستواك الدراسي صرحت بأنها لم تؤثر عليها بقولها " كنت لباك هذاك عام صح فشلت شوية مع لول بصح هكاك و رجعت نروح لليسي ونقرا مالقري بسيف باش نمشي مكننش نقدر نمشي كي نحرك رجليا يسطروا عليا بصح عفت على قلبي وكملت وعقت لباك وجبتوا في عاموا " .

3. نتائج المقياس للحالة (خ) :

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات للحالة (خ) كان نتائج كتالي:

جدول 02: يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة (خ):

رقم العبارة	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
الدرجة	03	03	02	02	03	03	01	03	03	00
رقم العبارة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الدرجة	03	03	03	03	03	02	03	03	03	03
رقم العبارة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الدرجة	01	03	02	03	03	03	00	02	03	03
المجموع	75									

من خلال النتائج المبينة في الجدول (02)، بلغ مجموع استجابات الحالة على مقياس فاعلية الذات (75) درجة. وهي درجة تقع في المجال (61_90)، أي مجال الدرجات المرتفعة. ومنه فإن الحالة سجلت مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

4. الذكريات الباكّة للحالة (خ):

الذكرى الأولى:

كنت نقرا أولى متوسط كانت عندي عمتي مقربة نحبها ياسر وكانت حنينة عليا وديما تتفكرني من نروح ليها تشريلي حوايج وتخبيهملي كي نجي تعطيهملي نهار لي ماتت كنت نقرا كي روجت من لقرايا لقيت لغاشي بحذا دار جداتي مجمولين تخلعت مفهمت فيها والو كي دخلت لدار لقيت جداتي داخا وعمتي صغيرة تبكي روجت نحوس على ماما وسقسسيتها وش كاين قاتلي راهي عمتك حليلة ماتت مأمنتش بلي ماتت وبكيت ياسر غاضتني قسمتلي قلبي كانت عزيزة عليا ياسر وجداتي كانت ديرلي كوراج باه نقدر ننسا وكانت ديما تحكي علي عمتي غير بالحاجة للمليحة وكانت تقولي حاجة ربي لازم نرضاو بيها بصح مع الوقت قدرت ننسى وليت مانبكيش كي نتفكر بلي ماتت وندعيها برك.

الذكرى الثانية:

كي كان عمري 17 سنة مرضت جداتي كنت عايشة معاها أكثر من والديا وهي لي مربيتي وكى شدها زهايمر تالمو تحبني تفكرتني غير أنا وكانت تحبني كثر منهم كامل كي سمعت خبر بلي مريضة وهزوها لسبيطار مرقدتش ليلة كامل وصباح كي قالولي بلي توفات حبست في بلاستي ماضحت مابكيت ماصدقتش قولتلهم ضرك تدوني نشوفها بصح هوما محبوش حتان يجيبوها لدار ومبعد دخلت لشمبرة وقفلت لباب على روجي وبقيت نلوم فيهم كي مخلاونيش نروح نشوفها وخلالو هالي حرقه في قلبي وبقيت غير مشوكيا مقدرتش نبكي وحسيت روجي مخنوقة ومبعد مورا وفاتها حكمني لازم بصح هكاك ودارنا وقفوا معايا وعاونوني باه ننسا وحاولوا بكل جهدهم باه يغطو فراغ لي خلاتو جداتي كي توفاة.

الذكرى الثالثة:

كي كنت صغيرة كنت حابة نروح لمناج ديمنا نقول لبابا أديني بصح كان خدام مدانيش معندوش لوقت وزيد ثاني كان مريض، وواحد نهار جا بابا قالي وجدي روحك نخرجو، خرجت معاه وداني للمناج غير أنا ومداش خاوتي على خاطر أنا لكبيرة في خاوتي وقريبة ليه ياسر، دارهالي مفاجئة تمت بالفرحة على خاطر منسانيش وديما متفكرني رغم خدمتو والتزاماتو باقي متفكر بلي حابة نروح للمناج، فات عليا نهار يهبل فرحت فيه بزاف من قلبي على خاطر أول مرة نروح للمناج ولعيني في ألعاب كامل وشرالي كلشي قتلو عليه هذاك نهار مننساهاش.

5. تأويل الذكريات الباكورة للحالة (خ):

تأويل الذكرى الأولى:

عبرت الحالة خلال الذكرى الأولى عن علاقتها بعمتها حيث كانت علاقة قوية مصدرها حنان وعاطفة ورعاية حيث كانت العممة تلبي لها احتياجاتها ومطالبها وهذا ما وضحته في قولها "من نروح ليها تشريلي حوايج وتخبيهملي وكى نجي تعطيهملي نهار لي ماتت غاضتني قسمتلي قلبي" وإن الموضوع الأساسي والجوهري هو فقدان مصدر الرعاية "الموت المفاجئ للعممة" والمعبر عنه بالبكاء والحزن. عبرت الحالة عن مشاعر الحزن التي عاشتها في ذلك اليوم المتمثلة في بكاءها وتآلمها جراء فقدانها لشخص عزيز، ومن أنواع الذكريات المخاطر أن يذكر الشخص موتا حدث في عهد طفولته قد يترك هذا الموت المفاجئ في أنفسهم أثرا قويا وقد يدخلون في اكتئاب وقد لا يدخلون، وفي هاته الذكرى نجد أن الحالة تلقت خبر مفاجئ مما زرع في نفسيتها الحزن والألم.

ولكن بفضل تلقي الحالة تعويضا وجدانيا من طرف الجدة لتخفيف ألم الفراق وفقدان وذلك بدعم والمساندة والرعاية والعناية هذا ما جعلها تشعر بأنها أكثر قوة وجعلها تشعر بالرضا واستطاعت الحالة بعد ذلك أن تتعايش مع الوضع.

تأويل الذكرى الثانية:

انطلقت الحالة (خ) في سرد الذكرى الثانية بتحديد سن وقوع الذكرى وهو 17 سنة، حيث تحدثت عن علاقتها بالجدة كانت علاقة وطيدة علاقة حب ورعاية، حيث أن الجدة تحبها كثيرا. هذا ناجم عن كون الجدة تعتني بها وتقدم لها الرعاية، لهذا نجد أنمرض ووفاة الجدة زعزع من نفسية الحالة وخاصة عند عدم سماح لها بالذهاب لرؤيتها هذا ما جعل مشاعر الألم تزيد شدة. وخلف فقدان مصدر الرعاية ألا وهو وفاة الجدة فراغ عاطفي لها بالإضافة إلى الأثر الجسمي الذي نتج عنه المتمثل في إصابتها بالمرض الربو "لازم" ولكن تلقت الحالة تعويض والدعم ومساندة من طرف الأسرة المتمثل في تقديم الرعاية والعناية ومساندة وحماية لها عوضها عن الحرمان العاطفي الذي نتج عن فقدان الجدة "ودارنا وقفوا معايا وعاونوني باه ننسا وحاولوا بكل جهدهم باه يغطو فراغ لي خلاتو جداتي كي توفاة".

تأويل الذكرى الثالثة:

تضمنت الذكرى الثالثة، رغبة الحالة في زيارة حديقة التسلية لكن بسبب ظروف وانشغال الأب بالإضافة إلى مرضه نجد أن الأب لم يلبي رغبة الحالة في زيارة حديقة التسلية، إلا أن الأب يفاجئ الحالة بتلبية رغبتها رغم التزاماته ومرضه، وهذا ما جعلها تشعر بالرعاية والعناية وكان سبب في فرحها وشعورها بأن لديها مكانة خاصة داخل الأسرة مقارنة بإخوتها وأن الأب يهتم بها أكثر من الآخرين، هذا جعلها تشعر بالأمن والطمأنينة والاستقرار وولدت هذه الذكرى أحداث سارة ومشاعر الفرح والسعادة تجاه الأب لأنها تلقت ما تتوقعه من رعاية من طرف الأب، الذي تربطه بها علاقة مميزة مقارنة بإخوتها نظرا لكونها البنت الكبرى.

6. التحليل العام للحالة (خ):

من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق أدوات جمع البيانات المستخدمة في البحث والمتمثلة في المقابلة النصف الموجهة وتطبيق مقياس فاعلية الذات على الحالة، تم تفريغ النتائج في

الجدول، وبعد جمع درجات كل البنود تحصلت الحالة على (75) درجة وهي درجة مرتفعة بالنسبة لسلم تقييم لمقياس فاعلية الذات أي أن فاعلية الذات لديها مرتفعة.

ويمكننا تفسير فاعلية الذات المرتفعة للحالة من خلال عدة عوامل وهي أن الحالة تتميز بعزيمة وإرادة وقوة وشجاعة وثقة ويتضح ذلك من خلال إجابتها على العبارتين (05.12) التي توضح أن للحالة مستوى عالي من الثقة، ونجد أيضا أن العبارات (11.14.18) توضح أن الحالة لديها قدر عالي من القدرة على مواجهة الصعوبات والتغلب عليها وتحقيق النجاح كما تكشف أيضا عن النظرة الإيجابية وحبها وقدرتها على مغامرة ومجازفة.

العامل الأول: الدعم الأسري الذي تلقته الحالة من الوالدين وخاصة الأم حيث كانت علاقتها بهم علاقة جيدة يتخللها الحب والدعم حيث صرحت الحالة قائلة "خاصة ماما كانت تعامل فيا كي لبيبي توكلني وتبدلي قشي وجامي حسستني بلي قلقت مني وحتى بابا كان يشريلي لبيوماد وديما يسقسي عليا وميحبنيش نتقلق وخاصة كي عاد أنا لكبيرة يحبني ياسر كثرمن خاوتي لخرين ". حيث أن الحالة كانت تعيش في جو أسري مليء بالأمن والاستقرار.

بالإضافة إلى دعم الجدة والخالة حيث تلقت منهم دعم كبير وهذا ما صرحت به في قولها "وخالتي كانت تشجع فيا على لقرايا وحفزتني باه نقرا وندي لباك"

العامل الثاني: نجد أن الحالة لديها ثقة كبيرة في نفسها من خلال تعبيرها "ثقتي بنفسي كبيرة وكفي ندير حاجة في راسي نوصللها" بالإضافة أن لديها مستوى عالي من قدرة وعزيمة وتحدي في إنجاز الأعمال والقدرة على التغلب على المشكلات وحلها وهذا ما وضحته في إجابتها على العبارات (05.06.08.16) من المقياس بكثيرا.

العامل الثالث: العمل رغم صغر سن الحالة إلا أنها كانت تدرس وتعمل في نفس الوقت وهذا ما يبين أن الحالة تحب مهنتها كما أنها لا ترفض العمل الذي يحتاج إلى الصبر وبذل جهد كبير في إتقانه وهذا ما وضحته في قولها "حابة نتخرج ونلقا خدمة في تخصص تاعي ونطور

مشروع تاع خياطة "وأيا "هكاك وش صرا كامل ومفشلتش وحققت وش كنت حابة ودرت مشروع تاع خياطة وراني نخيظ حمد الله "ووضحت الحالة أنها تستطيع النجاح في معظم الأعمال التي تقوم بها وأن لديه القدرة على التغلب في المواقف الصعبة وكما أنها تعتقد نفسها إذا فشلت في عمل ما تستطيع المحاولة وتكرار من أجل النجاح فيه في المرة القادمة وتؤمن بأن بذل الجهد هو أساس النجاح وهذا وضحته من خلال إجابتها على العبارات (09.13.14.17.19.20) من المقياس بكثيرا.

العامل الرابع: قدم الإصابة في سن 18 سنة مرور فترة معتبرة على الحرق بالإضافة إلى منطقة الإصابة الفخذين "مدارتليش أضرار كبيرة خاصة أنو مجاتش في وجهي"

وقد اعتمدنا على الذكريات الباكورة وتأويلها في التفسير النفسي لنتائج الحالة. حيث تستهل الذكريات الباكورة أن الحالة تلقت موقف أليم وغير سار وهو فقدان شخصين مقربين لها وهما " العمة والجدة " وحرمانها من حديقة التسلية مما يسبب لها حزن وإحباط وفي كل نهاية ذكرى تتلقى الحالة تعويض بالحب والحنان والاهتمام وتلقت الدعم والمساندة والرعاية من قبل أفراد محيطها هذا ما جعلها تتخطى الصعاب وتسعى لتحقيق أهدافها. مما يجعل نهاية سارة وسعيدة لكل ذكرى.

في الذكرى الأولى، نجد أن الحالة كانت علاقتها قوية وقريبة مع عمتها حيث أنها كانت مصدر عاطفة وحنان بالنسبة لها، بعد تلقي الحالة موقف غير سار "وفاة مفاجئ" هذا ما ترك فراغ كبير لها وسبب حزنا وألم عند وفاة عمتها، وبفضل دعم ومساندة والتعويض من قبل الجدة لها وتلقى الرعاية والعناية من طرفها تحصلت على التعويض النفسي عن هذا فقدان واسترجعت حياتها الطبيعية التي تحظى فيها بالعناية والرعاية ونهاية الذكرى بموقف سار.

وفي الذكرى الثانية، نجد أن الحالة كانت علاقتها ودية مع الجدة لأنها كانت تحبها وتدللها وأن وفاة الجدة كان حدث محزن وأليم بالنسبة لها خاصة أنهم لم يسمحوا لها بالذهاب للمستشفى من أجل رؤيتها هذا ما جعل الحالة تلوم أسرتها لأنهم لم يسمحوا لها بالذهاب وهذا جعلها تشعر

بالإحباط والألم جراء فقدانها وعدم رؤيتها، وخلف لديها أضرار جسدية المتمثلة في إصابتها بمرض الربو، ولكن وبفضل تلقي تعويض ورعاية وعناية من قبل عائلتها ووقوفهم بجانبها استطاعت تجاوز ذلك الحدث المؤلم وانتهت الذكرى بموقف سار.

وفي الذكرى الثالثة ، تتضمن إحباط الحالة لعدم تلبية رغبتها من قبل الأب، لكن هذا الإحباط يعقبه إشباع وسرور وفرح الحالة بمفاجئة الأب لها كونها مهمة له وذلك لأنها تحتل المرتبة الأولى بين الإخوة وتبين اهتمامه ورعايته بها من خلال تحقيقه لمطالبها رغم ظروف عمله صعبة ومرضه مما أشعرها بالرضا والسرور وشعور بالأمن والاستقرار.

وفي الأخير يتبين أن ذكريات الحالة تعبر عن منظور إيجابي للحياة ، حيث تبرز قناعاتها وشعورها بالرضا وبأن أسرتها سوف تدعمها وتقف بجانبها رغم ظروف القاسية التي ستمر بها هذا ما يدل على أن الحالة تتميز بمنهاج عيش متفائل. هذا الشعور بالمساندة والدعم والاهتمام والرضا هو الذي جعل فاعلية الذات لدى الحالة مرتفعة.

وفي الأخير نرى أن الحالة لديها مستوى مرتفع من فاعلية الذات بكون الحالة متقبلة متوافقة مع آثار الحروق الجسدية.

ومنه نجد أن الفرضية الفرعية: فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة.

لم تتحقق، إذ تحصلت الحالة على مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

الحالة الثالثة :

1. تقديم الحالة(ع) :

1.1/ البيانات الشخصية :

الاسم: ع

السن: 28

الحالة الاجتماعية : مرتبطة

المستوى التعليمي : ليسانس في تمريض

2.1. البيانات الأسرية :

الأب : على قيد الحياة

الأم : على قيد الحياة

عدد الإخوة: 7

رتبة الميلاد : الكبرى

مستوى الاقتصادي : جيد

سن الإصابة : 24

سبب الإصابة : زيت، أثناء الطبخ

درجة الإصابة : 2

2. ملخص المقابلة مع الحالة (ع):

الحالة "ع" تبلغ من العمر 28 سنة مرتبطة تحتل المرتبة الأولى في تشكيلة الأسرية، من أسرة دخلها جيد تعيش تحت سقف واحد، مستواها التعليمي متحصلة على ليسانس في التمريض أصيبت الحالة في سن 24 بحروق جسدية على مستوى بطنها وفخذ الرجل اليمنى. من الدرجة الثانية مما أدى إلى استمرار علاجها لمدة شهر ونصف.

من خلال المقابلة نصف موجهة والملاحظات العيادية للحالة (ع) المصابة بحروق جسدية من الدرجة الثانية، صرحت الحالة أنها قد عاشت ظروف اجتماعية صعبة نوعا ما خاصة من ناحية أقاربها وبين ذلك من خلال قولها " دار عمي قاعدين يهدروا في ظهري و يقولو تستاهل خرجها ربي فيها تضال تهز في روحها خلي بلاك كشما تركح شوي ".

وبسبب ذلك أصبحت الحالة تتجنب الاختلاط مع الآخرين وخاصة الأقارب بقولها " وليت نيفيتي نقعد معاهم خاصة لفامي تاع بابا ملي تقعدي معاهم وهوما يسقسىوا فيا يخي مبقاولكش سيكاتريس يخي متحرقتيش من صدرك ثاني وكيفاه راح تتزوجي ونتي محروقة من كرشك وصدرك ويضلوا يقطعوا في ناس منحش نقعد مع ناس سلبية لي معندها حتى هدف في حياتها نهار كامل وهوما يقطعوا في أعراض ناس ".

ولكن بعد ذلك بينت حالة أنها قد تجاوزت صدمة الإصابة وهذا لمرور فترة معتبرة على الإصابة وبفضل مساندة أسرتها لها وهذا تبين من خلال قولها " بفضل وقفة والديا معايا حيث انهم قامو برعايتي بكل سرور و لم يسأموا أو يملوا و خاوتي ثاني كانوا ديم يسقسوني كشما يخصك نجيبولك كشما تحتاجي بهذا قدرت نتجاوز هذيك الفترة وهاك الألم ونكمل حياتي و نرجع لخدمتي و حمدالله " ووضحت الحالة أيضا أنه بفضل وقوف صديقاتها في العمل بجانبها استطاعت أن تتأقلم مع ذلك الحدث المؤلم الذي وقع لها بقولها "وقفوا معايا مخلاونيش كنت

كي نروح للخدمة يقولولي متحركيش متعبيش روحك دوكا نخدموا حنا في بلاصتك وكانو ديمنا يراقبولي جرح تاعي ومهتمين بيا "

الحالة خلال فترة علاجها وعند ملاحظة أخوها لها وهي تتألم قدم لها المساندة ودعم معنوي ومادي وهذا جعل نفسيته تتحسن وتشعر بأنها مهمة وأنهم يخافون عليها حيث أكدت ذلك بقولها " قالي خويا واحد كلمة نساتني في وجاعي كامل قالي كان جات فيا ومجاتش فيك ثما كونفرميت بلي عندي لي يخاف عليا و ميحملش يشوفني نتألم و طلعي مورال " وأثناء تحدث الحالة عن أخوها باننت مشاعر الفخر واعتزاز بأخوها في عينيه .

كما وضحت حالة أن خطيبها كان أكبر داعم لها خلال تلك الفترة " كي سمع خاف عليا بزاف وجاني حتى لسببطار في عشيتها بعد وموراها كان ديمنا يجي يطل عليا ويشريللي غير لحوايج لي نحبهم وراح كوموندا بوماد تاع حروق من ألجي و جابهالي قالي باش تبراي ليه ليه "

وفي الأخير وضحت الحالة أنها بفضل مساندة أسترها لها وأصدقائها في العمل وخطيبها لها وبفضل ثقتها في نفسها وعزيمتها القوية في التغلب على المرض استطاعت أن تتقبل نفسها كما هي وتحب نفسها وتتعايش مع الوضع بحيث أنها أصبحت ترفض حتى قيام بعمليات التجميل بقولها " منديرش عملية تجميل أحب نفسي كما هي يجب أن يتقبل الإنسان نفسه ويتوافق مع ذاته إلا في حالة الحروق التي تحدث تشوه للمظهر وتكون حل علاجي وضروري من أجل تعزيز الثقة بالنفس ومن أجل مواصلة الحياة " . كما جعلها الدعم الذي تلقتة تركز على أهدافها وعلى تحقيقها وهذا ما أدلت به في قولها " راني نخدم ونتعب باش نوفر العيش الجيد و مستوى مادي ومالي مستقر من أجل تكوين أسرة مستقلة ماديا ومعنويا خاصة لأولادي في المستقبل وأن أعوض أبي وأمي عن تعبهم معي " .

عند سؤالها عما إذا أثرت الإصابة على عملها وعلى ثقتها في نفسها قالت " كنت مزال مبريتش مليح مليح ورجعت نخدم ومقعدتش نبكي على سيكاتريس لي بقاولي ومنخرجش من دارنا

مالقري كنت قادرة ندير ملادي حتان نتحسن مليح بصح أنا لي حبيت نرجع نخدم نرجع لحياتي بسك منحش نقعد قاعدة هكاك مندير والو وعلى خاطر كانت عندي ثقة في روي بلي نقدر نتجاوز هذيك فترة واني راح نتقبل روي كيما راني لأنني انسانة مؤمنة بقضاء الله و قدره وأحب نفسي كثيرا و فخورة بها"

3. نتائج المقياس للحالة (ع) :

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات للحالة (ع) كان نتائج كتالي:

جدول 03: يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة (ع):

رقم العبارة	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
الدرجة	01	01	03	00	03	02	03	03	03	02
رقم العبارة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الدرجة	03	02	03	02	03	03	03	03	03	03
رقم العبارة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الدرجة	02	02	02	03	03	01	03	01	02	02
المجموع	70									

من خلال النتائج المبينة في الجدول 03، بلغت مجموع استجابات الحالة على مقياس فاعلية الذات (70) درجة. وهي درجة تقع في المجال (61_90)، أي مجال الدرجات المرتفعة. ومنه فإن الحالة سجلت مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

4. الذكريات الباكورة للحالة (ع):

الذكرى الأولى:

كي ديت سيزيام رحنا لدار عمتي في ورقلة كنت فرحانة بزاف على خاطر راح نقعد عندها في صيف كي رحت عندها وأنا من فرحة تاعي نجري ونلعب حتى طحت من دروج تجرحت في الإبط كي سمعوني نبكي ونعيط وتخلعت كي شفت دم بديت نبكي ونعيط أماما أبابا ومبعد جاو يجرو مخلوعين وخاصة عمتي تخلعت ووجها صفار مبقاش فيه قطرة دم جاتني تبكي وهزنتي بقات تعيط باه يدوني لسبيطار على خاطر خافت عليا مدايرتني كيما بناتها وزيد مسكينة تلوم في روحا على أساس أنو أنا أمانة عندها وهي مصاننتش الأمانة، وبعدها بيامات كي برت دارتلي حفلة تاع سيزيام وفرحت بيا ياسر وشراتلي هدايا.

الذكرى الثانية :

كي كنت عند عمتي في ورقلة سمعت خبر بلي جدي لي كان يحيي ويتهلا فيا ويخرجني معاهتحرقت من درجة 3 خفت عليه وحسبتو راح يموت، ومبعد روحت مع عمتي وراجلها لمغير ماجينا نوصلو حسيت قلبي راح يحبس كل مانمشو نحس كي شغل مامشيناش وطريق عيات تخلص وزيد عليها هذاك النهار سخانة بزاف غير ليامات لي فاتو وكى وصلنا سبيطار باه نشوفو مخلاونيش الأمن تاع سبيطار نفوت على خاطر كنت صغيرة وقعدت نبكي ونقولهم حابا نشوف جدي وهوما محبوش ومبعد هربتلم من باب آخر ودخلت لقيت عمي عند لباب تاع غرفة لي فيها جدي روحتلو نجري ونبكي وتحضنتو كي شفتو تخلعت كيفاه مدايريلو بونداج على راسو كامل غير عينيه لي بانو مننشاش هذاك منظر بصح مع الوقت رتاح ورجع كيما كان الحمدالله ورجعت نخرج معاه كيما قبل ورجع يهتم بيا ويدللني ويشريلي وش نحب .

الذكرى الثالثة :

قولت لبابا أشريلي ميكرو على خاطر كنت محتاجاتو في قرايتي في ميموار ومع خدمتو مقعدش باه يشريلي وأنا حسبت نساني وتقلقت منو ومبعد موراها بيامات شرالي ميكرو لي كنت حاباتو وفرحت بزاف كي شفتو يخمم فيا ومنسانيش .

5. تأويل الذكريات الباكورة للحالة (ع):

تأويل الذكرى الأولى:

انطلقت الحالة في سرد الذكرى الأولى بنجاحها وعلاقتها بالعمة حيث كانت علاقة ودية قوية وعلاقة حب إلا أن الحالة تلقت موقف غير سار بسقوطها من درج مما جعلها تشعر بالألم وخوفها وبكائها عند رؤية الدم وعند سماع صراخ الأهل خاصة العمة، لكن الحالة تلقت الدعم والحماية ورعاية والاهتمام كبير من قبل العمة وانتهت الذكرى بموقف سار " كي بريت دارتلي حفلة تاع سيزيام وفرحت بيا ياسر وشراتلي هدايا".

تأويل الذكرى الثانية :

نجد أن في الذكرى الثانية، أن الحالة علاقتها بالعمة علاقة جيدة كونها تلقت الدعم والعناية ورعاية من قبل العمة، ولكن فجأة تعرضت لموقف غير سار وأليم، وهو تلقي الحالة خبر حادثة الجد، حزنت الحالة وشعرت بالخوف على صحة جدها الذي كان يحبها ويهتم بها حيث تربطها به علاقة وطيدة وكان لها مصدر عناية ورعاية. وتألّمها لعدم سماحهم لها برؤيته مما زاد من الشعور بالخوف عند الحالة، ولكن بعد رؤيته والتأكد أنه على قيد الحياة وبعد تلقيه العلاج وتحسن الوضع الصحي للجد أصبحت الحالة تشعر بالسعادة والاطمئنان والرضا خصوصا أن الجد أصبح يدعمها ويعتني بها ويدللها كما في السابق. وهكذا انتهت الذكرى بموقف سار.

تأويل الذكرى الثالثة :

تبدأ الذكرى الثالثة برغبتها في الحصول على الحاسوب لكنها لم تتحصل عليه فوراً بسبب انشغال الأب بالعمل. وهو ما جعلها تشعر بالإحباط والغضب، لكن الأب اقتنى لها الحاسوب بعد أيام. وهو ما جعلها تدرك أن الأب يهتم لرغباتها ومطالبها، وتشعر أنها مازالت تتلقى الرعاية والعناية والاهتمام الكبير من قبل الأب. وهذا ما جعلها تشعر بالارتياح والسعادة والرضا. وقع الذكرى الجميل الذي عاشته شجعها على الاستمرار في النجاح وتحقيق أحلامها. فالذكرى انتهت بموقف سار تماماً مثل الذكرى الأولى والثانية حيث تلقت الرعاية وعناية من محيط.

6. التحليل العام للحالة (ع):

من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق أدوات جمع المعلومات المستخدمة في البحث والمتمثلة في المقابلة نصف موجهة وتطبيق مقياس فاعلية الذات على حالة، تم تفريغ نتائج في جدول، وبعد جمع درجات كل البنود تحصلت حالة على (70) درجة وهي درجة مرتفعة بالنسبة لسلم تقييم لمقياس فاعلية الذات أي أن فاعلية الذات لديها مرتفعة.

ويمكننا تفسير فاعلية الذات المرتفعة للحالة من خلال عدة عوامل وهي أن الحالة تتميز بعزيمة وإرادة وقوة وشجاعة وثقة ويتضح ذلك من خلال إجابتها على العبارتين (03.05) التي توضح أن للحالة مستوى عالي من الثقة ، ونجد أيضاً أن العبارات (18.08.13).

تبين ذلك أن الحالة لديها أيضاً قدر عالي من القدرة على مواجهة الصعوبات والتغلب عليها وتحقيق النجاح كما تكشف أيضاً عن شعورها بالأمن وطمأنينة وقدرة على مواجهة المشكلات.

العامل الأول: درجة الإصابة (الدرجة الثانية ولم تكن إصابتها خطيرة) وقدم الإصابة، ومع مرور وقت على الإصابة.

العامل الثاني: الدعم الأسري حيث أن الحالة تلقت دعم كبير من قبل الأسرة خاصة من قبل الأم والأب حيث صرحت " بفضل وقفة والديا معايا حيث انهم قامو برعايتي بكل سرور و لم يسأموا أو يملوا "بالإضافة إلى دعم إخوتها لها وهذا تبين في قولها " قالي خويا واحد كلمة نساتني في وجاعي كامل قالي كان جات فيا ومجاتش فيك ثما كونفرميت بلي عندي لي يخاف عليا و ميحملش يشوفني نتألم و طلعي مورال" وهذا يبين أن الحالة شخصية مهمة في الأسرة حيث أنها كانت تعيش في جو أسري يسوده الأمن والاستقرار حيث أن جميع أفراد الأسرة كانت تقوم برعايتها وتهتم بها وما يبين أيضا أن الحالة تشعر بالأمن و الطمأنينة هو إجابتها على العبارة (03) من المقياس بكثيرا.

بالإضافة إلى دعم خطيبها لها في تلك الفترة واهتمامه بها حيث وضحت الحالة ذلك في قولها " كي سمع خاف عليا بزاف وجاني حتى لسبيطار في عشيتها بعد وموراها كان ديما يجي يطل عليا ويشريلي غير لحوايج لي نحبهم وراح كوموندا بوماد تاع حروق من ألجي وجابهالي قالي باش تبراي ليه ليه ".

العامل الثالث : حب العمل حيث تبين أن الحالة لديها مستوى عالي من عزيمة وقوة وإرادة على مواجهة الصعوبات وعلى حلها وهذا ما صرحت به في قولها: " كنت مزال مبريتش مليح ورجعت نخدم ومقعدتش نبكي على سيكاتريس لي بقاولي ومنخرجش من دارنا مالفري كنت قادرة ندير ملادي حتان نتحسن مليح بصح أنا لي حبيت نرجع نخدم نرجع لحياتي بسك منحش نقعد قاعدة هكاك مندير والو "من خلال إجابتها على العبارات (25.09.11.13) من المقياس بكثيرا.

بالإضافة إلى أن الحالة حظيت باهتمام ورعاية من قبل صديقاتها لها في العمل من خلال قولها " وقفوا معايا مخلاونيش كنت كي نروح للخدمة يقولولي متتحركيش متعيش روحك دوكا نخدموا حنا في بلاصتك وكانو ديما يراقبولي جرح تاعي ومهتمين بيا ".

العامل الرابع: ثققتها في نفسها وهذا ما توضح من خلال إجابتها على العبارات (05.08.18. 15) من المقياس بكثير حيث أن جميع هذه العبارات تبين أن الحالة لديها قدر كبير من الثقة بالنفس وقوة والاعتماد على نفسها في تحقيق الأهداف ودعمت ذلك بقولها "مديرش عملية تجميل أحب نفسي كما هي يجب أن يتقبل الإنسان نفسه ويتوافق مع ذاته إلا في حالة الحروق التي تحدث تشوه للمظهر وتكون حل علاجي وضروري من أجل تعزيز الثقة بالنفس ومن أجل مواصلة الحياة".

وقد اعتمدنا على الذكريات الباكورة وتأويلها في التفسير النفسي لنتائج الحالة. حيث أثبتت الذكريات الباكورة أن الحالة متفائلة رغم الحوادث المؤلمة التي عاشتها، لكن رغم ذلك تنتهياً ظروف داعمة من قبل الأسرة ساعدتها في مواجهة وتخطي المواقف مؤلمة التي مرت بها.

ففي الذكرى الأولى، نجد أن الحالة كانت تشعر بالفرح والسعادة بسبب نجاحها في شهادة تعليم الابتدائي بالإضافة إلى وعلاقتها القوية بالعمة التي كانت تحبها وتعنتي بها أما مشاعر بالحزن والألم تمثلت في الموقف الغير سار وهو نتيجة سقوطها من الدرج وهذا ولد لدى الحالة مشاعر الحزن والاستياء لكن الحالة تلقت الدعم من العمة فوراً إصابته، هذا ما جعلها تشعر بالدعم وفرح بسبب مساندة وحماية وعناية واهتمام العمة بها، وانتهت الذكرى بموقف سار.

وفي الذكرى الثانية، نجد أن الحالة كانت تعيش مشاعر سارة وسعيدة وذلك بسبب النجاح والتفوق في الدراسة بالإضافة إلى الدعم والمساندة اللذان تلقتهم من قبل العمة وعلاقتها الودية بها. تبين أن الحالة بعدها عاشت موقف غير سار وهو الخوف والألم على صحة جدها الذي تربطه بها علاقة وطيدة يتخللها الرعاية وعناية، وعند سماعها للخبر الغير سار وهي بعيدة عنه وخاصة أنها لم تستطع رؤيته والاطمئنان عليه، ولكن مع تحسن وضعه الصحي أصبحت الحالة تشعر بالسعادة والاطمئنان والرضا خصوصاً أن الجد أصبح يدعمها ويحبها ويعتني بها كما في السابق والذكرى هنا انتهت بموقف سار.

وفي الذكرى الثالثة، تضمنت إحباط الحالة بسبب عدم تلبية رغبتها في شراء حاسوب من قبل الأب ولكنها لم تحصل عليه فوراً، وبعدها قام الأب بتلبية رغبتها في اقتناء الحاسوب، وهو ما جعلها تشعر بالسعادة والرضا لوقع الذكرى الجميل الذي عاشته نتيجة دعم الأب لها والاهتمام بها رغم ظروف عمله وهذا كان سبب في أن الحالة تسعى جاهدة للتطور في إحراز التفوق ونجاحها ورغبتها في الدراسة والذي كان كأسلوب لتحقيق الاستقلالية وشعورها بالتقاول تجاه الحياة وهذا ما يبين أن لها منهاج عيش متقائل.

وهذه الذكريات تعبر عن منظور إيجابي للحياة لدى الحالة رغم الحوادث المؤلمة التي مرت بها حيث تبينت النظرة الإيجابية للحياة وثقتها بنفسها ونجاحها وتحقيقها لأهدافها في أن الحالة سوف تتلقى الدعم المعنوي والمادي من قبل أقاربها ويتضح لنا أن الحالة تتميز بمنهاج عيش متقائل جعل فاعلية الذات لدى الحالة مرتفعة.

ومنه نجد أن الفرضية الفرعية: فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة.

لم تتحقق، إذ حصلت الحالة على مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

الحالة الرابعة:

1. تقديم الحالة(ن) :

1.1. البيانات الشخصية :

الاسم : ن

السن : 24

الحالة الاجتماعية : عزباء

مستوى تعليمي : جامعي

2.1. البيانات الأسرية :

الأب : على قيد الحياة

الأم : على قيد الحياة

عدد الإخوة : 7

رتبة الميلاد : الأولى

مستوى الاقتصادي : متوسط

سن الإصابة : 13 سنة

سبب الإصابة : أثناء الطهي

درجة الإصابة : الثانية

2. ملخص مقابلة مع الحالة (ن) :

الحالة "ن" تبلغ من العمر 24 سنة عزباء وهي الكبرى، تعيش الحالة مع الأسرة متوسطة الدخل تحت سقف واحد، مستوى تعليمي للحالة هو تحصلها على شهادة ليسانس.

أصيبت الحالة في سن 13 سنة بحروق جسدية من الدرجة ثانية على مستوى قدم واحد وساق واحدة أثناء الطهي مما أدى إلى ذهابها إلى مستشفى للعلاج.

من خلال المقابلة النصف الموجهة والملاحظات العيادية للحالة "ن" المصابة بحروق جسدية من الدرجة الثانية صرحت الحالة أنها قد تألمت كثيرا وحزنت بسبب عدم قدوم أمها عند مناداتها مما أدى إلى تأخرها لذهاب للمستشفى، وتبين ذلك من خلال قولها " غاضتني كي بقات أختي تعيط لماما ومحبتش تجيني ليه ليه على خاطر كان جات في دقيقتها راهي نحاتلي لقش ومخلاتوش لصقلي على لحمي " (دورت وجهها وعينيها دمعو) وقالت " كان جا بابا في دار راهو داني في دقيقتها ومخلانيش"، وتوقف الحالة عن الدراسة بسبب الحرق وأدى ذلك إلى تدني تحصيلها دراسي وأكدت ذلك في قولها " معجبنيش لحال كي طحت في الرياضيات مالمقري كنت نجيب فيها غير 19 و20، ولي كملت عليا أنو صحبتي لأنتيم كانت تنتمر عليا رغم أنو كنت مدايرا في بالي بلي غير هيا لي راح توقف معايا بصح في لأخر ظهرت العكس ". بعد مرور أربع سنوات على الإصابة ومع بقاء أثار الحروق صرحت الحالة

بأنها عانت من كلام الناس وخاصة أقاربها وتبين ذلك من خلال قولها " كي جاو يخطبوني راحو قالو لخطيبي منيتك راح تدي وحدة مشوهة وكي بقا يسمع لكلام ناس خليتو مالمقري ماكنتش حابا نخليه وهذي حاجة أثرت فيا بزاف بزاف"

ولكن بعد ذلك بينت الحالة أنها قد تجاوزت تلك مواقف المؤلمة وهذا لمرور فترة معتبرة على الإصابة وبفضل دعم والدها لها وخالتة وعمه وتجلى ذلك في قولها " هو كلش في حياتي ويخاف عليا ياسر وكي سمع بابا بلي تحرقت خلى خدمتو وجاني من لحاسي في نهارها لدار مخلوع وداني معاه لسبيطار ليخدم فيه باش يقوم بيا هو ثم ويتأكد بلي راني نتحسن ويظمن عليا وأنا قريبة ليه وزيد خالت بابا وعمو ملي رحت عندهم محسونيش بلي راني بعيدة على ماما كانو يطيبولي واش نحب وقايمين بيا ويشرولي وش نحب". ودعم صديقها لها في دراسة. بالإضافة إلى قوة إيمانها تبين من قولها " بعد إصابة زدت تقربت من ربي سبحانو واعتبرت أنو صلاتي وكلام ربي سبحانو هو الملجأ الوحيد وكنت ديما مدايرا في بالي قوله تعالى: (وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خيرا لكم)"، تبسمت الحالة وقالت "منساشبابا كي كان يحكي لي قصص أنبياء باه ندي منهم العبرة خاصة قصة سيدنا أيوب لي بفضلها تعلمت صح كيفاه يكون صبر". بعد انتهاء الحالة من كلامها عن والدها وعن دعم الذي تلقته منه.

وفي الأخير وضحت الحالة أنها بفضل عزميتها وثقتها بنفسها وإرادتها ودعم والدها لها ومع مرور الوقت استطاعت تقبل نفسها والتخلص من الأفكار السلبية التي كانت تراودها وتتجاوز كلام الناس عنها وأصبحت تركز على أن تحقق أهدافها وطموحاتها بقولها "شئ لي فوتو كامل مخلانيش نفشل ونتخلى على قرائتي وقريت... وهذا لي زاد عاوني وتخرجت والحمد لله على كل شئ" وبربي إن شاء الله نحقق حلم لي راني حاباتو وهو نفتح عيادة ولا مركز مهم حاجة نفيد بيها ناس ونعاون بابا على مصروف دار" وعند سؤالها عن إذا أثرت الإصابة في

تحصيلها أجابت "صح مجبتش مليح كيما موالفا بصح هذا شئيئ مغلانيش نعاود العام وقدرت ننجح في الأخير".

3. نتائج المقياس للحالة (ن):

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات للحالة (ن) كان نتائج كتالي:

جدول 04: يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة (ن):

رقم العبارة	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
الدرجة	01	02	02	02	02	03	02	03	03	01
رقم العبارة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الدرجة	02	02	03	02	03	03	02	03	03	03
رقم العبارة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الدرجة	02	02	02	02	03	03	00	03	03	03
المجموع	70									

من خلال النتائج المبينة في الجدول 04، بلغ مجموع استجابات الحالة على مقياس فاعلية الذات (70) درجة. وهي درجة تقع في المجال (61_90)، أي مجال الدرجات المرتفعة. ومنه فإن الحالة سجلت مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

4. الذكريات الباكرة للحالة (ن):

الذكرى الأولى: مرة كنت نقرا في الابتدائي سانكيام وكنت نمرض بزاف كان عندي روماتيزم كنت كل 21 يوم ندير إبرة نفسيستي تعبت وكهرت منها إبرة هذيك مرة كانو رجليا يوجعوا وأنا طولت مرجعتش لطبيب باش ندير إبرة ومكنتش قادرا نمشي بيهم كي ركبت في طونوبيل وروحنا لسبيطار كي لحقت وجيت نهبط من طونوبيل بغيت نحرك رجليا متحركوش حاولت حاولت والو دموعي

طاحوا قلبي قريب يحبس نشغالها حسبت روعي تشليت وبعدها جا بابا مسحلي دموعي وهزني كي لبيبي وقالي مدامني حي متبكيش ومتخافيش كان ديما متهلي فيا مالقري كنت نمرض ياسر. **الذكرى الثانية:** كي جاو صحاباتي باه يطلو عليا كي تحرقت مأمنتش خاصة أنو جاوني غير لي كنت حاسبتهم متكبرين ومحبونيش فرحت واحد الفرحة متأمنيش خاصة أنو صحاباتي مقربين مجاونيش وهوما جاو.

الذكرى الثالثة : وكاينة ذكرى مش مليحة أنا تربيت عند جداتي ملي كنت صغيرة وماما وبابا كانوا في فلاحه، جدي وجداتي تهلاو فيا وريحت معاهم محتاج والو، مالا خطرة بدون سابق إنذار جاو دارنا ماما وبابا وقرروا باه يسكنوني معاهم بلاه مسقساوني كي شغل أمانة كانوا حاطينها عند جداتي تحكمهالهم ومبعد يرجعوا يدوها، وأنا متعودة على روتيني في دار جداتي ومنقدرش نبدلوا، أيا أنا محبيتش نروح معاهم لدارنا بغيت نقعد عند جداتي قتلها نتي ماكيش ماما ومنحبكش كان جيتي تحبيني متروحيش وتخليني وقاعدة نعط عليها قاتلي أنا أمك وأنت تكرهيني صح كنت منحبهاش خاطر كانت دايرة في بالي هوما راحو وخلاوني بلعاني وجابين لوقت لبغاو يدوني ومع الوقت عرفت بلي كنت غالطة وبلي هيا ضحات علجالنا باش نقعدة هنا في لبلاد ونقراو وتخدم علينا هيا وبابا في فلاحه وكي جات وحببت تديني عرفت بلي هيا لي قالت لبابا صاي مقدرتش أديني لبناتي .

5. تأويل الذكريات الباكورة للحالة (ن):

تأويل الذكرى الأولى:

نجد أن الحالة في الذكرى الأولى حددت تاريخ الذكرى من خلال ربطها بالمستوى الدراسي معين "سانكيام". حيث أن هذه الذكرى بدأت بموقف أليم وغير سار لدرجة أنها مازالت تتذكر الحادثة وحتى السنة التي كانت تدرس فيها. كما برزت في الذكرى علاقتها بالأب حيث أنها كانت علاقة قوية، وكان له دور كبير في تخطي الحالة لتلك الذكرى ، من خلال دعمه لها والعناية بها وحبه

واهتمامه المتواصل وكان مصدر عاطفة وحنان لها كما عوض الحرمان العاطفي الذي كانت تعاني منه بسبب غياب الأم

تأويل الذكرى الثانية :

لقد تضمنت الذكرى الثانية موقف أليم ومحزن حيث أن الحالة كانت تتواجد بالمستشفى بسبب تعرضها للحرق، لكن الحالة تلقت الدعم يوم زيارة أصدقائها ومساندتهم لها من أجل التخفيف عنها لنسيان الظرف الصعب الذي مرت به ويبين ذلك حصول الحالة على الرعاية والعناية غير المتوقعة من الأصدقاء الغير مقربين هذا ما جعلها تشعر بالسعادة.

تأويل الذكرى الثالثة :

بدأت الحالة في التعبير عن ذكرى الثالثة التي تحتوي على أحداث مهمة والتي تركت أثر نفسي لها، وهي ذكرى تحمل مشاعر الحزن بين الحالة (ن) والأم. ويدور محور اهتمام الحالة حول موضوع البعد حيث أوجزت فكرتها في بادئ الأمر حول بعد الأم، لأن الحالة لم تتلقى العناية المنتظرة والحب والاهتمام من طرف الأم بسبب غيابها عنها وهذا ما سبب لها مشاعر سلبية وحرمان عاطفي. وتم تجاهل رغبتها في البقاء عند جدتها التي كانت تحبها وتهتم بها في فترة غياب الأم، وهذا ما بينته "نتي ماكيش ماما ومنحبكش كان جيتي تحبيني متروحيش وتخليني وقاعدة نعيط عليها قاتلي أنا أمك وأنت تكرهيني صح كنت منحبهاش " ولكن في الأخير أدركت أن الأم ضحت من أجلها وأن غياب الوالدين كان لمصلحتها هذا ما طمأنها وجعلها تشعر بأنها مصدر اهتمام وأنها تتلقى العناية والرعاية من الأم عكس ما كانت تتوقع.

6. التحليل العام للحالة (ن): من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق أدوات جمع المعلومات المستخدمة في البحث والمتمثلة في المقابلة نصف موجهة وتطبيق مقياس فاعلية الذات على حالة، تم تفريغ نتائج في جدول، وبعد جمع درجات كل البنود تحصلت حالة على (70) درجة وهي درجة مرتفعة بالنسبة لسلم تقييم لمقياس فاعلية الذات أي أن فاعلية الذات لديها مرتفعة.

ويمكننا تفسير فاعلية الذات المرتفعة للحالة من خلال عدة عوامل وهي أن الحالة تتميز بعزيمة وإرادة وقوة وشجاعة وثقة ويتضح ذلك من خلال إجابتها على العبارتين (02.11) التي توضح أن للحالة مستوى عالي من الثقة ، ونجد أيضا أن العبارات (18.29.05).

تبين ذلك أن الحالة لديها أيضا قدر عالي من القدرة على مواجهة الصعوبات والتغلب عليها وتحقيق النجاح كما تكشف أيضا عن شعورها بالأمن وطمأنينة وقدرة على مواجهة المشكلات.

العامل الأول: درجة الإصابة (الدرجة الثانية ولم تكن إصابتها خطيرة) وقدم الإصابة، ومع مرور وقت طويل على الإصابة (11 سنة) استطاعت تقبل نفسها والتخلص من الأفكار السلبية التي كانت تراودها وتتجاوز كلام الناس عنها وأصبحت تركز على أن تحقق أهدافها وطموحاتها.

العامل الثاني: دعم الأسرة لها خاصة الأب، حيث بينت الحالة ذلك في قولها عن الأب "هو كلش في حياتي ويخاف عليا ياسر وكى سمع بابا بلي تحرقت خلى خدمتو وجاني من لحاسي في نهارها لدار مخلوع وداني معاه لسبيطار ليخدم فيه باش يقوم بيا هو ثم ويتأكد بلي راني نتحسن ويظمن عليا وأنا قريبة ليه"، بالإضافة إلى دعم خالت الأب، وعمه، اللذين كانوا يهتموا بها مثل والديها، وهذا ما جعلها تشعر بالأمن والطمأنينة وبحالة نفسية جيدة وهذا ما وضحته من خلال إجابتها على المقياس في العبارة (03) بكثيرا.

العامل الثالث: قوة وازعها الديني والثقة في نفسها وفي الله سبحانه وتعالى، حيث أن الحالة التجأت إلى الله سبحانه وتعالى لأنها تعلم أن الشفاء بيد الله وأنه هو القادر على كل شئ وتوضح هذا في قولها " بعد إصابة زدت تقربت من ربي سبحانو وإعتبرت أنو صلاتي وكلام ربي سبحانو هو الملجأ الوحيد وكنت ديما مدايرا في بالي قوله تعالى: "وعسى أن تكرهوا شيئا وهو خير لكم" ، كما تبين أن للحالة ثقة كبيرة في نفسها وفي تحقيقها لأهدافها وذلك من خلال إجابتها على المقياس في كل من العبارات (18.14.) بكثيرا، ووضحت ذلك في قولها " شئ لي فوتو كامل

مخلانيش نفشل ونتخلى على قرايتي وقريت... وهذا لي زاد علوني وتخرجت والحمدلله على كل شئ".

وقد اعتمدنا على الذكريات الباكورة وتأويلها في التفسير النفسي لنتائج الحالة. حيث أثبتت الذكريات الباكورة أن الحالة رغم أنها تجد صعوبات وتمر بشدائد بسبب بعد الوالدين ومرضها إلا أنها تعلم بأنها سوف تتلقى الرعاية والحماية وهذا ما يتيح لها رغبة في تحقيق النجاح وشعور بالرضا .

ففي الذكرى الأولى، يتمثل الموقف المؤلم والغير سار في مرض الحالة بالروماتيزم ومعاناتها وعدم قدرتها على تحريك قدميها سبب لها إحباط وحزن كبير لكن جهود الأب في دعمه ورعايته وتشجيعه للحالة وهذا زاد قوة الحالة في مواجهة مرضها وتفاؤلها اتجاهه. ومن خلال ما صرحت به الحالة في الذكريات الباكورة عن دعم أب لها وحمايته واهتمامه بها وتوفير الأمن والعناية لها وتعويض حرمان العاطفي من طرف الأم. هذا ساعدها في تحمل تلك المعاناة وكان سبب ورغبتها في النجاح التفوق والاستقلالية.

الذكرى الثانية، يتمثل الموقف الغير سار والمحزن للحالة كون أن أصدقائها مقربين لم يساندوها ولم يدعموها مما سبب لها إحباط وحزن. إلا أن حصولها على الرعاية والعناية الغير متوقع من أصدقائها الغير مقربين اللذين ساندوها وجاءوا لزيارتها هذا ما جعل الحالة تشعر بفرح كبير وتقابل، وهو ما جعلها أيضا تشعر برضا كبير.

وفي الذكرى الثالثة غياب الوالدين خاصة الأم الذي ترك أثرا نفسيا، لأنها عاشت بعيدة عن الأم مما وولد لها مشاعر الحزن وحرمان العاطفي عندها تجاهها، لكن عند اكتشاف الحالة بأن غياب الوالدين وخاصة الأم كان من أجل مصلحتها والذي اعتبرته الحالة تضحية من قبل الأم هذا زادها تفاؤلا اتجاه الحياة وشعورها بالفرح والرضا والسرور.

وفي الأخير نستنتج أن ذكريات حالة تعبر عن منظور إيجابي للحياة ، حيث تبرز قناعاتها وشعورها بالرضا وإدراك الحالة بأنها سوف تتلقى العناية والحماية رغم الصعوبات والعقبات

والظروف القاسية التي تمر بها. هذا المنهاج المتفائل وإدراك الحالة أنها تتلقى العناية والحماية هو الذي جعل فاعلية الذات لدى الحالة مرتفعة.

ومنه نجد أن الفرضية الفرعية: فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة.

لم تتحقق ، إذ حصلت الحالة على مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

تقديم الحالة الخامسة:

1. تقديم الحالة(ر):

1.1. البيانات الشخصية :

الاسم: ر

السن : 14

الحالة الاجتماعية : عزباء

المستوى التعليمي : 4 متوسط

2.3/ البيانات الأسرية :

الأب : على قيد الحياة

الأم: على قيد الحياة

عدد الأخوة : 5

رتبة الميلاد : الثالثة

مستوى الاقتصادي : متوسط

سنة الإصابة : في سن 8 سنوات

سبب الإصابة : ماء ساخن

درجة الإصابة : 3

2. ملخص المقابلة مع الحالة (ر) :

الحالة (ر) تبلغ من العمر (14) سنة عزباء تحتل المرتبة الأولى في تشكيلة الأسرة، من أسرة متوسطة الدخل تعيش تحت سقف واحد، مستواها التعليمي الرابعة متوسط، أصيبت الحالة في سن (08) سنوات بحروق جسدية على مستوى الفخذين والساقين، مما أدى إلى بقائها في المستشفى 3 أشهر في مستشفى الجزائر وبسكرة .

من خلال المقابلة نصف موجهة والملاحظات العيادية للحالة "ر" المصابة بحروق جسدية على مستوى القدمين والساقين من الدرجة الثالثة، صرحت الحالة أنها قد عاشت مواقف اجتماعية مؤلمة خاصة مع أصدقائها وتبين ذلك من خلال قولها " كانوا يضحكوا عليا ويقولولي يا لمحروقة يا لكحلة وأنا نقعد نبكي و تغيضني روجي ". ومع بقاء آثار الحروق وضحت الحالة أنها أصبحت تتجنب حضور المناسبات بقولها " موليتش نروح للعراس بسك نحشم بالحريق ومام نروح نلبس غير سروال وكي نشوف لبنات لابسين صواريات تغيضني روجي ".

ولكن بالرغم من ذلك تؤكد الحالة أنها استطاعت أن تتأقلم مع الحروق وأثاره التي خلفها وهذا لمرور فترة معتبرة من خلال قولها " معدتش نعمر راسي بيه ياسر راني نخمم غير في قرايتي وأني ننجح ونجيب لأهلية وان شاء الله نجيبها وحاجة لي مفرحتني اني مالفري معاناة لي عانيتها مع حريق بصح مزالني نقرا ومفشلتش وحبست لقراية ". وبينت الحالة بأن المحيط الأسري الذي تعيش فيه ومحبة عائلتها لها هو الذي ساعدها على تجاوز تلك الفترة بقولها " ماما كانت ديما واقفة معايا وبابا جرى بيا من سبيطار لسبيطار وديما يشريلي في دواء وميخلينيش نتوجع و يشريلي غير بومدات غاليين باش متبقاليش سيكاتريس وخاوتي يجيوا

يقصروا معايا ويضحكوني باش ننسا سطر ويشرولي شيكولا ويقولولي مترعفيش كي ترعفي تولي دار سامطة لأنني انا جاية حيوية و ديما ندير لومبيونص في دارونضحكهم".

الحالة خلال فترة علاجها وتواجدها في المستشفى أشارت أنها كانت تحمد الله على كل شيء وتمسكة بالله سبحانه وتعالى هذا ما جعلها أو ساعدها على تجاوز تلك الفترة بقولها " أنا مؤمنة بقضاء الله و قدره مكتوب ربي هكا ولا كثر الحمد الله على كل حال ". كما وضحت الحالة أن الأب والعم كانوا أكبر داعمين لها في تلك الفترة كما وضحت ذلك في قولها " عمي كان ديما واقف معايا وحاجة لي نبغيها يشريهالي شرالي تابلات باش نلعب بيها ومنقلتش كي عاد مكنتش نقدر نخرج نلعب برا وراح معانا لذيلاير لسبيطار وقعد معانا شهر كامل ثما وبابا رحل على جالتي من لبلاصة لي كنا نسكنوا فيها كي عاد كانوا يتنمروا عليا ويعايروني " وقد لاحظنا أثناء سرد الحالة لتضحية والدها من أجلها عندما قام بترك منزله وذهب للإيجار في منطقة أخرى بدت علامات الفرح في عينيها والافتخار بوالدها وبمحبتة لها.

وفي الأخير أوضحت الحالة أنها بفضل وقوف عائلتها معها وتشجيع والدتها لها وخاصة بخصوص موضوع دراستها ومع قوة تحمل الحالة وصبرها استطاعت أن تتجاوز تلك الفترة وأصبحت تهتم وتركز على تحقيق أهدافها ونجاحها فقط وهذا ما تبين في قولها " حابة ننجح وندير مشروع ويعودوا ندي دراهم و نروح ندير تجميل باش يروحوا سيكاتريس طول مالفري ميبانوش ياسر بصح باش نولي نلبس واش نحب خاصة في أعراس " .

أما بخصوص نظرتها للمستقبل صرحت أنها مادامت على قيد الحياة وبصحتها فإنها تستطيع تحقيق أهدافها وأنها تمتلك ثقة كبيرة في نفسها وهذا ما يؤكد عدم توقعها عن الدراسة بالرغم من المعاناة التي مرت بها وأنها استطاعت النجاح في تلك السنة وانتقلت إلى سنة التي تليها واجتازت شهادة التعليم الابتدائي وتحصلت عليها بمعدل 8 وهذا ما جاء في قولها " ديت سيزيام و دارولي دارنا حفلة وفرحولي بزاف "

3. نتائج المقياس للحالة (ر):

بعد تطبيق مقياس فاعلية الذات للحالة (ر) كانت النتائج كالتالي:

جدول 05: يوضح نتائج مقياس فاعلية الذات للحالة (ر):

رقم العبارة	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10
الدرجة	01	01	03	03	03	03	01	01	03	03
رقم العبارة	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
الدرجة	03	03	03	00	03	03	03	03	03	03
رقم العبارة	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
الدرجة	00	00	00	03	03	00	01	03	03	03
المجموع	65									

من خلال النتائج المبينة في الجدول 05، بلغ مجموع استجابات الحالة (ر) على مقياس فاعلية الذات (65) درجة. وهي درجة تقع في المجال (61-90)، أي مجال الدرجات المرتفعة. ومنه فإن الحالة سجلت مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

4. الذكريات الباكورة للحالة (ر):

الذكرى الأولى:

ليوم لي راني متذكراتو ومزال راهو في بالي هو نهار لي تحرقت فيه كان عمي هاز ماء سخون وأنا كنت نلعب وهو فايت عليا بالماء سخون وأنا تجري دخلت فيه ساح عليا الماء سخون. تصدمت وبقيت غير نخزر بلا ماندير حتى ردت فعل لمدة 2 دقائق، ومبعد بديت نسمع في ماما وعمي يعيطو وأنا بديت نبكي ونعيط وخايفة بزاف ومبعد هزني عمي وداني لسبيطار ومخلانيش وكان خايف عليا بزاف ومزية كان معانا في الدار على خاطر بابا كان خدام. من هذاك النهار وليت نخاف نقدم لحاجة سخونة وموليتش نخدم بالماء سخون ياسر.

الذكرى الثانية:

نهار لي روحت نداوي في سبيطار أول مرة وجا فرملي باش ينظفلي الجرح وبدأ يعقم في الجلد الميت وينحي فيه كان واحد سطر كبير وأنا نبكي ونعظ في يد ماما وبابا معايا يمسخلي في دموعي ويدريللي في كوراج ويضحك فيا باه ينسيني سطر، وكان عمي كل ما يجي وقت زيارة يجيبلي جي وقاطو وحلوى ومزالني نشفى على وجه الفرمللي لحد الآن.

الذكرى الثالثة:

نهار لي يعلقو فيهم نتائج نتاع سيزيام كانوا دارنا كل معايا بابا وماما وخاوتي وحتى عمي كانوا يستناو نتائج تتعلق، راح عمي وشافلي نتيجة وجا فرحان وخبر دارنا بلي نجحت أنا من فرحة وليت نبكي، دارولي حفلة وفرحولي بزاف وماما تزغرت وتحضن فيا وبابا شرالي طارطة .

5. تأويل الذكريات الباكورة للحالة (ر):

تأويل الذكرى الأولى:

تتمثل الذكرى الأولى، الموقف المؤلم الذي تعرضت له الحالة وهي الحروق التي سببت لها شعور بالخوف والرعب من أي شئ له علاقة بالحادثة "ماء ساخن" وأصبحت ترتعب عند سماع صراخ الأم، كما برزت شخصية العم في الذكرى الذي كان سبب في الحرق بدون قصد، لكن رغم ذلك تلقت الحالة الدعم والرعاية والعناية فور إصابتها بالحرق من طرف الأم والعم الذي سارع بأخذها للمستشفى وتخفيف عنها من خلال حبه واهتمامه بها في تلك اللحظة بقولها "هزني عمي وداني لسبيطار ومخلانيش وكان خايف عليا بزاف ومزية كان معانا في الدار على خاطر بابا كان خدام".

تأويل الذكرى الثانية:

تضمنت الذكرى الثانية، موقف غير سار والمحزن المتمثل في تنظيف أو تعقيم جرح الحرق مما جعل الحالة تشعر بالخوف المرتبط بالألم الصحي الذي مرت به نتيجة المشهد الذي تعرضت له، لكن الحالة تلقت الدعم من الأم والأب اللذان خففوا عنها شعورها بالألم ومعاناة من خلال تقديمهم للرعاية وعناية لها ووقوفهم معها في العلاج " نبكي ونعظ في يد ماما وبابا معايا يمسحلي في دموعي ويدريلي في كوراج ويضحك فيا باه ينسيني سطر" بالإضافة إلى علاقة القوية التي تربطها بالعم الذي كان يتردد لزياتها في مستشفى دائما من أجل تقديم الرعاية للحالة " كان عمي كل مايجي وقت زيارة يجييلي جي وقاطو وحلوى".

تأويل الذكرى الثالثة:

تضمنت الذكرى الثالثة يوم نجاحها كان الانفعال الرئيسي للحالة هو البكاء بحيث أنها بكت من شدة الفرح، وذلك بسبب مساندة عائلتها لها وفرحهم لفرحها وهذا ما عزز فكرة أنه هناك من يدعمها ويحبها ويحميها ونجد أن هذه الفكرة هي سبب في نظرتها الإيجابية للمستقبل والحياة وتفاؤلها وقدرتها على تجاوز عقبات التي تواجهها في حياتها.

6. التحليل العام للحالة (ر):

من خلال النتائج المتحصل عليها عن طريق أدوات جمع البيانات المستخدمة في البحث والمتمثلة في المقابلة النصف الموجهة وتطبيق مقياس فاعلية الذات على الحالة، تم تفريغ النتائج في الجدول، وبعد جمع درجات كل البنود تحصلت الحالة على (65) درجة وهي درجة مرتفعة بالنسبة لسلم تقييم لمقياس فاعلية الذات أي أن فاعلية الذات لديها مرتفعة.

ويمكننا تفسير فاعلية الذات المرتفعة للحالة من خلال عدة عوامل وهي أن الحالة تتميز بعزيمة ورغبة في إحراز التفوق وتفاءل وثقة ويتضح ذلك من خلال إجابتها على العبارتين (18.13) التي توضح أن للحالة مستوى عالي من الثقة ، ونجد أيضا أن أغلب العبارات الإيجابية من بينها

(15.16.17.18.19.20) أجابت عليها بكثيرا وهي عبارات تدل على القوة في مواجهة وتحمل الصعوبات بالإضافة إلى الثقة والتحدى.

العامل الأول: أقدميه الإصابة بالحرق مما ساعد الحالة على التأقلم مع أثار الحرق وهذا ما وضحته في قولها: "معدتش نمر راسي بيه ياسر راني نخم غير في قرأتي وأني ننجح ونجيب لأهلية وان شاء الله نجيبها وحاجة لي مفرحتني اني مالفري معانة لي عانيتها مع حريق بصح مزالني نقرا ومفشلتش وحبست لقراية".

العامل الثاني: الدعم الأسري حيث أن الحالة صرحت أن علاقتها بالوالدين علاقة جيدة تتميز بالحب والحنان والعطف ولا تتخللها أي مشاكل وهذا من خلال قولها "ماما كانت ديما واقفة معايا وبابا جرى بيا من سبيطار لسبيطار وديما يشريلي في دواء وميخيلنيش نتوجع" بالإضافة إلى تضحية الأب في تغيير مقر السكن رغم ظروفه المادية واهتمامه بنفسية الحالة "وبابا رحل على جالتي من لبلاصة لي كنا نسكنوا فيها كي عاد كانوا يتنمروا عليا ويعايروني" هذا ما جعل الحالة تتجاوز صدمة الحرق بسرعة.

أما بالنسبة للروابط الأخوية فيسودها المحبة والتماسك وبينت الحالة أنها محبوبة كثيرا من طرف الإخوة "وخاوتي يجيوا يقصروا معايا ويضحكوني باش ننسا سطر ويشرولي شيكولا ويقولولي متزعفنيش كي تزعفي تولي دار سامطة لأنني انا جاية حيوية وديما ندير لومبيونص في دارونضحكهم".

بالإضافة إلى دعم الأقارب المتمثلين في العم هذا ما يوضح أن الحالة محبوبة من طرف الأقارب وذات مكانة وقيمة من خلال تصريحها "عمي كان ديما واقف معايا وحاجة لي نبغيها يشريهالي شرالي تابلات باش نلعب بيها ومنقلقش كي عاد مكنتش نقدر نخرج نلعب برا وراح معانا لدزاير لسبيطار وقعد معانا شهر كامل ثما" ويبين أيضا أن الحالة تتميز بالتفاعل والتواصل مع الغير

ولها روح المغامرة والحيوية ومحرك النشاط وهذا ما تبين من خلال إجابة على العبارة (12) من المقياس بكثيرا .

وهذا ما يدل على أن الحالة تشعر بالأمن والطمأنينة والاستقرار وسط العائلة ومن بين العبارات التي دعمت شعورها بالأمن في المقياس هي العبارة (03) التي أجابت عليها الحالة بكثيرا

العامل الثالث: النظرة الإيجابية للمستقبل والتفاؤل ورغبتها في تحقيق النجاح والعمل وحل ومواجهة المشاكل التي تصادفها يستدل ذلك من خلال الإجابة على المقياس من خلال العبارات (13.29.28.30) التي أجابت عليها بكثيرا والتي تدل على روح العمل ومثابرة ومواجهة، وبالإضافة إلى قولها " حابة ننجح وندير مشروع ويعودوا ندي دراهم و نروح ندير تجميل باش يروحوا سيكاتريس طول مالقري ميبانوش ياسر بصح باش نولي نلبس واش نحب خاصة في أعراس".

وقد اعتمدنا على الذكريات الباكورة وتأويلها في التفسير النفسي لنتائج الحالة. حيث أثبتت الذكريات الباكورة أن الحالة تتميز بطاقة إيجابية وحيوية رغم الألم الذي كانت تعاني منه ويعود الفضل إلى تميزها بالطاقة الإيجابية وشعورها بالرضا إلى الدعم وعناية ورعاية اللذين تلقته من قبل الأسرة .

ففي الذكرى الأولى، تحمل موقف غي سار معاناة وألام الحالة نتيجة الحرق وغياب الأب في تلك اللحظة هذا ما سبب لها حزن كبير، لكن رغم ذلك وبفضل جهود الأم في تقديم الرعاية والعناية لها، وبالإضافة إلى العم الذي كان داعم لها وقدم الحماية وخفف عنها غياب الأب، ومن أجل تعويض الألم التي تسبب فيه هذا أدى إلى شعورها بالرضا والفرح وساعدها على تجاوز تلك الفترة وإنتهت الذكرى بموقف سار.

وفي الذكرى الثانية، نجد أن الموقف الغير سار يتمثل في تواجد الحالة في مستشفى حيث أنها عانت من ألام كبيرة وخاصة أثناء تنظيف وعناية بالحروق مما نتج عنه شعور بالألم الصحي

عند الحالة وترك لها آثار نفسية المتمثلة في شعورها بالخوف من أي شئ ساخن ومن صراخ الأم، ولكنها تلقت الدعم والمساندة وبفضل وقوف أهلها معها باستمرار في مختلف المواقف السارة والأليمة ودعمهم لها بالإضافة إلى مساندة عمها لها أثناء علاجها وجعل الحالة تشعر بالتحسن وسعادة وهنا أيضا انتهت الذكرى بموقف سار.

وفي الذكرى الثالثة، تضمنت يوم نجاحها حيث استهلت الحالة التعبير وسرد شعورها بالسعادة والرضا لوقع الذكرى الجميل الذي عاشته نتيجة الدعم الأسري المتمثل في تقديم الرعاية والعناية من قبل الأب والأم والإخوة بالإضافة إلى حب العم والاهتمام بها هذا ما زادها قوة من أجل تحمل تلك المعاناة وكان سبب في نجاحها ورغبتها في الدراسة والتفوق والاستقلالية وشعورها بالتفاؤل تجاه الحياة وانتهت الذكرى بموقف سار مثل الذكرى الأولى والثانية.

وهذه الذكريات تعبر عن منظور إيجابي للحياة لدى الحالة، حيث تبرز قناعتها وشعورها بالرضا بفضل الدعم الذي تلقتة من قبل الأسرة حيث برز هذا الدعم في رعايتهم وعنايتهم بها باستمرار في مختلف المواقف والصعوبات التي مرت بها. الشعور بالرضا لدى الحالة وإدراكها بأنها سوف تتلقى الدعم ورعاية من قبل الأسرة هذا جعل فاعلية الذات لدى الحالة مرتفعة.

وفي الأخير نرى أن الحالة لديها مستوى مرتفع من فاعلية الذات نظرا لكون الحالة ذات منهاج عيش متفائل جعلها متقبلة ومتوافقة مع آثار الحروق الجسدية نتيجة الدعم الذي تلقتة من الأم والأب والعم والإخوة.

ومنه نجد أن الفرضية الفرعية: فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية منخفضة لم تتحقق، إذ تحصلت الحالة على مستوى مرتفع من فاعلية الذات.

التحليل عام للحالات:

الحالات الخمس جاءت فاعلية الذات لديهم مرتفعة من خلال إجابات درجة محصلة من المقياس وكنا نتوقع في الفرضية أن فاعلية الذات منخفضة لكن نتائج جاءت عكس فرضية وهذه النتيجة يمكن أن نفسرها من خلال اعتمادنا على تقنية الذكريات الباكرة، حيث وجدنا أسلوب متكرر لدى كل الحالات، وأن الذكرى تبدأ بموقف أليم وغير سار وترتبط هذه الذكرى بأشخاص تربطهم علاقة ودية ومشبعة مع الحالات، ثم بعد ذلك تعود الأحداث إلى مواقف إيجابية وسارة ومشبعة بفعل تدخل أفراد المحيط بتقديم الرعاية والحماية والدعم والمساندة وتعويضهم عن مشاعر الحزن والفقدان والحرمان، وهكذا تنتهي الذكريات بنهايات سارة وسعيدة تثبت منظور إيجابي تجاه الحياة تبرز منهاج عيش متفائل تتميز به كل حالات البحث. وهذا المنهاج المتفائل وإيجابي جعل الحالات تعتبر حادثة الحرق موقف أليم لكنه عابر وسوف تسير مجريات الأحداث لصالحهن نظرا لثقتهن بأنفسهن وبدعم أفراد المحيط وب حمايتهم مما يمكنهن بتجاوز العبء النفسي لحادثة الحروق ومواجهة الحياة بثقة وشجاعة وهذا ما يفسر كونهن يتميزن بفاعلية الذات مرتفعة لدى الحالات. حيث أكد أدلر أن الأفراد المتفائلين هم الذين نما طبعهم على خط مستقيم في عمومهم وإنهم يحافظون على إيمانهم بأنفسهم ويتبنون موقفا سعيدا تجاه الحياة، إنهم لا يطلبون الكثير من الحياة لأن لديهم تقييما جيدا لذواتهم ولا يعتبرون أنفسهم مهملين أو مهمين من ثم هم قادرون على مجابهة الصعوبات بسهولة أكبر من الآخرين الذين لا يجدون في الصعوبات سوى مبررات إضافية لاعتقادهم بأنهم ضعاف وقاصرين، وفي المواقف الأعسر يبقى المتفائلون مطمئنين بأن الأخطاء يمكن أن تصحح دوما. ويتكلمون بوضوح وحرية، وهم غير مفرطي التواضع ولا هم مفرطي التشبیط. (خياط ، 2018، 301)

خاتمة

من خلال هذا البحث الحالي الذي تناولنا فيه موضوع مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة مصابة بحروق جسدية وهو موضوع مهم كونه يتناول كيفية تأثير الحروق الجسدية على الفتاة لأنها تضعها في وضعية نفسية غير سارة نتيجة الآثار وتشوهات التي تظهر على مستوى الجسم، ولعل أصعب ما تواجهه الفتاة هو عدم تقبلها لجسمها وللتغير الذي طرأ عليها وعدم الرضا عن نفسها وعدم الثقة في نفسها وفي إمكانياتها وعدم القدرة على مواجهة نظرة الآخرين إليها وهذا ما يؤثر على جانبها النفسي بصفة سلبية وعلى فاعلية الذات لديها. وهذا ما تجسد في هدف من بحثنا وهو معرفة مستوى فاعلية الذات لدى الفتاة مصابة بحروق جسدية من خلال دراسة هذه الظاهرة على خمسة حالات مصابات بحروق جسدية وتم تطبيق مجموعة من أدوات من بينها المقابلة نصف موجهة ومقياس فاعلية الذات وتقنية الذكريات الباكزة ، وتوصلنا في الأخير إلى مجموعة من النتائج:

_حالات البحث اللذين تعرضن للحروق الجسدية سجلنا مستوى فاعلية الذات مرتفع.

_ تم تفسير المستوى المرتفع من فاعلية الذات لدى كل حالة لامتلاكها منهاج عيش من النمط المتفائل، أي ذو منظور إيجابي للحياة.

وتبقى نتائج هذا البحث خاصة بالحالات المدروسة فقط غير قابلة للتعميم، وبحاجة لمزيد من البحوث التي تتوسع وتتعمق في دراسة هذه الإشكالية.

قائمة المراجع

إبراهيم شريهان عاطف ،(2020)، فعالية الذات وعلاقتها بالتفهم الوجداني للمعاقين حركيا، مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية، العدد الثاني، جامعة حلوان.

أبو عون ضياء يوسف حامد، (2014)، الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز وفاعلية الذات لدى عينة من الصحفي بعد حرب غزة، رسالة ماجستير، جامعة غزة الإسلامية .

أبو هشيش سامر تيسير عبد الله، (2018)، مستوى جودة الحياة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى مقدمي الخدمات النفسية والاجتماعية في وكالة الغوث الدولية المحافظات الشمالية، أطروحة ماجستير، جامعة الخليل.

برج إيمان حمادة إسماعيل، العابدين نجوى محمد زين، الشريف الشيماء قطب، (2021)، أثر استخدام إستراتيجية التعلم المعكوس على فعالية الذات وبعض المهارات التدريس الفعال لدى الطالبات المعلمات بكلية الاقتصاد المنزلي، مقالة (06)، المجلد (22)، العدد (22)، 2021/04، الصفحة 197-244، جامعة الأزهر.

بلهوشات رفيقة، (2008)، طبيعة الصورة الجسدية والسير النفسي بعد الإصابة بحروق ظاهرة دراسة عيادية من خلال الإنتاج الاسقاطي لخمس عشرة حالة، أطروحة ماجستير، جامعة الجزائر.

بيروق هناء نور الهدى، 2019، تقدير الذات ودوره في ظهور العنف الموجه نحو الذات لدى المراهق، رسالة دكتوراه، جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2.

حاج سليمان فاطمة الزهراء، (2021)، المنهج العيادي ودراسة حالة، محاضرات موجهة لطلبة سنة ثالثة عيادي، جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان.

رمضان محمد ، كاشف فؤاد، مكي كمال، (2022)، فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتنمية مفهوم الذات لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ذوي صعوبات تعلم الإنجليزية، مجلة كلية التربية، المجلد (43)، العدد (43)، الصفحة 572-604، جامعة بورسعيد.

السيد نجوى عبد الوهاب، تهاني محمد عثمان منيب، الفرحاتي السيد محمود ، (2021) ، برنامج مقترح لتحسين الكفاءة الانفعالية وفاعلية الذات لدى المراهقين المتعافين من التعاطي مجلة كلية التربية، العدد (45)، الجزء (03) جامعة عين الشمس.

الشقيف محمد،(2021)، محاضرات وحدة مناهج علم النفس، جامعة محمد الأول وجدة.

الشهري عبد الرحمن بن محمد ، (2021)، الفروق في فاعلية الذات بين المدمنين وغير المدمنين وعلاقته بالعمر، المجلة العربية للنشر العلمي، العدد (27)، (2021)، جامعة الملك عبد العزيز .

الشمي نجله فتحى عبد الرحمن ، (2021) ، فعالية برنامج قائم على التعلم التعاوني وأثره في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 9، العدد 3، الصفحة 984-895، جامعة نجران المملكة العربية السعودية.

العريبي مي ناصر، الزغبى أحمد، (2022)، فعالية الذات وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى عينة من معلمي مدارس التعليم الأساسي في مدينة السويداء، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 38، العدد 4.

العفيري خالد محمد محمد ، (2020)، فعالية الذات وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى طلاب الجامعة المصريين، مجلة القراءة والمعرفة، العدد (20)، الجزء (02) أكتوبر 2020، جامعة حلوان مصر.

الملكى فراس، 2024/05/01 <https://hama-univ.edu.sy>

الفتلاوي علي نوماس، (2021)، الارتقاء الأخلاقي وعلاقته بصورة الذات "الواقية-المثالية" لدى باحثي وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة كربلاء العراق.

كلينر راتجبير، الدليل المبسط للآباء وأقارب الأطفال المصابين بحروق بالمشفى، المجلة الألمانية لطب الحروق

،ألمانيا. https://www.paulinchen.de/fileadmin/Paulinchen/2020/2020_Sonstiges/2024/04/25_018_Kleiner_Ratgeber_arab_WebPDF.pdf

لقوفي دليلة، (2016)، مستوى تقدير الذات لدى المراهقين مجهول النسب المكفول في أسرة بديلة دراسة حالة لمراهقين مكفولين، مذكرة ماجستير جامعة محمد خيضر بسكرة.

محمد أمين ، (2022) ، إصابات العوارض الطبيعية والاصطناعية، الجامعة المستنصرية.

2024/03/03 <https://uomustansiriyah.edu.iq>

المشيخي غالب بن محمد علي ، (2009)، قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه، جامعة أم القرى.

مسعود عبد الرحمن محمد عبد الرحمن ، (2018)، فعالية الذات والأداء التدريسي لدى معلمين في ضوء بعض المتغيرات، مجلة كلية التربية، المجلد(71)، العدد(الثالث)، الجزء(أ)، الصفحة (564-603) جامعة الأزهر.

معروف سمر ، (2019)، الإسعافات الأولية للحروق buruns، محاضرات موجهة لسنة الثالثة

كلية تمريض <https://hama-univ.edu.sy> - 2024/03/05

نحوي عائشة ،(2010)، العلاج النفسي عن طريق البرمجة العصبية اللغوية، أطروحة دكتوراه جامعة الإخوة منتوري قسنطينة.

واكلي بديعة،(2017)، الاحتراق النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى ممرضين، المؤتمر العلمي الدولي الثاني الصحة والرفاهية في العمل، 04-2017/12/06، جامعة الجزائر 02.

وكالة أنباء الجزائرية، تسجيل أزيد من 180 حالة حروق منها ما يفوق 80 بالمائة خاصة بالأطفال منذ بداية رمضان، 14 جوان 2019 <https://www.aps.dz> 2024/02/08.

ولاء سهيل يوسف، (2016)، فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة دمشق.

Eric patterson, lpc, benjamin Troy md, 10 Tips on how to heal from trauma(2022)<https://www.choosingtherapy.com/>2024/03/03

<https://quiet-psycho.net/>2024/05/12

<https://www.mayoclinic.org>2023/12/08.

<https://www.msdmanuals.com>2024/01/016

<https://www.sidra.org> 2024/02/20.

<https://www.google.ae>2024/05/25

<https://images.app.goo.gl/kaNXJihGAo6frSxx6>2024/05/25

الملاحق

الملحق رقم (01):

أسئلة ومحاور المقابلة:

المحور الأول : البيانات الشخصية

الاسم:

السن :

المهنة:

رتبة الميلاد

الحالة الاجتماعية :

المستوى التعليمي :

المستوى الاقتصادي:

سبب الحرق :

درجة الحرق:

مدة الإصابة :

منطقة الإصابة :

سنة الإصابة بالحروق :

مدة الإقامة في المستشفى :

محور الثاني: إصابة بالحرق

- س01_ ما هي إجابتك إن سألك الناس عن سبب إصابتك؟
- س02_ هل تحاول إيجاد حل لإخفاء أثر الحروق؟
- س03_ هل تسمعين كلام جارج من أهلك وأصدقائك؟
- س04_ هل تشعرين بالإحراج من مظهرك؟
- س05_ هل تتفادين حضور المناسبات العائلية وكيف ترين نفسك؟
- س06_ كيف ترين نفسك قبل وبعد الحرق؟
- س07_ هل أثرت الحروق على نظرتك حول ذاتك؟
- س08_ كيف تعامل الأسرة بعد وقبل الحرق؟
- س09_ هل تعتقدين أن أثر الحرق سبب في عدم ارتباطك أو زواجك ؟

محور الثالث: فاعلية الذات

- س10_ كيف هي علاقتك مع أسرتك؟
- س11_ هل أنت شخص اجتماعي ؟
- س12_ هل تتلقين الدعم من المجتمع ؟
- س13_ كيف قامت أسرتك بمساندتك بعد الإصابة ؟
- س14_ هل يراعي أهلك مشاعرك ؟
- س15_ هل تقارنين نفسك بصديقاتك ؟

- س16_ هل ترين أنك شخص محبوب ؟
- س17_ هل تفضلين البقاء داخل المجتمع؟
- س18_ كيف هو تأثيرك على من حولك ؟
- س19_ هل ترين أن رأيك مهم داخل أسرتك؟
- س20_ ما الذي ينتظره منك أهلك؟
- س21_ هل لديك شخص تبوح له بكل شيء؟
- س22_ هل يؤثر رأي أصدقائك عليك؟
- س23_ ماهي نظرت المجتمع إليك؟
- س24_ هل أنت راضية على ذاتك؟
- س25_ ما هي الأفكار التي تراودك عندما تكونين لوحده؟
- س26_ هل لديك ثقة في نفسك؟
- س27_ هل تتقين في نفسك عند اختيار القرارات مهمة؟
- س28_ هل تشعرين بالفشل بعد الإصابة؟
- س29_ هل تشعرين بالذنب؟
- س30_ هل تقارنين نفسك بالآخرين؟
- س31_ أكثر شخص قام بمساندتك؟
- س32_ كيف كانت رد فعل خطيبك أول مرة عندما راءاك بآثار الحروق؟

س33_ كيف هي علاقتك بخطيبك؟

س34_ ما هي الفكرة التي تراودك على جسدك ؟

س35_ هل سبقا لكي الذهاب إلى أخصائي نفسي؟

س36_ هل لديك أهداف وطموحات تريدنا تحقيقها؟

س37_ ما الذي تفكرين في تغييره في مستقبلك؟

س38_ ماذا تشعرين عندما تفكرين في المستقبل؟

س39_ ما رأيك في عملية التجميل؟

الملحق رقم (02):

مقياس فاعلية الذات:



جامعة محمد خيضر بسكرة قطب شتمه

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الملحق رقم (02)

يوضح استبيان فاعلية الذات

تعليمات:

بغرض إجراء دراسة ميدانية حول فاعلية الذات لدى الفتاة المصابة بحروق جسدية نضع بين يديك مجموعة من الأسئلة أو العبارات تتعلق بأفكارك ومشاعرك واتجاهاتك نحو نفسك وإنجازاتك في الحياة اقرأها جيداً، ثم أجب عليها بوضع علامة (X) تحت كلمة لا أو قليلاً أو متوسط أو كثيراً، وذلك حسب انطباق العبارة عليك، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تنطبق عليك فعلاً، أجب على كل العبارات.

الرقم	العبارات	لا	قليلاً	متوسط	كثيراً
01	أنا شخص حازم و صارم جداً				
02	أحب إنجاز المهام الصعبة				
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن وطمأنينة				

04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعني من ذلك			
05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس			
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني			
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه			
08	لدي مستوى عال من العزيمة و القوة و الإرادة			
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه			
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها			
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات			
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا			
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها			
14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها			
15	من الأفكار التي أؤمن بها أن أعتمد على نفسي في تحقيق أهدافي			
16	باستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها			
17	عندما أجد نفسي في موقف صعب استعمل قدرتي للتغلب عليه			
18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي			
19	أؤمن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة			
20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح			
21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس			
22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره			
23	لي إرادة أكثر من معظم الناس			
24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي و أفكاري حتى أتقنه			
25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه			
26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي			
27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا			
28	أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري			
29	أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي			

30	أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي				
----	---------------------------------	--	--	--	--

الملحق رقم (03): إجابات الحالة الأولى لمقياس فاعلية الذات

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
01	أنا شخص حازم و صارم جدا			X	
02	أحب إنجاز المهام الصعبة		X		
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن وطمأنينة				X
04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعني من ذلك				X
05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس			X	
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني				X
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه			X	
08	لدي مستوى عال من العزيمة و القوة و الإرادة				X
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه				X
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها		X		
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات			X	
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا			X	
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها				X
14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها				X
15	من الأفكار التي أؤمن بها أن أعتمد على نفسي في تحقيق أهدافي			X	
16	بإستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها				X
17	عندما أجد نفسي في موقف صعب استعمل قدرتي للتغلب عليه			X	
18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي				X
19	أؤمن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة				X
20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح				X

21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس	X		
22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره	X		
23	لي إرادة أكثر من معظم الناس	X		
24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي و أفكاري حتى أتقنه	X		
25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه	X		
26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي	X		
27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا	X		
28	أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري	X		
29	أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي	X		
30	أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي	X		

ملحق رقم (04) إجابات الحالة الثانية لمقياس فاعلية الذات:

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
01	أنا شخص حازم و صارم جدا				X
02	أحب إنجاز المهام الصعبة				X
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن وطمأنينة			X	
04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعني من ذلك			X	
05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس				X
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني				X
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه			X	
08	لدي مستوى عال من العزيمة والقوة والإرادة				X
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه				X
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها	X			
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات				X
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا				X
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها				X

X				14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها
X				15	من الأفكار التي أوّمن بها أن أعتد على نفسي في تحقيق أهدافي
	X			16	بأستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها
X				17	عندما أجد نفسي في موقف صعب أستعمل قدرتي للتغلب عليه
X				18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي
X				19	أوّمن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة
X				20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح
		X		21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس
X				22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره
	X			23	لي إرادة أكثر من معظم الناس
X				24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي وأفكاري حتى أتقنه
X				25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه
X				26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي
X				27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا
	X			28	أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري
X				29	أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي
X				30	أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي

ملحق رقم (05) إجابات الحالة الثالثة لمقياس فاعلية الذات:

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
01	أنا شخص حازم و صارم جدا		X		
02	أحب إنجاز المهام الصعبة		X		
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن وطمأنينة				X
04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعي من ذلك	X			
05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس				X
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني			X	
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه	x			
08	لدي مستوى عال من العزيمة والقوة والإرادة				X
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه				X
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها			X	
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات				X
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا			X	
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها				X
14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها			X	
15	من الأفكار التي أومن بها أن أعتمد على نفسي في تحقيق أهدافي				X
16	باستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها				X
17	عندما أجد نفسي في موقف صعب استعمل قدرتي للتغلب عليه				X
18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي				X
19	أومن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة				X
20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح				X
21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس			X	

22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره			X
23	لي إرادة أكثر من معظم الناس			X
24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي وأفكاري حتى أتقنه			X
25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه			X
26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي	X		
27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا		X	
28	أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري	X		
29	أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي			X
30	أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي			X

ملحق رقم (06) إجابات الحالة الرابعة لمقياس فاعلية الذات:

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
01	أنا شخص حازم و صارم جدا			X	
02	أحب إنجاز المهام الصعبة				X
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن و طمأنينة				X
04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعني من ذلك			X	
05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس				X
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني				X
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه				X
08	لدي مستوى عال من العزيمة والقوة والإرادة				X
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه				X
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها	X			
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات				X
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا				X
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها				X

X				14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها
X				15	من الأفكار التي أوّمن بها أن أعتد على نفسي في تحقيق أهدافي
X				16	بأستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها
X				17	عندما أجد نفسي في موقف صعب أستعمل قدرتي للتغلب عليه
X				18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي
	X			19	أوّمن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة
X				20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح
		X		21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس
X				22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره
X				23	لي إرادة أكثر من معظم الناس
X				24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي وأفكاري حتى أتقنه
X				25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه
X				26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي
	X			27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا
X				28	أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري
X				29	أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي
	X			30	أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي

ملحق رقم (07) إجابات الحالة الخامسة لمقياس فاعلية الذات:

الرقم	العبارات	لا	قليلا	متوسط	كثيرا
01	أنا شخص حازم و صارم جدا		X		
02	أحب إنجاز المهام الصعبة		X		
03	ما يسعدني أنني أشعر بالأمن وطمأنينة				X
04	إذا فكرت في انجاز شئ ما لا أحد يستطيع أن يمنعي من ذلك				X

05	أشعر بقدر كبير من الثقة بالنفس				X
06	أحب انجاز الأعمال التي تتحداني				X
07	أشعر بالخجل عندما أتوقف عن عمل كنت قد بدأت فيه			X	
08	لدي مستوى عال من العزيمة والقوة والإرادة			X	
09	عندما أبدأ انجاز عمل ما أبذل فيه جهدا كبيرا لأتقنه				X
10	أعمل فقط الأشياء التي أجيدها				X
11	أكون شجاعا أمام الصعوبات				X
12	أحب أن أكون مغامرا ومجازفا				X
13	عندما تعترضني مشكلة أواصل العمل حتى أتغلب عليها وأحلها				X
14	أستطيع تحقيق النجاح في معظم الأعمال التي أقوم بها			X	
15	من الأفكار التي أؤمن بها أن أعتد على نفسي في تحقيق أهدافي				X
16	باستطاعتي التغلب على المشكلات إذا تفرغت لها				X
17	عندما أجد نفسي في موقف صعب أستعمل قدرتي للتغلب عليه				X
18	لدي ثقة كبيرة في نفسي في أن أحقق أهدافي				X
19	أؤمن بأنه إذا فشلت في عمل ما سوف أنجح فيه في المرة القادمة				X
20	أعتقد بأن بذل الجهد هو أساس النجاح				X
21	يمكن لي أن أتفق مع كثير من الناس			X	
22	إذا بدأت عملا لا أتوقف حتى أنهيه عن آخره			X	
23	لي إرادة أكثر من معظم الناس			X	
24	عندما أقوم بإنجاز عمل ما أستعمل كل قدراتي وأفكاري حتى أتقنه				X
25	أتحمل الصعوبات الكبيرة في سبيل إتمام عملي على أحسن وجه				X
26	أنا شخص فعال أكثر من معظم زملائي			X	
27	أشعر بالخجل و العار إذا ظهرت عاجزا				X

X				أستطيع النجاح في المهام التي فشل فيها غيري	28
X				أجد في نفسي القدرة على تحقيق أهدافي	29
X				أستطيع التغلب على مشكلات بمفردي	30