جامعة الأزهر ـ غزة
عمادة الدراسات العليا
كلية التربية
قسم علم النفس

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

Traumatic experiences resulting from Israeli invasions, coping strategies, and its relation to psychological compatibility among high school students in the Gaza Strip

إعداد الباحثة
سمر خليل علي عوض

إشراف
الأستاذ الدكتور/ محمد سفيان أبونجيلة
أستاذ علم النفس ـ جامعة الأزهر ـ غزة

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس من كلية التربية - جامعة الأزهر - غزة.

1438هـ - 2017 م

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جامعـــــــة الأزهـــــــر - غـــــــزة
عمـــــــادة الدراســـــــات العليـــــــا
كليـــــــــــــة التربيـــــــــــــة
ماجـــــــستير علـــــــم الـــــــنفس

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة عمادة الدراسات العليا بجامعة الأزهر – غزة على تشكيل لجنة المناقشة والحكم على أطروحة الطالب/ة: **سمر خليل علي عوض**، المقدمة لكلية التربية لنيل درجة الماجستير في علم النفس وعنوانها:

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

وتمت المناقشة العلنية يوم الخميس بتاريخ 2017/05/25م.

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الطالب/ة: **سمر خليل علي عوض**، درجة الماجستير في التربية تخصص علم النفس.

توقيع أعضاء لجنة المناقشة والحكم :

ا.د. محمد سفيان محمد ابو نجيله	(مشرفاً ورئيساً)	التاريخ: ١١ / ٧ /2017م
د. اسامه سعيد حمدونه	(مناقشاً داخلياً)	التاريخ: ١١ / ٧ /2017م
د. امال عبد القادر أبوزعيتر	(مناقشاً خارجياً)	التاريخ: ١١ / ٧ /2017م

2017/07/10

إقـــــرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل العنوان: _____

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل، أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل درجة أو لقب علمي أو بحث لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

وأنـــي أتحمـــل المســـئولية القانونيـــة الأكاديميـــة كاملـــة حـــال ثبـــوت ما يخالف ذلك.

اســـم الطالـــب: سمر خليل علي عوض

التوقيـــــــــع: _____

التـــــــــاريخ: _____

قال تعالي:

﴿ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ * الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴾

(البقرة:156)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

إهداء

إلى من علمني كيف أكون

ولماذا أكون ولمن أكون، وهويخط لنا سبل الفلاح،

معلمي ومعلم البشرية.. سيدنا "محمد صلى الله عليه وسلم".

إلى تـلك التي لا يكتبها حرف ولا يـصفها معنى...

إلى أمي التي أضاءت روحها دربي، وأشعلت في قلبي جدوة العمل والعطاء.

إلى الرجل الذي ألهمني الثبات، فورثت عنه العزة والعزيمة، إليك أبي.

إلى من لهم علينا الفضل وواجب الاقتداء والذكر الأدبي والأخلاقي "الدكتور عبد العظيم المصدر " رحمه الله، وكل من أفنى حياته في سبيل العلم والتعليم

إلى من أحب وأحببت إلى من دعمني وساندني بمسيرتي الأكاديمية.

إليكـم جميعاً أهدى هذا العمل

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الحمد لله الذي تتم بنعمته الصالحات له الشكر على ما أنعم وله الحمد على ما أسدى.

وانطلاقاً من العرفان بالجميل فإنه ليسرني أن أتقدم بباقات تقديري وقوافل احترامي إلى جامعتي الغراء جامعة الأزهر، وأعضاء الهيئة التدريسية بكلية التربية قسم علم النفس.

كما ويسعدني أن أرفع كلمات الشكر والعرفان إلى زارع الأمل في النفوس، وراسم الدرب بالقدوة، وواهب العمل بالهمة إلى الأستاذ الدكتور/ محمد سفيان أبو نجيلة الذي شرفني بإشرافه على رسالتي، فأشكر له أستاذيته وإنسانيته وتواضعه لما منحني من رعاية ومتابعة، داعياً المولى عز وجل أن يحفظه منارة للعلم، فجزاه الله عني خير الجزاء.

وكما أتقدم بالشكر لأعضاء لجنة المناقشة/ الدكتور أسامة حمدونة أستاذ علم النفس بجامعة الأزهر، والأستاذ الدكتور/ آمال جودة أستاذ الصحة النفسية بجامعة الأقصى، لتكرمهما بقبول مناقشة الدراسة واثرائها بالتوجيهات البناءة دعما لمواصلة الطريق.

ولا يفوتني أيضاً أن أتقدم بخالص الشكر للسادة المحكمين الذين بذلوا جهداً طيباً في تحكيم أداة الدراسة، وأخص بالذكر السادة المحكمين من جمهورية مصر العربية، وبريطانيا.

كما وأتقدم بالشكر إلى تلك الورود المنثورة في جوانب طريقي إخوتي وأخواتي الأعزاء، كما ويطيب لي أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلى تلك النجوم المضيئة في حياتي صديقاتي من طلبة الدراسات العليا بقسم علم النفس.

وأخيراً أتقدم بباقة الشكر الأكبر إلى أحبائي وأصدقائي وعائلتي ممن ضاق المقام عن ذكرهم، وجميع من ساهم وقدم لي المساعدة والتشجيع لإتمام هذه الدراسة.

إليكم جميعا كل حبي وشكري وامتناني.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملخص الدراسة

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.

هدفت هذه الدراسة الحالية إلى التعرف إلى الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي (2014) م واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (770 طالبا وطالبة)، استخدمت الأدوات التالية: مقياس الخبرات الصادمة، مقياس استراتيجيات المواجهة، ومقياس التوافق النفسي، واستخدمت الباحثة في معالجة بيانات هذه الدراسة عدة أساليب إحصائية بما يمكنها التحقق من فروض الدراسة، حيث استخدمت معاملات الارتباط، وتحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التراجعية، كما استخدمت t.test، وتحليل التباين الأحادي.

وكان من أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة:

- أظهرت النتائج أن الوزن النسبي لمستوى التعرض للخبرات بلغ 76.02%، في حين بلغ الوزن النسبي لبعد استراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال 85.53%، و بلغ الوزن النسبي لاستراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات 61.34% ، كما وبلغ الوزن النسبي لمستوى التوافق النفسي 69.42 %.
- أظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الخبرات الصادمة واستراتيجيات المواجهة بنوعيها: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، والاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- أظهرت النتائج علاقة طردية ذات دلالة إحصائية لأبعاد استراتيجيات المواجهة: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) والدرجة الكلية لتوافق النفسي، وهذا يدل كلما استخدم الطلبة استراتيجيات المواجهة كلما أدى إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والعكس صحيح.
- أظهرت النتائج وجود تأثير جوهري ذودلالة إحصائية لبعض أبعاد الخبرات الصادمة: (التعرض أسري، وتعرض مجتمعي) على التوافق النفسي، فقد لُوحظ أنهم أفضل المتغيرات للتنبؤ بدرجة التوافق النفسي والاجتماعي.
- أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة تُعزى للجنس، باستثناء التعرض المجتمعي للخبرات الصادمة لصالح الذكور.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في التعرض للخبرات الصادمة تُعزى لمتغير نوع الأسرة: (نووية، ممتدة)، في حين أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة الكلية للتوافق النفسي، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين يعيشون ضمن الأسر الممتدة.
- أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة ذات دلالة إحصائية في مستوى الخبرات الصادمة بالنسبة لمتغير الإقامة، والفروق كانت لصالح المناطق البعيدة عن خط التماس/ المنطقة الحدودية، وهذا يدل أن الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من مناطق التماس تعرضوا لمستوى أعلى من الخبرات الصادمة خلال العدوان الإسرائيلي الأخير على قطاع غزة (2014)م .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Abstract

Traumatic experiences resulting from Israeli invasions, coping strategies, and its relation to psychological compatibility among high school students in the Gaza Strip

The current study aimed to identify the traumatic experiences resulting from the Israeli invasion in 2014, coping strategies, and their relation to psychological compatibility among high school students. To achieve the objectives of the study, the researcher adopted an analytical descriptive methodology, and the study was applied on a sample consisting from 770 students (male, female). The researcher used the following tools: traumatic experiences' scale, coping strategies' scale, and psychological compatibility's scale. The researcher used many statistical methods to analyze the collected data in order to verify the study's hypotheses , including; correlation coefficients, multiple linear stepwise regression, T-tests, and one way analysis of variance.

Top results concluded in the current study:

- The results showed that the weighted average for the level of exposure to traumatic experiences was 76.02%, in addition, the results showed that the weighted average for the coping strategies (based on emotions) was 85.53%, while the weighted average for the coping strategies (based on problems solving) was 61.34%, and the weighted average for the psychological compatibility was 69.42%.
- There is a statistically significant direct relationship between the traumatic experiences and the coping strategies (emotional coping strategies, and problem solving coping strategies) among high school students in the Gaza Strip.
- There is a statistically significant direct relationship between the effects of the coping strategies (emotional coping strategies, and problem solving coping strategies) and the total score of psychological compatibility. This indicate that the more coping strategies the students adopt, the higher the level of psychological compatibility they have, and vice versa.
- There are statistically significant impacts for some of the traumatic experiences effects (familial and communal exposure) on the psychological compatibility. In which, the researcher noticed that these

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

were the best predicting variables of the degree of psychosocial compatibility.

- There are no statistically significant differences in the total scores on the traumatic experiences' scale in regard to sex, except for communal exposure to traumatic experiences that came in favor of males.
- There are no statistically significant differences in the exposure to traumatic experiences in regard to the family type variable (extended or nuclear family). However, there are statistically significant differences in the total scores of psychological compatibility, and the differences came in favor of students who are living among extended families.
- There are statistically significant differences in the level of traumatic experiences in regard to the residence variable, and the differences came in favor of the areas that are far from the borders. This indicates that students who are not living near the borders were subjected to higher levels of traumatic experiences during the last Israeli invasion on Gaza in 2014.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فهرس المحتويات

المحتوى	رقم الصفحة
الاهداء	ب
شكر وعرفان	ج
ملخص الدراسة	د
قائمة المحتويات	ح
قائمة الجداول	ك
الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها	
المقدمة	2
مشكلة الدراسة	4
أهداف الدراسة	6
أهمية الدراسة	6
مصطلحات الدراسة	7
حدود الدراسة	9
الفصل الثاني: الإطار النظري	
المبحث الأول: الخبرات الصادمة	
مفهوم الصدمة النفسية	11
الصدمات النفسية حسب الدليل التشخيصي الأمريكي الخامس Posttraumatic Stress Disorder for DSM-V	13
مراحل الصدمة النفسية	15
أنواع الصدمة النفسية	16
إنماط الخبرات الصادمة خلال حرب 2014 على غزة.	16
النظريات المفسرة للصدمة النفسية	17
أولاً: النظرية التحليلية	17
ثانيا: النظرية السلوكية	18
ثالثا: النظرية المعرفية	19
رابعا: نظرية معالجة المعلومات	19
المبحث الثاني: استراتيجيات المواجهة	
تعريف استراتيجيات المواجهة	21
تصنيف استراتيجيات المواجهة	23
أولا: تصنيف موس وبيلينغ 1981	23
ثانيا: تصنيف موس 1993	24
ثالثا: تصنيف كوهن 1988	25
رابعا: تصنيف فولكمان ولازاروس 1984	25

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المحتوى	رقم الصفحة
وظائف استراتيجيات المواجهة	27
العوامل المحددة لاستراتيجيات المواجهة	28
أولا: العوامل الشخصية والديموغرافية	28
ثانيا: العوامل المرتبطة بالأحداث الضاغطة	29
ثالثا: العوامل البيئية الاجتماعية الفيزيقية	30
المبحث الثالث: التوافق النفسي:	
مفهوم التوافق النفسي	32
مجالات التوافق	34
العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق النفسي	35
النظريات المفسرة للتوافق النفسي	36
أولا: نظرية التحليل النفسي	36
ثانيا: النظرية السلوكية	36
ثالثا: النظرية الإنسانية	37
رابعا: النظرية المعرفية	37
خامسا: النظرية الاجتماعية	38
تعقيب عام على الإطار النظري	39
الفصل الثالث: الدراسات السابقة:	
المحور الأول: الدراسات التي تناولت الخبرة الصادمة	42
المحور الثاني: الدراسات التي تناولت استراتيجيات المواجهة	51
المحور الثالث: الدراسات التي تناولت التوافق النفسي	57
تعقيب عام على الدراسات السابقة	63
فروض الدراسة	65
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة:	
أولا: منهج الدراسة	69
ثانيا: مجتمع الدراسة	69
ثالثا: عينة الدراسة	70
رابعا: أدوات الدراسة	73
خامسا: الأساليب الإحصائية	90
الفصل الخامس: نتائج الدراسة وتفسيرها:	
تساؤلات الدراسة	93
فرضيات الدراسة	97
التوصيات والمقترحات	155
دراسات مقترحة	155

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المحتوى	رقم الصفحة
المراجع	156
الملاحق	168
ملحق (1) قائمة بأسماء المحكمين الذين أسهموا في تحكيم مقياس التوافق النفسي	169
ملحق (2) مقياس التوافق النفسي في صورته الأولية	170
ملحق (3) مقاييس الدراسة في صورتها النهائية	176

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فهرس الجداول

ر. الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
.1	يوضح عدد أفراد مجتمع الدراسة في قطاع غزة حسب إحصائية 2016 لوازرة التربية والتعليم	70
.2	توزيع أفراد العينة حسب الخصائص الديمغرافية (ن=770)	71
.3	توزيع أفراد العينة حسب الخصائص التعلمية والاقتصادية لوالدي أفراد العينة (ن=770)	72
.4	يوضح أبعاد مقياس الخبرات الصادمة وفقراته	74
.5	معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الخبرات الصادمة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67)	75
.6	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67)	75
.7	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (الخبرات الصادمة) وأبعاده (ن=67)	77
.8	يوضح نتائج التحليل العاملي لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة لطلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في قطاع غزة (ن = 770)	79
.9	مصفوفة عوامل الدرجة الأولى لبنود مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة قبل التدوير وبعد التدوير (ن=770)	79
.10	يوضح أبعاد مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وفقراته	81
.11	معاملات الارتباط بين أبعاد البعد الكامن قائمة استراتيجيات على الانفعال لمقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67)	81
.12	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67)	82
.13	معاملات الارتباط بين أبعاد البعد الكامن استراتيجيات القائمة على حل المشكلات لمقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67)	83
.14	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67)	83
.15	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة) وأبعاده (ن=67)	85
.16	يوضح أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي وفقراته	86
.17	معاملات الارتباط بين فقرات أبعاد مقياس مقياس التوافق النفسي والاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس (ن=67)	87
.18	يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67)	88
.19	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي وأبعاده (ن=67)	90
.20	يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية للمقياس الدراسة وأبعادهما (ن=770)	93
.21	مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهة	98

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ر. الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
	المواقف الضاغطة والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة	
.22	ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (المتغير التابع)	101
.23	ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع)	104
.24	ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع)	106
.25	نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير نوع الجنس لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بقطاع غزة	108
.26	نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير نوع الأسرة	112
.27	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (ن=770)	115
.28	يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في الخبرات الصادمة والتوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (ن=770)	118
.29	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للآباء الطلبة (ن=770)	119
.30	يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة واستراتيجية إعادة التقييم الايجابي تُعزى للمؤهل العلمي للأباء (ن=770)	123
.31	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ن=770)	125
.32	يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات قائمة على حل المشكلات ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ن=770)	129
.33	نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عمل الأب (يعمل، لا يعمل)	132
.34	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة ثاني ثانوي من مدارس الحكومة في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ن=770)	134

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ر. الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
.35	يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات الخبرات الصادمة ودرجات الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ن=770)	137
.36	نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير الاقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية	140
.37	نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال	144
.38	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (ن=770)	148
.39	يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات قائمة على الانفعال تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (ن=770)	152

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الأول

خلفيـــــة الدراســـــة

- ❖ المقدمة.
- ❖ مشكلة الدراسة وتساؤلاتها.
- ❖ أهداف الدراسة.
- ❖ أهمية الدراسة.
- ❖ مصطلحات الدراسة.
- ❖ حدود الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقدمة:

لا شك أن الخبرات الصادمة تعتبر من الموضوعات ذات الأهمية البالغة نتيجة المتغيرات والمستجدات والمواقف والظروف التي تتسع شيئاً فشيئاً بالمجتمعات، ولما لها من أثر مباشر وغير المباشر على الواقع النفسي والاجتماعي للأفراد الذين يقعون ضحيتها من جهة، وعلى استراتيجيات وسبل مواجهتها من جهة أخرى، ومن المؤكد بأن المجتمع بمجمل أفراده ضحية تلك الخبرات و خاصة الأطفال و الصبية الذين تعتمد عليهم الآمال في تحمل المسئولية وتشكيل المستقبل بكل معانيه، الأمر الذي يجعل الأهمية أكبر كونها تمس الثروة البشرية التي تعد من أثمن الثروات خاصةً، وأن الأمة لا تقاس ثرواتها بعدد سكانها وإنما بقدر ما يتوفر فيها من أفراد صالحين يمثلون صورة الأمة في مستقبلها القريب وعنوان رجائها ومصدر قوتها.

وإذا نظرنا إلى واقع المجتمع الفلسطيني المعاصر، نجد أن ما يتعرض له المجتمع الفلسطيني بأسره خصوصا منذ عام 1948م و حتى الآن هو حرب إبادة شعواء تهدد حياة الإنسان الفلسطيني بشكل مباشر، وبالتالي لنا أن نتخيل أن النتائج سوف تكون أكثر من تغيرات سلوكية سيئة في الأفراد والجماعات نتيجة للخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي.

وفي ظل الأوضاع الصعبة التي يمر بها شعبنا الفلسطيني من دمار وحروب متتإلية يجعل لدينا أكبر شريحة عرضة للمعاناة والخبرات النفسية الصادمة (Trauma)، والتي توصف بأحداث مفاجأة وغير متوقعة تكون خارج حدود الخبرة الإنسانية العادية، تهدد أو تدمر الفرد أو حياته، ويستجيب لها الفرد بالخوف الشديد، العجز والرعب (ثابت، 2006: 120) .

لذا نجد أن الخبرات الصادمة شكلت ضغوطاً نفسية شديدة بدأ تأثيرها واضحاً على معظم أفراد المجتمع الفلسطيني في قطاع غزة، لتشمل العديد من نواحي الحياة الاجتماعية للفلسطينيين، فيأتي العدوان الإسرائيلي الأخير عام 2014 ليزيد من حدة الوطأة النفسية على الفلسطينيين في قطاع غزة، بعد السلسلة الطويلة للمحن و الأزمات التي مر بها الفلسطينيون خلال العدوان الإسرائيلي عام 2008 و2012، لتتوج بالعدوان الأخير على غزة عام 2014، ليعيش الشعب الفلسطيني ويلات وآثار ما خلفه العدوان من حصار ومعاناة، و هذا ما أكدته دراسة عساف و آخرون 2005 ، و دراسة Ghannam & Thabet 2014 ، ودراسة Altawil 2008 .

والخبرة الصادمة في أبسط تعريفاتها تتمثل بأنها ذلك الحدث الخارجي الشديد المفاجئ وغير المتوقع، والذي يترك الفرد مدهوشا، ويكون هذا الحدث خارجاً عن نطاق تحمل الكائن البشري، وتختلف استجابة الفرد للخبرات الصادمة والمؤلمة، وذلك لوجود الفروق الفردية بينهم، فمنهم من ينهار ولا يقوى على المواجهة، ومنهم من يقع فريسة للمرض النفسي والجسمي، وآخرون منهم يواجه تلك

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الظروف الصادمة بقوة وعزيمة ونفس راضية بقضاء الله وقدره، وذلك يرجع إلى عدد من العوامل النفسية والاجتماعية والدينية، أوعوامل ذاتية وعوامل اجتماعية خارجية، حيث ان وجود عوامل اجتماعية وبيئية وأشخاص مساندين تقلل من حدوث الاضطراب. (أبو نجيلة، 2001: 124)

هذا وتؤثر الصدمات التي يتعرض لها الفرد تأثيرا مباشرا إذ يفوق الحدث أحياناً خبرته وقدراته على التحمل مما ينتج عنه اضطراب نفسي، ومن الطبيعي أن تكون نسبة المتأثرين سلبياً بهذه الصدمة أكبر بكثير من نسبة الذين يستطيعون مواجهتها، خاصةً في الأطفال، وتبدو علامات ذلك في حالات الصداع والاكتئاب، والخوف الشديد من المستقبل، والأحلام المزعجة، واضطرابات النوم. (الخالدي وآخرون، 2009: 24)

وهذا ما أكدته دراسة EL-Buhaisi 2014، ودراسة Ghannam & Thabet 2014.

وبالرغم من أن هناك الكثير من الدراسات قد أوضحت أن هناك علاقةً سببيةً بين التعرض لأحداث الحياة الضاغطة والإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، إلا أنه يوجد أيضاً مصادر وعمليات تحمل وأسإليب مواجهة تعد بمثابة عوامل مساعدة تمكن الفرد من التصدي للضغوط النفسية، وبالتالي توفر له الاحتفاظ بالصحة النفسية. (جودة، 2004: 670)

وتتضمن مهارات التعامل مع الصدمة، الجهود السلوكية والنفسية لمواجهة الضغوط والمتطلبات الداخلية والخارجية، وهذا يتضمن الجهود التي يبذلها الفرد لحل المشكلات مثل الاتصال الفاعل مع الآخرين، وحل المشكلات، والاستجابة الفورية المناسبة، حيث يرى folkman &Lazarus أن استراتيجيات المواجهة هي مجموع الجهود المعرفية والسلوكية التي يستعملها الفرد لتحمل أوخفض المتطلبات الداخلية اوالخارجية التي يقيمها بأنها مهددة أوتفوق مصادره الشخصية. **(Lazarus & folkman.S,1984,p19)**

فلقد أثبتت الأب حاث الحديثة أن العامل الأهم في تحديد ردود فعل الكائن الحي ليس الحدث الصدمي بحد ذاته، وإنما القدرة أوعدم القدرة علي مواجهه هذا الحدث." (النابلسي، 1991: 34)

وتعتبر الضغوط الصدمية من أسباب سوء التوافق، فالشخص الحسن التوافق هوالذي يستطيع أن يواجه العقبات والصراعات بطريقة بناءة تحقق له إشباع حاجاته ولا تعوق قدرته على الأداء والإنتاج. (الداهري، 2008: 17)

وفي إطار العلاقة بين استراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي، فقد أشارت نتائج العديد من الدراسات السابقة إلى وجود علاقة دالة بين استراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي، وأنه يمكن التنبؤ بالتوافق النفسي من خلال استراتيجيات المواجهة، كدراسة (أبو العلا، 2012)، والتي أشارت إلى وجود علاقة بين استراتيجيات المواجهة: (القائمة على المشكلة، والقائمة على الانفعال) والتوافق

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

النفسي، وكذلك دراسة (الفريحات، 2016) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مهارات التعامل مع الضغوط والتوافق النفسي.

والذي دفع الباحثة للاهتمام بموضوع الدراسة هو معايشتها للواقع الميداني من خلال عملها المتخصص في مجال الصحة النفسية، والعمل مع ضحايا الصدمات النفسية نتيجة الحروب المتتالية على قطاع غزة.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

في ضوء مما سبق تبلورت مشكلة الدراسة في صورة التساؤل العام التالي، الذي انبثق عنه العديد من التساؤلات الفرعية، وهو:

هل تعد درجة تأثير الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهتها محدداً للتوافق النفسي، في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، والاجتماعية السياسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة؟

ويتفرع عن هذا التساؤل العام التساؤلات التالية:

التساؤل الأول: ما درجة كل من تأثير الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهتها والتوافق النفسي – وما أكثرها شيوعاً– لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة؟

التساؤل الثاني: هل توجد علاقة ارتباطيه بين درجة تأثير الخبرات الصادمة وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة وبين التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة؟

التساؤل الثالث: هل يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة: (المتغير المستقل) على استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة: (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة ؟

التساؤل الرابع: هل يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لأبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط: (المتغير المستقل) على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي: (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة ؟

التساؤل الخامس: هل يوجد تأثير ذودلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة ؟

التساؤل السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لنوع الجنس (ذكر، أنثى) ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التساؤل السابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة الضغوط ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لنوع الأسرة (نووية، ممتدة) ؟

التساؤل الثامن: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر)؟

التساؤل التاسع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي لأباء الطلبة: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا) ؟

التساؤل العاشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا) ؟

التساؤل الحادي عشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عمل الأب : (يعمل، لا يعمل) ؟

التساؤل الثاني عشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ضعيف، متوسط، مرتفع) ؟

التساؤل الثالث عشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمناطق التماس ؟

التساؤل الرابع عشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة، ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمدى تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال ؟

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التساؤل الخامس عشر: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر) ؟

أهداف الدراسة:

1- معرفة درجة تأثير الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهتها محدداً للتوافق النفسي، في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، والاجتماعية السياسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة؟
2- معرفة مدى استخدام استراتيجيات المواجهة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
3- معرفة مستوى التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
4- التعرف إلى العلاقة بين الخبرات الصادمة، وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة وبين التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
5- معرفة تأثير الخبرات الصادمة على استراتيجيات المواجهة لدى طلبة المرحلة الثانوية.
6- معرفة تأثير استراتيجيات مواجهة الضغوط على التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
7- معرفة تأثير الخبرات الصادمة على التوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
8- معرفة الفروق في متغيرات الدراسة وفقا للمتغيرات الديموغرافية.

أهمية الدراسة:

- تنبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية الموضوع الذي تتناوله، وهوالخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي 2014.
- تأتي أهمية الدراسة من تناولها لمرحلة هامة من حياة الفرد، وهي مرحلة المراهقة فإذا استطاع المراهق أن يجتازها بدون أزمات، فسينعكس ذلك على استقراره الداخلي وتوافقه النفسي في المرحلة القادمة.
- قد تفيد هذه الدراسة بعض طلاب البحث العلمي في دراسة بعض المشكلات النفسية الناتجة عن التعرض للخبرات الصادمة.
- تسهم هذه الدراسة وتوصياتها في إفادة العاملين في مجال الصحة النفسية.
- تنبثق أهمية الدراسة في اثرائها للمكتبات النفسية من خلال تقديم معلومات ذات صلة بالموضوع.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- قدمت هذه الدراسة مقياس للتوافق النفسي من إعداد الباحثة، قد يستفيد منه الباحثون في مجال الصحة النفسية.

مصطلحات الدراسة:

تقدم الباحثة فيما يلي المفاهيم الرئيسية التي سوف تأخذ الباحثة بها في الدراسة الحالية:

الخبرات الصادمة:

- **تعريف الرابطة الأمريكية للطب النفسي (DSM-5 , 2013: 271)**

تعرض الشخص للموت أو للتهديد بالموت أو لجرح حقيقي أوعنف جنسي في واحدة من عدة أشكال:

سواءً أكان بالتعرض مباشرة للحدث الصادم أم مشاهدة شخص في الحدث أم العلم بأن عضومن العائلة اوصديق مقرب تعرض لموت حقيقي أو تهديد بالموت سواءً أكان بالمصادفة أم بانتهاك مقصود أوتعرض لتكرار للخبرة بتفاصيل منفرة للحدث الصادم: (مثل تكرار رجل الشرطة لتفاصيل الانتهاك الواقع على الطفل أوجمع فضلات الإنسان).

- **التعريف الاجرائي للخبرات الصادمة:** هوالدرجة التي يحصل عليها المفحوص بعد استجابته لاستبانة الخبرات الصادمة.

استراتيجيات المواجهة: (تعريف أبونجيلة، 2007: 135) تشير استراتيجيات المواجهة إلى تلك الجهود التي يبذلها الفرد للتغلب، والسيطرة على الأحداث، والمواقف الضاغطة، أو تحملها، أو خفضها، أو تقليلها سواء كانت هذه الجهود نفسية، أو سلوكية، أو انفعالية، وسواءً أكانت إيجابية أم سلبية، وسواءً أكانت إقداميه، أم إحجاميه، وسواء كانت فعالة، أم غير فعالة، وبصرف النظر عما إذا كانت نتائجها جيدة أم غير جيدة.

- **التعريف الإجرائي لاستراتيجيات المواجهة:** هو الدرجة التي يحصل عليها المفحوص بعد استجابته لاستبانة استراتيجيات المواجهة.

التوافق النفسي:

- **وتعرف الباحثة التوافق النفسي:** هو قدرة الفرد على إحداث حالة من التوازن والانسجام ما بين المطالب الذاتية ومتطلبات الواقع المؤثرين ببعضهم البعض تبعاً لمقتضيات التوازن الذي يمكنه من تحقيق الرضا، في ظل إشباعه لحاجاته النفسية، واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية تمكنه من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **التعريف الاجرائي للتوافق النفسي:** هوالدرجة التي يحصل عليها المفحوص بعد استجابته لاستبانة التوافق النفسي.

طلبة المرحلة الثانوية: وتعرف الباحثة طلبة المرحلة الثانوية هم جميع الطلبة والطالبات من الصف الحادي عشر والثاني عشر علمي وأدبي المسجلين للدراسة في جميع المدارس الحكومية الثانوية في قطاع غزة للعام الدراسي 2015-2016.

حدود الدراسة:

وتتحدد الدراسة بالحدود التالية:

- **الحد الموضوعي (الأكاديمي):** وتحددت في المتغيرات المتمثلة في الخبرات الصادمة واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي.
- **الحد البشري:** تقتصر هذه الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- **الحد الزماني:** أجريت هذه الدراسة في الفترة ما بين عامي (2015-2016)م .
- **الحد المكاني:** قامت الباحثة بتطبيق هذه الدراسة في كافة محافظات قطاع غزة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثاني

الإطار النظـــــري

- ❖ المبحث الأول: الخبرات الصادمة.
- ❖ المبحث الثاني: استراتيجيات المواجهة.
- ❖ المبحث الثالث: التوافق النفسي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المبحث الأول:

الخـبرات الصـــادمة

تمهيد:

تشكل الحروب معاناةً قاسية للشعوب، ولقد شهد الشعب الفلسطيني الكثير من الأحداث الجليلة على مر التاريخ، بدءاً من حرب 1948 لتتوج بحرب 2014 تلك الحرب الأكثر قساوة على مدار التاريخ، ليشهد خلالها الشعب الفلسطيني ألواناً من مختلفة من الصدمات التي أثرت على مجرى حياته بشكل كبير.

وتعد الحروب من أقسى الخبرات التي يمكن أن يحياها الإنسان، والتي تترك في شخصيته وسلوكه تغييرات شاذة ليس من السهل التخلص منها، كما أن لها نتائج مدمرة على أفراد كثيرين، إذ يترتب عليها الكثير من الخراب الاقتصادي والاضطراب النفسي والاجتماعي.
(كفافي، 1990: 197)

مفهوم الصدمة النفسية:

أولا: المفهوم اللغوي:

الصدمة من صدم والصدم: ضرب الشيء الصلب بشيء مثله وصدمه صدما: ضربة بجسده، وصادمه فتصادمه فتصادما واصطدما وصدمهم أمر: أصابتهم.

وفي الحديث: إنما الصبر عند الصدمة الأولى أي عند فورة المصيبة وحموتها. (ابن منظور، 1984: 2420)

وفي اللغات الأوروبية كلمة صدمة Truma وجمعها صدمات Traumata وتعني بإلبونانية جرح أويجرح وهو مصطلح عام يشير إلى إصابة جسمية سببتها قوة خارجية مباشرة، أو إلى إصابة نفسية تسبب فيها هجوم انفعالي متطرف. (عبد الخالق، 1998، 44)

ثانيا: المفهوم الاصطلاحي: فقد تعددت مفاهيم الصدمة النفسية وتعريفاتها لدى المختصين، ومنها:

تعريف الرابطة الأمريكية للطب النفسي (DSM-5 , 2013: 271)

تعرض الشخص للموت أو للتهديد بالموت أو لجرح حقيقي أو عنف جنسي في واحدة من عدة أشكال:

سواءً أكان بالتعرض مباشرة للحدث الصادم أم مشاهدة شخص في الحدث أم العلم بأن عضو من العائلة أو صديق مقرب تعرض لموت حقيقي أو تهديد بالموت سواءً أكان بالمصادفة أم بانتهاك

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقصود أوتعرض لتكرار للخبرة بتفاصيل منفرة للحدث الصادم: (مثل تكرار رجل الشرطة لتفاصيل الانتهاك الواقع على الطفل أوجمع فضلات الإنسان).

ويشير أورسانو وزملاؤه (Ursano et al, 1994 : 2) إلى أن الأحداث الصدمية Traumatic Events أحداث خطيرة ومركبة ومفاجئة، وتتسم بقوتها المتطرفة، وتسبب الخوف والقلق والانسحاب. والأحداث الصدمية ذات شدة مرتفعة، وغير متوقعة، وتتنوع في تأثيرها بين حادة ومزمنة. ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده أو مجموعة أشخاص كحادث سيارة، أو تؤثر في المجتمع كله مثل الزلازل.

وعرفها (Miller , et. al , 2000: 19) بأنها "حدث يصطحبه نوع من الانضغاط النفسي ويكون خارج الخبرات العادية للشخص.

وقد عرفها (Altawil, 2008: 48) هي حدث مفاجئ غير متوقع يتعرض له الشخص إما بالتعرض المباشر أوبالمشاهدة أوبالسماع مما يؤدي إلى اختلال توازن الفرد وحدوث بعض الاضطرابات النفسية والسلوكية نتيجةً لذلك، وقد تكون الصدمة ناتجة عن كوارث طبيعية مثل: (الزلازل والبراكين وغيرها) أو ناتجة عما اقترفته يد الإنسان مثل: (الحروب، والعنف والصراعات وغيرها). والصدمة المزمنة هو ما يتعرض له الفرد اما بالتعرض المباشر أو بالمشاهدة لأكثر من ثلاث مرات، ولا تقل مدتها عن ستة أشهر.

ويرى (أبو نجيلة، 2001: 121) أن الصدمة تعني الآثارة الشديدة التي تنتج عن حدث غالباً ما يكون مفاجئاً أوغير متوقع مما يخلف جرحاً أوضرراً سواءً أكانت جسمية أم نفسية، كوفاة عزيز، أوانفجار في موقع عسكري به جنود، أو رسوب في اختبار لم يكن متوقعاً، بحيث خلف استثارة انفعالية بالغة الشدة أربكت الجهاز النفسي للفرد وأفقدته كثيرا من اتزانه.

ويرى (عبد الخالق، 1998: 45): إلى أن الأحداث الصدمية أحداث خطيرة ومربكة ومفاجئة، وتتسم بقوتها الشديدة أو المتطرفة، وتسبب الخوف والقلق والانسحاب والتجنب. والأحداث الصدمية كذلك ذات شدة مرتفعة، وغير متوقعة، وغير متكررة، وتختلف في دوامها من حادة إلى مزمنة، ويمكن أن تؤثر في شخص بمفرده كحادث سيارة أو جريمة من جرائم العنف، وقد تؤثر في المجتمع كله كما هو الحال في الزلزال أو الإعصار.

وعرفها (Qouta, 2000:10): هي استجابة الكائن عقب تعرضه لحادث يشعر فيه بالعجز، وعدم القدرة على التحكم، وتتميز الخبرات الصادمة في السياق الفلسطيني بأنها مباشرة وغير مباشرة، كما أنها مستمرة .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويرى (شعبان، 2013: 14) أن الحدث الصادم باعتباره حدث يقع خارج الخبرات الإنسانية المألوفة، ويتجاوز حدود القدرة على التحمل الإنساني، وتقود شدته مشاعر الهلع والخوف والألم والعجز والبأس وقلة الحيلة المؤدية لحالة من القلق من الموت.

وتخلص الباحثة من التعريفات السابقة للصدمة النفسية أنها تشابهت فيما بينها وأن وجد اختلافاً فيما بينهما فهي اختلافات طفيفة وغير جوهرية، فجميعها تؤكد على أن الحدث الصادم مفاجئ وغير متوقع، وكذلك جميعها تؤكد أهمية الحدث الصادم في تشكيل الصدمة، كونه حدث غير متوقع ومهدد ويشعر الإنسان بالعجز، فهويهدد صحة وسلامة الفرد.

ومن أهم الأعراض لاضطراب كرب ما بعد الصدمة حسب الدليل الأمريكي التشخيصي Posttraumatic Stress Disorder for DSM-V (DSM5) 2013 – 2014: 271:

أ- تعرض الشخص للموت أوالتهديد بالموت أولجرح حقيقي أوعنف جنسي في واحدة من عدة أشكال:

1- التعرض مباشرة للحدث الصادم.
2- المشاهدة الشخصية، للحدث عند حدوثه للآخرين.
3- المعرفة بوقوع الحدث الصادم لأحد أفراد الأسرة أوأحد الأصدقاء المقربين، في حالات الموت الفعلي أوالتهديد بالموت لأحد أفراد الأسرة أوأحد الأصدقاء المقربين، فالحدث يجب أن يكون عنيفاً أوعرضياً.
4- التعرض المتكرر أوالتعرض الشديد للتفاصيل المكروهة للحدث الصادم: (على سبيل المثال، أول المستجبين لجمع البقايا البشرية، ضباط الشرطة الذين يتعرضون بشكل متكرر لتفاصيل الاعتداء على الأطفال).

ملاحظة: لا يتم تطبيق المعيار (4 أ) التعرض من خلال وسائل الإعلام الإلكترونية، والتلفزيون، والأفلام، أوالصور، إلا إذا كان هذا التعرض ذا صلة بالعمل.

ب-ظهور واحدة أوأكثر من أعراض الاقتحام المرتبطة بالحدث الصادم بعد بداية حدوثه:

1- الذكريات المؤلمة المتطفلة المتكررة، وغير الطوعية، عن الحدث الصادم.
2- أحلام مؤلمة متكررة ترتبط بمحتوى الحلم و/ أوالوجدان في الحلم بالحدث الصادم.
3- استمرار معايشة الحدث كما لوأنه يحدث الآن.
4- كرب نفسي شديد عند التعرض للمثيرات الداخلية أوالخارجية التي تشبه أوترمز لجانب من الحدث الصادم
5- ردات فعل نفسية ظاهرة للمثيرات التي ترمز أوتشبه جانب من الحدث الصادم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وترى الباحثة: أن الأشخاص المصابين بأعراض ما بعد الصدمة يعانون من إعادة وتكرار لمشهد الحدث الصادم بأشكاله المختلفة بشكل اقتحامي، كاستذكار للصور المؤلمة للحدث، أوأفكار متعلقة بالحدث، أو كوابيس متكررة بالحدث الصادم.

ت-التجنب: تجنب مستمر للمثير المرتبط بالحدث الصادم والذي يظهر عبر واحد أوأكثر من الآتي:

1- تجنب الذكريات المؤلمة والأفكار أوالمشاعر المرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم.
2- التجنب المقصود للأماكن والأشخاص والمحادثات والنشاطات والأوضاع والمواضيع التي تثير الذكريات المرتبطة بالحدث الصادم.

وترى الباحثة: أن الشخص المصاب بالصدمة يفقد الاستمتاع بالأنشطة التي كانت مصدراً للاستمتاع له قبل تعرضه للحدث الصادم، وكذلك تتأثر علاقته بالآخرين فنجد هذا الشخص المصدوم يتجنب الأفراد والأماكن والأفكار والمشاعر التي تذكره بالحدث الصادم، مع تضاءل الاهتمام بالأنشطة والمشاركة فيها.

ث-تقلبات معرفية ومزاجية سلبية مرتبطة بالحدث الصادم في بدايته أوعند اشتداد الحدث الصادم وتظهر عبر اثنين أوأكثر من التالي:

1- عدم القدرة على تذكر جانب مهم من جوانب الحدث الصادم.
2- ظهور المعتقدات السلبية أوالتوقعات حول الشخص نفسه والآخرين والعالم: (مثل: أنا سيئ، لا يمكن الوثوق بأحد، العالم كله خطر، كل جهازي العصبي تالف).
3- تشوش الإدراك حول سبب الحدث الصادم أونتائجه والذي يقود للوم الفرد نفسه أوالآخرين.
4- شعور الخوف والرعب والغضب والشعور بالذنب أوالخجل.
5- تناقص واضح للاهتمام أوالمشاركة في نشاطات معينة.
6- وجود مشاعر الانفصال أوالعزلة عن الآخرين.

ج-تقلبات ملحوظة في ردات الفعل والهيجان المرتبط بالحدث الصادم ويظهر عبر واحد أوأكثر من التالي:

1- سلوك مضطرب ونوبات غضب تظهر عبر عدوان جسدي أولفظي اتجاه الناس والأشياء.
2- سلوك طائش وتدميري للذات.
3- إلىقظة الشديدة.
4- الاستجابة المفرطة (جفل مبالغ فيه).
5- مشاكل في التركيز.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6- اضطراب النوم مثل صعوبة الدخول في النوم أوالقلق أثناء النوم.

وترى الباحثة: أن الشخص الذي تعرض لصدمة يكون في حالة من إلىقظة والحذر لم تكن موجودة قبل الحدث الصادم، كذلك يشعر بصعوبة بالتركيز، إضافةً إلى الأرق وعدم القدرة على النوم.

ح- استمرار مدة الاضطراب في البنود (البند،ب، ت، ث، ج) لمدة أكثر من شهر.

خ- يسبب الاضطراب خلل نفسي إكلينيكي أويسبب خلل اجتماعي ومهني أوفي جوانب أخرى وظيفية.

د- لا يعزى الاضطراب إلى التأثيرات الفسيولوجية لمواد معينة: (مثل، الأودية والكحول) أوحالة طبية أخرى (إصابة خفيفة للرأس) ولا يفسر بشكل أفضل باضطراب ذهاني بسيط.

المراحل التي يمر بها المصاب باضطراب كرب ما بعد الصدمة:

1- **مرحلة الرفض:** وتتميز بالانفعال الشديد والصراخ.

2- **مرحلة الإنكار:** وتختلط فيها مشاعر النقمة والخوف.

3- **التجنب:** يحاول الأشخاص المصابون بالاضطراب الأب تعاد عما يذكرهم بالتفاصيل.

4- **محاولة الانسحاب والسيطرة على القلق:** ربما تترافق هذه المرحلة عند البعض بتعاطي الكحول، أوالمخدرات، أوالإفراط بالتدخين، وتناول المهدئات.

5- التأرجح بين النكران والتبلد.

6- **التقبل والاحتواء:** وهي المرحلة الأخيرة، وفيها يحدث التحسن في الاستجابة، مع اضطراب المزاج، وكثيرون يبدون تكيفاً مع الحالة، وتتحسن أحوالهم مع تطور العلاج.
http://arzak.77forum.com/t3714-topic

أنواع الصدمة:

1- الصدمة المركبة (المتكررة) Complex trauma: وهي نوع من الخبرات الصادمة التي تحدث بشكل مستمر في حياة الشخص مثلما هوالحال في مناطق الحروب والاحتلال، وسوء المعاملة الجسدية والانفعالية والجنسية، وهذا يتخذ مراحل متعددة: المرحلة الأولى حدوثه لأول مرة، وهذا يؤدي إلى صدمة مباغتة مفاجئة غير متوقعة وغير سارة، إلا أن الحدث نفسه يتكرر ليصبح الشخص أكثر وعياً وإدراكاً واستبصاراً بما ينجم عن هذا الحدث من مخاطر متتابعة، وعادةً ما يصاب الشخص الذي يحدث عنده الحدث الصادم المتكرر بالتبلد الاجتماعي بمعنى إنكار الحدث كأحد استراتيجيات التأقلم ضد هذا الخطر المستمر، التكيف مع هذا الحدث هوأمر طبيعي، لأن الإنسان يكتسب الخبرة من خلال التجارب الحياتية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المعاشة والمواقف المختلفة بأنواعها، وبالتالي يطور الإنسان استراتيجية تكيفية ضد الحدث الصادم المتكرر. (ثابت، 2012: 11)

وترى الباحثة: أن للشعب الفلسطيني له خصوصية في موضوع الصدمات، فلقد عانى خلال السنوات الثمان الأخيرة من ثلاثة حروب متتإلية ومتتابعة استهدفت الحجر والبشر، فما يكاد يخرج من حرب وما فيها من صدمات وآثار نفسية حتى يدخل بحرب أخرى جديدة.

2- الصدمة المفردة (غير المتكررة) Single Trauma: وهوعبارة عن حدث صادم واحد في حياة الإنسان وينطبق عليه صفات الحدث الصادم غير المتوقع، والسريع، والخطير، والذي يترك آثاراً سيئة، وتبقى ذكريات هذا الحدث الصادم لفترة زمنية طويلة حتى لومرت عدة سنوات يحدث عملية استرجاع لذكريات وصور هذا الحدث الصادم. (ثابت، 2012: 11)

إنماط الخبرات الصادمة خلال حرب(2014)م على غزة:

وتـرى الباحثـة: مـن حيـث معايشـتها الواقـع الميـداني ومـن خـلال عملهـا المتخصـص بمجـال الصدمات، أن حرب 2014 على غزة شكلت احدى المناخات الأكثر تعقيداً من حيث تعدد وتنوع الخبرات الصادمة، والتي تأخذ أشكالا عدة، ونجملها في الأحداث الآتية:

- الإصابات الجسدية.
- خبرة هدم البيوت .
- احتجاز الأشخاص داخل البيوت والحرمان من المأكل والمشرب والكهرباء.
- مشاهدة عمليات الاغتيال.
- خبرة سماع إطلاق النار.
- البتر والإعاقة الجسدية.
- التهجير من البيوت.
- تجريف الأراضي الزراعية.
- أصوات الصواريخ والطائرات.
- مشاهدة عمليات الاغتيال سواءً أكان في الواقع أم عبر التلفاز.
- مشاهدة صور الشهداء والجرحى على التلفاز.
- النزوح.

وأكد المركز الحقوقي أن العدوان الأخير على غزة يعتبر هو الأعنف والأشرس والأكثر دموية ضد المدنيين الفلسطينيين، وممتلكاتهم منذ تاريخ الاحتلال الصهيوني في العام 1967، فقد استخدمت قوات الاحتلال الصهيوني خلال العدوان أنواعًا مختلفة من الأسلحة ضد المدنيين الفلسطينيين

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وممتلكاتهم، وقامت القوات الجوية والبرية والبحرية التابعة لها بإطلاق آلاف الصواريخ والقذائف الموجَّهة التي يصل وزن الواحدة منها إلى نحوألف كيلوغرام، طالت في أحيان كثيرة تجمعات مدنية وأوقعت خسائر في أرواح وممتلكات مدنيين عزل. https://palinfo.com/133735

النظريات المفسرة للصدمة:

لقد أخذت دراسة الصدمة النفسية حيز كبير في الدراسات والبحوث العلمية في القرن الأخير وشملت غالبية الدول، فأظهرت العديد من الأدبيات والنظريات اهتمامها بهذا المجال، وسوف نستعرض أهم النظريات التي قدمت رؤيا ومعالجة لخبرة الصدمة.

أولاً: النظرية التحليلية:

لقد قدم التحليل النفسي تاريخاً تفسيرياً عن عصاب المعارك الحربية لدى الجنود، وكان لفرويد في أوائل القرن الماضي كتاباته في هذا الشأن: (مقدمة في سيكولوجيا أعصبية الحرب)، ودراسات حول: (العصاب الصدمي) لدى الأشخاص الباقين على قيد الحياة بعد خبراتهم في معسكرات التدريب النازي، ويفترض هذا النموذج أن شدة قد أعادت تنشيط صراع نفسي قديم غير محلول، فانبعاث أوتجدد الرضا الطفولي ينتج عنه نكوص واستخدام للإلبات الدفاعية مثل الكبت، الإنكار والإلغاء، وينبعث الصراع من جديد، حيث يحدث الموقف الصادم وتحاول الأنا أن تسيطر على الموقف لتخفيف القلق، وبذلك نرى أن النظرية التحليلية قد اهتمت بالصراعات الداخلية عند المصاب.

وقد أرجع فرويد سبب هذا الاضطراب إلى انبعاث المشكلات التي كان يعاني منها المصدوم في الطفولة واستخدامه لأنزيمات الدفاع للسيطرة على القلق، وأن أي مكاسب أومحفزات خارجية من بيئة الفرد كالتعاطف والمحفزات المألمة هي التي تعزز هذا الاضطراب أوتديمه، وبذلك يكون فرويد قد أغفل البيئة الخارجية للمصابين وركز على شخصيته قبل الإصابة بالصدمة. (أبونجيلة، 2001: 127)

ثانيا: النظرية السلوكية:

بناءً على هذه النظرية يكون الحدث الصدمي بمثابة منبه غير مشروط Unconditional "Stimulus" يظهر الخوف والقلق مقرونا بالاستجابة اللاشرطية أو الطبيعية "Unconditional Response" ويصبح المنبه غير الطبيعي: (خبرة ما اقترنت بالحدث الصدمي مثل الأصوات العالية أوسيارات الإطفاء وغيرها من المثيرات) منبها مشروطاً تظهر الاستجابات العاطفية المشروطة المتمثلة بالخوف والقلق"Conditional Emotional Response" التي يشعر المريض بسببها بعدم الراحة، وتؤدي به إلى أن يسلك سلوكاً تجنباً سلبياً. (الكبيسي، 1998: 28)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وكما ذكر هولمز وبريون (Emily A.Holmes ,Chris Brewin) نقلاً عن القرا، بأن موريز 1960 ,Mowrer قال أن الوضعية الصادمة تثير الخوف الذي يكتسب من خلال نتائج الاشراط الكلاسيكي حيث يظهر المثير، وهو الحدث الصادم فتكون الاستجابة عليه بالخوف كردة فعل، فتصبح الوضعية الصادمة مكتسبة خصوصية الخوف ومن خلال التكرار والتنوع الواسع للمنبه أوالمثير يتكسب الفرد يصبح الخوف لديه القدرة على الآثارة المستمرة المصاحبة للمثير، ومن ثم يتم تعميم المنبه على كل ما يشبه عناصره ويعطي اشراطاً عالي. (القرا، 2015: 22)

وترى الباحثة أن النظرية السلوكية تفسر الصدمة النفسية بأنها استجابة متعلمة عند الفرد، فان الأشخاص الذين يتعرضون لخبرة صادمة ويشعرون أنهم في حالة من الخطر يصبح لديهم استجابات شرطية لمنبهات موجودة خلال الخبرة الصادمة، فمثلا مجرد سماع صوت الطائرة يشعر بالخوف والقلق نتيجة لاسترجاعه للخبرات الصادمة.

ثالثا: النظرية المعرفية:

يقوم المنظور المعرفي على افتراض أن الاضطرابات النفسية ناجمة عن تفكير غير عقلاني فيما يتعلق بالذات وأحداث الحياة والعالم بشكل عام. (صالح وآخرون، 1998، 198) وعلى أساس هذا الافتراض، وضعت فوا (Foa et al) وزملاؤها نظرية معرفية في اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية، خلاصتها أن الأحداث الصدمية تهدد افتراضاتنا العادية أوالسوية (Normal) فيما يتعلق بمفهومنا للأمان ومن هو الأمن. (Emery,2001,p.241)

ويرى (Lawrence, 2006) بأن التعرض للصدمة قد ينتهك جوهر معتقدات الشخص مثل (اعتقاد الشخص بأن بنيته النفسية ليست عرضة للتأثر بالأحداث الصادمة وأن عالمه أمن وأن الأحداث منتظمة ومتنبئ بها ومسيطر عليها وأنه يوجد عدالة وأن الأمور تسير بمنطق ومعنى) وأن هذا الانتهاك يحدث تحدى خاص يؤثر على العملية المعرفية، ويحاول الشخص البحث عن فهم للخبرات الصادمة والتوافق معها عبر إعادة تشكيل الخبرة على المستوى المعرفي بطريقة تتناسب مع معتقداتهم قبل الصدمة قريبة منها أوتحدياً لها أو إعادة النظر فيها عبر إمكانية تبديل جوهر هذه المعتقدات. (Lawrence, 2006: 250)

رابعاً: نظرية معالجة المعلومات:

وتعتبر نظرية معالجة المعلومات من أهم النظريات التي حاولت معالجة الصدمة، حيث أوضح Long بأن المخاوف يتم تخزينها كشبكة في الذاكرة، وهي عبارة عن برنامج للهروب من الخطر، وهذه الشبكة تحتوي على معلومات عن مثيرات للمخاوف، معلومات عن الاستجابات: (النسب، التصرفات، التغيرات الفسيولوجية) في محتوى التنبيه وهي تعمل على تحليل المعلومات حول

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المثيرات وعن معطيات الاستجابة، وأوضح بأن اضطرابات القلق نتيجة لأهمية الخبرة الصادمة فإن الحقيقة بأن هذه المكونات تخترق الاستجابات التي تستخدم لحماية سلامة الإنسان العقلية، وعلى ضوء ذلك فإن المواقف التي تعتبر من قبل آمنة تصبح خطرة، ونتيجةً لطبيعة وشدة الخبرة الصادمة فإن مكونات المخاوف المصاحبة تكون أكبر، لذلك فان عدة تنبيهات يمكن أن تنشط مكونات المخاوف وأعراضها الجسدية، السلوكية، الإدراكية والمزاجية.

(سمور، 2006: 282)

وترى الباحثة: من خلال العرض السابق لنظريات الصدمة النفسية، نجد أن هناك وجهات نظر متعددة في موضوع الصدمة النفسية، فنجد أن نظرية التحليل النفسي ركزت على وجود خبرات سابقة لدى الفرد منذ مراحل النموالأولى للنمو، فالاستعداد مسبق فالخبرات التي كانت مقموعة ومكبوتة قد تعود للظهور مرة أخرى عند التعرض للضغط أوالخطر، في حين نجد أن النظرية المعرفية تأخذ في عين الاعتبار طبيعة الفرد وتعاليمه في فهم معنى الضغط الواقع عليه، أما النظرية السلوكية فترى أن الصدمة هي نتيجة شرطية، وتظهر الأعراض المرضية نتيجة التعميم السلبي، أما باقي النظريات فقد أرجعت الصدمة إلى علم مجرد من تدخل الإنسان كالنظرية البيولوجية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المبحث الثاني

استراتيجيات المواجهة

تمهيد:

يواجه الفرد في حياته الكثير من المواقف الضاغطة، والتي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها لا يمكنه تجنبها بل يتحتم عليه التكيف معها، وتتراوح هذه المواقف ما بين السلبية كخطر فعلي أوالإيجابية كتحقيق النجاح، لذا فإن الاستجابة للضغوط وانتهاج استراتيجيات مواجهة معينة هي التي تحدد تأثير الضغوط على الأفراد (ديفيز، 2005: 1) .

ومفهوم المواجهة من المفاهيم ذات الأصول القديمة، والذي اهتم به كل من الفلاسفة والفنانين منذ آلاف السنين، فقد اهتم " أفلاطون " من خلال أعماله بتقديم شرح للطرق أو للاستراتيجيات التي ينتهجها الأفراد للتعامل مع الأوقات والظروف العصيبة التي قد تمر في حياتهم، كذلك قدم " وليم شكسبير" Shakesper وصفاً لاستجابات الأفراد للمواقف الضاغطة كالفقدان، والصراع، والأزمات وغيرها من المواقف الضاغطة، وعلى الرغم من الاهتمام القديم بالمفهوم، فإن الاهتمام العلمي به يعد حديثاً نسبياً، ويتضح ذلك من خلال الاختصاصي النفسي (Teler, 1970) الذي اهتم بوصف كيفية مواجهة الأفراد للأحداث الضاغطة. (عبد الرازق، 2007: 20)

تعريف استراتيجيات المواجهة:

تعريف لازاروس وفلكمان (Lazarus & folkman,1984: 19)

هي مجموع الجهود المعرفية والسلوكية التي يستعملها الفرد لتحمل أوخفض المتطلبات الداخلية اوالخارجية، التي يقيمها بأنها مهددة أوتفوق مصادره الشخصية.

وقد عرفها (Skinner & Wellborn,1994. 54) بأنها قدرة الناس على تنظيم سلوكهم وانفعالاتهم وتوجيهها لمجابهة الضغوط التي يتعرضون لها. ويشتمل تنظيم السلوك على البحث عن المعلومات، وحل المشكلات بينما يشتمل تنظيم الانفعالات على التمسك بالنظرة التفاؤلية.

ويشير (Ryan, 1989: 110) إلى أن استراتيجيات مواجهة الضغوط سواءً أكانت تلك التي تؤدي إلى عملية التوافق أوالتي تؤدى إلى فشل عملية التوافق هي استراتيجيات مكتسبة ومتعلمة تمثل محتوى السلوك، لذلك فهي من الممكن أن تتغير وممكن أن تنطفئ، فاستراتيجيات مواجهة الضغوط ليست فطرية ثابتة، ولكنها استراتيجيات متعلمة مكتسبة.

ويعرفها (علي، 2003: 5): بأنها الأساليب التي يواجه بها الفرد أحداث الحياة الضاغطة، والتي تتوقف مقوماتها الإيجابية أوالسلبية نحو الإقدام أو الإحجام طبقاً لقدراته، وإطاره المرجعي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

للسلوك، ومهاراته في تحمل أحداث الحياة إلىومية الضاغطة، وطبقاً لاستجاباته التكيفية نحو مواجهة هذه الأحداث دون إحداث أية آثار سلبية جسمية أو نفسية عليه.

ويرى لوي كروك (Louis Crocq, 1997: p 7) أن الاستجابة للضغط ضرورية، لأنها تجعل الشخص في حالة إنذار، وتجعله يستعد لاستعمال السلوكيات التكيفية التي تسمح له للمواجهة والتعامل الأحسن مع الموقف الضاغط.

ويستخدم (Wills, & et al, 1996: 10-11) مفهوم استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لوصف " مجموعة من الاستراتيجيات المعلنة أوالمقنعة، والتي يستخدمها الشباب خلال تصديهم للتحديات، ويتضمن ذلك استراتيجيات حل المشكلة، مثل الحصول على معلومات، ووضع اعتبارات بديلة، واتخاذ قرارات من أجل القيام بأفعال محددة، والقيام بسلوك اتصال اجتماعي، مثل مناقشة المواقف الضاغطة، والتعاون مع أفراد آخرين، وكذلك القيام بعمليات معرفية غير ملحوظة مثل التركيز على الجوانب الإيجابية للمواقف الضاغطة ".

وقدم (موس، Moss، 1988) مفهوم استراتيجيات المواجهة Coping Strategies الذي يتضمن نوعية من السلوك التي يستخدمها الأفراد لمواجهة أحداث حياتهم الضاغطة، والتصدي لها، والتكيف معها، وهما المواجهة الإقدامية (الإيجابية) في مقابل المواجهة الإحجامية (السلبية). (نقلاً عن سرور، 2003: 13).

وتعرفها (النجار، 2008: 6) بأنها المجهودات والعمليات المعرفية والانفعالية والسلوكية التي يقوم بها الفرد للتصدي للمواقف والضغوط والمشكلات والتغيرات التي تطرأ على حياته، والعمل على حلها أو التخفيف من تأثيراتها السلبية عليه، بصرف النظر عن مدى تأثيرها أو فعاليتها، حيث يمكن أن تنقسم إلى استراتيجيات مواجهة إيجابية فعالة، إقدامية وتكيفية، أو استراتيجيات سلبية غير فعالة، إحجامية وغير تكيفية.

ويعرفها توتس (Thoits, 1995) بأنها مجموعة من المعلومات والسلوكيات الوجدانية والمعرفية والاجتماعية المكتسبة والتي يستخدمها الأفراد عند التعرض للضغوط، وهذه المهارات يمكن أن تكون فعالة أو غير فعالة، وهي تتضمن قدرة الفرد على إدراك الحدث وتقييمه، وإعادة تقييم الفرد ما لديه من إمكانيات وقدرات للتوافق مع الحدث. (حسين، 2006: 83)

وقد تبنت الباحثة لأغراض هذه الدراسة التعريف الذي قدمه (أبونجيلة، 2007: 135) وهو: استراتيجيات المواجهة تشير إلى تلك الجهود التي يبذلها الفرد للتغلب، والسيطرة على الأحداث، والمواقف الضاغطة، أو تحملها، أو خفضها، أو تقليلها سواءً أكانت هذه الجهود نفسية، أم سلوكية، أو

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

انفعالية، وسواءً أكانت إيجابية أم سلبية، وسواءً أكانت إقداميه، أم إحجاميه، وسواءً أكانت فعالة، أم غير فعالة، وبصرف النظر عما إذا كانت نتائجها جيدة أم غير جيدة.

فمن خلال العرض السابق لمفهوم استراتيجيات المواجهة نلاحظ أنه تعددت التعريفات لهذا المفهوم، ولكنها تتفق جميعا حول معنى مشترك هو فاعلية الفرد في التعامل مع الأحداث الضاغطة التي يعيشها، وبرغم من تنوعها فقد تكون ذات طابع سلوكي أو معرفي أو انفعالي أو اجتماعي إلا أنها تسعى لهدف واحد، وكذلك اتفقت على نفس الوظيفة التي تقوم بها استراتيجيات المواجهة ألا، وهي تطويع الموقف الضاغط والتغلب عليه لتحقيق التكيف والتوافق السليم.

تصنيفات استراتيجيات المواجهة:

فمن خلال مراجعة التراث الأدبي والدراسات السابقة التي تناولت استراتيجيات مواجهة الضغوط، فنلاحظ أن هناك عدة تصنيفات لاستراتيجيات مواجهة الضغوط، وسنستعرض فيما يلي لبعض استراتيجيات المواجهة على النحوالتالي:

1- تصنيف موس وبيلينغ (Billings et Moss, 1981) لقد حدد ثلاث أنواع من استرتيجيات المواجهة:

- **الاستراتيجيات السلوكية الفعالة:** وتشمل مختلف المحاولات والمجهودات السلوكية الظاهرة للتعامل مباشرة مع المشكلة.
- **الاستراتيجيات المعرفية الفعالة:** تتمثل في المجهودات المعرفية لتقدير الحدث بأنه ضاغط.
- **الاستراتيجيات التجنبية:** وتضم المجهودات والمحاولات المبذولة لتجنب وتفادي مواجهة المشكلة أومحاولة مواجهة المشكلة بصفة غير مباشرة. (حمودة، 2006: 179)

2- تصنيف (موس Moos 1993) استراتيجيات مواجهة الضغوط إلى:

- **أسإلب المواجهة الإقدامية Approach Coping Responses:**

ومن هذه الاستراتيجيات الإقدامية التي يستخدمها الأفراد في تعاملهم مع الضغوط ما يلي:

أ- التحليل المنطقي Logical Analysis، وهي المحاولات المعرفية للفهم والتهيؤ الذهني للموقف الضاغط ومترتباته.

ب- إعادة التقييم الإيجابي Positive Reappraisal> وهي المحاولات المعرفية لإعادة بناء الموقف بطريقة إيجابية مع استمرار تقبل الواقع في الموقف الضاغط.

ت- البحث عن المساعدة والمعلومات Seeking Support and Information وهي محاولات سلوكية للبحث عن المعلومات الخاصة بالموقف الضاغط أو طلب المساعدة من الآخرين في الخروج من الموقف دون ترك أي آثار نفسية سلبية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ث- استخدام أسلوب حل المشكلة Taking Problem Solving Action وهي محاولات سلوكية للقيام بعمل ما للتعامل مباشرة مع الموقف كله.

- **أسإلب المواجهة الإحجامية Avoidance Coping Responses:**

ومن الاستراتيجيات الإحجامية التي حددها موس ما يلي:

أ- الإحجام المعرفي Cognitive Avoidance وهي المحاولات المعرفية لتجنب التفكير الواقعي في المشكلة.

ب-التقبل أو الاستسلام Acceptance or Resignation وهي محاولات معرفية للتعامل مع المشكلة بتقبلها والاستسلام لها.

ت-البحث عن الإثابات البديلة Seeking Alternative Rewards وهي محاولات سلوكية للاشتراك والاندماج في أنشطة بديلة وخلق مصادر بديلة للإشباع بعيداً عن مواجهة المشكلة.

ث-التنفيس الانفعالي Emotional Discharge وهي محاولات سلوكية لخفض التوتر، وذلك بالتعبير عن المشاعر السلبية غير السارة (عبد التواب، 1997: 75- 76).

3-وقدم كوهين (Cohen,1988) مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الضغوط شملت الآتي:

1. التفكير العقلاني Thinking Rational: استراتيجية يلجأ إليها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثاً عن مصادر القلق، وأسبابه المرتبطة بالضغوط.
2. التخيل Imagining: استراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى التفكير في المستقبل، كما أن لديهم قدرة كبيرة على تخيل ما قد يحدث.
3. الإنكار Denial: استراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى إنكار الضغوط ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق وكأنها لم تحدث على الإطلاق.
4. حل المشكلة Problem Solving: نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط، وهو ما يعرف باسم القدح الذهبي.
5. الفكاهة (الدعابة) Humor: استراتيجية تتضمن التعامل مع الضغوط والأمور الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة، بالتالي قهرها والتغلب عليها كما أنها تؤكد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة.
6. الرجوع إلى الدين Turning to Religion: وتشير هذه العملية إلى رجوع الأفراد إلى الدين، والإخلاص الديني عن طريق الإكثار من العبادات كمصدر للدعم الروحي والانفعالي، وذلك لمواجهة المواقف الضاغطة والتغلب عليها. (Cohen, 1988: p285)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وبالرغم من تعدد تصنيفات المواجهة: إلا أن التصنيف الأكثر شيوعاً وانتشاراً لاستراتيجيات المواجهة هي تصنيفات لازاروس وفلوكمان، وهو التصنيف القائم على الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، والاستراتيجيات القائمة على الانفعال، وهذا التصنيف الذي اعتمدته الباحثة في هذه الدراسة، وسنتناوله بالتفصيل:

4- تصنيف فولكمان ولازاروس (1980 – 1984) ويقدم نوعين من المواجهة هما:

1- المواجهة المتمركزة حول المشكلة le coping centre sur le problem:

وتشير استراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات إلى الجهود التي يبذلها الشخص لتحسين علاقته المضطربة ببيئته من خلال تغييره للأشياء من حوله، كأن يقوم مثلاً بالبحث عن معلومات تهديه إلى الأمور التي يتوجب عليه فعلها لتغيير هذه العلاقة المضطربة، وأن يتروى في أفعاله ولا يتهور، أو أن يقوم بمواجهة الشخص أو الأشخاص المسئولين عن الصعوبات التي عانى منها (أبونجيلة، 2015: 158).

وتهدف هذه الاستراتيجية إلى خفض متطلبات الوضعية الضاغطة أوزيادة مصادر الفرد الشخصية، وقدراته الخاصة حتى يتمكن من مواجهة الموقف الضاغط.

(Marilou , 2001: 71)

وقد حدد لازاروس وفولكمان شكلين للمواجهة المتمركزة حول المشكلة وهما:

- جمع المعلومات المتعلقة بالحدث الضاغط.
- اتخاذ إجراءات لحل المشكلة للتصدي للموقف الضاغط.

حيث إن الفرد في مواجهة الوضعية الضاغطة يقوم بجمع المعلومات واتخاذ الإجراءات المناسبة من خلال وضع خطة للاستجابة وفق متطلبات المشكل للتخفيف من شدة الموقف الضاغط أوالتحرر منه وإيقافه. (Pierluigi & Swendsen,2004: 85)

2- المواجهة المتمركزة حول الانفعال le coping centré sur l'émotion

وتشير إلى الجهود التي يبذلها الفرد لتنظيم الانفعالات الناتجة عن الموقف الضاغط.

(تايلور، 2008: 433)

ويرى (لازاروس) أن استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على الانفعال تتعلق بالاستجابات الانفعالية، وهي تهدف إلى تنظيم الانفعالات السلبية التي تنشأ الحدث الضاغط الذي يواجه الفرد. (حسين وآخرون، 2006: 92)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

كما يرى كل من (بولهان وكينتار) Paulhan & Quintard أن المواجهة المركزة على الانفعال تصير فعالة عندما يتعرض الشخص إلى المواقف الضاغطة الشديدة بحيث يصعب عليه إيجاد حل في ذلك الوقت، وبالتالي تصبح الاستراتيجية الموجهة نحوالانفعال هي الفعالة للتخفيف من شدة التوتر الانفعالي. (بروزان، 2014: 101)

ومن بين الأساليب المتبعة في هذه الاستراتيجية:

- الإنكار: تشبه استراتيجية الهروب حيث تعمل على تأجيل المشكلة حيث يسعى الفرد لتغيير المعنى الحقيقي للوضعية الضاغطة بتجاهل خطورة الموقف أورفض الإعتراف بما حدث فعلاً.
- التجنب: هو تحويل الانتباه عن الوضعية الضاغطة من خلال استعمال بدائل تتمثل في نشاطات سلوكية: (رياضة)، أو نشاطات معرفية: (التلفاز، القراءة)، وهذه الوسائل ذات فعالية نسبية، وهي تختلف عن الهروب، حيث تتحول إلى سلوكيات خطيرة مثل: اللجوء إلى الكحول أو التبغ والمخدرات. (Boudarene,2005: p 36)

ويشير ماكري Mc Crae (نقلا عن جودة، 2004: 675) إلى أن الأسلوبين: التركيز على المشكلة والتركيز على الانفعال غير متعارضين، وأن الناس عادة ما تلجأ إلى خليط منهما عند مواجهة كثير من مواقف المشقة، ولكن هناك بعض المتغيرات التي تشير إلى غلبة استخدام أحدهما على الآخر، فأسلوب المواجهة المتركز على المشكلة يكون أكثر استخدامًا في المواقف التي يعتقد فيها الناس أن شيئًا مفيدًا يمكن حدوثه بخصوص المشكلة، بينما يزيد احتمال استخدام الفرد لأسلوب المواجهة بالتمركز حول الانفعال، عندما يكون الاعتقاد بأن موقف المشقة هو شيء مستمر، ولا يمكن تغييره، وأنه يجب على الفرد أن يتحمله.

ويشير (لازاروس وفلوكمان) إلى أن استراتيجيات المواجهة الناجحة تعتمد بشكل كبير على مطابقة تناغم استراتيجية المواجهة مع خصائص الموقف الضاغط، وأن استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على المشكلة غالبا ما تكون ملموسة وقابلة للملاحظة في حين أن استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على الانفعال تتضمن استخدام العمليات المعرفية، وهي عمليات لا يمكن ملاحظتها، كما أوضحت بعض الدراسات أن استخدام استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على المشكلة ترتبط بظهور مستوى منخفض من المشقة النفسية لدى الأطفال والمراهقين والراشدين، بينما استخدام استراتيجيات المواجهة التي ترتكز على الانفعال ترتبط بانخفاض التوافق النفسي لدى الأفراد عبر المواقف الضاغطة (حسين وآخرون، 2006: 94).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وظائف استراتيجيات المواجهة:

وظائف استراتيجيات المواجهة حسب لازاروس وفولكمان Lazarus & Folkman :

كما تمثل المواجهة عند لازاروس وفولكمان سلوك موجه لتحقيق وظيفتين أساسيتن هما:

- تعمل على معالجة المشكل، فيتم توجيه الموارد الفردية نحو حل المشكل المولد للضغط.
- تعمل على تعديل الانفعالات الناتجة عن الكابة أو المحنة فيكون تقليص التوتر الناتج عن التهديد وخفض الضيق الانفعالي.

وعليه فالمواجهة تمثل عامل استقرار بإمكانها مساعدة الأفراد للحفاظ على توافقهم النفسي والاجتماعي خلال فترات الضغط. (عبد الحفيظ، 2013: 99)

ويشير بائيز وآخرون 1995 Paez et al إلى أربعة وظائف رئيسية لاستخدام استراتيجيات المواجهة:

- الوظيفة الأولى فهي إيجاد الحلول المناسبة للمشكلة أو الموقف الضاغط أو تغيير الموقف.
- الوظيفة الثانية تشير إلى أحداث الاتزان الانفعالي من خلال اخفاض حدة الجيشان العاطفي لدى الفرد وتنظيم العلاقات العاطفية مع الآخرين في محاولة التحكم بمصدر الضغط.
- الوظيفة الثالثة تشير إلى تمكين الفرد للتفاعل الاجتماعي وبناء علاقات اجتماعية متوازنة.
- الوظيفة الرابعة تشير إلى حماية الفرد لذاته، وتقديرها كذلك إلى النجاة عندما يواجه الفرد خطر كبير يهدد حياته. (أبونجيلة، 2015: 166)

وترى الباحثة: برغم من تعدد الوظائف لاستراتيجيات المواجهة إلا أنها جمعيها تسعى لهدف واحد، وهو خفض التوتر للوصول إلى حالة من التكيف مع الظروف الضاغطة للحفاظ على حالة من الاتزان والتوافق.

العوامل المحددة لاستراتيجيات المواجهة:

تعتبر ردود أفعال الأفراد نحو المواقف الضاغطة متباينة، واستجابة الأفراد لمواقف ما مختلفة من فرد إلى اخر، ويعود هذا الاختلاف والتباين إلى شخصية الفرد والخبرات التي يتعرض لها، وقدرته على مواجهة صراعات الحياة، فإدراكه للمواقف الخارجية وفكرته عن ذاته تعتبر النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته، هذه العوامل تحدد كيفية تصرفنا أمام المواقف ومواجهة الضغوط النفسية.
(علي، 1997: 203)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وسنورد بالتفصيل العوامل المحددة لاستراتيجيات المواجهة هي:

أولا: العوامل الشخصية والديموغرافية: Personal and demographic factors

ويرى واطسون وكلارك Watson & Clark (1984) ، (نقلاً عن أبو حطب 2003) : أن العوامل الشخصية والديموغرافية، من العوامل الهامة في إدراك ومواجهة الضغوط النفسية، حيث ان بعض هذه العوامل – وبالذات الإيجابية منها – تساعد الفرد على مواجهة الضغوط النفسية وخفض تأثيرها السلبي، في حين أن العوامل السلبية في الشخصية، تجعل أصحابها أكثر عرضةً للأمراض الناجمة عن الضغوط. (أبوحطب، 2003: 48)

وفيما يلي أهم العوامل الشخصية والديموغرافية الفاعلة في إدراك ومواجهة الضغوط:

1- خصائص الشخصية: Personal Characteristics

يبين كارفر وشير Carver & Scheire أن الفرد الذي يتسم بالاستعداد أو النزعة التفاؤلية، غالباً ما يمتلك استراتيجيات للتعامل مع الضغوط النفسية، مقارنةً بصاحب النظرة التشاؤمية، ويتفق الباحثون على أن مفهوم الذات الإيجابية تشكل النواة للشخصية القوية، وبناءً على ذلك فقد وجد أن الفرد ذو الدرجة العالية من مفهوم الذات، أكثر قدرةً على التعامل الإيجابي مع الضغوط. (عسكر، 2003: 159)

2- **العمر:** يشير الباحثون إلى أن أساليب المواجهة التي يستخدمها الفرد في مواجهة المواقف الضاغطة تتغير باختلاف المرحلة العمرية، فالأساليب التي يستخدمها الأطفال تختلف عن الأساليب التي يستخدمها المراهقون والراشدون. (عثمان، 2001: 106)

وفي دراسة لبلانكارد فيلدس وآخرون Blanchard– Fields, et al (1991) وجد أنه كلما تقدم الفرد بالسن وانتقل من مرحلة المراهقة إلى الشباب كلما قل لجوئه إلى استراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال، وازداد اعتماده على استراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات.
(أبونجيلة، 2015: 176)

3- **الجنس:** فقد بينت بعض الدراسات أن الذكور يميلون إلى استخدام استراتيجيات المواجهة التي تنصب على المهمة، واستراتيجيات المواجهة الإقدامية في مواجهة الأحداث والمواقف الضاغطة، وفي المقابل تميل الإناث إلى استخدام استراتيجيات المواجهة التي تنصب على الانفعال (القرطبي، 1994: 92) .

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانيا: العوامل المرتبطة بالأحداث الضاغطة: Factors associated with stress :

1- **طبيعة الظروف والأحداث الضاغطة:** ويرى العديد من الباحثين أن فعالية استراتيجيات مواجهة الضغوط تعتمد أساساً على طبيعة الموقف الضاغط، لذلك لا توجد استراتيجية فعالة محددة تستخدم في مواجهة جميع المواقف الضاغطة، فالاستراتيجية الفعالة في موقف ما، قد لا تكون فعالة في موقف آخر، أو في توقيت مختلف لنفس الموقف الضاغط، وفي هذا الصدد يذكر Compas, 1987: 399 أن استراتيجيات مواجهة الضغوط القائمة على المشكلة تعطي نتائج أفضل في المواقف التي يدرك الفرد قدرته على التحكم فيها، بينما تكون استراتيجيات مواجهة الضغوط القائمة على الانفعال أكثر فعالية في المواقف التي يدرك الفرد عدم قدرته على التحكم فيها. (أبوالعلا، 2012: 118)

2- **نوع الموقف الضاغط:** فقد اتفقت دراسات كل من فولكمان ولازاروس Lazarus and Folkman 1984، ومك كري McCrae 1984، وروثباوم وآخرون Rothbaum, et al 1982 على أن الفرد يلجأ إلى استخدام استراتيجية حل المشكلات في المواقف الضاغطة التي يعتقد أن بإمكانه التحكم فيها والسيطرة عليها في حين يلجأ إلى استخدام الاستراتيجيات القائمة على الانفعال عندما يعتقد أن المواقف الذي يتعرض لها تقع خارج سيطرته. (أبونجيلة، 2015: 179)

3- **مدة الحدث الضاغط واستمراريته:** وتوضح نتائج دراسة هارنيش وآخرون Harnish, et al 2000 أن الفرد عادة ما يلجأ إلى استخدام استراتيجيات المواجهة الإحجامية والقائمة على الانفعال مع المواقف الضاغطة الطويلة الأمد في حين يلجأ إلى استخدام استراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات مع المواقف الضاغطة القصيرة الأمد (أبونجيلة، 2015: 179).

ثالثا: العوامل البيئية الاجتماعية الفيزيقية: Social physical environmental factors:

1- المساندة الاجتماعية:

وتعتبر العلاقات الاجتماعية سنداً وجدانياً هاماً ومقوماً أساسياً من مقومات الصحة النفسية. (العمرية، 2005: 10)

وتتوقف المساندة الاجتماعية على مدى اعتقاد الفرد في كفاءة الآخرين ومدى عمق العلاقة بين الفرد والمحيطين به، والمهمين في حياته، كما أن المستوى المرتفع من المساندة سواءً أكان من الأسرة والأصدقاء يرتبط باستراتيجيات مواجهة فعالة، وكلما كان مستوى المساندة الاجتماعية منخفضاً كلما كانت استراتيجيات المواجهة غير فعالة (طه، 2006: 135)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

وترى الباحثة: أن المساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً هاماً من مصادر الدعم والإسناد الفعال الذي يحتاجه الإنسان وبخاصةٍ وقت الظروف الضاغطة، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الشخص ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد للحدث الضاغط وكيفية التعامل معه، وبالتالي التخفيف من حدة الضغوط وصولاً إلى حالة من التوافق والتكيف السليم.

2- المكانة الاجتماعية – الاقتصادية:

تلعب المكانة الاجتماعية – الاقتصادية للفرد دوراً هاماً في تحديد الاستراتيجيات التي يلجأ إليها الفرد للتعامل مع الضغوط عند تعرضه للمواقف الضاغطة، ويرى كل من هولاهان وموس 1987 Holahan & Moos أن الأفراد من ذوي المكانة الاجتماعية – الاقتصادية العليا أكثر استخداماً للاستراتيجيات الإقدامية، وأكثر ابتعادا عن الاستراتيجيات الإحجامية، في التعامل مع المواقف الضاغطة. ويشير كل من بيلنجز وموس 1981 Billnngs & Moos أن الأفراد من ذوي المكانة الاجتماعية –الاقتصادية الدنيا أكثر استخداما للاستراتيجيات الإحجامية.

(Holahan & Moos, 1987: 953)

وترى الباحثة: من خلال العرض السابق لتصنيفات استراتيجيات المواجهة المستعملة، وذلك حسب الخصائص الشخصية للفرد من حيث قدرته على التحكم بالوضعية الضاغطة، والتي هي الأخرى تختلف من حيث الشدة والمدة، كما تكون استراتيجيات مواجهة فعالة من خلال التقدير والتقييم المعرفي الدقيق للموقف الضاغط واختيار الاستراتيجية الملائمة له، وترتبط فعالية استراتيجيات المواجهة بمدى قدرتها على تحقيق الرضا والتحكم في مختلف المواقف أما إن فشلت في ذلك فهي غالبا ما تسبب المزيد من التوتر، وهو ما يؤثر بطبيعة الحال على صحة الفرد النفسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المبحث الثالث

التوافق النفسي

تمهيد:

يحاول الفرد دائماً أثناء نشاطاته، أن يحصل على حالة إشباع لدوافعه ورغباته، ولكنه كثيراً ما يُصدم بعقبات أوصعوبات وموانع، وفي ظل ما يتمتع به الشعب الفلسطيني من خصوصية في موضوع الصدمات الناجمة عن الحروب، وهو بذلك معرض لإحباطات عديدة تفقده حالة التوازن النفسي، لذا ينبغي على الفرد أن يتعلم كيف يتغلب على تلك الصعوبات، وكيف يغير من سلوكه حتى يحقق أهدافه، ويخفف من حدة التوتر النفسي أوالإحباط الناجم عن تلك الصدمات.

لذا تكمن أهمية الدراسة في دراسة التوافق النفسي لصعوبة فهم الجهود والاستراتيجيات المبذولة في ظل الضغوطات والصدمات التي يعيشها الشعب الفلسطيني في قطاع غزة.

مفهوم التوافق النفسي:

لقد تعددت تعريفات الباحثين لمفهوم التوافق، وهذا يدل على ثراء المصطلح واتساع معانيه، ورغم تعدد تلك التعريفات لكنها جميعا تلتقي عند المعنى الأساسي للتوافق، وهو انسجام الفرد مع ذاته ورضاه عنها، وتكيفه مع الاخرين ومع مطالب البيئة المادية والاجتماعية، فالفرد يتعرض في حياته للعديد من المواقف، والتي عليه أن يواجهها بطريقة سوية.

أولا: مفهوم التوافق لغة:

جاء في المعجم الوسيط أن التوافق في الفلسفة هوأن يسلك المرء مسلك الجماعة، ويتجنب الشذوذ في الخلق والسلوك. (معجم اللغة العربية، 1984: 1047).

ثانيا: مفهوم التوافق النفسي اصطلاحا:

وتشير (شقير 2003: 4) إلى أن التوافق النفسي بأنه عملية كلية دينامية وظيفية تهدف إلى تحقيق التوازن والتلاؤم بين جوانب السلوك الداخلية والخارجية للفرد بما يساعد الفرد على حل الصراعات بين القوى المختلفة داخله وكذلك بين القوى الذاتية للفرد والقوى البيئية الخارجية مما يحقق خفض التوتر بل يتخطى ذلك الجوانب الإيجابية لتحقيق الذات والرضا عنها، وتحقيق الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي للفرد مع الإيجابية والمرونة في التعامل مع المجتمع من حوله.

ويرى (Lazarus , 1976 , 15): أن التوافق عملية مركبة من عنصرين أساسيين يمثلان طرفين متصلين أحدهما الفرد بدوافعه وحاجاته وتطلعاته، والآخر البيئة الطبيعية والاجتماعية المحيطة بهذا الفرد، وبما لها من ضوابط ومواصفات وما تشمل عليه من عوائق وروادع.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ويرى (Monroe, 2004: 11): أن التوافق النفسي هو عملية ديناميكية مستمرة، يهدف الفرد منها إلى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه، وبين نفسه من جهة وبينه وبين البيئة من جهة أخرى.

ويشير (موسى، 2007: 19): التوافق هو عملية مستمرة يهدف بها الفرد إلى إقامة علاقة مرضية مع البيئة ومنسجمة مع الذات ومع الآخرين من خلال إشباع حاجاته ودوافعه بشكل مقبول اجتماعياً وشخصياً، وشعوره بالسعادة مع النفس والرضا عنها.

ويرى (زهران، 2003: 147): التوافق عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة بالتغيير والتعديل، حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة، وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق مطالب البيئة.

وترى (سري، 2000: 52): التوافق هو عملية ديناميكية مستمرة يحاول فيها الفرد تعديل في سلوكه وفي بيئته: (الطبيعية والاجتماعية) وتقبل ما لا يمكن تعديله فيها، حتى تحدث حالة من التوازن والتوافق بينه وبين البيئة التي تتضمن إشباع معظم حاجاته الداخلية أو مقابلة أغلب متطلبات بيئته الخارجية.

تشير (عبد الباقي، 2014: 40): بأن التوافق عملية دينامية مستمرة تتناول محاولات الفرد لتحقيق التوازن بينه وبين البيئة الطبيعية والاجتماعية من ناحية، وبين متطلباته الجسمية والفسيولوجية والانفعالية من ناحية أخرى، ولهذا نطلق على محاولات التوافق أنها " عملية دينامية مستمرة ".

ويرى (الشميري، 2004: 19) : التوافق حالة افتراضية من السواء يكون فيها الفرد منسجماً مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، قادراً على أداء الوظائف السوية، وتتدرج الحالة النفسية على محور يتراوح ما بين السواء الافتراضي الذي تتوافر فيه طاقة صحية إيجابية تمكن الفرد من التعامل مع المواقف المختلفة، والاضطراب الحاد، حيث تظهر الأعراض أو يشعر بها الفرد، وتوجد بينها درجات متفاوتة من الصحة النفسية.

ويرى (المطيري، 2005: 117) أن التوافق هو مجموعة من الأنشطة التي يقوم بها الفرد لإشباع حاجة Satisfy a Need أو التغلب على صعوبة أو اجتياز معوق أو العودة إلى حالة التوافق والتلاؤم والانسجام مع البيئة المحيطة. وهذه الأنشطة يمكن أن تصبح ردود الفعل فعل أو استجابات عادية مألوفة في سلوك الفرد في المواقف المشابهة، والتكيف الناجح يؤدي إلى التوافق، والتكيف غير الناجح يطلق عليه: (سوء التوافق).

وتخلص الباحثة: من التعريفات السابقة أن أغلب التعريفات اتفقت على أن التوافق عملية مستمرة تمتد عبر مراحل الحياة، وكذلك جميعها يؤكد على أنه التلاؤم والتناغم بين الفرد والبيئة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المحيطة به، وذلك بهدف خفض التوتر، وإعادة التوازن، والاحتفاظ بعلاقة منسجمة مع البيئة ليشعر بحالة من الرضا والسعادة.

مجالات التوافق:

- **التوافق الشخصي:** فالتوافق الشخصي هو التوافق الذي يعبر عن شعور الفرد بالأمان الشخصي، ويشمل الاعتماد على النفس والإحساس بقيمة الذات وحرية الشخصية، والشعور بالانتماء والتحرر من الميول الإنسحابية والخلو من الأمراض العصبية، وذلك لتحقيق الرضا لنفسه وإزالة القلق والتوتر والشعور بالسعادة. (زهران، 2002: 42)
- **التوافق الجسمي (الصحي):** وهو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية، مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته، وتمتعه بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت، وقدرته على الحركة والاتزان، والسلامة والتركيز، مع الاستمرارية بالنشاط، والعمل دون إجهاد أوضعف لهمته ونشاطه (شقير، 2003: 4).
- **التوافق الأسري:** هوتمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تقدره وتحبه، مع شعوره بدوره الحيوي داخل الأسرة والتعاون بينه وبين أفراد الأسرة، ومدى قدرة الأسرة على توفير الإمكانات الضرورية. (الحجار، 2003: 17)
- **التوافق الدراسي:** التوافق الدراسي هو قدرة الطالب على تحقيق التلاؤم الدراسي ومن ثم تمكنه من عقد علاقات مميزة بينه وبين أساتذته وأصدقائه، ومشاركته في مختلف الأنشطة الثقافية والاجتماعية داخل المجتمع الدراسي، وبالتالي ينظم وقته ويوفق بين أوقات الدراسة والترفيه، فيحقق هدفه من الدراسة. (عوض، 1990: 39)
- **التوافق الاجتماعي:** هو التواصل في إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين تتسم بالانسجام والتعاون والمحبة. (الجعبري، 2003: 14)

ويتحقق التوافق الاجتماعي عندما يتمكن الفرد من إقامة علاقات مع الآخرين، وينجح في تكوين الصداقات في عمليات التفاعل الاجتماعي المتعددة، ويظهر هذا النوع من التوافق أيضاً عندما ينجح الفرد في تمثيل القيم والمثل والعادات السائدة ويلتزم بالقوانين والأنظمة المعمول بها في مجتمعه وعندما ينجح في مجالات الدراسة والزواج والعمل. (الزغلول، 2004: 217)

وترى الباحثة: من خلال العرض لمجالات التوافق أن أنواع التوافق منسجمة مع بعضها البعض ومتداخلة بشكل كبير، فمثلاً الفرد الذي لا يستطيع التوافق مع ذاته لا يستطيع أن يحقق التوافق مع بيئته ومجتمعه وهذا بدوره يؤدي إلى سوء التوافق.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

العلاقة بين الصحة النفسية والتوافق النفسي:

هناك ارتباط وثيق بين الصحة النفسية وحالة التوافق، وهما يسيران في خطين متوازيين، فنقول أن الشخص الذي يحقق حاجاته أنه متوافق مع نفسه ومع بيئته، أي يتمتع بصحة نفسية حسنة، وحتى نفهم كيفية الوصول إلى الصحة النفسية لابد لنا من أن نفهم حالة التوافق، وطبيعة الحاجات وكيفية إشباعها بطرق مباشرة، فتحقيق الحاجات: (بطرق مباشرة أوغير مباشرة) يؤدي إلى التوافق، وبالتالي إلى درجة الصحة النفسية للفرد. (الخالدي وآخرون، 2009، 13)

وهناك عدة مؤشرات للتوافق والصحة النفسية هي تقبل الفرد للحقائق المتعلقة بقدراته وإمكانياته واستمتاعه بعلاقاته الاجتماعية ونجاحه في عمله ورضاه عنه وكفاءته في مواجهة مشكلات الحياة إلىومية، وتنوع نشاطه وشموله وإشباع دوافعه وحاجاته وثبات اتجاهاته ومواقفه وتحمله مسؤولية أفعاله وقرارته. (موسى، 1976، 24)

ويمكن الأشارة إلى أن التوافق النفسي شرط أساسي للصحة النفسية، ولا يتأتى ذلك التوافق إلا إذا سلك الإنسان السبل المشروعة التي تجعله راضياً عن نفسه بعيداً عن تأنيب الضمير، وكذلك تجعل مجتمعه راضيا عنه سعيدا به. (الهابط، 1987، 34)

النظريات المفسرة للتوافق:

فهناك الكثير من النظريات التي قامت بتفسير التوافق النفسي، ولكن يصعب عرضها جميعا لكثرتها، وسوف تقوم الباحثة بعرض لأهم النظريات المفسرة للتوافق النفسي، والتي تتمثل في الاتي:

أولا: نظرية التحليل النفسي:

ترى مدرسة التحليل النفسي أن التوافق هو قدرة الفرد على أن يقوم بعملياته العقلية والنفسية والاجتماعية على خير وجه، ويشعر أثناء القيام بها بسعادة ورضا فلا يكون خاضعاً إلى رغبات الهو ولا يكون عبدا لقسوة الأنا الأعلى، ولا يتم ذلك إلا إذا توزعت الطاقة النفسية توزيعاً يحوز الأنا الأعلى على أغلبية بعضها ليصير قويا، يستطيع أن يوازن بين متطلبات الهو، وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع. (الخالدي، 2009: 86)

ويعد فرويد من أكثر علماء النفس الذين اهتموا بتفسير التوافق النفسي، وحالات الاضطرابات وأسبابها، فقد أشار إلى أن التوافق النفسي يتحقق عندما يحدث توازن بين منظومات الشخصية الثلاث (الهو Id) و(الأنا Ego) و(الأنا الأعلى Super Ego) بحيث يتم التفاهم بين (الهو) و(الأنا) بصورة منطقية لا يترتب عليها لجوء (الأنا) إلى كبت الدوافع أو انتهاج وسائل دفاعية مرضية لحل الصراع بين مطالب (الهو) ومطالب الواقع، ويتألف التوافق النفسي من وجهة نظر (فرويد) من القدرة على الحب والعمل المثمر وإشباع الحاجات دون الشعور بالإثم أو اللوم الاجتماعي، ويرى (فرويد) أن عودة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الخبرات المكبوتة يلعب دوراً رئيساً في تكوين الاضطرابات النفسية، وأن عملية التوافق الشخصي غالباً ما تكون لاشعورية إذ إن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية للكثير من سلوكياته كما أن الخلو من سوء التوافق النفسي في نظر (فرويد) يتمحور حول مدى استبصار الشخص بالدوافع اللاشعورية المكبوتة. (منصور، 2000: 20)

ثانيا: النظرية السلوكية:

ويرى أصحاب هذا التوجه من أمثال بافلوف Pavlov وثورندايك Thirndike وسكنر skinner بأن مظاهر التوافق النفسي والاجتماعي تتمثل في قدرة الفرد على اكتساب عادات مناسبة وفاعلة تساعده في التعامل مع الآخرين ، وعلى مواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرارات حاسمة، فالذي تعلم أساليب سلوكية سوية تكونت لديه عادات سلوكية سوية، وبالتالي أصبحت شخصيته وسلوكه سوياً ومتوافقاً، والعكس يصدق أيضاً. (كفافي، 1990: 24)

فالنظرية السلوكية ترى أن السلوك السوي والتوافق السليم هو حصيلة ما تعلمه الفرد من المواقف التي يتعرض لها، وأن السلوك الذي يخفض التوتر الناتج عن الحاح الدافع يتدعم، وبالتالي يتعلمه الفرد ويميل إلى تكراره في المواقف التالية، وعلى حسب مرات التدعيم وقدر الإثابة التي وفرها يكون ثبات السلوك وقوته، وعلى هذا فالشخصية السوية عند السلوكيين هي التي اكتسبت السلوكيات المقبولة اجتماعياً والتي تمكنها من التوافق مع نفسها ومع المجتمع توافقا يشبع حاجاتها ويرضي المجتمع، أما الشخصية غير السوية فهي التي فشلت في اكتساب هذه السلوكيات أواكتسبت سلوكيات غير مقبولة اجتماعيا. (عطية،2002: 59).

وترى الباحثة أن أنصار النظرية السلوكية يرون أن التوافق عملية مكتسبة من خلال عمليات التعلم المختلفة التي يمر بها الفرد، وبالتالي يتم تعميم الخبرات على المواقف المشابهة.

ثالثاً: النظرية الإنسانية:

وظهر هذا الاتجاه كرد فعل للنظريتين الأساسيتين في علم النفس " التحليل النفسي، والسلوكية " حيث يقوم هذا الاتجاه على رفض المسلمات التي تقوم عليها هاتين النظريتين. (الجماعي، 2007: 102)

أكد أصحاب هذه النظرية على دراسة الخبرة الحاضرة للفرد كما يدركها أو يمر بها وليس كما يدركها الآخرون، واذا كان المرض يحصل وفق ما يدركه الفرد، فإن التوافق عندهم يتمثل في تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقا كاملاً سواءً من خلال تحقيق الحاجات النفسية عند ماسلو أم المحافظة على الذات عند روجرز، كذلك فإن الاختلاف بين الأفراد في مستويات توافقهم يعود إلى اختلاف ما يصلون إليه في تحقيق إنسانيتهم. (الزبيدي وآخرون، 1997: 118)

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فقد وضع ماسلو Maslow تدرجا للحاجات وسلماً للدوافع والشخص المتوافق هو الذي يستطيع إشباع حاجاته حسب أولويتها من الحاجات العضوية والاجتماعية كالجوع والعطش، وحاجات الأمن ثم الحاجة إلى الانتماء ثم الحاجات المعرفية وأخيراً الحاجة إلى تحقيق الذات.
(مرسي، 1985: 16)

رابعاً: النظرية المعرفية:

أكد إلس ellis على مجموعة من المسلمات والافتراضات المتعلقة بطبيعة الإنسان الواقعي وأن سوء التوافق والاضطراب النفسي سببه التفكير اللاعقلاني الذي يرجع في نشأته إلى التعلم المبكر غير العقلاني، ويوضح إلس أن نشأة الاضطراب النفسي تنتج عن الأفكار والمعتقدات التي تخلو أساساً من العقلانية والمنطق السليم. (غانم، 2006: 175)

وركز بيك Beck على دراسة أنظمة التفكير والكيفية التي يقيم بها الأفراد أنفسهم والعالم ومدى توافقهم في ذلك، وركز أيضاً على أحد أكثر أخطاء التفكير أو التشوهات المعرفية شيوعا وهي فهم الآخر بطريقة متصلة مطلقة، أما خير تماماً أو شر أو حسن بالكامل أو سيئ، وهناك أيضاً التخمين الاعتباطي الذي يجعل الفرد يبني أحكاماً معينة على علاقتها بالآخر استنادا إلى دليل واحد ومعزول.
(شعلان، 2005: 4)

خامسا: النظرية الاجتماعية:

وتنظر هذه النظرية إلى التوافق من خلال مظاهر السلوك الخارجي للفرد أو الجماعة، ويشير هذا الاتجاه إلى أن الفرد عادة ما يلجأ إلى الانقياد للجماعة والرضوخ لأوامرها لمقابلة متطلبات الحياة إلىومية وتحقيق التوافق، فالانقياد للجماعة للمحافظة على تمسكها ووحدتها والدفاع عنها لتحقيق أمنها يعتبر أسلوباً إيجابياً للتوافق، أما الخروج على معايير الجماعة والانقياد لبعض جماعات السوء والإضرار بالجماعة وممتلكاتها وإيذاء أفرادها فيعتبر مظهرا من مظاهر التوافق السلبي، كما يمكن القول بأن الشخص المحب لأسرته والذي يعمل من أجلها ويحتفظ بوظيفة دائمة لاعاشتها ويعي أسإلىب منوعة يعتبر متوافقاً، أما غير ذلك فهوغير متوافق. (الختاينة، 2012: 75)

وترى الباحثة: من خلال العرض السابق لنظريات التوافق النفسي، نجد أن هناك وجهات نظر متعددة في موضوع التوافق النفسي، فليس هناك نظرية واحدة شاملة في علم النفس، وهنا نجد أن نظرية التحليل النفسي كانت تؤكد على الطفولة المبكرة وخبرات الماضي وأثرها في الشخصية، في حين نجد أن المدرسة السلوكية تؤكد على الأسس الفسيولوجية العصبية، والتي عبر عنها بالمثير والاستجابة، وأن الشخصية تتأثر بالظروف البيئية من خلال عمليات التعلم والتُعزيز.

بينما نجد أن المنظور الإنساني يرى أن التوافق يرتبط بتحقيق الذات فإذا استطاع الإنسان أن يشبع الحاجات الأولية والفسيولوجية فإنه يستطيع الوصول للمستوى الذي يليه حتى يصل لأعلى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

درجة، و هي تحقيق الذات، في حين عزت النظرية المعرفية التوافق إلى الطريقة التي يفسر بها الأفراد البيئة المحيطة بهم متأثره في ذلك بذكاء الفرد وقابلياته العقلية.

ومن خلال ذلك لا يمكن إنكار أي من العوامل التي أكدت عليها كل من هذه النظريات في تحقيق التوافق فالخبرات الماضية والتنشئة الاجتماعية والإمكانات العقلية جميعها لها دور في التوافق النفسي الاجتماعي، ولهذا فان الباحثة تتبنى وجهة النظر التكاملية لهذه النظريات.

تعقيب عام على الإطار النظري:

وتهدف هذه الدراسة في استعراضها للإطار النظري لتناول العلاقة بين الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهتها، وعلاقتهما بالتوافق النفسي.

وتبين من العرض السابق للإطار النظري أن الخبرات الصادمة وعلى مر العصور تحتل المكان الأب رز في حياة الشعوب التي تتعرض بشكل مستمر لويلات الحروب والعدوان، حيث تعتبر انتهاكات الحروب من أصعب الخبرات بما ينتج عنها من فقدان وتشرد وتهجير وإصابات وإعاقات.

ونظراً لأهمية موضوع الصدمة فقد تناول التراث السيكولوجي لموضوع الصدمة النفسية خلال عدة نظريات فنجد أن نظرية التحليل النفسي ركزت على وجود خبرات سابقة لدى الفرد منذ مراحل الأولى للنمو، فالاستعداد مسبق فالخبرات التي كانت مقموعة ومكبوتة قد تعود للظهور مرة أخرى عند التعرض للضغط أو الخطر، في حين نجد أن النظرية المعرفية تأخذ في عين الاعتبار طبيعة الفرد، وتعاليمه في فهم معنى الضغط الواقع عليه، أما النظرية السلوكية فترى أن الصدمة هي نتيجة استجابات شرطية، وتظهر الأعراض المرضية نتيجة التعميم السلبي.

ولو نظرنا إلى هذه النظريات نجد أن كل نظرية تغطي جوانب القصور في النظريات الأخرى، فلذا كان لابدَ من الالمام بأغلب النظريات التي تناولت الصدمة النفسية للخروج بنظرة متكاملة للموضوع.

أما بالنسبة للمتغير الثاني استراتيجيات المواجهة، فلا شك أنه قد ينتج عن الحروب الكثير من المواقف الضاغطة والصادمة والتي تحتاج إلى استراتيجية المواجهة للتغلب على تلك الضغوط، فخلال تناولنا للإطار النظري فوجدنا الكثير من التعريفات والتصنيفات التي تناولت استراتيجيات المواجهة وبرغم من تعددها إلا أنها اتفقت على نفس الوظيفة التي تقوم بها استراتيجيات المواجهة ألا وهي تطويع الموقف الضاغط والتغلب عليه لتحقيق التكيف والتوافق السليم.

أما بالنسبة للمتغير الثالث التوافق النفسي فلا شك أن لوجهات النظر المتعددة في نظريات التوافق النفسي كان له الدور الأكبر في خلق نظرة متكاملة للتوافق النفسي فلا يمكن إنكار أي من

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

العوامل التي أكدت عليها كل من هذه النظريات في تحقيق التوافق فالخبرات الماضية والتنشئة الاجتماعية، والإمكانات العقلية جميعها لها دور في التوافق النفسي الاجتماعي.

ومن خلال العرض السابق للإطار النظري لُوحظ أن تلك النظريات وعلماء النفس الذين تناولوا الصدمة اهتموا باستراتيجيات التعامل مع الصدمة، وأكدوا على أهميتها في التخفيف من تأثيراتها كونها مجهودات سلوكية ومعرفية ممكن من خلالها تُعزيز قدرة الفرد على التوافق.

ومن هنا ترى الباحثة أهمية استخدام استراتيجيات المواجهة للمواقف الصادمة والضاغطة في إحداث حالة من التوافق النفسي والاجتماعي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الثالث

الدراسات السابقة

- ❖ المحور الأول الدراسات التي تناولت الخبرة الصادمة.
- ❖ المحور الثاني الدراسات التي تناولت استراتيجيات المواجهة.
- ❖ المحور الثالث الدراسات التي تناولت التوافق النفسي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تمهيد:

استكمالاً للدراسة قامت الباحثة بالاطلاع على ما هو موجود في التراث السيكولوجي للظاهرة موضوع الدراسة، وقد وجدت الباحثة العديد من الدراسات العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع الدراسة، وقامت باختيار بعض الدراسات والبحوث السابقة في جميع المجالات التي تخدم وتثري موضوع الدراسة، وعليه سيتم استعراض لأهم البحوث العربية والأجنبية التي تناولت الخبرات الصادمة، واستراتيجيات المواجهة، والتوافق النفسي.

أولا: الدراسات التي تناولت الخبرات الصادمة:

أ- الدراسات العربية:

1- دراسة (شاهين 2014) بعنوان " فاعلية برنامجي العلاج المعرفي السلوكي، وعلاج العقل والجسم في خفض حدة أعراض كرب ما بعد الصدمة والأعراض المصاحبة لدى المراهقين في قطاع غزة. " دراسة تجريبية مقارنة "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مدى فعالية كلٍ من برنامج العلاج المعرفي السلوكي، وبرنامج العقل والجسم في خفض أعراض كرب ما بعد الصدمة، والأعراض المصاحبة والمحددة بالقلق والاكتئاب، وتتبع مدى استمرارية فاعلية البرنامجين العلاجيين، كما هدفت هذه الدراسة إلى مقارنة مدى فعالية البرنامج العلاج المعرفي السلوكي وعلاج العقل والجسم في خفض حدة أعراض كرب ما بعد الصدمة، والأعراض المصاحبة لدى المراهقين من كلا الجنسين، وتكونت عينة الدراسة من طلبة الثانوية العامة للمستوى العاشر والحادي عشر والبالغ عددهم 800 طالب من كلا الجنسين، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي والمنهج التجريبي، وأوضحت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 في درجات المتغيرات النفسية والمتمثلة في: (كرب ما بعد الصدمة، القلق، الاكتئاب،معارف كرب ما بعد الصدمة، السلوك العدواني والعدائي للمراهقين) لدى المجموعة التجريبية والضابطة قبل البرنامج، أيضاً توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في درجات المتغيرات النفسية والمتمثلة في: (كرب ما بعد الصدمة، القلق، الاكتئاب،معارف كرب ما بعد الصدمة، السلوك العدواني والعدائي للمراهقين) لدى المجموعة التجريبية والضابطة بعد البرنامج.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2- دراسة (عبد الباقي وآخرون 2012) بعنوان " اضطراب ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين بمعسكرات النازحين بولاية غرب دارفور ".

هدفت هذه الدراسة لمعرفة السمة العامة المميزة لاضطراب ما بعد الصدمة وسط الأطفال في معسكرات أردمتا والرياض بولاية غرب دارفور، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في أعراض الاضطراب تبعاً لنوع الأطفال أولاختلافهم في مستوى التعليم. ولتحقيق هذه الأهداف استخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي، وتكون مجتمع الدراسة من كل الأطفال والمراهقين بمعسكري أردمتا والرياض بمدينة الجنينة بولاية غرب دارفور والبالغ عددهم حوالى (5200) طفل ومراهق. تم اختيار (395) مفحوصا منهم (172 ذكرا، و(223) أنثى، وقد تم تطبيق مقياس أعراض الصدمة النفسية للأطفال، وتوصلت الدراسة لمجموعة من النتائج من أهمها: أن جميع أبعاد الاضطرابات النفسية تتسم بالانخفاض بدرجة دالة إحصائياً وسط الأطفال والمراهقين بولاية غرب دارفور. توجد فروق دالة إحصائياً في جميع أبعاد الاضطرابات النفسية تبعاً للمستوى التعليمي بين مستوى التعليم الثانوي وبقية المستويات التعليمية وذلك لصالح المستوى الثانوي. كما بينت النتائج أن اضطراب ما بعد الصدمة هو الأعلى أي الأكثر شيوعاً، بينما القلق هوالأدنى أي الأقل شيوعاً.

3- دراسة (صوالى 2012) بعنوان " مشاهدة الصورة الإعلامية والمعايشة للأحداث خلال الحرب على غزة وعلاقتها باضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى الأمهات في غزة "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلىالعلاقة بين مشاهدة الصورة الإعلامية والمعايشة للأحداث خلال الحرب واضطرابات كرب ما بعد الصدمة لدى الأمهات في غزة، والتعرف إلى الاختلاف بين اضطرابات كرب ما بعد الصدمة الناتجة عن المشاهدة للصورة الإعلامية واضطراب ما بعد الصدمة الناتجة عن المعايشة للأحداث خلال الحرب لدى الأمهات في غزة، والتعرف إلى الفروق في اضطرابات كرب ما بعد الصدمة تبعاً للانتماء السياسي والفئة العمرية والمستوى التعليمي، والتعرف إلى مستوى اضطرابات كرب ما بعد الصدمة لدى الأمهات في قطاع غزة أثناء الحرب على غزة.

واتبعت الباحثة: المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من 277 من الأمهات اللواتي شاهدن وعايشن أحداث وخبرات صادمة ناتجة عن الحرب الإسرائيلية على قطاع غزة عام 2008 – 2009، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الأمهات المشاهدات والمعايشات للحرب في غزة لديهن أبعاد كرب ما بعد الصدمة الثمانية بدرجات ما بين متوسطة إلى مرتفعة نسبيا.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- دراسة (العدينات 2012) بعنوان " اضطرابات ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين بمخيم الزعتري للاجئين السوريين في الأردن".

هدفت هذه الدراسة لمعرفة السمة العامة المميزة لاضطراب ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين في مخيمات اللاجئين السوريين في الأردن، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق في أعراض الاضطراب تبعا لنوع الأطفال أولاختلافاتهم في المستوى التعليم، ولتحقيق هذه الأهداف استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكون عينة الدراسة (485) مفحوصا منهم (287) ذكراً، و(198) أنثى، وتم تطبيق مقياس أعراض كرب ما بعد الصدمة النفسية للأطفال، وتوصلت النتائج لمجموعة من النتائج أهمها: أن جميع أبعاد الاضطرابات النفسية تتسم بالارتفاع بدرجة دالة إحصائياً وسط الأطفال والمراهقين بمخيم الزعتري، كما أنه لا توجد فروق دالة في كل أبعاد أعراض الصدمة النفسية تبعا للنوع (ذكر، أنثى)، كما بينت النتائج أن اضطراب ما بعد الصدمة هوالأعلى شيوعاً، بينما القلق هوالأدنى أي الأقل شيوعاً.

5- دراسة (الشيخ 2011) بعنوان " أساليب التعامل مع اضطراب الضغوط التالية للصدمة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات ".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أساليب التعامل مع الضغوط النفسية التالية للصدمة لدى الأطفال الذين تعرضوا لمواقف ضاغطة: (كحوادث السير) دون أن تترك وراءها اضطرابات نفسية. (كاضطراب الضغوط التالية للصدمة النفسية) PTSD، ومقارنتهم بالأطفال الذين تعرضوا لحوادث سير وطوروا اضطراب PTSD، نفذ البحث بالاعتماد على مقياس أساليب التعامل مع الضغوط التالية للصدمة من إعداد الباحثة بعد القيام بدراسة استطلاعية للتأكد من صدق وثبات المقياس، كما تم الاعتماد على مقياس اضطراب الضغوط التالية للصدمة النفسية، وجرى تنفيذ البحث ضمن حدود مكانية وهي مدارس التعليم الأساسي في مدينة دمشق عام 2008 – 2009، وتكونت عينة البحث من (100) طفل وطفلة، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

تبين أن الأطفال الذين تعرضوا لحوادث سير وتجاوزوا اضطراب (PTSD) استخدموا أساليب ومهارات عدة للتعامل مع اضطراب الضغوط التالية للصدمة منها: أسلوب طلب المساندة الاجتماعية وقد بلغ أعلى نسبة (85.2 %) وأسلوب الاسترخاء (40 %)، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استخدام أساليب التعامل مع الضغوط التالية للصدمة بين الأطفال الذين تعرضوا لحوادث سير وتجاوزوا اضطراب (PTSD) والأطفال الذين تعرضوا لحوادث سير، ولم يتمكنوا من تجاوز اضطراب ال (PTSD) وكانت الفروق لصالح المجموعة الأولى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6- دراسة (ثابت والسراج 2008) بعنوان " تأثير العنف السياسي في قطاع غزة على الصحة النفسية للأطفال ".

هدفت هذه الدراسة إلى بحث أنواع وشدة الخبرات الصادمة الناتجة عن الممارسات الإسرائيلية، والاقتتال الداخلي في قطاع غزة في يونيو 2007 ومعرفة نسبة انتشار الأمراض النفسية مثل كرب ما بعد الصدمة، القلق، والاكتئاب في الأطفال لقد تم اختيار عينة الأطفال من ثلاث مخيمات صيفية عقدت في شهر أغسطس 2007 في (مدينة غزة، المنطقة الوسطى، رفح)، وعددهم(260) طفلا، وتم التوصل إلى أن الأطفال بقطاع غزة قد تعرضوا لعدة خبرات صادمة ناتجة عن ممارسة الاحتلال الإسرائيلي، وكانت أكثر الخبرات شيوعاً هي سماعهم للقصف المدفعي لمناطق قطاع غزة وبنسبة(85.4 %)، ثم سماعهم لأصوات الطائرات، وهي تخترق حاجز الصوت وبنسبة(81.5 %)، ثم مشاهدة صور الشهداء والجرحى في التلفزيون وبنسبة(78.2 %)، ثم سماعهم للرصاص والقصف الناتج عن الاشتباكات الناتجة عن الفلتان الأمني بنسبة(76.7 %)، ثم مشاهدة الآثار الناتجة عن القصف المدفعي على القطاع بنسبة 68.5%).

7- دراسة (عبدالله 2007) بعنوان" اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال الفلسطينين"

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة نوع وشدة الخبرات الصادمة، مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة، العلاقة بين نوع معين من الخبرات الصادمة مع اضطراب كرب ما بعد الصدمة، والفروق ما بين الجنس / مكان السكن / العمر مع اضطراب كرب ما بعد الصدمة، واعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (364) طفلاً وطفلة، واستخدمت مقياس كرب ما بعد الصدمة من دليل التشخيص للاضطرابات العقلية المعدل، وتوصلت هذه الدراسة إلى النتائج الآتية: وجود فروق بين متغير مكان السكن واضطراب كرب ما بعد الصدمة، وكذلك أسفرت النتائج عن وجود علاقة بين متغير العمر واضطراب ما بعد الصدمة بحيث كلما كان العمر أكبر ارتفع اضطراب ما بعد الصدمة، وكذلك أسفرت عن وجود علاقة بين متغير عدد أفراد الأسرة واضطراب ما بعد الصدمة بحيث كلما كان عدد الأفراد أكبر ارتفع اضطراب ما بعد الصدمة.

8- دراسة (أبوهين 2007) بعنوان "التعرض للخبرات الصادمة وعلاقتها بالاضطرابات النفس جسمية لدى الفتيان الفلسطينيين": دراسة للصدمات النفسية التي تلت اجتياح بيت حانون"

هدفت هذه الدراسة للكشف عن الاضطرابات النفس جسمية السيكوسوماتية التي عانى منها المراهقون الفلسطينيون من جراء الاجتياح الإسرائيلي الغاشم، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، أجريت هذه الدراسة على عينة من المراهقين الفلسطينيين من ثلاث مناطق تقع ضمن محافظة شمال قطاع غزة، وهي بيت حانون، وبيت لاهيا، وجبإليا وقد بلغ عدد أفراد العينة حوالى (451) مراهقاً، وقد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

طبق على عينة الدراسة اختبار قياس الاضطرابات النفس جسمية وبينت نتائج الدراسة أن المراهقين من منطقة بيت حانون أكثر تأثيراً، ولديهم اضطرابات نفسية من الذكور وأن المراهقين الذين فقدوا أوتعرضوا شخصياً أوشاهدوا أحد أفراد الأسرة يتعرض أمامهم ظهرت لديهم الاضطرابات النفس جسمية أكثر من العينة التي لم تتعرض.

9-دراسة (عساف وآخرون 2005) بعنوان " آثار الضغوط الصدمية المترتبة على فعل الاجتياحات العسكرية الإسرائيلية لمنطقة مخيم جنين".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة آثار الضغوط النفسية الصدمية المترتبة على فعل الاجتياحات العسكرية الإسرائيلية لمخيم جنين، ودرجة تأثيرها بالمتغيرات الديموغرافية (الجنس، ومستوى دخل الأسرة، والمستوى الدراسي للطالب)، ومعرفة المشكلات التي يتعرض لها التلاميذ نتيجةً الاجتياحات الإسرائيلية للمخيم، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (135) تلميذاً وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من تلاميذ الصفوف العليا من المرحلة الأساسية من مراحل التعليم في فلسطين المدارة من قبل وكالة غوث اللاجئين ممثلة (34 %) من مجتمع الدراسة، وتم تطبيق مقياس الآثار النفسية الصدمية بعد أن تم حساب دلالات الصدق والثبات.

وبينت النتائج أن معدل الآثار النفسية الصدمية كانت متوسطة بنسبة (56.3 %)، وكانت موزعة حسب نسبتها المئوية لتكرارات الاستجابات: ضغوط نفسية صدمية بدرجة شديدة وكانت نسبتها 25.2%، ضغوط نفسية صدمية بدرجة متوسطة وكانت نسبتها 35.6 %، ضغوط نفسية صدمية بدرجة خفيفة، وكانت نسبتها 39.2 %، وهذا يعني أن 25.2 % من تلاميذ المدارس يعانون من الضغوط النفسية الصدمية بدرجة شديدة. وهذه النتيجة لها دلالات نفسية كبيرة لما قد يترتب عليها من آثار سلبية على مستقبل هؤلاء التلاميذ، كذلك بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغيرات الجنس، ومستوى دخل الأسرة، بينما توجد فروق دالة إحصائية تُعزى لمتغير مستوى الصف لمصلحة الصفوف الدنيا.

10-دراسة (شعت 2005) بعنوان " تأثير الصدمة النفسية في تطور كرب ما بعد الصدمة والحزن بين الأطفال "

هدفت هذه الدراسة إلى تقييم تأثير الأحداث الصادمة التى تعرض لها الأطفال الفلسطينيون خلال انتفاضة الأقصى على تطور كرب ما بعد الصدمة والحزن بين الأطفال، وهي دراسة وصفية تحليلية درست الأطفال بصورة مقطعية (عرضية)، وتكونت عينة الدراسة من 405 طفل (209 إناث، 196 ذكور) تم اختيارهم بصورة عشوائية منتظمة من ست مدارس إعدادية موزعة على محافظة خانيونس ومدينة رفح، وتم استخدام عدة مقاييس منها مقياس غزة للخبرات الصادمة، مقياس ردود

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفعل لكرب ما بعد الصدمة للأطفال، ومقياس الحزن للأطفال، وتوصلت الدراسة للنتائج الآتية تعرض الأطفال الفلسطينيين خلال انتفاضة الأقصى إلى خبرات صادمة شديدة حيث بلغ متوسط الخبرات الصادمة التى تعرض لها الأطفال 9 خبرات صادمة، وتعرض كل طفل على الأقل لأربع خبرات صادمة وبحد أقصى بلغ 14 خبرة، وأظهرت النتائج وجود علاقة معنوية طردية بين شدة الصدمة النفسية وتطور ردود الفعل لكرب ما بعد الصدمة والحزن، ووجود علاقة ارتباط بين نوع الخبرات الصادمة التى تتضمن المشاهدة والسمع وتطور كرب ما بعد الصدمة والحزن.

11-دراسة (عسلية والبنا 2004) بعنوان " الإنماط المختلفة لصدمة العدوان الإسرائيلي أثناء انتفاضة الأقصى من وجهة نظر تلاميذ المرحلة الأساسية في محافظات غزة ".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الإنماط المختلفة الناتجة عن صدمة العدوان المختلفة لدى تلاميذ المرحلة الأساسية أثناء انتفاضة الأقصى في محافظات غزة، ومدى تأثر ردود فعل التلاميذ بردود فعل الأب اء والأمهات. وأجريت الدراسة على عينة من الأطفال ممن تقع أعمارهم (7-12) سنة، ومن أماكن متعددة وقد بلغ عدد أفراد العينة (240) طفلاً وطفلة، وقد استخدام الباحثان قائمة الأحداث الصادمة، وتتكون من 27 بندا لقياس ردود الفعل لصدمة العدوان الإسرائيلي أثناء انتفاضة الأقصى، واختبار روتر للوالدان، لقياس المشاكل النفسية والانفعالية للأطفال الناتجة عن تعرضهم للخبرات الصعبة ويجيب عليه الوالدين، وقد أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات ردود الأفعال المترتبة على صدمة العدوان لدى تلاميذ المرحلة الأساسية بين الذكور والإناث. وإلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات ردود الفعل المترتبة على صدمة العدوان تُعزى لمتغير مكان الإقامة. وإلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ردود الفعل المترتبة على صدمة العدوان عند التلاميذ وبين ردود فعل الوالدين.

12- دراسة (حجازي 2004) بعنوان " الخبرة الصادمة وعلاقتها بأعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء الأقصى "

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة ما بين الخبرة الصادمة واضطراب ما بعد الصدمة، وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى، وكذلك التعرف إلى تأثير بعض المتغيرات: (كالجنس، والعمر، وحالة آباء أطفال العينة) في أعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية: (كالعصابية، والقلق، والاكتئاب، والانبساط).

وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من ثلاث مجموعات هي أطفال شهداء انتفاضة الأقصى من سن (9-14) سنة، والثانية من الأطفال إلىتامى العاديين، والثالثة من الأطفال العاديين (غير إلىتامى) قوامها (176) طفلاً، وتم استخدام عدة مقاييس مقياس سمات شخصية الطفل، مقياس الخبرة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الصادمة، ومقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (PTSD)، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الأطفال الذين يقيمون في محافظة غزة، وباقي محافظات القطاع بالنسبة للخبرات الصادمة، و كذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور و الإناث بالنسبة لدرجة الخبرات الصادمة، و الفروق كانت لصالح الذكور.

ب- الدراسات الأجنبية:

1. دراسة (Khamis 2014) بعنوان "الآثار النفسية طويلة الأمد الناتجة عن العدوان الإسرائيلي الأخير على غزة وأثرها على الأطفال والأب اء الفلسطينيين"

هدفت هذه الدراسة إلى التحقيق في التداعيات والآثار النفسية والاجتماعية طويلة المدى الناتجة عن الحرب الأخيرة على قطاع غزة، وتأثيرها على الصحة النفسية والرفاه للأطفال والأب اء، وتشمل هذه الدراسة عدد من المقاييس التي تقيس وتحلل التجارب الحرجة للأسر المتضررة خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة وآثارها طويلة المدى على الصحة النفسية والرفاه للأطفال والأب اء حيث تكونت عينة الدراسة من جزأين الجزء النوعي، ويتكون من مجموعة التركيز ومناقشات مع أفراد الأسرة المتضررة وطروحاتهم، والجزء الكمي تألفت العينة فيه من (205) أسرة من الوالدين وأطفالهم، واعتمدت الدراسة على عددٍ من المقاييس التي تقيس وتحلل التجارب الحرجة للأسر المتضررة خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة وآثارها طويلة الأمد على الصحة النفسية والرفاه للأطفال والأب اء، وأسفرت الدراسة عن وجود أن ما يقارب 30 % من الأطفال الفلسطينيين الذين تعرضوا لمستويات أعلى من صدمات الحرب خلال الحرب الأخيرة على غزة تطورت حالتهم إلى اضطراب ما بعد الصدمة مع مخاطر زائدة لمرافقة اضطرابات أخرى مثل الأعراض النفسية والعصابية، بالإضافة إلى الخوف من القصف، والهجمات الصاروخية.

2. دراسة (Ghannam & Thabet 2014) بعنوان " تأثير الصدمة جراء الحروب على حدوث الأعراض التفككية والصمود لدى المراهقين الفلسطينيين في قطاع غزة".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الخبرات النفسية الصادمة الناتجة عن حرب الأيام الثمانية على الأعراض الانشقاقية، وعلاقتها بالصمود النفسي لدى المراهقين الفلسطينيين في قطاع غزة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، تم اختيار عينة 400 طالب وطالبة من 10 مدارس منتشرة في خمس مناطق من قطاع غزة، حيث بلغ عدد الأولاد 179 ولداً وعدد البنات 221 بنتاً، أجريت معهم مقابلات، وباستخدام استبيانات تحتوى على الحالة الاقتصادية والديموغرافية، ومقياس الأعراض الانشقاقية، ومقياس الصمود النفسي، وأظهرت الدراسة أن متوسط الخبرات الصادمة التي تعرض لها كل مراهق 9 خبرات صادمة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في عدد الخبرات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الصادمة بسبب الحرب على غزة حسب الجنس وكذلك لم تكن هناك فروق حسب عدد الاخوة ودخل الأسرة والتعليم، وعمل الوالدين.

3. دراسة (Ingridsdatter , et al: 2012) بعنوان " عوامل الخطورة لكرب ما بعد الصدمة، والقلق والاكتئاب لدى المراهقين في قطاع غزة".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين التعرض لضغوطات الحرب والاضطرابات النفسية لدى المراهقين في قطاع غزة، بالإضافة إلى تأثيرات العمر، الجنس، الحالة الاجتماعية والاقتصادية، واتبعت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، تم جمع البيانات من عينة من 139 مراهق بأعمار ما بين 12-17 عام، وقد استخدمت الدراسة مقياس الاجهاد ومقياس تأثير الأحداث على الأطفال، ومقياس القلق ومقياس الاكتئاب الذاتي، وبينت النتائج بأن المراهقين أظهروا درجات مرتفعة من التهرب و التجنب والاكتئاب مقارنة بالمجتمعات التي لم تتعرض لأحداث الحروب الأخيرة.

4. دراسة الطويل (Altawil 2008) بعنوان " تأثير الحروب المزمنة على الأطفال الفلسطينيين"

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الآثار طويلة الأمد للحرب والاحتلال على الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، طبقت الدراسة على عينة تتألف من (137) طفل تتراوح أعمارهم ما بين (10-18) عام تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من أنحاء قطاع غزة، طُبق عليهم مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة، ومقياس الاجهاد والشخصية وقد أظهرت هذه الدراسة أن كل طفل فلسطيني قد تعرض إلى ما لا يقل عن ثلاثة أحداث صادمة، وكانت الصدمات الأكثر شيوعاً التي تعرض لها الأطفال الفلسطينيين كما يلي: (99%) من الأطفال عانوا من الذل إما لأنفسهم أوعلى أحد أفراد الأسرة، و(97%) تعرضوا لصوت الانفجارات، و(85%) شهدت جنازة شهيد و(84%) شهدت صوت قصف الدبابات والمدفعية والطائرات العسكرية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ثانياً: الدراسات التي تناولت استراتيجيات المواجهة:

أ- الدراسات العربية:

1. **دراسة (الفرحيات وآخرون 2016) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون".**

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى التوافق النفسي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون، وعلاقة التوافق النفسي بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لديهم، وعلى الفروق بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي ومهارات مواجهة الضغوط النفسية، تكونت عينة الدراسة من 200 طالباً من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون. وأشارت النتائج إلى أن مستوى التوافق النفسي لدى الطلبة المتفوقين مرتفعاً، وأن مستوى مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين تراوح بين المرتفع والمتوسط، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مستوى التوافق النفسي وفي مهارات مواجهة الضغوط، وأظهرت النتائج إلى انه توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين درجة كل مجال من مجالات التوافق النفسي ودرجته الكلية وكل مهارة من مهارات مواجهة الضغوط النفسية الشائعة لدى الطلبة المتفوقين والدرجة الكلية باستثناء مهاراتي (الهروب والتجنب) فكانت العلاقة عكسية مع كل مجالات التوافق النفسي.

2. **دراسة (ثابت وآخرون 2013) بعنوان " استراتيجيات المواجهة لدى الأطفال والبالغين المتعرضين لنزاع وصراع الحرب "**

هدفت هذه الدراسة إلى التحقق مما إذا كانت العلاقة بين التعرض للصدمة وأعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة عند الأطفال والبالغين الفلسطينيين الذين يعيشون في مناطق الصراع والحرب خاضعة للإشراف أو تمت بواسطة استراتيجيات مواجهة معينة.

وتكونت عينة الدراسة من 424 طفل وتم استخدام الأدوات التالية، وهي قائمة فحص الحدث الصادم، ومقياس أثر الحدث ولدى الشخص البالغ لمواجهة التجارب الصادمة، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن هؤلاء الأطفال تعرضوا إلى أحداث صادمة بمتوسط 13.7%، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين التعرض للحدث الصادم وأعراض كرب ما بعد الصدمة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. دراسة (أبو العلا 2012) بعنوان " النموذج البنائي للعلاقات بين الرجاء والمساندة الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى طبيعة النموذج البنائي للعلاقات بين الرجاء والمساندة الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي، وذلك على عينة مكونة من (246) طالبا وطالبة من بين طلاب وطالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية بجامعة بنها، طبق عليهم مقياس الرجاء، ومقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس استراتيجيات المواجهة، ومقياس التوافق النفسي، وباستخدام أسلوب تحليل المسار، أظهرت النتائج ما يلي: توجد تأثيرات مباشرة: (دالة – غير دالة) للمساندة الاجتماعية كمتغير مستقل على استراتيجيات المواجهة بنوعيها: (القائمة على المشكلة والقائمة على الانفعال) والتوافق النفسي: (الإيجابية والتواؤمية) كمتغيرات تابعة، مع اختلاف قيم التأثير، توجد تأثيرات مباشرة: (دالة – غير دالة) لاستراتيجيات المواجهة بنوعيها: (القائمة على المشكلة والقائمة على الانفعال) كمتغيرات مستقلة على بعدي التوافق النفسي: (الإيجابية والتواؤمية) كمتغيرات تابعة، مع اختلاف قيم التأثير.

4. دراسة (عودة 2010) بعنوان " الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية في قطاع غزة".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة، وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية، لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، والتعرف عما إذا كان هناك فروق في هذه المتغيرات تُعزى إلى بعض المتغيرات الديمغرافية التالية: (النوع، مكان الإقامة، المستوى التعليمي للوالدين)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت العينة الاستطلاعية للدراسة من (100) طفل وطفلة، وذلك للتحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة، كما تكونت العينة الفعلية للدراسة من (600) طفل وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، وقد استخدم الباحث عدة مقاييس مقياس الخبرة الصادمة، مقياس أساليب التكيف، مقياس المساندة الاجتماعية، مقياس الصلابة النفسية وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: بلغ ا لوزن النسبي للخبرة الصادمة (62.14)، والوزن النسبي لأساليب التكيف مع الضغوط (71.14)، وبلغ الوزن النسبي للمساندة الاجتماعية (85.79)، وكان الوزن النسبي للصلابة النفسية (76.04)، توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5. **دراسة (علاء الدين 2009) بعنوان " الفروق بين الجنسين في استراتيجيات المواجهة خلال الحياة الجامعية: دور أبعاد الشخصية "**

هدفت هذه الدراسة الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث تبعًا لأدوار النوع التقليدية وغير التقليدية في متغيرات استراتيجيات المواجهة والتوتر المدرك والدعم الاجتماعي والتفاؤل، وتألفت عينة الدراسة من (121) طالبًا وطالبة من الجامعة الهاشمية تم تصنيفهم إلى تقليديين وغير تقليديي دور النوع، حسب درجاتهم على قائمة بيم لدور النوع Bem Sex-Role Inventory, BSRI; Bem, 1974.

توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة في المواجهة المتمركزة على المشكلة، والتفاؤل والدعم الاجتماعي، سواءً أكان بين الذكور والإناث تقليدي دور النوع، أم بين الذكور والإناث غير تقليدي دور النوع. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة في المواجهة المتمركزة على المشاعر لصالح كل من الإناث تقليديات دور النوع، والذكور غير تقليدي دور النوع، وإلى وجود فروق دالة في التوتر المدرك لصالح الإناث تقليديات وغير تقليديات دور النوع. أظهرت نتائج تحليلات الانحدار المتعددة أن التفاؤل يعد متنبئًا فريدًا بالاستخدام الأكبر للمواجهة المتمركزة على المشكلة لدى الذكور تقليدي دور النوع، والذكور والإناث غير تقليدي دور النوع. تضم الدراسة تضمينات لتدخلات إرشادية ولفهم الفروق بين الجنسين، والأثر الدال للتنشئة الاجتماعية وأدوار النوع والشخصية على السلوك.

6. **دراسة (مومني 2008) بعنوان " أثر استراتيجيات التعامل والدعم الاجتماعي في اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى ضحايا وأسر تفجيرات فنادق عمان".**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى أثر استراتيجيات التعامل، والدعم الاجتماعي في اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى ضحايا وأسر تفجيرات فنادق عمان، حيث تألف أفراد الدراسة من (353) فرداً من الضحايا وأسرهم من الدرجة القرابية الأولى، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام عدة مقاييس منها: مقياس استراتيجيات التعامل، ومقياس الدعم الاجتماعي المدرك، ومقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الدعم الاجتماعي المقدم لضحايا وأسر تفجيرات فنادق عمان جاء بدرجة متوسطة على الأداة ككل وعلى كل أبعادها، حيث احتل مجال شبكة الدعم الاجتماعي المرتبة الأولى، فيما احتل مجال الدعم المادي المرتبة الأخيرة.

كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة على الأداة ككل جاء بدرجة متوسطة، وبلغت النسبة المئوية الكلية للمصابين باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة 75.3%.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

7. دراسة (مريم 2007) بعنوان " الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية ".

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية لديهم، وتحديد ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة في الاستراتيجيات تُعزى إلى متغيرات: الجنس، السنة الأولى والرابعة، التخصص في كلية التربية بجامعة دمشق، وتألفت العينة من (270) طالبا وطالبة (115 ذكرا- 155 أنثى) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية العرضية من طلبة السنتين الأولى والرابعة من كلية التربية، وتم استخدام مقياس أسإلبب التعامل مع المواقف الضاغطة الذي طوره رودلف موس Rudolf H. Moss نموذج الراشدين.

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها بالنقاط الآتية: يميل الطلبة إلى استخدام الاستراتيجيات الإقدامية أكثر من ميلهم إلى الاستراتيجيات الإحجامية، وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في استخدام استراتيجية البحث عن الإثابات المكافآت البديلة لصالح الذكور، وفي استخدام استراتيجية التنفيس الانفعالي، وذلك لصالح الإناث، وجود فروق دالة إحصائياً بين طلبة السنة الأولى وطلبة السنة الرابعة في استخدام استراتيجيات: التحليل المنطقي، إعادة التقييم الإيجابي لصالح الطلبة سنة رابعة، وجود فروق دالة إحصائياً بين التخصصات: الإرشاد النفسي والتربية، وعلم النفس والتربية، في استخدام استراتيجية إعادة التقييم الإيجابي، وفي الدرجة الكلية للأسإلبب الإقدامية، وذلك لصالح طلبة الإرشاد النفسي وعلم النفس.

8. دراسة (جودة 2004) بعنوان" أسإلبب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين أسإلبب مواجهة الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى طلاب جامعة الأقصى ومعرفة مدى تأثر أسإلبب مواجهة الضغوط النفسية بكل من الجنس والتخصص ومكان السكن، واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة 100 طالب و 100 طالبة، وقد استخدمت الباحثة في الدراسة مقياسين أحدهما لقياس أسإلبب مواجهة الضغوط والآخر لقياس الصحة النفسية، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن طلاب جامعة الأقصى يستخدمون أسإلبب متعددة في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، كما أسفرت عن وجود علاقة ارتباط موجبة دالة بين أسإلبب المواجهة الفعالة والصحة النفسية، كذلك أسفرت عن عدم وجود فروق دالة في متوسطات درجات أفراد العينة في أبعاد أسإلبب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تُعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق دالة في بعض أبعاد أسإلبب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة تُعزى لكل من متغير التخصص ومكان السكن.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ب- الدراسات الأجنبية:

1. دراسة (Cherewick et al 2015) بعنوان " استراتيجيات المواجهة لدى الشباب المتأثرين بالصدمة: دراسة نوعية "

هدفت هذه الدراسة إلى فهم مدى تعرض شباب الكونغو للعنف: (أعمار من 10-15 عام) وكيفية استخدام أساليب المواجهة السلوكية والمعرفية، تم استخدام استراتيجية أخذ العينة الهادفة بناءً على العمر، الجنس، ومدى التعرض للأحداث الصادمة من أجل تحديد الشباب المؤهلين لخضوعهم لدراسة أم مستمرة من أربعة قرى في مقاطعة والوجو، جمهورية الكونجوالديموقراطية الشرقية. حيث تم اختيار هذه القرى الأربع من ضمن 10 قرى مشاركة في الدراسة بسبب تعرضها العالي للصدمات المتعلقة بالحروب. يتكون دليل المقابلة من مجموعة واسعة من الأسئلة المفتوحة والمتعلقة بالمواضيع التالية: تعريف الخبرات الصادمة، أساليب المواجهة والتغيرات في سلوكيات المواجهة، اختلافات العمر والجنس في المواجهة، مصادر الدعم النفسي الاجتماعي. تم استخدام منهجية النظرية المجذرة لتحديد المواضيع الناشئة ضمن الدراسة.

نتائج الدراسة: تم تحديد 48 مشارك مؤهلين للدراسة، استكمل 30 منهم المقابلة (53% من الإناث (n=16) و47% من الذكور (n=14). تراوحت أعمار المشاركين من 10-15 عام (متوسط العمر=13.07). وتم الأب لاغ عن تعرض جميع المشاركون لمستويات مختلفة من العنف والضغوطات، حيث أن التعرض لمسببات الصدمة وقع على المستوى الفردي والأسري، والمجتمعي، أفاد المشاركين باستخدامهم لأساليب المواجهة المعرفية والسلوكية كرد فعل للصدمة، وتضمنت أساليب المواجهة المعرفية الدعاء ومحاولة النسيان. أما أساليب المواجهة السلوكية فتضمنت السعي للحصول على الدعم الاجتماعي، بالإضافة للقيام بالسلوكيات الخطيرة. يمكن استخدام هذه الأساليب بطرق تُعزيزية متبادلة، حيث إنه يمكن للمشارك توظيف أكثر من أسلوب للمواجهة.

2. دراسة (Carnicer, et al 2012) بعنوان " استراتيجيات المواجهة والصحة النفسية لدى طلاب إعداد المعلمين: التكيف والصحة النفسية لدى الطلاب".

هدفت هذه الدراسة إلى بحث العلاقة بين استراتيجيات المواجهة والصحة النفسية لدى عينه مكونة من مكونة من (98) طالب جامعي في سن ما بين(19-42) عام. تم تقييم استراتيجيات المواجهة باستخدام النموذج (CRI-A) (موس 1993)، في حين تم تقييم الصحة النفسية باستخدام نموذج (BSI) (ديروجاتس وسبنسر 1982). أظهرت النتائج وجود علاقة بين أسلوب استراتيجيات المواجهة والصحة النفسية، وكان هناك تأثير إيجابي لاستراتيجيات المواجهة الممنهجة مثل – حل المشكلات – في التغلب على أعراض مثل الاكتئاب، فوبيا القلق، والاضطرابات النفسية بشكل عام

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لـدى الطـلاب المعلمـين. أمـا اسـتراتيجيات التجنـب السـلوكي: (البحـث عـن المنـافع البديلـة والتفريـغ العاطفي)، فقد كانت مرتبطة سلباً بالتوافق النفسي.

يمكن لاستراتيجيات التكيف أن تقلل من الاضطرابات النفسية لدى الطلاب الجامعيين، وعلى وجه الخصوص التكيف ذا الطابع الممنهج حيث إنه ارتبط إيجابياً بالتوافق النفسي، بينما التكيف المركز على التجنب العاطفي وعلى وجه الخصوص التكيف ذا السلوك التجنبي، فيعتبر من المنبهات القوية لوجود اضطرابات نفسية.

3. دراسة (Langley & Jones. 2000) بعنوان " محاولات التكيف وفعاليتها، وأعراض ما بعد الصدمة لدى المراهقين عقب الحرائق المدمرة: تحليل لمسار المتغيرات الكامنة"

هدفت هذه الدراسة إلى بحث فعالية التكيف واستراتيجيات التكيف في تخفيف الاضطرابات النفسية لدى المراهقين بعد حدوث الكوارث. اختارت الدراسة عينة تمثيلية تتكون من(206) مراهق في الصف التاسع من مدرسة (فلوريدا المركزية) للثانوية والتي تعرضت لحرائق مدمرة حادة طبقا لأداة التقييم: (مقياس التقييم–الذاتي). كما وتم تنفيذ دراسة لمسار المتغيرات الخفية بعد الحريق بعشرة أشهر لتقييم مدى فعالية النموذج الذي يربط بين التعرض\الخسران، فعالية التكيف، استراتيجيات التكيف، كرب ما بعد الصدمة، الاكتئاب، والقلق. كما وتم إخضاع مستوي التثاقف والحالة الاجتماعية الاقتصادية والجنس والعرق لاختبار يظهر دور الخصائص الاجتماعية الديموغرافية، في حين أن القليل من الدراسات أخذت بعين الاعتبار العوامل المهمة المؤثرة على الاختلافات العرقية، حيث إن العرق يصوَّر بشكل أفضل على أنه متغير بعيد يعمل من خلال متغيرات قريبة لتؤثر على المخرجات.

أشارت النتائج إلى أن: على الرغم من أن تقييم ملائمة نموذج مسار المتغيرات الخفية العالمي يظهر ضعف الملائمة مع البيانات الحالية، إلا أن ملائمة مكونات النموذج أشارت لاحتمالية وجود دور وسيط لفعالية التكيف بين التعرض\الخسران والاضطرابات النفسية، كما وجد بأن فعالية التكيف مرتبطة سلبياً باستراتيجيات التكيف التجنبية. وأشارت إلى وجود دور مهم للتعرض\الخسران، فعالية التكيف، استراتيجيات التكيف وارتباطها بأعراض كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين.

4. دراسة (De Anda, et al, 1997) بعنوان " استراتيجية وأسإلبب مواجهة الضغوط، والتنبؤ بها بين المراهقين بالمدرسة المتوسطة (الإعدادية) ".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى الضغوط، وأسإلبب مواجهة مراهقي المدرسة االمتوسطة (الإعدادية) لها، وتكونت العينة من (54) طالبا وطالبة من مدارس لوس أنجلوس.

وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود اختلافات بين الجنسين في مستويات الإحساس بالضغوط، وطرق مواجهتها، وأن الإناث أعلى إحساساً بالضغوط من البنين، وكذلك أشارت إلى وجود اختلافات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

سلوكية في الاستجابات الانفعالية حيث كانت هذه الانفعالات شديدة لدى الإناث، وكانت موجهة تجاه المدرسة، والأشقاء والأباء.

5. دراسة كنج (King, 1991) بعنوان " أحداث الحياة وضغوطاتها واستراتيجيات المواجهة لدى طلاب المرحلة الثانوية في هونكوك"

هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف أحداث الحياة، والضغوط واستراتيجيات المواجهة، ومعرفة العلاقة بين أحداث الحياة والضغوط، والعلاقة بين استراتيجيات المواجهة والضغوط على عينة مكونة من (760) طالب من طلاب المرحلة الثانوية في هونكوك، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن أحداث الحياة المتعلقة بالمدرسة والأسرة هي أكثر المصادر آثارة للضغوط، كما أسفرت عن أن استراتيجية التخطيط لحل المشكلة وتحمل المسئولية هما الأكثر استخدامًا من قبل الطلبة، في حين كانت المواجهة والهروب والتجنب هما الأقل استخدامًا من قبل الطلبة، أما عن الفروق بين الذكور والإناث في استراتيجيات المواجهة فقد كشفت عن أن الذكور أكثر ميلا لاستخدام التخطيط لحل المشكلة وتحمل المسئولية، وأن الإناث أكثر ميلاً لاستخدام البحث عن الدعم الاجتماعي والهروب والتجنب، كذلك أسفرت عن وجود علاقة موجبة دالة بين استراتيجية كلٍ من الهروب والتجنب وتحمل المسئولية والشعور بالضغط النفسي، ووجود علاقة دالة سلبية بين استراتيجية كلٍ من التخطيط لحل المشكلة والبحث عن الدعم الاجتماعي والشعور بالضغط النفسي لدى الطلبة.

ثالثا: الدراسات التي تناولت التوافق النفسي:

أ- الدراسات العربية:

1. دراسة (الجاف وآخرون 2012) بعنوان " التوافق النفسي والاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيمياوي لقضاء حلبجة "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيمياوي لقصف حلبجة وكذلك الذين لم يتعرضوا للقصف الكيمياوي والتعرف إلى الفرق في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيمياوي لقضاء حلبجة والذين لم يتعرضوا له والتعرف إلى طبيعة الفرق في التوافق النفسي والاجتماعي، لدى الناجين من القصف الكيماوي لقضاء حلبجة على وفق متغير الجنس. ولتحقيق ذلك قام الباحثان ببناء مقياس للتوافق النفسي والاجتماعي وطبق على عينة بلغت 400 موظف وموظفة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المتعددة المراحل وتم استخراج الخصائص السايكومترية له.

وأظهرت النتائج أن متوسط أفراد العينة أعلى من المتوسط الفرضي للعينة ككل وظهر أيضاً أن متوسط أفراد العينة أعلى من المتوسط الفرضي لدى الذين لم يتعرضوا للقصف الكيماوي، وأن

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

هناك فرقًا بين الناجين من القصف والذين لم يتعرضوا لصالح غير المتعرضين، وفيما يتعلق بمتغير الجنس ظهر بأنه ليس هناك فرق بينهما.

2. دراسة (السراج 2011) بعنوان " استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال بعد الحرب الأخيرة وعلاقتها ببعض المتغيرات".

هدفت هذه الدراسة إلى قياس استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال الذين فقدوا أقارب من الدرجة الأولى أثناء الحرب الأخيرة على غزة، وعلاقتها ببعض المتغيرات كالعمر والجنس ودرجة القرابة، وكذلك التعرض لصدمات أخرى إلى جانب الفقدان، تكونت عينة الدراسة من (211) طفل بين (9–15) عاما من طلاب مدارس وكالة غوث وتشغيل اللاجئين في منطقة شمال وشرق غزة، وتم استخدام عدة مقاييس مقياس استجابة الحزن، ومقياس التوافق النفسي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: أن متوسط درجات الحزن عند الأطفال بلغ (41.9) درجة وهذا يدل على أن الأطفال ليس لديهم حزن متوسط، كما وجدت الدراسة أن استجابة الحزن لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور، وكذلك كانت استجابة الحزن تزداد بازدياد العمر، بينما لا توجد فروقات تُعزى للجنس أو العمر بالنسبة لمقياس التوافق النفسي.

3. دراسة (البليهي 2008) بعنوان " أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأب ناء وعلاقتها بالتوافق النفسي ".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها طلاب المرحلة الثانوية في مدينة بريدة وتوافقهم النفسي، كما هدفت إلى الكشف عن أساليب المعاملة الوالدية الأكثر إسهاماً في توافق الأب ناء موضوع الدراسة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (363) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة بريدة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدم الباحث عدة مقايس أمبولأساليب المعاملة الوالدية، ومقياس التوافق النفسي، وأظهرت النتائج أن الأب ناء متوافقون في جميع محاور التوافق المنزلي والصحي والاجتماعي والانفعالي والتوافق بشكل عام، وكان أفضل أنواع التوافق هوالتوافق الانفعالي ثم التوافق المنزلي ثم التوافق الصحي، وأن جميع محاور التوافق الأربعة وكذلك التوافق بوجه عام لها علاقة إيجابية بجميع أساليب المعاملة الوالدية الإيجابية (السواء) وأن جميعها أيضاً لها علاقة سلبية بجميع أساليب المعاملة الوالدية السلبية (غير السواء) سواءً أكانت من جانب الأباء أم الأمهات.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4. دراسة (صيدم 2005) بعنوان "الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة"

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الخبرات الصادمة، وأنواعها التي تنشأ عند طلبة الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة جراء ممارسات الاحتلال، وعلاقتها ببعض متغيرات الصحة النفسية مثل كرب ما بعد الصدمة، القلق والاكتئاب، واشتملت العينة على 360 من طلبة (195 ذكور، 165 إناث) عن الجامعات الأربعة في قطاع غزة حيث تم اختيار عينة عشوائية طبقية تتراوح أعمارهم بين 18- 24 سنة وكما استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الباحث عدة مقاييس مثل مقياس غزة للخبرات الصادمة ومقياس أعراض القلق والاكتئاب وقد أظهرت النتائج أن نسبة الطلبة الذكور اللذين قد تعرضوا للصدمة بلغت 51.4% بينما بلغت نسبة الطلبة من الإناث اللواتي تعرضن للصدمة 48.8% كما أشارت النتائج إلى أن 56.4% من الطلبة الذكور لديهم خبرات صادمة متوسطة، بينما الإناث بنسبة 52.4%، كما أظهرت الدراسة أن 34.9% من الذكور لديهم خبرات صادمة شديدة وفي حين أن 24.4% من الإناث لديهم خبرات صادمة شديدة. وقد أوجدت الدراسة فروق دالة في مستوى الخبرات الصادمة تُعزى للجنس، وذلك لصالح الذكور من أفراد العينة بينما توجد فروق في مستوى استعادة الخبرة الصادمة تُعزى للجنس، وذلك لصالح الإناث من أفراد العينة.

5. دراسة (حسنين2004) بعنوان " الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية، ومعرفة دور المساندة الأسرية في حماية الطفل كي يتمتع بصحة نفسية جيدة كما تهدف إلى محاولة توفير بعض الأفكار المتعلقة بموضوع الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية، وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل من أجل وضع برامج للأطفال والأسر، وتبلغ عينة الدراسة (450) طفلاً وطفلة تتراوح أعمارهم ما بين 10 – 12عاما تم اختيارهم عشوائيا، وقد استخدمت الباحثة عدة مقاييس مقياس الخبرات الصادمة، مقياس كرب ما بعد الصدمة، مقياس المساندة الأسرية، مقياس العصاب، مقياس روتر لقياس الصحة النفسية، وأظهرت النتائج أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الأطفال الذين تلقوا مساندة أسرية كبيرة بين الأطفال الذين تلقوا مساندة أسرية قليلة بالنسبة للصحة النفسية لصالح الذين تلقوا مساندة أسرية كبيرة، وأن البنات أظهرن صحة نفسية أعلى من البنين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

6. دراسة (ناجية 2002). " أثر الكفالة النفسية على التوافق النفسي الاجتماعي عند الطفل المصدوم جراء العنف الإرهابي"

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن أثر الكفالة النفسية عند الأطفال المصدومين على توافقهم النفسي الاجتماعي، وقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المقارن التحليلي، وهي دراسة مقارنة بين فئتين إحداهما تتكون من أطفال مصدومين تلقوا كفالة نفسية، والأخرى تتكون من أطفال مصدومين لم يتلقوا كفالة نفسية، وتم استخدام عدة مقاييس مقياس الشخصية الذي يقيس التوافق النفسي والاجتماعي، والرسم الحر، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج منها: فمن خلال الدراسة للفروق في التوافق عند الذين تلقوا كفالة، والذين لم يتلقوا كفالة وجد أن الأطفال المصدومين المتكفل بهم نفسياً أكثر توافقاً نفسياً واجتماعياً من المصدومين غير المتكفل بهم نفسيا.

7. دراسة (ثابت وآخرون 2001) بعنوان " الصدمة والصحة النفسية والصمود كعنصر وسيط في الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة".

هدفت هذه الدراسة إلى البحث في معدل انتشار الصدمة وردود الفعل لها، مثل اضطراب كرب ما بعد الصدمة والصحة النفسية عموما ومن ثم البحث في عوامل الصمود من حيث انخفاض القابلية للإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة ومشكلات الصحة النفسية الأخرى ورد الفعل للصدمة، وتكونت عينة الدراسة من(386)، وسجلت الدراسة احتمال الإصابة باضطراب كرب ما بعد صدمة لدى(12.4 %)من الأطفال، ولم تكن هناك فروق بين الجنسين فيما يتعلق بالإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة، وسجلت الدراسة زيادة دالة في الإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة بين الأطفال الأصغر سناً عنها بين الأطفال الأكبر، كما أوضحت النتائج أن إجمالي الدرجات على مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة يتلازم مع الأحدث الصادمة بسبب العدوان الإسرائيلي.

ب- الدراسات الأجنبية:

1-دراسة (EL-Buhaisi 2014) بعنوان " الآثار النفسية واستراتيجيات التأقلم لدى المراهقين الفلسطينيين الناجمة عن الحرب على قطاع غزة ".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الآثار النفسية الناجمة عن حرب غزة على المراهقين الفلسطينيين في قطاع غزة وإلىات التأقلم التي يستخدمونها لمواجهة الاحداث الصادمة عن الناجمة عن العدوان الإسرائيلي، وتكونت عينة الدراسة من 358 مراهقا (بنسبة 55.9 % ذكور و44.1 % إناث) وتتراوح أعمارهم بين 15-18 عام، واعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتم استخدام عدة مقاييس منها مقياس الخبرات الصادمة، مقياس القلق، مقياس الاكتئاب، مقياس كرب ما

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بعد الصدمة، ومقياس التأقلم والتكيف للمراهقين، وتوصلت الدراسة للنتائج الآتية: الحدث الصادم الأكثر تكراراً بسبب العنف الإسرائيلي لدى أفراد العينة هو" مشاهدة صور الجرحى والأشلاء والشهداء في التلفاز " بنسبة 90.8%، ونسبة الأحداث الصادمة بسبب العنف الإسرائيلي 23.4%، وتوصلت الدراسة إلى أن الأحداث الصادمة التالية: (سماعك للقصف المدفعي، سماع اعتقال أو خطف بعض الأشخاص، مشاهد عمليات الاغتيالات لرجال المقاومة من قبل الطائرات، تعرضك للتهجير مع عائلتك، سماعك لأصوات الطائرات الحربية) لها تأثير على درجة القلق النفسي، وكرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين.

2- دراسة (Sheikh , et al, 2014) بعنوان " الصدمة النفسية، التوافق النفسي وأعراض ما بعد الصدمة لدى المهجرين في نيجيريا".

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العوامل الديموغرافية الاجتماعية وعلاقتها باضطراب ما بعد الصدمة، وتحديد الخبرات النفسية الصادمة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، واشتملت الدراسة على عينة مكونة من (250) بالغاً، حيث استخدم الباحث مقياس الأحداث الصادمة ومقياس التوافق النفسي، وقد بينت نتائج الدراسة أن (42%) من العينة تعاني من اضطراب ما بعد الصدمة و(79%) يعانون من ظروف معيشية صعبة و(4.7%) يعانون من سوء التوافق النفسي الاجتماعي، كما بينت الدراسة أن أكثر الأحداث الصادمة التي تعرضت لها العينة هي تدمير الممتلكات الخاصة بنسبة (96%) والتهجير من المدن بنسبة (96%) بينما (88%) من العينة تعرضوا لعنف مباشر و(58%) تعرضوا لأحداث صادمة و(3.7%) تعرضوا لمشاهدة قتل أحد أفراد عائلاتهم.

3- دراسة (Abusoboh, 2013) بعنوان " تأثير الهوية الفلسطينية في تحقيق التوافق النفسي نتيجة الصدمة الناتجة عن العدوان العسكري الإسرائيلي في الضفة الغربية".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى تأثير الهوية الفلسطينية في تحقيق التوافق النفسي نتيجة الصدمة الناتجة عن العدوان العسكري الإسرائيلي في الضفة الغربية بالإضافة إلى ذلك تناولت هذه الدراسة كيفية تعامل الأفراد مع الصدمة على المستوى الجماعي، واستخدمت الدراسة المنهج النوعي لدراسة دور الهوية الجماعية في عملية التكيف النفسي نتيجة الصدمة، وطبقت الدراسة على عينة مكونة من (13) من الفلسطينين في الضفة الذين أصيبوا في الانتفاضة الثانية، وكانت الأدوات التي طبقتها الدراسة المقابلات مع المشاركين وسجلت هذه المقابلات على أساس أرض الواقع، وكان من نتائج الدراسة أن الهوية الوطنية عامل محفز للمشاركة في النضال، دور الأسرة والدعم المجتمعي في تخفيف الآثار التي سببتها الصدمة الناتجة عن العدوان الإسرائيلي العسكري المعتقدات الدينية والسياسية والعضوية الحزبية كعامل مساهم في تحقيق التوافق النفسي للأفراد في أعقاب التعرض للصدمة الناتجة عن العدوان الإسرائيلي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- دراسة (Kravic, et al., 2013) بعنوان" الخبرات الصادمة في مرحلة الطفولة المبكرة ووتأثيرها على الصحة النفسية في مرحلة المراهقة في محافظة سربرنتيشا".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى الخبرات الصادمة في مرحلة الطفولة المبكرة من (سن 1- 5)، وتأثيرها على الصحة النفسية في مرحلة المراهقة في محافظة سربرنتيشا، وكانت العينة مكونة من 100 مراهق في المدرسة من (سن 15-16) وتم تقسيم العينة إلى مجموعتين، مجموعة عاشت في حرب سربرنتيشا، والمجموعة الأخرى لم تعش الحرب، استخدم المقياس الاجتماعي والديموغرافي، مقياس الصدمة، مقياس الاكتئاب، مقياس الشخصية، وقد كانت النتيجة وجود فروق في الخبرات الصادمة بشكل ملحوظ لدى المراهقين في محافظة سربرنتيشا، وكذلك وجود فروق في ردود فعل ما بعد الصدمة ووجود الحيل الدفاعية في كلا المجموعتين مثل الإسقاط، وتشكيل رد الفعل لصالح مراهقي سربرنتيشا.

التعقيب على الدراسات السابقة:

فمن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة بهدف استخدامها كمنطق للدراسة فقد تم مقارنة الدراسات السابقة بالدراسة الحالية من حيث أوجه الاختلاف والشبه.

أولاً: أوجه التشابه في الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

من حيث العينة: فقد اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في تناولها لنفس العينة: (مرحلة الثانوية) كدراسة Ghannam 2013، ودراسة EL-Buhaisi 2014، ولكنها تفردت عن الدراسات السابقة بعدد العينة حيث استهدفت هذه الدراسة الحالية (770 طالبا وطالبة)

من حيث المنهج: فقد اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي حيث تشابهت مع العديد من الدراسات السابقة مثل: دارسة Ghannam 2013، دراسة Altawil 2008، دراسة عبدالله 2007، دراسة أبوهين 2007، دراسة صوإلى 2012، دراسة شعت 2005، دراسة جودة 2004، دراسة الفرحيات وآخرون 2016، الجاف وآخرون 2012، دراسة الطلال 2010، دراسة صيدم 2005، دراسة ثابت وآخرون 2001، دراسة عودة 2013، دراسة EL-Buhaisi 2014

من حيث المتغيرات: فقد اشتركت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في التركيز على بعض المتغيرات كالخبرات الصادمة والتوافق النفسي كدراسة الجاف 2012، دراسة طلال 2010، السراج 2011.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من حيث الأساليب الإحصائية: وبرغم اتفاق الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة إلى حد ما في الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات: (كالمتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، التحليل العاملي، معامل ارتباط بيرسون، التباين الأحادي.

إلا أنها تفردت في الجمع بين الأساليب الإحصائية التالية معاً: (النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي، المتوسط الحسابي النسبي (الوزن النسبي)،معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (Splithalf methods)، معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient)، اختبار ت (T- Test)، تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، اختبار شيفيه، تحليل الانحدار الخطي المتعدد Multiple linear Regression)

أوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

من حيث الهدف: تفردت الدراسة الحالية حسب علم الباحثة واطلاعها على أهدافه الدراسات السابقة، فقد تفردت الدراسة الحالية بالربط بين ثلاثة متغيرات، فقد هدفت هذه الدراسة الحالية للكشف عن الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي 2014 واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي.

من حيث الأدوات: فقد تفردت الدراسة الحالية في استخدامها لمقاييس الدراسة المتعلقة بالمتغيرات الثالثة، فقد اعتمدت الدراسة الحالية على ثلاثة مقاييس.

- مقياس الخبرات الصادمة (إعداد: سفيان أبونجيلة 2001 – أ) إعادة تقنين الباحثة.
- مقياس استراتيجيات المواجهة إعداد (نبيلة أبوحبيب) إعادة تقنين الباحثة.
- مقياس التوافق النفسي (إعداد الباحثة).

من حيث النتائج: فقد لُوحظ تعدد في النتائج التي توصلت إليها الدراسات، نتيجةً لاختلاف هدف وفروض كل منها، فنجد أن الدراسة الحالية اختلفت في بعض نتائجها عن الدراسات السابقة لاختلاف طريقة وضع الفرضيات، فقد تم الربط بين ثلاثة متغيرات الخبرات الصادمة واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي. وبرغم هذا التفرد بنتائج الدراسة كونها ربطت بين ثلاثة متغيرات لم يتم الربط بينهما من قبل على حسب علم الباحثة، إلا أنها اتفقت مع بعض الدراسات في الربط بين متغير استراتيجيات المواجهة، والتوافق النفسي كدراسة أبوالعلا(2012) م والتي أظهرت وجود تأثير مباشر لاستراتيجيات المواجهة على التوافق النفسي.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

فرضيات الدراسة:

- **الفرضية الأولى:** لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) بين تأثير الخبرات الصادمة، وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة وبين التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- **الفرضية الثانية:** لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة: (المتغير المستقل) على استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة: (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- **الفرضية الثالثة:** لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لأبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط: (المتغير المستقل) على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي: (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- **الفرضية الرابعة:** لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة: (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي: (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة.
- **الفرضية الخامسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha< 0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لنوع الجنس (ذكر، أنثى).
- **الفرضية السادسة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة الضغوط ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لنوع الأسرة (نووية، ممتدة).
- **الفرضية السابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر).
- **الفرضية الثامنة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي لأباء الطلبة (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **الفرضية التاسعة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة، ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا).
- **الفرضية العاشرة:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة، ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عمل الأب (يعمل، لا يعمل).
- **الفرضية الحادية عشر:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ضعيف، متوسط، مرتفع).
- **الفرضية الثانية عشر:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمناطق التماس.
- **الفرضية الثالثة عشر:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمدى تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال.
- **الفرضية الرابعة عشر:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha<0.05$) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح: (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع

إجراءات الدراســـة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

مقدمة:

تعرض الباحثة في هذا الفصل الخطوات والإجراءات المتبعة في الجانب الميداني في هذه الدراسة من حيث منهجية البحث العلمي والميداني، ومجتمع الدراسة الأصلي، والعينة التي طبقت عليها الدراسة، والأدوات التي استخدمتها الباحثة بدراستها، والمعالجات الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات لاختبار صدق وثبات الأدوات، وكذلك التوصل إلى النتائج النهائية للدراسة،وضمن الخطوات الاستدلالية التي زودنا بها من برنامج الدراسات العليا وحسب إلمات وخطوات البحث العلمي الصحيح والمتفق عليه، للوصول إلى نتائج دقيقة يمكن لنا أن نقدمها إلى الآخرين مبسطة وذات بناء علمي، وعليه اتبعنا الخطوات التالية:

منهج الدراسة:

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي الذي يحاول الإجابة على السؤال الأساسي في العلم وماهية وطبيعة الظاهرة موضوع البحث. ويشمل ذلك تحليل الظاهرة، وبيئتها، وبيان العلاقة بين مكوناتها، ومعنى ذلك أن الوصف يتم أساساً بالوحدات أوالشروط أوالعلاقات أوالفئات أوالتصنيفات أوالأنساق التي توجد بالفعل، وقد يشمل ذلك الآراء حولها والاتجاهات إزائها، وكذلك العمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها والمتجهات التي بزغ علها، ومعنى ذلك أن المنهج الوصفي يمتد إلى تناول كيف تعمل الظاهرة. (أبوحطب وصادق، 1991، 104-104)

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الأول الثانوي والثاني الثانوي في مدارس الحكومة في قطاع غزة للعام 2015-2016 والبالغ عددهم (56900) طالب وطالبة، فقد بلغ عدد الطلاب الذكور 26043 طالب، في حين بلغ عدد الطلاب الإناث 30857 طالبة، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (1)

يوضح عدد أفراد مجتمع الدراسة في قطاع غزة حسب إحصائية 2016 لوزارة التربية والتعليم

المنطقة	عدد المدارس		عدد الطلاب		المجموع الكلي
	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
شمال غزة	11	12	4537	5449	9986
غرب غزة	11	12	3139	3380	6519
شرق غزة	8	12	3144	3865	7009
الوسطى	11	13	4174	4920	9094
خانيونس	7	7	3276	4457	7733
شرق خانيونس	8	8	1925	2519	4444
رفح	5	10	5848	6267	12115
المجموع	**61**	**74**	**26043**	**30857**	**56900**

عينة الدراسة:

1. العينة الاستطلاعية:

بلغ عدد أفراد العينة الاستطلاعية من (67) طالب وطالبة من طلبة الصفين الأول والثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، حيث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وذلك بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، وهي معاملات الصدق والثبات لأدوات الدراسة.

2. العينة الأساسية للدراسة:

بلغ عدد أفراد عينة الدراسة الكلية (770) طالب وطالبة من الصفين الأول والثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، للعام2015- 2016، فقد تم اختيارهم بالطريقة العينة الطبقية العشوائية، وللتعرف على الخصائص الديمغرافية والسكانية لأفراد العينة سوف نوضح ذلك من خلال التالي:

<u>الخصائص الديمغرافية والسكانية للعينة:</u>

للتعرف إلى الخصائص الديمغرافية والسكانية والأسرية والتعليمية والمهنية لطلاب العينة، سوف يتم عرض النتائج المتعلقة بالخصائص الديمغرافية والسكانية من خلال التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (2) توزيع أفراد العينة حسب الخصائص الديمغرافية (ن=770)

المتغيرات	التصنيف	العدد	النسبة %
نوع الجنس	ذكر	353	%45.9
	انثى	416	%54.1
	المجموع	**770**	**100.0**
الصف الدراسي	الاول ثانوي	687	%88.7
	الثاني ثانوي	80	%10.4
	المجموع	**767**	**100.0**
نوع السكن	بيت	412	%53.6
	شقة	58	%7.6
	مركز ايواء	10	%1.3
	ملك	255	%33.2
	ايجار	33	%4.3
	المجموع	**768**	**100.0**
نوع الأسرة	نووية	471	%62.9
	ممتدة	278	%37.1
	المجموع	**749**	**100.0**
عدد الأفراد	أقل من 4	31	%4.1
	من 5/7	277	%36.4
	8 وأكثر	453	%59.5
	المجموع	**761**	**100.0**
نوع المواطنة	لاجئ	498	%65.1
	مواطن	267	%34.9
	المجموع	**765**	**100.0**

ظهر من خلال الجدول السابق بأن 45.9% من أفراد العينة كانوا من الذكور، بينما 54.1% من أفراد العينة إناث، وبالنسبة للمستوى الدراسي، فقد لُوحظ بأن 88.7% من أفراد العينة يدرسون بالصف الأول الثانوي، بينما 10.4% يدرسون في الصف الثاني الثانوي. وبالنسبة لنوع الأسرة، فقد ظهر بأن 62.9% من أفراد العينة يسكنون في أسر نووية، بينما 37.1% من أفراد العينة يسكون في أسر ممتدة، أما بخصوص عدد الأفراد داخل الأسرة، فقد لُوحظ بأن 4.1% من أفراد العينة كان عدد أفراد أسرهم أقل من أربعة أفراد داخل الأسرة الواحدة، بينما 36.4% من أفراد العينة تراوح عدد أفراد أسرهم بين (5-7) أفراد ، في حين 59.5% من أفراد العينة يوجد داخل أسرهم 8 أفراد فأكثر. أما بخصوص نوع المواطنة، فقد لُوحظ بأن 65.1% من أفراد العينة لاجئين، بينما 34.9% مواطنين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (3) توزيع أفراد العينة حسب الخصائص التعلمية والاقتصادية لوالدي أفراد العينة (ن=770)

المتغيرات	التصنيف	العدد	النسبة
تعليم الأب	ابتدائية وإعدادية وما دون	198	%25.8
	ثانوي	272	%35.4
	جامعي	195	%25.4
	دراسات عليا	103	%13.4
	المجموع	**768**	**100.0**
تعليم الام	ابتدائية وإعدادية وما دون	195	%25.5
	ثانوي	367	%48.0
	جامعي	155	%20.3
	دراسات عليا	48	%6.3
	المجموع	**765**	**100.0**
عمل الأب	موظف حكومة	259	%34.2
	موظف بالقطاع الخاص	65	%8.6
	أعمال حرة	157	%20.7
	لا يعمل	276	%36.5
	المجموع	**757**	**100.0**
عمل الأم	لا تعمل	679	%88.5
	موظفة	88	%11.5
	المجموع	**767**	**100.0**
الوضع الاقتصادي للأسرة	ضعيف	142	%18.7
	متوسط	500	%65.8
	مرتفع	107	%14.1
	مرتفع جدا	11	%1.4
	المجموع	**760**	**100.0**
نوع المواطنة	لاجئ	498	%65.1
	مواطن	267	%34.9
	المجموع	**765**	**100.0**

للتعرف إلى الخصائص التعليمية لوالدي أفراد العينة، فقد لُوحظ بأن 25.8% من آباء أفراد العينة حاصلين على شهادة الإعدادية فما دون، بينما 35.4% من آباء أفراد العينة حاصلين على شهادة الثانوية، في حين 25.4% من آباء أفراد العينة حاصلين على الشهادة الجامعية، و13.4% من آباء أفراد العينة حاصلين على شهادات عليا: (ماجستير فما فوق). أما بالنسبة للمؤهل العلمي لأمهات أفراد العينة، فقد لُوحظ بأن 25.5% من أمهات أفراد حاصلات على شهادة الإعدادية فما دون، بينما 48% من أمهات أفراد العينة حاصلات على شهادة الثانوية، في حين 20.3% من أمهات أفراد العينة حاصلات على الشهادة الجامعية، و6.3% من أمهات أفراد العينة حاصلات على شهادات عليا: (ماجستير فما فوق).

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أما بخصوص الخصائص الاقتصادية لأسر أفراد العينة، فقد لُوحظ بأن 34.2% من آباء أفراد العينة موظفين حكوميين، بينما 8.6% من آباء أفراد العينة موظفين في القطاع الخاص، و20.7% يعملون أعمال حرة، و36.5% من آباء أفراد العينة عاطلين عن العمل. أما بخصوص الأمهات، فقد لُوحظ بأن 88.5% من أمهات أفراد العينة لا يعملن (ربات بيوت)، بينما 11.5% فقط من أمهات أفراد العينة عاملات. أما بخصوص الوضع الاقتصادي للأسرة، فقد لُوحظ بأن 18.7 % من أفراد العينة وضع أسرهم الاقتصادي ضعيف، بينما 65.8% وضعهم الاقتصادي متوسط، و14.1% وضعهم أسرهم الاقتصادي مرتفع، و1.4% مرتفع جداً.

أدوات الدراسة:

في ضوء فروض البحث والمتغيرات التي تضمنتها، كان علينا أن نختار الأدوات الملائمة لجمع المادة، وذلك أن الوسائل المستخدمة في جمع المادة هي التي تستخدم بالفعل في اختيار فروض الدراسة. فالهدف من أية دراسة لا يتحقق إلا من خلال الوسائل التي تستخدم في هذه الدراسة، والتي تمكننا من اختبار فروضها، وطالما أن طبيعة الفروض والعينة والمتغيرات المتضمنة فيها هي التي تتحكم في اختيار الأدوات المناسبة، فكان يجب أن نختار الأدوات والمقاييس المناسبة للبيئة الفلسطينية، ولهذا السبب **فلقد استخدمت الباحثة المقاييس الثلاثة التالية:**

1- مقياس الخبرات الصادمة (إعداد:سفيان أبونجيلة 2001 – أ) إعادة تقنين الباحثة.
2- مقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (إعداد نبيلة أبوحبيب) إعادة تقنين الباحثة.
3- مقياس التوافق النفسي والاجتماعي (إعداد الباحثة)

وفيما يلي عرض لهذه الأدوات والمقاييس موضحين في كل منها أصل المقياس وكيفية إعداده، والبنود والمقاييس الفرعية التي يتضمنها، وصدقه وثباته.

أولاً: مقياس الخبرات الصادمة:

أعد هذا المقياس في الأصل " أبونجيلة"، (لمزيد من التفصيل عن هذا المقياس انظر في قائمة المراجع، أبونجيلة: (2001 – أ) وقامت الباحثة بتقنين هذا المقياس بما يتلاءم مع الدراسة الحالية، ويهدف المقياس إلى التعرف إلىمستوى التعرض للخبرات الصادمة بعد الحرب الاخيرة على قطاع غزة عند طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، فقد تضمن المقياس في صورته النهائية (38) فقرة، حيث يحتوي المقياس على خمسة أبعاد وهي (التعرض الشخصي، التعرض الأسري، التعرض المجتمعي، المشاهدة الأسرية، المشاهدة المجتمعية)، حيث إن كل عبارة في المقياس ترتبط بالتعرض للخبرات الصادمة وأبعاده، وأمام كل عبارة أربع إجابات تبدأ الإجابة الأولي قوي، والثانية متوسط والثالثة ضعيف والرابعة لا تنبطق، ويضع المبحوث أشارة (x) أمام العبارة التي تتفق وتعبر عن مشاعره والعبارات كلها صحيحة، وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق وينتهي بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر. ويتم الإجابة علي واحدة من الخيارات التي أمام العبارة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تصحيح المقياس:

تتراوح درجات هذا المقياس من 0 درجة وحتى 114 درجة، وتقع الإجابة على الاستبانة في اربع مستويات: (قوي، متوسط، ضعيف، لا تنطبق) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين: (ثلاث درجات، صفر درجة)، بمعنى إذا كانت الإجابة (3:قوي، 2:متوسط،1:ضعيف، 0: لا تنطبق)، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع مستوى التعرض للخبرات الصادمة.

جدول (4) يوضح أبعاد مقياس الخبرات الصادمة وفقراته:

م.	أبعاد/متغيرات المقياس	عـــــدد الفقرات	تسلسل الفقرات	
			من	إلى
البعد الأول	تعرض شخصي	11	1	11
البعد الثاني	تعرض أسري	11	12	22
البعد الثالث	تعرض مجتمعي	4	23	26
البعد الرابع	مشاهدة أسري	4	27	30
البعد الخامس	مشاهدة مجتمعي	8	31	38
	الدرجة الكلية	**38**	**1**	**38**

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتعرف إلى الخصائص السيكومترية للمقياس، قامت الباحثة بحساب معاملات الثبات والصدق للمقياس، وستقوم الباحثة بعرض النتائج بالتفصيل من خلال التالي:

1- معاملات الصدق لمقياس الخبرات الصادمة:

للتحقق من معاملات الصدق للمقياس قامت الباحثة بحساب صدق الاتساق الداخلي، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي:

صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الخاص بالفقرة، وذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للبعد. ويوضح الجدول التالي مدى ارتباط الأب عاد للمقياس بالدرجة الكلية للمقياس:

جدول (5) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الخبرات الصادمة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67):

الأب عاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تعرض شخصي	0.79	**0.001
تعرض أسري	0.88	**0.001
تعرض مجتمعي	0.54	**0.001
مشاهدة أسري	0.57	**0.001
مشاهدة مجتمعي	0.55	**0.001

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتبين من الجدول السابق بأن أبعاد مقياس الخبرات الصادمة تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.54 – 0.88)، وهذا يدل على أن أبعاد مقياس الخبرات الصادمة تتمتع بدرجة جيدة من الصدق، بحيث **تجعل الباحثة:** مطمئنة إلى صلاحية تطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة. وبما أن مقياس الخبرات الصادمة لديه خمسة أبعاد فإننا سوف نقوم بإيجاد معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له الفقرة، وسوف يتم عرضه من خلال الجدول التالي:

جدول (6) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67):

تعرض شخصي			**21**	0.65	**0.001**
الفقرة	**معامل ارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**	**22**	0.76	**0.001**
1	0.25	*0.045	**تعرض مجتمعي**		
2	0.39	**0.001	**الفقرة**	**معامل ارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**
3	0.65	**0.001	**23**	0.64	**0.001**
4	0.59	**0.001	**24**	0.70	**0.001**
5	0.08	//0.540	**25**	0.66	**0.001**
6	0.20	//0.107	**26**	0.51	**0.001**
7	0.03	//0.804	**مشاهدة اسري**		
8	0.70	**0.001	**الفقرة**	**معامل ارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**
9	0.58	**0.001	**27**	0.57	**0.001**
10	0.47	**0.001	**28**	0.68	**0.001**
11	0.63	**0.001	**29**	0.69	**0.001**
تعرض اسري			**30**	0.51	**0.001**
الفقرة	**معامل ارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**	**مشاهدة مجتمعي**		
12	0.20	//0.103	**الفقرة**	**معامل ارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**
13	0.56	**0.001	**31**	0.61	**0.001**
14	0.52	**0.001	**32**	0.72	**0.001**
15	0.73	**0.001	**33**	0.11	//0.388
16	0.66	**0.001	**34**	0.34	*0.005
17	0.16	//0.202	**35**	0.32	*0.008
18	0.37	*0.002	**36**	0.48	**0.001
19	0.54	**0.001	**37**	0.13	//0.313
20	0.45	**0.001	**38**	0.62	**0.001

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

أظهرت النتائج الموضحة في الجدول السابق بأن فقرات أبعاد مقياس الخبرات الصادمة تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01،0.05، وهذا يدل على أن فقرات أبعاد مقياس الخبرات الصادمة تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة، ولهذا استخدمت الباحثة المقياس للاجابة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

على أهداف وفرضيات الدراسة، ما عدا الفقرات رقم (5، 6، 7) من بعد تعرض شخصي، والفقرتين رقم (17،12) من بعد تعرض أسري، والفقرتين رقم (37،33) من مشاهدة مجتمعي فقد وجد أنها غير دالة إحصائياً ويجب حذفها من المقياس.

ثانياً: معاملات الثبات للمقياس:

للتحقق من معاملات الثبات للمقياس قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي

1- معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ:

تم تطبيق مقياس الخبرات الصادمة على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الأول والثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، حيث وجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت 0.84 للمقياس الكلي، وهذا دليل على أن مقياس الخبرات الصادمة يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، وبما أن المقياس لديه خمسة أبعاد، فقد تراوحت معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (0.65 – 0.77)، وهذا دليل كافي على أن أبعاد المقياس تتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

2- معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تطبيق مقياس الخبرات الصادمة على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الأول والصف الثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس إلى نصفين، وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، وتم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس، وكذلك لكل بعد على حده، فقد تراوحت معاملات الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان – براون المعدلة للمقياس الكلي (0.71)، وهذا دليل على المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة، في حين تراوحت معاملات الثبات للأبعاد الثمانية (0.62– 0.71)، مما سبق يتبين أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، كما في الجدول التالي، مما يشير إلى صلاحية المقياس لقياس الأب عاد المذكورة أعلاه، وبذلك **اعتمدت الباحثة** هذا المقياس كأداة لجمع البيانات وللإجابة على فروض وتساؤلات الدراسة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (7) معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (الخبرات الصادمة) وأبعاده (ن=67):

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			معامل الارتباط	سبيرمان براون
التعرض الشخصي	8	0.66	0.53	0.69
التعرض الأسري	9	0.77	0.55	0.71
التعرض المجتمعي	4	0.65	0.48	0.65
المشاهدة الأسرية	4	0.68	0.45	0.62
المشاهدة المجتمعية	6	0.70	0.47	0.64
المقياس الكلي	**31**	0.84	0.55	0.71

ثانيا: مقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (إعداد أبو حبيب 2010)، إعادة تقنين الباحثة.

وصف المقياس:

يهدف المقياس إلى التعرف إلى استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة التي يستخدمها طلبة الصفين الأول والثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، ويتضمن المقياس في صورته الأولية (91) فقرة، وتم اختزاله من قبل الباحثة إلى (63) فقرة حيث أن كل عبارة في المقياس ترتبط باستراتيجية محددة من استراتيجيات مواجهة الضغوط، وأمام كل عبارة أربع إجابات تبدأ الإجابة الأولي دائماً والثانية غالبا والثالثة أحياناً والرابعة أبدا/لا، ويضع المبحوث أشارة (x) أمام العبارة التي تتفق وتعبر عن مشاعره وسلوكه والعبارات كلها صحيحة، وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق وينتهي بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر والسلوك. ويتم الإجابة علي واحدة من الخيارات التي أمام العبارة.

تصحيح المقياس:

تتراوح درجات هذا المقياس من 0 **درجة** وحتى **189** درجة، وتقع الإجابة على هذا المقياس حسب متصل ليكرت في أربعة فئات (دائماً، غالباً، أحياناً، أبداً/لا) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين: (ثلاث درجات، و0 درجة)، بمعنى إذا كانت الإجابة (دائماً:3، غالباً:2،أحياناً:1،أبداً:0)، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى لجوء المستجيب إلى استخدام هذه الاستراتيجية، أوتلك في مواجهة المواقف الضاغطة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتعرف إلى الخصائص السيكومترية للمقياس، قامت الباحثة بحساب معاملات الثبات والصدق للمقياس، وستقوم الباحثة بعرض النتائج بالتفصيل من خلال التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

2- معاملات الصدق لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة

للتحقق من معاملات الصدق للمقياس قامت الباحثة بحساب صدق التحليل العاملي، صدق الاتساق الداخلي، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي:

أولاً: صدق التحليل العاملي:

للتحقق من البناء العاملي لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة تم استخدم التحليل العاملي Factor analysis لبنود المقياس لمعرفة البنية العاملية للمقياس، حيث تعد هذه الطريقة من أفضل الطرق العملية للكشف عن مكونات أدوات الدراسة، ووظيفة التحليل العاملي هي الإجابة عن سؤال محدد وهو: ما أقل عدد من الأب عاد التي يمكن أن تعبر كل منها عن عدد من بنود الأداة؟، وهي تعطى مؤشراً جيداً لصدق البناء لأدوات البحث (Jensen, 1980).

واستخدمت طريقة المكونات الأساسية Principal Components Analysis (ن = 770) لتحليل بنود المقياس، ثم أديرت المكونات تدويراً متعامداً بطريقة فاريماكس Varimax، وذلك إذا اشتملت المصفوفة العاملية على أكثر من عامل، واختير معيار 0.3 بوصفه أقل قيمة مقبولة لتشبع البند بالعامل (Stevens, 1995, p. 367)، كما عدت أقل قيمة مقبولة للجذر الكامن بحسب "قانون كايزر" Kaiser Rule هي: 1.0، كما اشترط أن يشتمل العامل على ثلاثة تشبعات جوهرية على الأقل (Stevens, 1995, p. 367)، ويبين الجدول التالي نتائج التحليل العاملي.

جدول (8) يوضح نتائج التحليل العاملي لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة لطلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في قطاع غزة (ن = 770):

	عوامل مقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	عدد الفقرات	قبل التدوير		بعد التدوير	
			الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر %	الجذر الكامن	نسبة التباين المفسر %
1	التعامل الانفعالي السلبي	17	5.63	9.70	4.58	7.90
2	الإنكار والسخرية	11	3.84	6.63	3.42	5.90
3	التروي والتقبل	11	2.86	4.93	2.44	4.20
4	المساندة الاجتماعية	6	1.95	3.37	2.42	4.18
5	الاستراتيجية الدينية	6	1.78	3.07	2.40	4.14
6	إعادة التقييم الإيجابي	6	1.56	2.70	2.37	4.08
	المقياس الكلي	57	%30.40		%30.40	

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

يتضح من الجدول السابق أنه تم استخراج ستة عوامل لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة، فسرت نسبة 30.9% من التباين الكلي، حيث تراوحت قيم الجذر الكامن للعوامل الأربعة بين (2.37–4.58) وبنسبة شيوع لجميع الفقرات 17.63%، فقد تم استبعاد 5 فقرات لعدم تشبعها مع العوامل المستخرجة وهي (53، 62، 81، 92، 100)، فكانت نتائج التحليل العاملي بعد حذف هذه الفقرات كالتالي:

جدول (9) مصفوفة عوامل الدرجة الأولى لبنود مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة قبل التدوير وبعد التدوير (ن=770):

نسبة الشيوع %	بعد التدوير						قبل التدوير						الرقم
	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	
0.24		.423						-.337					39
0.37		.568						-.342			.350		40
0.26		.489									.392		41
0.38		.604					.359	-.322			.337		42
0.28		.490									.411		43
0.31						.522						.508	44
0.21						.376						.377	45
0.31						.532						.483	46
0.35						.559						.493	47
0.42						.611						.530	48
0.28						.409				-.338			49
0.26						.429						.336	50
0.36	.372					.421						.381	51
0.26						.446						.415	52
0.43						.634						.525	54
0.42						.620				-.351		.498	55
0.41						.557						.511	56
0.36						.528						.510	57
0.28						.416						.455	58
0.44				.584					.422				59
0.33				.517					.421				60
0.42				.626					.511			.343	61
0.22						.329						.441	63
0.32		.467									.472		64
0.33	.448	.332									.448		65
0.20											.397		66
0.23						.393						.471	67
0.30					.360							.382	68
0.32		.305			.429					.478			69
0.27					.340		.306						70
0.20						.387						.408	71
0.43					.648					.554			72
0.40					.621					.439		.348	73
0.35					.586					.462			74
0.44					.608					.437	-.406		75
0.34					.569					.377		.322	76
0.25	.492							.426					77
0.23	.405							.313					78
0.27	.500							.371			.345		79
0.23	.460							.342			.319		80
0.27					.422							.374	82
0.19					.375							.333	83
0.29					.342	.353						.402	84
0.26					.381								85

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الرقم	قبل التدوير						بعد التدوير						نسبة الشيوع %
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	
86										.376			0.17
87		.493								.422			0.30
88		.396								.374		.308	0.26
89		.378										.322	0.22
90				.429					.536				0.33
91	.313			.363					.486				0.27
93	.362			.445					.538				0.36
94		.307				-.324				.558			0.33
95						-.308				.446			0.26
96		.455				-.311				.557			0.36
97		.417								.479			0.30
98	.334									.321			0.23
99						-.349				.463			0.26
101												.390	0.26
الجذر الكامن	5.63	3.84	2.86	1.95	1.78	1.56	4.58	3.42	2.44	2.42	2.40	2.37	17.63
نسبة التباين الكلي %	9.70	6.63	4.93	3.37	3.07	2.70	7.90	5.90	4.20	4.18	4.14	4.08	30.40

وقد قامت الباحثة بجمع العامل الأول، وهويعبر عن التعامل الانفعالي السلبي والعامل الثاني الإنكار والسخرية في بعد واحد وهو:(استراتيجيات قائمة على الانفعال)، أما العوامل الأربعة الأخرى وهي: (الثالث والرابع والخامس والسادس) فقد تم جمعهما تحت بعد واحد وهو: (الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات)، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (10) يوضح أبعاد مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وفقراته:

الرقم	الأب عاد		رقم العبارة	عدد الفقرات	أقصى درجة
1	**استراتيجيات قائمة على الانفعال**	التعامل الانفعالي	44،45،46،47،48،49،50،51،52،54،55،56، 57،58،67،71،84	17	51
		الإنكار والسخرية	68،69،70،72،73،74،75،76،82،83،85	11	33
	المجموع الكلي للاستراتيجيات القائمة على الانفعال			**28**	**84**
2	**استراتيجيات قائمة على حل المشكلات**	التروي والتقبل	66،86،87،88،89،92،94،95،96،97،99	11	33
		المساندة الاجتماعية	59،60،61،90،91،93	6	18
		الاستراتيجية الدينية	65،77،78،79،80،101	6	18
		إعادة التقييم الإيجابي	39،40،41،42،43،64	6	18
	المجموع الكلي للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات			**29**	**87**
	المجموع الكلي لعبارات المقياس			**57**	**171**

صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الخاص بالفقرة، وذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للبعد. ويوضح الجدول التالي مدى ارتباط الأب عاد للمقياس بالدرجة الكلية للمقياس:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (11) معاملات الارتباط بين أبعاد البعد الكامن قائمة استراتيجيات على الانفعال لمقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67):

الأب عاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التعامل الانفعالي	0.90	**0.001
الإنكار والسخرية	0.67	**0.001

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

يتبين من الجدول السابق بأن أبعاد البعد الكامن الاستراتيجيات القائمة على الانفعال للمقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.67 – 0.90)، وهذا يدل على أبعاد البعد الكامن الاستراتيجيات القائمة على الانفعال تتمتع بدرجة جيدة من الصدق، بحيث تجعل الباحثة مطمئنة إلى صلاحية تطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة. وبما أن البعد الكامن للاستراتيجيات القائمة على الانفعال لديه بعدين فإنه سوف نقوم بإيجاد معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له الفقرة، وسوف يتم عرضه من خلال الجدول التالي:

جدول (12) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67):

التعامل الانفعالي			**0.001	0.45	71
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	//0.173	0.17	84
44	0.64	**0.001	الإنكار والسخرية		
45	0.56	**0.001	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
46	0.52	**0.001	68	0.52	**0.001
47	0.70	**0.001	69	0.49	**0.001
48	0.70	**0.001	70	0.37	*0.003
49	0.61	**0.001	72	0.48	**0.001
50	0.57	**0.001	73	0.74	**0.001
51	0.53	**0.001	74	0.64	**0.001
52	0.64	**0.001	75	0.59	**0.001
54	0.63	**0.001	76	0.52	**0.001
55	0.57	**0.001	82	0.44	**0.001
56	0.45	**0.001	83	0.36	*0.004
57	0.46	**0.001	85	0.56	**0.001
58	0.41	**0.001	–		
67	0.45	**0.001	–		

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أظهرت النتائج الموضحة في الجدول السابق بأن فقرات أبعاد الاستراتيجيات القائمة على الانفعال تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 و0.01، وهذا يدل على أن فقرات البعد الأول والثاني تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة، ما عدا الفقرات رقم (84) وهي من بعد التعامل الانفعالي السلبي فهي غير دالة إحصائياً ويجب حذفها من البعد.

جدول (13) معاملات الارتباط بين أبعاد البعد الكامن استراتيجيات القائمة على حل المشكلات لمقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة والدرجة الكلية للمقياس (ن=67):

الأب عاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التروي والتقبل	0.81	**0.001
المساندة الاجتماعية	0.55	**0.001
الاستراتيجية الدينية	0.61	**0.001
إعادة التقييم الإيجابي	0.46	**0.001

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دال إحصائياً عند 0.05

يتبين من الجدول السابق الذي يبين عوامل بعد الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، بأنها تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.46 – 0.81)، وهذا يدل على أن عوامل بعد الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تتمتع بدرجة جيدة من الصدق، بحيث **تجعل الباحثة:** مطمئنة إلى صلاحية تطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة. وبما أن بعد الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تتضمن أربعة عوامل فإنه سوف نقوم بإيجاد معاملات الارتباط بين فقرات كل عامل مع الدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي له الفقرة، وسوف يتم عرضه من خلال الجدول التالي:

جدول (14) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات

كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67):

التروي والتقبل			91	0.65	**0.001
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	93	0.64	**0.001
66	0.43	**0.001	الاستراتيجية الدينية		
86	0.39	**0.001	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
87	0.31	*0.012	65	0.58	**0.001
88	0.52	**0.001	77	0.41	**0.001
89	0.54	**0.001	78	0.62	**0.001
92	0.12	//0.329	79	0.46	**0.001
94	0.63	**0.001	80	0.44	**0.001

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

95	0.40	**0.001	101	0.65	**0.001
96	0.59	**0.001	إعادة التقييم الإيجابي		
97	0.59	**0.001	الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
99	0.51	**0.001	39	0.66	**0.001
المساندة الاجتماعية			40	0.80	**0.001
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	41	0.54	**0.001
59	0.65	**0.001	42	0.70	**0.001
60	0.50	**0.001	43	0.51	**0.001
61	0.58	**0.001	64	0.35	**0.004
90	0.64	**0.001	-		

أظهرت النتائج الموضحة في الجدول السابق بأن فقرات عوامل بعد الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01،0.05، وهذا يدل على أن فقرات أبعاد البعد الكامن لاستراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة، ولهذا استخدمت الباحثة المقياس للاجابة على أهداف وفرضيات الدراسة، ما عدا الفقرات رقم (92) من التروي والتقبل، فقد وجد أنها غير دالة إحصائياً ويجب حذفها من المقياس.

ثانياً: معاملات الثبات للمقياس:

للتحقق من معاملات الثبات للمقياس قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي

معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ:

تم تطبيق مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في قطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، فقد تراوحت معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (0.64 – 0.85)، وهذا دليل كافي على أن أبعاد المقياس تتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تطبيق مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس إلى نصفين، وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، وتم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس، وذلك لكل بعد على حده، فقد تراوحت معاملات الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان – براون

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المعدلة، في حين تراوحت معاملات الثبات للأبعاد الستة (0.60 – 0.74)، مما سبق يتبين أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، كما في الجدول التالي، مما يشير إلى صلاحية المقياس لقياس الأب عاد المذكورة أعلاه، وبذلك **اعتمدت الباحثة:** هذا المقياس كأداة لجمع البيانات وللإجابة على فروض وتساؤلات الدراسة.

جدول (15) معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية: (استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة) وأبعاده (ن=67):

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			معامل الارتباط	سبيرمان براون
التعامل الانفعالي السلبي	16	0.85	0.59	0.74
الإنكار والسخرية	11	0.73	0.43	0.60
التروي والتقبل	10	0.65	0.45	0.62
المساندة الاجتماعية	6	0.66	0.47	0.63
الاستراتيجية الدينية	6	0.64	0.44	0.61
إعادة التقييم الإيجابي	6	0.65	0.55	0.71

ثالثا: مقياس التوافق النفسي. (إعداد الباحثة) :

خطوات إعداد المقياس:

- قامت الباحثة بمراجعة ما أتيح لها من الأدب التربوي والسيكولوجي والاجتماعي المرتبط بمتغيرات الدراسة، الذي ساعد على تكوين خلفية علمية لموضوع الدراسة.
- قامت الباحثة بالرجوع إلى بعض الدراسات والأب حاث المحلية والعربية والعالمية ذات العلاقة بمتغيرات الدراسة للاستفادة منها في بناء الأدوات.
- ومن تلك المقاييس التي تم الرجوع إليها: (مقياس التوافق النفسي إعداد زينب شقير 2003، مقياس التوافق النفسي لازاروس، مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي إعداد على الديب 1988، اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي للراشدين إعداد علي الديب 1988، ، مقياس التوافق النفسي إعداد منال السكني 2013، مقياس التوافق إعداد صفاء صيام 2010)
- و قامت الباحثة بتعريف التوافق النفسي، و هو قدرة الفرد على إحداث حالة من التوازن والانسجام ما بين المطالب الذاتية، ومتطلبات الواقع المؤثرين ببعهم البعض تبعاً لمقتضيات التوازن الذي يمكنه من تحقيق الرضا، في ظل إشباعه لحاجاته النفسية، واستمتاعه بحياة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية تمكنه من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية .

- وفي ضوء التعريف الإجرائي لمتغير الدراسة قامت الباحثة بصياغة مجموعة من الفقرات.
- قامت الباحثة بالتحقق من صدق الأداة وثباتها من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الأول الثانوي والصف الثاني الثانوي، تم اختيارهم بشكل عشوائي، وصيغت الأداة في صورتها النهائية.

وصف المقياس:

يهدف المقياس إلى التعرف إلى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الصف الأول والثاني الثانوي في مدارس الحكومة بقطاع غزة، وتضمن المقياس في صورته الأولية (35) فقرة، ويحتوى المقياس على خمسة أبعاد، حيث أن كل عبارة في المقياس ترتبط بالتوافق النفسي والاجتماعي، وأمام كل عبارة خمسة إجابات تبدأ الإجابة الأولي دائماً والثانية غالباً والثالثة أحياناً والرابعة قليلاً والخامسة أبداً، ويضع المبحوث أشارة (x) أمام العبارة التي تتفق وتعبر عن مشاعره وسلوكه والعبارات كلها صحيحة، وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق، وينتهي بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر والسلوك. ويتم الإجابة علي واحدة من الخيارات التي أمام العبارة.

تصحيح المقياس:

تتراوح درجات هذا المقياس من 0 درجة وحتى 140درجة، وتقع الإجابة على هذا المقياس في خمسة مستويات: (دائماً، غالباً، أحياناً، قليلاً، أبداً) وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين (أربعة درجات، و0 درجة)، بمعنى إذا كانت الإجابة (4:دائما، 3:غالبا،2:أحياناً، 1:قليلاً، 0:أبداً)، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى إدراك المستجيب حول ارتفاع مستوى التوافق النفسي الاجتماعي، فقرات كل بعد موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (16) يوضح أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي وفقراته:

الرقم	المشكلة	عدد الفقرات
1	التوافق الشخصي والانفعالي	**7**
2	التوافق الجسمي	**7**
3	التوافق الأسري	**8**
4	التوافق الاجتماعي	**7**
5	التوافق المدرسي	**7**

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتعرف إلى الخصائص السيكومترية للمقياس، قامت الباحثة بحساب معاملات الثبات والصدق للمقياس، وستقوم الباحثة بعرض النتائج بالتفصيل من خلال التالي:

أولاً: معاملات الصدق لمقياس التوافق النفسي:

للتحقق من معاملات الصدق للمقياس قامت الباحثة بحساب الصدق بطريقتين وهما، صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي:

1. صدق المحكمين:

عرضت الباحثة: المقياس على مجموعة من المحكمين من أعضاء الهيئة التدريسية في كلٍ من: {جامعة الأزهر– جامعة هيروفورشاير بريطانيا – جامعة حلب سوريا – جامعة عين شمس (مصر) – جامعة الأقصى – جامعة القدس المفتوحة} وعلى مختصين في العلوم الإنسانية (تخصص علم نفس) والبحث العلمي، وقد **استجابت الباحثة:** لآراء السادة المحكمين، انظر إلى الملحق رقم (1)، وقامت بإجراء ما يلزم من حذف وتعديل في ضوء مقترحاتهم بعد تسجيلها في نموذجه، وبذلك خرج المقياس في صورته النهائية ليتم تطبيقه على العينة الاستطلاعية، في صورتها قبل النهائية.

1.2صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات البعد والدرجة الكلية للبعد الخاص بالفقرة، وذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للبعد. ويوضح الجدول التالي مدى ارتباط الأب عاد للمقياس بالدرجة الكلية للمقياس:

جدول (17) معاملات الارتباط بين فقرات أبعاد مقياس مقياس التوافق النفسي والاجتماعي والدرجة الكلية للمقياس (ن=67):

أبعاد المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي والانفعالي	0.69	0.001**
التوافق الجسمي	0.78	0.001**
التوافق الأسري	0.68	0.001**
التوافق الاجتماعي	0.51	0.001**
التوافق المدرسي	0.63	0.001**

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05

يتبين من الجدول السابق بأن أبعاد مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.51– 0.78)، وهذا يدل على أن أبعاد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تتمتع بدرجات جيدة من الصدق، بحيث **تجعل الباحثة:** مطمئنة إلى صلاحية تطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة. وبما أن مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لديه خمسة أبعاد، فقد تم إجراء معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأبعاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (18) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من الأب عاد والدرجة الكلية لكل بعد على حده (ن=67):

التوافق الشخصي والانفعالي		
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
102	0.27	*0.031
103	0.33	*0.008
104	0.62	**0.001
105	0.75	**0.001
106	0.81	**0.001
107	0.73	**0.001
108	0.76	**0.001
التوافق الجسمي		
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
109	0.61	**0.001
110	0.47	**0.001
111	0.81	**0.001
112	0.56	**0.001
113	0.66	**0.001
114	0.68	**0.001
115	0.39	**0.001
التوافق الأسري		
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
116	0.47	**0.001
117	0.41	**0.001
118	0.72	**0.001
119	0.29	*0.024
121	0.49	**0.001
122	0.64	**0.001
123	0.45	**0.001
التوافق الاجتماعي		
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
124	0.45	**0.001
125	0.43	**0.001
126	0.17	//0.170
127	0.58	**0.001
128	0.43	**0.001
129	0.41	**0.001
130	0.60	**0.001
التوافق المدرسي		
الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
131	0.19	//0.119
132	0.56	**0.001
133	0.64	**0.001
134	0.39	**0.001
135	0.74	**0.001
136	0.77	**0.001
137	0.40	**0.001

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05

أظهرت النتائج الموضحة في الجدول السابق بأن فقرات أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01،0.05، وهذا يدل على أن فقرات أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي تتمتع بمعاملات صدق مرتفعة، ولهذا استخدمت الباحثة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس للاجابة على تساؤلات الدراسة للتحقق من فرضيات الدراسة، ما عدا الفقرة رقم (126) من بعد التوافق الاجتماعي، والفقرة رقم (131) من بعد **التوافق المدرسي**. فقد وجد أنها غير دالة إحصائياً ويجب حذفها من المقياس.

ثانياً: معاملات الثبات للمقياس:

للتحقق من معاملات الثبات للمقياس قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقتين وهما، طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، وسوف نعرضها بالتفصيل من خلال التالي:

أولاً: معاملات الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ:

تم تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الأول والصف الثاني الثانوي في المدارس الحكومية بقطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس عليهم، تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات للمقياس الكلي وكذلك لكل بعد على حده، حيث وجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس الكلي تساوي 0.82، وهذا دليل على أن مقياس التوافق النفسي والاجتماعي يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، وبما أن المقياس لديه خمس أبعاد، فقد تراوحت معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (0.61– 0.75)، وهذا دليل كافٍ على أن أبعاد المقياس تتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

ثانياً: معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم تطبيق مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على عينة استطلاعية قوامها (67) من طلبة الصف الأول والصف الثاني الثانوي في المدارس الحكومية في قطاع غزة، وبعد تطبيق المقياس عليهم، تم حساب معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس إلى نصفين، وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، حيث تم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للمقياس وكذلك لكل بعد على حده، فقد بلغت قيمة معامل الثبات بعد تطبيق معادلة سبيرمان – براون المعدلة للمقياس الكلي (0.66)، وهذا دليل كافي على أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مرتفعة، في حين تراوحت معاملات الثبات للأبعاد الستة (0.60– 0.74)، مما سبق يتبين أن المقياس بفقراته يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، كما في الجدول التالي، مما يشير إلى صلاحية المقياس لقياس الأب عاد المذكورة أعلاه، وبذلك **اعتمدت الباحثة:** هذا المقياس كأداة لجمع البيانات وللإجابة على فروض وتساؤلات الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (19) معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي وأبعاده (ن=67):

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			معامل الارتباط	سبيرمان براون
التوافق الشخصي والانفعالي	7	0.75	0.59	0.74
التوافق الجسمي	7	0.71	0.50	0.67
التوافق الأسري	8	0.64	0.50	0.67
التوافق الاجتماعي	6	0.64	0.43	0.60
التوافق المدرسي	6	0.61	0.58	0.74
الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي	**34**	**0.82**	**0.50**	**0.66**

الصعوبات التي واجهت الباحثة:

- صعوبة الوصول لبعض المناطق المستهدفة بالدراسة حيث استهدفت الباحثة قطاع غزة، كمنطقة القرية البدوية في بيت لاهيا، وكذلك منطقة خزاعة أقصى شرق خانيونس، وكذلك الحال بالنسبة لمنطقة جحر الديك.
- حالة الفوضى والضوضاء في بعض المدارس، وبالتالي أجواء من عدم التركيز لتعبئة الاستبانة مما دفع إسقاط تلك الاستبانات من الدراسة.

الأساليب الإحصائية:

قامت الباحثة بتفريغ وتحليل المقاييس من خلال برنامج التحليل الإحصائي Statistical Package for the Social Sciences **(SPSS 21.0)**، وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1- **إحصاءات وصفية منها:** النسبة المئوية والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي.
2- **المتوسط الحسابي النسبي (الوزن النسبي):** ويفيد في معرفة مقدار النسبة المئوية لكل مجال من المجالات.
3- **معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha):** لمعرفة ثبات فقرات الاختبار.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

4- **معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (Splithalf methods)**: يتم استخدامه للتأكد من أن الاستبانة لديها درجات ثبات مرتفعة.

5- **معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient)**: للتحقق من صدق الاتساق الداخلي بين فقرات الاختبار والدرجة الكلية للاستبانة ولقياس درجة الارتباط. يستخدم هذا الاختبار لدراسة العلاقة بين المتغيرات.

6- **تحليل الانحدار** الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية (stepwise).

7- **اختبار ت (T- Test): لبيان دلالة الفروق بين متوسطات عينتين مستقلتين**: وذلك للتعرف إلى مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير النوع: (ذكر، أنثى).

8- **تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)**: لبيان دلالة الفروق بين متوسطات ثلاث عينات فأكثر، للتعرف إلى مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى للمتغيرات الديمغرافية.

9- **اختبار شيفيه**: لمعرفة اتجاه الفروق ودلالتها بين فئات كل متغير من متغيرات العوامل الديمغرافية، وتأثيرها على مجالات الاستبانة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

نتائـج الدراسـة ومناقشتهـا وتفسيرهـا

- ❖ نتائج تساؤلات الدراسة.
- ❖ نتائج فرضيات الدراسة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفصل الخامس

عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

مقدمة:

فيما يلي عرض للنتائج التي تم الحصول عليها باستخدام أدوات الدراسة والمعالجات الإحصائية وفقاً لأسئلة الدراسة وفرضياتها، وسيتم عرض النتائج الخاصة بتساؤلات الدراسة ثم عرض النتائج الخاصة بفرضيات الدراسة من خلال التالي:

أولاً: تساؤلات الدراسة:

التساؤل الأول: ما درجة الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة والتوافق النفسي والاجتماعي عند طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بقطاع غزة؟

للتعرف إلى مستوى الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة، ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بقطاع غزة، قامت الباحثة بحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لكل مقياس وأبعاده، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (20) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية للمقياس الدراسة وأبعادهما (ن= 770)

المقياس	أبعاد المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الترتيب
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	8	24	17.71	4.74	73.81	3
	تعرض أسري	9	27	24.07	6.23	89.15	2
	تعرض مجتمعي	4	12	6.03	2.23	50.22	5
	مشاهدة أسري	4	12	11.16	2.84	92.98	1
	مشاهدة مجتمعي	6	18	11.73	3.50	65.16	4
	الدرجة الكلية للمقياس" الخبرات الصادمة"	31	93	70.70	14.83	76.02	-
استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	1.التعامل الانفعالي السلبي	16	48	36.78	8.50	76.62	2
	2.الإنكار والسخرية	11	33	32.42	5.79	98.25	1
	الدرجة الكلية للبعد الأول "قائمة استراتيجيات على الانفعال"	27	81	69.28	11.52	85.53	-
	1.التروي والتقبل	10	30	19.97	4.48	66.57	2
	2.المساندة الاجتماعية	6	18	11.99	3.65	66.59	1

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	أبعاد المقياس	عدد الفقرات	الدرجة الكلية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي%	الترتيب
	3.الاستراتيجية الدينية	6	18	9.48	2.34	52.68	4
	4.إعادة التقييم الإيجابي	6	18	10.10	2.98	56.09	3
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"	28	84	51.53	8.93	61.34	-
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	7	28	19.24	5.33	68.70	3
	التوافق الجسمي	7	28	22.10	5.54	78.93	1
	التوافق الأسري	8	32	21.15	3.59	66.09	4
	التوافق الاجتماعي	6	24	14.13	3.69	58.88	5
	التوافق المدرسي	6	24	17.60	4.51	73.33	2
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	34	136	94.42	14.68	69.42	-

يتم حساب الوزن النسبي بقسمة الوسط الحسابي لكل بعد على الدرجة الكلية لكل بعد ثم ضرب الناتج في 100

<u>بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):</u>

أظهرت النتائج إلى أن متوسط درجات مقياس الخبرات الصادمة لأفراد العينة بلغ 70.70 درجة وبانحراف معياري 14.83 درجة وبوزن نسبي بلغ 76.02%، وهذا يدل على أن طلبة المرحلة الثانوية تعرضوا لخبرات صادمة بدرجة مرتفعة، وبما أن المقياس لديه خمسة أبعاد، فقد احتل بعد الخبرات الصادمة عن طريق (المشاهدة الأسرية) المرتبة الأولى بوزن نسبي 92.98%، ويليه في المرتبة الثانية بعد (تعرض أسري) بوزن نسبي 89.15%، وثم جاء في المرتبة الثالثة بعد (التعرض الشخصي) بوزن نسبي 73.81%، ويليه في المرتبة الرابعة بعد (مشاهدة مجتمعي) بوزن نسبي بلغ 65.16%، ويليه في المرتبة الخامسة بعد (تعرض مجتمعي) بوزن نسبي بلغ 50.22%. وبالنظر إلى النتائج نلاحظ بأن طلبة المرحلة الثانوية تعرض أسرهم لخبرات صادمة وبدرجة مرتفعة، كما لُوحظ تعرض أفراد العينة لخبرات صادمة عن طريق مشاهدة أسرهم وبدرجة مرتفعة، أما بخصوص التعرض الشخصي، فقد لُوحظ بأنهم تعرضوا لخبرات صادمة مباشرة بدرجة أكبر من متوسطة، في حين جاءت أقل نسب تعرضوا لها عن طريق المجتمع سواءً أكان بالتعرض المباشر أم عن طريق المشاهدة للمجتمع وجاءت بدرجة متوسطة.

- ويتضح من الجدول السابق أن طلبة المرحلة الثانوية تعرضوا لمستوى عالي من الخبرات الصادمة خلال حرب 2014 على غزة، وتعزوالباحثة هذه النتيجة إلى أن معظم سكان قطاع

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

غزة تعرضوا بشكل متكرر لخبرات ومواقف صادمة وضاغطة جداً، فهذه الحرب لم تترك وسيلة من العنف إلا وقد استخدمت ضد أهإلى قطاع غزة حيث القصف العشوائي ومشاهدة للشهداء والأشلاء والمصابين، وهدم البيوت والتشتت والتجريف للأراضي، فكل هذه المشاهد والأحداث ساهمت في ارتفاع معدل الخبرة الصادمة لدى أهإلى قطاع غزة خلال حرب(2014)م .

- وكذلك **ترى الباحثة:** أن طبيعة الفئة العمرية للطلبة في المرحلة الثانوية فهم لا يزالون في مرحلة المراهقة، ولم يصلوا لمرحلة الاستقلإلية التامة، والتي لم تمكنهم من تكوين استعدادية سيكولوجية وخبرة تعامل مع الصدمات جعلتهم عرضة أكثر للخبرات الصادمة، وكذلك واقع الحرب شكل مناخ غني بالإشكإلات ذات الأثر المباشر وغير المباشر وأن فئات العمر الدنيا أكثر تأثراً واستجابةً للخبرات الصادمة خلال حرب(2014)م .

- **وتتفق هذه النتيجة** مع العديد مع الدراسات التي أجريت في البيئة الفلسطينية ومنها دراسة حجازي 2004، ودراسة حسنين 2004، دراسة البحيصي (2014)م، ودراسة ثابت والسراج 2008.

- وكذلك اتفقت مع دراسة عودة 2010 والتي توصلت إلى أن نسبة الخبرة الصادمة كانت متوسطة 62.14%، وترجع الباحثة الاختلاف في النسبة يرجع لخصوصية حرب (2014)م، على غزة من حيث المدة وطبيعة الأحداث الصادمة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة):

أظهرت النتائج إلى أن متوسط درجات البعد الكامن الأول وهي الاستراتيجيات القائمة على الانفعال لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة بلغ 69.28 درجة وبانحراف معياري 11.52 درجة، بوزن نسبي بلغ 85.53% وهذا يدل على أن طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على الانفعال بدرجة كبيرة، فقد أحتلت استراتيجية الإنكار والسخرية المرتبة الأولى بوزن نسبي 98.25%، ويليه استراتيجية التعامل الانفعالي السلبي بوزن نسبي 76.62 %. **أما بالنسبة** للبعد الكامن الثاني وهو(الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) فقد بلغ متوسط درجاتها 51.53 درجة وبانحراف معياري 8.93 درجة، وبوزن نسبي بلغ 61.34%، وهذا يدل على طلبة المرحلة الثانوية يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات بدرجة متوسطة عند مواجهة المواقف الضاغطة، وبما أن الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، لديها أربعة أبعاد، فقد أحتلت استراتيجية المساندة الاجتماعية المرتبة الأولى بوزن نسبي 66.59%، ويليها في المرتبة الثانية استراتيجية التروي وبوزن نسبي 66.57%، وفي المرتبة الثالثة جاءت استراتيجية إعادة التقييم الإيجابي بوزن نسبي 56.09%، في حين جاءت في المرتبة الرابعة الاستراتيجية الدينية بوزن نسبي 52.68%.

- **وتعزوالباحثة** استخدام طلبة المرحلة الثانوية لاستراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال، إلى طبيعة المرحلة العمرية للفئة وخبراتهم البسيطة في التعايش مع الضغوط، وعدم قدرتهم على مجابهة الضغوط، تجعلهم يلجؤون للاستراتيجيات القائمة على الانفعال وبخاصةٍ استراتيجية الإنكار والسخرية.
- وفي هذا يشير (Mahmoud Boudarene,2005 أن استراتيجية الإنكار تشبه استراتيجية الهروب حيث تعمل على تأجيل المشكلة حيث يسعى الفرد لتغيير المعنى الحقيقي للوضعية الضاغطة بتجاهل خطورة الموقف أو رفض الاعتراف بما حدث فعلاً.
- واتفقت هذه النتيجة مع دراسة مريم 2007، ودراسة جودة 2004، واختلفت مع دراسة King 1991

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):

أظهرت النتائج إلى أن متوسط الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بقطاع غزة بلغ 94.42 درجة وبانحراف معياري 14.68 درجة، بوزن نسبي 9.42 % وهذا يدل على أن مستوى التوافق النفسي والاجتماعي عند طلبة المرحلة الثانوية بقطاع غزة كان بشكل متوسط، وبما أن مقياس التوافق النفسي لدية خمسة أبعاد، فقد احتل بعد التوافق الجسمي المرتبة الأولى بوزن نسبي 78.93%، بينما أحتل بعد التوافق المدرسي المرتبة الثانية وبوزن نسبي 73.33%، وجاء في المرتبة بعد التوافق الشخصي والانفعالي بوزن نسبي 68.70%، وجاء في المرتبة الرابعة بعد التوافق الأسري بوزن نسبي 66.09%، في حين جاء في المرتبة الخامسة الأخيرة بعد التوافق الاجتماعي بوزن نسبي 58.88%.

- **وتعزوالباحثة:** حصول طلبة المرحلة الثانوية على درجات متوسطة بمقياس التوافق النفسي رغم ارتفاع نسبة الخبرات الصادمة التي عايشوها خلال حرب (2014)م على غزة، وبرغم حجم الدمار والحصار الخانق على الشعب الفلسطيني إلا أن ما يتمتع به من التضامن والمساندة الاجتماعية إضافةً لحجم الوعي الأسري لدى الأفراد خاصة مع مرورهم بحروب عديدة خلال الثمان سنوات السابقة، إضافةً إلى المساندة من قبل المختصين، تمثل أهم مصادر القوة التي تساعد على التوافق النفسي، وهذا ما أكدته نتائج الدراسة بحصول المساندة الاجتماعية بأعلى درجة باستراتيجيات المواجهة القائمة على حل المشكلات، وهذا ما أكدته دراسة المومني 2008، دراسة حسنين 2004، دراسة عودة 2010.

ثانياً: فرضيات الدراسة:

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) بين الخبرات الصادمة وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة وبين التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم إيجاد مصفوفة معاملات الارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) " للتعرف إلى طبيعة العلاقة بين الخبرات الصادمة، وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة وبين التوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (21) مصفوفة معاملات ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين الخبرات الصادمة واستراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة والتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة:

المقياس	الأب عاد	الخبرات الصادمة					
		تعرض شخصي	تعرض أسري	تعرض مجتمعي	مشاهدة أسري	مشاهدة مجتمعي	الدرجة الكلية الخبرات الصادمة"
استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	1.التعامل الانفعالي السلبي	0.148**	0.171**	0.192**	0.142**	0.194**	0.219**
	2.الإنكار والسخرية	//0.068	0.093*	0.105**	//0.043	//0.058	0.091*
	الدرجة الكلية للبعد الاول استراتيجيات قائمة على الانفعال"	0.145**	0.165**	0.194**	0.123**	0.181**	0.203**
	1.التروي والتقبل	0.095**	//0.068	0.119**	//0.005	0.097**	0.101**
	2.المساندة الاجتماعية	//0.044	0.080*	//0.030	0.133**	0.122**	0.102**
	3.الاستراتيجية الدينية	0.123**	0.078*	//0.049	//0.060	//0.046	0.102**
	4.إعادة التقييم الإيجابي	0.095**	0.115**	0.139**	0.073*	0.133**	0.159**
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات القائمة على حل المشكلات"	0.130**	0.132**	0.126**	0.101**	0.150**	0.175**
المقياس	الأب عاد	التوافق النفسي والاجتماعي					
		التوافق الشخصي والانفعالي	التوافق الجسمي	التوافق الأسري	التوافق الاجتماعي	التوافق المدرسي	الدرجة الكلية التوافق النفسي والاجتماعي"
استراتيجية مواجهة الضغوط	1.التعامل الانفعالي السلبي	0.526**	0.427**	0.141**	0.263**	0.322**	0.550**
	2.الإنكار والسخرية	0.304**	0.278**	0.147**	0.176**	0.279**	0.361**
	الدرجة الكلية للبعد الاول " استراتيجيات قائمة على الانفعال"	0.544**	0.461**	0.172**	0.284**	0.379**	0.591**
	1.التروي والتقبل	//0.028	//0.047	0.167**	0.098**	//-0.050	//0.050
	2.المساندة الاجتماعية	0.266**	0.171**	0.194**	0.272**	0.144**	0.310**
	3.الاستراتيجية الدينية	0.082*	//0.032	0.200**	0.137**	0.119-**	0.083*
	4.إعادة التقييم الإيجابي	0.084*	//0.059	//0.029	//0.064	//-0.012	//0.069
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"	0.169**	0.119**	0.221**	0.216**	//0.002	0.191**

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	الخبرات الصادمة					
		تعرض شخصي	تعرض أسري	تعرض مجتمعي	مشاهدة أسري	مشاهدة مجتمعي	الدرجة الكلية الخبرات الصادمة"
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	0.072*	0.115**	0.096**	0.087*	0.136**	0.134**
	التوافق الجسمي	0.133**	0.105**	0.132**	//0.045	0.083*	0.130**
	التوافق الأسري	//0.061	0.101**	//0.049	//0.065	//0.047	0.089*
	التوافق الاجتماعي	0.098**	0.137**	0.074*	0.111**	0.111**	0.151**
	التوافق المدرسي	//0.064	0.105**	0.120**	//0.064	0.102**	0.121**
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	0.136**	0.167**	0.132**	0.115**	0.159**	0.198**

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

- ***بالنسبة للعلاقة بين الخبرات الصادمة وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة:***

- **استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة:** لُوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الخبرات الصادمة وأبعاده التالية: (تعرض شخصي، تعرض أسري، تعرض مجتمعي، مشاهدة أسري، مشاهدة مجتمعي) وبين استراتيجيات المواجهة: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، والاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات)

- ***بالنسبة للعلاقة بين مقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي:***

- أظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، والاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) وبين الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بقطاع غزة.

- **بالنسبة للعلاقة بين الخبرات الصادمة والتوافق النفسي والاجتماعي:**

- أظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الخبرات الصادمة وأبعاده التالية: (تعرض شخصي، تعرض أسري، تعرض مجتمعي، مشاهدة أسري، مشاهدة مجتمعي) وبين الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي وابعاده التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) لدى طلبة المرحلة الثانوية بقطاع غزة، وهذا يدل على أنه كلما زادت تعرض الطلبة للخبرات الصادمة كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بقطاع غزة والعكس صحيح.

- **مناقشة وتفسير الفرضية الأولى:** وبالنظر إلى نتائج الجدول السابق لُوحظ وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للخبرات الصادمة، وبين استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة، وكذلك اتضح أن هناك علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الخبرات الصادمة، والتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بناءً على معطيات الدراسات النفسية والآراء النظرية التي تم عرضها فيما سبق، وترى الباحثة أننا نجد تفسير هذه عند تناولنا لإليات الدفاع اللاشعورية كالإنكار، والتي تؤكد أن الأفراد بعد مرور مدة على تعرضهم لخبرات ومواقف صادمة خلال الحروب يلجؤون لتطوير وسائل واستراتيجيات لا شعورية تمكنهم من مواجهة هذه الضغوط الناجمة عن الخبرات الصادمة، حيث تساعد هذه الاستراتيجيات الإنسان على مواجهة الضغوط والتخلص من حالة التوتر والمحافظة على حالة من التوازن والتوافق النفسي والاجتماعي.

- وفي هذا الصدد يشير (ثابت، 2012: 11) عادة ما يصاب الشخص الذي يحدث عنده الحدث الصادم المتكرر بالتبلد الاجتماعي بمعنى إنكار الحدث كأحد استراتيجيات التأقلم ضد هذا الخطر المستمر والتكيف مع هذا الحدث هوأمر طبيعي، لأن الإنسان يكتسب الخبرة من خلال التجارب الحياتية المعاشة والمواقف المختلفة بأنواعها، وبالتالي يطور الإنسان استراتيجية تكيفية ضد الحدث الصادم المتكرر.

- وبمقارنة هذه النتيجة بالدراسات السابقة نجد أنها اتفقت مع دراسة عودة 2010، ودراسة الجاف وآخرون 2013، دراسة مومني 2008.

الفرضية الثانية: لا يوجد تأثير ذودلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة.

للإجابة على هذه الفرضية تم إجراء تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية (stepwise) للتعرف إلى المتغيرات التي يمكنها التنبؤ بدلالة إحصائية لاستراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة: (المتغير التابع) عن طريق أبعاد الخبرات الصادمة: (المتغير المستقل)، فقد تم إدخال الأب عاد

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التالية: (التعرض الشخصي، التعرض الأسري، التعرض المجتمعي، المشاهدة الأسرية، المشاهدة المجتمعية) وقد تم التوقف عند الخطوة الثانية، وإدخال المتغيرات التالية لمعادلة خط الانحدار وهي مرتبة حسب قوة تأثيرها، وتفسيرها للخبرات الصادمة وهم: (التعرض المجتمعي، المشاهدة المجتمعي) ولم يتم استبعاد أي متغير من معادلة خط الانحدار، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (22) ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (المتغير التابع)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	المعاملات الغير معيارية		المعاملات المعيارية	اختبار ت	مستوى الدلالة
		المعامل البائي B	الخطأ المعياري	بيتا		
الاستراتيجيات القائمة على الانفعال	الثابت	59.31	1.72		34.55	**0.001
	تعرض مجتمعي	0.83	0.21	0.16	3.99	**0.001
	مشاهدة مجتمعي	0.40	0.13	0.12	3.12	**0.002
	قيمة "F" (2، 674)	**18.12				
	معامل التحديد	0.048				
الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات	الثابت	44.77	1.46		30.61	**0.001
	مشاهدة مجتمعي	0.33	0.10	0.13	3.16	**0.001
	تعرض شخصي	0.16	0.08	0.09	2.09	**0.004
	قيمة "F" (2، 674)	**11.52				
	معامل التحديد	0.030				

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

الاستراتيجيات القائمة على الانفعال: تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود تأثير جوهري ذودلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة التالية: (تعرض مجتمعي، مشاهدة مجتمعي) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة على الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، فقد لُوحظ أنهم أفضل المتغيرات للتنبؤ بدرجة الاستراتيجيات القائمة على الانفعال لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وقد فسر هؤلاء الأب عاد نسبة 4.8% من التباين الكلي في درجات الاستراتيجيات القائمة على الانفعال لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وهذه النسبة ضعيفة التأثير ودالة إحصائياً (F=**18.12)، أما 95.2% ترجع إلى عوامل أخرى، فقد بلغ معامل التحديد للنموذج 0.048، ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق تبين أن معاملات نموذج الانحدار دالة إحصائية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار الخطي التي تعين على

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التنبؤ بدرجات: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال) بمعلومية درجات أبعاد الخبرات الصادمة التالية: (التعرض المجتمعي، المشاهدة المجتمعية) في الصورة التالية:

الاستراتيجيات القائمة على الانفعال = 59.31+ 0.83 (التعرض المجتمعي) + 0.40 (المشاهدة المجتمعية).

من المعادلة السابقة تبين أنه كلما تعرض الطلبة للخبرات الصادمة المجتمعية بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى استخدام الاستراتيجيات القائمة على الانفعال ب 0.83 درجة، كذلك كلما شاهد الطلبة خبرات صادمة مجتمعية بدرجة واحدة أدى ذلك إلى استخدام الاستراتيجيات القائمة على الانفعال ب 0.40 درجة.

الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات: تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود تأثير جوهري ذودلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة التالية: (مشاهدة مجتمعي، تعرض شخصي) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة على الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، فقد لُوحظ أنهم أفضل المتغيرات للتنبؤ بدرجة الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وقد فسر هؤلاء الأب عاد نسبة 3.0% من التباين الكلي في درجات الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وهذه النسبة ضعيفة التأثير ودالة إحصائياً (F=**11.52)، أما 97.0% ترجع إلى عوامل أخرى، فقد بلغ معامل التحديد للنموذج 0.030، ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق تبين أن معاملات نموذج الانحدار دالة إحصائية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار الخطي التي تعين على التنبؤ بدرجات: (الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) بمعلومية درجات أبعاد الخبرات الصادمة التالية: (مشاهدة مجتمعي، تعرض شخصي) في الصورة التالية:

الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات = 44.77 + 0.33 (المشاهدة المجتمعية) + 0.16 (تعرض شخصي)

+

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

من المعادلة السابقة تبين كلما شاهد الطلبة الخبرات صادمة المجتمعية بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى استخدام الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات ب 0.33 درجة، وكلما تعرض الطلبة للخبرات الصادمة الشخصية بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى استخدام الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات ب 0.16 درجة.

- **مناقشة وتفسير الفرضية الثانية:** ويمكن تفسير هذه النتيجة بناءً على معطيات الآراء النظرية التي تم عرضها فيما سبق، حيث تعزوالباحثة هذه النتيجة أن استجابة الأفراد للصدمات النفسية تختلف بحسب نوع الصدمة وشدتها، وما تعرض له الشعب الفلسطيني في قطاع غزة خلال حرب(2014)م على غزة كانت أحداث صادمة ومعقدة وغير مألوفة فكانت بمثابة دافعا للطلبة لاستخدام كلا النوعين من استراتيجيات المواجهة: (استراتيجيات حل المشكلات والاستراتيجيات القائمة على الانفعال)، وذلك بهدف التغلب على الأحداث الصادمة والضاغطة التي واجهوها، وخفض التوتر الناجم عن تلك الأحداث الضاغطة، فكلما تعددت أساليب المواجهة للضغوط كانت أكثر نفعا وفائدة في التصدي، والتغلب على أحداث الحياة الضاغطة التي تواجههم.
- وفي هذا الصدد يؤكد "ماكري" (1984)م أن الناس قد يلجاؤن إلى استخدام خليط من أساليب المواجهة عند مواجهة كثير من الضغوط وأحياناً تكون غلبة أساليب على أخري. (جودة، 2004).
- وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جودة 2004، ودراسة الفريحات وآخرون 2016، ودراسة Cherewick et al 2015 .

الفرضية الثالثة: لا يوجد تأثير ذودلالة إحصائية لأبعاد استراتيجيات مواجهة الضغوط (المتغير المستقل) على الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة.

للإجابة على هذه الفرضية تم إجراء تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية (stepwise) للتعرف إلى المتغيرات التي يمكنها التنبؤ بدلالة إحصائية لمستوى التوافق النفسي والاجتماعي: (المتغير التابع) عن طريق استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة: (المتغير المستقل)، تم إدخال البعدين التاليين (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) وقد تم التوقف عند الخطوة الثانية، وإدخال المتغيرات التالية لمعادلة خط الانحدار وهي مرتبة حسب قوة تأثيرها وتفسيرها للتوافق النفسي والاجتماعي وهم: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) ولم يتم استبعاد أي متغير من معادلة خط الانحدار، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (23) ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لمقياس استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع):

المتغيرات المستقلة	المعاملات الغير معيارية		المعاملات المعيارية	اختبار ت	مستوى الدلالة
	المعامل البائي B	الخطأ المعياري	بيتا		
الثابت	35.50	3.60		9.86	**0.001
استراتيجيات قائمة على الانفعال	0.74	0.04	0.57	18.02	**0.001
استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	0.15	0.05	0.09	2.79	**0.001
قيمة "F" (2، 660)	**179.93				
معامل التحديد	0.352				

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود تأثير جوهري ذودلالة إحصائية لأبعاد استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة التالية: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة على التوافق النفسي، فقد لُوحظ أنهم أفضل المتغيرات للتنبؤ بدرجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وقد فسر هؤلاء الأب عاد نسبة 35.2% من التباين الكلي في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، وهذه النسبة متوسطة التأثير ودالة إحصائياً (F=**179.93)، أما 64.8 ترجع إلى عوامل أخرى، فقد بلغ معامل التحديد للنموذج 0.352، ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق تبين أن معاملات نموذج الانحدار دالة إحصائية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار الخطي التي تعين على التنبؤ بدرجات: (التوافق النفسي والاجتماعي) بمعلومية درجات أبعاد استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة التالية: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) في الصورة التالية:

التوافق النفسي والاجتماعي= 35.50+ 0.74 (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال)+ 0.15 (الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات)

من المعادلة السابقة تبين أنه كلما استخدم الطلبة الاستراتيجيات القائمة على الانفعال بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي ب 0.74 درجة، كذلك كلما

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

استخدم الطلبة الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي ب 0.15 درجة.

- **مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة:** ويمكن تفسير هذه النتيجة بناءا على ما تم عرضه سابقا بالإطار النظري، بأن عند مواجهة الضغوط يلجأ الإنسان لاستخدام استراتيجيات المواجهة: (الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، والاستراتيجيات القائمة على الانفعال) لمنع الآثار السلبية للموقف الضاغط كمحاولة لخلق حالة من التوازن والتكيف مع الأحداث الضاغطة، فكلما تعددت وتنوعت استراتيجيات مواجهة الضغوط كانت أكثر نفعاً وفائدةً في التصدي والتغلب على الأحداث والضغوط الصادمة التي يواجهها.
- وفي هذا الصدد يشير Louis Crocq, 1997 أن الاستجابة للضغط ضرورية، لأنها تجعل الشخص في حالة انذار، وتجعله يستعد لاستعمال السلوكيات التكيفية التي تسمح له للمواجهة والتعامل الأحسن مع الموقف الضاغط.
- وهذا يتفق مع ما أشار إليه عبد الحفيظ (2013)م أن المواجهة تمثل عامل استقرار بإمكانها مساعدة الأفراد للحفاظ على توافقهم النفسي والاجتماعي خلال فترات الضغط.
- وبمقارنة هذه النتيجة بالدراسات السابقة نجد أنها اتفقت مع بعض الدراسة مثل: دراسة جودة 2004، ودراسة أبوالعلا 2012، دراسة الفريحات وآخرون 2016، ودراسة Carnicer 2012.

<u>الفرضية الرابعة:</u> لا يوجد تأثير ذودلالة إحصائية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة.

للإجابة على هذه الفرضية تم إجراء تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية (stepwise) للتعرف إلى المتغيرات التي يمكنها التنبؤ بدلالة إحصائية للتوافق النفسي والاجتماعي: (المتغير التابع) عن طريق الخبرات الصادمة: (المتغير المستقل)، تم إدخال الأبعاد التالية: (التعرض الشخصي، التعرض الأسري، التعرض المجتمعي، المشاهدة الأسرية، المشاهدة المجتمعية) وقد تم التوقف عند الخطوة الثانية، وإدخال المتغيرات التالية لمعادلة خط الانحدار وهي مرتبة حسب قوة تأثيرها وتفسيرها للخبرات الصادمة وهم: (التعرض الأسري، مشاهدة مجتمعي) وتم استبعاد باقي المتغيرات من معادلة خط الانحدار، والنتائج موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (24) ملخص نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة التدريجية لأبعاد الخبرات الصادمة (المتغير المستقل) على التوافق النفسي والاجتماعي (المتغير التابع):

المتغيرات	المعاملات الغير معيارية		المعاملات المعيارية	اختبار ت	مستوى الدلالة
	المعامل البائي B	الخطأ المعياري	بيتا		
الثابت	81.68	2.53		32.34	**0.001
تعرض أسري	0.32	0.10	0.13	3.18	**0.002
مشاهدة مجتمعي	0.42	0.18	0.10	2.37	*0.018
قيمة "F" (2، 660)	**13.09				
معامل التحديد	0.036				

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

تبين من خلال النتائج في الجدول السابق وجود تأثير جوهري ذو دلالة إحصائية للخبرات الصادمة التالية: (تعرض أسري، مشاهدة مجتمعي) لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة على التوافق النفسي والاجتماعي، فقد لُوحظ أنهم أفضل المتغيرات للتنبؤ بدرجة التوافق النفسي والاجتماعي، وقد فسر هؤلاء الأب عاد نسبة 3.6% من التباين الكلي في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي وهذه النسبة ضعيفة التأثير ودالة إحصائياً (F=**13.09)، أما 96.4% ترجع إلى عوامل أخرى، فقد بلغ معامل التحديد للنموذج 0.036، ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول السابق تبين أن معاملات نموذج الانحدار دالة إحصائية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار الخطي التي تعين على التنبؤ بدرجات: (التوافق النفسي والاجتماعي) بمعلومية الخبرات الصادمة وأبعادها التالية: (تعرض أسري، مشاهدة مجتمعي) في الصورة التالية:

التوافق النفسي والاجتماعي = 81.68+ 0.32 (تعرض أسري) + 0.42 (مشاهدة مجتمعي)

من المعادلة السابقة تبين أنه كلما تعرض الطلبة للخبرات الصادمة الأسرية بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي ب 0.32 درجة، كذلك كلما شاهد الطلبة للخبرات الصادمة المجتمعية بدرجة واحدة كلما أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي ب 0.42 درجة.

- **مناقشة وتفسير الفرضية الرابعة: وتعزوالباحثة:** هذه النتيجة بأن ما يتمتع به الشعب الفلسطيني من علاقات اجتماعية حميمة يتوافر فيها للفرد الإسناد، والدعم الاجتماعي تساعد الفرد على تجاوز ومواجهة المواقف الصعبة والإحباطات بشكل يسهم في تمتعه

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بتوافق نفسي واجتماعي سليم، إضافة إلى تأثير الوسط الأسري على الأب ناء والذي هو بمثابة عامل إسناد للفرد لمواجهة الأحداث الصادمة.

- من ناحية أخرى، قد تحمل الأزمة في طياتها بعداً إيجابياً حيث إن نجاح الفرد في التعامل معها، هوبمثابة فرصة للنمو، ولتُعزيز ذخيرة قدرات التكيف لديه، وتمكينه من التعامل بنجاح مع الأزمات المستقبلية.
- وتتفق هذه النتيجة مع بعض الدراسات السابقة مثل: دراسة ناجية 2002، ودراسة الجاف 2012، ودراسة عودة 2013، بينما اختلفت هذه الدراسة مع دراسة Langley, 2000.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α< 0.05)في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومة في قطاع غزة تُعزى لنوع الجنس (ذكر، أنثى).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار "ت" لعينتين مستقلين لكشف الفروق بين الذكور والإناث في درجات مقياس الخبرات الصادمة وأبعاده، وكذلك درجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وابعاده، وكذلك درجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (25) نتائج اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير نوع الجنس لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية بقطاع غزة:

المقياس	أبعاد المقياس	ذكور ن=(351)		إناث ن=(416)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	17.97	4.75	17.52	4.72	1.29	//0.20	-
	تعرض أسري	24.35	5.93	23.85	6.47	1.09	//0.28	-
	تعرض مجتمعي	6.29	2.28	5.81	2.16	2.95	**0.00	الذكور
	مشاهدة أسري	10.96	2.73	11.34	2.92	1.85-	//0.06	-
	مشاهدة مجتمعي	11.21	3.67	12.17	3.29	3.81-	**0.00	الإناث
	الدرجة الكلية للمقياس" الخبرات الصادمة"	70.66	14.54	70.78	15.08	0.11-	//0.92	-
استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة	1.التعامل الانفعالي السلبي	38.78	8.71	35.09	7.96	6.09	**0.00	الذكور
	2.الإنكار والسخرية	32.19	5.72	32.63	5.86	1.04-	//0.30	-
	الدرجة الكلية للبعد الاول " استراتيجيات قائمة على الانفعال"	71.09	11.47	67.72	11.36	3.98	**0.00	الذكور

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	أبعاد المقياس	ذكور ن=(351)		إناث ن=(416)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
	1.التروي والتقبل	19.73	4.68	20.15	4.28	1.30-	//0.20	-
	2.المساندة الاجتماعية	12.08	3.55	11.91	3.73	0.65	//0.52	-
	3.الاستراتيجية الدينية	9.89	2.38	9.13	2.25	4.51	**0.00	الذكور
	4.إعادة التقييم الإيجابي	10.04	3.05	10.13	2.92	0.42-	//0.67	-
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"	51.67	9.25	51.37	8.62	0.46	//0.65	-
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	20.22	5.27	18.40	5.25	4.75	**0.00	الذكور
	التوافق الجسمي	23.00	5.46	21.35	5.51	4.14	**0.00	الذكور
	التوافق الأسري	21.38	3.56	20.96	3.61	1.59	//0.11	-
	التوافق الاجتماعي	14.14	3.88	14.13	3.52	0.03	//0.98	-
	التوافق المدرسي	17.21	4.54	17.93	4.48	2.20-	*0.03	الإناث
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	96.20	13.95	92.94	15.14	2.96	**0.00	الذكور

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

بالنسبة للمقياس الأول الخبرات الصادمة

- **الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة**: أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة تُعزى لنوع الجنس (ذكر، أنثى) (p -value>0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية بقطاع غزة، وهذا يدل على أن الطلبة الذكور والإناث تعرضوا لخبرات صادمة بدرجات متساوية، باستثناء بعد التعرض المجتمعي فكانت الفروق لصالح الذكور فقد بلغ متوسط الذكور 6.29 درجة، أما بعد المشاهدة مجتمعي فكانت الفروق لصالح الإناث فقد بلغ متوسط درجات المشاهدة المجتمعية لدى الإناث 12.17.

بالنسبة للمقياس الثاني استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة:

- **الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال**: لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الاستراتيجيات القائمة على الانفعال (t-test=3.98,P-value =0.004) بالنسبة لمتغير نوع الجنس (ذكر، أنثى)، والفروق كانت لصالح الذكور، **وقد** لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات بعد التعامل الانفعالي السلبي t-test=6.09,P-value=0.004) والفروق كانت لصالح الذكور، في حين لُوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

دلالة إحصائية في درجات بعد الإنكار والسخرية تُعزى لمتغير نوع الجنس (ذكر، أنثى) (p –value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة الذكور والإناث يستخدمون استراتيجية الإنكار والسخرية بشكل متساوي.

- **الدرجة الكلية للبعد الثاني الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات:** تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات وابعاده التالية: (التروي والتقبل، المساندة الاجتماعية، إعادة التقييم الإيجابي) تُعزى لمتغير نوع الجنس: (ذكر، أنثى) (p–value>0.05)، باستثناء بعد التعامل الانفعالي السلبي فالفروق كانت لصالح الذكور.

بالنسبة للمقياس الثالث التوافق النفسي والاجتماعي:

- **الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي:** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي t–test=2.96,P–value (=0.004) بالنسبة لمتغير نوع الجنس: (ذكر، أنثى)، والفروق كانت لصالح الذكور، باستثناء **بعد التوافق المدرسي** والفروق كانت لصالح الإناث، وأما بالنسبة لبعد **التوافق الأسري و التوافق الاجتماعي** فأظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير نوع الجنس (ذكر، أنثى) (p –value>0.05.

- **مناقشة وتفسير الفرضية الخامسة: وترى الباحثة:** عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة تُعزى لنوع الجنس (ذكر، أنثى) فهذا يعود طبيعة الخبرات الصادمة الناتجة عن حرب(2014)م على غزة، كانت موجهة نحوكل فرد في المجتمع الفلسطيني في قطاع غزة ولا تفرق بين حجر أوبشر، أوبين صغير وكبير، أوذكر أوأنثى، وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة غنام 2014 ودراسة عساف 2005.

في حين أظهرت النتائج الفروق لصالح الذكور في التعرض المجتمعي للخبرات الصادمة، وهذا يعود لطبيعة الأدوار الخاصة بالذكور فهم أكثر مواجهة للأحداث الخارجية أكثر من الإناث، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة البحيصي 2014، ودراسة حجازي 2004، ودراسة صيدم 2005.

- وأظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تُعزى لمتغير نوع الجنس: (ذكر، أنثى)، في حين لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الاستراتيجيات القائمة على الانفعال بالنسبة لمتغير نوع الجنس: (ذكر، أنثى)، والفروق كانت لصالح الذكور، **وتعزوالباحثة:** هذه النتيجة إلى طبيعة الضغوط التي يواجهها الذكور بشكل خاص في المجتمع الفلسطيني كالبطالة والسجن فهى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ضغوط مستمرة ويصعب تغييرها، لذا من الصعب الحكم على قيمة استراتيجيات المواجهة دون الأخذ بعين الاعتبار السياق الذي تحدث به، وهذا يتطابق مع ما أشار إليه **ماكري 1984** بأنه يزيد احتمال استخدام الفرد لأسلوب المواجهة بالتمركز حول الانفعال، عندما يكون الاعتقاد بأن موقف المشقة هوشيء مستمر، ولا يمكن تغييره، وأنه يجب على الفرد أن يتحمله.

وفي هذا يشير (لازاروس وفلوكمان) إلى أن استراتيجيات المواجهة الناجحة تعتمد بشكل كبير على مطابقة تناغم استراتيجية المواجهة مع خصائص الموقف الضاغط. (حسين وآخرون، 2006: 94)

- واتفقت هذه النتيجة مع دراسة جودة 2004، ودارسة علاء الدين 2009، بينما اختلفت مع دراسة King 1991، و دراسة De – Anda & others 1997
- وأظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي والفروق كانت لصالح الذكور، باستثناء التوافق المدرسي فكانت الفروق لصالح الإناث، وتعزو الباحثة ارتفاع مستوى التوافق المدرسي لدى الإناث بأن المؤسسة المدرسية هي المكان الذي يتيح الفرصة أمام الإناث للنمو المعرفي والنفسي والاجتماعي ويمنحنها الفرصة لتحقيق ذاتها، في حين أن التوافق النفسي والاجتماعي مرتفع لدى الذكور وتعزو الباحثة هذه النتيجة لطبيعة الأدوار المختلفة للذكر، كما أن طبيعة المجتمع الشرقي يتيح للذكر فرصة لبناء علاقات اجتماعية واسعة سواءً أكان داخل المدرسة أم خارجها وبالتالي نجد أن فرصة التنفيس الانفعالي للذكور أكبر من الإناث، وهذا من شأنه يساهم في زيادة التوافق النفسي والاجتماعي لدى الذكور.
- وبالمقارنة مع الدراسات السابقة نجد أن هذه الدراسة اختلفت في نتيجتها مع دراسة السراج 2011، ودراسة حسنين 2004.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة الضغوط ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومة في قطاع غزة تُعزى لنوع الأسرة (نووية، ممتدة).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار "ت" لعينتين مستقلين لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة وأبعاده، وكذلك درجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وابعاده، وكذلك درجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لنوع الأسرة: (نووية، ممتدة) لطلبة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (26) نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير نوع الأسرة:

المقياس	أبعاد المقياس	أسرة نووية ن=(470)		أسرة ممتدة ن=(278)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	17.77	4.84	17.73	4.57	0.12	//0.90	-
	تعرض أسري	24.14	6.17	23.96	6.37	0.37	//0.71	-
	تعرض مجتمعي	6.13	2.33	5.81	2.01	1.95	//0.05	-
	مشاهدة أسري	11.19	2.94	11.17	2.69	0.09	//0.93	-
	مشاهدة مجتمعي	11.89	3.56	11.49	3.41	1.51	//0.13	-
	الدرجة الكلية للمقياس" الخبرات الصادمة"	71.13	15.08	70.22	14.51	0.78	//0.44	-
استراتيجية مواجهة الضغوط	1.التعامل الانفعالي السلبي	36.59	8.52	37.13	8.30	0.85-	//0.40	-
	2.الإنكار والسخرية	32.29	5.68	32.56	6.02	0.61-	//0.55	-
	الدرجة الكلية للبعد الاول " الاستراتيجيات القائمة على الانفعال"	69.08	11.52	69.58	11.44	0.57-	//0.57	-
	1.التروي والتقبل	19.98	4.57	19.92	4.38	0.19	//0.85	-
	2.المساندة الاجتماعية	11.93	3.66	12.10	3.65	0.61-	//0.54	-
	3.الاستراتيجية الدينية	9.45	2.34	9.56	2.34	0.59-	//0.55	-
	4.إعادة التقييم الإيجابي	9.93	2.78	10.34	3.23	1.74-	//0.08	-
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات"	51.31	8.83	51.88	9.13	0.83-	//0.40	-
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	19.11	5.36	19.54	5.24	1.08-	//0.28	-
	التوافق الجسمي	22.08	5.50	22.20	5.49	0.29-	//0.77	-
	التوافق الأسري	20.95	3.64	21.52	3.47	2.06-	*0.04	الممتدة
	التوافق الاجتماعي	14.06	3.89	14.30	3.33	0.92-	//0.36	-
	التوافق المدرسي	17.52	4.48	17.69	4.51	0.49-	//0.63	-
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	93.64	15.00	96.00	13.86	2.05-	*0.04	الممتدة

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بالنسبة للمقياس الأول الخبرات الصادمة:

- **الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة وابعاده التالية: (تعرض شخصي، تعرض أسري، تعرض مجتمعي، مشاهدة أسري، مشاهدة مجتمعي) تُعزى لمتغير نوع الأسرة: (نووية، ممتدة) (p –value>0.05)، وهذا يدل أن الطلبة الذين يسكنون من أسر ممتدة والطلبة الذين يسكنون ضمن أسر نووية تعرضوا للخبرات الصادمة بشكل متساوي.

- **بالنسبة للمقياس الثاني استراتيجية مواجهة المواقف الضغوط:**

- **الدرجة الكلية لاستراتيجيات المواجهة:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات استراتيجيات المواجهة: (الاستراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال وابعاده التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية، والاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات التروي والتقبل، المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية، إعادة التقييم الإيجابي) تُعزى لمتغير نوع الأسرة (نووية، ممتدة)

- **بالنسبة للمقياس الثالث التوافق النفسي والاجتماعي**

- **الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي:** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي t–test=2.05–,P–value<0.05) بالنسبة لمتغير نوع الأسرة: (نووية، ممتدة)، والفروق كانت لصالح الأسر الممتدة، وخاصة في **بعد التوافق الأسري** فكانت الفروق كانت لصالح الأسرة الممتدة، في **حين تبين** من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) تُعزى لنوع الأسرة.
- **مناقشة وتفسير الفرضية السادسة:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة تُعزى لمتغير نوع الأسرة: (نووية، ممتدة)، وتعزو الباحثة هذه النتيجة أن قسوة الخبرات الصادمة التي تعرض لها الشعب الفلسطيني في قطاع غزة جعلت الجميع يتأثر بشكل أو بآخر، سواءً أكان الطلبة الذين يعيشون في أسر ممتدة أم الطلبة الذين يعيشون في أسر نووية، فالجميع يعيش في نفس المجتمع ويواجه نفس الظروف، فإذا نظرنا للواقع الذي يعيشه الشعب الفلسطيني فنكاد نجزم أن لا أحد لم يتعرض لسماع صوت الصواريخ، ولا احد لم يشاهد جنازة لشهيد سواءً أكان على أرض الواقع أم عبر شاشات التليفاز.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات بعد التوافق الأسري بالنسبة لمتغير نوع الأسرة: (نووية، ممتدة)، والفروق كانت لصالح الأسرة الممتدة، **وتعزو الباحثة:** هذه النتيجة لتعدد نواحي الدعم والإسناد الأسري بأكثر من جهة بالعائلة الممتدة، فجميع نواحى الدعم والتضامن الأسري تشكل شبكة حماية قوية للأسر الممتدة، فكما يقول المثل الشعبي " **الهامل سياج أهله** " في أشارة للدور الأسري المتعدد للحماية من أي مخاطر.

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05>\alpha$) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة: (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار تحليل التباين الأحادي (One -Way ANOVA) لدراسة الفروقات في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة: (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (27) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (ن=770)

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	بين المجموعات	300.0	2	150.0	6.78	**0.00
		داخل المجموعات	16,412.1	742	22.1		
		المجموع	16,712.1	744			
	تعرض أسري	بين المجموعات	650.0	2	325.0	8.52	**0.00
		داخل المجموعات	28,084.6	736	38.2		
		المجموع	28,734.6	738			
	تعرض مجتمعي	بين المجموعات	12.5	2	6.3	1.26	//0.28
		داخل المجموعات	3,745.0	754	5.0		
		المجموع	3,757.5	756			
	مشاهدة أسري	بين المجموعات	61.2	2	30.6	3.84	*0.02
		داخل المجموعات	5,973.5	750	8.0		
		المجموع	6,034.6	752			
	مشاهدة مجتمعي	بين المجموعات	15.0	2	7.5	0.61	//0.55
		داخل المجموعات	9,211.0	746	12.3		
		المجموع	9,226.0	748			
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	بين المجموعات	3,728.1	2	1,864.1	8.65	**0.00
		داخل المجموعات	150,364.7	698	215.4		
		المجموع	154,092.8	700			
استراتيجيات مواجهة الضغوط	التعامل الانفعالي السلبي	بين المجموعات	184.8	2	92.4	1.28	//0.28
		داخل المجموعات	54,070.5	747	72.4		
		المجموع	54,255.3	749			
	الإنكار والسخرية	بين المجموعات	7.6	2	3.8	0.11	//0.89
		داخل المجموعات	24,824.3	733	33.9		
		المجموع	24,831.9	735			
	الاستراتيجيات قائمة على الانفعال	بين المجموعات	267.4	2	133.7	1.01	//0.37
		داخل المجموعات	96,149.5	724	132.8		
		المجموع	96,416.9	726			
	التروي والتقبل	بين المجموعات	34.6	2	17.3	0.86	//0.42
		داخل المجموعات	15,053.3	748	20.1		
		المجموع	15,087.9	750			
	المساندة	بين المجموعات	15.9	2	7.9	0.59	//0.55

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	الاجتماعية	داخل المجموعات	10,041.0	750	13.4		
		المجموع	10,056.8	752			
	الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	7.7	2	3.9	0.71	//0.49
		داخل المجموعات	4,133.1	756	5.5		
		المجموع	4,140.8	758			
	إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	1.0	2	0.5	0.05	//0.95
		داخل المجموعات	6,618.0	753	8.8		
		المجموع	6,618.9	755			
	الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات	بين المجموعات	34.1	2	17.0	0.21	//0.81
		داخل المجموعات	58,732.3	736	79.8		
		المجموع	58,766.4	738			
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	بين المجموعات	211.3	2	105.6	3.77	*0.02
		داخل المجموعات	21,044.6	750	28.1		
		المجموع	21,255.9	752			
	التوافق الجسمي	بين المجموعات	11.8	2	5.9	0.19	//0.83
		داخل المجموعات	23,080.4	748	30.9		
		المجموع	23,092.1	750			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	7.6	2	3.8	0.29	//0.75
		داخل المجموعات	9,458.9	731	12.9		
		المجموع	9,466.5	733			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	17.6	2	8.8	0.65	//0.52
		داخل المجموعات	10,167.3	754	13.5		
		المجموع	10,184.9	756			
	التوافق المدرسي	بين المجموعات	87.4	2	43.7	2.17	//0.11
		داخل المجموعات	15,014.8	746	20.1		
		المجموع	15,102.2	748			
	التوافق النفسي والاجتماعي	بين المجموعات	914.2	2	457.1	2.14	//0.12
		داخل المجموعات	149,619.1	699	214.0		
		المجموع	150,533.4	701			

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

- **<u>بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):</u>**

- **الدرجة الكلية لمقياس "الخبرات الصادمة"** لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة (F=8.65,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد أفراد الأسرة: (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، فقد تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم يتراوح من (5-7) أفراد تعرضوا لخبرات صادمة أكثر من الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 8 أفراد فأكثر، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

- **بالنسبة "التعرض الشخصي والتعرض الأسري ومشاهدة أسري "**: لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الشخصي والتعرض الأسري بالنسبة لمتغير عدد أفراد الأسرة: (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم يتراوح من (5-7) أفراد عانوا من التعرض الشخصي والأسري والمشاهدة أسري للخبرات الصادمة أكثر من الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 8 أفراد فأكثر، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى، في حين تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات أبعاد الخبرات الصادمة التالية: **(التعرض المجتمعي، المشاهدة المجتمعي)**، وهذا يدل على أن طلبة المرحلة الثانوية باختلاف عدد أفراد أسرهم لديهم نفس المستوى من أبعاد الخبرات الصادمة التالية: (التعرض المجتمعي، المشاهدة المجتمعي).

- **<u>بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة):</u>**

- **استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة"**: لُوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في استراتيجيات المواجهة بأبعادها (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، وأبعادها التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية، واستراتيجيات القائمة على حل المشكلات وأبعادها التروي والتقبل، المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية، إعادة التقييم الإيجابي) تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):**

الدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي" تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي والأبعاد التالية: (التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة باستثناء **"التوافق الشخصي والانفعالي"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التوافق الشخصي والانفعالي (F=3.84,P-value<0.05) بالنسبة لمتغير عدد أفراد الأسرة: (أقل من 4 أفراد، من 5-7 أفراد، 8 أفراد فأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم إيجاد اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم يتراوح من (5-7) أفراد لديهم توافق شخصي وانفعالي أقل من الطلبة الذين عدد أفراد أسرهم 8 أفراد فأكثر، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

جدول (28) يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في الخبرات الصادمة والتوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة (ن=770):

المقياس	الأب عاد	عدد أفراد الأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية		
					1	2	3
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	أقل من 4 أفراد	29	17.9	1	//0.45	//0.47
		من 5-7 أفراد	270	18.6	-	1	**0.00
		8 أفراد فأكثر	446	17.2	-	-	1
	تعرض أسري	أقل من 4 أفراد	30	23.9	1	//0.25	//0.60
		من 5-7 أفراد	269	25.3	-	1	**0.00
		8 أفراد فأكثر	440	23.3	-	-	1
	مشاهدة أسري	أقل من 4 أفراد	31	11.4	1	//0.83	//0.37
		من 5-7 أفراد	274	11.5	-	1	**0.01
		8 أفراد فأكثر	448	10.9	-	-	1
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	أقل من 4 أفراد	26	69.8	1	//0.20	//0.75
		من 5-7 أفراد	256	73.7	-	1	**0.00
		8 أفراد فأكثر	419	68.9	-	-	1
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	أقل من 4 أفراد	30	20.1	1	//0.13	//0.62
		من 5-7 أفراد	274	18.5	-	1	**0.01
		8 أفراد فأكثر	449	19.6	-	-	1

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مناقشة وتفسير الفرضية السابعة: فقد لُوحظ عدم وجود فروق في بعض أبعاد الخبرات الصادمة: (بعد التعرض المجتمعي، وبعد المشاهدة المجتمعية) تُعزى لمتغير عدد أفراد الأسرة، وكذلك لُوحظ عدم وجود فروق جوهرية في استراتيجيات المواجهة تُعزى لمتغير عدد الأفراد، **وتعزوالباحثة:** هذه النتيجة بأن خطر التهديد خلال العدوان الأخير (2014)م وصل كل بيت فلسطيني في قطاع غزة، حرب شرسة لم تفرق بين حجر أوشجر، الأمر الذي كان يستدعى من الجميع اللجوء لاستراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة بنوعيها: (الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، والاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات) كمحاولة للتغلب على الأحداث الصادمة والضاغطة التي واجهوها خلال فترة الحرب.

<u>الفرضية الثامنة:</u> لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي لأباء الطلبة: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار تحليل التباين الأحادي (One –Way ANOVA) لدراسة الفروقات في درجات الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي لآباء الطلبة: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (29) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للآباء الطلبة (ن=770):

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	بين المجموعات	328.9	3	109.6	4.98	0.00**
		داخل المجموعات	16452.3	747	22.0		
		المجموع	16781.2	750			
	تعرض أسري	بين المجموعات	789.7	3	263.2	6.92	0.00**
		داخل المجموعات	28131.3	740	38.0		
		المجموع	28920.9	743			
	تعرض مجتمعي	بين المجموعات	29.7	3	9.9	2.02	//0.11
		داخل المجموعات	3720.0	759	4.9		
		المجموع	3749.7	762			
	مشاهدة أسري	بين المجموعات	26.9	3	9.0	1.11	//0.34

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
		داخل المجموعات	6112.9	756	8.1		
		المجموع	6139.7	759			
	مشاهدة مجتمعي	بين المجموعات	48.9	3	16.3	1.34	//0.26
		داخل المجموعات	9176.5	752	12.2		
		المجموع	9225.4	755			
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	بين المجموعات	3977.0	3	1325.7	6.17	**0.00
		داخل المجموعات	150562.3	701	214.8		
		المجموع	154539.3	704			
استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	التعامل الانفعالي السلبي	بين المجموعات	284.0	3	94.7	1.31	//0.27
		داخل المجموعات	54399.5	752	72.3		
		المجموع	54683.6	755			
	الإنكار والسخرية	بين المجموعات	123.7	3	41.2	1.23	//0.30
		داخل المجموعات	24754.1	738	33.5		
		المجموع	24877.8	741			
	استراتيجيات قائمة على الانفعال	بين المجموعات	270.1	3	90.0	0.68	//0.57
		داخل المجموعات	96865.5	728	133.1		
		المجموع	97135.5	731			
	التروي والتقبل	بين المجموعات	67.6	3	22.5	1.13	//0.34
		داخل المجموعات	15094.0	754	20.0		
		المجموع	15161.6	757			
	المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	10.1	3	3.4	0.25	//0.86
		داخل المجموعات	10092.7	755	13.4		
		المجموع	10102.8	758			
	الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	32.0	3	10.7	1.96	//0.12
		داخل المجموعات	4145.3	762	5.4		
		المجموع	4177.3	765			
	إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	80.3	3	26.8	3.05	*0.03
		داخل المجموعات	6651.7	758	8.8		
		المجموع	6731.9	761			
	استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	بين المجموعات	270.9	3	90.3	1.13	//0.33
		داخل المجموعات	58894.6	740	79.6		
		المجموع	59165.5	743			
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	بين المجموعات	33.5	3	11.2	0.39	//0.76
		داخل المجموعات	21503.4	756	28.4		
		المجموع	21536.9	759			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	التوافق الجسمي	بين المجموعات	9.8	3	3.3	0.11	//0.96
		داخل المجموعات	23211.7	754	30.8		
		المجموع	23221.5	757			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	32.1	3	10.7	0.84	//0.47
		داخل المجموعات	9435.2	737	12.8		
		المجموع	9467.2	740			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	15.9	3	5.3	0.39	//0.76
		داخل المجموعات	10328.3	760	13.6		
		المجموع	10344.2	763			
	التوافق المدرسي	بين المجموعات	117.6	3	39.2	1.93	//0.12
		داخل المجموعات	15265.3	752	20.3		
		المجموع	15382.9	755			
	التوافق النفسي والاجتماعي	بين المجموعات	239.4	3	79.8	0.37	//0.77
		داخل المجموعات	151614.8	705	215.1		
		المجموع	151854.1	708			

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

- **<u>بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):</u>**

الدرجة الكلية لمقياس "الخبرات الصادمة" أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة (F=6.17,P-value<0.01) بالنسبة للمؤهل العلمي للآباء (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الشهادة الإعدادية فما دون تعرضوا لخبرات الصادمة أقل من الطلبة الذين أبائهم حاصلين على الشهادة الجامعية، كما تبين أن الطلبة الذين أباءهم حاصلين على شهادة الثانوية تعرضوا لخبرات الصادمة أقل من الطلبة الذين أباءهم حاصلين على الشهادة الجامعية فما فوق، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

البعد الأول "التعرض الشخصي": أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الشخصي (F=4.98,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير تعليم الأب (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين أبائهم حاصلين على الشهادة الإعدادية فما دون تعرضوا للخبرات الصادمة الشخصية أقل من الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الشهادة الجامعية، في حين لُوحظ بأن الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الشهادة الثانوية تعرضوا لخبرات الصادمة الشخصية أقل من الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الشهادة الجامعية فما فوق.

- **البعد الثاني "التعرض الأسري"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الأسري ($F=6.92, P-value<0.01$) بالنسبة لمتغير تعليم الأب: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الثانوية العامة فما دون تعرضوا لخبرات صادمة أسرية أقل من الطلبة الذين آبائهم حاصلين على الشهادة الجامعية فما فوق، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

- في حين تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات أبعاد الخبرات الصادمة التالية: (التعرض المجتمعي، مشاهدة أسري، المشاهدة المجتمعي) تُعزى لمتغير تعليم الأب .

- **<u>بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجيات مواجهة مواقف الضاغطة):</u>**

- **البعد الكامن الأول" الاستراتيجيات القائمة على الانفعال"**: تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على الانفعال والأبعاد التالية: (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) تُعزى للمؤهل العلمي للآباء.

- **البعد الكامن الثاني" الاستراتيجيات ال<u>قائمة على حل المشكلات</u>"**: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات والأبعاد التالية: (التروي والتقبل، المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية، إعادة التقييم الإيجابي)، باستثناء **"إعادة التقييم الإيجابي"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات إعادة التقييم الإيجابي ($F=3.05, P-value<0.05$) بالنسبة للمؤهل العلمي للآباء (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين آبائهم حاصلين ماجستير فما فوق يستخدمون استراتيجية إعادة التقييم الإيجابي أقل من الطلبة الذين آبائهم حاصلين شهادات علمية جامعي فأقل، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):**

الدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي" تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي والأب عاد التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) بالنسبة للمؤهل العلمي للآباء الطلبة (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا) (p-value>0.05).

جدول (30) يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة واستراتيجية إعادة التقييم الايحابي تُعزى للمؤهل العلمي للآباء (ن=770):

المقياس	الأب عاد	المؤهل العلمي للأباء	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية			
					1	2	3	4
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	ابتدائية وإعدادية وما دون	192	17.29	1	//0.67	**0.01	//0.07
		ثانوي	268	17.10	-	1	**0.00	*0.02
		جامعي	189	18.62	-	-	1	//0.63
		دراسات عليا	102	18.34	-	-	-	1
	تعرض أسري	ابتدائية وإعدادية وما دون	189	23.44	1	//0.60	**0.00	*0.02
		ثانوي	269	23.14	-	1	**0.00	**0.00
		جامعي	189	25.43	-	-	1	//0.80
		دراسات عليا	97	25.24	-	-	-	1
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	ابتدائية وإعدادية وما دون	178	69.26	1	//0.62	**0.00	//0.11
		ثانوي	250	68.55	-	1	**0.00	*0.04
		جامعي	181	74.20	-	-	1	//0.29
		دراسات عليا	96	72.26	-	-	-	1
استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	إعادة التقييم الإيجابي	ابتدائية وإعدادية وما دون	196	10.31	1	//0.63	//0.65	**0.00
		ثانوي	268	10.18	-	1	//1.00	**0.01
		جامعي	195	10.17	-	-	1	**0.01
		دراسات عليا	103	9.28	-	-	-	1

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

مناقشة وتفسير الفرضية الثامنة:

تظهر النتائج الخاصة بهذا الفرض بأن المستوى التعليمي لآباء طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة متغير مؤثر في إدراك الطلبة لتأثير الضغوط الناجمة عن الاحتلال، وهي نفس نتيجة الفرضية التاسعة المتعلقة بمستوى تعليم الأمهات، وكما يظهر من نتائج هذا الفرض فقد بينت وجود فروق بين الطلبة أبناء الأب اء ذوي التعليم الأدنى والطلبة أبناء الأب اء ذوي التعليم

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الأعلى على كل من بعد التعرض الشخصي، وكذلك التعرض الأسري، بالإضافة إلى الدرجة الكلية لتأثير الخبرات الصادمة، وجاءت الفروق في صالح الطلبة أبناء الأب اء ذوي التعليم الأعلى، مما يدل على أنه كلما ارتفع مستوى تعليم الأب اء زادت درجة تأثير الخبرات الصادمة. وهي نفس نتيجة الفرضية التاسعة لذلك فإن الباحثة ترى أن ما ينطبق على مناقشة هذه الفرضية ينطبق على الفرضية – التالية– الفرضية التاسعة الثامنة لذلك ستناقش كلا الفرضين فيما يتعلق بمستوى تعليم أياء وأمهات الطلبة معا وسوياً. (انظر في الصفحات التالية مناقشة الفرضية التاسعة).

وبالنظر إلى نتائج الجدول السابق فيما يتعلق باستراتيجيات المواجهة، اتضح أن الطلبة الذين آبائهم حاصلين على شهادة جامعية أكثر استخداما لاستراتيجية التقييم الإيجابي لمواجهة الضغوط، **وترى الباحثة** أن هذه النتيجة متسقة مع الأطر النظرية، والتي أكدت أهمية المستوى التعليمي للآباء، فالمستوى التعليمي يعد مؤشر ذودلالة على الوعي وكيفية التعاطي الإيجابي مع إشكإلات ابنائهم ووضعها في إطارها السليم من حيث التقييم والإدراك السليم لمواجهة الأحداث الضاغطة، كما يعتبر المستوى التعليمي المتقدم نافذة إدراك وتفهم ووعي ومعرفة بما يتطلبه الإنسان ليكون قادراً على التعامل الإيجابي مع الظروف الضاغطة التي يواجهها.

وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي وأبعاده تُعزى للمؤهل العلمي لآباء الطلبة، **وتعزو الباحثة:** ذلك بأن ما يتمتع به الشعب الفلسطيني من جدار حماية حيث المساندة والتآزر وقت الظروف الصعبة والضاغطة، ساهم في خلق حالة من الصمود النفسي لدى أفراد الشعب الفلسطيني.

الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات تأثير الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار تحليل التباين الأحادي (One –Way ANOVA) لدراسة الفروقات في درجات الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (31) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ن=770):

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	بين المجموعات	338.3	3	112.8	5.10	**0.00
		داخل المجموعات	16505.3	746	22.1		
		المجموع	16843.6	749			
	تعرض أسري	بين المجموعات	742.1	3	247.4	6.49	**0.00
		داخل المجموعات	28087.4	737	38.1		
		المجموع	28829.5	740			
	تعرض مجتمعي	بين المجموعات	9.2	3	3.1	0.63	//0.60
		داخل المجموعات	3703.6	756	4.9		
		المجموع	3712.8	759			
	مشاهدة أسري	بين المجموعات	24.1	3	8.0	0.99	//0.40
		داخل المجموعات	6106.8	753	8.1		
		المجموع	6130.9	756			
	مشاهدة مجتمعي	بين المجموعات	9.8	3	3.3	0.27	//0.85
		داخل المجموعات	9187.7	749	12.3		
		المجموع	9197.5	752			
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	بين المجموعات	2732.5	3	910.8	4.20	**0.01
		داخل المجموعات	151962.7	700	217.1		
		المجموع	154695.2	703			
استراتيجيات مواجهة الضغوط	التعامل الانفعالي السلبي	بين المجموعات	118.7	3	39.6	0.55	//0.65
		داخل المجموعات	54133.6	749	72.3		
		المجموع	54252.3	752			
	الإنكار والسخرية	بين المجموعات	91.3	3	30.4	0.90	//0.44
		داخل المجموعات	24741.1	735	33.7		
		المجموع	24832.4	738			
	استراتيجيات قائمة على الانفعال	بين المجموعات	183.1	3	61.0	0.46	//0.71
		داخل المجموعات	96313.5	725	132.8		
		المجموع	96496.6	728			
	التروي والتقبل	بين المجموعات	85.1	3	28.4	1.41	//0.24
		داخل المجموعات	15111.1	751	20.1		
		المجموع	15196.2	754			
	المساندة	بين المجموعات	38.5	3	12.8	0.96	//0.41

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
	الاجتماعية	داخل المجموعات	10050.1	752	13.4		
		المجموع	10088.6	755			
	الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	51.9	3	17.3	3.20	*0.02
		داخل المجموعات	4102.4	759	5.4		
		المجموع	4154.3	762			
	إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	27.7	3	9.2	1.04	//0.37
		داخل المجموعات	6695.7	756	8.9		
		المجموع	6723.4	759			
	استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	بين المجموعات	242.1	3	80.7	1.01	//0.39
		داخل المجموعات	58939.4	738	79.9		
		المجموع	59181.5	741			
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	بين المجموعات	33.3	3	11.1	0.39	//0.76
		داخل المجموعات	21398.8	753	28.4		
		المجموع	21432.1	756			
	التوافق الجسمي	بين المجموعات	70.2	3	23.4	0.76	//0.51
		داخل المجموعات	23023.8	751	30.7		
		المجموع	23094.1	754			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	21.7	3	7.2	0.56	//0.64
		داخل المجموعات	9400.9	734	12.8		
		المجموع	9422.5	737			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	50.5	3	16.8	1.25	//0.29
		داخل المجموعات	10236.1	757	13.5		
		المجموع	10286.6	760			
	التوافق المدرسي	بين المجموعات	203.9	3	68.0	3.35	*0.02
		داخل المجموعات	15184.8	749	20.3		
		المجموع	15388.7	752			
	التوافق النفسي والاجتماعي	بين المجموعات	766.4	3	255.5	1.19	//0.31
		داخل المجموعات	150513.6	702	214.4		
		المجموع	151279.9	705			

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

- **بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):**

- **الدرجة الكلية لمقياس "الخبرات الصادمة"** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة، فقد تبين أن الطلبة الذين تعليم أمهاتهم: (ابتدائية وإعدادية وما دون ذلك، ثانوي) تعرضوا للخبرات الصادمة أقل من الطلبة الذين تعليم أمهاتهم جامعي، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

- **البعد الأول "التعرض الشخصي"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الشخصي (F=5.10,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير تعليم الأم فقد تبين أن الطلبة الذين تعليم امهاتهم (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي) تعرضوا للخبرات الصادمة الشخصية أقل من الطلبة الذين تعليم امهاتهم جامعي، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى. أما "**التعرض الأسري**": أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الأسري، فقد تبين أن الطلبة الذين تعليم أمهاتهم (ابتدائية وإعدادية وما دون ذلك) يعانون من التعرض الأسري للخبرات الصادمة أقل من الطلبة الذين تعليم أمهاتهم (ثانوي، جامعي، دراسات عليا)، كما تبين أن تبين أن الطلبة الذين تعليم أمهاتهم (ثانوي) يعانون من التعرض الأسري للخبرات الصادمة أقل من الطلبة الذين تعليم أمهاتهم (جامعي)، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى، وكذلك تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات أبعاد الخبرات الصادمة التالية: (التعرض المجتمعي، مشاهدة أسري، المشاهدة المجتمعي) تُعزى لمتغير تعليم الأم: (ابتدائية وإعدادية وما دون، ثانوي، جامعي، دراسات عليا).

- **بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة):**

- **البعد الكامن الأول" الاستراتيجيات القائمة على الانفعال"**: تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على الانفعال والأبعاد التالية: (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) بالنسبة للمؤهل العلمي للأمهات.

- " **الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات"**: تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات والأبعاد التالية: (التروي والتقبل، إعادة التقييم الإيجابي، المساندة الاجتماعية) بالنسبة للمؤهل العلمي للأمهات، باستثناء "**الاستراتيجية الدينية**": وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات الاستراتيجية الدينية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

(F=3.20,P-value<0.05) بالنسبة للمؤهل التعليمي للأمهات فقد تبين أن الطلبة الذين أمهاتهم حاصلات على شهادة الثانوية العامة يستخدمون الاستراتيجية الدينية أقل من الطلبة الذين أمهاتهم حاصلات على الشهادة الجامعية فما فوق. وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية.

- **بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):**

- **الدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"** لُوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي والأبعاد التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي) بالنسبة للمؤهل العلمي للأمهات، باستثناء "**التوافق المدرسي**": وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التوافق المدرسي (F=3.35,P-value<0.05) فقد تبين أن الطلبة الذين أمهاتهم حاصلات على شهادات عليا لديهم توافق مدرسي أقل من الطلبة الذين أمهاتهم حاصلات على شهادات جامعية فأقل، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

جدول (32) يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات قائمة على حل المشكلات ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى للمؤهل العلمي للأمهات (ن=770):

المقياس	الأب عاد	المؤهل العلمي للأمهات	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية			
					1	2	3	4
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	ابتدائية وإعدادية وما دون	193	16.94	1	//0.13	**0.00	//0.09
		ثانوي	358	17.58	-	1	**0.00	//0.35
		جامعي	151	18.87	-	-	1	//0.42
		دراسات عليا	48	18.25	-	-	-	1
	تعرض أسري	ابتدائية وإعدادية وما دون	185	22.78	1	*0.04	**0.00	*0.02
		ثانوي	361	23.94	-	1	**0.00	//0.25
		جامعي	149	25.67	-	-	1	//0.56
		دراسات عليا	46	25.07	-	-	-	1
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	ابتدائية وإعدادية وما دون	179	68.54	1	//0.22	**0.00	//0.10
		ثانوي	339	70.21	-	1	*0.01	//0.32
		جامعي	140	74.14	-	-	1	//0.52
		دراسات عليا	46	72.52	-	-	-	1

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	المؤهل العلمي للأمهات	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية			
					1	2	3	4
استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	الاستراتيجية الدينية	ابتدائية وإعدادية وما دون	195	9.42	1	//0.48	//0.09	//0.10
		ثانوي	366	9.27	-	1	**0.01	*0.03
		جامعي	154	9.84	-	-	1	//0.61
		دراسات عليا	48	10.04	-	-	-	1
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق المدرسي	ابتدائية وإعدادية وما دون	192	17.34	1	//0.18	//0.35	*0.03
		ثانوي	361	17.89	-	1	//0.84	**0.00
		جامعي	154	17.80	-	-	1	**0.01
		دراسات عليا	46	15.76	-	-	-	1

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

مناقشة وتفسير الفرضية التاسعة:

تظهر النتائج الخاصة بهذا الفرض بأن المستوى التعليمي لأمهات طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة متغير مؤثر في إدراك الطلبة لتأثير الضغوط الناجمة عن الاحتلال، وهي نفس نتيجة الفرضية الثامنة المتعلقة بمستوى تعليم الأب اء، فقد بينت النتائج وجود فروق بين الطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الأدنى والطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الأعلى على كل من بعد التعرض الشخصي، وكذلك التعرض الأسري، بالاضافة إلى الدرجة الكلية لتأثير الخبرات الصادمة، وجاءت الفروق في صالح الطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الأعلى، مما يدل على أنه كلما ارتفع مستوى تعليم الأمهات زادت درجة تأثير الخبرات الصادمة. وهي نفس نتيجة الفرضية الثامنة لذلك فإن الباحثة ترى أن ما ينطبق على مناقشة هذه الفرضية ينطبق على الفرضية السابقة الفرضية الثامنة فيما يتعلق بمستوى تعليم الأباء. وفي معرض مناقشتها لهذه النتيجة وتلك، تأخذ الباحثة برأى " الرشيدي " في هذا الصدد حيث يرى: (أن الضغوط النفسية تتجلى في إطار كلي متفاعل يتضمن الجوانب النفسية والجسمية والاقتصادية والسياسية. وتظهر نواتج ذلك التفاعل من خلال ردود فعل نفسية أوجسمية أومعرفية أوانفعالية. والحقيقة أن الوقائع الاجتماعية والأسرية والزوجية والاقتصادية والسياسية والمهنية، وغيرها من الوقائع، تكتسب معناها من خلال إدراك الفرد وتقييمه لها، بحيث أنها لا تبدوضغوطاً نفسية إلا إذا أدركها الفرد بأنها كذلك، ويشعر ببعض نواتجها على المستوى النفسي أوالجسدي أوالمعرفي أو الانفعالي (الرشيدي، 1999، ص 302). وبناء على ذلك يمكن القول أن المستوى التعليمي الأعلى للأمهات: (بما يمثله من وعي ومعرفة وإدراك) يؤثر على الأب ناء بحيث يصبحوا أكثر حساسية لمتغيرات البيئة ومنها الخبرات الصادمة، فدرجة الحساسية قد تكون أعلى لدى الطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الأعلى. فللتعليم آثاراً لا يمكن إنكارها في تهذيب الفرد وتنمية القيم

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الاجتماعية والغرائز السامية لديه، وهي جميعها من العوامل التي تعبر عن إشباع الحاجات الأساسية السيكولوجية الأعلى، فالتعليم يفتح ذهن الشخص ويبصره بعواقب سلوكه، ويجعله أكثر ميلاً إلى حل ما يصادفه من مشكلات وإلى تحقيق أهدافه بأسإلب مشروعة.

أما بالنسبة للفروق في استراتيجيات المواجهة فقد تميز أبناء الأمهات ذوات التعليم الجامعي والدراسات العليا مقارنة بالطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الثانوي، بالاستراتيجية الدينية، وهي من الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات، أي أنها من الاستراتيجيات الإيجابية، وقد بين بارجمنت Pargament – كما ورد في أبونجيلة 2015– إلى أنه حينما تتقطع السبل بالإنسان ويواجه أحداثاً جساماً في حياته تتعدى مواجهتها حدود طاقاته وإمكاناته، وحينما يكون في مهب الريح أمام نفسه وأمام الآخرين، وحينما يتهدد الخطر وجوده وكيانه، فعندها لن يجد سوى الدين ملجأه وملاذه. وهذا الملجأ والملاذ الذي يوفره الدين قد يأتي في صورة دعم روحاني حينما يغيب الدعم الاجتماعي وحتى إن لم يغب هذا الدعم كان وجوده لا يسمن ولا يغني من جوع، وقد يأتي على صورة تبريرات وتفسيرات للأحداث والمواقف التي مرَّ بها الإنسان حينما لا يُجدي ولا يُقنع سواه من التبريرات، وقد يأتي على صورة مدد روحاني بالقوة، والقدرة والسيطرة حينما يكاد يشعر المرء أن حياته بأكملها قد باتت خارج سيطرته. وتتفق نتائج العديد من الأب حاث والدراسات على أن الروحانية والصلاة، وتأدية الشعائر الدينية بانتظام كاستراتيجية للمواجهة تساعد الأفراد الذين يواجهون أحداثاً ضاغطة وتخفف من انعكاساتها، وتقلل من نتائجها السلبةي (انظر أبونجيلة، 2015: 175)

أما بالنسبة للفروق في التوافق المدرسي، حيث جاءت الفروق بين الطلبة أبناء الأمهات ذوات التعليم الجامعي والتعليم الثانوي والتعليم الإعدادي، من جهة، وبين الطلبة أبناء الأمهات ذوات المستوى التعليمي الدراسات العليا، فترى الباحثة أن مناقشة هذه النتيجة لا يخرج عن إطار مناقشتها للجزء الأول من هذا الفرض –المتعلق بنتائج الفروق في تأثير الخبرات الصادمة– فأبناء الأمهات ذوات الدراسات العليا يطلبن من أبنائهن ويفرضن عليهن مستويات من الانضباط والتحصيل الدراسي، وأسالب التوافق، وعدم السماح لهم باقامة علاقات منفتحة إلا مع فئات محددة من الطلبة، وهذه المستويات التي على الرغم من سوائها، وقد تكون جيدة أيضاً إلا أنها لاتتناسب مع واقع حياة الطلبة في هذه المرحلة العمرية وفي محافظات غزة، على وجه التحديد، مما أثر على التوافق المدرسي مقارنةً بأبناء الأمهات الأقل تعليماً.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الفرضية العاشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومة في قطاع غزة تُعزى لمتغير عمل الأب (يعمل، لا يعمل):

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار "ت" لعينتين مستقلين لكشف الفروق بين درجات مقياس الخبرات الصادمة وأبعاده، ومقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وأبعاده، ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده تُعزى لمتغير عمل الأب: (يعمل، لا يعمل)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (33) نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عمل الأب (يعمل، لا يعمل):

المقياس	أبعاد المقياس	يعمل ن=(479)		لا يعمل ن=(276)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	18.47	4.77	16.31	4.35	6.10	**0.00	يعمل
	تعرض أسري	25.26	6.23	22.01	5.76	7.12	**0.00	يعمل
	تعرض مجتمعي	6.18	2.30	5.80	2.07	2.22	*0.03	يعمل
	مشاهدة أسري	11.43	2.70	10.60	2.99	3.80	**0.00	يعمل
	مشاهدة مجتمعي	11.93	3.57	11.34	3.42	2.19	*0.03	يعمل
	الدرجة الكلية للمقياس "الخبرات الصادمة"	73.37	14.73	65.78	13.91	6.64	**0.00	يعمل
استراتيجية مواجهة الضغوط	1.التعامل الانفعالي السلبي	37.37	8.67	35.92	8.20	2.23	*0.03	يعمل
	2.الإنكار والسخرية	32.55	5.57	32.35	6.15	0.44	//0.66	–
	الدرجة الكلية للبعد الاول "قائمة استراتيجيات على الانفعال"	69.95	11.27	68.41	11.91	1.74	//0.08	–
	1.التروي والتقبل	19.73	4.46	20.44	4.50	2.08-	*0.04	لا يعمل
	2.المساندة الاجتماعية	12.08	3.78	11.85	3.40	0.83	//0.41	–
	3.الاستراتيجية الدينية	9.63	2.37	9.25	2.28	2.13	*0.03	يعمل
	4.إعادة التقييم الإيجابي	10.10	2.88	10.13	3.15	0.13-	//0.89	–
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"	51.53	8.89	51.65	8.94	0.18-	//0.86	–

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	أبعاد المقياس	يعمل ن=(479)		لا يعمل ن=(276)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	19.46	5.47	18.91	5.13	1.38	//0.17	-
	التوافق الجسمي	22.27	5.46	21.78	5.66	1.15	//0.25	-
	التوافق الأسري	21.19	3.30	21.15	4.05	0.12	//0.90	-
	التوافق الاجتماعي	14.25	3.74	13.94	3.63	1.12	//0.26	-
	التوافق المدرسي	17.55	4.56	17.65	4.47	0.29-	//0.77	-
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	94.96	14.66	93.55	14.93	1.20	//0.23	-

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

بالنسبة للمقياس الأول الخبرات الصادمة:

- **مقياس الخبرات الصادمة:** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة وأبعادها التالية: (التعرض الشخصي، التعرض الأسري، التعرض المجتمعي، المشاهدة الأسرية، المشاهدة المجتمعية) t-test=6.64,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عمل الأب: (يعمل، لا يعمل)، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين أباءهم يعملون، وهذا يدل على أن الطلبة الذين أباءهم يعملون تعرضوا لخبرات صادمة أكثر من الطلبة الذين آبائهم لا يعملون.

- **بالنسبة للمقياس الثاني استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة.**

- **الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للبعد الأول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال وبعده التالي: (الإنكار والسخرية) بالنسبة لمتغير عمل الأب: (يعمل، لا يعمل) (p-value>0.05)، باستثناء **بعد التعامل الانفعالي السلبي** فكانت الفروق لصالح الطلبة الذين أباءهم يعملون.

- **الدرجة الكلية للبعد الثاني الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات:** تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للبعد الثاني استراتيجيات قائمة على حل المشكلات وابعاده التالية: (المساندة الاجتماعية، إعادة التقييم الإيجابي) بالنسبة لمتغير عمل الأب ، في حين أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة **بعد التروي والتقبل** والفروق كانت لصالح الطلبة الذين أباءهم لا يعملون، وكذلك أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة بعد **الاستراتيجية الدينية** والفروق كانت

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

لصالح الطلبة الذين أباءهم يعملون، وهذا يدل على أن الطلبة الذين أباءهم يعملون يستخدمون الاستراتيجية الدينية أكثر من الطلبة الذين آبائهم لا يعملون.

بالنسبة للمقياس الثالث التوافق النفسي والاجتماعي:

- **الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) بالنسبة لمتغير عمل الأب (يعمل، لا يعمل) (p-value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة الذين آبائهم عاملين والطلبة الذين آبائهم عاطلين عن العمل لديهم مستويات متساوية من التوافق النفسي والاجتماعي.

الفرضية الحادية عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ضعيف، متوسط، مرتفع).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار تحليل التباين الأحادي (One -Way ANOVA) لدراسة الفروقات في درجات الخبرات الصادمة، ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة: (ضعيف، متوسط، مرتفع)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (34) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة ثاني ثانوي من مدارس الحكومة في قطاع غزة تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ن=770):

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	بين المجموعات	972.9	2	486.4	23.40	**0.00
		داخل المجموعات	15381.8	740	20.8		
		المجموع	16354.7	742			
	تعرض أسري	بين المجموعات	1322.0	2	661.0	17.90	**0.00
		داخل المجموعات	27064.0	733	36.9		
		المجموع	28386.0	735			
	تعرض مجتمعي	بين المجموعات	24.7	2	12.3	2.51	//0.08

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
		داخل المجموعات	3701.1	753	4.9		
		المجموع	3725.7	755			
	مشاهدة أسري	بين المجموعات	65.4	2	32.7	4.10	*0.02
		داخل المجموعات	5964.4	749	8.0		
		المجموع	6029.8	751			
	مشاهدة مجتمعي	بين المجموعات	78.2	2	39.1	3.23	*0.04
		داخل المجموعات	9029.7	745	12.1		
		المجموع	9107.9	747			
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	بين المجموعات	7911.4	2	3955.7	19.13	**0.00
		داخل المجموعات	143689.3	695	206.7		
		المجموع	151600.7	697			
استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	التعامل الانفعالي السلبي	بين المجموعات	148.1	2	74.1	1.02	//0.36
		داخل المجموعات	54004.5	745	72.5		
		المجموع	54152.6	747			
	الإنكار والسخرية	بين المجموعات	23.2	2	11.6	0.34	//0.71
		داخل المجموعات	24702.2	731	33.8		
		المجموع	24725.4	733			
	استراتيجيات قائمة على الانفعال	بين المجموعات	86.9	2	43.5	0.33	//0.72
		داخل المجموعات	96284.3	721	133.5		
		المجموع	96371.2	723			
	التروي والتقبل	بين المجموعات	138.8	2	69.4	3.48	*0.03
		داخل المجموعات	14915.9	747	20.0		
		المجموع	15054.7	749			
	المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	1.8	2	0.9	0.07	//0.94
		داخل المجموعات	9828.9	748	13.1		
		المجموع	9830.6	750			
	الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	9.3	2	4.7	0.85	//0.43
		داخل المجموعات	4142.0	755	5.5		
		المجموع	4151.3	757			
	إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	49.9	2	24.9	2.87	//0.06
		داخل المجموعات	6513.3	751	8.7		
		المجموع	6563.2	753			
	استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	بين المجموعات	237.4	2	118.7	1.51	//0.22
		داخل المجموعات	57603.3	733	78.6		
		المجموع	57840.6	735			

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	بين المجموعات	36.4	2	18.2	0.64	//0.53
		داخل المجموعات	21417.6	750	28.6		
		المجموع	21454.0	752			
	التوافق الجسمي	بين المجموعات	124.2	2	62.1	2.02	//0.13
		داخل المجموعات	22940.1	747	30.7		
		المجموع	23064.3	749			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	2.8	2	1.4	0.11	//0.90
		داخل المجموعات	9392.3	730	12.9		
		المجموع	9395.1	732			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	30.4	2	15.2	1.13	//0.32
		داخل المجموعات	10132.0	753	13.5		
		المجموع	10162.3	755			
	التوافق المدرسي	بين المجموعات	44.7	2	22.3	1.09	//0.34
		داخل المجموعات	15324.9	746	20.5		
		المجموع	15369.6	748			
	التوافق النفسي والاجتماعي	بين المجموعات	850.1	2	425.0	1.97	//0.14
		داخل المجموعات	151126.3	700	215.9		
		المجموع	151976.4	702			

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

- **بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):**

الدرجة الكلية لمقياس "الخبرات الصادمة" أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة (F=19.13,P-value<0.01) بالنسبة للمستوى الاقتصادي للأسرة: (ضعيف، متوسط، مرتفع)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم استخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين مستوى أسرهم الاقتصادي ضعيف تعرضوا لخبرات صادمة أقل من الطلبة مستوى أسرهم الاقتصادي متوسط ومرتفع، في حين تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض المجتمعي تُعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة: (ضعيف، متوسط، مرتفع)

بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجيات مواجهة الضغوط):

البعد الكامن الأول" الاستراتيجيات القائمة على الانفعال": تبين عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على الانفعال والأبعاد التالية: (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) تُعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة (ضعيف،

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

متوسط، مرتفع) (p –value>0.05)، وهذا يدل على أن طلبة الصف الثاني الثانوي باختلاف الوضع الاقتصادي للأسرة يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على الانفعال: (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) بدرجات متساوية.

- **البعد الكامن الثاني" الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات"**: تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات والأبعاد التالية: (إعادة التقييم الإيجابي، المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية، إعادة التقييم الإيجابي) تُعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة: (ضعيف، متوسط، مرتفع)، باستثناء استراتيجية التروي والتقبل فكانت الفروق لصالح الأسر ذوي الوضع الاقتصادي الضعيف.

- **بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):**

- **الدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"** تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي والأب عاد التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) تُعزى لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة: (ضعيف، متوسط، مرتفع) (p–value>0.05)، وهذا يدل على أن طلبة المرحلة الثانوية باختلاف الوضع الاقتصادي للأسرة لديهم نفس المستوى من التوافق النفسي والاجتماعي والأبعاد التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي).

جدول (35) يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية في درجات الخبرات الصادمة ودرجات الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تُعزى للمستوى الاقتصادي للأسرة (ن=770):

المقياس	البعد	المستوى الاقتصادي للأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية		
					1	2	3
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	ضعيف	140	16.0	1	**0.01	**0.01
		متوسط	487	17.6	–	1	**0.01
		مرتفع	116	19.9	–	–	1
	تعرض أسري	ضعيف	136	21.7	1	**0.01	**0.01
		متوسط	486	24.1	–	1	**0.01
		مرتفع	114	26.3	–	–	1
	مشاهدة أسري	ضعيف	140	10.6	1	*0.03	**0.01
		متوسط	495	11.2	–	1	//0.19
		مرتفع	117	11.6	–	–	1

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	البعد	المستوى الاقتصادي للأسرة	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية		
					1	2	3
	مشاهدة مجتمعي	ضعيف	140	11.0	1	**0.01	//0.06
		متوسط	493	11.9	-	1	//0.98
		مرتفع	115	11.9	-	-	1
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	ضعيف	129	64.8	1	**0.01	**0.01
		متوسط	462	70.8	-	1	**0.01
		مرتفع	107	76.3	-	-	1
استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	التروي والتقبل	ضعيف	140	20.8	1	**0.01	*0.04
		متوسط	492	19.7	-	1	//0.84
		مرتفع	118	19.7	-	-	1

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

مناقشة الفرضية العاشرة والفرضية الحادية عشر: بينت النتائج أن **طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة** أبناء من لديهم عمل، مقارنة بالطلبة أبناء غير العاملين، والعاطلين عن العمل، أكثر تأثراً بالخبرات الصادمة الناجمة عن الاحتلال الإسرائيلي، والنتيجة نفسها نجدها بالنسبة للمستوى الاقتصادي للأسرة. وهذا يعني أن عمل الأب والوضع الاقتصادي للأسرة تعد أحد المحددات الهامة في تعيين مقدار تأثير الخبرات الصادمة الناجمة عن الاحتلال الإسرائيلي. وهذه النتيجة هي نفس النتيجة السابقة –**تقريباً**– المتعلقة بمستوى تعليم كل من آباء وأمهات الطلبة في المدارس الحكومية في محافظات غزة.

وتبدأ الباحثة: تعليقها على هذه النتائج بالقول أن متغير المستوى الاقتصادي للأسرة يمثل مجموعة من المتغيرات يربطها قواسم مشتركة عديدة، وهو نتاج لها في الوقت نفسه ، ولعل أهم هذه القواسم المشتركة ما يمكن أن نسميه الأمن الاقتصادي للأسرة، الذي يتضمن الفقر–الغنى، والازدحام السكني، والظلم الاجتماعي والسياسي، ويعد التعليم أحد المتغيرات الهامة التي تدل على وضع ومكانة الأسرة اجتماعياً واقتصادياً، ويرتبط بالتعليم العمل أو المهنة حيث إن المستوى التعليمي المنخفض يرتبط غالباً بمستوى مهني منخفض أوبعدم الاشتغال بمهن ذوي الياقة البيضاء، في حين يرتبط المستوى التعليمي المرتفع بارتفاع المكانة المهنية، حيث ينتج عن المستوى التعليمي المرتفع، توفير الأساس الموضوعي لإمكانية التطور في مجال العمل والارتقاء من خلاله بمكانة الأسرة وقدراتها وثقتها بذاتها.

أما بالنسبة لعمل الأب فيمكن القول أن نوع النشاط الذي يزاوله الرجل وبيئة العمل، تعتبر من العوامل التي تؤثر تأثيراً كبيراً على إدراك الأبناء لتأثير الخبرات الصادمة من الناحيتين الكمية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

والنوعية. أما بالنسبة للبطالة فهي تحول بين المرء والعمل الذي يدر عليه رزقاً، ومن شأن ذلك أن يعجزه عن إشباع حاجاته وحاجات أسرته، وبلغة " ماسلو" صاحب هرم الحاجات الأساسية، فإن إشباع المستوى الأدنى ضرورة لإشباع الحاجات الأعلى، وكما ورد في " أبونجيلة " فقد بينت نتائج الكثير من البحوث إلى وجود خبرة تدميرية لدى العاطلين عن العمل، بالإضافة إلى الضغط وخيبة الأمل، مما يؤدي إلى الإقلال من تقدير الذات. وفضلاً عن هذا فهي تعود بالضرر الكبير على أبناء الشخص المتعطل. مما يؤدي إلى زيادة المشكلات داخل الأسرة، وعدم الإدراك الموضوعي لتأثير الخبرات الصادمة، (أبونجيلة: 2006) وهوما أشار إليه "موراي" حينما ربط بين مفهوم الضغط والحاجة، حيث رأى إن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان مركزيان في تفسير السلوك الإنساني، ويمثل مفهوم الضغط Press المحددات المؤثرة أوالجوهرية للسلوك في البيئة، فالضغط صفة أوخاصية لموضوع بيئي أولشخص، تيسر أوتعوَق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين"، وقد ميز موراي بين نوعين من الضغوط، وهما:

- ضغوط بيتا Beta: وتشير إلى دلالة الموضوعات والأشخاص كما يدركها الفرد.
- ضغوط ألفا Alpha: وتشير إلى خصائص الموضوعات والأشخاص ودلالتها، كما هي.

وأن المهم هوالنوع الأول؛ حيث إن الأمر الأهم ليس في الموضوعات في ذاتها، ولكن الأهم هودلالة الموضوعات كما يدركها الفرد (هول وليندزي، 1978: ص ص231-241).

ومن ثم يمكن تفسير نتائج الدراسة بالقول: قد يكون توفر الأمن الاقتصادي سبباً غير مباشراً في ارتفاع درجة تأثير الخبرات الصادمة لدى طلبة الثانوية أبناء العاملين ومن هم في مستوى إقتصادي مرتفع أومتوسط. مقارنة بالطلبة أبناء العاطلين عن العمل ومن هم في مستوى اقتصادي متدني. فالضغط الاقتصادي ووجود الفاقة يؤديان إلى زيادة حدة المشكلات التي تطغى على تأثير الخبرات الصادمة. إذ تؤدي إلى قدر متزايد من القلق والمشاعر السلبية ويشيع عدم الانسجام وكثرة الشقاق وانعدام الرقابة، النفور والانسحاب اجتماعياً وفيزيقياً بين أفرادها.

نخلص مما سبق إلى أن الضغوط الاقتصادية الناجمة عن عدم كفاية الدخل للاحتياجات الأساسية للأسرة تؤدي إلى ظهور اهتمامات أخرى غير الاهتمام بتأثير الخبرات الصادمة بين الطلبة، فالفقر والضغوط الاقتصادية تؤدي إلى الإحباط الذي يؤدي بدوره إلى عدم إدراك تأثير الخبرات الصادمة. ولعل ما يدعم وجهة نظر الباحثة هو، عدم وجود فروق بين المجموعات الفرعية –حسب المتغيرات التصنيفية السابقة للعينة الكلية للدراسة – في مقياس التوافق النفسي، ووجود فروق على استراتيجية التعامل الانفعالي السلبي وجاء اتجاه الفروق في صالح الطلبة أبناء الأب اء الذين يعملون. في حين جاء ت الفروق في استراتيجية التروي والتقبل، لتميز الطلبة أبناء العاطلين عن العمل، وذوي

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المستوى الاقتصادي الأضعف، حيث جاء اتجاه الفروق في صالحهم مقارنة بالطلبة أبناء الأب اء الذين يعملون.

الفرضية الثانية عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمناطق التماس.

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار "ت" لعينتين مستقلين لكشف الفروق بين الطلبة الذين يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية او عدم اقامتهم بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية في درجات مقياس الخبرات الصادمة وأبعاده، وكذلك درجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وابعاده، وكذلك درجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (36) نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير الاقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية

المقياس	أبعاد المقياس	مناطق التماس ن=(488)		بعيدا عن مناطق التماس ن=(263)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	16.02	3.55	20.92	5.08	13.75-	0.00**	بعيدا
	تعرض أسري	21.33	4.75	29.06	5.50	19.00-	0.00**	بعيدا
	تعرض مجتمعي	5.55	1.92	6.93	2.48	7.85-	0.00**	بعيدا
	مشاهدة أسري	10.70	2.89	12.01	2.52	6.41-	0.00**	بعيدا
	مشاهدة مجتمعي	11.12	3.34	12.92	3.51	6.87-	0.00**	بعيدا
	الدرجة الكلية للمقياس" الخبرات الصادمة"	64.79	11.35	81.89	14.18	16.14-	0.00**	بعيدا
استراتيجية مواجهة الضغوط	1.التعامل الانفعالي السلبي	37.20	8.48	36.13	8.51	1.64	0.10*	مناطق التماس
	2.الإنكار والسخرية	32.16	5.96	32.87	5.35	1.64-	0.10*	بعيدا
	الدرجة الكلية للبعد الاول "قائمة استراتيجيات على الانفعال"	69.51	11.67	68.94	11.13	0.64	//0.52	-
	1.التروي والتقبل	19.82	4.54	20.18	4.43	1.04-	//0.30	-
	2.المساندة الاجتماعية	12.05	3.56	11.90	3.84	0.53	//0.60	-
	3.الاستراتيجية الدينية	9.48	2.32	9.51	2.41	0.15-	//0.88	-

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	أبعاد المقياس	مناطق التماس ن=(488)		بعيدا عن مناطق التماس ن=(263)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
	4.إعادة التقييم الإيجابي	9.90	2.96	10.47	3.04	2.50-	*0.01	بعيدا
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"	51.23	9.04	52.10	8.87	1.26-	//0.21	-
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	19.40	5.45	19.00	5.15	0.97	//0.33	-
	التوافق الجسمي	22.22	5.50	22.00	5.60	0.52	//0.60	-
	التوافق الأسري	21.04	3.71	21.33	3.40	1.03-	//0.30	-
	التوافق الاجتماعي	14.09	3.69	14.20	3.70	0.41-	//0.68	-
	التوافق المدرسي	17.52	4.67	17.81	4.30	0.81-	//0.42	-
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	94.37	14.82	94.72	14.69	0.30-	//0.77	-

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

بالنسبة للمقياس الأول الخبرات الصادمة:

- **<u>الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة:</u>** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة وأبعاده التالية: (تعرض شخصي، تعرض أسري، تعرض مجتمعي، مشاهدة أسري، مشاهدة مجتمعي) t-test=16.14-,P-value=0.004) بالنسبة لمتغير الاقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية: (نعم، لا)، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية.

بالنسبة للمقياس الثاني استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة:

- **<u>الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال:</u>** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال بالنسبة لمتغير الاقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية: (نعم، لا) (p value>0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، باستثناء بعد **التعامل الانفعالي السلبي** فالفروق كانت لصالح الطلبة الذين يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية، وكذلك وجدت فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات **بعد الإنكار والسخرية**، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

- **<u>الدرجة الكلية للبعد الثاني استراتيجيات قائمة على حل المشكلات</u>:** لُوحظ عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للبعد الثاني الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات وابعاده التالية (التروي والتقبل، المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية) بالنسبة لمتغير الإقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية (نعم، لا) (p-value>0.05)، **باستثناء** بعد إعادة التقييم الإيجابي فالفروق كانت لصالح الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية.

بالنسبة للمقياس الثالث التوافق النفسي والاجتماعي:

- **<u>الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي</u>:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي وأبعاده التالية: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق المدرسي) بالنسبة لمتغير الإقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية (نعم، لا) (p-value>0.05) لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة، وهذا يدل على أن الطلبة الذين يقيمون بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية أوعدم الإقامة بالقرب من منطقة التماس/منطقة حدودية لديهم درجات متساوية من التوافق النفسي والاجتماعي.

مناقشة وتفسير الفرضية الثانية عشر: وبالنظر إلى نتائج الجدول السابق اتضح أن وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة بالنسبة لمتغير الإقامة بالقرب من منطقة التماس / منطقة حدودية، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من المنطقة الحدودية.

فبناءً على الأحداث الصادمة التي تعرض لها قطاع غزة خلال حرب(2014)م، وبناء على معطيات الدراسات السابقة والآراء النظرية التي تم عرضها فيما سبق، كان متوقع أن يكون مستوى الخبرات الصادمة لدى المناطق الحدودية أعلى من المناطق غير الحدودية، ولكننا نجد أن ما أظهرته نتائج الدراسة الحالية خلاف ما أشارت إليه العديد من الدراسات المنجزة بعد الحروب، ومنها دراسة حجازي 2004، ودراسة أبوهين 2007، ودراسة عبدالله 2007، في حين توصلت بعض الدراسات أنه توجد فروق في مستوى الخبرات الصادمة لصالح المناطق الحدودية مثل دراسة غنام 2014.

فترى الباحثة: أنه يمكن تفسير هذه النتيجة بأن سكان المناطق الحدودية اعتادوا تلك الأوساط وأصبح لديهم الاستعدادية اللازمة للتعامل مع الخبرات الصادمة التي كونوا منها خبرة إيجابية داعمة عكس الذين يقطنون بعيدا عن المناطق الحدودية كونهم غير معتادين عليها ولم يكونوا الاستعدادية اللازمة للتعامل الإيجابي معها، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة صيدم 2005.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

واتضح أيضاً أن الطلبة الذين يقيمون بالقرب من المناطق الحدودية، والطلبة الذين يقيمون بعيداً عن مناطق التماس لديهم درجات متساوية من التوافق النفسي والاجتماعي، **وتعزو الباحثة:** هذه النتيجة إلى ما يتمتع به الشعب الفلسطيني من درجات عالية من التآزر والتضامن والمساندة الاجتماعية، والتي تعتبر من أهم مصادر القوة التي تساعد الأفراد على التوافق النفسي، برغم من حجم الدمار والحصار والحروب المتتالية على الشعب الفلسطيني في قطاع غزة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة حسنين 2004 والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة بين الأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة، والذين تعرضوا لخبرات صادمة قليلة بالنسبة لمستوى الصحة النفسية.

الفرضية الثالثة عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمدى تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال.

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار "ت" لعينتين مستقلين لكشف الفروق بين الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح والطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لاجتياح من قبل جيش الاحتلال في درجات مقياس الخبرات الصادمة وأبعاده، وكذلك درجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة وأبعاده، وكذلك درجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

جدول (37) نتائج اختبار "ت" لكشف الفروق في درجات مقياس الخبرات الصادمة ودرجات مقياس استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال

المقياس	أبعاد المقياس	نعم ن=(488)		لا ن=(263)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	16.78	4.09	22.84	4.86	12.55-	0.00**	لا
	تعرض أسري	22.70	5.45	31.43	4.91	16.10-	0.00**	لا
	تعرض مجتمعي	5.76	2.06	7.48	2.55	7.97-	0.00**	لا
	مشاهدة أسري	10.88	2.83	12.64	2.42	7.01-	0.00**	لا
	مشاهدة مجتمعي	11.42	3.41	13.40	3.55	5.70-	0.00**	لا
	الدرجة الكلية للمقياس "الخبرات الصادمة"	67.47	12.73	87.91	13.33	15.35-	0.00**	لا
استراتيجية	1.التعامل الانفعالي السلبي	36.94	8.55	35.80	8.20	1.33	//0.19	-

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	أبعاد المقياس	نعم ن=(488)		لا ن=(263)		قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الفروق
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
مواجهة الضغوط	2.الإنكار والسخرية	32.37	5.88	32.61	5.30	0.43-	//0.67	-
	الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال"	69.44	11.67	68.19	10.60	1.06	//0.29	-
	1.التروي والتقبل	19.77	4.46	21.05	4.46	2.85-	**0.00	لا
	2.المساندة الاجتماعية	12.01	3.60	11.84	3.86	0.48	//0.63	-
	3.الاستراتيجية الدينية	9.46	2.30	9.62	2.54	0.71-	//0.47	-
	4.إعادة التقييم الإيجابي	9.95	2.91	10.87	3.22	3.06-	**0.00	لا
	الدرجة الكلية للبعد الثاني "الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات"	51.18	8.85	53.39	9.10	2.44-	*0.02	لا
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	19.47	5.33	17.90	5.16	2.92	**0.00	نعم
	التوافق الجسمي	22.15	5.50	21.72	5.73	0.77	//0.44	-
	التوافق الأسري	21.11	3.69	21.40	2.96	0.78-	//0.44	-
	التوافق الاجتماعي	14.10	3.66	14.33	3.88	0.62-	//0.54	-
	التوافق المدرسي	17.54	4.48	17.97	4.72	0.94-	//0.35	-
	الدرجة الكلية للمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"	94.56	14.74	93.52	14.53	0.66	//0.51	-

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

بالنسبة للمقياس الأول الخبرات الصادمة:

- **<u>الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة:</u>** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة والأبعاد التالية: (تعرض شخصي، تعرض أسري، تعرض مجتمعي، مشاهدة أسري، مشاهدة مجتمعي) t-test=15.35-,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال: (نعم، لا)، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لهجوم/ اجتياح من قبل جيش الاحتلال.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

بالنسبة للمقياس الثاني استراتيجية مواجهة المواقف الضاغطة:

- **الدرجة الكلية للبعد الاول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للبعد الأول الاستراتيجيات القائمة على الانفعال والأبعاد التالية (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال: (نعم، لا) (p-value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة الذين تعرضت أولم تتعرض منطقتهم لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على الانفعال بدرجات متساوية.
- **الدرجة الكلية للبعد الثاني الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات:** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات (t-test=2.44-,P-value<0.05) بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال: (نعم، لا)، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لهجوم/ اجتياح من قبل جيش الاحتلال، وخاصة في بعدى: **(التروي والتقبل، وإعادة التقييم الإيجابي)** فكانت الفروق لصالح الطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لهجوم/ اجتياح من قبل جيش الاحتلال.
- في حين أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات أبعاد الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات: (المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية) بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال (نعم، لا) (p-value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة الذين تعرضت أولم تتعرض منطقتهم لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات التالية: (المساندة الاجتماعية، الاستراتيجية الدينية).

بالنسبة للمقياس الثالث التوافق النفسي والاجتماعي:

- **الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي:** أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال (نعم، لا) (p-value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة الذين تعرضت أولم تتعرض منطقتهم لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال لديهم مستوى متساوي من التوافق النفسي والاجتماعي، باستثناء التوافق الشخصي والانفعالي فكانت الفروق كانت لصالح الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لهجوم/ اجتياح من قبل جيش الاحتلال.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مناقشة وتفسير الفرضية الثالثة عشر:

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لهجوم أواجتياح من قبل جيش الاحتلال، وترى الباحثة أن هذه النتيجة تتسق مع نتيجة الفرض السابق بأن الطلبة الذين لا يقيمون بالقرب من المناطق الحدودية كانوا أكثر عرضةً للخبرات الصادمة، وبرغم عدم اتساق نتيجة هذه الدراسة مع العديد من الدراسات كدراسة منها دراسة حجازي 2004، ودراسة أبوهين 2007، ودراسة عبدالله 2007، ودراسة Ghannam 2014، إلا أنها اتفقت مع دراسة صيدم 2005 .

- أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات بالنسبة لمتغير تعرض المنطقة لهجوم /اجتياح من قبل جيش الاحتلال، والفروق كانت لصالح الطلبة الذين لم تتعرض منطقتهم لهجوم/ اجتياح من قبل جيش الاحتلال.
- وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير تعرض المنطقة لهجوم أواجتياح من قبل جيش الاحتلال، **وترى الباحثة:** أن ما يتمتع به الشعب الفلسطيني من علاقات اجتماعية حميمة يتوافر فيها الإسناد والدعم الاجتماعي تساعد الشخص على مواجهة المواقف الصادمة والضاغطة بشكل يسهم في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

  وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عودة 2013.

الفرضية الرابعة عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (α<0.05) في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية بالمدارس الحكومية في قطاع غزة تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر).

للتحقق من صحة الفرضية تم إيجاد اختبار تحليل التباين الأحادي (One -Way ANOVA) لدراسة الفروقات في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، والنتائج المتعلقة بهذه الفرضية موضحة من خلال الجدول التالي:

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

جدول (38) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لكشف الفروق في درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة ودرجات التوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (ن=770):

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	بين المجموعات	1202.1	3	400.7	25.69	**0.00
		داخل المجموعات	9857.6	632	15.6		
		المجموع	11059.6	635			
	تعرض أسري	بين المجموعات	2291.0	3	763.7	28.58	**0.00
		داخل المجموعات	16672.8	624	26.7		
		المجموع	18963.7	627			
	تعرض مجتمعي	بين المجموعات	87.1	3	29.0	7.03	**0.00
		داخل المجموعات	2650.2	642	4.1		
		المجموع	2737.3	645			
	مشاهدة أسري	بين المجموعات	195.8	3	65.3	8.34	**0.00
		داخل المجموعات	5008.6	640	7.8		
		المجموع	5204.4	643			
	مشاهدة مجتمعي	بين المجموعات	346.3	3	115.4	10.36	**0.00
		داخل المجموعات	7100.8	637	11.1		
		المجموع	7447.2	640			
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	بين المجموعات	14524.3	3	4841.4	33.68	**0.00
		داخل المجموعات	84799.3	590	143.7		
		المجموع	99323.6	593			
استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة	التعامل الانفعالي السلبي	بين المجموعات	617.7	3	205.9	2.85	*0.04
		داخل المجموعات	46071.3	638	72.2		
		المجموع	46689.0	641			
	الإنكار والسخرية	بين المجموعات	388.2	3	129.4	3.80	**0.01
		داخل المجموعات	21287.8	625	34.1		
		المجموع	21675.9	628			
	استراتيجيات قائمة على الانفعال	بين المجموعات	1748.8	3	582.9	4.34	**0.00
		داخل المجموعات	82838.2	617	134.3		
		المجموع	84587.1	620			
	التروي والتقبل	بين المجموعات	20.3	3	6.8	0.34	//0.80
		داخل المجموعات	12772.4	639	20.0		
		المجموع	12792.7	642			
	المساندة الاجتماعية	بين المجموعات	4.9	3	1.6	0.12	//0.95

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
		داخل المجموعات	8338.7	638	13.1		
		المجموع	8343.6	641			
	الاستراتيجية الدينية	بين المجموعات	4.5	3	1.5	0.29	//0.84
		داخل المجموعات	3414.2	645	5.3		
		المجموع	3418.8	648			
	إعادة التقييم الإيجابي	بين المجموعات	45.6	3	15.2	1.81	//0.14
		داخل المجموعات	5407.2	642	8.4		
		المجموع	5452.8	645			
	استراتيجيات قائمة على حل المشكلات	بين المجموعات	16.8	3	5.6	0.07	//0.98
		داخل المجموعات	49159.6	626	78.5		
		المجموع	49176.4	629			
التوافق النفسي والاجتماعي	التوافق الشخصي والانفعالي	بين المجموعات	107.4	3	35.8	1.26	//0.29
		داخل المجموعات	18157.2	641	28.3		
		المجموع	18264.6	644			
	التوافق الجسمي	بين المجموعات	101.4	3	33.8	1.11	//0.34
		داخل المجموعات	19403.8	640	30.3		
		المجموع	19505.2	643			
	التوافق الأسري	بين المجموعات	15.6	3	5.2	0.39	//0.76
		داخل المجموعات	8464.0	627	13.5		
		المجموع	8479.5	630			
	التوافق الاجتماعي	بين المجموعات	58.9	3	19.6	1.46	//0.23
		داخل المجموعات	8682.2	644	13.5		
		المجموع	8741.0	647			
	التوافق المدرسي	بين المجموعات	66.8	3	22.3	1.10	//0.35
		داخل المجموعات	12848.4	637	20.2		
		المجموع	12915.2	640			
	التوافق النفسي والاجتماعي	بين المجموعات	299.9	3	100.0	0.46	//0.71
		داخل المجموعات	131537.2	602	218.5		
		المجموع	131837.0	605			

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 // غير دالة إحصائياً

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

تبين من خلال الجدول السابق ما يلي:

<u>بالنسبة للمقياس الأول (الخبرات الصادمة):</u>

- **الدرجة الكلية لمقياس "الخبرات الصادمة"** أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة (F=33.68,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح: (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم إستخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من 1-3 مرات تعرضوا للخبرات الصادمة أكثر من الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح بعدد: (4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر).
- **البعد الأول "التعرض الشخصي"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الشخصي: (F=25.69,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح: (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، وكانت الفروق لصالح الطلبة الذي تعرضت منطقتهم لاجتياح من 1-3 مرات، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.
- **البعد الثاني "التعرض الأسري"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض الأسري (F=28.58,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح: (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، فكانت الفروق لصالح الطلبة الذي تعرضت منطقتهم لاجتياح من 1-3 مرات، كما تبين أن الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من 7-9 مرات التعرض الأسري لديهم أكثر من الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح بعدد: (10 مرات وأكثر)، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.
- **البعد الثالث "التعرض المجتمعي"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات التعرض المجتمعي: (F=7.03,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح: (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، فكانت الفروق لصالح الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من 1-3 مرات، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.
- **البعد الرابع "مشاهدة أسرية"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات المشاهدة الأسرية (F=8.34,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم إيجاد اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، وقد تبين أن الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من (1-3 مرات، 7-9 مرات) المشاهدة الأسرية لديهم أكثر من الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح بعدد (10 مرات وأكثر)، كما تبين أن الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من 1-3 مرات المشاهدة الأسرية لديهم أكثر من الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح بعدد (4-6 مرات)، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

- **البعد الخامس "مشاهدة مجتمعية"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجات المشاهدة المجتمعية (F=10.36,P-value<0.01) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، فكانت الفروق لصالح الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح من (1-3 مرات، 7-9 مرات)، وهذه الفروق ذات دلالة إحصائية، في حين لم تلاحظ أي فروق بين المجموعات الأخرى.

<u>بالنسبة للمقياس الثاني (استراتيجيات مواجهة المواقف الضاغطة):</u>

- **البعد الكامن الأول" الاستراتيجيات القائمة على الانفعال"**: أظهرت النتائج وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على الانفعال بأبعاده (التعامل الانفعالي السلبي، الإنكار والسخرية) بالنسبة لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر)، ولكشف الفروق بين المجموعات، تم إيجاد اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتجانس التباين، فكانت الفروق لصالح الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح 10مرات فأكثر.

- **البعد الكامن الثاني" استراتيجيات قائمة على حل المشكلات"**: تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر) (p -value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة باختلاف عدد مرات تعرض منطقتهم لاجتياح يستخدمون الاستراتيجيات القائمة على حل المشكلات.

<u>بالنسبة للمقياس الثالث (التوافق النفسي والاجتماعي):</u>

- **الدرجة الكلية لمقياس "التوافق النفسي والاجتماعي"** تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للتوافق النفسي والاجتماعي تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (1-3 مرات، 4-6 مرات، 7-9 مرات، 10 مرات وأكثر) (p-

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

value>0.05)، وهذا يدل على أن الطلبة باختلاف عدد مرات تعرض منطقتهم لاجتياح لديهم نفس المستوى من التوافق النفسي والاجتماعي.

جدول (39) يوضح نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية درجات الخبرات الصادمة ودرجات استراتيجيات قائمة على الانفعال تُعزى لمتغير عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح (ن=770)

المقياس	الأب عاد	عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية			
					1	2	3	4
الخبرات الصادمة	تعرض شخصي	مرات 1-3	277	18.42	1	**0.00	**0.00	**0.00
		مرات 4-6	182	15.47	-	1	//0.21	//0.59
		مرات 7-9	52	16.25	-	-	1	//0.42
		10 مرات وأكثر	125	15.72	-	-	-	-
	تعرض أسري	مرات 1-3	274	24.84	1	**0.00	**0.00	**0.00
		مرات 4-6	180	21.39	-	1	//0.36	//0.07
		مرات 7-9	49	22.16	-	-	1	**0.03
		10 مرات وأكثر	125	20.31	-	-	-	1
	تعرض مجتمعي	مرات 1-3	279	6.18	1	**0.00	//0.06	**0.00
		مرات 4-6	186	5.41	-	1	//0.57	//0.96
		مرات 7-9	52	5.60	-	-	1	//0.61
		10 مرات وأكثر	129	5.43	-	-	-	1
	مشاهدة أسري	مرات 1-3	279	11.44	1	**0.00	//0.68	**0.00
		مرات 4-6	183	10.67	-	1	//0.17	//0.05
		مرات 7-9	52	11.27	-	-	1	*0.01
		10 مرات وأكثر	130	10.04	-	-	-	1
	مشاهدة مجتمعي	مرات 1-3	281	12.16	1	**0.00	//0.64	**0.00
		مرات 4-6	180	10.84	-	1	*0.04	//0.31
		مرات 7-9	52	11.92	-	-	1	**0.01
		10 مرات وأكثر	128	10.45	-	-	-	1
	الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة	مرات 1-3	260	73.03	1	**0.00	**0.00	**0.00
		مرات 4-6	168	63.74	-	1	//0.07	//0.12
		مرات 7-9	49	67.33	-	-	1	**0.00
		10 مرات وأكثر	117	61.50	-	-	-	1
استراتيجيات قائمة على الانفعال	التعامل الانفعالي السلبي	مرات 1-3	277	37.25	1	//0.98	//0.16	*0.03
		مرات 4-6	185	37.23	-	1	//0.17	*0.04
		مرات 7-9	52	39.06	-	-	1	**0.01
		10 مرات وأكثر	128	35.30	-	-	-	1

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المقياس	الأب عاد	عدد مرات تعرض المنطقة لاجتياح	العدد	المتوسط الحسابي	الفروقات البعدية			
					1	2	3	4
	الإنكار والسخرية	مرات 1-3	272	32.42	1	//0.57	//0.09	*0.02
		مرات 4-6	180	32.74	-	1	//0.19	*0.01
		مرات 7-9	52	33.94	-	-	1	**0.00
		10 مرات وأكثر	125	31.00	-	-	-	1
	استراتيجيات قائمة على الانفعال	مرات 1-3	267	69.78	1	//0.84	//0.07	**0.01
		مرات 4-6	179	70.01	-	1	//0.10	**0.01
		مرات 7-9	52	73.00	-	-	1	**0.00
		10 مرات وأكثر	123	66.59	-	-	-	1

** دالة إحصائياً عند 0.01 * دالة إحصائياً عند 0.05 \\ غير دالة إحصائياً

- **مناقشة وتفسير الفرضية الرابعة عشر:** وبالنظر إلى نتائج الجدول السابق لُوحظ وجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الخبرات الصادمة لصالح الطلبة الذين تعرضت منطقتهم من (1-3) مرات، **فترى الباحثة:** أن هذه النتيجة جاءت متسقة مع نتائج الفرضيتين السابقتين، وذلك بأن الطلبة الذين لا يسكنون بالقرب من المناطق الحدودية تعرضوا لمستوى عالي من الخبرات الصادمة خلال حرب (2014)م على غزة، ويمكن تفسير هذه النتيجة بما تم الأشارة إليه سابقاً بأن سكان المناطق الحدودية اعتادوا تلك الأوساط، وأصبح لديهم الاستعدادية اللازمة للتعامل مع الخبرات الصادمة كونهم يتعرضوا بشكل دائم ومستمر لأحداث العنف والاعتداءات الإسرائيلية المستمرة كمنطقة جحر الدين ومنطقة بيت حانون، المنطقة الشرقية لمخيم البريج، ومنطقة خزاعة شرق مدينة خانيونس.
- وكذلك أظهرت النتائج أن الطلبة الذين تعرضت منطقتهم لاجتياح أكثر من 10 مرات أكثر استخداماً لاستراتيجيات المواجهة القائمة على الانفعال، ويمكن تفسير هذه النتيجة تبعاً لطبيعة الأحداث الضاغطة والصادمة التي يواجهها سكان المناطق الحدودية فهي أشد خطراً وتهديداً للأشخاص، وليس بالإمكان السيطرة عليها أو التصدي لها، لذا يلجأ أصحاب تلك المناطق للجوء للاستراتيجيات القائمة على الانفعال لحماية أنفسهم.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

التوصيات:

ففي ضوء نتائج الدراسة تقترح الباحثة بعض التوصيات:

- زيادة الخدمات الإرشادية والعلاجية التي تعني بالصدمة النفسية في المدارس الحكومية، حيث لاحظت الباحثة خلال التطبيق بعض الطلاب الذين هم بحاجة ماسة للتدخل، وتقديم المساندة الأسرية.
- وضع بعض البرامج الإرشادية التي تعنى بضحايا التعرض للخبرات الصادمة، بمشاركة مؤسسات الصحة النفسية والمدارس، لمساعدة الطلاب الذين عاشوا لفترات طويلة في أجواء مفعمة بالأحداث الصادمة والضاغطة، للمساهمة في بناء أجيال تتمتع بالصحة النفسية، وقادرة على مواجهة الضغوطات الحياتية.
- العمل على تفعيل برامج العلاج الأسري والتي تستهدف الأسرة كاملة، للمساندة النفسية للطلاب وذويهم.

مقترحات لدراسات مستقبلية:

فالبحث العلمي ما هو إلا جهد تراكمي مبني على استكمال الجهود السابقة، ففي ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج قد فتحت الآفاق لبعض المقترحات، ويأمل أن تكون انطلاقةً لبداية جهد بحثي منظم في مجال البحوث، وتقترح الباحثة ما يلي:

- إجراء دراسات مقارنة للخبرات الناجمة عن العدوان الإسرائيلي 2008، 2012، 2014.
- إجراء بحوث متعددة حول الآثار النفسية الناجمة عن تأثير الحروب على غزة.
- إجراء دراسات مقارنة بين هذه الفئة وبين فئات مجتمعات أخرى عربية أو أجنبية تعرضت للحروب، وبخاصةٍ أن بعض لديهم الباحثين الأجانب اهتمام واضح بمواضيع الصدمة.
- إجراء بحوث تجريبية باستخدام بعض البرامج الإرشادية أو التفريغ النفسي أو السيكودراما ومعرفة مدى فعاليتها في التخفيف من الآثار النفسية الناتجة عن الصدمة نتيجة الحروب.
- إجراء بحوث لمعرفة أثر الحروب المتتالية 2008، 2012، 2014 على الصحة النفسية لتلك الفئة وبخاصةٍ أنهم عايشوا الثلاث حروب الأخيرة.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المصادر والمراجع العربية:

المصادر:

1- القران الكريم.

2- السنة النبوية.

المراجع:

1. ابن منظور.(1984). **لسان العرب**، دار صادر، بيروت.
2. أبو العلا، مسعد ربيع عبد الله. (2012). " النموذج البنائي للعلاقات بين الرجاء والمساندة الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي". **مجلة كلية التربية (جامعة بنها)** مصر، مجلد 23، عدد 89، يناير، ص 101 -165.
3. أبو حبيب، نبيلة. (2010). " الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في قطاع غزة". **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة الأزهر، غزة- فلسطين.
4. أبو حطب، صالح. (2003). " الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في قطاع غزة". **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة عين شمس، برنامج الدراسات العليا المشترك مع كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة-فلسطين.
5. أبو حطب، فؤاد وصادق، آمال (1991). **مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربية**، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة- مصر.
6. أبو نجيلة، سفيان محمد. (2001 – أ). **مقياس الخبرات الصادمة**، مركز البحوث الإنسانية والتنمية الاجتماعية، غزة- فلسطين.
7. أبو نجيلة، سفيان محمد. (2001). **مقالات في الشخصية والصحة النفسية**، مركز البحوث الإنسانية والتنمية الاجتماعية، مطبعة منصور، غزة-فلسطين.
8. أبو نجيلة، سفيان محمد. (2006). مستوى ومظاهر العنف الزوجي الموجه ضد الزوجة وعلاقته ببعض المتغيرات الاجتماعية والسياسية. **المجلة المصرية للدراسات النفسية** (تصدرها) الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد السادس عشر، العدد 50، ص ص 82-186.
9. أبو نجيلة، سفيان محمد. (2007). **استراتيجيات مواجهة ضغوط الحياة والصحة النفسية**، مركز البحوث الإنسانية، والتنمية الاجتماعية، غزة – فلسطين.
10. أبو نجيلة، محمد سفيان. (2015). **الصحة النفسية وقضايا المجتمع**، مركز البحوث الإنسانية والتنمية الاجتماعية، الطبعة الثانية، دار المقداد للطباعة، غزة- فلسطين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

11. أبو هين، فضل. (2007). " التعرض للخبرات الصادمة وعلاقتها بالاضطرابات النفس جسمية لدى الفتيان الفلسطينيين، دراسة للصدمات النفسية التي تلت اجتياح بيت حانون". **مجلة جامعة الأزهر**، سلسلة العلوم الإنسانية، م (9)، ع (2)، ص (151-188).
12. بروزان، حسيبة. (2014). " فعالية استراتيجيات المواجهة في تسيير الضغط النفسي ". **مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية** – مؤسسة كنوز الحكمة للنشر والتوزيع، الجزائر، العدد 29، ص 91- 105.
13. البليهي، عبد الرحمن (2008): أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأب ناء وعلاقتها بالتوافق النفسي، **رسالة ماجستير**، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
14. السكني، منال (2013) . ضغوط العمل و استراتيجيات مواجهتها و علاقتها بالتوافق النفسي لدى العاملين وقت الأزمات في محافظتي غزة و الشمال، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة- فلسطين.
15. تايلور، شيلي. (2008). **علم النفس الصحي** (ترجمة وسام درويش بريك وآخرون)، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان – الأردن.
16. ثابت، عبد العزيز موسى. (2012). **الخبرات النفسية الصادمة (ردود أفعال وتدخل)**، جامعة القدس، فرع غزة، غزة- فلسطين.
17. ثابت، عبد العزيز و أبو طواحينه، والسراج، اياد.(2013)." استراتيجيات المواجهة لدى الأطفال والبالغين المتعرضين لنزاع وصراع الحرب ". **المجلة العربية للعلوم النفسية**.
18. ثابت، عبد العزيز والسراج، اياد (2008). " تأثير العنف السياسي في قطاع غزة على الصحة النفسية للأطفال". **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، ع (13).
19. ثابت، عبد العزيز. (2006). " الصدمة النفسية الناجمة عن انتفاضة الأقصى". **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، العدد 12، غزة- فلسطين.
20. ثابت، عبد العزيز.(2001) . "**الصدمة والصحة النفسية والصمود كعنصر وسيط في الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة**"، برنامج غزة للصحة النفسية، غزة.
21. الجاف، رشدي و رضا، نازنين. (2012). " التوافق النفسي والاجتماعي لدى الناجين من القصف الكيمياوي لقضاء حلبجة". **مجلة الأستاذ**، العراق، العدد 200، ص 679 - 724.
22. الجعبري، فاطمة أحمد سليمان (2003): الحرمان العاطفي من الأب وين وعلاقته بمفهوم الذات والتوافق الاجتماعي، **رسالة ماجستير**، جامعة بغداد، كلية التربية للبنات، بغداد.
23. الجماعي، صلاح الدين أحمد. (2007). **الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي**، مكتبة مدبولي، القاهرة- مصر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

24. جمعون، نفيسة.(2001). التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر، **رسالة ماجستير**، جامعة الجزائر، الجزائر.
25. جودة، آمال (2004). "أسإلبب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى". **المؤتمر التربوي الأول التربية في فلسطين ومتغيرات العصر**، الجزء الثاني. الجامعة الإسلامية بغزة.
26. حجازي، هاني. (2004). " الخبرة الصادمة وعلاقتها بأعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة–فلسطين.
27. حسنين، عائدة. (2004)." الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة–فلسطين.
28. حسين، طه عبد العظيم و حسين، سلامة عبد العظيم.(2006). **استراتيجيات مواجهة الضغوط التربوية والنفسية**، دار الفكر، الأردن.
29. حسين، عبد العظيم طه.(2006). **إدارة الضغوط النفسية والتربوية**، دار الفكر، عمان– الأردن.
30. الحلفي، علي عودة محمد. (2005)." التوافق النفسي والاجتماعي للعراقيين المهجرين العائدين من العراق ". **مجلة القادسية في الاداب والعلوم التربوية**، جامعة القادسية، العددان (3– 4) المجلد 4، ص 195 – 210.
31. حمودة، ايت حكيمة. (2005). " دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة النفسية والجسدية ". **رسالة دكتوراه في علم النفس العيادي**، جامعة الجزائر، الجزائر.
32. الخالدي، أديب محمد. (2009). **المرجع في الصحة النفسية**، دار وائل للنشر، الطبعة الأولى، عمان– الأردن.
33. الخالدي،عطا الله و العلمي، دلال .(2009). **الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق**، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان– الأردن.
34. الختاينة، سامي محسن. (2012). **مقدمة في الصحة النفسية**، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان– الأردن.
35. الداهري، صالح حسن. (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية (الأسس والنظريات)، دار صفاء للنشر، عمان– الأردن.
36. الديب، علي. (1988). " اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي للراشدين". **مجلة دراسات تربوية**، القاهرة، ع (11)، ص 137.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

37. الديب، علي. (1988). اختبار التوافق الشخصي والاجتماعي، **دراسات تربوية**، مجلد (3)، عدد (11)، المجموعة (4).
38. ديفيز، مارثا. (2005). **تدريبات الاسترخاء والتحرر من التوتر**، مكتبة جرير، ط5، السعودية.
39. رجاء، مريم. (2007). " الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية ". **مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس**، المجلد الخامس، العدد الأول، كانون الثاني، ص 146- 151.
40. الرشيدي، هارون توفيق. (1999). **الضغوط النفسية**. القاهرة: مكتبة الأنجلوالمصرية.
41. الزبيدي، كامل علوان وسناء مجول. (1997). **بناء مقياس للصحة النفسية لطلبة الجامعة**، مجلة العلوم التربوية والنفسية، عدد 12، بغداد.
42. الزغلول، عماد عبد الرحيم. (2004). **علم النفس العسكري**، دار الشروق، الأردن.
43. زهران، حامد عبد السلام. (2002). **التوجيه والإرشاد**، طبعة 3، عالم الكتب، القاهرة – مصر.
44. زهران، حامد عبد السلام. (2003). **دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي**، عالم الكتب، القاهرة- مصر.
45. السراج، هالة. (2011)." استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال بعد الحرب الأخيرة على غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة-فلسطين.
46. سرور، سعيد عبد الغني. (2003). " مهارات مواجهة الضغوط في علاقتها بكل من الذكاء الوجداني، ومركز التحكم ". **مجلة مستقبل التربية العربية**، مج 9، ع 29، يوليو، ص 9 – 63.
47. سري، اجلال محمد. (2000). **علم النفس العلاجي**، ط 2، عالم الكتب للنشر والطباعة والتوزيع، القاهرة -مصر.
48. سمور، عايش. (2006). **الأمراض النفسية أسباب وتشخيص وعلاج**، دار المقداد للطباعة، غزة- فلسطين.
49. شاهين، عمر. (2014). " فاعلية برنامجي العلاج المعرفي السلوكي، وعلاج العقل والجسم في خفض حدة أعراض كرب ما بعد الصدمة والأعراض المصاحبة لدى المراهقين في قطاع غزة ". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة- فلسطين.
50. شعت، ناضل. (2005). تأثير الصدمة النفسية في تطور كرب ما بعد الصدمة والحزن بين الأطفال، **رسالة ماجستير**، كلية الصحة العامة، جامعة القدس، غزة، فلسطين.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

51. شعلان، لطيفة. (2005). **سكينة العقل**، مجلة الغرب الدولية.
52. شقير، زينب محمود. (2003). **مقياس التوافق النفسي**، مكتبة النهضة العربية، القاهرة– مصر.
53. الشميري، صادق حسن غالب.(2004). المظاهر النفسية للتحديث وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة جامعة تغز، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية الاداب، جامعة بغداد – العراق.
54. الشيخ، منال. (2011). " أسإلبب التعامل مع اضطراب الضغوط التالية للصدمة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات". رسالة دكتوراه، **مجلة جامعة دمشق**، دمشق، المجلد 27، العدد الثالث – الرابع، ص 847– 887.
55. صالح، قاسم حسين والطارق، علي. (1998). **الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية**، مكتبة الجيل الجديد، صنعاء.
56. صالح، قاسم حسين. (1988). **الشخصية بين التنظير والقياس**، مطبعة التعليم، بغداد.
57. صالح، قاسم حسين. (2002). **اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية**، العدد 58، مجلة الآداب، كلية الاداب، جامعة بغداد، العراق.
58. صوإلى، سهلة. (2012)." مشاهدة الصورة الإعلامية والمعايشة للأحداث خلال الحرب على غزة وعلاقتها باضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى الأمهات في غزة". رسالة **ماجستير غير منشورة**، جامعة الأزهر، غزة–فلسطين.
59. صيام، صفاء. (2010). " سمات الشخصية وعلاقتها بالتوافق النفسي للمسنين". **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة الأزهر، غزة–فلسطين.
60. صيدم، رياض. (2005) .الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة، **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، ع (13)، غزة– فلسطين.
61. عبد الباقي، علا. (2014). **الصحة النفسية وتنمية الإنسان**، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
62. عبد التواب، محمود شوقي.(1997). ضغوط الحياة وعلاقتها بوجهة الضبط في المجتمع الريفي، **رسالة دكتوراه**، كلية الآداب، جامعة عين شمس، مصر.
63. عبد الحفيظ، جدو(2013): استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهقين ذوي صعوبات التعلم، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة سطيف 2، الجزائر.
64. عبد الخالق، أحمد محمد. (1998). **الصدمة النفسية**، مطبوعات جامعة الكويت، الكويت.
65. عبد الخالق، أحمد محمد. (2001). **أصول الصحة النفسية**، الطبعة الثانية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية–مصر.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

66. عبد الرازق، عماد علي مصطفى. (2007). " إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بفعالية استراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الأب ناء ". **مجلة كلية الآداب جامعة الزقازيق**، مصر، العدد 42، ص 11- 71.
67. عبد السلام، علي. (2003). **مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة إلسومية الضاغطة**، كراسة التعليمات، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة- مصر.
68. عبدالله، تيسير. (2007). " اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال الفلسطينين". **الأعمال الكاملة للمؤتمر الإقليمي الأول لعلم النفس**، رابطة الأخصائيين النفسيين، مصر.
69. عثمان، فاروق السيد. (2001). **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، دار الفكر العربي القاهرة- مصر.
70. العديات، خلدون عبد الهادي. (2012). " اضطرابات ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين بمخيم الزعتري للاجئين السوريين في الأردن". **مجلة الثقافة والتنمية**، مصر، العدد 58.
71. عساف، عبد وأبوالحسن، وائل. (2005). " آثار الضغوط الصدمية المترتبة على فعل الاجتياحات العسكرية الإسرائيلية لمنطقة مخيم جنين". **مجلة جامعة الأزهر**، مصر، سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد 9، العدد 1، ص67- 100.
72. عسكر، علي. (2003). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها**، دار الكتاب الحديث، الطبعة الثالثة، القاهرة-مصر.
73. عسلية، محمد والبنا، أنور.(2004). " الإنماط المختلفة لصدمة العدوان الإسرائيلي أثناء انتفاضة الأقصى من وجهة نظر تلاميذ المرحلة الأساسية في قطاع غزة". **مجلة جامعة الأقصى**، غزة- فلسطين.
74. عطية، محمود محمد إبراهيم (2002): التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب مع البيئة المدرسية وعلاقتها بالتحصيل، **رسالة ماجستير**، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر.
75. علاء الدين، جهاد محمود. (2009). " الفروق بين الجنسين في استراتيجيات المواجهة خلال الحياة الجامعية: دور أبعاد الشخصية". **مجلة دراسات العلوم التربوية**، الأردن، مج 36، ع 2، ص 190 – 220.
76. علي، علي عبد السلام. (1997)." المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات". **مجلة دراسات نفسية**، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية، مجلد (17)، عدد (2)، ص 203- 232.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

77. العمرية، صلاح الدين. (2005). **الصحة النفسية والإرشاد النفسي**، مكتبة المجتمع العربي للنشر، عمان– الأردن.
78. عودة، محمد. (2010). " الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة– فلسطين.
79. عوض، عباس محمود. (1999). **الموجز في الصحة النفسية**، دار المعرفة، جامعة الإسكندرية –مصر.
80. غانم، محمد حسن. (2006). **القياس النفسي للشخصية**، المكتبة المصرية، الإسكندرية– مصر.
81. الفريحات، عمار والمومني، فخري فلاح. (2016). " التوافق النفسي وعلاقته بمهارات مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من الطلبة المتفوقين في محافظة عجلون". **مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية**، جامعة الشهيد حمة لخضر، الأردن، جوان، العدد 16، ص 25–42.
82. القرا، زهية خليل. (2015). " خبرة البتر الصادمة واستراتيجيات التكيف وعلاقتهما بقلق الموت لدى حالات البتر في البتر الأخيرة على غزة". **رسالة ماجستير غير منشورة**، الجامعة الإسلامية، غزة– فلسطين.
83. القرطبي، عبد الرحمن سليمان. (1994). **الضغط مفهومه، تشخيصه طرق علاجه ومقاومته**، مطابع شركة الصفحات الذهبية، الرياض– السعودية.
84. القرطبي، عبد المطلب. (2003). **في الصحة النفسية**، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة– مصر.
85. الكبيسي، طارق فحل. (1998). " بناء مقاييس لاضطراب ما بعد الصدمة النفسية ". **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية الاداب، الجامعة المستنصرية، بغداد – العراق.
86. كفافي، علاء الدين. (1990). **الصحة النفسية**، دار هجر، القاهرة– مصر.
87. محمد، رجب شعبان. (1995). " الفروق الجنسية والعمرية في أساليب التكيف مع المواقف الضاغطة". **مجلة علم النفس**، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد التاسع والثلاثون، يوليو، ص 110– 123.
88. مرسي، سيد عبد الحميد. (1976). **الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني**، مكتبة الخانجي، القاهرة–مصر.
89. مرسي، سيد عبد الحميد. (1985). **الشخصية السليمة**، مكتبة وهبة، القاهرة–مصر.
90. المطيري، معصومة سهيل.(2005). **الصحة النفسية مفهومها اضطراباتها**، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

91. معجم اللغة العربية. (1984). **معجم علم النفس والتربية**، الجزء الأول، الهيئة العامة لشئون المطابع الأميرية، القاهرة–مصر.
92. منصور، رشدي فام. (2000). **علم النفس العلاجي والوقائي، مكتبة الانجلو المصرية**، مصر.
93. موسى، بدرية سليم. (2007). تعلق المراهقين بأصدقائهم وعلاقته بتوافقهم النفسي والاجتماعي، **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة الموصل.
94. مومني، فواز. (2008). " أثر استراتيجيات التعامل والدعم الاجتماعي في اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى ضحايا وأسر وتفجيرات فنادق عمان". **رسالة دكتوراه**، جامعة إلرموك، الأردن.
95. النابلسي، محمد أحمد. (1991). **الصدمة النفسية**، علم نفس الحروب والكوارث، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
96. ناجية، أوزايد. (2002). " أثر الكفالة النفسية على التوافق النفسي الاجتماعي عند الطفل المصدوم جراء العنف الإرهابي". **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة الجزائر، الجزائر.
97. النجار، سميرة أبوالحسن. (2008). " العلاقة بين فعالية الذات وأسإلبب المواجهة لدى عينات متباينة من المراهقين ". **حوليات مركز البحوث والدراسات النفسية**، كلية الاداب، جامعة القاهرة، الحولية الرابعة، الرسالة السابعة.
98. الهابط، محمد السيد. (1987). **دعائم صحة الفرد النفسية**، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية– مصر.
99. الهابط، محمد السيد. (1997). **التكيف والصحة النفسية**، المكتب الجامعي الحديث، الطبعة الثانية، الإسكندرية – مصر.
100. هول، كالفين وليندزي، جاردنر. (1978). **نظريات الشخصية**، ط2، (ترجمة: فرج أحمد فرج وآخرون، مراجعة: لويس كامل مليكة)، دار الشايع للنشر، القاهرة–الكويت.
101. وزارة التربية والتعليم. (2016). " **الكتاب الإحصائي السنوي للتعليم للعام الدراسي 2016/2015** ". الإدارة العامة للتخطيط، غزة–فلسطين.

المراجع الأجنبية:

1. Abusoboh, A.M .(2013). The Role of social Palestinian Identity in Psychological adjustment following military violence, Pangaea Journal, **Pangaea Journal**. http://sites.stedwards.edu/pangaea/volum
2. Alison, S. , & Judy, D. (2006). Families count " Effects on child and Adolescent Development " New York , Cambridge university press.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

3. Altawil , M. (2008). **The effects of chronic war trauma among Palestinian children**. In M. Parsons (Ed.) Children: The invisible victims of war – An interdisciplinary study. Peterborough – England: DSM Technical Publications Ltd.
4. American Pychiatric Association.(2013). **Trauma- and Stressor- Related Disorders DSM-5-American Psychiatric pubhishing ,** W ashington, DC London, England.
5. Boudarene, M .(2005) . Le stress entre bien être et souffrance, berti édition, alger
6. Carnicer, J.G., & Calderón, C.(2012) . Coping strategies and psychological well-being among teacher education students." Coping and well-being in students". **Eur J Psychol Educ** 2012. DOI 10.1007/s10212-012-0158-x
7. Cherewick, M. , Anjalee, K. , Mitima, M.R. , & Clovis, M. M .(2015)." Coping among trauma-affected youth: a qualitative study". **Cherewick et al. Conflict and Health,** DOI 10.1186/s13031-015-0062-5.
8. Cohen, S . (1988): psychosocial models of social support in the etiology of physical disease. **Health psychology** ,7 ,269 -297.
9. De Anda, D. , Bradley, M. , Colladam, C. , Dunn , L. , Kubota , J. , Hollister, V. , …& Wadsworth , T. (1997). **A study of stress, Stressors, and coping strategies Among middle school Adolescents . children & social,** 19. (2). P.P. 87 – 98.
10. EL-Buhaisi, O. & Thabet, A.(2014). Vostanis, P. Trauma, PTSD, Anxiety and Coping Strategies among Palestinians Adolescents Exposed to War in Gaza. **The Arab Journal of Psychiatry** (2010) Vol. 25 No. 1 Page (71–82).
11. Ghannam, R. , & Thabet, A.(2014). " Effect of Trauma Due to War on Dissociative Symptoms and Resilience among Palestinia dolescents in the Gaza Strip". **The Arab Journal of Psychiatry Vol**
12. Holahan, C. & Moos, R. (1987). Personal and Context determinants of coping strategies, **Journal of personality and psychology**, 52, (a).66
13. Ingridsdatter, I. , Nielsen, L. , Kolltveit, S. , Thabet, A. , Dyregrov, A. , Pallesen, S. , Johnsen, T.B. , Laberg, J.C. (2012) " **Risk Factors for PTSD, Anxiety, and Depression among Adolescentsin Gaza**" . J Trauma Stress. Apr;25(2):164-70. doi: 10.1002/jts.21680.
14. Jensen, A. (1980). ***Bias in mental testing***, New York, The Free Press.
15. Khamis, V.(2014). " Does parent's psychological distress mediate thebrelationship between war trauma, and psychosocial adjustment in children". **Journal of Health Psychology**,Pp1-10.
16. King, K. (1991). **Life events, stress and coping strategies of secondary school students in Hong Kong- an exploratory** study.http.//www.fed.cugd.edu.hk/ceric/Cuma/91lkkwong.
17. Kravić, N. Pajević I, & Hasanović M.(2013): **Surviving genocide in Srebrenica during the early childhood and adolescent personality**, Croat Med J.54(1):55-64.
18. Langley, A. K. & Jones.R.T. (2000). Coping Efforts and Efficacy, Acculturation, and Post-Traumatic Symptomatology in Adolescents

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

following Wildfire: A Latent Variable Path Analysis. Virginia Polytechnic Institute and State Universit.

19. Lawrence R. Robinson.(2006). **Trauma Rehabilitation, Lippincott Williams &Wilkins**, Philadelphia.USA
20. Lazarus , S. R.(1976).**patterns of adjustement** , 03 rd Edition ,Mc Graw – Hill, New York.
21. Lazarus, R.S & Folkman.S. (1984).**Stress, appraisal and coping springer ,** publishing company ,new York.
22. Louis, Crocq.(1997). **Revue Soins psychiatrique**, N° 188, 7.
23. Marilou Bruchon, Schweitzer. (2001). **concepts, stress, coping, recherché en soin infirmiers**, N°67, decembre, France.
24. Miller, T., El-Masre, M. , & Qouta, S.(2000). **Mental Health of Children in War Zones**, Ontario: Center for the Studies of Children at Risk, Canada.
25. Monroe, P. (2004). **International encyclopedia of education (Adjust – ment)**. New Delhi: Cosmo Publications. No. 2 Page (107-118).
26. Pierluigi, G. , & Joel , S.(2004). **Le stress emotions rt strategies d'adaptation** ,armand colin,paris.
27. Qouta,S.(2000).**Trauma ,Violence and Mental health**,Ph.D,Amisterm university.
28. **Related Disorders DSM-5-American Psychiatric pubhishing** , W ashington, DC London, England.
29. Ryan, N. (1989).Stress – coping startegies identified from school age childrens perspective Research In Nursing and Health.
30. Skinner, E.A. ,Well Bon.J.C. (1994):Coping during childhood and adolescence: amotivatio1nal perspective.In D.featherman, Rlearner ,and M.Perl mutter (ed.),life –span development and behavior (pp.91-133).Hillsadale ,NJ:Erlbaum
31. Stevens, J. (1995). ***Applied multivariate statistics for the social sciences*** **(3rd ed.).** New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
32. Sheik, T. , Mohammed, A. , Agunbiade, S. , Ike, S. , William, N. & Adekeye, O . (2014). Psych- trauma, Psychosoical adjustment, and symptomatic post – traumatic stress disorder among internally displaced person in Kadunamm, Northwestern Nigeriam: Clinical Services, Federal Neuropsychiatric Hospital, Kaduna, Nigeria.
33. Terr,L.(1990). **Too Scared To Cry**,NewYork, Harper &Row.
34. Thomas F. & Emery, E.(2001). **Abnormal Psychology** ,third edition ,New Jersey, Prentice Hall.
35. Ursano , R.J. , Fullerton , C.S. , & Mc- Caughey , B.G... In R.J. , Ursano , B.G. Mt , Caughey , & C.S. Fullerton (Eds). (1994). **Trauma and Disaster**, Individual and Community Responses to Trauma and disaster, The structure of Human chaos Cambridge Cambridge. Cambridge University Press.
36. Willsm & Thomas, A. (1996). **Family support, coping, and competence.** In Hetherington, Blechman, E. (eds), stress coping and resiliency in chidren and families. New Jersey: Lawrence Erlbaum associates, Inc.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

المواقع إلكترونية:

- شعبان، مرسيلينا حسن. (2013). **الدعم النفسي ضرورة مجتمعية**، الكتاب إلكتروني لشبكة العلوم النفسية، العدد 31.
http://arabpsynet.com/apneBooks/eB31HS-MarselinaPTSD.pdf
- اضطراب الشدة ما بعد الصدمة http://arzak.77forum.com/t3714-topic
- مدنيون مستهدفون https://palinfo.com/133735

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الملاحـــق

- ملحق (1) قائمة بأسماء المحكمين الذين أسهموا في تحكيم مقياس التوافق النفسي
- ملحق (2) مقياس التوافق النفسي في صورته الأولية
- ملحق (3) مقاييس الدراسة في صورتها الهائية

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (1)

قائمة بأسماء المحكمين الذين أسهموا في تحكيم مقياس التوافق النفسي

م	الاسم	مكان العمل
1	د. محمد الطويل	جامعة هيروفورشاير – بريطانيا
2	د. ايمان سرميني	جامعة حلب – سوريا
3	د. نعمة أبوحلو	جامعة عين شمس – مصر
4	د. نعمات علوان	نائب رئيس جامعة الأقصى – غزة
5	د. أحمد الحواجري	مدير عام الإرشاد والتربية الخاصة – غزة
6	د. علاء القطناني	جامعة القدس المفتوحة – غزة
7	د. محمد عسلية	جامعة الأقصى – غزة
8	د. عمر البحيصي	مستشفى الطب النفسي
9	د. امال جودة	أستاذ الصحة النفسية، جامعة الأقصى

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (2):

مقياس التوافق النفسي في صورته الأولية

جامعـة الأزهــر – غزة

عمــادة الدراسـات العليــا

كـليـــــة الـتربيـــــة

قســـم علـــم الـنفـس

السادة المحكمين

الموضـــــوع: تحكيم مقياس لاستخدامه في بحث الماجستير (التوافق النفسي)

عنوان الرسالة

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

تعريف التوافق النفسي: هوقدرة الفرد على إحداث حالة من التوازن والانسجام ما بين المطالب الذاتية ومتطلبات الواقع المؤثرين ببعضهم البعض تبعاً لمقتضيات التوازن الذي يمكنه من تحقيق الرضا، في ظل إشباعه لحاجاته النفسية، واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، والاستمتاع بعلاقات اجتماعية تمكنه من المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.

التعريف الاجرائي للتوافق النفسي: وفقاً للتعريف الإجرائي المستخدم في هذه الدراسة تحددت أبعاد التوافق النفسي في الأب عاد التالية:

1. **التوافق الشخصي والانفعالي.**
2. **التـــوافق الجسمي.**
3. **التـــوافق الأسري.**
4. **التـــوافق الاجتماعي.**
5. **التـــوافق المدرسي.**

الباحثـــــة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

أبعاد التوافق النفسي:

1. التوافق الشخصي والانفعالي: ويقصد بها مدي شعور الفرد بالرضا عن ذاته وتقبله لها، واحساسه بقيمته الذاتية، وخلوه من الاضطرابات العصابية وتمتعه الاتزان الانفعالي.

م	الفقرة	الانتماء للبعد		الصياغة اللغوية		ملاحظات
		تلائم	لا تلائم	تلائم	لا تلائم	
1	أشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس.					
2	ينفذ صبري بسهولة مع الاخرين.					
3	أشعر بالقلق من وقت لآخر.					
4	أميل لأن أتجنب المواقف المؤلمة بالهرب منها					
5	أشعر باستياء وضيق من الدنيا عموما.					
6	كثيرا ما تشغلني الأفكار إلى درجة لا أستطيع معها النوم.					
7	أجد نفسي مرحا على غير العادة دون سبب معين.					
8	أشعر بالوحدة أثناء وجودي مع الناس.					
9	أعاني من أحلام مزعجة.					
10	أشعر بالمرض دون سبب عضوي.					
11	أشعر بالحزن دون سبب واضح.					
12	أشعر بفقدان شهيتي للطعام.					
13	أصاب بنوبات اغماء في المواقف الصعبة.					
14	أشعر بالغضب والتوتر في العديد من المواقف.					
15	أستعيد هدوئي بعد زوال سبب التوتر.					
16	أعتبر نفسي عصبي المزاج.					
17	أشعربالخوف المفاجئ دون سبب واضح.					

التوافق الجسمي: ويقصد به تمتع الفرد بصحة جسمية جيدة خالية من الأمراض الجسدية، وقدرته على الاستمرار في العمل دون اجهاد أوضعف لهمته ونشاطه.

م	الفقرة	الانتماء للبعد		الصياغة اللغوية		ملاحظات
		تلائم	لا تلائم	تلائم	لا تلائم	
1	أشعر بصداع وألم في الرأس من وقت لآخر.					
2	أشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر.					
3	أعاني من الغازات في معدتي وأمعائي.					
4	أشعر برعشة في حركات يدي.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

5	أشعر بفقدان شهيتي للطعام.					
6	أجد صعوبة في حفظ توازني أثناء سيري.					
7	أشعر بالتعب عندما أنهض في الصباح.					
8	أصاب بضيق التنفس.					
9	أشعر بآلام في بطني.					
10	أشعر بضعف عام.					
11	ينتابني شعور بالغثيان والقيئ.					
12	أعطي نفسي قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتي في حالة جيدة.					

التوافق الأسري: هي تمتع الفرد بحياة سعيدة وهادئة داخل أسرة تساعده وتحقق له أكبر قدر من الحب والثقة بالنفس، اضافة إلى شعوره الحيوي داخل أسرته.

م	الفقرة	الانتماء للبعد		الصياغة اللغوية		ملاحظات
		تلائم	لا تلائم	تلائم	لا تلائم	
1	أسرتي توفر لي الجوالمناسب للعمل والاجتهاد.					
2	أفتخر أمام الأخرين أنني أنتمى لهذه الأسرة.					
3	أعاني كثيرا من وجود خلافات أسرية.					
4	أتشاور مع أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة.					
5	أثق بأفراد أسرتي.					
6	أشعر بأن أفراد أسرتي غير مهتمين لأموري.					
7	تنشأ خلافات حادة بيني وبين اخواتي.					
8	أشعر أن أسرتي مفككة وغير متماسكة.					
9	أشعر بالرضى عن ظروف أسرتي الاقتصادية والثقافية.					
10	أشعر بالغربة وأنا بين أفراد أسرتي.					
11	أفضل أن أقضي معظم وقت فراغي مع أسرتي.					
12	أعاني من وجود خلافات أسرية.					
13	أشعر أنني سعيد في حياتي العائلية.					
14	يسعدني حضور الجلسات العائلية في المنزل مع والدي وأخوتي.					

التوافق الاجتماعي: هوشعور الفرد بالسعادة مع الآخرين وقدرته على المشاركة الاجتماعية الفعالة وإقامة العلاقات الاجتماعية الناجحة والقيام بالدور الاجتماعي المناسب.

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

م	الفقرة	الانتماء للبعد		الصياغة اللغوية		ملاحظات
		تلائم	لا تلائم	تلائم	لا تلائم	
1	أستمتع بمعرفة الاخرين والجلوس معهم.					
2	أشعر بالحرج عند التعرف إلىأناس لأول مرة.					
3	أندمج في معظم النشاطات الاجتماعية مع زملائي.					
4	أشعر بالتقدير والاحترام من قبل الاخرين.					
5	أفشل في تكوين صداقات بيسر وسهولة.					
6	أشعر بالفخر لأنني أنتمي إلى هذا المجتمع.					
7	ينقصني القدرة على التصرف في المواقف الحرجة.					
8	أفضل أن تقتصر علاقاتي الاجتماعية على أفراد أسرتي.					
9	أتمنى أن أقضي معظم وقت فراغي مع الاخرين.					
10	أحظى بالاحترام والتقدير من قبل الاخرين.					
11	أشعر بالرضا عن علاقاتي الاجتماعية.					
12	أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران.					
13	لدي قدرة على مشاركة الاخرين والتأثير فيهم.					
14	أجد صعوبة كبيرة في ايجاد موضوع ما لأتحدث به عندما أكون في جماعة.					
15	أجد صعوبة في بدء الحديث مع من أتعرف عليهم لأول مرة.					
16	أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.					

التوافق المدرسي: هوقدرة الطالب اوالطالبة على بناء علاقات اجتماعية طيبة مع أساتذته وزملائه وحصوله على مستوى جيد من التحصيل الدراسي وتقبله للضوابط التي تسير عليها المدرسة.

م	الفقرة	الانتماء للبعد		الصياغة اللغوية		ملاحظات
		تلائم	لا تلائم	تلائم	لا تلائم	
1	أقوم بكل ما يطلب مني في نطاق المدرسة.					
2	أشعر بالسعادة عندما أكون في المدرسة.					
3	يصعب عليا الانتباه لشرح المدرس ومتابعته.					
4	أتجنب المواقف المدرسية التي تحملني المسؤولية.					
5	سرعان ما أشعر بالملل عندما أقوم بوجباتي المدرسية.					
6	أشعر بالضيق أثناء قيامي بالواجبات المدرسية.					
7	يضطرني زملائي في المدرسة إلى التشاجر معهم دفاعا عن ما أملك.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

8	أشعر بالضيق والملل أثناء المذاكرة.					
9	أجد صعوبة في استيعابي لمقررات الدراسة.					
10	أعاني من شرود ذهني أثناء المذاكرة.					
11	أجد انتباهي مشتتا أثناء القاء الدروس.					
12	أصاب بالصداع أوقات الدراسة.					
13	أشعر بوجود علاقة جيدة بيني وبين غالبية أساتذتي.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق (3)

مقاييس الدراسة في صورتها الهائية

جامعـــــة الأزهـــر– غـــــزة

عمادة الدراســـــات العليـــا

كليـــــــــة التربيـــــــــة

قســـــــم علـــــم نفـــــس

أخي/ أختي.....حفظكم الله

استمارة الاستبيان التي بين يديك هي جزء من دراسة علمية تقوم بها الباحثة المتخصصة في العلوم الإنسانية في قطاع غزة.

يحتوي هذا الكراس على العديد من الاسئلة المتصلة ببعض البيانات المتعلقة بالخبرات الصادمة واستراتيجيات المواجهة والتوافق النفسي. وقد تم توزيع هذه القضايا والاسئلة في ثلاثة أجزاء، لكل جزء طريقة في الإجابة.

نأمل منك أن تتعاون /ي معنا وأن تجيب /ي على ما يشمله هذا الكراس في أجزائه الثلاثة، وفقا لما هوموضح ومبين في بداية كل جزء من هذه الأجزاء الثلاثة. وتذكر/ي أن المطلوب منك هوأن تعبر /ي عن خبرتك وفكرتك أنت عن نفسك.

إن المعلومات والإجابات التي تجمع من خلال كراس الإستبان هذا سوف تستخدم لأهداف وغايات علمية فقط ولن تستخدم لأي غرض آخر.

لذا نرجوتعاونكم

مع خالص شكر وتقدير

الباحثة

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجزء الأول من الكراس

صحيفة البيانات الأولية

1. **الجنس:** ❑ **ذكر** ❑ **أنثى** **العمر:**.....
2. **المدرسة:**.....
3. **السنة الدراسية:**.....
4. **المستوى التعليمي:** ❑ العاشر ❑ الأول ثانوي ❑ الثاني ثانوي
5. **نوع السكن:** ❑ شقة ❑ مركز ايواء ❑ ملك ❑ ايجار
6. **نوع الأسرة :** ❑ نووية ❑ ممتدة
7. **عدد الأفراد :** ❑ أقل من 4 ❑ من 5-7 ❑ 8 وأكثر
8. **تعليم الأب :** ❑ ابتدائية وإعدادية وما دون ❑ ثانوي ❑ جامعي ❑ دراسات عليا
9. **تعليم الأم :** ❑ ابتدائية وإعدادية وما دون ❑ ثانوي ❑ جامعي ❑ دراسات عليا
10. **عمل الأب :** ❑ موظف حكومة ❑ موظف بالقطاع الخاص ❑ أعمال حرة ❑ لا يعمل
11. **عمل الأم :** ❑ لا تعمل ❑ موظفة
12. **الوضع الاقتصادي للأسرة:** ❑ ضعيف ❑ متوسط ❑ مرتفع ❑ مرتفع جدا
13. **المواطنة:** ❑ لاجئ ❑ مواطن
14. **مكان الاقامة:**

❑بيت حانون	❑الشجاعية/التفاح	❑المغراقة	❑خانيونس/المدينة	❑خزاعة/ معن
❑بيت لاهيا/البلد	❑الصبرة/ الزيتون	❑البريج	❑خانيونس/المعسكر	❑شوكة الصوفي
❑بيت لاهيا/المشروع	❑المشاهرة /الدرج	❑النصيرات	❑البيوك/ القرارة	❑خربة العدس
❑جباليا البلد	❑الرمال/تل الهوا	❑المغازي	❑بني سهيلا	❑رفح/المدينة
❑جباليا المعسكر	❑الشيخ عجلين	❑دير البلح/المدينة	❑عبسان الكبيرة	❑رفح/المعسكر
❑معسكر الشاطئ	❑الشيخ رضوان	❑دير البلح/المعسكر	❑عبسان الجديدة	❑ تل السلطان

15. هل تقيم بالقرب من مناطق التماس (مناطق حدودية) ❑ نعم ❑ لا
16. هل سبق وأن تعرضت منطقتكم لهجوم أواجتياح من قبل جيش الاحتلال
❑ نعم ❑ لا
17. اذا كانت الاجابة نعم فكم عدد المرات التي تعرضت لها منطقتكم:
❑ 1-3 مرات ❑ 4-6 مرات ❑ 7-9 مرات ❑ 10 مرات وأكثر

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجزء الثاني من الكراسة

مقياس الخبرات الصادمة

طريقة الإجابة:

فيما يلي مجموعة من العبارات ويوجد أمام كل عبارة ميزان تقدير على الوجه التالي:

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	أبدا

ولا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ولكل إجابة قيمتها فالرجاء الإجابة عليها بما يعبر عن حالتك وما مررت به من خبرات.

والمطلوب منك الإجابة عن الأسئلة المقدمة لك في الصفحات التالية من واقع خبرتك على النحوالتالي:

وضع علامة (✔) أمام العبارة تحت مستوى انطباقها عليك، فإذا كانت تنطبق عليك دائماً فضع علامة (✔) أمام العبارة التي تحت خانة دائما.

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	لا /أبدا
✔				

وإذا كانت تنطبق عليك غالباً تضع علامة (✔) أمام العبارة تحت خانة أوافق

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	لا /أبدا
	✔			

وإذا كانت تنطبق عليك أحياناً تضع علامة (✔) أمام العبارة تحت خانة بين وبين

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	لا /أبدا
		✔		

أما إذا كان نادراً ما تنطبق عليك تضع علامة (✔) أمام العبارة التي تحت خانة أرفض

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	لا /أبدا
			✔	

أما إذا كانت لا تنطبق عليك تضع علامة (✔) أمام العبارة التي تحت خانة أرفض بشدة

دائما	غالبا	أحياناً	نادرا	لا /أبدا
				✔

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

عزيزي المفحوص:

هذا الاستبيان يساعدنا في تقيم ومعرفة مدى تأثرك بالعدوان الإسرائيلي على غزة في حرب 2014، لذا نرجوا منك تحديد درجة التأثير الذي سببها لك الحدث بحيث يشير التأثير الضعيف إلى أدنى شدة والتأثير القوي إلى أقصى شدة للحدث.

مسلسل	البنـود	درجات التأثير			
		قوي	متوسط	ضعيف	لا ينطبق
.1	تعرضت للإصابة بشظية قنبلة أوصاروخ خلال فترة حرب 2014 على غزة.				
.2	تعرضت للاحتجاز في البيت خلال فترة الحرب.				
.3	تعرضت للتهجير مع عائلتك خلال فترة الحرب.				
.4	تعرضت لتسمم نتيجة لاستنشاق غازات خانقة أوكريهة بعد استهداف منطقة سكنك.				
.5	أصيبت بإعاقة ناتجة عن الإصابة خلال فترة الحرب.				
.6	أصيبت بمرض مزمن ناتج عن الحرب.				
.7	تعرضت لسماع صوت الانفجارات والصواريخ أوالقنابل الصوتية خلال فترة الحرب.				
.8	حدث وأنك لم تعرف أين تذهب أوتختبئ من اطلاق النار والقذائف (عدم توفر مكان امن لك).				
.9	اضطررت لتغيير مكان اقامتك بشكل متكرر هربا من اطلاق النار والقذائف خلال فترة الحرب.				
.10	واجهت صعوبة في توفير الاحتياجات الأساسية من طعام وشراب وملابس.				
.11	حدث وأن انفصلت عن أسرتك بسبب الحرب.				
.12	استشهد أحد من أفراد أسرتك (الوالدين، الاخوة، الأخوات) خلال الحرب.				
.13	أصيب أحد أفراد أسرتك (الوالدين، الاخوة، الأخوات) خلال الحرب.				
.14	اضطررت إلى الفرار من منزلك تحت اطلاق النار خلال الحرب.				
.15	تعرضت أسرتك للمحاصرة في المنزل من قبل جنود الاحتلال خلال فترة الحرب.				
.16	تعرضت أسرتك للتهجير خلال فترة الحرب.				
.17	أصيب أحد أفراد أسرتك بإعاقة ناتجة عن الإصابة خلال الحرب.				
.18	أصيب أحد أفراد أسرتك بمرض مزمن ناتج عن الحرب.				
.19	تعرض منزل أسرتك للقصف بشكل جزئي خلال حرب 2014 على غزة.				
.20	تعرض منزل أسرتك للقصف بشكل كامل خلال حرب 2014 على غزة.				
.21	جرفت قوات الاحتلال أراضي خاصة بأسرتك.				
.22	تعرضت أغراضك الشخصية للتدمير والتكسير والنهب.				
.23	رأيت قصفا بالطائرات والمدفعية لمنطقة سكني.				
.24	سمعت صراخ أناس يطلبون المساعدة بعد حدوث انفجارات خلال الحرب.				

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

مسلسل	البنـود	درجات التأثير			
		قوي	متوسط	ضعيف	لا ينطبق
.25	تلقيت اتصالات تحذيرية من الاحتلال تطلب منك اخلاء البيت قبل أن يقصف أوقبل أن يقصف بيت الجيران أواجتياح المنطقة التي تسكن فيها.				
.26	تم مهاجمة منازل أومساجد أومراكز شرطة في الحي الذي تسكن فيه بصواريخ الطائرات وقذائف الدبابات.				
.27	شاهدت استشهاد (أب، أم، أخ، أخت) خلال فترة الحرب.				
.28	شاهدت إصابة (أب أوأخ أوأخت أوقريب لك) أمامك بالقذائف الصاروخية.				
.29	شاهدت بيتي وهويهدم، ويدمر من القصف خلال الحرب.				
.30	شاهدت بيوت الجيران وهي تقصف بالمدفعية الثقيلة، والطائرات.				
.31	مشاهدة استشهاد صديق لك أمامك.				
.32	شاهدت استشهاد صديق أوقريب لك خلال فترة الحرب..				
.33	شاهدت الآثار الناتجة عن القصف المدفعي على قطاع غزة.				
.34	شاهدت منازل تدمر بالقذائف في المحيط الذي تسكن فيه.				
.35	شاهدت انفجارات ضخمة أوسمعت ضجيج الدبابات في منطقة سكنك.				
.36	شاهدت منظر تشييع جنازة لأحد الشهداء.				
.37	شاهدت صور الجرحى والأشلاء والشهداء في التلفزيون.				
.38	شاهدت استشهاد أوإصابة أناس اخرين خلال الحرب.				

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجزء الثالث من الكراس

مقياس استراتيجيات مواجهة اخبرات الصدمية الضاغطة

عزيزي المفحوص: في ضوء العرض السابق وضح كيف تتعامل مع تلك الخبرات الصادمة التي تعرضت لها خلال فترة الحرب، فأرجوا منك أن تضع دائرة حول الاختيار المناسب.

م	الفقرات	دائما	غالبا	أحياناً	لا / أبدا
.39	أبحث عن شيء جيد يحدث.				
.40	أحاول أن أرى الحدث بشكل جيد.				
.41	أعتبر ما مررت به تجربة جدية تعلمت منها الكثير.				
.42	أحاول أن أرى الحدث بشكل إيجابي لأتأقلم معه.				
.43	أتعلم من تجارب الاخرين وأستخلص منهم العبر.				
.44	أكثر من أحلام إلقظة لأبتعد عن التفكير بالحدث.				
.45	أنام أكثر من المعتاد.				
.46	أصبحت مغرما بمشاهدة التلفاز لأهرب من تذكر ما حدث.				
.47	أسرح كثيرا بما حصل وأنا أجلس بين أصدقائي.				
.48	أشغل نفسي بأي شيء حتى لوكان تافها لأتهرب من تذكر ما حدث.				
.49	تمنيت أن ينتهي الموقف المزعج بأي بطريقة.				
.50	تمنيت حدوث معجزة.				
.51	حاولت أن أنسى كل ما يتصل بالموقف.				
.52	لم أصدق أن الموقف أوالمشكلة قد حدثت.				
.53	كان عندي بعض التصورات الخيالية والأماني عن كيفية انتهاء الموقف.				
.54	أنزعج ولا أستطيع التحكم في انفعالاتي.				
.55	لا أستطيع التركيز بشكل جيد.				
.56	عدم تحكمي في انفعالاتي يجعلني أخسر الاخرين.				
.57	أواجه ضغوطا كثيرة تجعلني سريع الانفعال.				
.58	أتضايق اذا ما ذكرني أحدهم بوقوع مشكلة سابقة.				
.59	ألجأ للحديث مع أشخاص ثقة لأجد حلا لمشكلتي.				
.60	لا أقوم بأي سلوك جديد الا بعد أخذ رأي شخص أثق به.				
.61	أتحدث مع شخص ما لأجد حلا لمشكلتي.				
.62	يشعرني امتداح الناس لتصرفاتي الثقة العالية بالنفس.				
.63	أتصرف بشكل آخر حتى أتخلص من المشكلة.				
.64	أحاول فهم ما جرى وتحليله والتعلم من تجربتي السابقة.				
.65	أتمتع بصبر كبير ولا أترك الأمور حتى أحصل على ما أريده.				
.66	أكرر المحاولة حتى أحصل على ما أريده.				
.67	أرفض الاقتناع والتصديق بوقوع الحدث.				
.68	أتظاهر بأنه لم يحدث أي شيء.				

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

م	الفقرات	دائما	غالبا	أحياناً	لا / أبدا
.69	أعيش حياتي كالمعتاد كما لوأن شيئا لم يحدث.				
.70	لا أرغب بالاعتراف بالمشكلة والتحدث عنها مع الاخرين.				
.71	عند فقدان شخص عزيز أقول لنفسي هذا أمر غير معقول.				
.72	أضحك ولا أهتم بالحدث.				
.73	أتعامل مع المواقف الجدية والمحزنة بشكل هزلي.				
.74	يصفني الآخرون بأني شخص هزلي صاحب نكتة.				
.75	أتعامل مع كل الأمور الحياتية باستهتار ولا مبالاة.				
.76	لا أخذ أي شيء على محمل الجد.				
.77	أحاول أن أجد راحة وطمأنينة باللجوء إلى الله.				
.78	أصلي أكثر من المعتاد عندما تصادفني مشكلة.				
.79	أطلب المساعدة من الله وليس من الناس.				
.80	أجد طمأنينة وراحة عندما ألجأ إلى الله بصلاتي ودعائي.				
.81	لا أملك الصبر الكافي للاستمرار بمحاولات تحقيق هدفي.				
.82	أتوقف عن محاولاتي للوصول إلى هدفي.				
.83	أنسحب من المشكلة حتى أجد فرصة أخرى لحلها.				
.84	أفضل النوم أوالبقاء في غرفتي على التحدث مع الاخرين.				
.85	أترك للآخرين حرية التحكم بحياتي وتقرير مصيري.				
.86	أحاول التأكد من أن ما أقوم به ليس خطأ.				
.87	أفكر في حلول عقلانية لمشكلتي وقابلة للتطبيق العملي.				
.88	أسيطر على انفعالاتي ومشاعري ولا أجعلها تتحكم في قراراتي.				
.89	لا أتسرع بعمل أي شيء أثناء المشكلة.				
.90	أسعى للحصول على دعم عاطفي من الأصدقاء والأقارب.				
.91	أتحدث مع شخص اخر أحبه عن مشاعري.				
.92	أتعاطف وأتفهم رأي الاخرين.				
.93	أشعر بأنني بحاجة دائما لدعم عاطفي من الاخرين.				
.94	أتقبل ما حدث وأتعايش معه باعتباره أمر لا يمكن تغييره.				
.95	أحاول أن أحصل على معلومات سابقة تتعلق بما يحدث.				
.96	أتقبل حقيقة الشيء الذي حدث وأتعايش معه.				
.97	أدرب نفسي على تقبل الحياة بظروفها الجديدة.				
.98	أركز على حل المشكلة وأترك بعض الأمور الأخرى.				
.99	أحاول أن أحل مشاكلي بنفسي دون تدخل أشياء أخرى.				
.100	أنهمك في نشاطات تتطلب تركيز ذهني لأتجنب التفكير في المشكلة.				
.101	أحفظ نفسي من السرحان والحيرة بالانشغال بأفكار وأنشطة تتعلق بالحدث.				

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

الجزء الرابع من الكراس

مقياس التوافق النفسي

عزيزي المفحوص: أمامك قائمة من فقرات الاستبيان أرجوا أن تجيب عنها بعناية واهتمام، أن تضع دائرة حول الاختيار المناسب بحسب ما تشعر به، علما بأنه لا توجد اجابة صحيحة واجابة خاطئة.

م	الفقرة	دائما	غالبا	أحياناً	قليلا	أبدا
.102	أتمتع بقدرة على ضبط انفعالاتي وبالهدوء أمام الاخرين.					
.103	أتهرب من المواقف المؤلمة.					
.104	تشغلني الأفكار لدرجة تمنعني من النوم.					
.105	أعاني من أحلام مزعجة.					
.106	أشعر بالحزن دون سبب واضح.					
.107	أعتبر نفسي عصبي المزاج.					
.108	أشعر بالخوف المفاجئ دون سبب واضح.					
.109	أشعر بصداع وألم في الرأس من وقت لآخر.					
.110	أشعر بالإجهاد وضعف الهمة من وقت لآخر.					
.111	أشعر برعشة في حركات يدي.					
.112	أشعر بفقدان شهيتي للطعام.					
.113	أصاب بضيق التنفس.					
.114	أشعر بضعف عام.					
.115	أعطي نفسي قدر من الاسترخاء والراحة للمحافظة على صحتي في حالة جيدة.					
.116	أفتخر بوجودي في أسرة (مثالية) لا مثيل لها.					
.117	أسرتي توفر لي الجوالمناسب للعمل والاجتهاد.					
.118	أعاني من وجود خلافات أسرية.					
.119	أتشاور مع أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة.					
.120	أشعر بأن أفراد أسرتي غير مهتمين لأموري.					
.121	أشعر بالرضى عن ظروف أسرتي الاقتصادية.					
.122	أشعر بالغربة وأنا بين أفراد أسرتي.					
.123	أشعر أنني سعيد في حياتي العائلية.					
.124	أستمتع بوجودي بين الاخرين وأحاول الاستفادة من خبرتهم.					
.125	أشعر بالحرج عند التعرف إلىأناس لأول مرة.					
.126	أشعر بالتقدير والاحترام من قبل الاخرين.					
.127	ينقصني القدرة على التصرف في المواقف الحرجة.					
.128	أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران.					
.129	لدي قدرة على مشاركة الاخرين والتأثير فيهم.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

م	الفقرة	دائما	غالبا	أحياناً	قليلا	أبدا
.130	أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.					
.131	أشعر بالسعادة عندما أكون في المدرسة.					
.132	يصعب عليا الانتباه لشرح المدرس ومتابعته.					
.133	سرعان ما أشعر بالملل عندما أبدأ بعمل وجباتي المدرسية.					
.134	يضطرني زملائي في المدرسة إلى التشاجر معهم دفاعا عن ما أملك.					
.135	أشعر بالضيق والملل أثناء المذاكرة.					
.136	أجد انتباهي مشتتا أثناء القاء الدروس.					
.137	أشعر بوجود علاقة جيدة بيني وبين غالبية أساتذتي.					

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

ملحق رقم (4)
كتب تسهيل المهمة

Ref :
Date:

الرقم : ج أ ز/د ع/2016/04/ ٢٨١
التاريخ : 2016/04/03

جامعة الأزهر - غزة
غزة - فلسطين
عمادة الدراسات العليا
Deanship of Postgraduate Studies

السيد/ معالي وزير التربية والتعليم **حفظه الله،،،**

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

الموضوع: تسهيل مهمة

تهديكم عمادة الدراسات العليا – جامعة الأزهر – غزة أطيب تحياتها، ودعماً منها لبرامج الدراسات العليا يُرجى التكرم بتسهيل مهمة **الباحثة/ سمر خليل علي عوض**، المسجلة لدرجة الماجستير في **التربية** تخصص **علم النفس**، وذلك بتطبيق أدوات الدراسة (استبانة) على طلاب وطالبات الثانوية العامة في المدارس، التابعة لوزارة التربية والتعليم العالي، وعنوان رسالتها:

الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة

مع الاحترام،،،

عميد الدراسات العليا
الدكتور / أمين توفيق حمد

نسخة لـ: ملف الطالب.

Al-Azhar University
Gaza - Palestine
P.O.Box : 1277 - Gaza
Telephone: +970 8 2832 925
+970 8 2641 885
+970 8 2641 886
Fax : +970 8 2641 888
E-mail :
Graduate Studies:
pgs@alazhar.edu.p
www.alazhar.edu.ps

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

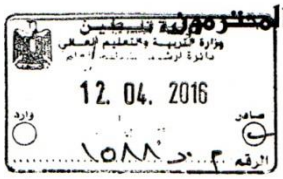
State of Palestine
Ministry of Education & Higher Education
General Directorate of Educational planning

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي
الإدارة العامة للتخطيط التربوي

الرقم: و.ت.غ مذكرة داخلية ( )
التاريخ: 2016/04/12
الموافق: 5 رجب، 1437هـ

السادة/ مديرو التربية والتعليم- محافظات غزة المحترمون

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،



الموضوع/ تسهيل مهمة بحث

نهديكم أطيب التحيات، ونتمنى لكم موفور الصحة والعافية، وبخصوص الموضوع أعلاه، يرجى تسهيل مهمة الباحثة/ سمر خليل علي عوض والتي تجري بحثاً بعنوان :

"الخبرات الصادمة الناجمة عن العدوان الإسرائيلي واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتهما بالتوافق النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة"

وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة **الماجستير** في كلية **التربية جامعة الأزهر** بغزة تخصص **علم النفس**، في تطبيق أدوات البحث على عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمديريتكم الموقرة، وذلك حسب الأصول.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،

أ.رشيد محمد أبو جحجوح
نائب مدير عام التخطيط التربوي

دولة فلسطين
وزارة التربية والتعليم العالي

نسخة:
- السيد/ وكيل وزارة التربية والتعليم العالي المحترم.
- السيد/ وكيل الوزارة المساعد للشئون التعليمية المحترم.
- السيد/ وكيل الوزارة المساعد للشئون التعليم العالي المحترم.
- السيد/ مدير عام الإرشاد والتربية الخاصة المحترم.
- الملف.

Abeer Al Ashqar

غزة: (08-2641297 -2641295) فاكس: (08-2641292)
Gaza: (08-2641295 - 2641297) Fax:(08-2641292)
Email: info@mohe.ps

المنارة للاستشارات
www.manaraa.com

Al-Azhar University-Gaza
Deanship of Postgraduate Studies
Faculty of Education
Psychology Department

Traumatic experiences resulting from Israeli invasions, coping strategies, and its relation to psychological compatibility among high school students in the Gaza Strip

Prepared by
Samar Khalil Ali Awad

Supervised by
Prof. Mohammed Sufian Abu-Nijaila
Professor of psychology
Al-azhar University-Gaza

This study was provided to supplement the requirements for receiving the master's degree in psychology at the faculty of education, Al-azhar University-Gaza.

1438 – 2017

www.manaraa.com