

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية لدى الحامل

الباحثة / امل السيد السيد خبرالله

لدرجة الماجستير بقسم علم النفس

ملخص الدراسة باللغة العربية

قامت الباحثة بدراسة العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية لدى الحامل وذلك على عينة مكونة من ٢٠٠ سيدة حامل للتعرف على دور الدعم العاطفي والمعنوي للزوج بجانب انعكاس سمة التفاؤل على التقليل من الاعراض الاكتئابية اثناء الحمل باستخدام (مقياس الاكتئاب ترجمة جبر محمد جبر، مقياس التفاؤل والتشاؤم ترجمة مجدي الدسوقي و مقياس الرومانسية اعداد نادية عباس).

نتائج البحث :-

- ١- وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين التفاؤل والاعراض الاكتئابية .
- ٢- هناك علاقة ارتباطية دالة بين الرومانسية وابعادها الفرعية
- ٣- جود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات منخفضي الاكتئاب ومتوسطات درجات مرتفعي الاكتئاب في الاداء على مقياس التفاؤل والرومانسية .
- ٤- توجد فروق ذات دلالة في مستويات التعليم (مؤهل عالي-مؤهل متوسط) في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي -البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسة -
التشاؤم . في حين انه لا توجد فروق بينهما في التفاؤل والدرجة الكلية للتفاؤل والاكتئاب .
- ٥- توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير عدد سنوات الزواج في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي - البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسية - بعد
التفاؤل - الدرجة الكلية للاكتئاب
- ٦- فروقا ذات دلالة احصائية وفقا لترتيب الحمل في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي - البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسية -
بعد التفاؤل - الدرجة الكلية للاكتئاب ،ولا توجد فروق في بعدي التفاؤل والتشاؤم .

أكدت العديد من الدراسات أن العصر الحديث هو عصر الاكتئاب، حيث تمتلئ الحياة اليومية بالانفعالات التي تتصل بشكل أو بآخر بالحزن، ويمكن اعتبار الاكتئاب من أكثر مشكلات الصحة النفسية انتشارا خاصة في الدول المتقدمة. وهو واحد من عدة اضطرابات للوجدان (Emotion) الذي هو حالة انفعالية داخلية دائمة نسبيا لدى الفرد، ويتصف المصابون بالاكتئاب بالنقص في الطاقة الحيوية وفقدان الاهتمام المتدرج والشامل، والشعور بالذنب، واضطراب التركيز، وفقدان الشهية، والأفكار والميول الانتحارية، وتغيرات سلبية في الوظائف والقدرات المعرفية والكلام، والعديد من المظاهر المضطربة التي تؤثر بالسلب علي الأداء الوظيفي للفرد في مختلف جوانب حياته.

ويعد الاكتئاب مشكلة من المشكلات النفسية التي يمكن أن تعوق المرأة عن أداء دورها الاجتماعي وعن توافرها وارتقائها، فالإكتئاب اضطراب له جوانب انفعالية ومعرفية وبدنية، ويمكن أن يتمثل الاضطراب الانفعالي في الاكتئاب في عدم القدرة على الحب، وكراهية الذات والتي قد تصل إلى التفكير في الانتحار أو الإقدام الفعلي عليه. أما الاضطراب المعرفي فيتمثل في انخفاض تقدير الذات، وتشويه المدركات، واضطراب الذاكرة، وتوقع الفشل وخيبة الأمل في الحياة، وعدم القدرة على التركيز الذهني، هذا فضلاً عن الاضطراب البدني الذي يتمثل في اضطراب الشهية للطعام، واضطراب النوم، والعجز الجنسي، واضطراب الجهاز العصبي المستقل، والصداع، والإنهاك، وكثرة البكاء وتناقص الطاقة (بدر الأنصاري، ١٩٩٨: ١١).

مشكلة الدراسة

تؤكد الابحاث ان الإكتئاب أكثر خطورة على المرأة أثناء فترة الحمل أو فيما بعد الولادة، حيث تصاب سيده من كل عشر سيدات بالإكتئاب بعد الولادة وتصاب الكثيرات بالكآبه والحزن خلال شهور الحمل أيضا بسبب التغيرات الكبيره التي تصيب حياتهن فيشعرن بالخوف والتوتر والقلق أيضا (Whiffen Ve&Gotlib I H 1993).

وقد يحدث خلال فترة الحمل او ما بعد الولادة تغيرات في معدل انتشار الاعراض التي تستخدم في تشخيص الاكتئاب، مثل انماط الشهية والنوم والتعب،العصبيه والتوتر وسرعه الانفعال،عدم البوح بالمشاعر والاحاسيس وكبت النفس،الخوف من عدم قدره على التعامل

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية

مع المولود الجديد، الخوف من فقدان الرشاقيه ، الخوف من تشوه الجسم كظهور تشققات الجلديه أو Cellulite أو حتى ترهل الصدر، الشعور بالقلق على صحة المولود، نوبات من البكاء والاحباط والتعاسه ، فقدان الاستمتاع بالنشاطات والامور الاعتياديه ، آلام جسميه متنوعه . كما يحدث خلال فترة الحمل و ما بعد الولادة تغيرات جوهريه في معدل الهرمونات النفسيه مع ارتفاع كبير في هرمونات الاستروجين و البروستيرون و الكورتيزول خلال فترة الحمل في نهاية الحمل العادي قد يصل الكورتيزول الي مستوى مرتبط بالاكتئاب الشديدي (Lommatzsch M, Julius P, Kuepper M, Garn H, Bratke K, Irmischer S, et al ,2006)

ويمكن تحديد مشكلة الدراسة الحاليه في الأسئلة الآتية:-

- ١- ما علاقته التفاؤل بالاصابه بالاكتئاب لدى الزوجه الحامل؟
- ٢- ما علاقته الرومانسيه في علاقته الزوجيه بالاكتئاب لدى الزوجه الحامل ؟
- ٣- ما الفروق بين الزوجات المكتئبات وغير المكتئبات في التفاؤل والرومانسيه لدى الزوجات؟

أهداف الدراسة:-

- هدفت الدراسة الحاليه إلى محاوله تحقيق الأهداف التاليه :
- الكشف عن علاقته بين التفاؤل و الاصابه بالاكتئاب لدى الزوجه الحامل.
 - الكشف عن علاقته بين الرومانسيه في علاقته الزوجيه والاكتئاب لدى الزوجه الحامل .
 - الكشف عن الفروق بين المكتئبات وغير المكتئبات في التفاؤل والرومانسيه لدى الزوجات.

أهميه الدراسة:

- ١-الكشف عن بعض العوامل النفسيه التي يمكن ان تجنب وتقي حدوث الاكتئاب اثناء الحمل.
- ٢-محاولة افاده الأزواج ف ايجاد الطريقه المناسبه للتعامل مع زوجاتهم اثناء الحمل.
- ٣-التركيز على اهميه العلاقة بين الزوجين والتأكيد على دور الزوج.

٤-الإسهام في اكتشاف طرق لتجنب الزوجه من الوقوع في براثن الاكتئاب الذى يمكن ان يصاحب الحمل.

٥-إلقاء الضوء على اهميه إعداد وتهيئه المرأه للحمل بالتعرف على ماهيته وما يصاحبه من اعراض يجب التعامل معها على انها طبيعیه .

٦-التوصل لكيفيه منع تفاقم الاكتئاب فى هذه المرحله والحد من استمراره حفاظا على صحه الام النفسيه وتأثيرها على الجنين .

مصطلحات الدراسة:

١-الاكتئاب

تعرفه غادة عبدالغفار (٢٠٠٧: ٦٤٧-٦٤٨) بأنه حالة انفعالية تشعر فيها النساء بفقدان الأمل في المستقبل والحزن والإحساس بفقدان القيمة، والشعور بالوحدة، ولوم زائد للذات ويصاحبه أعراض كثيرة منها تصبح المرأة عديمة الإنجاز، مضطربة المشاعر، وتشعر بالإجهاد الدائم، ونقصان الوزن.

ويعرفه جبر في علم النفس العيادي (٢٠١٧:١٧٢) بأنه حالة نفسية تتسم بالاسي والحزن الدائم المصحوب بالتشاؤم والانهباط النفسي الحركي ، عرفها الانسان عبر الحضارات
٢-الرومانسية

فتعرفها ليزا (lisa:2003:110) بأنها "المشاعر الوجدانية والارتباط العاطفى الذى يدل على الشغف والحب وتكون مرتبطة بالعلاقات العاطفيه"

وتعرفه نادية عباس على انه حاله عاطفيه رمزيه-عيانيه تتولد عن تأجج عاطفه الحب تجاه شريك الحياه وترى انها اقرب الى حاله روحيه -عاطفيه مزجيه وتتضمن ٣ أبعاد هي :

١-البعد المعرفى :ويشمل الوعى بالعلاقه وأدراك مقومات استمرارها وفق تصور الزوجين المثالى لها .

٢-البعد الوجداني :ويشمل الاحساس المرهف والشعور بالقرب والعفوية والتسامح والمودة والاهتمام والاستمتاع بقضاء الوقت معا والاستجابة لاحتياجات ورغبات الطرف الأخر .

٣ -البعد السلوكي: ويشمل كافه أوجه التعبير والتواصل العاطفي (عباس ٢٠١٠).

٣- التفاؤل :

يعرفه ماهر المجدلوي (٢٠١٢: ٢١١) بأنه توقع المرأة للأحداث التي ستحصل لها في المستقبل بأنها ستكون بشكل أفضل وستجلب الخير والسعادة والنجاح . ويعرفه جبر محمد جبر (٢٠١٧:٢٥٨):حالة عقلية انفعالية ايجابية نحو المستقبل الشخصي و الاجتماعي والمادي والعلمي و الوظيفي و الانساني ،بهدف تحقيق الوجود الانساني الأفضل

الاطار النظري :

١- الاكتئاب

يمكن تلخيص الأعراض الاكتئابية فيما يلي:-

- شعور بالاكتئاب والزهق والملل.
- اضطرابات بالنوم؛قد تكون في صورة صعوبة في النوم أو كثرتة.
- عدم الاستمتاع بمباهج الحياة.
- فقدان الشهية للأكل أو الإفراط في الأكل بشراهة.
- سرعة التعب من أي مجهود.
- صعوبة التركيز والتذكر واتخاذ القرارات.
- نظرة تشاؤمية للماضي والحاضر والمستقبل.
- التفكير في إيذاء النفس أو المحيطين كالانتحار أو القتل.
- الشعور بالذنب أو العصبية الدائمة (صمويل بشري،٢٠٠٧: ٢٢ - ٢٣) .

العوامل المسببة للاكتئاب :

يشير التراث النفسي الي مجموعتين رئيسيتين لاسباب الاكتئاب هي :

١-العوامل البيولوجية

٢-العوامل النفسية الاجتماعية و احداث الحياة .

العوامل البيولوجية

فقد اكدت البحوث السابقة ان ٦٠% من مرضي الاكتئاب يوجد بين افراد اسرهم من عاني من الاكتئاب في بعض الاوقات ،كما اشارت البحوث التي اجريت علي التوائم اثر العامل الوراثي في الاكتئاب ،كما اكدت البحوث علي وجود تغييرات في كيمياء المخ لمرضي الاكتئاب .

كما اظهرت بعض الاعصاب المرسله تأخراً عند المكتئبين ،ويرتبط الاكتئاب باضطراب مستوي السكر في الجسم ، واضطراب افراز الغدة الادرنالية ،وانخفاض افراز الغدة الدرقية (واضطراب الطمث عند النساء ،واضطراب عملية التمثيل الغذائي. & Gotlib (Hamman 104، 1992، pp 92-93، Gall، 1996، p.

العوامل النفسية الاجتماعية واحداث الحياة

تتضمن الصدمات والامراض العضويه التي يتعرض لها الفرض ؛ واضطراب العلاقات الاجتماعية الحميميه او فقدانها لذلك سوف نعرض النظريات النفسية الرئيسيه التي تناولت هذه الجوانب

إكتئاب الحمل :

توصلت العديد من الدراسات الى وجود اعراض إكتئابيه أثناء فترة الحمل كما هو الحال فيما بعد الولادة ،حيث تصاب سيده من كل عشر سيدات بالإكتئاب بعد الولادة وتصاب الكثيرات بالكآبه والحزن خلال شهور الحمل أيضا بسبب التغييرات الكبيره التي تصيب حياتهم فيشعرن بالخوف والتوتر والقلق أيضا (Whiffen&Gotleb, 1993).

قد يحدث خلال فترة الحمل او ما بعد الولادة تغييرات في معدل انتشار الاعراض التي تستخدم في تشخيص الاكتئاب، مثل انماط الشهية والنوم والتعب ،العصبيه والتوتر وسرعه الانفعال،عدم البوح بالمشاعر والاحاسيس وكبت النفس،الخوف من عدم القدره على التعامل مع المولود الجديد،الخوف من فقدان الرشاقه ،الخوف من تشوه الجسم كظهور التشققات الجلديه أو السليوليت أو حتى ترهل الصدر،الشعور بالقلق على صحة المولود،نوبات من البكاء والاحباط والتعاسه ،فقدان الاستمتاع بالنشاطات والامور الاعتياديه ،آلام جسميه متنوعه . كما يحدث خلال فترة الحمل و ما بعد الولادة تغييرات جوهريه في معدل

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية

الهرمونات النفسية مع ارتفاع كبير في هرمونات الاستروجين و البروستيرون و الكورتيزول خلال فترة الحمل (Lommatzsch M, Julius P, Kuepper M, Garn H, Bratke K, Irmischer S, Luttmann W, Renz H, raun A, Virchow JC.2006)

في نهاية الحمل العادي قد يصل الكورتيزول الي مستوى مرتبط بالاكتئاب الشديد Magiakou, M. A., Mastorakos, G., Webster, E., & Chrousos, G. P. ((1997)).

يوجد ادلة على ان الاكتئاب و الاضطرابات العاطفية يمكن ان تكون تحت التشخيص وتحت العلاج في فترة ما حول الولادة ،وان ذلك مهم بالنسبة للمرأة نفسها ، و هناك أدلة قوية على أن القلق ما قبل الولادة والاكتئاب، واكتئاب ما بعد الولادة يمكن أن تؤثر على نمو الجنين والطفل (Vanden Bergh,BRH ,mulder EJH, . al 2005, Murray L,Halligan sl et al2006,& Talgenm,neal cet al 2007)

و بالتالي فمن المهم ان يكون هناك ادوات تشخيصية جيدة لكل من اكتئاب فترة الحمل واكتئاب ما بعد الولادة. و من اجل ان نستطيع قياس نتائج العلاج بشكل موثوق فيه ويعتمد عليه خلال فترة ما حول الولادة فنحن بحاجة ان نعلم اكثر حول التذبذبات الفيسيولوجية الممكنة لانتشار تلك الاعراض.

حيث أن :ما يقارب من خمس النساء يعانين الأكتئاب أثناء الحمل و فترة النفاس و حوالى ١٣% من النساء الحوامل يختبرن إضطراب إكتئابى عظيم . وقد أوصت الكلية الأمريكية لأطباء النساء و التوليد بفحص الأكتئاب للنساء أثناء الحمل . ووفقا للكلية الملكية للنساء و التوليد ،مهنيين الرعاية الصحية يجب أن يستعلموا عن مزاج المرأة الحامل لتحديد العلامات المحتملة للأكتئاب خلال أول لقاء لها مع وحدة خدمات رعاية ما قبل الولادة (Heron G,O,Connor TG et al,2004).

إن إكتئاب الحمل هو عامل خطر قوى لإكتئاب ما بعد الولادة ، فبعض الدراسات أظهرت أن الإكتئاب للنساء الحوامل له أثار سلبية على نتائج الولادة (مثال : إنخفاض الوزن عند

الولادة، الولادة المبكرة و ضعف نمو الجنين) (Kammerer M, Adams D et al,2002).

لا بد أن يعي الفريق الطبي أهمية اكتشاف ومعالجة مثل هذه الحالة مبكراً، وأن يتكاتف من أجل القيام بالمزيد من الأبحاث من أجل اكتشاف آثار اكتئاب الأم على جنينها، وإزالة القلق القائم حول استخدام مضادات الاكتئاب أثناء فترة الحمل، وإيجاد أساليب أخرى أقل ضرراً لعلاج هذا النوع من الاكتئاب، وبخاصة ما يعتمد على جلسات علاجية مع الأم تتضمن عرض مشكلاتها، ثم تحليل أسبابها، وعرض حلول مختلفة لها، ثم اختيار أفضل حل لها والقيام به.

لهذا ليس أمام الباحثين سوى الاعتماد على دراسات تراجع التقارير الطبية للسيدات ومعرفة من منهن كانت تتناول علاجات الاكتئاب وحققت نتائج إيجابية على الحمل (بأن وضعت في الموعد الطبيعي) ومن منهن لم تتناول أي علاجات. كما أن مثل تلك الدراسات إن وجدت لن تؤكد وجود علاقة سببية بين الأمرين كما يقول الباحث (Briscola,Giovanni,Daniel,Lucia ,Leticia,2009).

ومن الدراسات التي تناولت إكتئاب الحمل دراسة (Alethea Desrosiers¹, Heather Sipsma¹, Tamora Callands¹, Nathan Hansen¹, Anna Divney², etal , 2014) استهدفت التعرف على العلاقة بين نمط التعلق الرومانسي والأعراض الاكتئابية بين كل من الزوجين المراهقين الحوامل والشباب البالغين ، طريقة كان المشاركون ٢٩٦ من الإناث الشباب الحوامل (متوسط العمر = ١٨.٧) وشركائهن الذكور (متوسط العمر = ٢١.٣ ؛ مجموع المشاركين ٥٩٢) الذين تم تجنيدهم من عيادات التوليد وأمراض النساء في كونيكتيكت. تم تقييم أبعاد المرفقات الرومانسية المتجنبة والقلق باستخدام الخبرات في مخزون العلاقات الوثيقة. تم قياس أعراض الاكتئاب باستخدام مركز للدراسات الويائية ، مقياس الاكتئاب، أظهرت النتائج أن ارتباط التجنب والتعلق بالقلق كانا موجبين بشكل كبير مع أعراض الاكتئاب. أظهرت النمذجة متعددة المستويات لتأثيرات الشريك أن الارتباط القلبي والأعراض الاكتئابية في الشركاء كانت مرتبطة ارتباطاً إيجابياً بشكل كبير بالأعراض الاكتئابية، استنتج تؤكد النتائج على أهمية الأخذ بالنهج المستندة إلى الأزواج لدعم التحول

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية

إلى الأبوّة وتنمية المهارات اللازمة للعلاقة والعلاقة من أجل إدارة احتياجات التعلق وتحديات العلاقة.

ودراسة (Karlijn Massar et al؛ 2012) استهدفت التعرف على الآثار الإيجابية لدعم الشريك على نتائج الحمل وصحة الأم (العقلية) ثابتة في الأدبيات. ولا يُعرف سوى القليل عن تصورات الحوامل عن شريكهن وعلاقتهن ، وما إذا كانت تختلف عن تلك الخاصة بالنساء غير الحوامل. لذلك ، في الدراسة الحالية ، تم جمع البيانات من خلال استبيان عبر الإنترنت بين الحوامل (ن = ٦٦) و غير الحوامل (= ٥٩) من النساء مع ملامح ديمغرافية مماثلة. وأظهرت النتائج أن النساء الحوامل أبلغن عن شعورهن بالسعادة أكثر مع شريكهن وعلاقتهن من النساء غير الحوامل. الأهم من ذلك ، لم نجد أي اختلافات في احترام الذات أو قيمة ماتي بين المجموعات. على الرغم من أن الدراسة الحالية استكشافية بشكل أساسي ، إلا أننا نقترح أن النساء الحوامل قد يظهرن تحيزاً إيجابياً في الطريقة التي ينظرن بها إلى شريكهن وعلاقتهن ، وهذا بدوره قد يكون مفيداً لصحتها العقلية والجسدية.

الرومانسية :

الحب عاطفه انسانيه نبيله ، تبنى ولا تهدم ، تطور ولا تأخر ، تساعد على الحياه ولا تؤدى للدمار، تعطى أكثر مما تأخذ فالحب الانساني طاقه متجدده مستمده من الطبيعه الانسانيه ، لا تتضب أبدا كالشمس والرياح، ولا ينتج عنها أضرار ، أعتقد أن الله سبحانه وتعالى أختص بها البشر دون غيرهم من المخلوقات ، لان أحد مكوناتها العقل الذى يدرك الاخر المحبوب ، الى جانب الانفعال الايجابى نحوه، ثم السلوك الايجابى في اتجاه المحبوب، فالعقل سمه لبنى آدم دون غيرهم من المخلوقات ، بينما ما يعتقد البعض حبا بين الكائنات الاخرى ماهو الا سلوك فطرى أنى ، لحظى، مؤقت ، للتكاثر فقط ، والله سبحانه تعالى أعلم(جبر محمد جبر ٢٠١٧:٢٧٦).

أهمية الحب فى الحياة الزوجية:

يشير فرويد فى نظريه التحليل النفسى إلى أن النجاح فى الحب والعمل هما المظهران الأساس للشخصية السوية وأشار إلى أن القدرة على الحب تقتضى بأن يكون الفرد فى وضع يسمح له بتقديم الحب الخالص للآخرين وأن يتلقاه منهم، فالنجاح فى الحب

والعمل يحقق للإنسان الإتزان والسعادة وتُعد الأسرة صورة مصغرة تتيح للفرد إشباع هذه الحاجات الرئيسية وخصوصاً الحاجة إلى الحب والعطف (يوسف مراد، ٢٠٠٥: ٧٨).
ومن النادر أن يكون الحب في بداية الحياة الزوجية حباً كاملاً ناضجاً وخصوصاً في المجتمع الشرقي؛ وإتحاد الزوجين جسماً وقلباً لا يمكن أن يتم دفعة واحدة فالتوافق العاطفي بينهما يقتضى إجتياز عدد من المحاولات والقدرة على الإستفادة من التجارب السابقة - خلال العلاقة الزوجية ويتطلب الصبر والمثابرة لتذليل العقبات والصعاب ومن العوامل المساعدة على تحقيق ذلك وعلى تدعيم أواصر المحبة والإتحاد بين الزوجين أن يشعر كلٌّ منهما بأنه يهب نفسه للآخر في جو من الحرية والثقة والتقدير المتبادل، فالحب بين الزوجين لا يمكن أن ينمو ويقوى من دون ذلك (يوسف مراد، ٢٠٠٥: ١٠١-١٠٣).

الحب عند علماء النفس

ان انقطاع علاقه وثيقه متبادل من الحب تكون اساس كل حالات الاكتئاب لذلك تكون الثنائيه الوجدانيه Ambivalence التي تحدث نتيجة الصراع بين الحب الذي يعبر عن غريزه الحياه ، والكراهيه التي تعبر عن غريزه الموت احد الميكانزمات المهمه التي يستخدمها مريض الاكتئاب، فلا يجد الانسان مفرا من ان يحب الموضوع ويكرهه في ان واحد . وقد وجد :جبر محمد ان اللذين فشلوا في الحب ؛ تعاطوا الحشيش هروبا من تجربته عاطفيه فاشله ، مما يعنى ان بناءهم النفسى ضعيف وغير قادر على تحمل الصدمات ، وان تقديرهم للموقف غير صحيح . (جبر محمد جبر ، ٢٠١٧).

ومن الدراسات التي اهتمت بدراسة تأثير الرومانسية على المرأة دراسة أحمد تعيلب (٢٠١٧) التي هدفت التعرف على الإدراك المتبادل بين الجنسين وعلاقته بالتدين والرومانسية وتوصلت إلى أن علاقة الرجل والمرأة من المتغيرات المهمة في حياتنا وتعكس أثرها على المجتمع، والأسر القوية تولد مجتمعا قويا. والتدين والرومانسية من المتغيرات التي تعكس أثرها على تلك العلاقة. ومن هنا كانت هنا كانت هذه الدراسة على ٨٢٠ فردا من الجنسين مقسمين إلى ثلاث مراحل عمرية (مراهقة، رشد، مسنين).

والتفاؤل هو احد الظواهر الايجابية للانسان ، و احد ثلاثة مفاهيم ترتبط بالاشباع مع المفاضلة او القدرة علي الاختيار الجيد ، و التعويض او التكيف مع ظروف الحياة لذلك يعد الابداع احدي استراتيجيات المواجهة او الملائمة ، مع التعويض الانتقائي عند بالتس ومن بعدها اندريا مودر ٢٠١١ (جبر محمد جبر ٢٠١٧:٢٥٥).

التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهاما بالاكتئاب:

تدرج علاقة التفاؤل والتشاؤم في الأسلوب التفسيري ،حيث يرتبط أسلوب التفسير التشاؤمي للأحداث بأعراض الاكتئاب فالغزو السلبي للأحداث يقوم إلى انزلاق الفرد في حلقة مفرغة من توقع الأحداث السلبية ، والتشاؤم قد يسهل حدوث اليأس فالإكتئاب (2008,Dobson and dozois)

وهناك العديد من الدراسات التي أكدت على العلاقة بين التفاؤل والاكتئاب دراسة مجدي الدسوقي(٢٠٠٥) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين كل من التفاؤل والتشاؤم وعدد من المتغيرات النفسية (الاكتئاب) لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين ، وتكونت عينة الدراسة من ٣٠٠ طالب وأظهرت النتائج ارتباط التفاؤل بكل من الثقة بالنفس والاستحسان الاجتماعي ووجهة الضبط الداخلي ، بينما ارتبط التشاؤم بكل من الاكتئاب ووجهة الضبط الخارجي ، كما أظهرت أن الذكور أكثر تفاؤلاً من الإناث وثقة بالنفس والاستحسان الاجتماعي ، وأن الإناث أكثر تشاؤماً واكتئاباً من الذكور . التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية.

فروض الدراسة:

تمثلت فروض الدراسة الحالية في:

١ - توجد علاقة ارتباطيه سالبه داله أحصائيا بين التفاؤل والاعراض الاكتئابيه لدى الزوجات الحوامل.

٢- توجد علاقة ارتباطيه داله أحصائيا بين الرومانسيه والاعراض الاكتئابيه لدى الزوجات الحوامل.

الباحثة / امل السيد السيد خبرالله

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين ؛ الزوجات المرتفعات والمنخفضات في كل من التفاؤل والرومانسية على اختبار اكنتاب الزوجات الحوامل.

منهج واجراءات الدراسة:

اولا:منهج الدراسة :

تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي المقارن ،حيث إن هدف هذه الدراسة هو قياس العلاقة بين التفاؤل و الرومانسية والاعراض الاكتئابية لدى الحامل .

ثانيا :اجراءات الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من عينة من الزوجات الحوامل بمحافظة المنوفية وتم تطبيق الادوات على عينة من مرتادي عيادات النساء والتوليد بمركز شبين الكوم في شهر يناير ٢٠١٩ .

اعتمدت الباحثة في اجراء الدراسة الحالية واستخلاص نتائجها على عينتين :

العينة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بالتطبيق على عينة مكونة من (٦٠) سيدة حامل بغرض حساب الخصائص السكومترية لادوات الدراسة .

العينة الاساسية:

تكونت العينة من ٢٠٠ سيدة حامل من المترددات على عيادات النساء والتوليد بمستشفيات الولادة لمتابعة الحمل بمركز شبين الكوم بمحافظة المنوفية تتراوح اعمارهن من ١٢-٤١ سنة مما يتضح عليهم مستوى اجتماعي متوسط لارتيادهن عيادات ومستشفيات خاصة .

نتائج البحث :-

١- وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة بين التفاؤل والاعراض الاكتئابية .

٢- هناك علاقة ارتباطية دالة بين الرومانسية وابعادها الفرعية

٣- جود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات منخفضي الاكتئاب

ومتوسطات درجات مرتفعي الاكتئاب في الاداء على مقياس التفاؤل والرومانسية .

العلاقة بين التفاؤل والرومانسية والاعراض الاكتئابية

- ٤- توجد فروق ذات دلالة في مستويات التعليم (مؤهل عالي-مؤهل متوسط) في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي -البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسية -
التشاؤم . في حين انه لا توجد فروق بينهما في التفاؤل والدرجة الكلية للتفاؤل والاكتئاب .
٥- توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير عدد سنوات الزواج في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي - البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسية - بعد
التفاؤل - الدرجة الكلية للاكتئاب
٦- فروقا ذات دلالة احصائية وفقا لترتيب الحمل في :-
- البعد المعرفي - البعد السلوكي - البعد الوجداني - الدرجة الكلية للرومانسية -
بعد التفاؤل - الدرجة الكلية للاكتئاب ،ولا توجد فروق في بعدي التفاؤل والتشاؤم .

المراجع

- أحمد عبد الغنى محمود تعليب .(٢٠١٧) . الإدراك المتبادل بين الجنسين وعلاقته بالتدين والرومانسية ، ماجستير، جامعة المنوفية. كلية الآداب. قسم علم النفس.
- بدر محمد الانتصاري .(١٩٩٨). الاكتئاب والعدوان العراقي: دراسة لمعدلات الانتشار في المجتمع الكويتي، الديوان الأميري: مكتب الإنماء الاجتماعي.
- جبر محمد جبر (٢٠١٧) علم النفس العيادي (التشخيصي) ، ط٣، الزقازيق ،دار العبير للطباعة والنشر .
- جبر محمد جبر (٢٠١٧) علم النفس الايجابي ، ط٣؛ الزقازيق ،دار العبير للطباعة والنشر .
- صمويل تامر بشرى .(٢٠٠٧). الاكتئاب والعلاج بالواقع، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- غادة محمد عبد الغفار.(٢٠٠٧). الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، ١٧(٣)، ص ١- ٣٦.
- ماهر يوسف المجدلاوي .(٢٠١٢). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب

الخلافات السياسية في قطاع غزة . مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية،
المجلد العشرون، العدد الثاني، ص ص ٢٠٧- ٢٣٦ .

▪ مجدي الدسوقي .(٢٠٠٥). مقياس مظاهر القلق لدى المراهقين. القاهرة: مكتبة
الأنجلو المصرية.

▪ نادية عباس عبد الحارث محمود .(٢٠١٠). الرومانسية كوسيط بين مفهوم الذات
الجنسية والرضا الجنسي لدى عينة من المتزوجين والمتزوجات، ماجستير، جامعة
المنوفية. كلية الاداب. قسم علم النفس.

- Alethea Desrosiers¹, Heather Sipsma¹, Tamora Callands¹, Nathan Hansen¹, Anna Divney², Urania Magriples¹, and Trace Kershaw. J Clin Psychol.(2014) January ; 70(1): 95–106. doi:10.1002/jclp.21979
- Dobson, K. S., & Dozois, D. J. (2008). Introduction: Assessing risk and resilience factors in models of depression. In Risk factors in depression (pp. 1-16). Elsevier
- Gall,S,(ed),(1996),the gale Encyclopedia of psycholofy,New York.Gale.
- Gotlib,L&Hammen,c.,psychology,Aspedcts of Depression towards a cognitive –interpersonal integration,New York,John Wiley&sons
- Heron, J., O'Connor, T. G., Evans, J., Golding, J., Glover, V., & ALSPAC Study Team. (2004). The course of anxiety and depression through pregnancy and the postpartum in a community sample. Journal of affective disorders, 80(1), 65-73.
- Kammerer, M., Adams, D., Von Castelberg, B., & Glover, V. (2002). Pregnant women become insensitive to cold stress. BMC pregnancy and childbirth, 2(1), 8.
- Karlijn Massar,Buunk Abraham p. ,Gruiters Stefan L.K (2012). Pregnant Women's View on Their Relationship: A Comparison With Nonpregnant Women.
- Lisa M.Diamond .(2003).what does sexual orient ? A bio-behavioral model distinguishing romantic love and sexual desire .journal of American Psychological Association.

Lommatzsch M, Julius P, Kuepper M, Garn H, Bratke K, Irmscher S, Luttmann W, Renz H, raun A, Virchow JC ... The course of allergen-

induced leukocyte infiltration in human and experimental asthma. *J Allergy Clin Immunol* 118: 91- 97, 2006

- Magiakou, M. A., Mastorakos, G., Webster, E., & Chrousos, G. P. (1997). The hypothalamic-pituitary-adrenal axis and the female reproductive system. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 816(1), 42-56.

Murray L, Halligan sl et al .(2006).Socioemotional development in adolescent at risk for depression :the role of maternal depression and attachment style .*Dev psychopathol*

- Pereira, Priscila Krauss, Giovanni Marcos Lovisi, Daniel L. Pilowsky, Lúcia Abelha Lima, and Leticia Fortes Legay. "Depression during pregnancy: prevalence and risk factors among women attending a public health clinic in Rio de Janeiro, Brazil." *Cadernos de Saúde Pública* 25 (2009): 2725-2736.
- Talge, N. M., Neal, C., Glover, V., & Early Stress, Translational Research and Prevention Science Network: Fetal and Neonatal Experience on Child and Adolescent Mental Health. (2007). Antenatal maternal stress and long-term effects on child neurodevelopment: how and why?. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(3-4), 245-261.
- Van den Bergh, B. R., Mulder, E. J., Mennes, M., & Glover, V. (2005). Antenatal maternal anxiety and stress and the neurobehavioural development of the fetus and child: links and possible mechanisms. A review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 29(2), 237-258.
- WHIFFEN Ve .Gotlib I H (1993) comparison of non post partum depression;clinical presentation,psychiatric history ,and psychological functioning.*J consult clin psycho*.

Summary of study in English

"The relationship between optimism, romance and depressive symptoms for pregnant women"

The researcher studied the relationship between optimism, romance and depressive symptoms in the pregnant woman on a sample of 200 pregnant women to identify the role of emotional and moral support for the husband and the reflection of the feature of optimism on reducing the symptoms of depression during pregnancy.

1- There is a negative correlation between optimism and depressive symptoms.

2- There is a significant correlation between romance and its secondary dimensions.

3- There are statistically significant differences between the averages of low depression and the mean of high depression levels in measuring optimism and romance performance.

4- There are significant differences in levels of education (high qualification and the average qualification) in cognitive , behavioral , emotional , optimism dimensions and the total degree of romance and depression , but there are no differences in optimism and overall

5- There are statistically significant differences according to a variable number of marriage years in cognitive , behavioral , emotional , optimism dimensions and the total degree of romance and depression.

6- there are differences of statistical significance according to the order of pregnancy in cognitive dimension ,behavioral dimension ,emotional dimension , optimism dimension and the total degree of romance and depression, but there are no differences in the dimensions of optimism and pessimism.