

# الضغوط النفسية والعوامل الاجتماعية المؤدية إلى الإصابة بأمراض القولون

( بحث ميداني في مدينة بغداد )

م. عبير نجم عبد الله احمد الخالدي

جامعة بغداد / مركز البحوث التربوية والنفسية

## الفصل الاول

### مشكلة البحث واهميته

- بالنظر الظروف الراهنة التي يمر بها قطرنا ونتيجة لارتفاع معدل الإصابة بالامراض ذات الطابع النفسي - جسمي او ما تعرف بامراض سوء التكيف الناتج عن الضغوط النفسية المستمرة. ارتأت الحاجة الى دراسة هذا النوع من المرض والتي ترجعها الباحثة الى الاسباب التالية .:
- ١- تعرض المواطن العراقي الى ضغوط نفسية مستمرة متمثلة بحالة الانفلات الامني والشعور بالقلق المستمر المرافق للضغط النفسي الذي يعيش فيه داخل المجتمع .
  - ٢- الظروف النفسية والاجتماعية السلبية المؤدية الى تعرض الفرد الى حالة صعبة معرضة صحته الى الخطر والمتمثلة بسوء التكيف ذات التأثير المباشر على صحة وسلامة الفرد .
  - ٣- قلة البحوث والدراسات الاجتماعية او ندرتها التي تتناول هذا المرض وخاصة مرض القولون العصبي الذي يرجع بالشكل الاساسي والمباشر الى الضغط النفسي المزمن الذي يتعرض له الفرد .
  - ٤- كثرة العوامل الاجتماعية السلبية وصراع القيم المؤدية الى ضغوط نفسية مستمرة التي يعاني منها .
  - ٥- وضع دراسة ميدانية موضوعية ( نفسية - اجتماعية ) لدراسة اسباب امراض القولون وتقتصر هذه الدراسة على العوامل النفسية - الاجتماعية وعمل دراسة بحثية في كيفية الحد من هذه الامراض وتحجيمها ومن ثم القضاء عليها من هنا تظهر الحاجة الماسة لقيام هذه الدراسة والتي تعد الاولى من نوعها بعد فحص ومتابعة المصادر والبحوث وحتى وسائل الاتصال الحديثة (الانترنت) ولم تجد الباحثة دراسة تناولت هذا الموضوع بشكل مباشر (على حد علمها) .

ثانياً : هدف البحث .

يهدف هذا البحث الى .

- ١- التعرف على الضغوط النفسية والعوامل الاجتماعية المؤدية الى الاصابة بامراض القولون.
- ٢- ايجاد الحلول المناسبة ووضع نقطة ضوء على هذا النوع من الدراسة لاهميتها وحاجتها في الوقت الحاضر .

٣- الوقاية من الاصابة بالامراض الخاصة بالجهاز الهضمي وبالاخص - القولون .

ثالثاً : حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالمستشفيات الخاصة بامراض الجهاز الهضمي وهما:

- ١- مستشفى امراض الجهاز الهضمي والكبد / جانب الرصافة .
  - ٢- مستشفى اليرموك / جانب الكرخ والرافدين فيها للعام ٢٠٠٣ م - ٢٠٠٤ م في مدينة بغداد .
- رابعاً : تحديد المفاهيم والمصطلحات .

اولاً : الضغوط النفسية : Psychology Stress .

ان مصطلح الضغوط النفسية لا يزال يكتنفه قدر كبير من الغموض ، شأنه في ذلك شأن كثير من المفاهيم النفسية والاجتماعية وان الاختلاف ليس مجرد تعريف المصطلح ، وانما الاختلاف ايضاً بالمصطلحات البديلة للضغوط النفسية التي تستخدم في المواقف المختلفة مما ادى الى عدم وجود اتفاق بين الباحثين على تقديم تعريف موحد للمصطلح ، وفي الوقت الحاضر يستخدم المصطلح لوصف القوى الخارجية التي تحدث تأثيرات في الكائن العضوي ( Lazarus , 1966 , P.51 ) او مجموعة التغييرات الخارجية التي تمثل تهديداً للمرء وتؤدي الى اضطراب سلوكه ، فالمصطلح لا يشير الى الاضطراب انما الى الهموم التي تنقل عاهل المرء وتؤدي الى الاضطراب الانفعالي لديه (الزبادي ، ١٩٨٧ ، ص٩٧)

لقد كثرت التعريفات المتعلقة بالضغط وتعددت فهناك من عرف الضغط من خلال المسببات واثرها ، ومنهم من عرفها من خلال العلاقة بين المثير والاستجابة وما يتوسطهما من عمليات داخلية ، ومنهم من ركز على دور الظروف البيئية كسبب كامن في احداث الضغط والظروف التي تطلق عليها الضواغط ومن هذه التعريفات فقد :

- ١- عرفت الموسوعة البريطانية الحديثة New Encyclopdia Britanicia بأنها أي توتر او اجهاد او عائق يسبب اضطراباً في وظائف الكائن الحي كالتعرض الى القهر والاحباط والحرمان والصداع ، مما يتطلب اساليب الدفاع النفسي (New Encyclopdia Britanicia : 1979 - P: 612 , 1974 ) .

٢- وعرفت الضغوط في موسوعة الخولي : بأنها كل ما يسبب اجهاداً او توتراً نفسياً شديداً (الخولي : ١٩٧٦ : ص٤٢٦) .

٣- وعرف موري Murray الضغط : بأنه كل موقف فعال غير خامد في البيئة الخارجية المادية او الاجتماعية ، يؤثر في سلامة الفرد بصورة فعلية او محتملة وقد يكون الضغط مرغوباً فيه او غير مرغوب فيه الا انه اما يكون (وعداً) لاشباع حاجة او (تهديداً) لإحباطها وصددها ( Murray , 1938 , p: 289 ) .

٤- وعرف لازاروس وزملاؤه Lazarus . etal الضغوط بانها متغيرات وسيطة لها اسباب سابقة ونتائج سلوكية . وانها خبرة عاطفية غير سارة تتزامن مع عناصر من خوف وفزع وقلق وسخط او انزعاج ، وغضب واسى واكتئاب (Lazurus. etal, 1966 , p : 223 – 376 ) .

٥- وعرفها موسس Moss بالتنبيهات التي يتعرض لها الفرد وتثير عدم التوازن ( Moss , 1973 . P: 54 ) .

٦- أما كلفورد Guilford فعرفها بانها شدة القوى المؤثرة التي تفرض أعباء غير اعتيادية على الكائن الحي والمثيرات التي تسبب الضغوط تسمى المثيرات الضاغطة وتتضمن الضغوط ازمات انفعالية ومشاكل اجتماعية وصددمات مادية ( Guilford , 1973 , p : 610 ) .  
وهناك تعريفات تناولت الضغوط في المثير والاستجابة منها :

٧- تعريف سيلبي Selye للضغط النفسي بانه مجموعة من استجابات فسيولوجية لعوامل البيئة الضارة ، او اي مطلب يوجه الى الفرد ويكون مجبراً على القيام به (Selye , 1976 ,p: 282 ) .

٨- وعرف سمثر (Smither) الضغط بانه استجابة فسيولوجية او سيكولوجية لمتطلبات موضوعة على الفرد ، سواء اكانت في المواقف المسرة او غير المسرة . (Smither , 1992 , p.470 ) .

٩- وعرف جبريل (١٩٩١) الضغوط النفسية بانها تعبير عن حالة من الاجهاد العقلي او الجسمي تحدث نتيجة للحوادث التي تسبب قلقاً او ازعاجاً ، او تحدث نتيجة لعوامل عدم الرضا ، او انها تحدث نتيجة للتفاعل بين هذه المسببات جميعاً وان حدة الضغط تتوقف على مدى استجابة الفرد لتأثير هذه العوامل اثناء التفاعل مع المواقف (عوض ، ١٩٩٥ ، ص ١٩ ) .

اما تعريف الباحثة الاجرائي هي " استجابة نفسية وجسمية نتيجة اجهاد او توتر نفسي تسبب قلقاً او ازعاجاً التي تفرض اعباء غير اعتيادية على الفرد نتيجة لمتطلبات تفرض على الفرد يصعب اشباعها وتتضمن الضغوط ازمات نفسية ومشاكل اجتماعية تنعكس آثارها على جسم الانسان محدثة مرض معين كاضطرابات القولون او القرحة .

## ٢-ثانياً :. العوامل المحيطة ( environmental Factors ) .

فهي مجموعة العوامل التي تؤثر في الانسان ، وتنقسم البيئة عادة الى عدة انواع :.

١-البيئة الطبيعية : وتشمل الحالة الجغرافية التي تؤثر في الصحة والمرض بطرق مباشرة وغير مباشرة وكذلك الحالة الجيولوجية وتشمل نوع التربة والمناخ ودرجة الحرارة والرطوبة

٢-البيئة الحيوية : وتشمل عناصر حيوانية ونباتية .

٣-البيئة الاجتماعية والثقافية : وتشمل كثافة السكان والمستوى الاقتصادي والاستعدادات الصحية . وقد تشتق من البيئة الاجتماعية مجموعة عوامل اجتماعية تسبب الامراض للانسان نذكر منها .

أ-العادات والتقاليد :. في تناول الطعام وقضاء الحاجة والنظافة وغيرها .

ب-المستوى الاقتصادي :. وهذا يؤثر في سكن وملبس وتغذية الاسرة ويؤثر في صحة الانسان .

ج-التعليم :. ويلعب دوراً فاعلاً في صحة الفرد ومن ثم صحة المجتمع .

د-حجم الاسرة :. حيث يؤثر ارتفاع عدد افراد الاسرة على الحالة الغذائية وانتشار الامراض المعدية في الاسرة .

هـ-حالة السكن :. ان ازدحام المساكن وضيقها وعدم توفر مياه نظيفة وصالحة للشرب وقلة التهوية وعدم توفر شبكة الصرف الصحي اسباب تؤثر في حدوث وانتشار المرض بشكل فاعل

( المشني ، ٢٠٠٠ م ، ص ١٢٤-١٢٥ ) .

وفيما يتعلق بمعالم البيئة الاجتماعية فاننا يجب ان نقول في البداية ان معالم البيئة الاجتماعية ما هي الا انعكاسات للمعالم البيئية الطبيعية ، فالبيئة الطبيعية تؤثر بالبيئة الاجتماعية تأثيراً ملحوظاً فهي التي تحدد عمل الانسان والمهنة التي يزاولها ونوع المرض الذي يصاب به ودرجة رقيه وتقدمه الحضاري والاجتماعي وتحدد ايضاً طبيعة القوانين التي تنظم مسار بيئته ، ولا بد هنا من الاشارة الى ان السلوك الاجتماعي الذي يعد من اهم معالم البيئة الاجتماعية حيث ان السلوك الاجتماعي قد يكون سلوكاً غريزياً او سلوكاً تقليدياً او سلوكاً عقلائياً وهذه الانواع من السلوك تؤثر وتتأثر بالبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الانسان وتتفاعل معها

( Ginsberg , 1950 , p.15 )

مما ذكر اعلاه عن البيئة الاجتماعية نخلص الى القول ان هذه المعالم تعد بمثابة الظروف البيئية الاجتماعية لان الظروف الاجتماعية للمجتمع انما تتأني من ظروف او العوامل البيئية المحيطة ، فلا ظروف بيئية من دون ظروف او عوامل اجتماعية اذ ان هناك تلازماً بين الظروف الاجتماعية والظروف البيئية ، من هنا نستطيع ان نقول ان الظروف او العوامل البيئية المحيطة هي " جملة القوى والمؤثرات الطبيعية والاجتماعية التي تؤثر في حياة الانسان وتعطيها طابعاً حضارياً منفرداً او متخصصاً " .

ثالثاً: . القولون: . هو جزء من الامعاء الغليضة في شكل قناة عضلية تحمل فضلات الطعام الى المستقيم وتنقسم الى اربعة اقسام القولون الصاعد والقولون الذي يمتد على الجانب الايمن من التجويف البطني ثم يتصل بالقولون المستعرض الذي يمتد عبر التجويف الى الجانب المقابل ثم يلتقي هذا الجزء بالقولون النازل الذي يهبط الى الجانب الايسر حيث يلتقي بالجزء الرابع هو قولون السني يبلغ طول القولون لدى الانسان ١,٥ م ووظيفته امتصاص الماء والاملاح المعدنية فضلات الطعام وتقوم عضلاته القوية عمليتي الانقباض والانبساط ومن ثم تدفع بالفضلات باتجاه المستقيم . ( الموسوعة العربية العالمية ، ٢٠٠٠ م ) .

خامساً: . الاطار النظري .

١-نظرية متلازمة التكيف العام (1956). The general adaption syndrome Theory.

لقد عرفت التنبيهات التي يتعرض لها الفرد وتثير لديه عدم التوازن بالضغط (stress) وتجلت اهمية الدراسة العلمية لهذه الضغوط في دراسات الطبيب الكندي هانز سيلبي Hanz selye عالم الغدد الصماء في جامعة مونتريال الذي يعد الاب المؤسس لبحوث الضغوط ، والرائد الاول الذي قدم مفهوم الضغوط في الحياة العملية ، ووضع نموذجاً للضغوط وعلاقتها بالمرض ، اذ يرى ان المرض تعبيراً رمزياً للاحداث النفسية الاجتماعية اذ اشار الى ان للضغوط دوراً مهماً في احداث معدل عال من الانهماك والانفعال الذي يصيب الجسم ، فاية اصابة جسمية او انفعالية غير سارة كالقلق او الاحباط او التعب او الالم لها علاقة بتلك الضغوط ( Moss, (Selye , 1976 , p: 280 ) 1973 . p: 54 .

ويرى سيلبي ان متلازمة التكيف العام G.A.S تمر بثلاث مراحل تصف استجابة الجسم للدفاع ضد الضغوط وهي :

١-المرحلة الاولى : الفزع او رد الفعل الانذاري The Alarm Reaction

وفيه يظهر الجسم تغييرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضاغط stressor ، وتجنيد كافة طاقاته لمواجهة التحدي المفروض عليه ، ويتمثل رد الفعل بانخفاض درجة حرارة

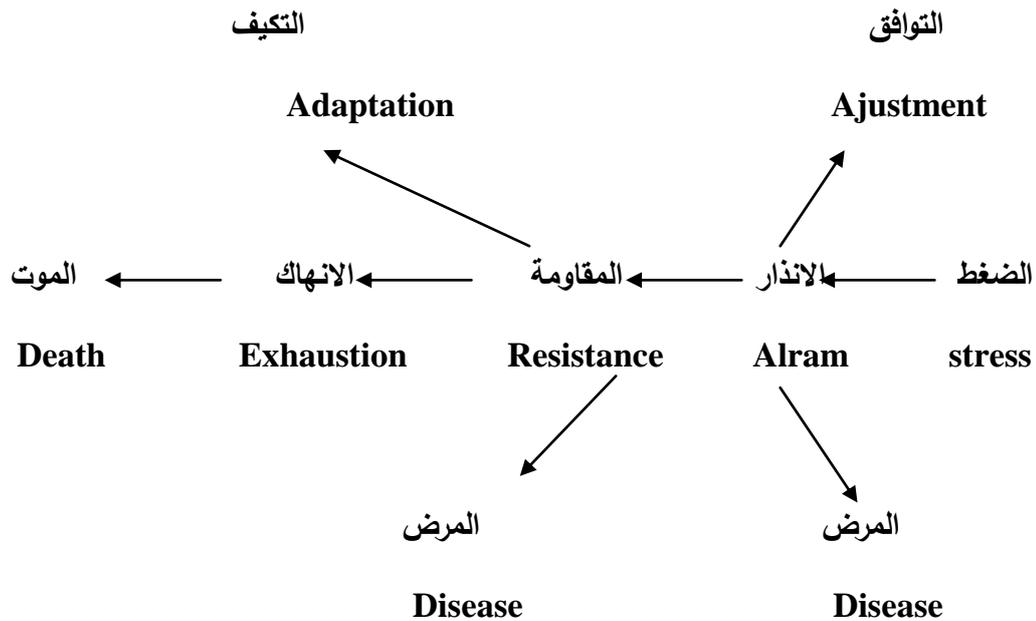
الجسم او سرعة خفقان القلب وغيرها ، ويمكن ان تستمر هذه المظاهر لفترة قصيرة ، ولكن اذا ما استمرت هذه المظاهر على الفرد فانه يدخل المرحلة الثانية الخاصة بالمقاومة (الناقليسي ، ١٩٩١ : ص ٢٥٧) .

## ٢- المرحلة الثانية المقاومة The stage of Resistance

وتحدث عندما يكون التعرض للضغوط متلازماً مع التكيف ، اي تبدأ القوى الدفاعية التي هيأها الجسم في التعامل مع عنصر الضغط المهديد للنظام عن طريق مواعنتها لنفسها مع الظروف الجديدة ، فتختفي التغييرات التي ظهرت على الجسم والاعراض المرضية التي ظهرت في المرحلة الاولى ، وتظهر تغييرات اخرى تدل على التكيف ، ولكن اذا ما تزايدت ردود فعل تلك القوى الدفاعية فان ذلك يظهر في شكل خلل عضوي مثل قرحة المعدة او القولون او ارتفاع ضغط الدم ، واذا ما استمرت لفترة اطول ، او اذا لم تستطع القوى الدفاعية التعامل معه خلال فترة المقاومة فان الفرد المتعرض للضغط يصل الى المرحلة الاخيرة . (علي ، ١٩٩٤ : ص ٩) .

## ٣- المرحلة الثالثة :. مرحلة الاجهاد Stage of Exhaustion

وهنا تصبح مقاومة الجسم غير كافية والطاقة الضرورية للتكيف قد استنفذت اذ لا تستطيع الافرازات الغددية مواجهة الضغط المتزايد ، واذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة فقد ينتج عنها امراض التكيف ، ويتعرض الانسان لأخطر مرحلة قد تهدد بنهاية حياته (Selye , 1976 , p : 283) ويمكن توضيح النظرية في الشكل رقم (١) .



مراحل متلازمة التكيف العام

The general adaptation syndrom (Adapted from selye, (1976, p:50 ) ( chapman , 1985 , p : 33 ) .

واضاف سيلبي مفهوماً آخر اطلق عليه مصطلح امراض التكيف adaptation Disease او امراض الضغوط اذ يشير سيلبي الى ان التغييرات الفسيولوجية الناجمة عن الضغوط التي يتعرض لها الفرد ربما تسبب في اصابته ببعض الامراض ، والتي تكون اعراضها كأشارات تنبيه تبين ان ما يتعرض له الفرد يفوق قدرته على التحمل ، ومن هذه الامراض ، خفقان القلب ، القرحة ، التهابات وقرحة القولون ، فقدان الشهية ، الدوار ، التوتر وغيرها . ( Hackett & Lonborg : 1983 , p : 8 )

## ٢- نظرية احداث الحياة الضاغطة Life stres Theory .

ركزت هذه النظرية على الاحداث البيئية التي يتعرض لها الانسان في حياته . اعتمدها ادولف ماير (Meyer) في بحوثه ودراساته التي اجراها باستخدام قوائم خبرات الحياة لتشخيص المشكلات الطبية ، وكان الهدف من هذه القوائم هو تحديد احداث الحياة اليومية التي يحتمل ان تكون من مسببات الاصابة ببعض الامراض .

وابرز من يمثل هذه النظرية هولمز وراهي Holmes & Rahi اذ وجها اهتمامهما الى جميع الاحداث وتغييرات الحياة الضاغطة التي تؤثر على الفرد في مختلف مجالات حياته ، كالمجال العائلي (الزواج، الانفصال) والمجال المهني، او العلاقة مع الاقران ، او المجال التعليمي ، او موقع السكن فضلاً عن بعض المتطلبات الاقتصادية .

واشار الى الاحداث التي يتعرض لها الفرد في المجالات السابقة تكون على نوعين : سلبية وايجابية ، مفرحة ومحزنة ، فبعض الاحداث كالزواج او ولادة طفل جديد للعائلة ربما تدرك على انها ايجابية او مرغوبة اجتماعياً ولكنها تسبب ضغطاً على الفرد وتتطلب منه التوافق معها .

(Lonbrog : 1983 , p:10 – 118).

## الفصل الثاني

### المبحث الأول : الضغوط النفسية .

#### أولاً : أنواع الضغوط النفسية .

اما فيما يخص انواع الضغوط فقد ورد وصفها في الادبيات وصفاً دقيقاً مثل مور ( More , 1975) الذي اشار الى وجود ثلاثة انواع من الضغوط .

**النوع الاول :** يتمثل بالتوترات الناشئة من الحياة اليومية ordinary tensions نتيجة المشكلات الصغيرة التي يواجهها الفرد في حياته وعدم القدرة على أشباع حاجاته بصورة مناسبة .

**النوع الثاني :** يتمثل بالضغوط النمائية Developmental stress والتي ترتبط بمراحل النمو ، ويتطلب ذلك من الفرد تغييراً في عاداته واسلوب حياته عند تعرضه للمواقف الضاغطة .

**النوع الثالث :** فيتمثل بالازمات او الصدمات الحياتية Life crises فيكون قوياً ويستمر لفترة قصيرة ، كالامراض والتغييرات في البيئة الاجتماعية والتي يصعب تجنبها مثل موت شخص عزيز او فقدان عمل او قد يكون احياناً احداثاً سارة مثل : الكسب المادي المفاجئ او ولادة طفل جديد للعائلة طالما تمنوه ( More , 1975 , p : 735 ) .

وقسم شولتز ( schultz , 1980 ) الضغوط التي يشعر بها الفرد الى نوعين الاول يدعى بالضغط العضوي physical stress الذي يحدث بسبب اي ضرر او اذى للجسم ، والثاني يدعى بالضغط النفسي يحدث بسبب التهديد الذي يواجهه الفرد ويدركه ويحس بتأثيره على امنه النفسي وتقديره لذاته او لحياته ( schultz , 1980 . p:13 ) .

ووصفت الضغوط بحسب مداها الزمني ، اذ وصفها كل من برتشارد وسكواب (Pritchard & schwab ) وقسمها الى ثلاثة اقسام هي :

١- الضغوط الخفيفة :. ويستمر تأثيرها من ثوان الى ساعات ، كالتعرض للمضايقات التي تصدر من قبل اشخاص تافهين ، وحالة المشول امام جمهور كبير وغيرها من المواقف التي تمر في حياتنا اليومية ( carbin , 1991 , p:247 ) .

٢- الضغوط المتوسطة :. التي يستمر تأثيرها من ساعات الى ايام ، كفترات العمل الاضافي او زيارة ضيف غير مرغوب فيه او غياب مؤقت لشخص عزيز ، مما تؤدي الى حدوث اضطرابات في حياة الفرد اليومية كصعوبة مواصلة الدراسة او حدوث الم في الرأس او اضطرابات المعدة او القولون ... الخ . ( Janis, 1968, p: 13 ) والضغط المتوسط او المعتدل قد يعزز او يقوي التكيف ويكون ضروري للحياة ، فهو يحفز النمو النفسي وكما قبل (الخلو من الضغط يعني الموت ) وان الضغط هو نكهة الحياة ، فمن المحتمل ان الضغط يؤدي الى حدوث حالات تكيفية معتدلة ، ( Corbin , 1991 , p:247 ) .

٣- الضغوط الشديدة :. ويستمر تأثيرها اسابيع او اشهر او حتى سنوات كالانقطاع المستمر لاحد افراد العائلة او موت شخص عزيز او الخسارة المالية الكبيرة او العمليات الجراحية (العلواني ، ١٩٩١

: ص ٢٣ ) فكلما طالت مدة لتعرض الشخص للضغط زادت كمية الاجهاد والتوتر الذي يصيبه ، فبعض الأشخاص يستجيبون للضغوط معبرين عنه بمظاهر سلوكية عدة مثل قضم الاظافر او الافراط في الاكل او الافراط في تناول الكحول او التدخين ( Kaplan , 1971 . p:273 ) وعلى المدى البعيد فان الضغوط تسبب مشاكل يصعب علاجها ، كالاصابة بقرحة القولون او الكأبة... الخ ( Gorkin , 2000 , p:7 ) .

ووصفت الضغوط بحسب نتائجها فقد ميز سيلبي Selye بين نمطين من الضغوط يتمثل النمط الاول بالضغوط المفرطة ( over stress ) والتي تسبب معاناة والام واسى ( Distress ) مثال ذلك الخبرات والاحداث غير السارة ، اما النمط الثاني ، ويدعى بـ Eustres ويتمثل بالحالات الانفعالية السارة ، كالشعور بالفرح والابتهاج والمتعة ( Hamilton , 1979 . p:27 )

ثانياً : . مصادر الضغوط النفسية .

تؤكد الدراسات النفسية ان مصادر الضغوط متباينة في ان واحد ويمكن ان تتمثل في البيئة الخارجية ، كما يمكن ان تتجسد ايضاً من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والاساسية ، وقد تبرز معالم هذه الضغوط من النظم والقواعد واللوائح المجتمعة ، مما تؤدي الى الخوف والقلق والاحباط والحرمان التي تعتبر من مصادر الضغوط الشائعة . ( Lazarus , 1966 . p:104 ) .

وتفرض الضغوط على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية او اجتماعية او نفسية او تجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة ، وعلى الرغم من ان الضغوط جزء من حياتنا ، فإن مصادرها تختلف من فرد الى آخر ، ويمكن رصد اهم مصادر الضغوط كما جاءت في الادبيات التي عالجت الموضوع كالآتي : .

فقد اشار هول وليندزي ( ١٩٧٨ ) الى ان مصادر الضغوط تتمثل في نقص التأثير الاسري والضياع الاسري والاضطراب والكوارث والنبذ وعدم الاهتمام والتنافس والعدوان والسيطرة والقسر والمنع والعطف على الآخرين والانتماء والصدقات الخداع والدونية ( هول وليندزي ، ١٩٧٨ : ص ٢٢٠ ) . واستطاع مكبرايد ( Mcbride , 1983 ) ان يبلور مصادر الضغوط التي تضمنتها البحوث منذ عام ١٩٣٠ متمثلة بكثرة الاعمال الادارية والمسؤوليات الاضافية والمستوى الاقتصادي وضعف الامكانيات المادية كتدني الراتب وظروف العمل السيئة والتنقل من عمل لآخر دون تهيئة الفرد نفسياً والحياة الاجتماعية للمؤسسة والارهاق والتدخين وضعف الانشطة وتضخم الضرائب وضعف الاتصال ، فضلاً عن النقد والخوف من الفشل والانعزالية والوحدة ونظرة المجتمع المتدنية وعدم التعاون والأتانية واللامبالاة وضعف الدافعية ( Mcbride , 1983 . pp:223-239 ) .

وتمثلت مصادر الضغوط في دراسة جاريس ( charies , 1987 ) في الأصدقاء والوالدين والخوف من الفشل وابلاغ الآباء بسلوك أبنائهم والتأنيب المنفرد وخصم الدرجات وتكليف الطالب بأعمال إضافية وحرمانه من الأنشطة الاجتماعية والعقاب أمام زملائه والعقاب البذيء وعدم إمام

المعلم بالسبل التربوية وعدم مساعدته في حل مشكلاته والمعاملة السيئة ، كما إن المتغيرات الاجتماعية والشخصية تعد عوامل أساسية في الضغط الأكاديمي (charles , etall , 1987 . p:20 )

ويشير مورس Morse الى ان الضغوط كلما كانت شديدة سببت للفرد التأزم والانفعال والاحباط والشعور بالذنب والاشم عزاز والكراهية ، وبتزايد وتراكم هذه المشاعر ستؤدي الى الضغط النفسي ( Morse , 1979 , p:12 ) كما ان الضغوط التي يعاني منها الكبار يمكن ان تنتقل اثارها الى الصغار فتصبح مصادر ضغط عليهم ، وان الجو الاسري والتوجيه السليم يساعد في التغلب على الضغوط والظروف الضاغطة ( stressors conditions ) ( دسوقي ، ١٩٩٥ : ص ٢٦٩ )

**المبحث الثاني: .: القولون .** ويتناول هذا المبحث النقاط او المحاور التالية .

اولاً :. القولون العصبي .

ثانياً :. التهاب القولون .

**ثالثاً :. الوقاية من امراض القولون .**

**اولاً :. القولون العصبي :. . IRRITABLE BOWEL Syndrome .**

عصيبة القولون :. مجموعة من الاعراض التي يشتكى منها المرضى وهي الآلام في المنطقة السفلية من البطن ، وانتفاخ ، امساك متكرر . وتتميز متلازمة القولون العصبي بأنه لا يوجد خلل عضوي او تغيير تشريحي ، كما لا يوجد اي علامات غير طبيعية او تحاليل غير طبيعية عند المريض . ان متلازمة القولون هو خلل في وظيفة المعدة ، او الامعاء الدقيقة او القولون بمعنى آخر ان تقلصات الامعاء وحركاته الطبيعية قد اصبحت مختلفة لاسباب عديدة ، ولا يمكن قياس هذا الخلل بالتحاليل المخبرية او العينات الخاصة بالجهاز الهضمي . ان نسبة حدوث هذه المتلازمة يعتبر مرتفعاً وبينت بعض الدراسات ان هذه النسبة فمن الممكن ان تكون في حدود وتصيب هذه المتلازمة النساء اكثر من الرجال وفي كثير من الاحيان في اوقات الضغط النفسي وبنسبة % 30-40 والقلق والتوتر المزمن وعادة تظهر في مقتبل العمر ، ونادراً ما تظهر ولاول مرة بعد سن الخمسين . ان زيارة الاختصاصي الاجتماعي الطبي مع الطبيب المختص المعالج وسرد القصة المرضية والفحص السريري يزيل الكثير من حالة القلق والتوتر والتي من الممكن ان تنجح من جراء اعراض هذه المتلازمة حيث ان بعض المرضى يظنون ان لديهم امراض مزمنة او امراض خبيثة في القولون مما يزيد من درجة القلق والتوتر النفسي . وعندما يستقر التشخيص لدى المختصين من الاطباء ان الاعراض هذه كلها ناتجة عن متلازمة عصبية القولون فمن الممكن اتباع بعض التعليمات للتخفيف من وطئة هذه الاعراض واهمها ما يلي :.

**ثانياً : الوقاية من امراض القولون .**

١ - التقليل من حالات التوتر النفسي .: وهذا يحتاج الى بصيرة في حياة المريض اليومية والتعرف على مواطن القلق والتوتر ، ومن المهم التعرف على الطرق النفسية السليمة للسيطرة على الضغوط النفسية وذلك عن طريق الاستعانة بالاختصاصي النفساجتماعي العامل في المجال الطبي وفتح ملف خاص لدراسة حالة لكل مريض Case study وكذلك بالاستفادة من طرق الاسترخاء النفسي والذهني وهذا ممكن بالتعاون او بمساعدة فريق العمل المكون من الاطباء النفسيين والاختصاصيين الاجتماعيين المختصين في المجال الطبي ، وعن طريق جدول عمل تتضمن مشاركة المريض في التمارين الرياضية وشغل وقت الفراغ في الهوايات المحببة للنفس .

٢ - الاهتمام بنوعية الاطعمة .: التي تكون احد العوامل المؤدية الى اضطراب الجهاز الهضمي واهم هذه الانواع .

١-البقول ٢-الحليب ٣-العلكة ٤-المشروبات الغازية .

٣- مضغ الطعام جيداً والابتعاد عن المواضيع التي يوجد نزاع عليها .

٤- تجنب الوجبات السريعة والوجبات الدسمة والوجبات المحتوية عل كميات كبيرة من البهارات .

٥- ينصح الاطباء بتناول كميات كبيرة من الخضراوات والاعذية المحتوية على الالياف والفواكه .

[http : / www . gogle . com / search](http://www.gogle.com/search) (انترنت) .

ثالثاً : التهاب القولون :. هو مرض ينتج عن هيجان القولون او اجزاء اخرى من الامعاء الغليظة وتوجد ثلاثة انواع رئيسة من التهاب القولون هي التهاب القولون التقرحي و التهاب القولون الأميبي و التهاب القولون المخاطي . يصيب التهاب القولون التقرحي الاشخاص الذين تتراوح اعمارهم ( ٢٠ - ٤٠ ) عام ولم يعرف الاطباء اسباب هذا النوع الا ان كثيراً منهم يعتقدون ان التوتر العصبي والعوامل النفسية الاخرى قد تزيد من تفاقم المعاناه من هذا المرض حيث ان الاجهاد والضغط النفسي المزمن هو احد اسباب المرض .

(الموسوعة العربية العالمية : ٢٠٠٠ م ) .

**الفصل الثالث****الدراسة الميدانية .**

**المبحث الاول :.** خطة البحث ومنهجيته .

اولاً :. **مجالات البحث :** يعد تحديد مجالات البحث المكاني والبشري والزمني من الخطوات المنهجية المهمة في تصميم البحوث الاجتماعية ، ان هذا التحديد يجعل معالم البحث والمدلولات والنتائج التي يتوصل اليها البحث علمية وموضوعية .

المجال المكاني .: يمثل المنطقة او الرقعة الجغرافية التي يقوم فيها الدراسة ، وقد اختارت الباحثة مستشفى في كل من الكرخ والرصافة واخصت المستشفى الخاص بامراض الجهاز الهضمي .  
١- مستشفى اليرموك / قاطع الكرخ .

٢- مستشفى مركز جراحة الجهاز الهضمي والكبد قاطع الرصافة .

المجال الزمني .: ويقصد به السقف الزمني الذي استغرقتة عملية المقابلات الميدانية ، فقد استغرقت المقابلات الميدانية غطاءً زمنياً تجاوز ثلاثة اشهر بالمدة المحصورة ما بين ٢٠٠٤/١/٢ لغاية ٢٠٠٤/٤/١٣ تمكنت الباحثة من الوصول الى هدفها والذي ينسجم مع الفرصة المتاحة لها لاعداد البحث .

المجال البشري .: ويقصد به لاشخاص المبحوثين الذين يمثلون مجمع الدراسة على وفق المستشفيات التي يرقد فيها ذوي العلاقة فقط في تمثيل مجتمع البحث ، البالغ عددهم (٥٥) مبحوثاً وجميعهم من المرضى .

ثانياً .: اختيار العينة .

تم استخدام العينة العشوائية في المستشفيات ذات العلاقة فقط حيث تم تطبيقها بمستشفى اليرموك في قاطع الكرخ وفي مستشفى جراحة الجهاز الهضمي والكبد في قاطع الرصافة .  
يجمع الكثير من الاختصاصيين والباحثين والعلماء على ان حجم العينة يتوقف على الغرض من البحث ، ومدى تباين الظواهر المختلفة في قطاعات المجتمع ، واطار العينة (اي الجمهور الاصلي ) والمعلومات المتاحة التي يمكن استخدامها في التعميم ، ودرجة الدقة المطلوبة في البحث ، يجمعون على هذه الابعاد قد تكون وحدة الدراسة الواقعية فرداً او جماعة عمل ، او اسرة او جماعة صغيرة او طبقة اجتماعية او اي تجمع له خصائص علمية مميزه ، وهنا يجب اولاً تحديد هذه الوحدة ثم حصر جميع الوحدات المميزة ، واخيراً اختيار العينة المناسبة ، وفقاً لما يحدده الباحث من معيار اومحك . ( احمد ، ١٩٨٣ : ص ٢٢٨ ) .

وعند اختيار حجم العينة تمت مراعاة كل هذه الامور الانفة الذكر لعينة البحث البالغ عددهم (٥٥ مبحوثاً ) وجميعهم من المرضى .

ثالثاً .: استمارة البحث .:

تضمنت الاستبانة اسئلة كثيرة تمحورت حول صعوبة التكيف مع البيئة او المجتمع الذي ينتمي اليه المريض وعن سمات الشخصية وعن كثرة المسؤوليات الاسرية ككثرة عدد الاطفال وارتفاع تكاليف الحياة والضغط على الفرد كدور مهم وعامل رئيسي من العوامل الاجتماعية للاصابة بالمرض وعن دور الادمان في حدوث مرض او امراض القولون وعن دور الصدمة النفسية المفاجئة التي يتعرض

لها الفرد وعن الظروف والعوامل الداعية لظهور مرض قرحة القولون او اي مرض من امراض القولون ، والتي حاولت منها الباحثة استيعاب جميع محاور الاطار النظري في الدراسة وما جاءت به الدراسات السابقة ليتقن من النتائج ومعرفة اوجه الشبه والاختلاف وتحليلها وتفسيرها على وفق طبيعة الظروف والعوامل البيئية والنفسية والاجتماعية المحيطة بالفرد

المقاييس الاحصائية المستخدمة في البحث .

١- النسبة المئوية .

٢- التسلسل المرتبي .

المبحث الثاني : عرض وتحليل نتائج البحث .

سيتم عرض البيانات الميدانية الخاصة بالبحث على وفق المحاور التالية .:

المحور الاول : . معلومات عامة عن المبحوثين .:

يؤثر الجنس (ذكراً كان ام انثى) في طبيعة إجابة المبحوثين لكون الطبيعة التكوينية والبايولوجية والنفسية والاجتماعية تختلف في الذكور عنها في الاناث والتي تؤثر او تساهم في تعرض الفرد لنوع من المرض دون غيره ، لذا يعد متغير الجنس في المتغيرات المهمة التي يقوم عليها البحث ، لتحقيق العلمية والموضوعية المطلوبة . تشير نتائج الدراسة الميدانية ان عينة البحث تتكون (٢٧ من مجموع ٥٥) وبنسبة (٤٩%) من الذكور في حين ان (٢٨ من مجموع ٥٥) وبنسبة (٥١%) من الاناث وبذلك ان نسبة اصابة الاناث اعلى نسبياً من نسبة اصابة الذكور كما يوضحه الجدول رقم (١) . وهذه النتيجة تؤكد ما برهنته البحوث والدراسات في الاطار النظري للدراسة .

جدول رقم (١)

يوضح التوزيع الجنسي للمبحوثين

الجنس	المجموع	%
ذكور	٢٧	٤٩
اناث	٢٨	٥١
المجموع	٥٥	%١٠٠

يعد العمر من المتغيرات المهمة التي تؤثر في اجابات المبحوثين اذ ان اجابة الشباب تختلف عن اجابات متوسطي العمر واجابات متوسطي العمر تختلف عن اجابة المسنين .  
فقد اشارت نتائج الدراسة الميدانية ان (٢) شخصان تقع اعمارهم بين (١٥-٢٠) سنة بنسبة (٣,٦%) ، في حين (١٢) شخصاً اعمارهم (٢٠-٢٥) سنة وبنسبة (٢١%) من عينة البحث وان (٧) اشخاص تقع اعمارهم (٤٠-٤٥) سنة ويمثلون نسبة (١٢,٧%) من عينة البحث وهذا ما اوضحه الجدول رقم (٢) الذي يمثل التوزيع العمري للمبحوثين .

### جدول رقم (٢)

يوضح التوزيع العمري للمبحوثين

العمر	مج	%
٢٠-١٥	٢	٤
٢٥-٢٠	١٢	٢١,٨
٣٠-٢٥	٨	١٤,٥
٣٥-٣٠	٨	١٤,٥
٤٠-٣٥	٦	١٠,٩
٤٥-٤٠	٧	١٢,٧
٥٠-٤٥	٢	٣,٦
٥٥-٥٠	٣	٥,٤
٦٠-٥٥	٥	٩
٦٠-فاكثر	٢	٣,٦
المجموع	٥٥	%١٠٠

ومن المتغيرات الاجتماعية التي لها الاثر في طبيعة الاجابات للمبحوثين والتي تدخل ضمن الظروف والاسباب الداعية في الاصابة بالامراض ، امراض القولون هي الحالة الزوجية ، تشير البيانات الاحصائية الى ان عدد العزاب هو (٢٦ من مجموع ٥٥) وبنسبة (٤٧,٢%) وهذا يرجع الى اصابة عدد كبير من الاشخاص في مراحل مبكرة من الاعمار الشبابية كما اوضحه الجدول رقم (٢) ، فيما تبين نتائج مسحنا الميداني ان (٢٨) مبحوثاً من مجموع ٥٥% وبنسبة (٥٠,٩%) يمثل عدد المتزوجين ، وعدد الارامل شخص واحد كما اوضحه الجدول رقم (٣).

### جدول رقم (٣)

## يوضح الحالة الزوجية للمبحوثين

الحالة الزوجية	مج	%
اعزب	٢٦	٤٧,٢
متزوج	٢٨	٥٠,٩
مطلق	صفر	صفر
ارمل	١	١,٨
المجموع	٥٥	%١٠٠

تشير نتائج مسحنا الميداني ان الخلفية الاجتماعية والانحدار الطبقي يؤثر في اجابات المبحوثين ، اذ ان اجابات الفئة المرفهة تختلف عن اجابات الفئة المتوسطة واجابات هذه الفئة تختلف عن اجابات الفئة التي تمثل الضعيفة وتبين نتائج الدراسة ان اغلبية المبحوثين كانوا ينتمون الى خلفية اجتماعية متوسطة وهذا ما اوضحه الجدول رقم (٤) وبنسبة (٨١,٨%) بمجموع (٤٥ مبحوثاً) من افراد العينة .

## جدول رقم (٤)

الخلفية الاجتماعية	مج	%
مرفهة	٨	١٤,٥
وسطى	٤٥	٨١,٨
ضعيفة	٢	٣,٦
المجموع	٥٥	%١٠٠

تشير نتائج الدراسة الميدانية الى ان (٥ مبحوثين من مجموع ٥٥) وبنسبة (٩%) هم لا يقرأ ولا يكتب ، اما من هم يحملون الشهادة الابتدائية فقد كان عددهم (٥ مبحوثين من مجموع ٥٥) وبنسبة النسبة السابقة ، في حين بينت نتائج الدراسة الميدانية ان اعلى نسبة في الاصابة بامراض القولون من حملة الشهادة الجامعية او المعهد وبمجموع (٢٣ مبحوثاً وبنسبة (٤١,٨% ) من العينة المبحوثة والجدول رقم (٥) يوضح التحصيل الدراسي للمبحوثين .

## جدول رقم (٥)

## يوضح التحصيل الدراسي للمبحوثين

	مج	%
لا يقرأ ولا يكتب	٥	٩

ابتدائية	٥	٩
متوسطة	٩	١٦,٣
اعدادية	٦	١٠,٩
جامعة او معهد	٢٣	٤١,٨
دراسات عليا	٧	١٢,٧
المجموع	٥٥	%١٠٠

تؤثر الحالة الاقتصادية في طبيعة الإجابات التي يدلي بها المبحوث فقد أوضحت نتائج دراستنا الميدانية إن أعلى نسبة بالإصابة بأمراض القولون هم من يمثلون الفئة المتوسطة وبمجموع (٣١ شخصاً) وبنسبة (٥٦,٣%). ومن ثم من يمثلون الحالة الاقتصادية الجيدة وتأتي بالمرتبة الأخيرة الذين يمثلون الحالة الاقتصادية الضعيفة وهذا ما يوضحه الجدول رقم (٦) الذي يوضح الحالة الاقتصادية للمبحوثين .

#### جدول رقم (٦)

يوضح الحالة الاقتصادية

الحالة الاقتصادية	مج	%
جيدة	١٨	٣٢,٧
متوسطة	٣١	٥٦,٣
ضعيفة	٦	١٠,٩
المجموع	٥٥	%١٠٠

تشير نتائج الدراسة الميدانية ان مجموع المبحوثين ٧ اشخاص وبنسبة (١٢,٧%) تكون دخولهم اقل من (٥٠,٠٠٠ الف دينار) ، وان (١٨) مبحوثاً تتراوح دخولهم من (١٥٠,٠٠٠ - ٢٥٠,٠٠٠) الف دينار وبنسبة (٣٢,٧%) ، وهناك (٣) مبحوثين وبنسبة (٥,٤%) تكون دخولهم (٧٥٠,٠٠٠ - فاكثر) . كما يوضحه الجدول رقم (٧) .

رقم (٧)

يوضح الدخل الشهري للمبحوثين

الدخل الشهري	مج	%
اقل من ٥٠,٠٠٠ دينار	٧	١٢,٧
١٥٠,٠٠٠ - ٢٥٠,٠٠٠ دينار	١٨	٣٢,٧
٢٥٠,٠٠٠ - ٣٥٠,٠٠٠ دينار	١٠	١٨,١
٣٥٠,٠٠٠ - ٤٥٠,٠٠٠ دينار	٧	١٢,٧

١٠,٩	٦	٥٥٠,٠٠٠-٤٥٠,٠٠٠ دينار
١,٨	١	٥٥٠,٠٠٠-٦٥٠,٠٠٠ دينار
٥,٤	٣	٦٥٠,٠٠٠-٧٥٠,٠٠٠ دينار
٥,٤	٣	٧٥٠,٠٠٠- فاكثر
%١٠٠	٥٥	المجموع

**المحور الثاني** .: المعلومات الاختصاصية حول موضوع البحث .

تشير نتائج مسحنا الميداني حول صعوبة تكيف المبحوث مع البيئة او المجتمع الذي ينتمي اليه بمجموع (٣٨ مبحوثاً) وبنسبة (٦٩%) في حين اشار (١٧ مبحوثاً) وبنسبة (٣٠,٩%) حول ما اكده اغلب المبحوثين . كما هو موضح في الجدول رقم (٨) .

جدول رقم (٨)

يوضح تكيف المبحوث مع البيئة او المجتمع الذي ينتمي اليه

التكيف مع البيئة والمجتمع	العدد	%
نعم	٣٨	٦٩
لا	١٧	٣٠,٩
المجموع	٥٥	%١٠٠

وعن طبيعة العلاقة بين شخصية الفرد والاصابة بامراض القولون فان هنالك علاقة بين الشخصية كونها شخصية ديمقراطية او دكتاتورية ، انطوائية ، هادئة او حادة المزاج والاصابة بالمرض ، واثناء المقابلات التي تم اجراؤها مع المبحوثين وجدنا بان اصحاب المزاج الحاد غالباً ما يعانون من الاصابة بالقولون وبذلك نرى طبيعة الشخصية تتأثر بمجموعة العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية فضلاً عن العوامل البيئية المحيطة والتي تنتج عن تأثيرها الاصابة بالامراض المختلفة وفي مقدمتها امراض القولون . ولقد اكد هذه الحقيقة معظم المبحوثين الذين قابلناهم في الدراسة الميدانية اذ اجاب بـ (نعم) (٢٥ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٤٥,٤%) ، واجاب بـ (لا) (١٨ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٣٢,٧%) ، واجاب بـ (لا اعرف) (١٢ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٢١,٨%) ، والجدول رقم (٩) يوضح علاقة شخصية الفرد والاصابة بامراض القولون .

جدول رقم (٩)

يوضح علاقة شخصية الفرد (ديمقراطية، دكتاتورية، انطوائية او انبساطية هادئة او حادة المزاج) والاصابة بامراض القولون

سمات الشخصية في الإصابة بالامراض	العدد	%
نعم	٢٥	٤٥,٤
لا	١٨	٣٢,٧
لا اعرف	١٢	٢١,٨
مج	٥٥	%١٠٠

وحول دور المسؤوليات الاسرية في الإصابة بامراض القولون اجاب (٢٤) مبحوثاً من مجموع (٥٥) وبنسبة (٧٦,٣%) بـ (نعم) ، واجاب (٨) مبحوثين من مجموع (٥٥) وبنسبة (١٤,٥%) بـ (لا) ، في حين اجاب (٥) مبحوثين فقط وبنسبة (٩%) بـ (لا اعرف) والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك .

جدول رقم (١٠)

يوضح دور المسؤوليات الاسرية (كثرة عدد الاطفال ، ارتفاع تكاليف الحياة ، وكثرة المطالب والضغط على الفرد) في الإصابة بامراض القولون

دور المسؤوليات الاسرية	العدد	%
نعم	٤٢	٧٦,٣
لا	٨	١٤,٥
لا اعرف	٥	٩
المجموع	٥٥	%١٠٠

ان الوقاية من خطر الإصابة بامراض القولون تقتضي الاهتمام بالعوامل الاقتصادية والاجتماعية والصحية ، فضلاً عن القيم والعادات والتقاليد السائدة والتي تمنع الممارسات السلوكية الخاطئة والضارة بصحة الفرد والمجتمع مثل ظاهرة التدخين والادمان على الكحول والمخدرات والتي تعد من اخطر الاسباب واهمها لحدوث الامراض المختلفة وفي مقدمتها امراض القولون ، وهي من العوامل التي يمكن تنهي حياة المريض اذا ما استمر في تعاطيها .

وعند قيام الباحثة بتوجيه هذا السؤال الى المدخنين والمدمنين على الكحول ممن هم ضمن عينة البحث فقد وجدنا ان احد الاسباب التالية ادت الى تعاطيهم الخمر او الادمان على التدخين .

اولاً : . ضغوط نفسية اجتماعية يصعب على المبحوث مواجهتها وايجاد الحلول السليمة لها .

ثانياً : . عادة او تقليد لاقربانه المدخنين او المدمنين على الكحول .

ثالثاً : . لتقليل الشهية من تناول الطعام بالنسبة للمدخنين .

لهذه الاسباب او غيرها يكون هذا الفرد عرضة للاصابة بهذه الامراض الخطيرة وقد ايدت نتائج الدراسة الميدانية صحة ذلك اذ اجاب ب (نعم) (٣٢ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٥٨%) ، وب (لا) (١٤ مبحوثاً من مجموع ١٥٠) وبنسبة (٢٥,٤%) ، اما (لا اعرف) (٩ مبحوثاً) وبنسبة (١٦,٣%) . والجدول رقم (١١) يوضح الإدمان بكافة اشكاله يعد من العوامل الرئيسة لحدوث المرض

#### جدول رقم (١١)

يوضح دور الادمان على التدخين او على المسكرات او كليهما معاً سبباً في حدوث المرض

دور الادمان في الاصابة بامراض القولون	العدد	%
نعم	٣٢	٥٨
لا	١٤	٢٥,٤
لا اعرف	٩	١٦,٣
المجموع	٥٥	%١٠٠

ان تعرض الفرد الى الصدمة النفسية المفاجئة يعد سبباً مهماً فضلاً عن الاسباب الاخرى للاصابة بمرض او امراض القولون ووفق اجابات المبحوثين عن تعرضهم لنوعية هذه الاخطار والتحديات المفاجئة فقد صنفت الباحثة تلك الاخطار والتحديات وفق ما تم الاطلاع عليه جراء مقابلة المرضى المبحوثين الى :

اولاً : . سماع خبر مفاجئ غير سار : . كتعرض احد افراد الاسرة الى حادث خطف او موت شخص عزيز .

ثانياً : . التعرض الى سرقة : . سواء كان هذا التعرض المفاجئ بشكل شخصي او يخص الاسرة كتعرض الفرد الى سرقة من قبل عصابة او تعرض الدار التي يسكنها .

ثالثاً : . التعرض الى العبوات الناسفة : . في ظل هذه الظروف الصعبة التي يعيشها ابناء قطرنا العزيز ادى الى تعرض عدد كبير من المواطنين الى حالة من الرعب والخوف المفاجئ الذي اسفر عن الاصابة بالكثير من الامراض وفي مقدمتها امراض القولون .

لقد اكد حقيقة الاخطار والصدمات النفسية المفاجئة اغلبية المبحوثين اذ اجاب ب (نعم) (٤٣ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٧٨,١%) واجاب ب (لا) (١٢ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٢١,٨%) ، والجدول رقم ١٢ يوضح ذلك .

#### جدول رقم ١٢

يوضح دور الصدمة النفسية في الاصابة بامراض القولون

دور الصدمة النفسية في الاصابة بالمرض	العدد	%
--------------------------------------	-------	---

نعم	٤٣	٧٨,١
لا	١٢	٢١,٨
لا اعرف	صفر	صفر
المجموع	٥٥	%١٠٠

وحول الظروف والعوامل الداعية لظهور امراض القولون فان هناك خمسة عوامل داعية لظهور مرض القولون فالظروف الاقتصادية والاجتماعية السلبية جاءت بالتسلسل المرتبي الاول اذ اشهرها (٣٥ من مجموع ٥٥) وبنسبة (٦٣%) ، والصراع بين الازواج جاءت بالمرتبة الثانية وبمجموع (٢٥ مبحوثاً) وبنسبة (٤٥%) ، والصراع بين الابناء والاباء بالتسلسل المرتبي الثالث اذ اشهرها (١٩ مبحوثاً من مجموع ٥٥) وبنسبة (٣٤,٥%) ، التغيير الاجتماعي السريع جاء بالتسلسل المرتبي الرابع اذ اشهرها (١٧ من مجموع ٥٥) وبنسبة (٣٠,٩%) ، اما بشأن العوامل أخرى يمكن ان يذكرها المبحوث فجاءت بالتسلسل المرتبي الاخير وهي عدم الاهتمام بنظام الاكل وبنسبة (٣,٦%) ، وجدول التسلسل المرتبي رقم (١٣) يوضح ذلك .

#### جدول رقم (١٣)

يوضح الظروف والعوامل الداعية لظهور امراض القولون

الظروف والعوامل الداعية لظهور المرض	التسلسل المرتبي	المجموع	%
الظروف الاقتصادية والاجتماعية السلبية	١	٣٥	٦٣
الصراع بين الازواج والزوجات	٢	٢٥	٤٥
الصراع بين الابناء والاباء	٣	١٩	٣٤,٥
التغيير الاجتماعي السريع	٤	١٧	٣٠,٩
عوامل اخرى عدم الاهتمام بنظام الاكل	٥	٢	٣,٦

### الفصل الرابع

#### نتائج البحث .:

- ١- ان نسبة تعرض الاناث اعلى نسبياً من نسبة تعرض الذكور فهي تمثل (٥١%) من عينة البحث في حين كانت نسبة الذكور تمثل (٤٩%) .
- ٢- اثبتت الدراسة الميدانية ارتفاع معدل الاصابة بامراض القولون لدى الفئات الشابة وتقل هذه النسبة مع ارتفاع معدل الاعمار وصولاً الى المسنين حيث اثبتت الدراسة ندرة اصابة المسنين بامراض القولون لاول مرة .
- ٣- اغلبية المبحوثين ينتمون الى خلفية اجتماعية متوسطة وبنسبة (٨١,٨%) من عينة البحث.

- ٤- ارتفاع معدل الاصابة بالمرض لدى خريجي الجامعات والمعاهد وبنسبة (٤١,٨%) ثم يليها حملة الشهادة المتوسطة وبنسبة (١٦,٣%)، ومن ثم حملة شهادة الدراسات العليا وبنسبة (١٢,٧%) ثم حملة شهادة الاعدادية وبنسبة (١٠,٩%) واخيراً حملة الشهادة الابتدائية والذين ليس لديهم تحصيل علمي وبنسبة (٩%) من عينة البحث فقط .
- ٥- اغلبية المبحوثين هم من يمثلون الفئة المتوسطة وبنسبة (٥٦,٣%) ومن ثم من يمثلون الحالة الاقتصادية الجيدة وبنسبة (٣٢,٧%) وتأتي بالمرتبة الاخيرة الذين يمثلون الحالة الاقتصادية الضعيفة وبنسبة (١٠,٩%) من عينة البحث .
- ٦- اكدت نتائج الدراسة الميدانية ان اعلى نسبة للاصابة بامراض القولون هم من تتراوح دخولهم بين (١٥٠,٠٠٠ - ٢٥٠,٠٠٠) الف دينار تليها من تتراوح دخولهم بين (٢٥٠,٠٠٠ - ٣٥٠,٠٠٠) الف دينار وبنسبة (١٨,١%) وبهذه النتيجة تؤكد الدراسة ارتفاع معدل الاصابة لدى المرضى ذوي الدخل المتوسطة .
- ٧- اكدت نتائج البحث حول صعوبة تكيف المريض مع البيئة او المجتمع الذي ينتمي اليه وبنسبة (٦٩%) في حين اكد (٣٠,٩%) حول نفي ما اكدته الاغلبية المبحوثة .
- ٨- اكدت نتائج البحث العلاقة بين شخصية الفرد المبحوث والاصابة بامراض القولون وخاصة الذين تتسم شخصيتهم بالسلمات الحادة والتي يتميز طابعها بالغضب والعصبية والانفعال .
- ٩- اكدت نتائج الدراسة والبحث دور العوامل الاجتماعية في الاصابة بامراض القولون حيث كان لدور المسؤوليات الاسرية ( كثرة عدد الاطفال ، ارتفاع تكاليف الحياة ، كثرة المطالب والضغط على الفرد في الاصابة بالمرض وبنسبة (٧٦,٣%) من العينة المبحوثة .
- ١٠- اكدت نتائج البحث علاقة الادمان على الكحول او المخدرات وللصابة بامراض القولون وبنسبة (٥٨%) من العينة المبحوثة حيث تم ارجاعها الى احد الاسباب التالية وفق ما تم التوصل اليه في التحليل والدراسة .
- ١- ضغوط نفسية اجتماعية يصعب على المبحوث تحملها .
- ٢- عادة او تقليد لاقربانه المدمنين او المدخنين .
- ٣- لقليل الشهية من تناول الطعام .
- في حين اكد (١٤ مبحوثاً) وبنسبة (٢٥,٤%) حول عدم وجود علاقة لذلك ، اما الذين اجابوا ب (لا اعرف) فتمثلت نسبتهم (١٦,٣%) من عينة البحث فقط .
- ١١- اكدت نتائج الدراسة حول دور الصدمة النفسية في الاصابة بامراض القولون لاغلبية المبحوثين وبنسبة (٧٨,١%) فقد صنفت نتائج البحث تلك الظاهرة وفق ما تم الاطلاع عليه جراء مقابلة المرضى المبحوثين الى .
- ١- سماع خبر مفاجئ غير سار .

- ٢-التعرض الى السرقة سواء كان هذا التعرض المفاجئ بشكل شخصي او فيما يخص الاسرة كتعرض احد افراد الاسرة الى عملية خطف او سرقة للدار التي يسكنها .
- ٣-التعرض الى العبوات الناسفة .
- ١٢- اكدت نتائج الدراسة ان الظروف والعوامل الداعية لظهور مرض القولون لدى الفرد ترجع الى خمسة عوامل وفق التسلسل المرتبي للبحث .:
- ١- الظروف الاقتصادية والاجتماعية السلبية بالتسلسل المرتبي الاول وبنسبة (٦٣%) .
  - ٢- الصراع بين الازواج والزوجات بالتسلسل المرتبي الثاني وبنسبة (٤٥%) .
  - ٣- الصراع بين الابناء والاباء بالتسلسل المرتبي الثالث وبنسبة (٣٤,٥%) .
  - ٤- التغيير الاجتماعي السريع بالتسلسل المرتبي الرابع وبنسبة (٣٠,٩%) .
  - ٥- عدم الاهتمام بنظام الاكل والتغذية بالتسلسل المرتبي الاخير وبنسبة (٣,٦%) فقط .

## التوصيات

اولاً .: التوصيات الخاصة بالمرضى .:

- ١-عدم الاجهاد واخذ القسط الوافي من الراحة .
- ٢-محاولة الاتزان الانفعالي وعدم التأثر المباشر بالحدث قدر الممكن والتحلي بالصبر
- ٣-معالجة العوامل الاجتماعية السلبية بالاتصال بذوي العلاقة (الاختصاصي الاجتماعي او النفسي) للتخفيف من وطأة الظروف الصعبة والمساعدة في معالجتها بشكل هادئ ومثمر والتأقلم مع الظروف الصعبة والتكيف معها . عن طريق المراكز البحثية لتوفر الكوادر التي تفي بالغرض .

- ٤- الحالة الترفيحية للفرد والتي يحتاجها الجسم بشكل عام ضرورية لتنفيس ومن ثم تقلل من احتمالية اصابة الفرد بالامراض النفسية - جسمية وفي مقدمتها الاصابة بامراض القولون .
- ٥- تجنب تناول الطعام او الغذاء عند وجود الحالة الانفعالية او الغضب .

#### ثانياً : . توصيات عامة .

- ١- تحسين الوضع الاقتصادي والمعاشي ، وتوفير الامن من قبل المسؤولين واجهزة الدولة وكل من يتعلق به الامر .
- ٢- الاهتمام بالناحية الاجتماعية والنفسية وزيادة الوعي الاجتماعي والصحي والنفسي لدى الفرد عن طريق ربط وتدعيم وسائل الاتصال بين الوزارات والدوائر ذات العلاقة .وزارة الصحة - وزارة العمل والشؤون الاجتماعية - وزارة الاعلام - وزارة التعليم العالي والبحث العلمي - المراكز البحثية المعدة لهذا الغرض .

### المصادر العربية

- ١- العلواني ، حسين ربيع حمادي (١٩٩١) : . الضغوط النفسية التي يتعرض لها التلاميذ بطيوع التعلم ومقترحات للحد منها ، جامعة بغداد كلية التربية ابن رشد ، رسالة ماجستير غير منشورة .
- ٢- الخولي ، وليم (١٩٧٦) : . الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي، ط، القاهرة ، دار المعارف ، مصر .

- ٣- الزبيدي ،محمود (١٩٨٧):.ضغوط الحياة وعلاقتها بالاكتئاب والاعراض السيكوسوماتية والادمان،حولية كلية التربية،جامعة الامارات العربية المتحدة، العدد ٢ السنة الثانية .
- ٤-احمد ، غريب محمد سيد (١٩٨٣) .: تصميم وتنفيذ البحث الاجتماعي ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، ط ، ٣ .
- ٥-النايلسي ، محمد احمد (١٩٩١):. الصدمة النفسية ، علم نفس الحروب والكوارث ، بيروت ، دار النهضة العربية .
- ٦- قحطان،جابر بن سالم موسى(٢٠٠٠م):. الموسوعة العربية العالمية ، كتاب معجم الطب والعطارة ، دائرة الاعلام .
- ٧- علي ، وائل فاضل (١٩٩٤):. نمط الشخصية والضغوط النفسية وتأثيرها على الجلطة القلبية،كلية الاداب ، الجامعة المستنصرية،بغداد،رسالة ماجستير غير منشورة .
- ٨- عوض،كريمة محمود حسن(١٩٩٥):. الضغوط النفسية وعلاقتها بتحصيل تلاميذهن ، جامعة المنومنية ، كلية التربية ، القاهرة .
- ٩- مشني ، يوسف ابراهيم (٢٠٠٠م):. علم الاجتماع الطبي ، الدار العربية للنشر ، ط ١ .

#### المصادر الأجنبية

- 1-chapman , christing M. (1985) : Theory of nursing practica application . London , Harper and Row , publishers .
- 2- corbin , charles B. (1991): physical Fitness Ruth Lindesy .
- 3- Gorkin , Mark (2000): The four stages of burn out: psychology Today . April , A. P. A .
- 4- Guliford . J . P (1973): Psychology Duskin publishing Group . In C.U.S.A .

- 5- Hamilton , vernon & David M.Warburton (1979) human stress.
- 6- Helmes & Rahistudy of the relation ship of ship of chid stress demagraphc. por sonality Family and school variable in HackeTT , G& Lonborg , (1983):Models of strees in Altimaier , E.M(Ed) : Helping student Manage strees san Foancisco :Tossey – Bass .
- 7- Lazrus . R. C . eatal (1966) : psychological stress and coping pron cess . New york . Mac craw – Hill .
- 8- Murray , Henry . A(1938): Etplorations in personality New york : oxford University preess .
- 9- Moss , Gorden , E(1973): IiLnes , Immunity and Interaction . New york , John wiely and sons .
- 10- More , T(1975): stress in Normal childhood in Live society stress and disease . 2<sup>nd</sup> Ho4. Oxford University press .
- 11- New Eneyclopedia Britanica (1979 – 1974)
- 12- selye . H(1976): stresses . In J.H. Eysenck Encycolopedia of psychology . v . 2 .
- 13- smither , R.. (1992): The psychology of New and Human perform ance , 2 nd ed New york Harper collins college publiser.
- 14- hp./ www . gogle . com / search .

### معلومات أولية

- ١- الجنس  ذكر  أنثى
- ٢- العمر
- ٣- الحالة الزوجية أعزب  مطلق  أرمل
- ٤- الطبقة الاجتماعية عالية  متوسطة  منخفضة
- ٥- التحصيل الدراسي لايقرا ولا يكتب  أ

متوسطة  عدادية  مة أو معهد  مات عليا

٦- الحالة الاقتصادية جيدة  متوسطة    
٧- الدخل الشهري

- \* أقل من ٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ١٥٠.٠٠٠ - ٢٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٢٥٠.٠٠٠ - ٣٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٣٥٠.٠٠٠ - ٤٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٤٥٠.٠٠٠ - ٥٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٥٥٠.٠٠٠ - ٦٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٦٥٠.٠٠٠ - ٧٥٠.٠٠٠ دينار ( )  
 \* ٧٥٠.٠٠٠ - فأكثر ( )

### المعلومات الأختصاصية حول موضوع البحث

أشر علامة ( √ ) أمام الفقرة التي تراها مناسبة

- ١- هل تعاني في بعض الأحيان صعوبة في التكيف مع البيئة أو المجتمع الذي تنتمي إليه .  
 نعم ( ) لا ( )  
 ٢- هل تعتقد بأن سمات الشخصية التي تتصف بها لها دور في اصابتك بهذا المرض .  
 نعم ( ) لا ( ) لا أعرف ( )

٣- هل ترى بأن للمسؤوليات الأسرية ككثرة عدد الأطفال وأرتفاع تكاليف الحياة وكثرة المطالب والضغط على الفرد دور مهم أو عامل رئيسي في الإصابة بالمرض . نعم ( ) لا ( )  
لأعرف ( )

٤- هل تعتبر الأدمان على التدخين أو الأدمان على المسكرات والمخدرات أو كليهما معاً سبباً في حدوث المرض  
نعم ( ) لا ( ) لا أعرف ( )

٥- هل تعتقد أن الصدمة النفسية كسماع الأنباء المفاجئة والأخبار المحزنة دور في أصابتك بالمرض .  
نعم ( ) لا ( )

٦- أشر الظروف والعوامل الداعية لظهور المرض .

١. الصراع بين الأزواج والزوجات

٢. الظروف الاقتصادية والاجتماعية السلبية

٣. التغيير الاجتماعي السريع

٤. الصراع بين الأبناء والآباء

\* أن كانت هناك عوامل أخرى أذكرها رجاءاً

٧- ماهي المقترحات التي تراها ضرورية والتي لم تراعى من قبلك في الحد أو الوقاية من الإصابة بهذا المرض .