ISSN 2716-9391

المجلد 4/ (ديسمبر2020)
العدد2
ص.ص:65-82

الضغط النفسي و علاقته بتقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني (تتراوح اعمارهم ما بين 40 - 55 سنة)

- دراسة ميدانية ببلدية الجلفة

Stress and its relationship to self-esteem in people with diabetes Type II (ages 40-55)
-Field study in the municipality of Djelfa

بن العايب عبد الهادي [1] * . حمادي جمال [2]

بن العايب عبد الهادي [(1)] *جامعة عمار ثليجي الاغواط، الجزائر، a.benlaib@lagh-univ.dz

حمـادي جمال [(2)] جامعة عمار ثليجي الاغواط، الجزائر ، d.hamadi@lagh-univ.dz

تاريخ الاستلام: 2020/11/16؛ تاريخ النشر: 2020/12/31

ملخص:

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي و تقدير الذات لدى فئة من فئات المجتمع و هم المصابين بالداء السكري النوع الثاني الذين تتراوح اعمارهم مابين 40 الى 55 سنة.

توصلت النتائج الى: وجود علاقة بين الاستعداد و التهيأ للضغط و السلوك المتبع اثناءه من جهة و تقدير الذات من جهة اخرى ، و عدم وجود العلاقة بين اشباع الحاجات النفسية للفرد من الضغط و تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

كلمات مفتاحية: الضغط النفسي، تقدير الذات، داء السكري

Abstract:

The study aimed to reveal the relationship between stress and self-esteem in a group of society who are people with type 2 diabetes between the ages of 40 and 55.

The results have been: a relationship between the preparation and preparation of pressure and behavior followed by it on the one hand and self-esteem on the other, and the lack of a relationship between the satisfaction of the psychological needs of the individual of stress and self-esteem in people with type 2 diabetes

Keywords: stress ; self-esteem ; diabetes type 2

* المؤلف المرسل: بن العايب عبد الهادي، البريد الالكتروني: a.benlaib@lagh-univ.dz

1. مقدمة و اشكالية الدراسة :

يعد مرضى السكري من الأمراض المزمنة و الخطيرة التي تظهر أثارها بعد فترة من الإصابة ، و يلاحظ ان المرض انتشر انتشارا واسعا في كافة فئات المجتمع ، فهو لا يعرف غنيا أو فقيرا ، كبيرا أو صغيرا . و قد تصدر هذا المرض مع أمراض القلب و الشرايين قائمة الأمراض الوبائية التي تعرض حياة الإنسان إلى مخاطر و الوفاة . (Clouse, Williams, & Lustman, 2007,)

داء السكري مرض مزمن يحدث عندما يعجز البنكرياس عن إنتاج الأنسولين بكمية كافية، أو عندما يعجز الجسم عن الاستخدام الفعال للأنسولين الذي ينتجه. و الأنسولين هو هرمون ينظّم مستوى السكر في الدم. ويُعد فرط سكر الدم أو ارتفاع مستوى السكر في الدم من الآثار الشائعة التي تحدث جرّاء عدم السيطرة على داء السكري، ويؤدي مع الوقت إلى حدوث أضرار وخيمة في العديد من أجهزة الجسم، ولاسيما الأعصاب والأوعية الدموية.

و لقد أشارت التقديرات إلى إصابة 422 مليون شخص بالغ بالسكري على الصعيد العالمي في عام 2014 مقارنة بإصابة 108 ملايين شخص في عام 1980. وكاد معدل الانتشار العالمي (الموحد حسب السن) للسكري يتضاعف منذ عام 1980 اذ ارتفع من 4.7 بالمئة إلى 8.5 بالمئة لدى السكان البالغين مما يدل على نمو في زيادة عوامل الخطر المرتبطة بالسكري مثل المعاناة من فرط الوزن و البدانة . وكان ارتفاع معدل انتشار السكري في البلدان ذات الدخل المنخفض و المتوسط أسرع من ارتفاعه في البلدان المرتفعة الدخل خلال العقد الماضي ، ويعزو خبراء منظمة الصحة العالمية هذا التزايد إلى العادات الغذائية السيئة والسمنة وعدم ممارسة الأنشطة الحركية وكثرة الضغوط النفسية . (منظمة الصحة العالمية، 2016)

فأحداث الحياة اليومية تحمل معها المواقف الضاغطة التي يدركها الفرد السوي فما بالك بالأفراد الذين يعانون من الامراض المزمنة مثل مرض داء السكري ، فبالإضافة الى المشكلات الجسدية التي يعاني منها هذه الفئة فهم يعانون في حياتهم من مشاكل يومية سواء كان في الدراسة ، العمل، الأسرة ، التعاملات مع الناس ، والمشكلات التي لا يجدون لها حلولا مناسبة نتيجة لمتطلبات الحياة و إيقاعها المتسارع. ولقد وصفت **دسوقي(1996)**هذا العصر بأنه

عصر الضغوط النفسية لأننا نعيش في عصر ينفرد بأوضاع و أحداث مثيرة حيث أن التطورات التكنولوجية التي أدت إلى تغيرات وتطورات اجتماعية واقتصادية وما ارتبط بها من تغيرات في القيم ،جعلت العالم يعج بالأحداث المثيرة للقلق والاضطراب النفسي الذي يهدد الأمن النفسي والجسمي والمادي والاجتماعي للفرد، حيث أصبح تعرضه للضغوط أمرًا لا مفر منه.(دسوقي و راوية،1996،صفحة44).

لتعقد الحياة أصبح على الإنسان أن يمارس نماذج عديدة من السلوك للمواقف المختلفة ، ولقد زاد تذبذب الشخصية وتأرجحها وكانت وحدة الذات حلما بعيد المنال، ومن ثم تمزقت الذات بين ما يريده الفرد، وبين ما تريده المنظومة الاجتماعية. ومن هنا أصبح التنبؤ بالسلوك الحقيقي عسيرا، وهذا يستلزم بناءًا للشخصية اقدر على مواجهة ضغوط الحياة ومتطلبات هذا العصر، على اعتبار أن البنية الأساسية للشخصية هي وحدة الذات بكل ما تحمله من معنى.

ولعل من أبرز المفاهيم المؤثرة في شخصية نجد مفهوم الذات، هذا المفهوم بان الذي أوضحه كل من **جيردانو و دوسيك "Girdano et Dusek "** بان مفهوم الذات كتكوين فرضي يتضمن ستة عناصر يكمل بعضها بعضا وهي : الوعي بالذات ، قيمة الذات، حب الذات، ، الثقة بالنفس، احترام الذات ، تقدير الذات . (عسكر، 2000، صفحة 156)

و يعتبر هذا الأخير من أهم العناصر التي تجعل من الفرد بمكان في مجابهة ضغوط الحياة، من خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين، على امتداد المراحل السنية للفرد في بيئته الاجتماعية. ويشير هنا مصطلح تقدير الذات إلى الشعور بالفخر والرضا عن النفس.

ويقول "مصطفى كامل" في معجم علم النفس والتحليل النفسي : أن تقدير الذات هو نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته، ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسري، والمهني، والجنسي وبقية الأدوار التي يمارسها في العلاقة بالواقع ،و تشكل توظيفا أو تعديلا أو انحرافا في علاقة الفرد بذاته. (فرج ، 1983، صفحة 183)

و لان داء السكري مرض مزمن ، فهو يسبب للمراهق انقلابا عميقا في مكانته الشخصية، بحيث ينتابه شعور بأنه ليس مثل الآخرين ، فقد يعيش مظاهر الشعور بالذنب ، و هذا ما

يولد لديه شعور زائد بالنقص ، و هو شعور يرفض الذات و يكرهها مما يؤدي إلى إصابته بالعجز و ذلك بالاستسلام للمرض و قبوله و قد يكون لهذا الشعور أعراض ظاهرة كالتوترات أو التقلب الانفعالي. (العناني، 2000، صفحة 56)

و من منطلق الاهمية التي تتميز بها هذه الفئة ارتأينا في دراستنا الى معرفة لأحد مكوني شخصية الفرد بصفة عامة و المصابين بالداء السكري بصفة خاصة ، و هذا من خلال طرح التساؤل التالي :

*** هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني؟**

ومنه نطرح الأسئلة الجزئية الآتية:

* هل توجد علاقة ارتباطيه بين الاستعداد و التهيأ للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني ؟

* هل توجد علاقة ارتباطيه بين السلوك المتبع أثناء الضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني ؟

* هل توجد علاقة ارتباطيه بين اشباع الحاجات النفسية للفرد و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني ؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2 الفرضية العامة:

***** توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

2.2 الفرضيات الجزئية:

* توجد علاقة ارتباطيه بين الاستعداد و التهيأ للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني

* توجد علاقة ارتباطيه بين السلوك المتبع أثناء الضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني

* توجد علاقة ارتباطيه بين اشباع الحاجات النفسية للفرد و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

3. هدف الدراسة:

1) معرفة العلاقة الموجودة بين التعرض للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

2) معرفة العلاقة الموجودة بين السلوك المتبع أثناء الضغط مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

3) معرفة العلاقة الموجودة بين اشباع الحاجات النفسية للفرد و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

4. تحديد المصطلحات :

1.4 الضغط النفسي:

اصطلاحا : الضغط النفسي هو مجموعة المصادر الخارجية و الداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته، و ينتج عنها ضعف قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للموقف ، و ما يصاحب ذلك من اضطرابات انفعالية و فيزيولوجية تؤثر على جوانب الشخصية الأخرى . (شقير، 2002، صفحة 04)

التعريف الإجرائي: الضغط عبارة عن استجابة الفرد لمتطلبات خارجية كظروف العمل والظروف الاجتماعية, أي الوسط الذي يعيش فيه الفرد؛ كما هو عبارة عن محاولة جسم الإنسان التكيف مع الوضع الجديد قصد البحث عن التوازن الجسمي والعقلي.

2.4 تقدير الذات:

اصطلاحا : يعرف كل من **جابر عبد الحميد وعلاء كفافي 1995** تقدير الذات بأنه اتجاه نحو تقبل الذات والرضا عنها واحترامها وفي التحليل النفسي معناه أن تكون علاقة الأنا طيبة بالأنا

الأعلى أي عدم وجود صراع ونقص تقدير الذات هو عرض للاكتئاب . (عادل ، 2000، صفحة 60)

التعريف الإجرائي: تقدير الذات هو عبارة عن تقييم الفرد لذاته بالإيجاب أو السلب.

3.4 داء السكري:

اصطلاحا : السكري هو مرض ناجم عن اضطراب في عملية التمثيل الغذائي ، يتميز بإرتفاع نسبة تركيز الجلوكوز في الدم بسبب النقص المطلق أو النسبي للأنسولين . (فوقية، 2003، صفحة 104)

التعريف الإجرائي: يعرف داء السكري على انه خلل في هرمون الانسولين إما لعدمه أو لنقصه في الجسم أو لعدم فعاليتة في جسم ، مما يؤدي إلى زيادة نسبة السكر في الدم.

5. الدراسات المشابهة:

أ)- دراسة بن سكيريفة مريم و بن زاهي منصور (2015) بعنوان : أساليب مقاومة الضغط النفسي المستخدمة من طرف المصابين بالداء السكري النوع الثاني ، دراسة ميدانية على عينة من المرضى بمستشفى محمد بوضياف ورقلة، و التي تهدف إلى وضع برنامج علاجي لمساعدة المرضى من اجل التكيف و التعامل مع الضغوط ، و لقد توصلت هذه الدراسة إلى أن المصابين يستخدمون أساليب مقاومة للضغط النفسي المركزة على الانفعال بشكل كبير مقارنة بأساليب مقاومة الضغط النفسي المركزة على حل المشكل ، و على ضوئها تم اقتراح نموذج علاجي يعتمد على مساعدة المرضى من اجل التكيف الجيد و بالتالي تخفيف من مضاعفات الداء السكري على المصاب.

ب)- دراسة زلوف منيرة (2007) بعنوان : علاقة صورة الذات و مستوى القلق في التحصيل الدراسي لدى المراهقات المصابات بداء السكري المرتبط بالأنسولين ، دراسة مقارنة بين طالبات الطور الثانوي ، و التي تهدف إلى الكشف عن طبيعة صورة الذات بأبعادها المختلفة و مدى تحكم نوعية هذه الصورة في مستوى التحصيل الدراسي عند المرهقات المصابات بداء السكري المرتبط بالأنسولين، و كانت من ابرز نتائجها أن داء السكري المرتبط

بالأنسولين في جميع أبعاد صورة الذات (الجسمية ، الخلقية ، الأسرية ، الاجتماعية ، نقد الذات) عند أغلبية المرهقات المصابات بالداء.

6. الاطار المنهجي:

1.6 المنهج المستخدم: فان المنهج الذي فرض نفسه في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي.

2.6 مجتمع البحث : يثمل مجتمع البحث الأشخاص المصابين بالداء السكري النوع الثاني في بلدية الجلفة.

3.6 عينة البحث : تتكون عينة البحث من 10 أفراد مصابين بالداء السكري النوع الثاني تتراوح أعمارهم مابين 40 إلى 55 سنة.

4.6 **أدوات البحث :**

1)- اختبار" صولي بنسبات " الثلاثة (SOLY BENSABAT): هي اختبارات وضعها " صولي " تقيس استعداد الفرد و تهيؤه للضغط و كذا نوع السلوك لديه و مدى حمايته له من الضغط ، و الاختبار الثالث يقيس درجة تشبع الفرد من الحاجات النفسية و منها الضغط و قد عنون هذه الاختبارات بالأسئلة التالية :

- هل انت مستعد و مهيأ للضغط ؟
- هل لديك سلوك يحميك من الضغط ؟
- هل انت بحاجة الى درجة معينة من الضغط ؟

و هذه الاختبارات الثلاثة يمكن استعمالها لدى كل الناس و في كل المجالات الاجتماعية المختلفة لقياس الضغط و علاقته بالفرد انطلاقا من نظرة علم النفس التي تقول أن سلك الفرد هو مجموعة من الاستجابات لما يحيط به من ظروف ، و يتم الإجابة عن الاختبار 2 ، 3 باختبار الرقم المرفق لأحد هذه الكلمات : دائما ، عادة ، أحيانا ، أبدا أما الاختبار 1 فتكون الإجابة على الأسئلة بـ : نعم أو لا . (علالي، 2006، الصفحات 123-124).

2)- مقياس تقدير الذات: لقد تم استعمال في بحثنا هذا مقياس تقدير الذات المعد من طرف حسين عبد العزيز الدريني ومحمد احمد أسامة، عبد الوهاب محمد كامل و الذي

قام بتطبيقه وتكييفه أ.د بشير معمرية على البيئة الجزائرية ويتكون المقياس من 30 بندا تقيس تقدير الذات . (معمرية، 2010)

تصحيح المقياس :

لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
00 نقطة	01 نقطة	02 نقطة	03 نقطة

نجمع النقاط المحصل عليها و نقارنها بالسلم التالي :

الدرجة الكلية الخام	مستوى تقدير الذات
0 - 45	تقدير الذات منخفض جدا
46 – 55	تقدير الذات منخفض
56 - 75	تقدير الذات متوسط
76 – 85	تقدير الذات مرتفع
86 فأكثر	تقدير الذات مرتفع جدا

7. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

تم الاستعانة في دراستنا الميدانية بمجموعة مقاييس واستمارة معلومات أولية وفي ما يلي وصف لكل أداة :

1.7 اختبارات الضغط النفسي :

- **الصدق (صدق المحكمين):** تم التحقق من الصدق الظاهري للاختبارات ، وذلك من خلال عرضه على لجنة من المحكمين من أساتذة بلغ عددهم(05)، وكانت نتيجة التحكيم أن اتفق معظم الأساتذة على أن فقرات الاختبار مناسبة .
- **ثبات الأداة:** وذلك تطبيق الاختبار وإعادة الاختبار مرتين على عينة قوامها (03) أفراد من المجتمع الأصلي ، و تم حساب معامل الثبات أداة عن طريق **معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach** . بحث بلغ ثبات اختبارات الثلاثة للضغط النفسي : 0.772 = Alpha.

حيث ان معامل الثبات لكل اختبار كان :

- الاختبار الأول : 0.553 = Alpha

- الاختبار الثاني : 0.809 = Alpha

- الاختبار الثالث : Alpha = 0.797

2.7 مقياس تقدير الذات:

- **الصدق (صدق المحكمين):** مقياس تقدير الذات المعد من طرف حسين عبد العزيز الدريني ومحمد احمد أسامة، عبد الوهاب محمد كامل و الذي قام بتطبيقه وتكييفه أ.د بشير معمرية على البيئة الجزائرية ويتكون المقياس من 30 بندا تقيس تقدير الذات ، تم التحقق من الصدق الظاهري لمقياس القيم ، وذلك من خلال عرضه على لجنة من المحكمين من أساتذة بلغ عددهم(05)، وكانت نتيجة التحكيم أن اتفق معظم الأساتذة على أن فقرات المقياس مناسبة .
- **ثبات الأداة:** و ذلك تطبيق الاختبار وإعادة الاختبار مرتين على عينة قوامها (05) أفرد من المجتمع الأصلي ، و تم حساب معامل الثبات أداة عن طريق **معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach** . حيث بلغ ثبات مقياس تقدير الذات Alpha = 0.917.

8. متغيرات البحث :

المتغير المستقل : الضغط النفسي.

المتغير التابع : تقدير الذات.

9. أسلوب التحليل والمعالجة الإحصائية:

بعد مرحلة التطبيق تم تفريغ البيانات في الحاسب الآلي بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق البرنامج الإحصائي SPSS، وهذا من أجل مناقشة الفرضيات في ضوء أهداف البحث ، و قد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

* حساب معادلة ألفا كرونباخ Alpha Cronbach، لمعرفة ثبات أداة البحث .

* المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للتعرف على خصائص العينة المدروسة .

* حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson، لدراسة الارتباطات بين اختبارات الضغط النفسي و مقياس تقدير الذات:

-معامل الارتباط بيرسون :

$$R = \frac{\text{ن مج (س×ص) – مج(س) × مج(ص)}}{\sqrt{[\text{ن مج}(\text{س}^2) - (\text{مج×س})^2][\text{ن مج ص}^2 - (\text{مج ×ص})^2]}}$$

10. عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

1.10 عرض نتائج اختبارات الضغط النفسي:

- **عرض نتائج الاختبارات الثلاثة " لصولي" :**

أ- **نتائج اختبارصولي -01- (هل أنت مرشح أم مهيأ) للضغط :**

جدول رقم (01) : جدول نتائج اختبارصولي -01- (هل أنت مرشح أم مهيأ) للضغط .

رقم العينة	النقاط	التعليق
01	57	الضغط يهددك جديا، اعد التفكير في نمط حياتك
02	68	الضغط يهددك جديا، اعد التفكير في نمط حياتك
03	68	الضغط يهددك جديا، اعد التفكير في نمط حياتك
04	56	الضغط يهددك جديا، اعد التفكير في نمط حياتك
05	48	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك
06	48	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك
07	48	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك
08	43	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك
09	49	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك
10	49	تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك

عرض النتائج :من خلال الجدول رقم (01) نستخلص نتائج اختبار صولي -1- (هل أنت مستعد و مهيأ) للضغط عند المصابين بالداء السكري النوع الثاني و التي جاءت كما يلي:

*اقل من 36 نقطة (لست مرشحا للضغط) : لا يوجد.

*من 36 إلى 52 نقطة (تعلم كيف تحمي نفسك من محيطك و تحفظ توازنك) : 6 أشخاص.

*من53 إلى118نقطة (الضغط يهددك جديا ، اعد التفكير في نمط حياتك) :4 أشخاص.

ب- نتائج اختبارصولي -2- هل سلوكك يحميك من للضغط :

جدول رقم (02): جدول نتائج اختبارصولي -2- هل سلوكك يحميك من للضغط

رقم العينة	النقاط	التعليق
01	60	يجب ان تقوى دفاعك
02	74	يجب ان تقوى دفاعك
03	92	سلوكك لا يحميك تماما من للضغط

04	88	يجب ان تقوى دفاعك
05	63	يجب ان تقوى دفاعك
06	74	سلوكك لا يحميك تماما من للضغط
07	50	يجب ان تقوى دفاعك
08	48	يجب ان تقوى دفاعك
09	48	يجب ان تقوى دفاعك
10	55	يجب ان تقوى دفاعك

تحليل النتائج : من خلال الجدول رقم (02) نستخلص نتائج اختبار صولي -2- هل سلوكك يحميك من للضغط لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني و التي جاءت كما يلي :

*اقل من 31 نقطة (سلوكك يحميك جيدا من للضغط) : لا يوجد.

*من 31 إلى 60 نقطة (لست دائما محميا من الضغط) : 04 يوجد.

*من 61 إلى 90 نقطة (يجب ان تقوي دفاعك) : 05 أشخاص.

*من 90 إلى 120 نقطة (سلوكك لا يحميك تماما من للضغط) : 01 أشخاص.

ج - نتائج اختبارصولي -3- هل أنت بحاجة إلى للضغط :

جدول رقم (03) : جدول نتائج اختبارصولي -3- هل أنت بحاجة إلى للضغط

رقم العينة	النقاط	التعليق
01	60	جرعة معتدلة و متوسطة من الضغط تنشطك
02	44	الضغط ضروري لتوازنك
03	47	الضغط ضروري لتوازنك
04	60	جرعة معتدلة و متوسطة من الضغط تنشطك
05	70	انت بحاجة الى الهيجان و الاثارة
06	60	الضغط ضروري لتوازنك
07	37	الضغط ضروري لتوازنك
08	55	الضغط ضروري لتوازنك
09	60	الضغط ضروري لتوازنك
10	45	الضغط ضروري لتوازنك

تحليل النتائج :من خلال الجدول رقم (09) نستخلص نتائج اختبار صولي -3- هل أنت بحاجة إلى الضغط عند المصابين بالداء السكري النوع الثاني و التي جاءت كما يلي :

*اقل من 20 نقطة (تحتاج إلى قليل من التنشيط و الضغط لتعمل) : لا يوجد.

*من 21 إلى 40 نقطة (جرعة متوسطة من الضغط تنشطك و تكفي لإسعادك) : 01 أشخاص.

*من 41 إلى 60 نقطة (الضغط ضروري لتوازنك) : 08 أشخاص.

*من 61 إلى 80 نقطة (أنت بحاجة إلى هيجان و ثوران) : 01 أشخاص.

- **الخصائص الإحصائية لاستبيان الضغط النفسي:**

جدول رقم(04) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور اختبارات الضغط النفسي

محاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
محور الاستعداد و التهيأ للضغط	53.40	8.69
محور السلوك المتبع إثناء الضغط	65.20	16.16
محور اشباع الحاجات النفسية للفرد	53.80	10.10

2.10 عرض نتائج مقياس تقدير الذات:

جدول رقم (05): جدول نتائج مقياس تقدير الذات عند المصابين بالداء السكري النوع الثاني

رقم العينة	النقاط	مستوى تقدير الذات
01	52	تقدير الذات منخفض
02	47	تقدير الذات منخفض
03	48	تقدير الذات منخفض
04	56	تقدير الذات متوسط
05	65	تقدير الذات متوسط
06	48	تقدير الذات منخفض
07	62	تقدير الذات متوسط
08	70	تقدير الذات متوسط
09	66	تقدير الذات متوسط
10	61	تقدير الذات متوسط

تحليل النتائج : من خلال الجدول رقم (05) نستخلص نتائج مقياس تقدير الذات عند المصابين بالداء السكري النوع الثاني و التي جاءت كما يلي :

*اقل من 45 نقطة (تقدير الذات منخفض جدا) : لا يوجد.

*من 45 إلى 55 نقطة (تقدير الذات منخفض) : 04 أشخاص.

*من 56 إلى 75 نقطة (تقدير الذات متوسط) : 06 أشخاص.

*من 76 إلى 85 نقطة (تقدير الذات مرتفع) : لا يوجد.

* 86 نقطة – فأكثر (تقدير الذات مرتفع جدا) : لا يوجد .

- **الخصائص الإحصائية لمقياس تقدير الذات:**

جدول رقم (06) يوضح مستويات تقدير الذات لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضة

مستوى تقدير الذات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
متوسط	57.50	8.43

2.10 عرض وتحليل و تفسير نتائج الدراسة حسب الفرضيات :

أ- **عرض و تحليل و تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى :**

ولاختبار صحة الفرضية الأولى و التي تنص على: " **توجد علاقة ارتباطيه بين الاستعداد و التهيأ للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني** ".

الجدول رقم (07):يوضح العلاقة الارتباطية بين احتمالية الترشح للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني

-الاختبار-1	مستوى تقدير الذات			
	القيمة R المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
الاستعداد و التهيأ للضغط	**- 0.776**	**0.01**	**09**	**دال**

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل الارتباط قد بلغ (0.776-) بالنسبة لقيمة كل من محور الاستعداد و التهيأ للضغط ومستوى تقدير الذات وهو دال عند مستوى 0.01، وعليه فإنه توجد علاقة ارتباطيه عكسية قوية ذات دلالة إحصائية بين محور (الاستعداد و التهيأ للضغط) ومستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني و هو ما يؤكد

صحة الفرضية الاولى ، فالضغوط حسب " **علي البيك** " هي حالة من الخلل النسبي للإنسان تجبر الجسم على القيام بواجبات وظيفية لمواجهة متطلبات عقلية أو بدنية أو نفسية لإعادة التكيف و التوازن مع البيئة الخارجية.

و هذه النتيجة تأكد نفس النتائج التي توصل إليها كل من الباحث **بورقاق سمير (2006)** و الباحثة **بوعافية نبيلة (2002)** على وجود علاقة ارتباطيه قوية بين الضغط بمختلف مراحله قبل الترشح و أثناء و بعد الضغط و مستوى تقدير الذات لأحد فئات المجتمع.

و لقد أكد **Butler & Constantine (2005)** في دراسته أن هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين تقدير الذات و الضغوط ، حيث أن ارتفاع درجة تقدير الذات يقلل من الإحساس بالضغوط . ومنه نستنتج أن الفرد الذي يكون تقديره لذاته ضعيفا و إحساسه بالضعف يكون أكثر تعرضا أو إحساسا بالضغط و هذا ما يجعل **الفرضية الأولى محققة** .

ب- <u>عرض و تحليل و تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:</u>

و لاختبار صحة الفرضية الثانية والتي تنص على: " **توجد علاقة ارتباطيه بين السلوك المتبع أثناء الضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني** ".

وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط بيرسون البسيط لعينة الدراسة.

الجدول رقم (08): يوضح العلاقة الارتباطية بين السلوك المتبع أثناء الضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني

محور	مستوى تقدير الذات			
	القيمة R المحسوبة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
السلوك المتبع أثناء الضغط	- 0.748	0.05	09	دال

يظهر الجدول أعلاه أن معامل الارتباط قد بلغ (**0.748-**) بالنسبة لمحور السلوك المتبع أثناء الضغط ومستوى تقدير الذات وهو غير دال عند مستوى 0.05، وعليه فإنه توجد علاقة

ارتباطيه عكسية متوسطة ذات دلالة إحصائية بين محور السلوك المتبع أثناء الضغط ومستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

يحتل موضوع تقدير الذات مركزا هاما في نظريات الشخصية، كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا على السلوك، فالسلوك هو حصيلة خبرات الفرد الاجتماعية، فقد ذكرت **"مارجريت ميد"** أن إحساس الفرد بذاته هو نتيجة لسلوك الآخرين نحوه وقد توصل **"هورتيز"** إلى أن الفرد الذي يدرك أنه غير متقبل من الجماعة الاجتماعية التي ينتمي إليها فإنه يقدر نفسه تقديرا منخفضا و بالتالي فانه هناك علاقة ارتباطيه بين السلوك و درجة تقدير الذات .

قد أوضحت دراسة **"بارنهارت" (Barnhart, 1982)** إن الأفراد ذوي تقدير الذات العالي يركزون على المشكلة في تعاملهم مع الضغوط وان ذوي تقدير الذات المنخفض يركزون على الانفعال في تعاملهم مع ما يواجههم من ضغوط .

و تبين هذه النتيجة نفس النتيجة التي توصلت إليها الباحثة **بوعافية نبيلة (2002)** في دراستها على وجود علاقة ارتباطيه بين السلوك المتبع المتمثل في استراتيجيات مقاومة و المتبع أثناء الضغوط و مستويات تقدير الذات ، و هذا ما يجعل **الفرضية الثانية محققة** .

ج- <u>عرض و تحليل و تفسير النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:</u>

ولاختبار صحة الفرضية الثالثة والتي تنص على: " **توجد علاقة ارتباطيه بين اشباع الحاجات النفسية للفرد و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني** ".

الجدول رقم (09): يوضح العلاقة الارتباطية بين الحاجة للضغط و مستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني

محور	مستوى تقدير الذات			
	القيمة المحسوبة R	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار الإحصائي

اشباع الحاجات النفسية للفرد	0. 198	/	09	غير دال

من خلال الجدول أعلاه تبين أن معامل الارتباط قد بلغ (**0.198**) بالنسبة لقيمة كل من اشباع الحاجات النفسية للفرد و مستوى تقدير الذات وهو غير دال ، و تعتبر نتيجة معامل الارتباط قريب جدا للصفر مما يدل على عدم وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين اختبار اشباع الحاجات النفسية للفرد ومستوى تقدير الذات لدى المصابين بالداء السكري النوع الثاني.

فحسب نظرية " **هنري موراي H.Murrey** " تعتبر أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك و الضغط يمثل المحددات المؤثرة و الجوهرية للسلوك في البيئة .

فحسب " **مصطفى حسين باهي** " هو العنصر المجدد للطاقة المكيفة لكل من العقل و الجسم ، فان كانت هذه الطاقة يمكنها احتواء المتطلبات و تستمتع بالإثارة المتضمنة فيها ، فان الضغط يكون مقبول و مفيدا، أما إذا كانت لا تستطيع ، و وجود الاستثارة يضعفها فان الضغط لا يكون مقبولا و غير مفيد بل و ضار.

أما الحاجة الفرد للضغط إلى مستوى مثالي معين من الضغط و اختلافه من فرد لأخر فالشيء منطقي من خلال اختلافات الفردية في الشخصية و التي من أبعادها تقدير الذات التي يختلف من فرد لأخر تبعا لنظرة الفرد لنفسه و نظرة الجماعة له ، فان تأثيرات الحاجة للضغط و العوامل المؤثرة في تقدير الذات يختلفان و بالتالي لا توجد علاقة بين الحاجة و تقدير الذات هذا ما يفسر النتائج المتوصل إليها و هذا يجعل **الفرضية الثالثة غير محققة.**

11. الخاتمـة :

لقد حاولنا من خلال بحثنا هذا إظهار العلاقة بين عنصرين مهمين في تشكيل شخصية الفرد و هما الضغط النفسي عن طريق استعمال الاختبارات الثلاثة التي وضعهم الدكتور **صولي بنسبات** المتمثلين في (الاستعداد و التهيأ للضغط ، السلوك المتبع اثناء الضغط و اشباع الحاجات النفسية للفرد) مع مستويات تقدير الذات لدى فئة مهمة من المجتمع و هم

المصابين بالداء السكري النوع الثاني بمدينة الجلفة ، و التي اظهرت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية بين الترشح للضغط و السلوك المتبع اثناءه مع مستويات تقدير الذات على عكس الحاجة الى الضغط التي اظهرت انه لا توجد علاقة بينها و بين مستويات تقدير الذات. و منه نقول أن طبيعية حياة الإنسان بصفة عامة لا تخلو من الضغط سواء كان نفسيا أو اجتماعيا أو أسريا أو حتى مهنيا ، و ليس له أيضا أي سن معين فجميع فئات المجتمع تعاني منه و لكن بمستويات مختلفة و أن كان له نفس المستوى فهو يختلف في التأثير من فرد إلى أخر و هذا راجع إلى طبيعة تكوين شخصية الفرد و إلى نظرية الفروق الفردية فهناك من له سلوك يتبعه يحميه من الضغط و هناك العكس سلوك يزيد عليه الضغط .

المراجع :

المراجع بالعربية:

01- بشير معمرية ، تقنين قوائم تقدير الذات على البيئة الجزائرية ، قسم العلوم الاجتماعية. جامعة حاج لخضر – باتنة، 2010.

02- حسن رضوان فوقية ، دراسات في اضطرابات الشخصية(تشخيض و علاج)، دار الفكر العربي ،القاهرة، 2003.

03- حنان عبد الحميد العناني، الصحة النفسية (الطبعة الاولى). دار الفكر ، عمان، 2000.

04- دسوقي، و محمود راوية ، النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية و ضغوط الحياة و الصحة النفسية لدى المطلقات، الهيئة المصرية للكتاب،مصر ،1996.

05- زينب محمود شقير ، مقياس المواقف الضاغطة (الطبعة الثانية)، مكتبة النهضة المصرية ، مصر ، 2002.

06- عبد الغاني علالي، الضغط النفسي لدى الرياضيين ،دراسة مقارنة بين الكارتي ولاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير ، غير منشورة، جامعة الجزائر، الجزائر ، 2006.

07- عبد القادر طه فرج ، معجم علم النفس و التحليل النفسي (الطبعة الاولى) ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1983.

08- عبد الله محمد عادل ، دراستك في الصحة النفسية (الطبعة الاولى) ، دار الرشاد ، القاهرة ، 2000.

09- علي عسكر ، ضغوط الحياة و اساليب مواجهتها (الطبعة الثانية) ، دار الكتاب الحديث ، مصر ، 2000.

10- منظمة الصحة العالمية. (2016). التقرير العالمي عن السكري.

المراجع باللغة الاجنبية:

01- Clouse, R., Williams, M., & Lustman, P: **Treating depression to prevent diabetes and its complications**. The diabetes educator. 2007.