

إقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل العنوان:

نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة "حرب عام 2014"

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

DECLARATION

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the
researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any
other degree or qualification

Student's name:

اسم الطالب/ة: ألاء أحمد أبو القمصان

Signature:

التوقيع: 

Date:

التاريخ: 2016 / 02 / 17



الجامعة الإسلامية غزة
شؤون البحث العلمي والدراسات العليا
كلية التربية
الصحة النفسية المجتمعية

نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة "حرب عام 2014"

إعداد الباحثة

ألاء أحمد أبو القمصان

تحت إشراف

أ.د. سمير رمضان قوتة

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الصحة النفسية والمجتمعية بكلية التربية في الجامعة الإسلامية-غزة

2016



نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة شئون البحث العلمي والدراسات العليا بالجامعة الإسلامية بغزة على تشكيل لجنة الحكم على أطروحة الباحثة/ ألاء أحمد حسين أبو القمصان لنيل درجة الماجستير في كلية التربية/ قسم الصحة النفسية المجتمعية وموضوعها:

نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة "حرب عام 2014"

وبعد المناقشة العلنية التي تمت اليوم السبت 29 ربيع الأول 1437هـ، الموافق 2016/01/09م الساعة التاسعة صباحاً بمبنى اللحيان، اجتمعت لجنة الحكم على الأطروحة والمكونة من:

أ.د. سمير رمضان قوته مشرفاً و رئيساً
د. أسامة عطية المزيني مناقشاً داخلياً
د. محمد جواد/محمد الخطيب مناقشاً خارجياً

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الباحثة درجة الماجستير في كلية التربية/ قسم الصحة النفسية المجتمعية. واللجنة إذ تمنحها هذه الدرجة فإنها توصيها بتفوي الله ولزوم طاعته وأن تسخر علمها في خدمة دينها ووطنها. والله ولي التوفيق،،،

نائب الرئيس لشئون البحث العلمي والدراسات العليا

أ.د. عبدالرؤف علي المناعمة



﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ
 وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾
 الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ
 ﴿١٥٦﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ
 هُمُ الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾ ﴾

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

البقرة {155-157}

إهداء

إلى من زرعت بقلبي يقينا

أن بالدعاء تتحقق المطالب

إليك أمي

إلى من تربيتُ في كنفه وعرفني كيف أكون صبورة

إليك أبي

إلى من سرتُ على خطاه وتشبثت به في طفولتي وكأنه والدي الثاني

إليك أخي أسامة ولنزورك الرائعة نجوى ولأبنائك كما

إلى من لا يستطيعون تحقيق أبسط مطالبهم في الحياة

إليكم أخي عبد الكريم، أختي سامية

إليك نادية وإسلام وأبنائك... .

وإلى كل يد

صافحتها يوماً عن ظهر قلب

أهدي عملي البسيط هذا

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه أجمعين، الحمد لله الذي وفَّقني في إنجاز هذا البحث، وانطلاقاً من قول رسول الله عليه الصلاة والسلام: "مَنْ لَا يَشْكُرِ النَّاسَ لَا يَشْكُرِ اللَّهَ".

يُسعدني أن أتقدم بالشكر والتقدير والعرفان للأستاذ الدكتور/ سمير قوتة، الذي تفضّل بالإشراف على هذه الرسالة، والذي غمّرتني بعلمه الواسع، وعطائه الوافر وحُسن معاملته وصبره الجميل.

كما أتقدم بالشكر والتقدير لجميع أعضاء الهيئة التدريسية بكلية التربية في الجامعة الإسلامية، وأخص بالذكر قسم الصحة النفسية المجتمعية لما قدموا لي من جهد كبير خلال دراستي.

ويسعدني التوجّه بمزيد من الشكر والعرفان لأفراد أسرتي الذين احتضنوا هذا العمل بالرعاية والتشجيع، وأخص بالذكر أمي وأبي أمد الله في عمرهما، فقد وهباني الحب والحنان وسهرا يدعوان لي بالنجاح والتوفيق، وكذلك إخواني وأخواتي الذين ساعدوني فلم يبخلوا عليّ بما لديهم من إمكانيات.

كما وأتقدم بالشكر لصديقتي الدكتورة/ تغريد عبد الهادي، لما قدمته من دعم في إكمال الدراسة وإجراءاتها.

وأتقدم بالشكر لكل من ساهم في نجاح هذا العمل المتواضع.

"وما توفّيقى إلا بالله عليه توكلتُ وإليه أنيب"

الباحثة

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	قرآن كريم
ج	الإهداء
د	شكر وتقدير
هـ	فهرس المحتويات
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
ي	مُلخَّصُ الدَّراسةِ باللُّغةِ العربيَّةِ
ك	مُلخَّصُ الدَّراسةِ باللُّغةِ الإنجليزيَّةِ
الفصل الأول: الأطر العامة للدراسة	
2	المقدمة
4	مشكلة الدراسة
5	أهداف الدراسة
5	أهمية الدراسة
6	حدود الدراسة
6	مصطلحات الدراسة
الفصل الثاني: الإطار النظري	
9	تمهيد
9	المبحث الأول: نمو ما بعد الصدمة
10	تعريفات نمو الصدمة
11	الجزور التاريخية لعلم النفس الإيجابي
14	النموذج النظري لعلم النفس الإيجابي
19	العوامل المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة
25	نمو ما بعد الصدمة مقابل المرونة
27	المبحث الثاني: فعالية الذات
28	نظرية فعالية الذات لباندورا

الصفحة	الموضوع
31	توقعات فعالية الذات
32	أبعاد فعالية الذات
33	مصادر فعالية الذات
35	فعالية الذات المدركة
37	كيف تؤثر الفعالية الذاتية في السلوك؟
38	أنواع فعالية الذات
40	المبحث الثالث: البتر
40	تعريف البتر
41	أنواع وأسباب البتر
42	ظاهرة الطرف الشبح
43	تأثيرات البتر عند الأفراد
44	مراحل ردود الفعل الناتجة عن البتر
46	الخبرات المركزية المتواجدة مع الناجين من أهوال الحروب والكوارث
50	مشكلات مبتوري الأطراف
51	التأقلم بعد البتر
52	العوامل التي تؤثر في تأقلم الشخص
53	وسائل التأقلم مع البتر
55	الطرف الصناعي وتأثيره على حالات البتر
55	التأهيل بعد البتر
الفصل الثالث: الدراسات السابقة	
59	تمهيد
59	أولاً: الدراسات المتعلقة بنمو ما بعد الصدمة
64	ثانياً: الدراسات المتعلقة بفعالية الذات
74	ثالثاً: الدراسات المتعلقة بالبتر
80	رابعاً: التعقيب العام على الدراسات
82	فروض الدراسة

الصفحة	الموضوع
الفصل الرابع: الطريقة والإجراءات	
84	تمهيد
84	منهج الدراسة
84	مجتمع وعينة الدراسة
86	أدوات الدراسة
88	خطوات الدراسة
91	إجراءات الدراسة
92	المعالجات الإحصائية
الفصل الخامس: نتائج الدراسة ومناقشتها	
94	تمهيد
94	تساؤلات الدراسة
118	توصيات وبحوث مقترحة
121	المراجع
122	أولاً: المراجع العربية
126	ثانياً: المراجع الأجنبية
129	ملاحق الدراسة

قائمة الجداول

رقم الجدول	الجدول	الصفحة
(4-1)	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب البيانات الشخصية (ن=40).	85
(4-2)	معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس نمو ما بعد الصدمة والدرجة الكلية للمقياس	87
(4-3)	معامل الارتباط بين أبعاد مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس.	89
(4-4)	معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس.	90
(5-1)	إحصاءات وصفية للتعرف على مستوى نمو ما بعد الصدمة.	94
(5-2)	إحصاءات وصفية للتعرف على مستوى فعالية الذات.	95
(5-3)	معامل الارتباط بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات	97
(5-4)	نتائج اختبار (T- لعينتين مستقلتين) - الجنس	98
(5-5)	نتائج اختبار (T- لعينتين مستقلتين) - الحالة الاجتماعية	99
(5-6)	نتائج اختبار " التباين الأحادي " - حالة البتر	100
(5-7)	نتائج اختبار " التباين الأحادي " - مكان السكن	101
(5-8)	نتائج اختبار (التباين الأحادي) - المستوى التعليمي	102
(5-9)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - المستوى الاقتصادي	103
(5-10)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - العمر	104
(5-11)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - الجنس	106
(5-12)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - الحالة الاجتماعية	107
(5-13)	نتائج اختبار (التباين الأحادي) - حالة البتر	108
(5-14)	نتائج اختبار (التباين الأحادي) - مكان السكن	110
(5-15)	نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات مكان السكن للبعد الانفعالي	111
(5-16)	نتائج اختبار (التباين الأحادي) - المستوى التعليمي	112
(5-17)	نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات المستوى التعليمي للبعد الانفعالي	114
(5-18)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - المستوى الاقتصادي	115
(5-19)	نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - العمر	116

قائمة الأشكال

الصفحة	الشكل	رقم الشكل
16	مفهوم لأبعاد نمو ما بعد الصدمة	(2-1)
24	العوامل المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة	(2-2)
30	نموذج الحتمية التبادلية المتفاعلة	(2-3)
30	نموذج الحتمية التبادلية	(2-4)
32	العلاقة بين توقعات الفاعلية وتوقعات النتائج	(2-5)

المُلخَص

تهدفُ الدراسة الحالية إلى التعرف على نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى حالات البتر في الحرب الأخيرة على غزة "حرب 2014"، وتأثيرها بعض المتغيرات (الجنس، مكان البتر، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي، الحالة الاجتماعية، العمر)، والإجابة على التساؤلات التالية:

- ما مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
 - ما مستوى فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
 - هل توجد علاقة بين نمو ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، لمكان البتر "علوي، سفلي، مشترك"، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر)؟
 - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، لمكان البتر "علوي، سفلي، مشترك"، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر)؟
- وللإجابة على تلك التساؤلات تم تطبيق أدوات الدراسة (مقياس نمو ما بعد الصدمة) من إعداد تيدشي وكالهن وترجمة وتقنين عبد العزيز ثابت، (مقياس فعالية الذات) من إعداد الباحثة على عينة قصدية من حالات البتر ، قوامها (40) فردًا.
- واستخدمت الباحثة في المعالجة الإحصائية عددًا من المقاييس وهي (التكرارات والنسب المئوية واختبار T.Test، تحليل التباين، المتوسطات الحسابية، معامل ارتباط بيرسون وسبيرمان براون، والتجزئة النصفية، معامل ارتباط ألفا كرونباخ، الصدق الذاتي) ، للتحقق من صدق الأدوات وقياسها.

ولقد أظهرت نتائج الدراسة مايلي:

1. أن المتوسط الحسابي لنمو ما بعد الصدمة يساوي 65.73 بانحراف معياري 12.15، وبذلك فإن الوزن النسبي 65.73%، وهذا يعني أنها نسبة متوسطة.
2. أن المتوسط الحسابي لفاعلية الذات يساوي 120.90 بانحراف معياري 17.37، وبذلك فإن الوزن النسبي 80.08%، وهذا يعني أنها نسبة فوق المتوسط.

3. وجود علاقة طردية متوسطة ذات دلالة احصائية بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب على غزة.
4. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في نمو ما بعد الصدمة تعزى لكل من الجنس، مكان السكن، المستوى التعليمي، مكان البتر ، الحالة الاجتماعية، والمستوى الاقتصادي.
5. كما أظهرت عدم وجود فروق في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى لكل من (الجنس، والحالة الاجتماعية، مكان البتر، المستوى الاقتصادي، العمر)، في حين أظهرت النتائج وجود فروقاً واضحة في فعالية الذات في البعد الانفعالي تعزى لمكان السكن لصالح المنطقة الوسطى، كما وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الانفعالي لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي لصالح المستوى الجامعي فأكثر.

Abstract

The current study aims to identify the growth of post-traumatic stress and its relationship to self-effectiveness of amputations in the recent war on Gaza in 2014 and the impact of some variables like (sex, place of amputation, level of education, economic level, marital status, age) and answers the following questions:

- What is the level of post-traumatic stress growth of amputees in the recent war on Gaza?
- ? What is the level of self-effectiveness of the amputees in the recent war on Gaza-
- Is there a relationship between the growth of post-traumatic stress and self-effectiveness among amputees in the recent war on Gaza?
- Are there any statistically significant differences in the growth of post-traumatic stress of amputees due to (sex, place of amputation "upper, lower, joint", the educational level, economic level, marital status or age)?
- Are there significant differences in the effectiveness of the self-amputees due to (sex, place of amputation "upper, lower, joint", the educational level, economic level, marital status or age)?

To answer those questions the following study tools were applied (the growth of post-traumatic stress criterion) prepared by Tadasha and Calhoun and translated and standardized by Abdul Aziz Thabit scale, (self-effectiveness criterion) put by the researcher and applied on deliberate sample of amputation cases of 40 individuals between the ages of (18-45).

The researcher used in a number of measures in the statistical analysis as (frequencies, percentages and T. Test, variance analysis, average accounts , Pearson and Spearman Brown, and retail midterm, Alpha correlation coefficient, , self- honesty) to check the veracity and firmness of the tools.

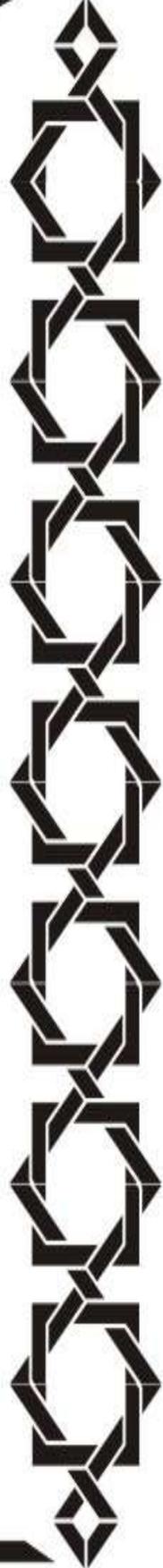
Results of the study appeared as follows:

- Results show that the arithmetic average of the growth of post-traumatic stress is equal to 65.73 with a standard deviation 12.15, and thus the relative weight of 65.73%, and this means that the growth level of post-traumatic stress for those maimed during the recent war on the Gaza Strip in 2014 is 65.73% . This average is considered medium.

- The arithmetic average of the self- effectiveness worth is 120.90 with a standard deviation of 17.37, and thus the relative weight is 78.00%, this means that the level of self-effectiveness among amputees during the recent war on the Gaza Strip in 2014 is 78.00% and this means that the self-effectiveness of the sample in the average level. Where the academic and cognitive dimension comes at the first rank with relative weight of 80.08%, followed by the self-confidence and the other dimensions with relative weight of 75.83%, and then the social dimension with relative weight of 75.67%, and finally in the fourth rank comes the emotional dimension relative weight of 73.29%.
- There is a moderate significant correlation between growth of post-traumatic stress and the self- effectiveness of the amputees in the recent war on Gaza, which means that the higher the post-traumatic growth becomes the greater the self-effectiveness of the amputees of the recent war on Gaza becomes.
- There are no statistically significant differences in the total score for the growth of post-traumatic stress of amputees due to sex, age, place of residence or marital status or the status of amputation, or economic level, the level of education, that is, the growth of post-traumatic stress of the amputees . That means that there is no varies depending on the above mentioned variables.
- There are no statistically significant differences in the total score for the self- effectiveness of amputees due to sex, age, place of residence or marital status or the status of amputation, or economic level, the level of education, that is, the growth of post-traumatic stress of the amputees. That means that there is no varies depending on the above mentioned variables.

الفصل الأول مدخل إلى الدراسة

- ❖ مُقَدِّمَة
- ❖ مُشْكَلَة الدَّرَاسَة
- ❖ أَهْدَافُ الدَّرَاسَة
- ❖ أَهْمِيَّةُ الدَّرَاسَة
- ❖ مُصْطَلَحَاتُ الدَّرَاسَة
- ❖ حُدُودُ الدَّرَاسَة



المقدمة:

تحيا الشعوب على مدار تاريخها العديد من التقلبات ، كحالات الأمن والسلم الفتر والتطور وكذلك تقلب الطبيعة وقسوتها، ولا شك أن الإنسان عبر تاريخ حياته يتعرض للكثير من مثل هذه التقلبات، فقد يعيش الحرب وتؤثر عليه وعلى من حوله، وقد يعيش السلم ويتأثر بها إيجابياً.

والشعوب العربية عامة والشعب الفلسطيني خاصة يعيش في ظروف سياسية تجعله مُعْرَضًا دائماً للحرب وقسوتها، فقد تعرض على مر العصور للعديد من الحروب، ابتداءً بالحروب الصليبية وانتهاءً بالحروب الأوروبية الصهيونية، وتترك الحروب آثاراً متعددة على جميع مناحي الحياة، ومن أهم هذه الآثار: الإعاقات، حيث تعد الإعاقة مشكلة قديمة ومستمرة منذ أن وُجد الإنسان، إلا أن لها العديد من الأشكال والصور، ومما لا شك فيه أن الشرائع السماوية - في مقدمتها الدين الإسلامي - أولت اهتماماً بالضعفاء والمرضى والعاجزين، فمكنتهم من تحقيق أهدافهم وحفظت لهم حقوقهم الشرعية والاجتماعية، وهذا ما أكده القرآن الكريم حينما عاتب رب العزة سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم في قوله تعالى: ﴿عَبَسَ وَتَوَلَّى أَن جَاءَهُ الْأَعْمَى﴾ (عبس: 1، 2)

فالإعاقة تعني كل شخص لا يستطيع تأمين حاجاته الأساسية بشكل كامل أو جزئي، نتيجة لعاهة خلقية أو غير ذلك حسب نوعية الإصابة: سمعية، بصرية، ذهنية، جسمية، وهذه الأخيرة ترتبط بوظيفة أعضاء الجسم سواء متصلة بحركة أو أعضاء متصلة بعملية الحياة البيولوجية ولها صفة الاستمرارية (كامل، 1996: 43).

وتقف الإعاقة حجر عثرة أمام الإنسان فتمنعه من إشباع دوافعه وتحد من رغباته، فيشعر بانفعال خاص لشعوره بالعجز وقلة الحيلة، ولكن تختلف قدرة الأفراد على تحمل المشاق والصعوبات التي تواجههم في الحياة، فمن الناس من يصاب بالإحباط ومنهم -بفضل القدرات التكيفية- فإنه غالباً ما يستطيع تجاوز الأزمات والتغلب عليها بعد فترة زمنية تطول أو تقصر، فالإنسان مزود بجهاز مناعة نفسي يشبه عمل جهاز المناعة الجسمي، يكتسبه خلال مراحل نموه، ويساعده في التغلب على المشكلات التي تواجهه (القاضي، 2009: 2) .

وترى الباحثة أن من هذه الإعاقات - حالات البتر - التي انتشرت بشكل كبير خلال الست سنوات الأخيرة عبر الحروب التي شنها الإحتلال على قطاع غزة وخاصة الحرب الأخيرة

حرب عام 2014 (حرب العصف المأكول)، التي خلّفت تسعين حالة من حالات البتر سواء أكان علويًا أم سفليًا أم مشتركًا، وهذا ما لفت انتباه الباحثين لدراسة بعض المتغيرات على هؤلاء الأفراد. ويعتبر البتر في حد ذاته نوعًا من أنواع الإعاقة، يمر خلالها الفرد المتضرر بمراحل متعددة قد تُغيّر منظومة الإحساس بالأمن والسلام لدى الفرد مبتور الأطراف (القاضي، 2009: 3).

كما ويؤدي البتر إلى حدوث صدمة انفعالية شديدة ينشأ عنها شعور عام بالخسارة، باعتبار أن مبتور الأطراف فقد عضوًا مهمًا من جسده، فيبدأ بتغيير مفهومه عن ذاته بإنشاء أفكارًا جديدة تظهر لديه (علوان، 2005 : 273) .

ولا شك أن فاعلية الذات من العوامل المهمة التي تؤثر بطريقة فاعلة في مواجهة مثل هذه الصدمات الإنفعالية، كما أن فاعلية الذات تعد من المتغيرات النفسية الهامة التي تُوجه سلوك الفرد، وتُسهم في تحقيق أهدافه الشخصية، فالأحكام والمعتقدات التي يمتلكها الفرد حول قدراته، وإمكاناته لها دور هام في إسهام زيادة القدرة على الإنجاز ونجاح الأداء.

وتقوم نظرية فاعلية الذات على أساس الأحكام الصادرة من الفرد عن قدرته على تحقيق أو القيام بسلوكيات معينة، والتفويض من جانب الفرد لذاته عما يستطيع القيام به، ومدى مثابرتة، وللجهد الذي سيبدله، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحديه للصعاب.

وتعرف فاعلية الذات بأنها ثقة الفرد في قدراته من خلال المواقف الجديدة أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، وهي اعتقادات الفرد في قوة الشخصية مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتناؤل (العدل، 2001: 17) .

وحين الحديث عن قدرات الفرد وكيفية التصرف في المواقف الجديدة ولاسيما الإعاقات، فالشخص الذي تعرض للبتر هو الآن بصدد مواجهة حياة جديدة بظروف جديدة، فهل ذاته وقدراته ستساعده في مواجهة مثل هذه التغيرات أم ستكون عقبة أمام تكيفه؟

ومن هنا جاء الحديث عن مصطلح نمو ما بعد الصدمة، وهو مصطلح حديث لم يتطرق إليه أحد في المحيط العربي، بينما انتشرت بشكل كبير في الدراسات الأجنبية، والمقصود بهذا المصطلح هو بناء من التغيير الإيجابي النفسي الذي يحدث نتيجة التعرض لصراع المرء مع حالة صعبة للغاية، حيث يتجه نحو الإيجابية في حياته، فيحدث التعاطف والألفة مع الآخرين، ويُحدث أدوارًا إجتماعية جديدة.

وهناك العديد من الدراسات الأجنبية التي تناولت موضوع نمو ما بعد الصدمة كدراسة (Manne & other (2014) التي تناولت مريضات سرطان الثدي، كذلك دراسة (Adrea & other (2005) التي تناولت نمو ما بعد الصدمة لدى الناجين من سرطان البروستاتا وزوجاتهم، وهذه الدراسات تناولت التغيرات الإيجابية التي حدثت لدى الفرد بعد تعرضه للصدمة، ولعل تناول مثل هذه التغيرات أمر مختلف، فنحن معتادون في حال الصدمات أن نتناول الأثر النفسي السلبي لدى المصابين، أما في دراسات نمو ما بعد الصدمة فإننا نتناول بعض التغيرات الإيجابية التي حصلت للفرد بعد تعرضه للصدمة .

ومن هنا جاء اهتمام الباحثة بهذه الدراسة؛ لما لها من أثر على توضيح العالم الخاص الذي يعيشه الأشخاص مبتوري الأطراف والتغيرات الإيجابية التي طرأت عليهم من بعد تعرضهم لهذه التجربة، كذلك ربط فعالية الذات بهذه التغيرات.

كما ترى الباحثة أن هذه الدراسة من الدراسات التي يفتقر لها المجتمع الفلسطيني؛ حيث أن حالات البتر لم تحظَ باهتمام الدارسين للتعرف على احتياجات هذه الفئة والطاقت الإيجابية لديهم.

مشكلة الدراسة:

تتمثل مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي:

هل توجد علاقة بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟ وينبثق عنها العديد من التساؤلات:

1. ما مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
2. ما مستوى فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
3. هل توجد علاقة بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن)؟

5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن)؟

أهداف الدراسة:

1. تهدف الدراسة للتعرف على العلاقة بين نمو ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى فئة مبتوري الأطراف.
2. كما وتهدف إلى التعرف على الفروق في نمو ما بعد الصدمة لدى حالات البتر تبعًا للمتغير (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن).
3. كذلك فإن هذه الدراسة تهدف للتعرف على فاعلية الذات لدى حالات البتر تبعًا للمتغير (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن).

أهمية الدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية:

1. تتبع أهمية الدراسة لقلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع، حيث ركز الكثير من الباحثين على الجوانب السلبية للصدمة مثل (PTSD)، والنادر منها عن نمو ما بعد الصدمة وتفاعلاتها الإيجابية.
2. نظرًا لقلة الدراسات التي تناولت موضوع نمو ما بعد الصدمة وندرته في المكتبات العربية ولاسيما الفلسطينية، فإن هذا البحث يعتبر من التراث السكيولوجي.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

1. تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة في إعداد أدوات الدراسة كمقياس فاعلية الذات التي قامت الباحثة بإعداده وتحكيمة ومن ثم عمل الثبات والصدق له، كذلك مقياس نمو ما بعد الصدمة لتيدشي وكالهن، والذي قام "عبد العزيز ثابت" بتقنيه وعمل الصدق والثبات له.
2. يفيد هذا البحث العاملين في مجال علم النفس والمتخصصين في التأهيل لذوي الإعاقة.

3. سيكون لهذا البحث دورٌ هام في إنارة أذهان الدارسين، للتوجه لعمل برامج إرشادية لفئة مبتوري الحرب.
4. يوجه المختصين لمساعدة هذه الفئة من أجل صقل ما لديها من قدرات.
5. أهمية دراسة مثل هذا البحث تأتي من أن مصطلح نمو ما بعد الصدمة مصطلحًا جديدًا لم يتم دراسته إلا القليل.
6. نظرًا لخصوصية الشعب الفلسطيني ووقوعه تحت سطو الاحتلال فإن لهذه الدراسة أهمية كبيرة، لتعرض الكثير من الشباب للإصابات إثر حروب أو اشتباكات.

حدود الدراسة:

تحدد الدراسة بالحدود التالية:

1. الحد الموضوعي (الأكاديمي): اقتصرت هذه الدراسة على معرفة مستوى نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة (حرب عام 2014).
2. الحد المكاني: طبقت الدراسة في محافظات غزة.
3. الحد البشري: اقتصرت الدراسة الحالية على مبتوري الأطراف الذين تزيد أعمارهم عن (18) عامًا، والمتواجدين في مركز الأطراف الصناعية.
4. الحد الزمني: طبقت الدراسة الحالية في العام الدراسي 2014 / 2015 م.

مصطلحات الدراسة:

أولاً: المصطلحات المتعلقة بنمو ما بعد الصدمة:

- يعرفه "Richard & other (2004)" أنه: تجربة التغيير الإيجابي الذي يحدث نتيجة الصراع مع أزمات الحياة الصعبة، ويتجلى ذلك من خلال مجموعة متنوعة من الطرق بما في ذلك زيادة التقدير للحياة في العلاقات العامة بين الأشخاص، ويصبح الفرد أكثر وضوحًا، ولديه شعور متزايد من قوة الشخصية، ولديه تغير في الأولويات، وظهور حياة وجودية وروحية أكثر ثراءً.

- يعرفه " Sarah (2011) " أنه: تغير إيجابي من ذوي الخبرة نتيجة الصراع مع درجة عالية من ظروف الحياة الصعبة".
- وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: "الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها المفحوص من خلال استجاباته على مقياس نمو ما بعد الصدمة المستخدم في الدراسة".

ثانياً: المصطلحات المتعلقة بفعالية الذات:

1. يرى باندورا أن فعالية الذات ليست سمة ثابتة في السلوك الشخصي، بل هي: "مجموعة الأحكام التي لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط، ولكن تتصل أيضاً بالحكم على ما يستطيع إنجازه، وهي نتاج للقدرة الشخصية" (المخلافي، 2010: 494).
2. هي ثقة الفرد في قدراته من خلال المواقف الجديدة أو المواقف ذات المطالب الكثيرة وغير المألوفة، وهي اعتقادات الفرد في قوة الشخصية مع التركيز على الكفاءة في تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتناؤل (العدل، 2001: 11).
3. دافع مركب يوجّه سلوك الفرد كي يكون ناجحاً في الأنشطة التي تعتبر معايير الامتياز والتي تكون معايير النجاح والفشل فيها واضحة أو محددة، أو هي المحصلة النهائية للعلاقة بين دوافع النجاح ودافع تجنب الخوف من الفشل والتفاعل بينهما (خليل، 2010: 15).
4. وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: "الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها المفحوص من خلال استجاباته على مقياس فعالية الذات المستخدم في الدراسة".

ثالثاً: المصطلحات المتعلقة بالبتير:

1. هو حالة مكتسبة ناتجة عن فقد أحد أطراف الجسم بسبب الإصابات أو الأمراض أو الجراحة أو الحروب، أو غياب أحد الأطراف لأسباب خلقية (Rains, 1995: 41).
2. حالة من العجز الجسمي تحدث للفرد في أي مرحلة من مراحل عمره، وهو عبارة عن استئصال جزء من أجزاء جسمه لإنقاذ حياته، أو لتحسين أداء العضو الذي تمنعه الإصابة من القيام بوظيفته (علي، وعبد الهادي، 1997: 52).
3. وتعرفه الباحثة: بأنهم أولئك الأفراد الذين فقدوا القدرة على استخدام الساقين أو الذراعين أو كليهما وذلك نتيجة الإصابة بالبتير الناتجة عن أحداث الحرب الأخيرة على غزة.

الفصل الثاني الإطار النظري

❖ تمهيد

❖ المبحث الأول: نمو ما بعد الصدمة

❖ المبحث الثاني: فعالية الذات

❖ المبحث الثالث: البتر



تمهيد:

سوف تقوم الباحثة في هذا الفصل بعرض المنطلقات النظرية والإطار العام والمفاهيم الأساسية لدراساتها، وذلك في محاولة منها للتحديد الدقيق لمصطلحات الدراسة وأبعادها وعلاقتها ببعض العوامل والمتغيرات، للكشف عن ماهيتها وطبيعتها تأصيلاً للجانب النظري من هذه الدراسة، وذلك من خلال ثلاث محاور رئيسية وهي: نمو ما بعد الصدمة، وفعالية الذات، والبتنر.

المبحث الأول:

نمو ما بعد الصدمة posttraumatic growth

هناك مصطلح وحقل بحثي جديد وهو "نمو ما بعد الصدمة"، صاغ هذا المصطلح أستاذ علم النفس بجامعة نورث كارولينا "ريتشارد ديتشي"، ويقصد به أن الصدمات لها جانبها الآخر الإيجابي، فهي قد تقوي الأفراد، وتؤدي إلى تغييرات إيجابية لديهم، كما أنها ترفع من قدرتهم على الصمود لاحقاً أمام المصاعب التي قد يواجهونها.

وفي هذا الصدد، يشير تيديشي وكالهنون Tedeschi & Calhoun (2004:4) إلى أن الصدمات والخبرات السلبية التي يتعرض لها الأفراد قد تؤدي لظاهرة ما يُسمى "نمو ما بعد الصدمة Posttraumatic Growth"، ويقصد بها: نمو وتطور نفسي إيجابي شامل بجوانب الشخصية.

ويفرق العديد من الباحثين بين مصطلح "المرونة النفسية Psychological Resilience" ومصطلح "نمو ما بعد الصدمة Posttraumatic Growth" باعتبار الأول عملية توافق جيدة ومواجهة إيجابية للشدائد التي يواجهها البشر (شقورة، 2012: 6)، فهي عبارة عن سمة من سمات شخصية الفرد، ولكن نمو ما بعد الصدمة هو تطور بالشخصية، وناتج عن تعرض الفرد لخبرة صادمة (Connor & Davidson، 2003: 78).

وفي ظل تكاثف دراسات "علم النفس الإيجابي" والتي تعني بالسماة الإيجابية وزيادة سعادة الإنسان وكفاءته ورضاه عن حياته؛ يسود توجه لدى الباحثين أن "نمو ما بعد الصدمة" أكثر شيوعاً لدى الأفراد الذين تعرضوا لصدمات من اضطرابات ما بعد الصدمة، كما أن العلماء يرون أن النمو والتغيير الإيجابي للفرد بعد الصدمة هما القاعدة.

طبعاً لا يعني ذلك التقليل من خطورة الضغوط والقلق والاكتئاب التي يتعرض لها الإنسان بعد الصدمة، ولا تجعلنا بالطبع نستهين بمعاناته، ولكن مع الأخذ بعين الاعتبار الأضرار السلبية، علينا هنا أن نرى أيضاً الجوانب الإيجابية (عطا الله، 2011).

وهناك عدة تعريفات لنمو ما بعد الصدمة :

- يعرفه "Richard & other (2014: 3)" أنه: تجربة التغيير الإيجابي الذي يحدث نتيجة الصراع مع أزمات الحياة الصعبة، ويتجلى ذلك من خلال مجموعة متنوعة من الطرق بما في ذلك زيادة التقدير للحياة في العلاقات العامة بين الأشخاص، ويصبح الفرد أكثر وضوحاً، ولديه شعور متزايد من قوة الشخصية، ولديه تغير في الأولويات، وظهور حياة وجودية وروحية أكثر ثراءً.
- يعرفه "Sarah (2011: 4)" أنه: تغير إيجابي من ذوي الخبرة، نتيجة الصراع مع درجة عالية من ظروف الحياة الصعبة.
- ويضيف بأنه: كل عملية ونتيجة التغيير الإيجابي بعد تجربة الحياة المؤلمة.
- يعرفها "تيديشي وكالهنون Tedeschi & Calhoun (2004: 2)" بأنها: "حالة نمو وتغيير نفسي إيجابي للأفراد الذين تعرضوا لأحداث صادمة خلال فترة حياتهم، أدت لتغير جذري بجوانب شخصيتهم على المستوى الشخصي من خلال نظرتهم لأنفسهم وعلى مستوى علاقاتهم بالآخرين وعلى مستوى نظرتهم للحياة ككل.
- ويضيف بأنه : "نمو وتطور نفسي إيجابي شامل بجوانب الشخصية".
- توصلت الباحثة من خلال التعريفات السابقة، أن نمو ما بعد الصدمة يتمثل في التطور والتغيرات الإيجابية التي قد تظهر على الفرد بعد تعرضه للصدمة النفسية المختلفة.

يتفاوت الناس في تحملهم لهذه الأمور، لكن هل القلق هو النتيجة الطبيعية الوحيدة لحدوث الصدمة؟ هل أقصى ما يطمح له الإنسان، هو أن يتعافى منها ليعود كما كان؟

يقول علماء النفس الإيجابي، أن الصدمة لا يتبعها اضطراب للحياة بالضرورة، بل يمكن للمحنة أن تكون منحة، أو كما يقال: "ما لا يكسرك قد يجعلك أكثر قوة"، فهناك بعض الناس لا تنهار حياتهم عندما يتعرضون لمصيبة، بل بالعكس قد يحدث لهم ارتقاءً نفسياً وروحياً بشكل ما.

يتحدث العلماء هنا عن نمو ما بعد الصدمة ، أي ذلك الشعور بأن الإنسان قد ازداد حكمة و فهماً للحياة بعد تعرضه لهذه الصدمة، وتطورت حياته بعد حدوثها، فكثيراً ما نرى أناساً ازداد تقديرهم للحياة بعد نجاتهم من حادث، أو من قرروا الالتزام أو تغيير أفكارهم بعد شفائهم من مرض

قاتل، أو هؤلاء الذين وهبوا حياتهم لمساعدة الآخرين بعد أن ذاقوا بأنفسهم مرارة المعاناة (المزروعى، 2015).

وينبثق نمو ما بعد الصدمة عن علم النفس الإيجابي والذي يركز على الجوانب الإيجابية في الشخصية، ويقصد بعلم النفس الإيجابي Positive psy- chology : "الدراسة العملية ذات الطبيعة النظرية والتطبيقية للخبرات الإيجابية، وللخصال أو السمات الشخصية الفردية الإيجابية، وللمؤسسات النفسية والاجتماعية التي تعمل على تيسير وتنمية هذه الخبرات والخصال والارتقاء بها، لخلق إنسان ذي شخصية فعالة ومؤثرة، تهتم بالإضافة إلى ما هو كائن، بما ينبغي أن يكون". ووفقاً لهذا التعريف، فإن أبرز موضوعات هذا العلم هي التعقيم، والتوظيف الكامل والفعال لما يملكه الفرد - حتى لو كان مريضاً نفسياً يتحمل من الأعباء النفسية ما تتوء بحمله الجبال- من مهارات وقدرات وخصال شخصية، بحيث لا يتمكن فحسب من التخلص من مرضه النفسي أو الجسمي أو كليهما، بل يتمكن كذلك من تطوير حياة ملؤها الرضا والسعادة والإنجاز بما يشبع ذاته، ويحققها، ويكون نافعاً لنفسه وللآخرين (الصبوة 2006: 21).

وترى الباحثة أن العمل على علم النفس الإيجابي بات فقيراً في الحقول البحثية، مما دفعها إلى تفعيل هذا الجانب والتطرق لمصطلح حديث كمصطلح نمو ما بعد الصدمة، وإخضاعه لقياس حجم التغيرات الإيجابية التي قد تظهر على الشعب الفلسطيني الذي عاصر العديد من الحروب، فهل لدى الشعب الفلسطيني نمو ما بعد الصدمة؟!

الجدور التاريخية لعلم النفس الإيجابي :

إن أقدم الأصول التاريخية لعلم النفس الإيجابي تكمن في فكرة مؤداها أن الإنسان كمخلوق كريم على الله وعلى نفسه نزل إلى الأرض ليعيش حياة جادة حسنة تحقق له كل طموحاته المشروعة، دون أن يكون ذلك على حساب الآخرين، ومن ثم أصبح البحث عن هذه الحياة الكريمة أحد أبرز الأسئلة التي تتصدي للإجابة عنها الأديان السماوية وجميع أنواع الفلسفات بعد ذلك .

وحاول الإنسان بمختلف ثقافته وحضاراته أن يصل إلى إجابة صحيحة لهذا السؤال: كيف نعيش حياة كريمة سعيدة؟

وبالطبع قبل ظهور علم النفس كانت له جهود سبقتها إرهابات دينية وفلسفية خاصة في عصر النهضة بصفة عامة، وفي القرون الثامن عشر والتاسع عشر والعشرون، وظل الحال على هذا المنوال بحيث كان يرى بعض الفقهاء أن الحياة السعيدة تكمن في القناعة والرضا بالقليل والإنتاج والإنجاز والتدين وعمل الصالحات، بينما رأى الفلاسفة أن السعادة تكمن في معرفة الحقيقة

حديسيًا، أو فكريًا، أو في الإشباع المادي، أو في الإشباع النفسي، إلى أن ظهر علم النفس في أواخر القرن التاسع عشر، وبدأت تظهر إسهاماته الحقيقية في القرن العشرين، وقدّم مذاهب ومدارس كالتحليل النفسي والسلوكية والبنائية المعرفية، والإنسانية الوجودية، والظاهرية، وطرحت تفسيرات نفسية للحياة السعيدة الكريمة والخبرة الإنسانية بشكل عام .

ومن ثم أصبح الجذر الثاني لعلم النفس الإيجابي هو إسهامات بعض فروع علم النفس الأساسية والتطبيقية في تشكيل تراكم لا بأس به انطلق منه هذا العلم، وكانت أهم هذه الإسهامات تتمثل في أعمال سيجموند فرويد وآرائه حول مبدأ السرور (اللذة أو المتعة)، وأفكار كارل يونج حول مبدأ الكمال الشخصي والروحي، وتنظير آدلر حول الجهاد أو الكفاح الفردي المدفوع باهتمامات وميول اجتماعية، وأعمال فرانكل في البحث عن المعنى في ظل أسوأ ظروف الحياة حزنًا وهما وكأية (snyder & lope,2002:223) .

أما الجذر الثالث، فيتمثل في إسهامات علم النفس الإنساني، وهي الإسهامات التي بلورت وجهة النظر الأساسية لهذا العلم في البحث عن الذات وأهمية الخبرات الإنسانية الإيجابية في الحفاظ على الإنسان ووقايته من الإصابة بالاضطرابات النفسية والأمراض الجسمية، وتنشيط جهاز المناعة لديه.

أما الجذر التاريخي الرابع، فهو جذر حديث إلى حد كبير بلغة علم التاريخ، ويتمثل في الكتاب الرائع الذي أصدرته "ماري جاهودا" ، وهي من العلماء الذين عاصروا كارل روجرز وأبراهام ماسلو، وهو كتاب المفاهيم المعاصرة للصحة النفسية الإيجابية، وهو كتاب يمثل دراسة حالة حقيقية لأسس الفهم العلمي للتنعيم النفسي وليس مجرد غياب الكرب النفسي والمعاناة منه، وقد اعترف لبترسون وسيليجمان أن الرؤية العلمية التي طرحتها ماري هي إحدى اللبئات الأساسية في حركة تأسيس علم النفس الإيجابي حتى اليوم ومستقبلاً.

وأخيرًا الجذر الخامس، وهو جذر تاريخي معاصر، فيتمثل في أعمال الاستشارة النفسية وعياداتها، وكان من طليعة الباحثين الذين طبقوا مفاهيم أقرب ما تكون لمفاهيم علم النفس الإيجابي في برامج الوقاية التي تنطلق من نظريات العافية أو التمتع بالصحة الإيجابية، أمثال ألبني، وكوين، بالإضافة إلي هايز وزملائه الذين وضعوا أساليب علاجية وطوروها، لكي تساعد الحالات المرضية على التخلص من المعاناة النفسية، بالإضافة إلي تنمية الشخصية الإيجابية التي تقيهم من الانتكاس، وتجعل منهم أشخاصًا سعداء أكفاء اعتمادًا على تمثّلهم لقيمهم الإيجابية، وتطوير

كفاءتهم الذاتية، وتحسين نوعية حياتهم، وتوظيف أساليب تفكيرهم الإيجابية التفاعلية (الصبوة)،
2006: 21) .

وقد رصد علماء النفس ثلاثة أنواع من الإفادة التي يمكن أن يتوصل إليها الأشخاص من خلال تعاملهم مع الصدمات ومنهم "AFFECK" وزملائه الذين توصلوا إلى ذلك بعد دراسة له على عدد من الأشخاص الذين تعرضوا لأزمة قلبية من :

- التغيير الإيجابي في الشخصية.
- الاتجاه الإيجابي في العلاقة مع الآخرين.
- التغيير الإيجابي في فلسفة الحياة.

إذ باستخلاص العبر من عيش أزمات الحياة والصدمات، قد يكون لها دور هام في نمو الشخصية، وكذلك التطور في مهارات التعامل والتكيف وفقاً لـ "AFFECK,1996" .

وفي دراسة أخرى وجد "MCMILEN" وزملاؤه عام 1997 بأن الأشخاص الذين يستفيدون من الكوارث والصدمات يستطيعون التخلص من اضطراب ما بعد الصدمة "PTSD" ، بحيث يتلاشى الاضطراب مع الوقت، أما الذين لا يستفيدون من الصدمة؛ فإن الاضطراب المذكور سوف يستمر لديهم لسنوات طويلة، بحيث يلاحظ أن من لديه القدرة على التكيف مع حلوة الحياة وصعوباتها يكون أكثر إفادة من التجارب، ويتحقق النمو في شخصيته، وهذا الأمر متعلق بسمات شخصية عديدة كان الشخص قبل الحوادث العسيرة المفاجئة قد كوّنها عبر تنشئته السابقة لتلك الأحداث، من مثل تحقيق قيمة لذاته من كونها نمت لديه دوافع جيدة لتحقيق فعل الإرادة في نيل طموحاته، حيث يجب التنويه أن السلوك على الدوام مدفوع بدافع، سواء كان هذا الدافع بالسلب والإيجاب تبعاً لعلم النفس الإيجابي الذي يعد من أحدث الفروع النفسية في الآونة الأخيرة، من كونه الفرع المنخصص بتحفيز التكيف والمواهمة مع مشكلات العصر الحديث (مرسيلنا، 2013: 228).

خلال عمل الباحثة كأخصائية نفسية ومن خلال تطبيق أدوات الدراسة مع حالات البتر المختلفة، لاحظت أن الفرد المبتور الذي فقد أسرته بالكامل بالحرب الأخيرة بالإضافة لفقدانه لأحد أعضائه، كان لديه القدرة على مواجهة الحياة بإيجابية مقارنة بمن فقد أحد أعضائه فقط وبقية عائلته بخير.

ويرى (الصبوة، 2006: 31) أن أركان التصور أو النموذج النظري لعلم النفس الإيجابي:

1. الحياة السعيدة السارة The pleasant life.
 2. الحياة النشطة المثمرة الفعالة الدؤوية (الانشغال أو الذوبان الإيجابي) The engaged life.
 3. الحياة الإيجابية ذات المعنى The meaningful life.
- الصدمة قد تسبب معاناة بالطبع، لكنها قد تكون دافعاً لإعادة الحسابات والوصول لدرجة أعلى من الارتقاء النفسي، فيخرج المرء من المشكلة أكثر رقياً مما كان قبلها، فكيف نعمل هذا؟ كيف نستطيع أن نجعل الصدمة سبباً لنمونا وارتقائنا؟
- رغم أن هذا المفهوم حديث نسبياً في علم النفس إلا أن هناك دراسات كثيرة تتناوله، ومن الأشياء التي قيلت في هذا الصدد.

بعض المصطلحات المتعلقة بهذا المجال: (عرفة: 2014)

1. كن اجتماعياً

أكثر الناس قابلية للنمو بعد الصدمة، هم أولئك الاجتماعيون الذين يحبون مخالطة الناس.. فما السبب؟

يمدنا الناس بالدعم الاجتماعي الذي نحتاجه لاتزاننا النفسي، فالتفاف من نحبهم حولنا بعد حدوث الصدمة، قد يساعدنا في تخطي المحنة والارتقاء بعدها أيضاً، لأن التفسيرات المختلفة التي قد يقولها لنا الناس وهم يهونون علينا، قد تجعلنا نرى المشكلة من منظور مختلف، قد لا يكون بديهياً، ونحن تحت وطأتها قد يعطوننا "معنى" لما يحدث يجعلنا أكثر فهماً لأنفسنا وللحياة من حولنا باستخلاص حكمة مما جرى، كما أن وجود علاقات متينة في حياتنا قد يجعلنا ندرك أننا لا نزال محبوبين، وأن الصدمة لم تدمر كل شيء، وهناك ما ينبغي أن نقدره في هذه الحياة، ألا وهو حبّ الناس لنا.

تقول الدراسات أن النساء عموماً، يعرفن "تمو ما بعد الصدمة" أكثر من الرجال، أحد التفسيرات الممكنة في هذا الأمر هو أن النساء - ببساطة - يمارسن التواصل الاجتماعي أكثر من الرجال.

وقد أظهرت دراسة الزرو (2001) أن أهم استراتيجيات التغلب على المصاعب عند الشباب:

- الدعم والتضامن العائلي.
- دعم الأفراد.
- الإيمان بالله والاعتماد على التعليم.
- الانخراط بالعمل السياسي.

وترى الباحثة أنه مما لا شك فيه أن الصدمات النفسية والمصاعب المختلفة تؤثر على الفرد بشكل كبير، والدعم الاجتماعي والمساندة يخففان من حدة التأثيرات النفسية السلبية، فالفرد الذي يتلقى الدعم الاجتماعي من المحيطين به يُطوّر نمو ما بعد الصدمة أكثر من الذين لا يتلقون الدعم والمساندة الاجتماعية.

2. كُن متفائلاً

التفاؤل: هو توقع أن يكون المستقبل إيجابياً، حتى إن لم يكن هناك دليل على هذا، تم اعتقال عالم النفس الشهير فيكتور فرانكل، ورأى أصدقاءه يُعذّبون ويموتون حوله في معتقلات النازية، عاش أياماً مريرة في هذا المكان، لكنه لاحظ شيئاً مهماً غير مسار حياته، لاحظ أن المعتقلين الذين فقدوا الأمل ماتوا كمدًا وقهراً، أما من كانوا يتطلعون للغد بتفاؤل - رغم عدم وجود دليل - كانت معنوياتهم مرتفعة، حين نجا من هذه التجربة المريعة قام بتأسيس مذهب نفسي جديد - اسمه "العلاج بالمعنى" - ينادي بأن تطلعن للغد مهم؛ كي نتمتع بالصحة النفسية لنقاوم الصدمات، وأن الأمل هو ما يجعلنا موقنين بأن الصدمة ليست نهاية الكون، لأن المستقبل سيكون أفضل بشكل ما، فنبدأ في استخلاص العبرة والمعنى، ونعمل على تطوير أنفسنا كي نتأقلم مع هذه الأفكار الجديدة .

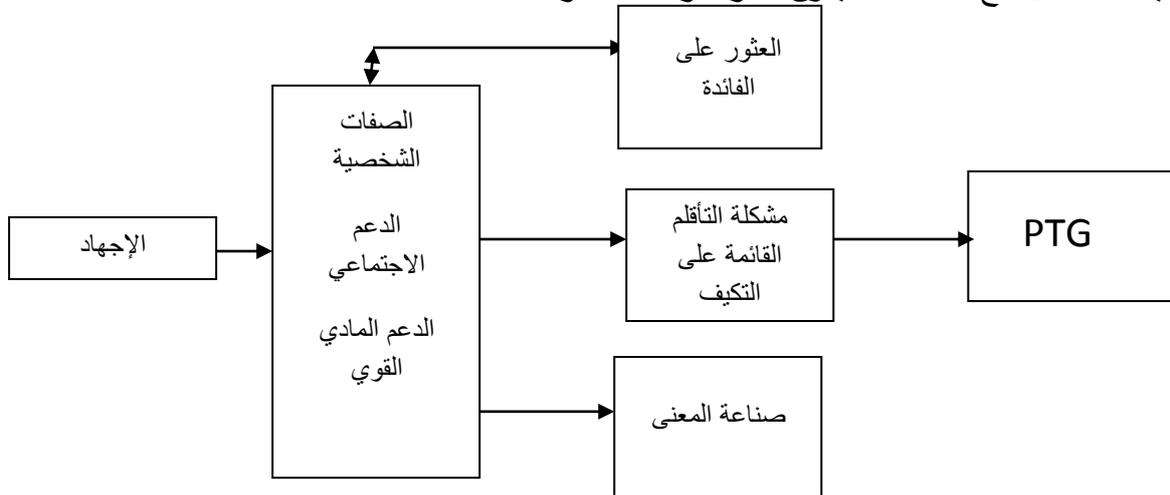
لذلك يساعدنا الدين في تخطي المحنة ويعطي معنى متماسكاً للحياة، ومبرراً لنأمل خيراً في الغد ببساطة، قم بدورك في الحياة على أكمل وجه، ثم كن متفائلاً مؤمناً أن الغد سيكون أفضل، وليكن هذا من ثوابتك، لتتقبل عثرات الحياة وتقلباتها وتدرك أن المصائب - مهما طالنت - ليست دائمة.

أثار الباحثون في الآونة الأخيرة سؤالاً عما إذا كان العثور على شيء جيد في الشيء هو دائماً جيداً؟

على الرغم من أن معظم الدراسات تصل إلى نتائج إيجابية لنمو ما بعد الصدمة، إلا أنه ليست كل الأبحاث الداعمة تؤيد فكرة أن النمو يعود بالفائدة، تماشيًا مع الدراسات الحديثة وجدنا دليلاً على علاقة منحنية بين نمو ما بعد الصدمة وكره ما بعد الصدمة والاكتئاب شديد الأعراض، بالإضافة إلى ذلك أظهرت الدراسات أن الخوف واجترار الأفكار يظهر خلال أسبوعين من الصدمة، وتوقع المزيد من النمو يكون خلال ستة شهور (Birgit Kleim and Anke Ehlers,2009:49).

3. تدرب على مواجهة الحياة

وجد العلماء أن المنفتحين على الحياة الذين يسعون لاكتساب الخبرات الجديدة، يكونون أكثر قابلية من غيرهم للنمو بعد الصدمة، ربما لأن هؤلاء الناس يكسرون روتين حياتهم و يتعرضون لمواقف جديدة أكثر تنوعًا مما يتعرض له الشخص العادي، فيتعرضون - بالتالي - لمشاكل أكثر ويضطرون للتعامل معها، فتنكون لديهم خبرات أوسع تساعدهم على تخطي الصعاب وفهم الحياة، فمن اعتادوا التعرض لمشاكل مختلفة خفيفة الوطأة، يكتسبون مناعة نفسية، ويعرفون كيفية التعامل بشكل أفضل مع الصدمات حين تحدث، فلا تعزل نفسك عن الحياة كي تتجنب مشاكلها، بل خض غمارها واسع للتجديد لتكتسب خبرات أكثر تجعلك أقدر على المواجهة فمن لم يعتد التعامل مع الصدمات يكون أكثر عرضة للكسر.



شكل رقم (1-2) مفهوم لأبعاد نمو ما بعد الصدمة

يُظهر هذا النموذج مفهومًا متعدد الأبعاد لنمو ما بعد الصدمة، حيث تتأثر عمليات التكيف المختلفة في مراحل المرض أو الصدمة المختلفة، لذلك يمكن أن نطبق التدخلات المحتملة في مراحل مختلفة من المرض لتوفير المزيد من مواجهة العمليات التي تسهل تطوير نمو ما بعد الصدمة (Rama& other,2011:587).

وتعتبر الباحثة أن البحث عن الإيجابي في الشيء السلبي بحد ذاته نمو، فحينما يتعرض الفرد للصدمة ويقف لجانبه الأهل والأصدقاء يكتشف حجم الحب الذي يكنه له هؤلاء الأفراد، كذلك البحث عن البدائل المختلفة في الحياة الجديدة التي اختلفت بعد تعرض الفرد للخبرة الصادمة يعزز بشكل كبير مفهوم نمو ما بعد الصدمة لدى الأفراد ويظهر العديد من الإيجابيات في حياتهم اليومية، وهذا يبدو جلياً في النموذج متعدد الأبعاد، فالصفات الشخصية، الدعم الاجتماعي، الدعم المادي القوي، توصلنا لصناعة المعنى ومن ثم التأقلم والتكيف والتوصل لمفهوم نمو ما بعد الصدمة .

4. كن ثرياً

هذه النقطة قد تبدو غريبة بعض الشيء، نتحدث هنا عن المستوى المادي والاجتماعي، فتقول الدراسات أن من يتمتعون بمستويات عالية منه يكونون أقدر على تخطي الصدمات والنمو بعدها بشكل أفضل ..فما السبب يا ترى؟

تعددت الإجابات في هذا الشأن، فقيل أن المستوى المادي يخفف من وطأة الصدمة فمثلاً، حين يعرف شخص أنه مصاب بمرض خطير، لو كان ثرياً مالكاً لثمن العلاج قد يكون أقل توتراً من شخص لا يستطيع توفير قوت عياله، رغم ما يقال دوماً عن ذم الماديات، إلا أن الواقع والدراسات النفسية تقول: أن للعامل المادي علاقة في تخطي محن تعوق سعادتنا، المستوى المادي/الاجتماعي مفيد في هذا الشأن، فحاول أن تتمتع بقدر منه، لأنه يخفف من وقع صدمات من هذا النوع.

وترى الباحثة في هذا الشأن أن وجود المؤسسات الداعمة للمبتورين وتقديم الأطراف الصناعية لهم بدون عائد مادي كان له الدور برفع مستوى نمو ما بعد الصدمة لديهم.

5. افرح

على عكس ما يشاع، السعداء - الذين يشعرون بمشاعر إيجابية أكثر- يكونون أكثر قابلية لتخطي المحن! يحدث هذا لأن المشاعر الإيجابية تلغي التأثير الصحي المدمر للكرب والغم. كما تجعلنا ننظر للأمور بعين مختلفة، من منظور أكثر شمولية دون تركيز في التفاصيل، فنرى الصدمة بشكل عام - نحاول أن يكون متسقاً مع فهمنا لحياتنا ككل- بدلاً من التدقيق في تفاصيلها المؤلمة.

الإيجابية مفيدة لحياتنا عمومًا، فالمشاعر الإيجابية يجب أن تكون أكثر من المشاعر السلبية (على الأقل ثلاث مرات) كي نكون سعداء، ونكون أكثر قابلية لأن نتطور بعد حدوث الصدمة .

لاحظ معي أننا لن نتكلم عن علاج "قلق ما بعد الصدمة"، بل عن بعض عوامل المساعدة لحدوث "نمو ما بعد الصدمة"، علم النفس الإيجابي ليس مصممًا للعلاج بل للارتقاء بأنفسنا لنعيش حياة أفضل".

وأشار تيديشي وكالهن Tedeschi & Calhoun (2006:5-6) إلى أن التغيير بالشخصية يكون في (3 جوانب أساسية) هي: التغيير بالنظرة للذات، وظهور إمكانات جديدة للذات تتمثل في قيام الشخص ببعض الأنشطة والأعمال التي تعتبر إبداعية، ولا يتوقع أن يقوم بها من قبل . وأما الجانب الثاني: فهو التغيير بالعلاقات والتواصل مع الآخرين، وهذا التغيير نابع من خوضهم تجربة المعاناة والفقْدان نتيجة الحدث الصادم؛ فيصبح لديهم اتصال قوي وقريب من الآخرين، بالإضافة لنمو مشاعر التعاطف مع الغير، وخاصة الذين تعرضوا لأحداث صادمة، والجانب الثالث هو التغيير بفلسفة حياة الشخص، فيصبح الشخص مُقدراً لحياته وما كان بسيطاً فيما مضى يُصبح ذا أهمية كبيرة في وقته الراهن، بالإضافة لتغيير بحياة الفرد الروحية والدينية فيصبح الجانب الديني أكثر أهمية عما كان، وهذا لا يعني أن الفرد يعود لحياته السابقة قبل تعرضه للأحداث الصادمة، وإنما يُصبح لديه تحول عميق في معتقداته ونظراته للعالم والآخرين والتي بدورها تعتبر تغيير جديد بالشخصية.

ويتضح جلياً من وجه نظر الباحثة ومن خلال العرض المفصل للتصور أو النموذج المرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي ينبثق عنه نمو ما بعد الصدمة كأحد الفروع الإيجابية فيه، أن جميعها ينصب حول تحقيق حياة كريمة للفرد لكي يواجه بها الصدمات والمصاعب المختلفة، فالغني حينما يُصاب بمرض خطير كالسرطان مثلاً، يكون بحاجة للمال من أجل السفر أو تلقي العلاج في إحدى المستشفيات الخاصة، وهذا الاطمئنان حول توفر المال يساعده في تخطي المحنة ومواجهة الصدمة غير المتوقعة، على العكس لو تعرض الفقير أو غير ميسور الحال لهذا المرض، فإن تفكيره سيكون سلبياً نوعاً ما، ويبقى دائم التفكير بكيفية جلب المال وتوفير مصاريف العلاج، كذلك الحال بالنسبة لمن يتميز بالتفاؤل ومن يتميز بالتشاؤم، فالشخص المتفائل بلا شك ستكون فرصة تطوير نمو ما بعد الصدمة لديه أكبر وأفضل من فرصة الشخص المتشاؤم، ومن هنا فإن طبيعة الشخصية تؤثر على مدى تطوير الشخص لتغيرات إيجابية تدفع به نحو الأفضل .

العوامل المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة (richard & other ,2009:99):

نمو ما بعد الصدمة تم على نحو متزايد أكثر من المعترف بها في ضروب الأدب، ومع ذلك فإن العوامل التي تتنبأ لا تزال غير حاسمة ومتناقضة في هذا المعنى، فإن العوامل سواء كانت سلبية أم إيجابية فهي مرتبطة بنشوء وتطور نمو ما بعد الصدمة، والمفصلة أدناه:

1. محنة: التجربة المؤلمة ينطوي عليها مجموعة من الظروف السلبية التي قد تؤدي إلى الضيق، والإحساس بالضعف، وعدم القدرة على التنبؤ، وعدم السيطرة على حياة المرء، على الرغم من هذا قد يكون لدى الفرد في نفس الوقت تصور من الفوائد، كنتيجة من يعانون من الصدمة السلبية، وافترضت الدراسات وجود علاقة سلبية بين المحنة ونمو ما بعد الصدمة، مما يعني أنه إذا طور الناجي مستوى عالياً من نمو ما بعد الصدمة ينبغي أن يكون قادراً على التغلب على اضطراب الإدراك ومن ثم خفض في مستوى المحنة.

دراسة (Linley,2008) - تؤكد استجابة للحدث الأليم - أظهرت تغيرات إيجابية تتنبأ بأعراض أقل لاضطراب كرب ما بعد الصدمة، وانخفاض في مستويات القلق والاكتئاب، ومع ذلك تجدر الإشارة إلى أن بعض الناس الذين طوروا نمو ما بعد الصدمة قد لا تبلغ عن انخفاض في مستوى المحنة أو الشدة.

ويعرف اضطراب كرب ما بعد الصدمة بكونه مرض نفسي تم تصنيفه من جانب جمعية الطب النفسي الأمريكية ما بين عامي (1987، 1994)، يحدث هذا الاضطراب عندما يتعرض شخص ما لحدث مؤلم جداً (صدمة تخطي حدود التجربة الإنسانية المألوفة) كعيش الحروب ورؤية أعمال العنف، أو حوادث القتل والتعرض للتعذيب والاعتداء الجسدي الخطير والاعتصاب، أو عيش كارثة طبيعية في منطقة تعرضت لزلازل أو براكين أو فيضانات، والاعتداء الخطير على أحد أفراد العائلة.. إلخ، بحيث قد تظهر لاحقاً عدة عوارض نفسية وجسدية مثل: التبدل والأفكار والصور الإقحامية، اضطراب النوم والتعرق والخوف والاجترار وضعف الذاكرة والتركيز.. إلخ (شعبان، 2013:17) .

من هنا ترى الباحثة أن كرب ما بعد الصدمة يعد نقيض نمو ما بعد الصدمة ، فالشخص الواحد لا يطور الاثنين معاً ، فمن يطور كرب ما بعد الصدمة وما يلحقه من أعراض وضعف في التركيز وزيادة الاستثارة لا يطور أشياء إيجابية ، بل يكون عاجزاً عن اكتشاف ما هو جديد وإيجابي في ذاته.

2. **الخصائص الشخصية:** الكشف عن الاستجابات العاطفية للصددمات يسهل معالجة الإدراك، لأنه عندما يصف الحدث يكون مفهومًا للآخرين، ويكون الفرد على استعداد لقبول وجهات نظر أخرى، حيث أن هذه تيسر من وضع الإدراك في التجارب المؤلمة.

وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن الكشف العاطفي من الظروف ذات الصلة الرئيسية للأحداث المجهدّة تؤثر على مستوى النمو التي أبلغ عنها الناجون.

وعلاوة على ذلك، فإن فوائد الكشف عن الذات هي موضحة في الأدب، وارتبطت آثاره مع زيادة الأداء البدني، وانخفاض الشدة، وتعزيز أداء الجهاز المناعي.

ويرى آيزنك في نظريته حول الشخصية أن طبيعة الشخصية تتسق مع تعريفات شاملة فهو يعرف الشخصية بأنها: "المجموع الكلي لأنماط السلوك الفعلية أو الكامنة لدي الكائن"، كما تحتل السمة والطرز مكانًا مركزيًا في نظرية آيزنك للسلوك، فهو يعرف السمة باعتبارها تجمعًا ملحوظًا من النزعات الفردية للفعل، أما الطراز فيعرف بأنه تجمع ملحوظ أو سمة ملحوظة من السمات، والطرز نوع ملحوظ من التنظيم الأكثر عمومية وشمولاً، ويضم السمة بوصفها جزءًا مكونًا (هول وليندزي، 1987:497).

وقد وضع آيزنك تصوره الهرمي للشخصية، بحيث يوجد على قمة هذا الهرم أنماط الشخصية التي وضعها وهي (الانبساط/الانطواء) وتختصر أحيانًا إلى الانبساط لسهولة التعبير الاستخدامي، و(العصابية/الاتزان)، العصابية للاختصار، و(الذهانية/السواء).

وهذه السمات متواجدة لدى جميع الناس، ولكن بنسب متفاوتة، أي أن الفرق بين الناس في السمات الشخصية إنما يفرق في الدرجة، لذلك فإن الأسوياء من الناس يتواجدون في منتصف المنحنى الاعتدالي، وهي المنطقة التي يسميها علماء النفس منطقة السواء، بينما يتواجد العصائبيون والذهانيون في الطرفين، وهذا ما يؤكد الباحثون.. إذ يذكرون أنه: (في معظم دراسات الشخصية التي تعالج السلوك المنحرف، يتم اتحاد المنحنى الاعتدالي كأساس، حتى يتوزع الأسوياء وسط المنحنى بينما يقع العصائبيون والذهانيون في الطرفين)، هذا ما أكده آيزنك نفسه عندما وضع تواجد السمات الشخصية بدرجات متفاوتة ومختلفة لدى جميع البشر، ولا يمكن انعدامها تمامًا.

وهكذا فإن آيزنك يرى أن السمات لا يمكن الحكم على وجودها لدى شخص بالقول أنها موجودة أو غير موجودة، إذ أن السمات موجودة لدى جميع الأفراد، ولكنها تختلف في الدرجة.

ومن ناحية أخرى، يؤكد آيزنك أيضًا على أنه لا الأنماط ولا السمات يمكن الحكم عليها بأنها صحيحة أو خاطئة، حسنة أو سيئة، إذ يوجد نقاط جيدة وسيئة في كل واحدة منها على حدة،

فالدرجات العالية جداً أو المنخفضة جداً في أي سمة من هذه السمات تعكس اختلالاً وعدم سواء في الشخصية، وهكذا - كما يري آيزنك - لا يؤدي بالضرورة للمرض النفسي، ولكنه يحتاج إلى أخذه بعين الاعتبار، وعدم إهماله حتى لا يتحول فعلاً إلى مرض نفسي (هول وليندزي ، 1987 ، 499).

3. استراتيجيات التكيف: نوع من أنواع التكيف، يستخدم فوراً بعد الصدمة ويرتبط مع معالجة المعرفة، وهذا يعتمد ويحدد مستوى النمو الذي سيتم الإبلاغ عنه، في الواقع المشكلة والعاطفة مركز التكيف، ويرتبط كلاهما بشكل إيجابي مع نمو ما بعد الصدمة، بدوره يتميز أسلوب التكيف بالإنكار، والقمع، وإخماد العاطفة، ويرتبط بنتائج صحية أسوأ.

ويعتبر التكيف الاجتماعي مفهوماً مستمداً أساساً من علم البيولوجيا على نحو ما حددته نظرية تشارلس دارون المعروفة بنظرية النشوء والارتقاء (1859) ، ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه محاولة منه من أجل البقاء.

ووفقاً لهذا المفهوم يمكن أن يوصف سلوك الإنسان بكونه ردود أفعال للعديد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها كالمناخ وغيرها من عناصر البيئة الطبيعية ومتغيرات البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الإنسان من أفراد وجماعات (فهمي، 1976: 23).

مما لا شك فيه أن الصدمة النفسية تتدرج بمراحلها الخمسة بدءاً من التبدل (تبدل العاطفة) مروراً بالإنكار، فالغضب فالحزن فالتكيف. ومراحل الصدمة الخمسة توصلنا أخيراً لحالة يتكيف فيها الفرد مع وضعه الحالي، فيقبل التغيرات الجديدة التي طرأت سواء أكانت فقداناً أو بترّاً أو إصابةً أو حتى قصفاً للبيت، ومن هنا نبدأ بالبحث عن الجديد، فتبدأ معالم نمو ما بعد الصدمة تتضح لدى هذا الفرد، على عكس الأفراد الذين قد يحدث لديهم تثبيت في هذه المرحلة ومن ثم يطورون اضطراب كرب ما بعد الصدمة (الباحثة).

4. الدعم الاجتماعي: الدعم الاجتماعي يوتر في عمليات التكيف ليصبح أنجح في التكيف مع التجارب المؤلمة، ومن ثم مؤشراً لنمو ما بعد الصدمة، بدلاً من ذلك إدراك تغيرات إيجابية في العديد من المجالات في حياة الباقيين على قيد الحياة قد خلق الفرصة لعلاقات مقربة، وسلوكيات أكثر عطفاً، واتصالات وصدقات جديدة، والتي بدورها تؤدي إلى نتائج الدعم الاجتماعي.

العلاقة بين الرضا والدعم الاجتماعي ونمو ما بعد الصدمة تنشأ بوصفها عملية ثنائية الاتجاه، ومع ذلك لا توجد دراسات كافية لتحديد ما إذا كان الدعم الاجتماعي يعزز نمو ما بعد الصدمة، أو إذا كانت النتائج عن النمو متصورة بتحسين الرضا في العلاقات الاجتماعية.

ويشير الدعم النفسي الاجتماعي إلى الترابط المشترك بين العمليات النفسية والاجتماعية، وإلى حقيقة أن كل منها يتفاعل مع الآخر باستمرار ويؤثر فيه، وباستخدام مصطلح (الصحة النفسية للدعم النفسي الاجتماعي) في هذه الوثيقة لوصف أي شكل من أشكال الدعم المحلي أو الخارجي، الذي يهدف إلى حماية الرفاه النفسي والاجتماعي أو تعزيزه، والوقاية من الاضطرابات النفسية أو معالجتها (شعبان، 2013: 19).

ترى الباحثة أن للعلاقات الاجتماعية دورًا كبيرًا في تحسين نفسية الشخص المتعرض للصدمة، فمن خلال العلاقات الاجتماعية يشعر الفرد بالتقدير والاحترام والثقة بالنفس، فدور الأسرة والمحيطين مهم جدًا في تفعيل الجوانب الإيجابية لدى الفرد.

5. الخصائص البيئية: ثلاثة عوامل بيئية ارتبطت مع النمو المتصور: الجنس، والعمر، والمستوى التعليمي، وتشير الأدبيات التجريبية أن النساء، والشباب، وذوي المستويات التعليمية العليا عمومًا هم الأكثر عرضة أن يقدموا تقريرًا للنمو، أو يستفيدوا من النتائج.

البيئة من الناحية النفسية تتكون من المجموع الكلي للمؤثرات التي يتلقاها الفرد منذ لحظة الإخصاب إلى الوفاة، ولعل أكثر البيئات تأثيرًا على الفرد هي البيئة الاجتماعية وهي المؤثرات البشرية التي توجه للوليد، وأول هذه المؤثرات ما تقوم به الأم من إشباع حاجات الطفل البيولوجية من غذاء وماء ونوم ودفء، كذلك وجود الأب والأخوة والأخوات، وربما الجد والجدة في حالة الأسرة الممتدة كما يمتد إلى الأخوة والأخوات وبنس هؤلاء ذكورًا وإناثًا وإلى ترتيب الطفل بين إخوته، وإلى كونه طفلاً ذكراً أو أنثى أو وحيداً، وهكذا يصير تركيب الأسرة له الدور الأكبر في إيجاد الفروق بين الأفراد.

كذلك ترتبط بالبيئة الاجتماعية ثقافة المجتمع باعتبارها أنماط السلوك التي يكتسبها الفرد بواسطة التعلم الاجتماعي، كذلك دين الجماعة باعتباره عقائد وأنماط سلوكية وعبادات لها صفة الثبات والديمومة في المجتمعات ذات الدين لتكوّن مسلمات تشكل جانباً رئيسياً من الأبنية المعرفية للأفراد والجماعات (عبد الباسط، 2009: 19).

6. العالم مُسلّم به: وكما ذكر أعلاه، حدث مهدد للحياة بالضرورة يعطل الطرق السابقة من التفكير، وافتراسات الإدراك، فعندما يواجه الفرد الظروف الصادمة يجد نفسه بحاجة للانخراط في العمليات المعرفية من أجل فهم الوضع الساحق.

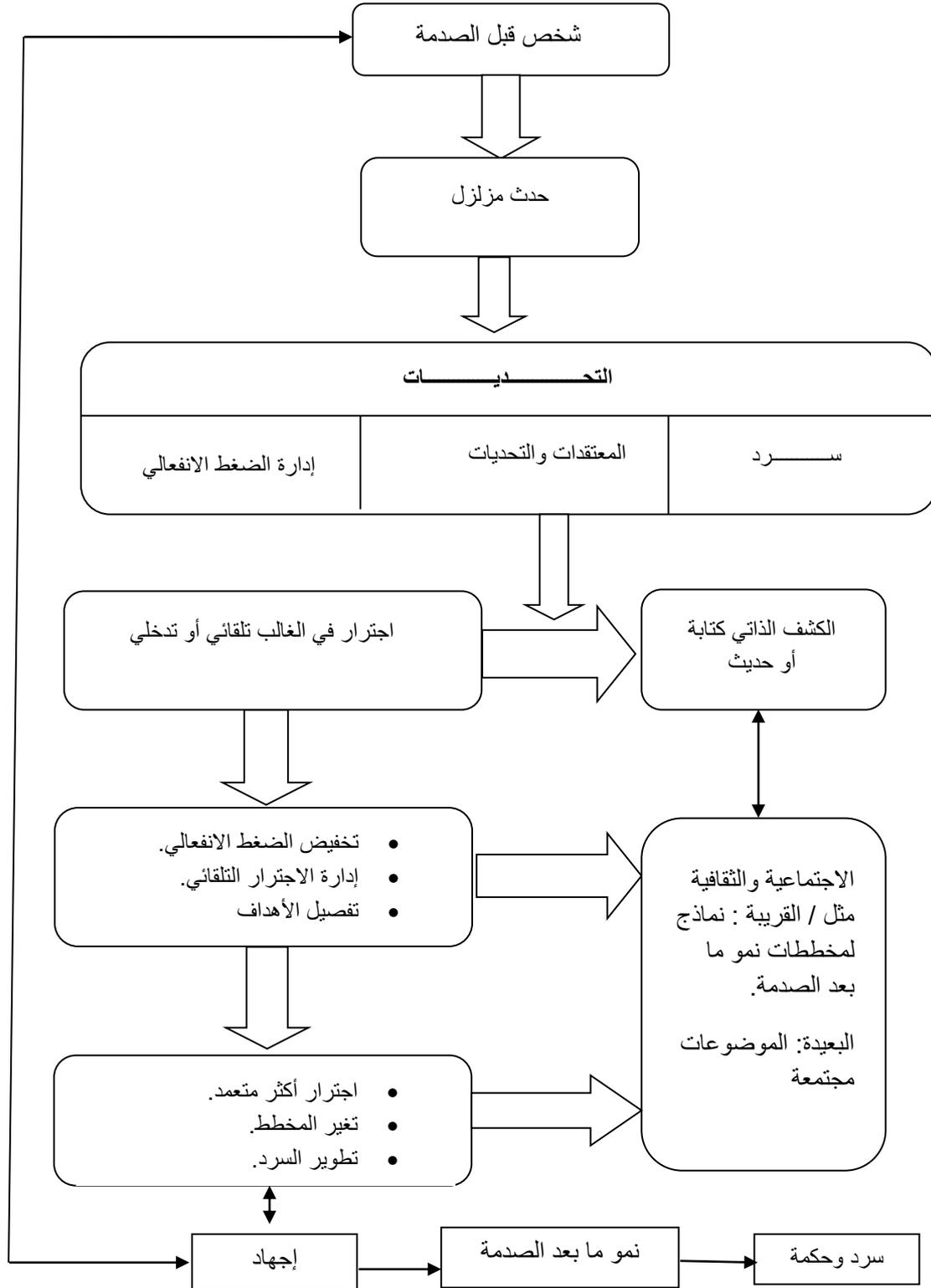
أحداث الحياة المجهدة للغاية التي تتحدى العالم المسلم به من قبل شخص تميل لتحريك المشاركة الإدراكية، ولكن في بعض الحالات حتى أقل الظروف المؤلمة قد تظهر استفادة ناتجة.

7. اجتراح نمط: في أعقاب الصدمة، الناجون يشعرون بالانزعاج من الأفكار الدخيلة ومعظمها سلبية حول الحدث الذي اجتاح المعالجة المعرفية دون إذن أو عمد، هذا النوع من التفكير يحدث دون رغبة الشخص ، ويكون دائماً مرتبطاً مع مستوى عالٍ من المحنة.

ضمن العملية المعرفية قد يحدث شكل آخر من أشكال الاجترار، وهو اجتراح متعمد للأفكار، يعني أن الفرد يفكر عن طيب خاطر عن الصدمة مع الهدف الواضح لمحاولة فهم هذا الحدث والتغيرات التي ظهرت وآثار ذلك على المستقبل.

كلا النوعين من الاجترار قد يُعاش خلال العملية المعرفية لفهم الصدمة، على الرغم من أن بعض النظريات تشير إلى أن التفكير الدخيل هو الأكثر انتشاراً على الفور.

وقد حدد (richard,2004: 19) نموذجًا شاملاً حول كيفية حدوث نمو ما بعد الصدمة، حيث ركز على تعرض الشخص للصدمة ومروره بالعديد من التحديات واجترار الأنماط الفكرية وصولاً لظهور التغيرات الإيجابية التي قد تظهر نتيجة التكيف مع الصدمات، والمخطط كالتالي:



A model of posttraumatic growth

شكل رقم (2-2) العوامل المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة

ومن وجه نظر الباحثة فإن المخطط الموضح أعلاه يخدم بشكل كبير النقطتين الأخيرتين اللتين حددهما "Richard" وزملاؤه" حول العوامل المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة، فبتعرض الشخص للحدث الصادم يبدأ حدوث خلل في البنية المعرفية، وينتج عن هذا الخلل تغيرات عديدة في الحياة الاجتماعية والأكاديمية والمهنية وغيرها من النواحي، وبالتالي يحتاج الشخص المتعرض لمثل هذه الصدمات لعلاج نفسي من قبل الأخصائيين من أجل الوصول للتكيف مع التغيرات الجديدة، مما ينتج تغيرات إيجابية بعد الأحداث الصادمة.

نمو ما بعد الصدمة مقابل المرونة ((Garlition (2010:11) :

المرونة في عملية التكيف بشكل جيد في مواجهة :

- المحن.
- الصدمة.
- المأساة.
- التهديدات.
- مصادر كثيرة من الإجهاد:
 - مشاكل العلاقات والأسرة.
 - الإجهاد في مكان العمل.
 - الإجهاد المالي.

وتظهر الدراسات أن العامل الأساسي في الصمود هو وجود علاقات الرعاية والدعم داخل وخارج الأسرة، والمرونة تعزز من خلال العلاقات التي تخلق:

- الحب والثقة.
 - تقديم القدوة.
 - تقديم الطمأنينة والتشجيع.
- وترتبط عدة عوامل إضافية مع المرونة، وتشمل:
- القدرة على وضع خطط واقعية واتخاذ الخطوات اللازمة لتنفيذها.
 - النظرة الإيجابية لنفسك والثقة في قوتك وقدراتك.
 - مهارات في التواصل وحل المشكلات.
 - القدرة على إدارة المشاعر القوية والدوافع.

استنتجت الباحثة أن المرونة قد تتدرج ضمن عوامل نمو ما بعد الصدمة بل وتعتبر الأساس لكل العوامل المتبقية والمذكورة أعلاه في نموذج "richard وزملائه"، فمن يكتسب المرونة يكتسب العديد من الخصال التي تؤهله لمواجهة أي مشكلة أو محنة صعبة؛ من أجل إعادة تقييم الموقف وتحديد ما هو إيجابي وما هو سلبي، ومن ثم التعامل مع الأشياء الإيجابية واستغلالها من أجل مواجهة هذه المواقف الصعبة.

بعد إطلاع الباحثة على العديد من المراجع المتعلقة بنمو ما بعد الصدمة خاصة الأجنبية منها توصلت إلى أن نمو ما بعد الصدمة هو أحد المصطلحات النفسية الحديثة والمنبثقة عن علم النفس الإيجابي. حيث تتمحور حول أهم التغيرات الإيجابية سواء أكانت نفسية أو اجتماعية تتعلق بذات الفرد وتؤثر على سير حياته ومدى تقبله للأشياء الجديدة من حوله ومدى قدرته على التعبير عما يجول في خاطره . كذلك فإن نمو ما بعد الصدمة يؤثر على الفرد في جوانب عدة من حياته اليومية وعلى رأسها الروحانيات والجوانب الدينية، كالإقبال على المساجد والحرص على حضور الندوات والإيمان بأن ما يصيب الفرد إنما هو ناتج عن ابتلاء من رب العالمين وهذا ما أكده رب العزة في كتابه العزيز في سورة البقرة أية {155} "وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ" . فالصبر على المحنة ابتغاء وجه الله تعالى هو بحد ذاته نمو للصدمة، وتغير إيجابي يطرأ على الفرد بعد الابتلاء. ولا نهمل أيضاً الجانب الاجتماعي وحجم الدعم والمساندة المقدم من المحيطين للفرد ودورهم الكبير في إحداث التغيرات الإيجابية، وأيضاً مدى ثقة الفرد بنفسه ومدى اكتشافه ومعرفته لقدراته الإيجابية.

المبحث الثاني:

فعالية الذات self effectiveness:

يعد مفهوم الفعالية أحد مفاهيم المنحى الاجتماعي المعرفي لـ "بندورا"، والذي حظي في السنوات الأخيرة بأهمية متزايدة في مختلف مجالات علم النفس، ومنها: مجال علم النفس التربوي، على أساس أن هذا المفهوم يسهم كمتغير وسيط في تفسير السلوك الأكاديمي للطلاب، ويفترض المنحى الاجتماعي المعرفي أن إنجاز الفرد يعتمد على التفاعل بين سلوكياته وعوامل معرفية والظروف البيئية، ويرى بندورا أن فعالية الذات تؤثر في أنماط التفكير، فالأفراد الذين يثقون بقوة في قدراتهم على حل المشكلات يكونون أكثر كفاءة في تفكيرهم في المواقف المعقدة، بينما يكون على النقيض من ذلك هؤلاء الذين يعانون انخفاضاً في فعاليتهم الذاتية، وكلما ارتفعت فعالية الذات ارتفع بالتالي الإنجاز وانخفضت المشاعر الانفعالية.

يعتقد "بندورا" في نظريته أن العلاقة بين ما يتوقعه الأشخاص لأنفسهم وما هم قادرون على عمله يعد قوة دافعة، فاعتقاد الفرد في قوته يجعل أدائه قوياً، فإدراك الناس لفعاليتهم يؤثر في الخطط التي يعدونها مسبقاً أو يكررونها، فهؤلاء الذين لديهم تقدير مرتفع لذواتهم يضعون خططاً ناجحة توضح الخطط الإيجابية المؤدية للنجاح، بينما يميل الآخرون الذين يحكمون على أنفسهم بعدم الفعالية إلى وضع خطط فاشلة.

كما تعد فعالية الذات بُعداً من أبعاد الشخصية يتسم بالدوام النسبي، تتمثل في معتقدات ذاتية حول القدرة على المتطلبات والمشكلات الصعبة التي قد تواجه الفرد (خطاب، 2011: 125) وقد قُدمت تعريفات عديدة للفعالية الذاتية منها :

1. أحكام الفرد أو توقعاته عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض، وتنعكس تلك التوقعات على اختيار الأنشطة المتضمنة في الأداء، والجهد المبذول، ومواجهة الصعوبات، وإنجاز السلوك (حجازي، 2013: 423).
2. الإحساس بالكفاءة، والقدرة على التغلب على المشكلات والعوائق التي تعترض الفرد في حياته اليومية، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها في اختبار الفعالية العامة للذات (حسيب، 1999: 40).
3. قدرة الفرد على التخطيط وممارسة السلوك الفعال، الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف معين (خطاب، 2001: 125).

4. يرى باندورا أن فعالية الذات ليست سمة ثابتة في السلوك الشخصي، بل هي: "مجموعة الأحكام التي لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط، ولكن تتصل أيضاً بالحكم على ما يستطيع إنجازه، وهي نتاج للقدرة الشخصية".
5. ويعرفها أيضاً بأنها "مقدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في موقف معين، والتحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أداء المهام، والأنشطة التي يقوم بها، والتنبؤ بمدى الجهد، والمثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك النشاط أو العمل (المخلافي، 2010: 494).
6. مجموعة من الأحكام الصادرة عن الفرد، والتي تعبر عن معتقداته حول قدراته على القيام بسلوكيات معينة، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة، وتحدي الصعاب، ومدى مثابرتة للإنجاز، ويتضمن هذا المفهوم الأبعاد التالية التي أظهرها التحليل العامي: (الثقة بالنفس، والمقدرة على التحكم في ضغوط الحياة، وتجنب المواقف التقليدية، والصمود أمام خبرات الفشل، والمثابرة للإنجاز) (الشعراوي، 2000: 297).
7. إدراك الفرد لقدرته على انجاز السلوك المرغوب بإتقان ورغبته في أداء الأعمال الصعبة، وتعليم الأشياء الجديدة والتزامه بالمباديء وحسن تعامله مع الآخرين وحل ما يواجهه من مشكلات واعتماده على نفسه في تحقيق أهدافه بمثابرة وإصرار (زيدان_ 2001: 131).
- ومن وجهة نظر الباحثة، فإن فعالية الذات تعرف بأنها: مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد ومدى إدراكه لقدرته على إنجاز السلوكيات التي تحقق نتائجاً مرغوبة في موقف معين.

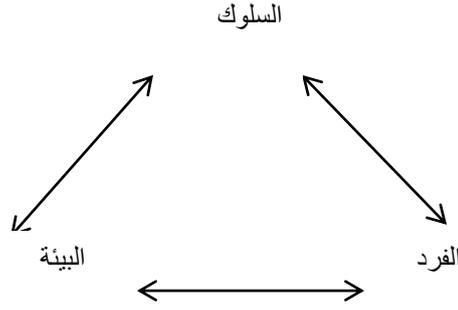
نظرية فعالية الذات لباندورا:

- يشير باندورا (1986) إلى أن نظرية فعالية الذات اشتقت من النظرية المعرفية الاجتماعية التي وضع أسسها، والتي أكد فيها بأن الأداء الإنساني يمكن أن يُفسّر من خلال المقابلة بين السلوك ومختلف العوامل المعرفية، والشخصية والبيئية، وفيما يلي الافتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها النظرية المعرفية الاجتماعية:
1. يمتلك الأفراد القدرة على عمل الرموز، والتي تسمح بإنشاء نماذج داخلية من فعالية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال والاختبار الفرضي لهذه المجموعة من الأفعال من خلال التنبؤ بالنتائج والاتصال بين الأفكار المعقدة تجارب الآخرين.

2. إن معظم أنواع السلوك ذات هدف معين، كما أنها موجهة عن طريق القدرة على التفكير المستقبلي، كالتنبؤ أو التوقع وهي تعتمد بشكل كبير في القدرة على عمل الرموز.
3. يمتلك الأفراد القدرة على التأمل الذاتي، والقدرة على تحليل وتقييم الأفكار والخبرات الذاتية وهذه القدرات تتيح التحكم الذاتي في كل من الأفكار والسلوك.
4. يمتلك الأفراد القدرة على التنظيم الذاتي، عن طريق التأثير على التحكم المباشر في سلوكهم، وعن طريق اختيار أو تغيير الظروف البيئية، والتي بدورها تؤثر على السلوك، كما يضع الأفراد معايير شخصية لسلوكهم، ويقومون بتقييم سلوكهم بناء على هذه المعايير، وبالتالي يمكنهم بناء حافزاً ذاتياً يدفع ويرشد السلوك.
5. يتعلم الأفراد عن طريق ملاحظة سلوك الآخرين ونتائجها، والتعلم عن طريق الملاحظة يقلل بشكل كبير من الاعتماد على التعلم عن طريق المحاولة والخطأ، ويسمح بالاكتمال السريع للمهارات المعقدة، والتي ليس من الممكن اكتسابها فقط عن طريق الممارسة.
6. إن كلاً من القدرات السابقة (القدرة على عمل الرموز، التفكير المستقبلي، والتأمل الذاتي، والتنظيم الذاتي، والتعلم بالملاحظة) هي نتيجة تطور الميكانيزمات والأبنية النفسية - العصبية المعقدة، حيث تتفاعل كل من القوى النفسية والتجريبية لتحديد السلوك وتزويده بالمرونة اللازمة.
7. تتفاعل كل من الأحداث البيئية والعوامل الذاتية الداخلية (معرفية، وانفعالية، وبيولوجية) والسلوك بطريقة متبادلة، فالأفراد يستجيبون انفعالياً وسلوكياً إلى الأحداث البيئية، ومن خلال القدرات المعرفية يمارسون التحكم على سلوكهم الذاتي، والذي بدوره يؤثر ليس فقط على البيئة ولكن أيضاً على الحالات المعرفية والانفعالية والبيولوجية، ويعتبر مبدأ الحتمية المتبادلة من أهم افتراضات النظرية المعرفية الاجتماعية، ويوضح الشكل مبدأ الحتمية المتبادلة وبالرغم من أن هذه المؤثرات ذات تفاعل تبادلي، إلا أنها ليست بالضرورة أن تحدث في وقت متزامن، أو أنها ذات قوة متكافئة، وتهتم نظرية فعالية الذات بشكل رئيسي بدور العوامل المعرفية والذاتية في نموذج الحتمية المتبادلة، التابع للنظرية المعرفية الاجتماعية، ذلك فيما يتعلق بتأثير المعرفة على الانفعال والسلوك وتأثير كل من السلوك والانفعال والأحداث البيئية على المعرفة، وتؤكد نظرية الفعالية الذاتية إلى معتقدات الفرد في قدرته على ممارسة التحكم في الأحداث التي تؤثر على حياته، ففعالية الذات لا تهتم فقط بالمهارات التي يمتلكها الفرد، وإنما كذلك بما يستطيع الفرد عمله بالمهارات التي يمتلكها، ويرى باندورا أن الأفراد يقومون بمعالجة وتقدير

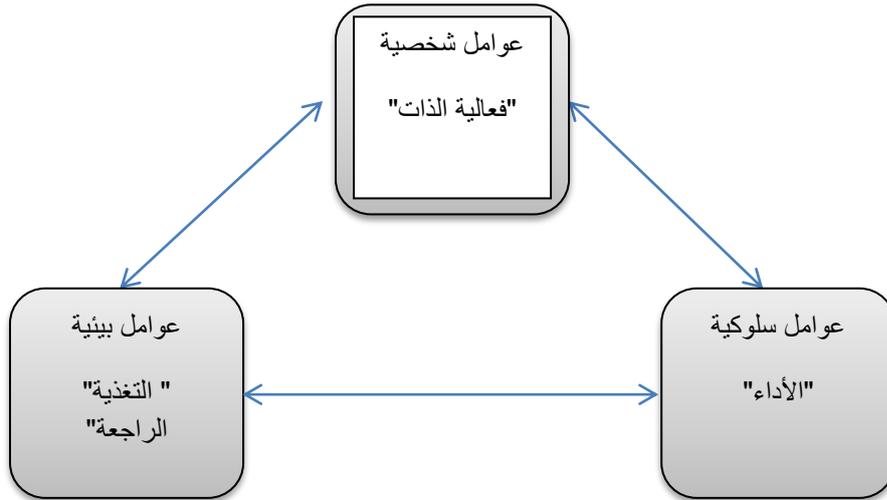
ودمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقدراتهم، وتنظيم سلوكهم الاختياري، وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القدرات.

وبالتالي تمتلك التوقعات المتعلقة بفعالية الذات القدرات الخلاقة، والاختيار المحدد للأهداف، والأحداث ذات الأهداف الموجهة، والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصرار على مواجهة الصعوبات والخبرات الانفعالية (البندري، 2007: 30).



شكل رقم (2-3) نموذج الحتمية التبادلية المتفاعلة

تعتبر فعالية الذات من المكونات المهمة للنظرية المعرفية الاجتماعية لـ "بندورا" والتي افترضت أن سلوك الفرد، والبيئة، والعوامل الاجتماعية تتداخل بدرجة كبيرة، فالسلوك الإنساني في ضوء نظرية بندورا يتحدد تبادلياً بتفاعل ثلاثة مؤثرات هي: العوامل الذاتية، والعوامل السلوكية، والعوامل البيئية، وأطلق على هذه المؤثرات "نموذج الحتمية التبادلية" ويوضحها الشكل التالي:



شكل رقم (2-4) نموذج الحتمية التبادلية

وطبقاً لهذا النموذج، فإن المتعلم يحتاج إلى عدد من العوامل المتفاعلة (شخصية، سلوكية، وبيئية)، وتطلق العوامل الشخصية على معتقدات الفرد حول قدراته واتجاهاته، أما العوامل السلوكية فتتضمن مجموعة الاستجابات الصادرة عن الفرد في موقف ما، وعوامل بيئية تشمل الأدوار التي يقوم بها من يتعاملون مع الفرد ومنهم الآباء، والمعلمون، والأقران .

وتؤكد الباحثة على ما جاء به "بندورا" في وضعه للنموذج الموضح أعلاه؛ حيث أن العوامل الشخصية والعوامل السلوكية وكذلك البيئية تتداخل بشكل كبير لتحدث الفعالية الذاتية، فلا يمكن للفرد أن تكون فعاليته الذاتية بعيدة عن البيئة وعن سلوكه، فكيف له أن يحكم على أدائه دون التطلع للسلوك الصادر عنه وتقييم مدى إيجابيته ومدى إنجازه للعمل.

ويشير باندورا (1977) إلى عدم وجود أفضلية لأي من العوامل الثلاثة المكونة لنموذج الحتمية التبادلية في إعطاء الناتج النهائي للسلوك، وأن كل عامل من هذه العوامل يحتوي على متغيرات معرفية، ومن بين هذه المتغيرات التي تحدث قبل قيام الفرد بالسلوك ما يسمى " بالتوقعات أو الأحكام الخاصة بإجراءات السلوك أو الناتج النهائي له، وهو ما سماه باندورا بفعالية الذات، وتعني: أحكام الفرد أو توقعاته عن أدائه للسلوك في مواقف تتسم بالغموض، وتتعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد للأنشطة المتضمنة في الأداء والمجهود المبذول ومواجهة المصاعب وإنجاز السلوك (عبد القادر، و أبو هاشم، 2007: 178).

توقعات فعالية الذات:

هناك نوعين من التوقعات يرتبطان بنظرية فاعلية الذات ولكل منهما تأثيراته القوية على السلوك وهما : التوقعات الخاصة بفاعلية الذات، والتوقعات المتعلقة بالنتائج، وهي على النحو التالي:

النوع الأول: فيما يتعلق بالتوقعات المرتبطة بفاعلية الذات، فإنها تتعلق بإدراك الفرد بقدرته على القيام بأداء سلوك محدد، وهذه التوقعات يمكنها أن تساعد على تمكن الفرد من تحديد ما إذا كان قادراً على القيام بسلوك معين أم لا في مهمة معينة، وتحديد مقدار الجهد المطلوب منه للقيام بهذا السلوك، وأن يحدد أي حد يمكن لسلوكه أن يتغلب على العوائق الموجودة في هذه المهمة.

أما النوع الثاني: وهو التوقعات الخاصة بالنتائج، فهي تعني الاعتقاد بأن النتائج يمكن أن تنتج من الانخراط في سلوك محدد، وتظهر العلاقة بوضوح بين توقعات النتائج وتحديد السلوك المناسب للقيام بمهمة معينة.

وهنا باعتقاد الباحثة أن النوع الأول والثاني مترابطان بشكل كبير، فالسلوك محكوم بنتائجه فبداية يدرك الفرد مدى قدرته على القيام بسلوك معين، ومن ثم يتوصل إلى توقع النتائج التي ستظهر نتيجة القيام بهذا السلوك.

وتأخذ توقعات النتائج ثلاثة أشكال، حيث تعمل التوقعات الإيجابية كبواعث، في حين تعمل التوقعات السلبية كعوائق، كما هو في النحو التالي:

1. الآثار البدنية والسلبية ترافق السلوك، وتتضمن الخبرات الحسية السارة والمنفرة، والألم، وعدم الراحة الجسدية.

2. الآثار الاجتماعية السلبية والإيجابية: فالآثار الإيجابية تشمل التفاعل الاجتماعي مع الآخرين كتعبيرات الانتباه، والموافقة، والتقدير الاجتماعي، والتعويض المادي، ومنح السلطة، والرفض الاجتماعي، والنقد والحرمان من المزايا وإيقاع العقوبات.

3. ردود الفعل الإيجابية والسلبية للتقويم الذاتي لسلوك الفرد: فتوقع التقدير الاجتماعي، والتكريم، والإطراء والرضا الشخصي يؤدي إلى أداء متفوق، في حين أن توقع خيبة أمل الآخرين، وفقدان الدعم ونقد الذات يقدم مستوى ضعيفاً من الأداء.

ويوضح الشكل العلاقة بين توقعات الفاعلية وتوقعات النتائج..



شكل رقم (5-2) العلاقة بين توقعات الفاعلية وتوقعات النتائج

(بدوي، 2007: 287)

أبعاد فعالية الذات:

يرى (عبد القادر، و أبو هاشم، 2007: 177) أن بندورا حدد ثلاثة أبعاد لفعالية الذات مرتبطة بالأداء، ويرى أن معتقدات الفرد عن فعالية ذاته تختلف تبعاً لهذه الأبعاد:

1. قدرة الفاعلية: ويقصد به مستوى قوة دوافع الفرد للأداء في المجالات والمواقف المختلفة، ويختلف هذا المستوى تبعاً لطبيعة أو صعوبة الموقف ويبدو قدر الفاعلية بصورة أوضح عندما

تكون المهام مرتبة وفقاً لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفعالية، ويمكن تحديدها بالمهام البسيطة المتشابهة، ومتوسطة الصعوبة، ولكنها تتطلب مستوى أداء شاق في معظمها.

ومع ارتفاع مستوى فعالية الذات لدى بعض الأفراد، فإنهم لا يقبلون على مواقف التحدي، وقد يرجع السبب في ذلك إلى تدني مستوى الخبرة والمعلومات السابقة .

2. **العمومية:** ويشير هذا البعد إلى انتقال فعالية الذات من موقف ما إلى مواقف مشابهة، فالفرد يمكنه النجاح في أداء مهام مقارنة بنجاحه في أداء أعمال ومهام مشابهة.

3. **القوة أو الشدة:** وتتحدد قوة فعالية الذات لدى الفرد في ضوء خبراته السابقة، ومدى ملائمتها للموقف، ويشير أيضاً هذا البعد إلى عمق الإحساس بالفعالية الذاتية، بمعنى قدرة أو شدة أو عمق اعتقاد أو إدراك الفرد أن بإمكانه أداء المهام أو الأنشطة موضوع القياس، ويتدرج بعد القوة على متصل ما بين قوي جداً إلى ضعيف جداً.

ترى الباحثة أن هذه الأبعاد مجتمعة تؤثر على الفعالية الذاتية لدى الفرد، فمثلاً قدرة الفعالية لديه تحدد مدى إقباله أو إحجامه للقيام بسلوك معين، كذلك العمومية والتي تنبئ الفرد على مدى نجاحه بسلوك جديد سيقوم بأداء مقارنة بالسلوكيات السابقة التي قام بها، وأخيراً القوة أو الشدة والتي تحدد مدى قدرة الفرد على القيام بالسلوك.

مصادر فعالية الذات:

حدد (أبو غزال، 2006: 125) مصادر فعالية الذات كالتالي:

1. اجتياز خبرات متفتنة: Enactive Mastery Experiences

يكتسب الفرد معلومات شخصية مؤثرة من خلال ما يقوم به من أعمال وخبرات، ويتعلم من خلال خبراته الأولى معنى النجاح والشعور بالسيطرة على البيئة أي أن الإنجاز الشخصي مصدر مهم لشعورنا بالفعالية الذاتية، وبمعنى آخر فإن أداءنا الفعلي هو مصدر أساسي لشعورنا بالفعالية الذاتية، فإذا تكرر نجاحنا في أعمال معينة ازداد هذا الشعور، وعند تكرار الفشل يقل هذا الشعور، فعندما ينمو لدينا الشعور بالفعالية لا نترجعنا للعقبات التي تعيق إنجازنا لأهداف معينة، فنحن عندما نفشل قد نراجع أنفسنا، وقد نعزو هذا الفشل إلى نقص الجهد وسوء التخطيط، لذلك نحاول إنجاز هذه الأهداف مرة أخرى.

2. الخبرات الإبدالية: Vicarious Experiences

يقنع الفرد نفسه بإمكانية القيام بأعمال وسلوكيات متعددة، عندما يلاحظ أن من يشبهونه قادرون على القيام بها والعكس صحيح، ويصدق هذا الأمر في المواقف التي نعتقد فيها، أن لدينا نفس ما لدى الآخرين من قدرات.

مثال: يعتقد الطالب أن بإمكانه حل مسألة رياضية صعبة عندما يرى زميله يحلها بسهولة.

3. الإقناع اللفظي: Verbal Persuasion

يؤدي الإقناع دورًا هامًا وحيويًا من حيث جعل الطلبة يعتقدون أن بإمكانهم التغلب على الصعوبات التي تواجههم وتحسن مستوى أدائهم، فعندما يقنعنا بعض الأشخاص بقدرتنا على أداء مهمة فإن أداءنا غالبًا يكون أفضل مما كان عليه قبل حصولنا على مثل هذا الإقناع .

مثال ذلك، قول الأم لابنها الذي يجد صعوبة في حفظ قصيدة شعرية: "إنك تستطيع القيام بذلك إنك قادر على حفظها" .. فيزداد اعتقاده بإمكانية حفظها.

وهنا ترى الباحثة أن الإقناع اللفظي له دور كبير في التأثير على قدرتنا، والإقناع اللفظي يكون موجهاً من قبل الآخرين أو من قبل ذواتنا، فمثلاً حينما أوجه ل نفسي عبارات إيجابية تحمل مدى قدرتي على أداء فعل معين؛ يقوم العقل الباطن باستقبالها ومن ثم ترجمتها إلى سلوكيات فعلية تتعلق بالشئ المرسل من قبل الشخص لذاته.

4. الحالات الانفعالية الفسيولوجية: Physiological Affective States

تعد الحالة الانفعالية التي يختبرها الفرد عند أدائه لبعض المهمات مصدرًا رئيسيًا لشعور الفعالية الذاتية، فحن نفس التعب والتوتر الذي يصيبنا على أنهما مؤشران على صعوبة المهمة التي ننوي إنجازها، ومع ذلك فإن ردود أفعالنا تجاه هذه المؤشرات قد تختلف من فرد لآخر.

فمثلاً، بعض طلبة التوجيهي يفسرون التوتر الذي يشعرون به قبل الامتحان بأنهم لم يدرسوا جيدًا للامتحان وبأن أدائهم سوف يكون سيئاً، بينما يفسر البعض الآخر مثل هذا التوتر على أنه مؤشر جيد سوف يمكنهم من أداء أفضل في الامتحان.

في حين يرى بندورا (1988):

1. أن مصادر فعالية الذات والمتمثلة في الإنجازات الأدائية، والخبرات البديلة، والإقناع اللفظي أو النصائح والحالة النفسية أو الفسيولوجية، يستخدمها الأفراد في الحكم على مستويات الفعالية الذاتية لديهم.

2. أنه كلما كانت هذه المصادر موثوقاً بها زاد التغيير في إدراك الفرد لذاته كإنسان قادر على السيطرة على حل المشكلات، وهكذا فإن المعلومات المبنية على الأداء الاجتماعي الفعلي للفرد من شأنها أن تكون أكثر تأثيراً للفعالية الذاتية من المعلومات القائمة على الإقناع من خلال الطرق الخاصة بالتفسير المنطقي للمشكلات أو المقترحات.
3. أن هذه المصادر ليست ثابتة دائماً ولكنها معلومات لها صلة وثيقة بحكم الشخص على قدراته سواء كانت متصلة بالإنجازات الأدائية أو الخبرات البديلة أو الإقناع اللفظي أو الحالة النفسية والسيولوجية، وأن نظرية التعلم الاجتماعي تُسَلِّم بأن هناك ميكانزما عامة في الإنسان تمكنه من تغيير السلوك، وأن فعالية الذات هي أفضل ما ينبئ بالسلوك الشخصي (عبد القادر، و أبو هاشم، 2007: 178).

وتلاحظ الباحثة مما تقدم أن حصولنا على معلومات من هذه المصادر المختلفة يمكننا من خلالها الحكم على مستوى فعاليتنا الذاتية أي أن النجاح يقوي شعورنا بالفعالية الذاتية بينما يضعف الفشل هذا الشعور.

فعالية الذات المدركة

تتأثر سلوكياتنا وتفضيلاتها بالطريقة التي تدرك بها فعاليتنا المحتملة في مواجهة ضغوط ومتطلبات البيئة، وهو ما أطلق عليه بندورا "الفعالية المدركة للذات"، فالناس يميلون لأن يأخذوا على عاتقهم أداء المهام التي يستطيعون إنجازها بالفعل، بينما يتجنبون الأنشطة التي ينظرون إليها على أنها تفوق قدراتهم، فالأشخاص الذين يعتقدون أن لديهم فعالية ذات مرتفعة أكثر إصراراً على مواجهة المعوقات والخبرات المنفرة، في حين أن الأشخاص الذين يعتقدون أن لديهم فعالية ذات منخفضة يميلون لأن يروا مشاكلهم على أنها مخيفة ومفرعة على خلاف ما هي عليه في الواقع، من ثم يتراخون ويتجنبون مواجهة هذه المشكلات، وبدرجة معقولة من الإعداد يمكن التغلب على نقص الثقة، أضف إلى ذلك أن هؤلاء الذين يثقون في فاعليتهم بدرجة معتدلة يتوصلون إلى أنه بالعمل الجماعي والتعاون ينجح في إحداث التغييرات المطلوبة في المجتمع وتعبئة جهودهم ومواردهم لتحقيق ذلك.

وهنا تعتقد الباحثة أن للفعالية الذاتية المدركة دوراً كبيراً في إنجاز المهام وكذلك السرعة في أدائها، فالشخص الذي يدرك أن لديه فعالية ذاتية مرتفعة يكون قادراً على إنجاز المهام بثقة وسرعة أكبر من الفرد ذي الفعالية الذاتية المنخفضة، وهذا بلا شك ينطبق بشكل كبير على الأشخاص

المبتورين، فالمبتور من ذوي الفعالية المرتفعة يكون لديه القدرة على البحث عن البدائل من أجل التكيف مع الوضع الجديد بصورة أسرع من ذوي الفعالية المنخفضة الذي قد يبقى لقترة طويلة حبيس صدمة الفقدان.

وعلى الرغم من أن نظرية التعلم الاجتماعي تعرف مفهوم الذات الموجب بأنه ميل لدى الفرد للحكم على ذاته بصورة طيبة، ومفهوم الذات السلبي بأنه ميل الفرد لنقد ذاته والتقليل من شأنها وقيمتها، إلا أن "بندورا" يختلف عن روجرز في أنه يرى أن صورة الذات وحدها غير كافية لتفسير السلوكيات المختلفة للأفراد في المواقف المختلفة، ولقد توصل "بندورا" إلى أن مفهوم الذات لدى الفرد تختلف درجته من مجال لآخر (مثل المجال الدراسي، الرياضي، المواقف الاجتماعية، الجهود الابتكارية)، ويرى ضرورة دراسة هذه الجوانب بصورة منفصلة كل على حدة.

وأريد أن أوضح هنا أن مفهوم فعالية الذات ليس هو بعينه مفهوم الذات الذي حدد روجرز ملامحه، لأن البعض يخلط بينهما، حيث يعرف "بندورا" فعالية الذات بأنها: قدرة الفرد على التخطيط وممارسة السلوك الفعال الذي يحقق النتائج المرغوبة في موقف ما، والتحكم في الأحداث والمواقف المؤثرة على حياته وإصدار التوقعات الذاتية الصحيحة من قدرة الفرد على القيام بأنشطة معينة والتنبؤ بمدى الجهد ومدى المثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك العمل أو النشاط . وفعالية الذات تكوين نظري وضعه بندورا كميكانيزم معرفي يسهم في تغيير السلوك، وطبقاً لذلك فإن درجة الفعالية تحدد السلوك المتوقع الذي يقوم به الفرد في مواجهة المشكلات كما تحدد كمية الطاقة المبذولة للتغلب على تلك المشكلات، وهي بذلك لا تحدد نمط السلوك فحسب، ولكنها تحدد أيضاً أي أنماط السلوك أكثر فعالية، وهي بذلك تختلف عن التكوينات الفرضية الأخرى التي تنبئ بالسلوك فقط، مثل مفهوم روتر عن مركز التحكم، حيث يشير بندورا إلى معتقدات الأفراد حول قدرتهم على كبح أو تنظيم تصرفاتهم الهامة في حياتهم باعتبارها إدراك هؤلاء الأفراد لفعالية الذات لديهم، فكل فرد لديه نمط فريد من فعالية الذات المدركة والتي تؤثر وتحدد الأنشطة التي يقوم بها أو يتحاشاها، فإن سلوك الفرد - طبقاً لنظرية التعلم الاجتماعي - لا يحكم فقط قدرة الفرد المدركة على إنجاز السلوك، بل يحكمه أيضاً الأثر المتوقع من إنجاز أو تحقيق هذا السلوك (عبد الرحمن، 1997: 636).

كيف تؤثر الفعالية الذاتية في السلوك؟

يرى أنصار النظريات المعرفية الاجتماعية أن شعور الأفراد بالفعالية الذاتية يؤثر في مظاهر متعددة من سلوكهم، والتي تتضمن اختيارهم للأنشطة والأهداف وإصرارهم على إنجاز المهمات التي ينهكون بها وقد حددها (أبو غزال، 2006: 125) في نقاط متمثلة بالتالي:

1. اختيار النشاطات **choice of activities** :

يختار الأفراد المهمات والنشاطات التي يعتقدون أنهم سوف ينجحون بها ويتجنبون المهمات والنشاطات التي تزداد احتمالية فشلهم بها.

ومثال ذلك: الطلبة الذين يتقون بكفاءتهم في مادة الرياضيات تزداد احتمالية تسجيلهم في مسابقات الرياضيات في الجامعة مقارنة بالطلبة ذوي الإحساس المتدني بكفاءتهم في مادة الرياضيات.

2. التعلم والإنجاز **Learning and Achievement** :

إن الأفراد ذوي الإحساس المرتفع بالفعالية الذاتية يميلون إلى التعلم والإنجاز أكثر من نظرائهم ذوي الإحساس المنخفض بالفعالية الذاتية، بالرغم من امتلاكهم لنفس مستويات القدرة .

وبمعنى آخر، إذا كان لدينا مجموعة من الطلبة يتشابهون في مستوى قدراتهم، فإن الطلبة الذين يعتقدون أن بإمكانهم إنجاز مهمة ما هم أكثر احتمالاً لإنجازها بنجاح مقارنة بالطلبة الذين لا يعتقدون أن بإمكانهم إنجازها.

3. الجهد المبذول والإصرار **Effort and Persistence** :

يميل الأفراد ذوو الإحساس المرتفع بالفعالية الذاتية إلى بذل جهد أكبر في محاولتهم لإنجاز مهمات معينة، وهم كذلك أكثر إصراراً (مثال: سوف أحاول... يجب أن أحاول مرة أخرى..) عندما يواجهون عقبات تعيق نجاحهم، أما الأفراد ذوو الإحساس المنخفض بالفعالية الذاتية لإنجاز مهمات محددة والنجاح بها فسوف يبذلون جهوداً أقل، ويتوقفون بسرعة عن الاستمرار في العمل عندما يواجهون عقبات تعيق إنجاز المهمات.

ونجد أن "بندورا" قدم نظرية متكاملة لفعالية الذات مؤكداً أنها نتاج لعشرين عاماً من البحث السيكولوجي امتد من (1977_1997)، وعبر عن فعالية الذات بأنها: قوة مهمة تفسر الدوافع الكامنة وراء أداء الأفراد في المجالات المختلفة، وأن إدراك الفعالية الذاتية يسهم في فهم وتحديد أسباب المدى المتنوع من السلوك الفردي والمتضمنة في التغييرات، وفي سلوك المتأثرة الناتج عن

حالات الأفراد المختلفة، ومستويات ردود الأفعال للضغوط الانفعالية، وضبط الذات، والمثابرة من أجل الإنجاز، ونمو الاهتمامات في مجالات خاصة، والاختيار المهني.

ويضيف "بندورا" (1982: 88) أن الإقناع اللفظي يستخدمه الأشخاص على نحو واسع جداً مع الثقة في ما يملكونه من قدرات وما يستطيعون إنجازه، وأنه يوجد علاقة تبادلية بين الإقناع اللفظي والأداء الناجح في رفع مستوى الفعالية الشخصية والمهارات التي يمتلكها الفرد.

ويشير هذا المصدر أيضاً إلى عمليات التشجيع والتدعيم من الآخرين، وأما ما يسمى بالإقناع الاجتماعي، فالآخرون في بيئة التعلم (المعلمون، الزملاء، أو الأقران، والوالدان) يمكنهم إقناع المتعلم لفظياً بقدراته في النجاح في مهام خاصة، وقد يكون الإقناع اللفظي داخلياً حيث يأخذ الحديث الإيجابي مع الذات.

أنواع فعالية الذات:

1. الفعالية القومية - efficacy - population :

يذكر جابر أن الفعالية القومية قد ترتبط بأحداث لا يستطيع المواطنون السير عليها، مثل: انتشار تأثير التكنولوجيا الحديثة، والتغير الاجتماعي السريع في أحد المجتمعات، والأحداث التي تجري في أجزاء أخرى من العالم، والتي يكون لها التأثير القوي على من يعيشون في الداخل، كما تعمل على إكسابهم أفكاراً ومعتقدات عن أنفسهم باعتبارهم أصحاب قومية واحدة أو بلد واحد (جابر، 1990: 447).

2. الفعالية الجماعية - efficacy - collective :

الفعالية الجماعية هي: مجموعة تؤمن بقدراتها وتعمل في نظام جماعي لتحقيق المستوى المطلوب منها.

ويشير "بندورا" إلى أن الأفراد يعيشون غير منعزلين اجتماعياً، وأن الكثير من المشكلات والصعوبات التي يواجهونها تتطلب الجهود الجماعية والمساندة لإحداث أي تغيير فعال، وإدراك الأفراد لفعاليتهم الجماعية يؤثر فيما يقبلون على عمله كجماعات، ومقدار الجهد الذي يبذلونه وقوتهم الذي تبقى لديهم إذا فشلوا في الوصول إلى النتائج، وأن جذور فاعلية الجماعة تكمن في فعالية أفراد هذه الجماعة.

ومثال ذلك: فريق كرة القدم إذا كان يؤمن في قدراته ومقدرته على الفوز على الفريق المنافس، فيصبح لديه بذلك فعالية جماعية مرتفعة والعكس صحيح (أبو هاشم، 1994: 45).

3. فعالية الذات العامة (generalized self- efficacy) :

ويقصد بها قدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج إيجابية ومرغوبة في موقف معين، والتحكم في الضغوط الحياتية التي تؤثر على سلوك الأفراد، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أدائه للمهام والأنشطة التي يقوم بها والتنبؤ بالجهد والمثابرة اللازمة لتحقيق العمل المراد القيام به.

4. فعالية الذات الخاصة (specific self- efficacy) :

ويقصد بها أحكام الأفراد الخاصة والمرتبطة بمقدرتهم على أداء مهمة محددة في نشاط محدد مثل: الرياضيات (الأشكال الهندسية) أو في اللغة العربية (الإعراب - التعبير) .. (أبو هاشم، 1994: 58).

5. فعالية الذات الأكاديمية (academic self- efficacy)

تشير فعالية الذات الأكاديمية إلى إدراك الفرد لقدرته على أداء المهام التعليمية بمستويات مرغوب فيها، أي أنها تعني: قدرة الشخص الفعلية في موضوعات الدراسة المتنوعة داخل الفصل الدراسي، وهي تتأثر بعدد المتغيرات نذكر منها: حجم الفصل الدراسي، وعمر الدارسين، ومستوى الاستعداد الأكاديمي للتحصيل الدراسي (العزب، 2004: 51).

وتستخلص الباحثة من خلال عرض أنواع فعالية الذات أن الأنواع الخمسة مترابطة وتجتمع عند الفرد الواحد في الموقف الواحد. فمثلاً لاعب كرة القدم يكون لديه فعالية قومية متعلقة برغبته في الفوز من أجل إسعاد مشجعيه وفريقه، كذلك لديه فعالية جماعية متمثلة في المنافسة، وأيضاً فعالية عامة وأخرى خاصة، فالأولى تتعلق بمدى تنبؤه بالجهد المبذول من أجل تحقيق النجاح والثانية مرتبطة بأدائه للمهمة، وأخيراً الذات الأكاديمية فهي تتعلق بميوله الأكاديمي نحو التوجه لدراسة الشيء المرغوب، مثلاً أن يكون مدرباً رياضياً لو نجح في أداء هذه المهمة .

المبحث الثالث

البتر Amputation

مقدمة:

يعتبر البتر في حد ذاته إعاقة لما فيه من فقدان لأحد أعضاء الجسم وتمثل الإعاقة عموماً والبتر خصوصاً مشكلة جسمانية واجتماعية ونفسية، وتترك آثارها على الأفراد والمجتمع عامة.

وطبقاً لبحوث الجودة والرعاية الصحية في الولايات المتحدة الأمريكية & Healthcar Research and Quality يعيش في الولايات المتحدة حوالي 109 مليون شخصاً مبتوراً، وتتم عملياته البتر لما يقارب من 113 ألف شخص سنوياً.

وتعاني جميع المجتمعات من وجود الأفراد المبتورين، ولكن نسبة انتشارهم تختلف من مجتمع إلى آخر، فغالباً ما يكون البتر في المجتمعات يعود لأسباب الإصابات الحوادث، الأمراض والجراحة أو غياب أحد الأطراف لأسباب خلقية (37: Tierney, 2006).

وترى الباحثة أن المجتمع الفلسطيني يتميز بخصوصية العوامل المؤدية للبتر؛ وذلك بسبب الاعتداءات الإسرائيلية المستمرة التي أدت بشكل واضح وجلي لظهور هذه شريحة المبتورين في المجتمع الفلسطيني، خاصة أثناء الحروب الثلاثة الأخيرة سيما حرب عام (2014) التي خلفت ما يقارب (94) حالة بتر من بينها طفلان دون السادسة عشرة سنة، وعدد لا بأس به من النساء.

ومما لا شك فيه أن البتر يؤدي إلى إحداث تغييرات في مسار حياة المبتور، فيظهر لديه بعض المشكلات النفسية والاضطرابات التي غالباً ما تكون بحاجة لتدخل المختصين؛ من أجل التخفيف من وطأة هذه الآثار النفسية وخلق قدرة على التكيف لحالات البتر لديهم.

تعريف البتر:

عرفه (Rains): "هو حالة مكتسبة ناتجة عن فقد أحد أطراف الجسم بسبب الإصابات أو الأمراض أو الجراحة أو الحروب، أو غياب أحد الأطراف لأسباب خلقية يحدث عند ولادة رضيع بدون أحد أطرافه" (41: Rains , 1995).

عرفه علي وعبد الهادي بأنه: "حالة من العجز الجسمي تحدث للفرد في أي مرحلة من مراحل عمره، وهو عبارة عن استئصال جزء من أجزاء جسمه لإنقاذ حياته، أو لتحسين أداء العضو الذي تمنعه الإصابة من القيام بوظيفته" (علي، وعبد الهادي، 1997: 52).

ويمكن للباحثة أن تضع تعريف للبتير بأنه: "عبارة عن فقدان الفرد لأحد أطراف الجسم إما عند الولادة أو نتيجة حادث أو مرض مما يؤدي لعدم قيام هذا العضو بوظيفته".

التعريف الإجرائي للبتير: "هو الشخص الذي فقد أحد أطرافه الأربعة في الحرب الأخيرة (حرب عام 2014) على غزة ويزيد عمره عن (18) سنة".

نسبة الانتشار (فرحات، 2004: 15):

يعتبر البتير للأطراف العلوية أقل انتشاراً من البتير للأطراف السفلية أي نسبة انتشار بتير الأطراف السفلية حوالي 82 %.

- 70% من البتير يعود للأمراض.
- 22% يعود للإصابات.
- 4% عيوب خلقية.
- 4% للأورام.

وهذا بالفعل ما لاحظته الباحثة أثناء تطبيق الاستبانات على الفئة المبتورة، حيث أن معظم حالات البتير كانت للأطراف السفلية والقليل منها كان للأطراف العلوية.

أنواع وأسباب البتير:

أولاً/ بتير الأطراف السفلية:

ويكون البتير لأحد الطرفين أو لأجزاء منهما أو للطرفين معاً.

ويجمل (Tierney, 2006: 47) أسباب البتير فيما يلي:

1. الأمراض: ومن الأمراض التي ينتج عنها بتير لإحدى الأطراف السفلية أو جزء منها: مرض السكري، أمراض الأوعية الدموية، التهابات العظام، الجلطات.
2. الحروب والحوادث: تزداد فيها نسبة البتير بسبب استخدام أسلحة مختلفة تؤثر على جسم الإنسان وينتج عنها العديد من الإصابات.
3. الجراحة.

ثانياً/ بتر الأطراف العلوية

ويكون البتر لأحد الطرفين أو الطرفين معاً.

ويجمل (Elsevier,1991:43) أسباب البتر فيما يلي:

1. التعرض للإصابة: مثل الحوادث أو الحروق أو الحروب.
2. التشوهات الخلقية: يكون معظمها أسباب وراثية أو أسباب غير معروفة.
3. أسباب بيئية وتتمثل في:

- تعرض الأم للأشعة (X).
- إصابة الأم بمرض الحصبة الألمانية أثناء الحمل.
- تعاطي الأم للمخدرات أو التدخين.
- تناول بعض الأدوية أو المهدئات.

الطرف الشبح:

وصفها الباحثون في المجلة الكندية للطب النفسي في عام (1990) بصورة مفصلة، وقالوا أنها تشبه تصور شخص ما بأنه سمع صوت شخص عزيز عليه قد مات حديثاً، وهذا يشبه شعور الشخص الذي فقد قدمه حديثاً بأن هذا الجزء ما زال موجوداً.

ويفسر (Kristin,2002:33) ظاهرة الشبح تعود إلى إحساس الدماغ بأن التركيب العصبي ما زال يعمل ما كان قبل البتر، فيرسل الدماغ إشارات إلى الطرف المبتور وكأنه موجود، ولأنه لا توجد تغذية أحاسيس راجعة من الطرف الذي بُتر، فإن الدماغ يكتف من إرسال إشارته العصبية إلى هذا الجزء، وهذا التكتيف ينتج عنه ظاهرة الشبح أو ألم الشبح، يصف العلماء الألم الناتج عن الشبح بأنه ألم حارق أو تشنجي أو وخزي، ويمكن أن يتفاوت من كونه متقطعاً وخفيفاً إلى مستمر وعنيف.

ظاهرة الطرف الشبح:

يعاني مبتورو الأطراف من الألم وأحاسيس طرف الشبح بمعنى أن الطرف المبتور ما زال موجوداً بحجمه وشكله أيضاً، وتبدأ هذه الأحاسيس وما يرافقها من الألم بعد البتر بوقت قصير، ولكنه أحياناً يظهر بعد أسابيع أو أشهر أو سنين ويلزم الفرد من فترة قد تمتد لسنوات، غالباً ما

تزول هذه الظاهرة مع مرور الوقت أو قد تعالج بمضادات التشنج ومضادات الاكتئاب (Jerffy 47: 2002).

ومن وجهة نظر الباحثة أن ظاهرة طرف الشبح قد تفسر من ناحية سيكولوجية على أنها تعود لأحد مراحل الصدمة الخمسة، وهي مرحلة الإنكار حيث يحدث تثبيت للفرد في هذه المرحلة فيبقى لفترة طويلة في حالة إنكار للبتر ويتصرف وكأن الطرف المبتور لا يزال موجوداً فعلاً، ويبقى الدماغ يرسل إشارات عصبية تعزز من وجود هذا الجزء، كذلك ترى الباحثة أن هذه الفئة من أكثر وأهم الفئات التي بحاجة للتدخل النفسي والاجتماعي.

تأثيرات البتر عند الأفراد (Arcel & Etal, 1988: 170) :

إن عملية البتر تترك آثاراً نفسية واجتماعية وجسدية على المبتور خاصة، وعلى المجتمع عامة، فتتأثر جميع الجوانب الحياتية للفرد:

الناحية الوجدانية:

عدم الأمان - الشعور بالوحدة والعزلة - الشعور بالظلم - ظهور اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

الناحية الجسمية:

الالتهابات الجلدية - ضعف المناعة - الأمراض السيكوسوماتية.

الناحية الروحانية:

فقدان الأمل - اللجوء إلى الدين - ازدياد الإيمان بالله.

الناحية المعرفية:

السلبية - فقدان الإحساس بالوقت - (تغير في المفاهيم الدينية) وتصبح أكثر عمقاً - الاعتماد على الآخرين.

الناحية السلوكية:

الميل إلى الجماعات الفردية - العزلة والانسحاب - الحساسية المفرطة - الإسقاط على المجموعات الفرعية - قلة العلاقات الاجتماعية - الإحساس أنه مواطن من الدرجة الثانية .

وقد تختلف الباحثة قليلاً مع (Arcel & Etal) في النواحي التي تؤثر على حياة الفرد المبتور، فبدلاً أن تظهر النواحي سلبية لديه، قد تظهر لديه نواحي إيجابية ، كما تزداد لديه الروحانيات ويقبل على الصلاة والعبادات بشكل أكبر من ذي قبل، كذلك قد تظهر لديه حياة اجتماعية جديدة، كأن يشارك في لجان الصلح ويشارك في المناسبات السعيدة والحزينة، هذا قد يظهر لدى بعض الأفراد ونسميه نمو ما بعد الصدمة، والبعض الآخر قد يطور كرب ما بعد الصدمة كأحد الاضطرابات النفسية التي قد تظهر على الفرد المتعرض للصدمة (صدمة البتر).

مراحل ردود الفعل الناتجة عن البتر:

فالأشخاص الذين يواجهون هذه التجربة المؤلمة يظهرون ردود الأفعال التالية:

مرحلة الإنكار:

يقول (Kohut_24:1985) غالباً ما تكون ردود الفعل لدى هؤلاء الأشخاص هو الإنكار والرفض لما حدث، وذلك نتيجة إخباره من طرف ليس له علاقة بالشخص المبتور، كالطبيب المعالج بأنه قد تعرض لبتر أحد أطرافه، ويكون المبتور رافضاً لواقع جسمه الحالي لإدراكه أن وضع البتر نهائي لا عودة فيه، وينتج الإنكار نتيجة فهم الإنسان المبتور للواقع والحقيقة المؤلمة، وبعض الأفراد الذين يقبلون وضعهم الجديد تستمر معهم حالة الإنكار بين فترة وأخرى، ويتكلم الفرد بواقعية شديدة عن وضع جسده الجديد حتى يهرب من الواقع أو حتى بنكر شدة إعاقته ومدى تأثيرها عليه.

وتستحضر الباحثة في هذا المقال حالة الإنكار التي حدثت بالفعل في عصر الرسول - صلى الله عليه وسلم - حينما جاء خبر وفاة النبي لسيدنا عمر فخرج على الناس وسل سيفه وقال: "من قال أن محمداً قد مات قطعت رأسه بسيفي" ، هذه الحادثة تجسد بشكل كبير حالة الإنكار التي قد تظهر على الفرد نتيجة التعرض للصدمة.

مرحلة الغضب:

ويشير (عثمان_ 2000: 11) إلى أن مبتور الأطراف يزداد غضبه نظراً لاضطراب خطته في الحياة، لدرجة توجيه الكراهية نحو الأفراد الذين يتمتعون بحياتهم في ظل جسد سوي، ويكون الفرد صعب السلوك ويميل إلى خلق المشاكل للعائلة والأطعم الطبية التي تتعامل معه، لأنه بذلك يعبر عن مشاعره السلبية وتكون مقاومته تجاه البيئة التي تحيط به متمثلة في صعوبة تقبل الأطراف الصناعية.

إن بعض المبتورين إذا شعروا أنهم مرفوضون من الآخرين عبروا عن ذلك برفضهم للطرف الصناعي، ولسوء الحظ فإن الأفراد المحيطين بالمبتورين تتولد لديهم أحياناً مشاعر سيئة إذا اعتقدوا أن الغضب الذي يظهره المبتور بمثابة هجوم شخصي عليهم، وهذا من إحساس المبتور بالغضب.

مرحلة المساومة:

يتولد لدى المبتور رغبة في تأجيل العودة إلى روتين الحياة العادي ورغبة في أن يمكث فترة أطول في المستشفى، ويظهر الفرد المبتور رغبة ملحة في الشفاء أو بالأخص يتمنى لو يعود الجزء المفقود من جسمه، مهما عظم أو ارتفعت قيمة ما يدفعه من ثمن مقابل رجوع جسده إلى السواء.

مرحلة الاكتئاب:

اعتراف المبتور بواقعه الجديد يدفعه إلى عدم إنكار إعاقته والواقع الذي لا يمكن أن يتغير، وتحل حالة الاكتئاب محل مشاعر الغضب والإحباط.

مرحلة القبول:

تتحقق هذه المرحلة عندما يصبح لدى المبتور قدرة على استخدام آليات التكيف وقبول الواقع الجديد دون غضب أو رفض (Arcel & Etal, 1988: 176).

ترى الباحثة أن المراحل السابقة هي الممثلة لأي مراحل يمر فيها الفرد المتعرض للصدمة ولكن هذه المكونات أو المراحل تختلف قليلاً لدى الفرد المبتور لما له من خصوصية، فبعض الصدمات قد تنتج عن فقدان ابن أو أخ أو زوج وتبقى أقل من صدمة من فقد جزءاً من جسده، فالشخص المتعرض للبتير يسير بهذه المراحل بدءاً من الإنكار وحتى التكيف والتأقلم مع الوضع الجديد.

المبتورين كناجين من الحرب survivors :

إن الحرب على غزة أدت إلى مأساة إنسانية بصورة عامة وإلى تأثر الجوانب الانفعالية والأفكار والسلوكيات لدى المبتورين بصورة خاصة أي تعتبر حالات البتر من الأشخاص الناجين من الموت survivors.

وقد دفعت الحروب العالمية والحروب الأهلية في مختلف دول العالم إلى ظهور مشكلة الضغوط التي تنتج عن صدمات الحرب، مما أدى إلى استكشاف تجربة الناجين من الحروب والكوارث التي يتعرض لها الإنسان.

وقد لاحظ Robert Levtons بعد زيارته لمدينة هيروشيما في عام 1962 أنه بسبب كارثة الحرب المهولة قد ظهرت خبرات مركزية تواجدت مع الناجين من أهوال الحروب والكوارث (hodgkinsom & stewart 1991:3).

الخبرات المركزية المتواجدة مع الناجين من أهوال الحروب والكوارث:

1. طغيان فكرة الموت (يقين الموت) death imprint:

وهو عبارة عن تصور طاغٍ يقتحم عقل الناجي عن فكرة الموت التي لا يمكن إزالتها، وهذه الفكرة تتمثل في خيال الناجين أثناء اليقظة والنوم على صورة كوابيس مزعجة، ويتكون أيضاً هذا التصور من تكثيف متصاعد لكل الخبرات الصادمة التي مر بها الفرد، والتصورات عن التفاصيل الدقيقة لهذه الصدمة مثل: تخيل ورؤية الأشلاء، أو صوت انفجار، أو أصوات الاستغاثة، أو رائحة الأجسام المحروقة.. وغالباً ما يكون يقين الموت أكثر شدة لدى الناجي الذي بتر أحد أطرافه (hodgkinsom & stewart 1991 :5).

وهنا ترى الباحثة أنه من الضروري إجراء التدخل النفسي العاجل لمثل هذه الحالات؛ من أجل مساعدتها على التكيف مع الواقع، والتخفيف من حدة طغيان فكرة الموت عليهم.

2. الشعور بعقدة الذنب survivor guilt :

يظهر هذا الشعور لدى الضحايا على هيئة سؤال، لماذا قُتل الآخرون وأنا نجوت؟ ويرى الكثير من المهتمين أن الشعور بالذنب يسمى ب"عقدة الذنب الوجودية existential guilt" ويبقى الفرد رهيناً لفكرة نجاته.

ويرى المهتمون أن لظاهرة عقدة الذنب الوجودية تفسيرات مختلفة، ومنها:

- يبقى الفرد رهيناً لفكرة نجاته، وغالباً ما يسأل نفسه الأسئلة التالية: لماذا أنا؟ لماذا لم يختارني الله؟ أنا كبير في السن فلماذا أنا ويموت الصغار؟ الخ.
- وقد تفسر عقدة الذنب أيضاً طبقاً لتصرفات واقعية للضحية أثناء الصدمة... (هل تصرفت وقلت بواجبي بما فيه الكفاية؟ هل كان في إمكاني إنقاذ أشخاص آخرين؟).

• وقد يكون الشعور بعقدة الذنب عفيفاً ومؤلماً حين يتعلق بالأباء إذا فقدوا أبناءهم، ومثال ذلك: الأب الذي لام نفسه وحملها مسؤولية قتل ابنه في الانتفاضة ولم يحملها إلى الجيش الإسرائيلي الذي قتله.

• وقد تنشأ عقدة الذنب نتيجة تقييم الضحايا لأنفسهم، حيث وجد أن بعض الضحايا الذين فقدوا أولادهم يميلون بعد فترة إلى تقييم سلوكهم حيث توصلوا إلى قناعة بأنه لو كان لديهم خيار بين حياتهم و حياة أولادهم، لاختاروا التضحية بحياتهم واستثناء أولادهم (عثمان، 2000 : 4).

ولعل هذه المظاهر ظهرت بصورة جلية بعد الحرب الأخيرة بسبب استهداف الجيش الإسرائيلي بعض العوائل بأكملها، فإذا كان الناجي الوحيد من المجزرة هو الأب أو الأم أو حتى الأخ الكبير يظهر لديه عقدة الذنب بصورة واضحة وجلية.. وتبدأ التساؤلات تدور في خده، لماذا لم أمت أنا؟ لماذا لم أحاول إنقاذهم؟

هذه التساؤلات كلها تؤثر بصورة كبيرة على تكيف الفرد، بل وقد تتطور من خلالها الاضطرابات النفسية (الباحثة).

ويقسم (Liftoin) عقدة الذنب إلى قسمين :

أولاً: عقدة الذنب النشطة animating guilt:

تثير عقدة الذنب النشطة الضحية لفحص نفسه، وإعادة تقييم ذاته، وهذا النوع يساعد الضحية على تحويل عقدة الذنب إلى حالة توتر ناتجة عن تحمل المسؤولية.

ثانياً: عقدة الذنب الساكنة static guilt:

تجعل الضحية رهينة تجربته الصادمة بحيث لا تساعده على الانتقال إلى مرحلة أخف وطأة .

وقد وجد أيضاً أن عقدة الذنب أصبحت مزمنة وملازمة للضحية، فتصبح لها وظيفة رمزية، وهذه الوظيفة الرمزية تعكس معنى الولاء للأصدقاء الذين فقدوا في المعارك أو معسكرات الاعتقال (hodgkinsom & stewart 1991:7).

ثالثاً: لوم الذات Self-Blaming :

يأخذ مفهوم لوم الذات شكلين : (عثمان، 2000 : 7)

أ- لوم ذات سلوكي:

وهو لوم الذات النابع من سلوك معين، وهو يساعد الضحية على التكيف، وغالباً ما يؤدي إلى مسار صحي للصدمة.

ب- لوم الذات الراجع لصفات شخصية Charactological :

وهو اللوم النابع من وعي الشخص لمكونات شخصيته، وهذا النمط لا يساعد الضحية على التكيف، وغالباً ما يؤدي إلى حالة من الاكتئاب النفسي .

رابعاً: تخدر المشاعر Psychic Numbeness:

وهو عبارة عن مناورة دفاعية تحمي الضحية من تجربة الواقع المدمر للكارثة أو الصدمة التي مر بها، كما أنها تحميها من نوبات الغضب والثورة، وعلاوة على ذلك؛ فإن تخدر المشاعر يقي الضحية من الإحساس بالألم الذي تعرض له.

ويلاحظ بعد الصدمات والأحداث المدمرة، أن الناجين يمرون بتجربة الدهول الشديد، وهنا يعتقد البعض أن الضحية يتصرف بهدوء وأنه متحكم بأعصابه، ولكن في الواقع أن الضحية تبدأ بعد ذلك بإظهار رد الفعل الذي يتلو الصدمة.

وهذا الدهول قد يخدع الآخرين بأن الضحية إنسان هاديء، ولكن هذا الهدوء هو الذي يسبق العاصفة.

وعلى المدى القصير فإن آليات الدفاع التي يستخدمها الضحية من كبت وإنكار وانعزال تعتبر ضرورية وطبيعية، هذه الآليات ضرورية لأنها تسمح للضحية بالتغلب على الآلام النفسية (Kristin, 2002:61).

خامساً: تصاعد الصراع داخل الضحية Interner conflict:

وهو تصاعد للصراع الذي يتولد داخل الضحية ويكون محتواه الشك الذي تبديه الضحية تجاه المساعدة التي قدمت له من قبل الآخرين، ويتكون عنصر الصراع غالباً من عدم الثقة بأن المساعدة التي قدمت له كانت غير حقيقية وينتج عن ذلك ما يلي:

أ- يصبح الضحايا حساسين تجاه ردود أفعال الآخرين.

ب- قد يؤدي تصاعد الصراع إلى ما يسمى (وعي الضحية Victim consciousness)،

حيث يصبح هذا الوعي حساساً ومستقزاً من جهة، وقد يصل إلى مرحلة الهذيان والشعور بالعظمة، ويثمن بعض الضحايا تجاربهم بصورة عالية وغير واقعية، ويخلقون عالماً خاصاً بهم، يستثنون منه أولئك الذين لا يستوعبون من أمثال الشخصيات والقائمين على الخدمات الصحية والاجتماعية.

إن هذا الشعور قد يخلق لديهم الإحساس بما يسمى (شخصية الضحية victim identity) وهذه الشخصية التي تمنحهم التصريح للتعبير عن الغضب، وإظهار ردود الأفعال السلبية من جهة، وتعيد لهم تجديد سيطرتهم على أنفسهم من جهة أخرى (عثمان، 2000 : 9).

سادساً: البحث عن المعنى quest for meaning :

لا يمكن أن يستوعب الفرد الصدمة أو الضغط الممارس أو الكارثة التي حلت بدون توفر الضرورة والحاجة للبحث عن معنى للتجربة التي مر بها الضحية، وعن معنى حياته بعد الصدمة أيضاً، لذا فإن الضحية تحتاج إلى عملية إعادة صياغة تجربته الصادمة، لكي تساعده على تفسير هذه الصدمة وبالتالي التغلب على آثارها، ولتحقيق هذا الهدف توجد عدة مستويات للأسئلة التي تساعد الضحية على الفهم والاستيعاب:

أ- لماذا حدثت هذه الصدمة أو هذه الكارثة ؟

ب- كيف نجوت منها ؟

ت- ما هذا الشعور الذي يملكني ؟

ث- ماذا يعني أن أشعر وأتصرف بهذه الطريقة؟

ج- كيف يمكن أن تكون حياتي في المستقبل ؟

وقد لوحظ في سلوك بعض الضحايا اهتمامهم بما ينشر عن الكوارث أو الضغوطات التي تعرضوا لها، كتجميع الأخبار من الجرائد أو تسجيل آثار الكارثة أو الحادثة على أشرطة فيديو من نشرات الأخبار، وفي بعض الأحداث مثل الحرائق وغيرها.

ولوحظ أن الضحايا يتصرفون وكأنهم في حاجة إلى إعلام الرأي العام بأنهم لم يكونوا سبباً في حدوث هذه الكارثة ولم يكن لهم ذنب.

مشكلات مبتوري الأطراف:

ترتبط عملية بتر جزء من جسم الإنسان بمظاهر إشكالية متنوعة بعضها نفسي وبعضها حركي والبعض الآخر متعلق بالنواحي الاجتماعية أو الاقتصادية وقدرة الشخص على كسب عمله و أيضًا على استخدامه للأجهزة التعويضية وبخاصة عمليات التأهيل بعد بتر الجزء أو حدوث البتر، تناولت (القاضي، 2009: 95) بإيجاز أهم هذه المشكلات:

المشكلات النفسية:

ينتاب المصاب بالبتر الكثير من المشاعر النفسية السلبية التي تؤثر عليه وعلى توافقه مع من حوله ومن أهم المظاهر النفسية ما يلي:

1. رفض قبول المصاب بالبتر لذاته الجديدة ومقاومته لواقعه الجديد.
2. الشعور بالنقص وانتقاص قيمته لذاته سواء كما يراها هو أو كما يراه المحيطون أو كما يتمني من يراها.
3. ظهور مشاعر جديدة نتيجة لحدوث البتر في بعض الأحيان كالشعور بالذنب لاعتقاد البعض بأنه ينتقم خطأ ارتكبه الفرد.

وتضيف (حسن ، 2006) في دراستها إلى المشكلات النفسية التالية:

1. يكون هناك ميلٌ من جانب المصاب بالبتر للنكوص لسلوك الاعتماد على الغير.
2. يحاول المصاب بالبتر في كثير من الأحيان استخدام ميكانيزمات للهروب من الواقع المؤلم الذي يثير قلقه وتوتراته، كالتعويض والإسقاط والإنكار فيبدو في ظاهرة شبح الطرف المبتور أو توهم وجود الطرف المبتور.
3. قد يخلق المصاب بالبتر لنفسه بعض المشكلات عندما ينكر وجود فروق بينه وبين الأشخاص الآخرين؛ إذ أنه في هذه الحالة سيرفض كل مساعدة تقدم له.

المشكلات الجسمية ومشكلات استخدام الأجهزة التعويضية:

وتفيد دراسة (مزلق، وآخرون_ 2009: 3) أن الفرد يحصل من خلال الوظائف التي تؤديها لها أعضاؤه وأطرافه على إشباع معين، كما تؤدي هذه الأعضاء وظائف الإنسان كالإمساك بالأشياء أو الحركة وسهولة النقل، مما يضيف عليه شعورًا بالرضا، كما أن الإنسان بكامل أعضائه يستطيع ممارسة النشاط البدني ومزاولة الرياضة والهوايات والقيام بالرحلات وغيرها، إلا أن الإنسان المصاب بالبتر لأحد أعضائه أو أكثر من عضو، فإنه يفقد وظيفة من وظائف هذا العضو ولا

يستطيع الحصول على الإشباع وبالتالي لا يستطيع أداء هذه الواجبات فإنه يجد أمامه أحد الحلول التالية:

1. أن يتجنب القيام بالنشاط أو العمل.
2. أن يعوض العضو المبتور عن طريق استغلال الأطراف المتبقية لديه بأقصى طاقة بدنية ممكنة.
3. يؤدي الوظيفة بالاستفادة من الطرف الصناعي الذي يحل محل الطرف المبتور، أن يستخدم المصاب بالبتير الحلول الثلاثة البديلة في فترات متفاوتة ويتوقف ذلك على المواقف الذي يواجهه.

المشكلات الاجتماعية:

وهي المواقف التي تضطرب فيها علاقات الفرد بمحيطه داخل الأسرة وخارجها خلال أدائه لدوره الاجتماعي أو يمكن أن نسميه بمشكلات سوء التكيف مع البيئة الاجتماعية الخاصة لكل فرد وأجزتها (مهيرة، 2012 : 26) ويمكن أن نوجزها:

1. المشكلات الأسرية.
2. المشكلات الترويحية.
3. مشكلات العلاقات الاجتماعية.
4. مشكلات العمل.
5. المشكلات الاقتصادية.

وفي هذه الحالة يتوجب علينا نحن الباحثين في مجال علم النفس محاولة توفير بعض الفرص لهؤلاء الأفراد لمشاركتهم في ورش إعادة التأهيل، وتقديم المساعدة الفردية والجلسات العلاجية؛ من أجل إعادة تكيفهم في المجتمع، والتقليل من مخاطر سوء التكيف (الباحثة).

التأقلم بعد البتر : Coping after amputation

تعريف التأقلم: Defining coping

يعرف بأنه التغيير الحادث في معرفة الشخص بعد تعرضه للصدمة، بحيث يتمكن الأفراد من التعامل مع المتطلبات الداخلية والخارجية الناتجة عن ذلك، ويكون الهدف من التأقلم هو السيطرة على التغيير الذي حدث جزاء الصدمة، وفي الغالب يتكون هذا التغيير من مجموعة من الأفكار التي يتبناها الشخص (فهيم، 1976 : 49) .

وظائف التأقلم **function of focused coping** : (عثمان، 2000: 11)

1. تنظيم الانفعالات، وتتم غالباً عن طريق تجنب الحدث كاستعمال الاسترخاء، كما تتم أيضاً عن طريق البحث عن المساندة الاجتماعية، والتطمين المستمر، ومن خلال المقارنات الإيجابية لتجارب الآخرين.
2. التعامل مع المشاكل التي تسبب تأزم الشخص من خلال البحث عن معلومات ونصائح، وحل المشكلات والصراعات الناتجة.
3. مساعدة الأشخاص على فهم المشكلات التي تنتج عن الصدمة، وأن هذه المشكلات متغيرة ويمكن التحكم فيها.

العوامل التي تؤثر في تأقلم الشخص:

هناك عوامل عدة تؤثر في تأقلم الشخص مع الصدمة والتغلب على آثارها، حيث تساعد الفرد على إيجاد آليات للتكيف والتأقلم مع الصدمة ومنها:

أولاً: الشخصية :

غالباً ما يتسم الفرد بسمات خاصة في التعبير عن مشاعره وأفكاره وسلوكه من خلال علاقاته وحديثه وإبداعاته، ويشار إلى ذلك بالشخصية، والنسق المعرفي: هو مجموع المعتقدات والتوجهات والدوافع والقدرات المتوفرة لدى الشخص، وأن للنسق المعرفي للشخصية دوراً مؤثراً في التأقلم مع الصدمة وخبراتها (عثمان، 2000: 12).

ثانياً: الصدمة وطبيعتها :

إن طبيعة الصدمة لها تأثير في إحداث الآثار الضارة فيما بعد، ويعتمد ذلك على:

- مدى شدتها.
- هل توجد معها عوامل مصاحبة مثل انفجار شديد أو عتمة؟
- هل الصدمة فجائية وغير متوقعة ولا يمكن التحكم بها؟
- هل حدثت الصدمة مع الجماعة؟
- هل هناك احتمال لتكرار الصدمة ؟

بمعني ما هي الظروف التي حدثت بها الصدمة، هل تبع صدمة البتر فقدان للبيت أو لأفراد الأسرة أو لصديق عزيز، هناك العديد من حالات البتر نتجت عن قصف البيت على رؤوس

1. المعتقدات (B) Beliefs:

من واقع تجربة التعامل مع ضحايا القصف الإسرائيلي وضحايا هدم البيوت، وجد أن الغالبية من الضحايا قد اعتمدت على مجموعة من المعتقدات والقيم المتوافرة لدى أفراد الشعب الفلسطيني، وعلى رأسها معتقدات وقيم الدين الإسلامي (مثل مفاهيم الشهادة والاستسلام لإرادة الله تعالى) كما تشمل المعتقدات المفاهيم السياسية التي بلورتها الانتفاضة.

2. المشاعر (A) Affect:

من واقع التعامل مع الضحايا الفلسطينيين وجد أن العامل الوجداني له دور كبير في التكيف لهؤلاء الأفراد، فالبكاء والسخرية والنكته والاحتفاظ بالرصاص كانت من وسائل التأقلم الوجدانية.

3. البعد الاجتماعي (S) Sicial:

يتلقى الضحايا والمصابون في المجتمع الفلسطيني المساندة الاجتماعية، حيث الهوية الواحدة، والنسيج المتجانس، والمصير المشترك لجميع الأفراد في ظل استمرار الضغط والحصار، والقتل الذي يواجهونه.

4. التخيل (I) Imagination:

وهو من الوسائل الفعالة، حيث يتخيل الأفراد أنفسهم وقد حققوا أحلامهم وأهدافهم، مثال : يتخيل السجين يوم حصوله على الحرية، والتخيل هو وسيلة إبداعية تساعد الأفراد والجماعات في التغلب على ظروف القهر والمجهول.

5. المنظومة المعرفية (C) Cognition:

تستخدم بعض الأفراد والجماعات الاستراتيجيات المعرفية كوسيلة للتأقلم مثل: جمع المعلومات ووضع سيناريوهات وأفكار للمستقبل..(لوحظ أن الأفراد الذين تعرضوا للقصف والإصابات يبحثون في أجهزة التلفزيون والفضائيات عن معلومات تتعلق بما حدث لهم) ويعتبر ذلك من الوسائل المساعدة على التكيف لديهم.

6. وسائل رياضية (PH) Physical:

بعض الأفراد والجماعات تستخدم استراتيجيات رياضية، مثل: الألعاب والتمارين الرياضية.

الطرف الصناعي وتأثيره على حالات البتر:

إن العاهة الجسمية - كما في حالات البتر - تعطل حواس الفرد وأعضاء الحركة عن قيامها بوظائفها، وتلقي أعباءً إضافية على موارد الشخص وكفاءاته الأخرى، وتتسم هذه الفئة بزيادة الحساسية نتيجة لشعورهم بالنقص عند مقارنة حالتهم الجسمية بحالة الآخرين، مما قد ينشأ عنه عادة فقدان الثقة بالنفس والعجز عن التكيف في المجتمع.

ولكن مع ظهور عملية التأهيل ووجود الأطراف الصناعية كان لها الأثر الكبير في الحد من هذه المشكلات.

وللطرف الصناعي أهمية كبيرة في مساعدة الفرد المبتور على تحسين صورة الجسم لديه مما ينعكس إيجاباً على تقييمه ونظرته لذاته (الهوري، 1998: 32).

إن الفشل في إعادة تنظيم الجسم بعد تشويبه عن طريق البتر لأحد أعضاء الجسم يؤدي إلى مشكلات سوء التوافق النفسي واضطراب صورة الجسم.

وللطرف الصناعي دور في حل هذا الصراع، وإعادة بناء شخصية الفرد وإعادة التوافق النفسي والاجتماعي له؛ لكي يكون مشاركاً وفعالاً في جميع جوانب الحياة المستقبلية في محيطه الأسري والاجتماعي، فالطرف الصناعي يؤكد أيضاً أن المبتور يمتلك قدرات لا تتوافر لدى العاديين فيساعد الطرف الصناعي على إعادة تنظيم صورة الجسم وتقبل الإعاقة بسهولة، وتحقيق أهداف الفرد المبتور واستعادة مكانته السابقة في المجتمع (Patterson,2004:58).

التأهيل بعد البتر:

إن فقدان أحد الأطراف يُنتج العجز الدائم، وهذا العجز يؤثر على المريض وعلى الصورة الذاتية والرعاية الذاتية والتنقل (الحركة).

أي أن حالة البتر في حاجة ماسة إلى عملية التأهيل لمساعدته للوصول إلى أعلى مستوى وظيفي ممكن وتحسين نوعية الحياة له (القاضي، 2009: 97).

ويعرف (علي، وعبد الهادي، 1997: 42) التأهيل بعد البتر بأنه: "بأنه مجموعة العمليات والأساليب التي يقصد بها التقويم، وإعادة توجيه الأشخاص نحو الحياة السوية".

نجاح إعادة التأهيل يعتمد على متغيرات عدة منها ما يلي:

- مستوى ونوع البتر.
- العاهات وحالات العجز الناتجة عن البتر.
- الحالة الصحية للمريض.
- الدعم الأسري والاجتماعي.

الهدف من إعادة التأهيل :Goals of Rehabilitation

- المساعدة على النئام الجروح وتحسين الرعاية.
- تحسين المهارات الحركية واستعادة أنشطة الحياة اليومية (ADLS).
- تعزيز قوة العضلات والتحمل والسيطرة عليها.
- تهيئة المبتور لاستخدام الأطراف الصناعية.
- الحد من الألم الوهمي (Phantom Pain) بعد العمليات الجراحية.
- المساعدة على إعادة التكيف مع هيئة جديدة لصورة جديدة.
- تقديم المشورة لتعزيز التغذية والصحة والشفاء (Pohjolainen& etal, 2007:38) .

مباديء عملية التأهيل للفرد المبتور:

- احترام وتقدير الفرد المبتور والتعامل معه كوحدة متكاملة لها كيانها المستقل، الثقة بإمكانياته المتبقية.
- يقوم على مبدأ تكافؤ الفرص بين أفراد المجتمع عن طريق تهيئة الفرص للمعوقين ليعيشوا حياتهم الخاصة حتى لا يكونوا عالة على المجتمع.
- تحرير المبتور من مسألة نظر المجتمع إليه.
- تشجيع المبتور على الاستقلالية والتعويض حتى يشعر بالأمن والطمأنينة (علي وعبد الهادي، 1997:50).

تستنج الباحثة من خلال العرض السابق للبتر، أن البتر عبارة عن : فقدان الفرد لأحد أطرافه إما خلال الولادة أو نتيجة الحوادث، والبتر نوعان: بتر علوي، ويتمثل بالأطراف العلوية من الجسم، وسفلي متمثل بالأطراف السفلية، كما وتعد ظاهرة الطرف الشبح من ضمن الظواهر التي قد تؤثر على الفرد المبتور حينما تبقى لديه إشارات عصبية أن الطرف لا يزال موجوداً فيشعر بوخز أو ألم في الجزء المتبقي من الطرف المبتور.

كما وترى الباحثة أن التأثيرات النفسية والجسمية وحتى الروحية تظهر على الفرد سواء بشكل إيجابي أو سلبي، فقد تظهر لدى الفرد المبتور فرص جديدة بالحياة لم تكن موجودة من قبل فتزداد علاقته بخالقه، ويصبح لديه علاقات اجتماعية أوسع باختصار يصبح لديه تقدير للحياة أكثر من ذي قبل، والبعض قد تكون التأثيرات سلبية فينعزل عن الآخرين ويعيش بحالة عزلة وانطواء ويبقى حبيس الصدمة، وهنا يأتي دور الأخصائيين النفسيين في التدخل النفسي السريع من أجل مساعدتهم على التقبل ومن ثم التكيف مع الوضع الجديد.

الفصل الثالث الدراسات السابقة

- ❖ أولاً: الدراسات المتعلقة بنمو ما بعد الصدمة وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى.
- ❖ ثانيًا: الدراسات المتعلقة بفعالية الذات وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى.
- ❖ ثالثًا: الدراسات المتعلقة بالبتير وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى.
- ❖ تعقيب عام.
- ❖ الفروض.



تمهيد

تقوم الباحثة في هذا الفصل بتقديم عرض موجز لأهم ما أمكن التوصل إليه من البحوث والدراسات العربية والأجنبية والتي تناولت نمو ما بعد الصدمة وعلاقتها بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف.

ويتضمن هذا العرض ثلاث مجموعات من الدراسات والتي أجريت في هذا المجال، تتمحور أولها حول البحوث والدراسات التي اهتمت بدراسة نمو ما بعد الصدمة من حيث علاقته ببعض المتغيرات، وتتمحور الثانية حول البحوث والدراسات التي أجريت حول فعالية الذات، والثالثة أجريت حول متغير البتر وعلاقته ببعض المتغيرات.

وستعرض الباحثة الدراسات حسب تسلسلها الزمني من الأحدث للأقدم للكشف عن مسار تطور وارتقاء البحوث والدراسات، وعرضاً لما استخدمته من أساليب وفنيات، يلي ذلك تعقيب على الدراسات السابقة وكيفية الاستفادة منها في الدراسة الحالية، من حيث تحديد المشكلة وصياغتها، وتحديد المنهج المستخدم والفروض، واختيار الأدوات، واختيار عينة الدراسة، وأساليب التحليل الإحصائي ومن ثم تفسير النتائج التي ستفسر عنها الدراسة.

أولاً: الدراسات المتعلقة بنمو ما بعد الصدمة

• دراسة (العبادسة وآخرون (2015)) :

بعنوان "نمو ما بعد الصدمة وأعراض الاضطراب النفسي لدى النازحين في مراكز الإيواء في محافظة خانيونس".

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى نمو ما بعد الصدمة وأعراض الاضطراب النفسي لدى النازحين في مراكز الإيواء في محافظة خانيونس بعد الحرب على غزة عام 2014، والتعرف على العلاقة بين نمو ما بعد الصدمة وأعراض الاضطراب النفسي، والكشف عن الفروق في نمو ما بعد الصدمة، والتي تعزى إلى متغيرات الدراسة مثل: (الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، مكان السكن).

وقد أجريت الدراسة على عينة عشوائية مكونة من (202) من الأفراد النازحين لمراكز إيواء وكالة غوث وتشغيل اللاجئين بعد حرب 2014، وقد اتبع الباحثون المنهج الوصفي التحليلي، كما

استخدم الباحثون في الدراسة مقياس (نمو ما بعد الصدمة من إعداد تيديشي وكالهن وترجمة وتقنين عبد العزيز ثابت) ومقياس (قائمة الأعراض المعدلة من إعداد البحيري 2005).

ولقد أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى متوسط من نمو ما بعد الصدمة وأعراض الاضطراب النفسي لدى النازحين لمراكز الإيواء، بالإضافة لوجود علاقة عكسية بين نمو ما بعد الصدمة والاكنتاب، كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض المرضية لصالح الأشخاص الذين لا يمتلكون عملاً من عينة الدراسة، وكذلك وجود بعض الفروق في أعراض العدوان لصالح الإناث.

في حين أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة في نمو ما بعد الصدمة والأعراض المرضية تعزى لمتغير مكان السكن والتعليم والعمر.

• دراسة (manne & other) (2014) :

بعنوان : "نمو ما بعد الصدمة التالي لسرطان الثدي: وجهات نظر المريض / الآباء / الأزواج".

تهدف هذه الدراسة إلى تقييم نمو ما بعد الصدمة لدى مرضى سرطان الثدي، والأشخاص المهمين على مدى فترة 1/2 - 1 سنة بعد التشخيص ودراسة العمليات المعرفية والعاطفية في نمو ما بعد الصدمة، قد تم اختيار (162) من النساء المصابات بسرطان الثدي وآباءهم لقياس نمو ما بعد الصدمة، والعمليات المعرفية، والحالة الاجتماعية على مدار ثلاث أوقات متباعدة لتسعة أشهر.

وقد أظهرت النتائج زيادة نمو ما بعد الصدمة لكل من الأبوين في خلال هذه الفترة وكان من المتوقع للمريض في سن أصغر ظهور نمو ما بعد الصدمة ، التفكير في أسباب السرطان بشكل أكبر والتغير العاطفي في وقت واحد، كذلك المريض في سن مبكر من المتوقع ظهور أفكار أكثر إيجابية، وزيادة استخدام إعادة التقييم الإيجابي والمعالجة العاطفية في نفس الوقت.

أهم استنتاج توصلت إليه الدراسة، أن تقارير نمو ما بعد الصدمة من قبل المرضى والآخرين المهمين نمو متوقع في العمليات المعرفية والعاطفية، ويرتبط نمو المريض مع معالجة معرفية وعاطفية كبيرة من قبل الآخرين من سرطان الثدي.

• دراسة (Dekel & other) (2011) :

بعنوان: " نمو ما بعد الصدمة وكرب ما بعد الصدمة / دراسة طولية".

بحثت هذه الدراسة الطولية بشكل ثنائي الاتجاه بين كرب ما بعد الصدمة ونمو ما بعد الصدمة، وقد تكونت العينة من السجناء السابقين في السجون الإسرائيلية والذين تراوحت مدة اعتقالهم لأكثر من 17 عامًا، والذين طوروا أعراض كرب ما بعد الصدمة، وأعراض اكتئاب، وأعراض القلق.

تم قياس هذه الأعراض خلال ثلاث مراحل زمنية، نمو ما بعد الصدمة كان أنجع بعد مرتين، وقد تم تطبيق نموذج الانحدار عبر التأخر، فوجدوا أن بداية كرب ما بعد الصدمة تتبأ بشكل متزامن مع نمو ما بعد الصدمة، ولكن ليس العكس بالعكس.

علاقة الانحدار بعد التأخر من نمو ما بعد الصدمة إلى الاكتئاب والقلق لم تكن كبيرة، علاوة على ذلك تحليل نمو ما بعد الصدمة للأشخاص الذين يعانون من كرب ما بعد الصدمة أشار إلى مستوى عالٍ من نمو ما بعد الصدمة خلال الوقت الذي أصيبوا فيه بكرب ما بعد الخبرة الصادمة.

• دراسة (sawyer & other) (2010) :

بعنوان: " نمو ما بعد الصدمة لدى مرضى السرطان الماليزي: العلاقات مع الضغوطات النفسية واستراتيجيات المواجهة".

هدفت هذه الدراسة المستعرضة التحقيق في انتشار النمو ما بعد الصدمة لدى عينة من مرضى السرطان الماليزي.

وقد تم أخذ عينة قدرها (113) شخصًا من المصابين بمرض السرطان، وقد تم قياس النمو ما بعد الصدمة من قبل جرد النمو واستراتيجيات المواجهة والضغوط النفسية من قبل لائحة الشطب، (SCL-90-R) ، وأظهرت النتائج أن العديد من المرضى طوروا نمو ما بعد الصدمة، ومعظمها في مجال التقدير للحياة، وكانت تجربة نمو ما بعد الصدمة لا تتعلق إلى حد كبير بمستوى المعاناة النفسية، وأشارت النتائج أيضًا إلى أن التوسع في استخدام دعم استراتيجيات المواجهة مفيدة، إعادة الصياغة الإيجابية، وروح الدعابة مرتبط مع نمو أكثر ما بعد الصدمة.

• دراسة (Andrea & Martin) (2005):

بعنوان: "تمو ما بعد الصدمة للناجين من سرطان البروستاتا وزوجاتهم" .

استهدفت الدراسة فحص نمو ما بعد الصدمة للرجال الناجين من سرطان البروستاتا وزوجاتهم بعد مرور سنة من الجراحة، وقد تكونت عينة الدراسة من عدد من الرجال المصابين بسرطان البروستاتا وزوجاتهم .

وقد أظهرت النتائج أن نمو ما بعد الصدمة كان مرتفعاً للذين كانوا مشاركين للمريض في مرضه وخاصة الذين كانوا أقل تعليماً، وأيدت الدراسات الارتفاع في تجنب أعراض الصدمة بشكل خاص والتكيف باستخدام إعادة الصياغة الإيجابية، كما أن جودة الحياة غير مرتبطة بشكل كبير مع نمو ما بعد الصدمة للناجين وزوجاتهم، وتشير النتائج إلى أن الاضطراب يرتبط مع خبرة السرطان والتكيف يرتبط مع نمو ما بعد الصدمة للناجين من سرطان البروستاتا وزوجاتهم.

• دراسة (cordova & andrkowski) (2003):

بعنوان: "الردود على تشخيص السرطان والعلاج: باضطراب ما بعد الصدمة، ونمو ما بعد الصدمة".

هدفت هذه الدراسة للتعرف على ردود الفعل على تشخيص السرطان والعلاج لكل من اضطراب ما بعد الصدمة، ونمو ما بعد الصدمة لدى عينه مكونة من (40) مريضاً من مصابي السرطان.

وهناك أدلة تشير أن السرطان قد يؤدي إلى حدث صادم لبعض المرضى، كما وأن هناك أدلة تشير إلى ترسب في بعض الأحيان لكل من اضطراب ما بعد الصدمة ونمو ما بعد الصدمة في داخل الفرد نفسه.

وقد أظهرت النتائج من خلال تقديم النموذج المفاهيمي للسرطان كونه مرحلة انتقالية نفسية بدلاً من النظر للسرطان بمثابة صدمة نفسية والتي تتزامن مع الآثار السلبية التي تؤثر على جودة الحياة.

الأكثر مناسبة اعتبار السرطان مرحلة نفسية انتقالية مع إمكانية ظهور نتائج نفسية سلبية وإيجابية.

• دراسة (Cordova & other (2001)) :

بعنوان: "نمو ما بعد الصدمة التالية لسرطان الثدي: دراسة مقارنة".

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على نمو ما بعد الصدمة التالية لسرطان الثدي وعمل دراسة مقارنة بين عينة من النساء المصابات بالسرطان والنساء السليمات.

وقد تكون العينة من (50) سيدة (25) منهم من النساء المصابات بالسرطان و (25) منهم من النساء السليمات.

وقد أظهرت الدراسة مجموعة من النتائج:

1. يحدد ارتباط نمو ما بعد الصدمة بين النساء السليمات من سرطان الثدي أنها لم تختلف فيما بينها في الاكتئاب والرفاه، بينما المجموعة المصابة بالمرض أظهرت نموذجًا كبيرًا جدًا من نمو ما بعد الصدمة.
2. ارتبط نمو ما بعد الصدمة لدى النساء المريضات بشكل كبير بتهديد الحياة المتصور.

• دراسة (Richard & other (1996)) :

بعنوان: "مخزون نمو ما بعد الصدمة: قياس الإرث الإيجابي من الصدمة".

وقد هدفت الدراسة لمعرفة مخزون نمو ما بعد الصدمة وقياس الإرث الإيجابي من الصدمة، ويشمل هذا النطاق المكون من (21) بندًا لقياس الإمكانيات الجديدة، والأمور المتعلقة بالآخرين، القوة الشخصية، التغيير الروحي، وتقييم الحياة.

تميل النساء إلى ذكر المزيد من الفوائد أكثر مما يفعل الرجال، والأشخاص الذين عايشوا الأحداث المأساوية يذكرون تغييرًا أكثر إيجابية مما يفعل الأشخاص الذين لم يختبروا أحداثًا غير عادية.

إن مخزون نمو ما بعد الصدمة يرتبط بشكل متواضع مع التفاؤل والانبساط، ويظهر المقياس بامتلاكه أداة لتحديد مدى نجاح الأفراد، والتكيف مع آثار الصدمة، حيث يتم إعادة بناء أو تعزيز تصوراتهم الذاتية، وتصورات الآخرين، ومعنى الأحداث.

ثانياً: الدراسات المتعلقة بفاعلية الذات

• دراسة (الجبورى(2013)) :

بعنوان: "قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات والطموح الأكاديمي والاتجاه للاندماج الاجتماعي لطلبة التعليم المفتوح الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك نموذجاً".

تهدف الدراسة للكشف عن العلاقة القائمة بين كل من قلق المستقبل وفاعلية الذات والطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.

وللتحقق من هذه التساؤلات تطلّب استخدام معايير لقياس قلق المستقبل، وقد استخدم الباحث مقياس قلق المستقبل المعد من قبل زينب محمد شقير، كذلك استخدم مقياس فاعلية الذات المعد من قبل العدل، وقد قام الباحث بإعداد مقياس مستوى الطموح الأكاديمي ومقياس الاندماج الاجتماعي، وذلك بعد الاطلاع على عدد من المقاييس المستخدمة في هذا الجانب، وقد تم جمع عددًا من الفقرات لكل مقياس وعرضها على لجنة من السادة المحكمين من أصحاب الاختصاص وقد تم التوصل إلى المقاييس بصورتهم النهائية المستخدمة في هذا البحث.

وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي في بحثه هذا، والذي يعتمد على وصف الظواهر الاجتماعية ووصفها كمًا وكيفًا، وكانت عينة الدراسة التي استخدمت في البحث (120) طالبًا وطالبة من طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك للدارسين للسنة الدراسية 2013/2012.

وقد أظهرت نتائج البحث ما يلي: أن أفراد العينة يعانون من قلق المستقبل وذلك حسب الدلالة الإحصائية عند مستوى دلالة 0.05، كذلك وأن أفراد العينة من طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك لديهم فاعلية للذات حسب الدلالة الإحصائية عند درجة 0.05، وأفراد العينة من طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك لديهم دالة إحصائية لمستوى الطموح الأكاديمي عند مستوى دلالة 0.05، أن طلبة أفراد العينة من طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك يميلون للاندماج الاجتماعي عند مستوى دلالة إحصائية دالة بدرجة 0.05، أن طلبة أفراد العينة من طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك لديهم ارتباطات ضعيفة وليس لها دلالة إحصائية لمتغيرات قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي والاندماج الاجتماعي، وأن طلبة الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك عينة البحث من الذكور والإناث لديهم ارتباط واحد دال إحصائيًا، وهو معامل ارتباط قلق المستقبل مع مستوى الطموح الأكاديمي.

• دراسة (شاهين (2012)) :

بعنوان: "فاعلية الذات مدخل لخفض أعراض القلق وتحسين التحصيل الدراسي لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم".

قد هدفت الدراسة لبحث اختلاف فاعلية الذات لدى التلاميذ من ذوي صعوبات التعلم باختلاف النوع، وعلاقة فاعلية الذات بكل من القلق والتحصيل الدراسي وكذلك اختلاف كل من فاعلية الذات والتحصيل الدراسي للعينة التجريبية باختلاف التطبيق القبلي والبعدي لبرنامج تنمية فاعلية الذات.

وقد تضمنت عينة الدراسة من 10 تلميذات، قدم إليهم برنامج تنمية فاعلية الذات كما طبقت المقاييس التالية على كلتا العينتين اختبار الفرز العصبي السريع (تعريب مصطفى كامل 1989)، اختبار المصفوفات المتتابعة العادية (أبو حطب، وآخرين، 1977)، قائمة المستوى الاجتماعي الاقتصادي (كردي، 2007)، مقياس تشخيص صعوبات التعلم النمائية، مقياس فاعلية الذات ومقياس القلق (إعداد الباحثة).

وقد أسفرت الدراسة عن النتائج التالية أنه لا تختلف فاعلية الذات لدى التلاميذ من ذوي صعوبات التعلم باختلاف النوع، توجد علاقة موجبة دالة إحصائية بين فاعلية الذات والتحصيل الدراسي وعلاقة سالبة دالة إحصائية بين فاعلية الذات ومكوناتها الفرعية وكذلك التحصيل الدراسي والقلق للعينة التجريبية باختلاف التطبيق القبلي والبعدي تجاه التطبيق البعدي.

• دراسة (أبو غالي (2012)) :

بعنوان: "فاعلية الذات وعلاقتها بضغط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى".

قد هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى، والتعرف على مستوى كل من فاعلية الذات وضغوط الحياة لديهن، كذلك التعرف على أكثر مجالات ضغوط الحياة شيوعاً لدى الطالبات المتزوجات، وتكونت عينة الدراسة من (160) طالبة متزوجة في جامعة الأقصى.

واستخدمت الدراسة مقياسي فاعلية الذات وضغوط الحياة من إعداد الباحثة، وقد أظهرت نتائج الدراسة، أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين فاعلية الذات وضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات، كما بينت نتائج الدراسة أن مستوى فاعلية الذات منخفض، حيث يقل عن 60%

كمستوى افتراضي، بينما مستوى ضغوط الحياة مرتفع، ويزيد عن 60% كمستوى افتراضي، كما أظهرت نتائج الدراسة أن مجال ضغوط الأبناء جاء في الترتيب الأول وبنسبة 76.1% تلتها على التوالي مجالات (ضغوط الزوج بنسبة 70.5%)، ثم ضغوط الدراسة بنسبة 66.8%، ثم ضغوط اقتصادية بنسبة 64%، وضغوط العلاقات الاجتماعية بنسبة 61.4%)، بينما نسبة الدرجة الكلية كانت 68.8%، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق في ضغوط الحياة بين الطالبات المتزوجات من ذوات فاعلية الذات المرتفعة والمنخفضة لصالح ذوات فاعلية الذات المنخفضة.

• دراسة (حجازي (2012)) :

بعنوان: "فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية".

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى فاعلية الذات، ومستوى التوافق المهني، وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، كما هدفت إلى تحديد طبيعة العلاقة بين الدرجة الكلية، والأبعاد لمقاييس فاعلية الذات، والتوافق المهني، وجودة الأداء، وتكونت عينة الدراسة من (45) معلمة من معلمات غرف المصادر خلال العام الدراسي 2011/2012.

واستخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس لفاعلية الذات، والتوافق المهني، وجودة الأداء من إعداد الباحثة، وانتهت النتائج إلى مستوى فاعلية الذات يزيد عن 80% كمستوى افتراضي، وإن مستوى التوافق المهني، ومستوى جودة الأداء يقل عن مستوى 80% كمستوى افتراضي، كما انتهت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية وأبعاد مقياس فاعلية الذات، والدرجة الكلية، وأبعاد مقياس جودة الأداء، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات غرف المصادر في مدارس الضفة الغربية مرتفعات الفاعلية الذاتية ومنخفضات الفاعلية الذاتية على مقياس التوافق المهني، ومقياس جودة الأداء.

• دراسة (خطاب (2011)) :

بعنوان: " فاعلية الذات كمحدد نفسي لكل من الإفصاح عن الذات وأنماط السلوك الصحي لدى عينة من الراشدين " .

هدفت الدراسة الحالية إلى اكتشاف العلاقة بين فاعلية الذات، وكل من الإفصاح عن الذات، وأنماط السلوك الصحي لدى الراشدين، كما تهدف إلي توضيح دور فاعلية الذات كأحد المنبئات النفسية لكل من الإفصاح الذاتي، وأنماط السلوك الصحي.

وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، حيث تسعى لاكتشاف العلاقات الارتباطية بين فعالية الذات وكل من الإفصاح الذاتي والسلوك الصحي، كما تهتم بدراسة الفروق بين الذكور والإناث في هذه المتغيرات.

وقد تكونت عينة الدراسة على (100) راشد، موزعين على عينتين على النحو التالي:

(1) عينة الذكور: تكونت هذه العينة من (50) راشداً، بمتوسط للعمر 38.12 عاماً، وانحراف معياري 8.13 أعوام، وكان متوسط عدد سنوات التعليم 10.76 أعوام، بانحراف معياري 1.77 أعواماً.

(2) عينة الإناث: تكونت من (50) راشدة، بمتوسط للعمر 40.06 عاماً، وانحراف معياري 8.39 أعوام، وكان متوسط عدد سنوات التعليم 10.01 أعوام، بانحراف معياري 1.42 عاماً. وقد اشتملت أدوات الدراسة على: مقياس فعالية الذات، ومقياس الإفصاح عن الذات، واستخبار السلوك الصحي.

وقد أظهرت النتائج ما يلي:

يوجد ارتباط دال إيجابي بين فعالية الذات من ناحية، والإفصاح عن الذات والسلوك الصحي من ناحية أخرى، كذلك هناك فروق دالة بين الذكور والإناث في أغلب متغيرات الدراسة، حيث جاء الذكور أكثر فعالية وافصاحاً عن الذات مقارنة بالإناث، في حين لم تظهر فروق بينهما في ممارسة السلوكيات الصحية الكلية.

جاء تأثير متغير فعالية الذات دال في زيادة الإفصاح عن الذات وممارسة السلوك الصحي الكلي لدى الراشدين.

• دراسة (المخلافي (2010)) :

بعنوان: "فعالية الذات الأكاديمية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الطلبة-دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة صنعاء"

قد هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة بين فعالية الذات الأكاديمية وبعض سمات الشخصية (التآلف، والثبات الانفعالي، والدهاء "الحنكة") لدى عينة من طلبة الجامعة، وتعرف الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس فعالية الذات الأكاديمية وفقاً لمتغيري التخصص والجنس، كما استهدفت الدراسة تعرف الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في

بعض سمات الشخصية (التآلف، والثبات الانفعالي، والدهاء "الحنكة") وفقاً لمتغيري التخصص والجنس.

وقد تم تطبيق مقياس فعالية الذات الأكاديمية الذي أعدته ريم سليمان، ومقياس التحليل الإكلينيكي الذي أعده كاتل، وقننه على البيئة العربية محمد السيد عبد الرحمن وصالح أبو عباده، على عينة من جامعة صنعاء للعام (2006-2005)، وقد تكونت العينة من 110 طالباً وطالبة، منهم 55 طالباً، و55 طالبة، موزعين إلى 40 طالباً وطالبة من التخصصات العلمية، و70 طالباً وطالبة من التخصصات الإنسانية، بعد إجراء التحليلات الإحصائية توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات الأكاديمية وبعض سمات الشخصية، كما كشفت الدراسة عن وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس فعالية الذات الأكاديمية وفقاً لمتغير التخصص لصالح طلبة التخصصات العلمية، وكذلك وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس فعالية الذات الأكاديمية وفقاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس بعض سمات الشخصية (التآلف، والثبات الانفعالي، والدهاء "الحنكة") وفقاً لمتغير التخصص، وكذا عدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس بعض سمات الشخصية (التآلف، والثبات الانفعالي) وفقاً لمتغير الجنس، بينما وجدت فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس سمة الحنكة "الدهاء" وفقاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

• دراسة (مرزوق، خليفة (2010)) :

بعنوان: "أثر التفاعل بين أساليب التعلم ومستويات فاعلية الذات على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني بكلية التربية".

وقد هدفت الدراسة إلي التعرف على أثر أساليب التعلم ومستويات فاعلية الذات والتفاعلات المشتركة بينهما على اتجاهات طلاب كلية التربية - جامعة جازان - نحو التعلم الإلكتروني، وحجم التأثير ونسبة التباين المفسر لكل من أساليب التعلم ومستويات فاعلية الذات على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني، وكذلك التعرف على تأثير متغير الفرقة الدراسية (الأولى/ الثالثة) ومتغير التخصص الأكاديمي (أدبي / علمي) والتفاعلات المشتركة بينهما على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني، وحجم التأثير ونسبة التباين المفسر لكل من الفرقة الدراسية والتخصص الأكاديمي على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني، وتكونت عينة الدراسة من (254) طالباً

بكلية التربية - جامعة جازان، وطبق عليهم قائمة أساليب التعلم ترجمة وتقنين الباحثين، وقائمة فاعلية الذات ترجمة وتقنين، وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية: المتوسطات والانحرافات المعيارية، وحجم التأثير (مربع معامل ايتا)، وتحليل التباين العاملي للمتوسطات غير الموزونة.

وتوصلت الدراسة لوجود تأثير دال إحصائيًا عند (0.01) لمستويات فاعلية الذات على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني، حيث كان الطلاب المرتفعون في فاعلية الذات أعلى في اتجاههم نحو التعلم الإلكتروني من زملائهم متوسطي ومنخفضي فاعلية الذات بكلية التربية، كما وجد تأثير دال إحصائيًا عند (0.01) لأساليب التعلم على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني، حيث كان الطلاب ذوو أسلوب التعلم البصري أعلى في اتجاهاتهم نحو التعلم الإلكتروني من زملائهم ذوو أسلوب التعلم السمعي وذوو الأسلوب الحركي في التعلم، كما وجدت تأثيرات دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) للتفاعلات الثنائية لمتغيري مستويات فاعلية الذات وأساليب التعلم على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني.

• دراسة (العتيبي، 2009):

بعنوان: "اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف".

تهدف الدراسة لاتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف، استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، واستخدام الأساليب الإحصائية التالية: معاملات ارتباط بيرسون، تحليل التباين، اختبار (ت)، والانحدار الخطي المتعدد.

تم تطبيق الدراسة على عينة تكونت من (242) مرشدٍ من المرشدين الطلابيين الذين يعملون بمدارس التعليم العام الحكومي بمحافظة الطائف، واستخدم الباحث اختبار اتخاذ القرار إعداد عبدون (د.ت)، ومقياس فاعلية الذات إعداد العدل (2001)، ومقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحث.

قد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين كل من درجات القدرة على اتخاذ القرار وكل من (درجات فاعلية الذات (0.428)، والمساندة من جانب المدرسة (0.396)، المساندة من جانب أولياء الأمور (0.323)، والمساندة

من جانب المعلمين (0.369)، رضا المرشد الطلابي المساند (0.384)، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية (0.393).

كذلك أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين كل من درجات القدرة على اتخاذ القرار وكل من (درجات فاعلية الذات، والمساندة من جانب المدرسة، المساندة من جانب أولياء الأمور، المساندة من جانب المعلمين، رضا المرشد الطلابي عن المساندة، والدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية)، كما وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمكان العمل ولسنوات الخبرة، وللراتب في متوسطات درجة القدرة على اتخاذ القرار.

• دراسة (الصبوة، والدق (2009)) :

بعنوان: "الفروق بين مرضى الكبد الفيروسي المزمن والأصحاء في بعض أنماط السلوك الصحي وفعالية الذات والحالة العقلية".

هدفت الدراسة الراهنة إلي الكشف عن الفروق بين مرضى الكبد الفيروسي المزمن، والأصحاء في عدد من أنماط السلوك الصحي، وفعالية الذات والحالة العقلية.

اشتملت عينة الدراسة على مجموعتين رئيسيتين: المجموعة الأولى وهي عينة قوامها (56) من مرضى الكبد الفيروسي (C) المزمن المذكور، متوسط أعمارهم (40.32) سنة، بانحراف معياري قدره (6.33) سنة، والمجموعة الثانية: وهي مجموعة الأصحاء بلغ قوامها (55) فرداً متطوعاً، متوسط أعمارهم (39.78) سنة، بانحراف معياري قدره (6.42) سنة، وتراوح مستوى تعليم العينة بين أمي إلى مستوى التعليم ما بعد الجامعي.

وقد كشفت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق بين مرضى الكبد الفيروسي س المزمن والأصحاء على معظم أنماط السلوك الصحي، فيما عدا ممارسة التمرينات الرياضية، وكفاية النوم ومدته، حيث كان المرضى أعلى جوهرياً على معظم أنماط السلوك الصحي الإيجابي.

كما وجدت فروق دالة إحصائية بين المرضى والأصحاء على معظم مظاهر فعالية الذات، فيما عدا فعالية الذات لممارسة التمرينات الرياضية، بمعنى أن فعالية الذات لدى المرضى أعلى منها لدى الأصحاء، وذلك في جميع مظاهر فعالية الذات، في حين لم تكن الفروق بينهما ذات

دلالة في فعالية الذات لممارسة التمرينات الرياضية، كما كان الأصحاء أعلى جوهرياً في معظم القدرات العقلية مقارنة بالمرضى.

• دراسة (فتح الباب (2009)) :

بعنوان: "فعالية الذات وعلاقتها بالسلوك العدوانى لدى التلاميذ من ذوي الإعاقة السمعية".

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على الفروق في مستوى فعالية الذات Self-Efficacy لدى المعاقين سمعياً، كما وتهدف للتعرف على علاقة فعالية الذات بالسلوك العدوانى لدى المعاقين سمعياً.

تكونت العينة من المعاقين سمعياً من مدارس الأمل للصم وضعاف السمع بالشرقية، واستخدم الباحث مقياس فعالية الذات للأطفال المعاقين سمعياً إعداد الباحث، ومقياس السلوك العدوانى للأطفال الصم إعداد (فالنتينا وديع سلامة (2001))، واستمارة المستوى الاجتماعى والاقتصادى للأسرة، عبد العزيز الشخص (2006).

أظهرت النتائج الدراسية الحالية وجود علاقة سالبة بين فعالية الذات والسلوك العدوانى (نحو الآخرين - نحو الممتلكات - نحو الذات - نحو المدرسين) ، حيث كانت قيم (ر) وهي دالة عند مستوى 0.01، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الصم وضعاف السمع في فعالية الذات لصالح ضعاف السمع، حيث كانت قيم (ت) ذات دلالة عند مستوى 0.001 أي أن الأطفال ضعاف السمع أعلى في درجة فعالية الذات عن أقرانهم من الصم، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الصم وضعاف السمع في العدوان نحو الآخرين، وفي العدوان نحو الممتلكات، وفي العدوان نحو الذات، وفي الدرجة الكلية للسلوك العدوانى في اتجاه الصم، ولا يوجد فروق بينهم في العدوان نحو المدرسين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في فعالية الذات، حيث كانت قيم (ت) ذات دلالة عند مستوى دلالة 0.001، أي أن الإناث كنّ أكثر فعالية ذات عن الذكور، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في العدوان نحو الآخرين، وفي العدوان نحو الممتلكات وفي الدرجة الكلية للسلوك العدوانى في اتجاه الذكور، ولا يوجد فروق بينهم في العدوان نحو الذات وفي العدوان نحو المدرسين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الاجتماعية والاقتصادية (منخفض - متوسط - مرتفع) في درجة فعالية الذات، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى 0.001، وأظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين المستويات الاجتماعية

والاقتصادية (منخفض - متوسط - مرتفع) في درجة العدوان نحو الآخرين، وفي درجة العدوان نحو الممتلكات، وفي درجة العدوان نحو الذات، وفي درجة العدوان نحو المدرسين، وفي الدرجة الكلية في السلوك العدواني، حيث كانت قيمة (ف) دالة عند مستوى 0.001.

• دراسة (سالم (2008)) :

بعنوان: "علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية.

تكونت عينة الدراسة من (200) طالبة ممن درسن في أحد الفرعين العلمي أو الأدبي اختيرت بالطريقة الطبقيّة العشوائية، وشكلت ما نسبته 10% من مجتمع الدراسة.

ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس فاعلية الذات على عينة الدراسة، كما تم تطبيق مقياس دافع الإنجاز الدراسي على العينة نفسها، وتم تحليل التباين الثنائي، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معظم أفراد عينة الدراسة لديهم مستوى مرتفع من فاعلية الذات .

كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك تقارير في المتوسطات الحسابية لمستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، إذ كان المتوسط الحسابي للطالبات في الفرع الأدبي (3.27) مقابل (3.57) للفرع العلمي.

كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الإنجاز الدراسي لدى عينة الدراسة تعزى لمتغيري مستوى فاعلية الذات والفرع الأكاديمي، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ($\alpha < 0.05$) لأثر التفاعل بين متغير الدراسة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي على دافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية.

وبعد مناقشة النتائج أوصت الباحثة بإجراء دراسات أخرى تبحث في طبيعة العلاقات بين هذه المتغيرات عند الإناث لمراحل دراسية مختلفة والعمل على تقديم برامج ترفع من مستوى فاعلية الذات لدى طلبة كليات المجتمع والكليات الجامعية.

- دراسة (عبدالقادر، وأبو هاشم (2007)) :

بعنوان: "البناء العاملي للذكاء في ضوء تصنيف جاردنر وعلاقته بكل من فعالية الذات وحل المشكلات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة".

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة البناء العاملي في ضوء تصنيف جاردنر، وتحديد مسار العلاقة بين الذكاءات المتعددة وكل من: فعالية الذات، وأسلوب حل المشكلات، والتخصص الدراسي والتفاعلات (الثنائية والثلاثي) بينها على درجات الذكاءات المتعددة، وتكونت العينة من (475) طالبًا وطالبة بكلية التربية جامعة الزقازيق، منهم (184) طالبًا، (291) طالبة.

وتم تطبيق قائمة الذكاءات المتعددة، ومقياس فعالية الذات، ومقياس أسلوب حل المشكلات، ودرجات التحصيل الدراسي من واقع نتائج الاختبارات النهائية، وباستخدام التحليل العاملي الاستكشافي، والتحليل العاملي التوكيدي، وتحليل المسار، وتحليل التغيرات متعدد المتغيرات التابعة، واختبار شفهي، وأظهرت النتائج ما يلي:

1. أن الذكاءات المتعددة لدى طلاب وطالبات الجامعة عبارة عن عامل كامن عام تنتظم حوله العوامل المشاهدة التسعة.
2. وجود تأثير دال إحصائي للذكاءات المتعددة على كل من: فعالية الذات وحل المشكلات والتحصيل الدراسي.
3. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الذكاءات المتعددة.
4. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات الفرقة الثانية، وطلاب وطالبات الفرقة الرابعة في بعض الذكاءات (اللغوي، والمنطقي، والمكاني، والوجودي)، وذلك لصالح طلاب وطالبات الفرقة الرابعة.
5. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصصات العلمية والتخصصات الأدبية في الذكاءات (المكاني، والجسمي، والموسيقي، والاجتماعي، والطبيعي، والوجودي، والدرجة الكلية) وذلك لصالح التخصصات العلمية.
6. عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتفاعل الثنائي بين النوع والفرقة الدراسية على الذكاءات.
7. وجود تأثير دال إحصائيًا للتفاعل الثنائي بين النوع والتخصص الدراسي في الذكاءات (المنطقي، والمكاني، والجسمي، والطبيعي، والدرجة الكلية)، وذلك لصالح ذكور علمي.

8. وجود تأثير دال إحصائياً للتفاعل الثنائي بين الفرقة والتخصص الدراسي في الذكاءات (اللغوي، والمكاني)، وذلك لصالح رابعة علمي في جميع المقارنات.
9. عدم وجود تأثير دال إحصائياً للتفاعل الثلاثي بين النوع والتخصص والفرقة على الذكاءات.

• دراسة (Gillespie & Hillman (1993) :

بعنوان: "تأثير توقعات فاعلية الذات على اختيار المهنة لدى المراهقين" .

قد هدفت الدراسة لمعرفة تأثير توقعات فاعلية الذات على اختيار المهنة لدى المراهقين، وتكونت عينة دراسة من (22) طالباً من طلاب الثانوية منهم (123) و (92) طالباً وتم اختيار (108) طالباً يتبعون نظام التعليم العام، و(41) طالباً من طلاب مدرسة ثانوية تتبع التعليم الخاص، كما تم اختيار (85) طالباً من طلاب برنامج المدرسة الثانوية البديلة، وتم تطبيق مقياس القرار المهني، ومقياس فاعلية الذات المهنية (الصورة المعدلة) ومقياس فاعلية الذات في اتخاذ القرار المهني (النسخة المعدلة).

وقد أشارت النتائج إلى أن الذكور قرروا تقديرات منخفضة لفاعلية الذات المهنية عنها عن الإناث، كما كشفت النتائج أن طلاب التعليم العام قرروا توقعات فاعلية ذاتهم بدرجة مرتفعة مقارنة بطلاب التعليم الخاص أو طلاب التعليم البديل، كما كشفت النتائج أن القرارات المهنية تختلف باختلاف الوضع التعليمي.

ثالثاً: الدراسات المتعلقة بالبتز

• دراسة (الحجار، وأبو اسحق (2014)) :

بعنوان: "فاعلية برنامج إرشادي لإدارة الضغوط لدى الطلبة المعوقين حركياً وبصرياً في جامعات غزة" .

هدفت هذه الدراسة إلى فحص أثر برنامج إرشادي لإدارة الضغوط لدى معوقي الانتفاضة حركياً وبصرياً في جامعات غزة، وتكونت عينة الدراسة في جزئها الأول من (120) طالباً وطالبة من المعوقين حركياً وبصرياً - بسبب الاعتداءات الإسرائيلية - في جامعات غزة، حيث طبق عليهم مقياس الضغوط .

وفي الجزء الثاني من الدراسة، تم اختيار أعلى (40) طالباً وطالبة في مستوى الضغوط : 20 طالباً: (10) عينة تجريبية، و(10) عينة ضابطة، و20 طالبة: (10) عينة تجريبية، و(10) عينة ضابطة، واستخدم الباحثان مقياساً للضغوط من تطويرها مكوناً من سبعة أبعاد حيث طبق على عينة الدراسة، ثم طبق البرنامج الإرشادي المقترح الذي يستمد منهجه وفنياته من نظرية "ليس" لتصحيح المعتقدات اللاعقلانية، بالإضافة إلى التعديل الإيجابي للسلوك على العينة التجريبية (20) وذلك من خلال (18) جلسة إرشادية بواقع (3) جلسات أسبوعياً.

ولمعالجة النتائج، استخدم الباحثان العديد من الأساليب الإحصائية، وتوصلت الدراسة إلى أن الوزن النسبي لمجموع الضغوط لدى معوقي الانتفاضة بصرياً في جامعات غزة بلغ (42.61%)، وكانت ضغوط بيئة الجامعة (54.97%) هي الأعلى، والضغوط الأسرية (32.17%) هي الأدنى، وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الضغوط تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى)، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط لدى أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي (الضغوط بعد التطبيق أصبحت أقل).

أخيراً وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج لصالح أفراد المجموعة التجريبية (الضغوط لدى أفراد المجموعة التجريبية أصبحت أقل).

• دراسة (الصباح، والحموز (2013)) :

بعنوان: "مشكلات تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في المراكز التأهيلية الفلسطينية".

هدفت الدراسة التعرف على درجة مشكلات تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في المراكز التأهيلية الفلسطينية، من وجهة نظرهم والعاملين فيها، وعلاقتها بمتغيرات (الجنس، والمؤهل العلمي، ومكان السكن، ودرجة الإعاقة، وسنوات الخبرة، والمسمى الوظيفي للعاملين، والحالة العملية (ذوو الإعاقة الحركية، عاملون).

تكونت عينة الدراسة من (186) مبحوثاً من ذوي الإعاقة الحركية، و(94) مبحوثاً من العاملين في المراكز التأهيلية الفلسطينية في الضفة الغربية؛ حيث تم تطوير استبانة خاصة من أجل التعرف على المشكلات، بعد استخراج صدقها وثباتها.

وأظهرت النتائج أن درجة المشكلات التي تواجه تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في المراكز التأهيلية الفلسطينية من وجهة نظرهم ووجهة نظر العاملين كانت مرتفعة، وأكثرها مشكلات التأهيل المهني، وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً للجنس في المشكلات التي تواجه تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في المراكز التأهيلية الفلسطينية من وجهة نظرهم لصالح الإناث، ولمتغير المؤهل العلمي لصالح الذين مؤهلاتهم (جامعي)، ووجود فروق تبعاً لمتغير مكان السكن لصالح الذين يقطنون داخل (المخيم)، ووجود فروق تبعاً لمتغير درجة الإعاقة لصالح الذين درجة إعاقتهم (شديدة) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لسنوات الخبرة في المشكلات التي تواجه تأهيل الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية من وجهة نظر العاملين في هذه المراكز لصالح الذين سنوات خبرتهم (أقل من 5 سنوات)، ولمتغير المسمى الوظيفي لصالح العاملين الذين مسمياتهم الوظيفة (أخصائي نفسي، واجتماعي، وعلاج طبيعي).

• دراسة (الطهراوي، 2013) :

بعنوان: "صورة الجسم والحساسية الانفعالية لدى مصابي الحرب الفلسطينيين".

هدفت هذه الدراسة إلى تناول صورة الجسم لدى المصابين من الحرب والهجمات الإسرائيلية المتكررة على غزة، إذ أن أغلبهم قد أصيبوا بتشوّهات وحروق وبتر لأعضاء من أجسامهم، ولا يخفي أهمية تناول هذا الموضوع مع تلك الفئة الهامة، حيث أجريت الدراسة على (95) مصاباً ممن التحقوا ببرنامج (إرادة) وهو برنامج تدريبي أكاديمي مهني، أعدته عمادة التعليم المستمر في الجامعة الإسلامية، بغزة، وقد هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين صورة الجسم والحساسية الانفعالية، إذ أن الأشخاص يختلفون في تأثرهم الانفعالي؛ مما يجعل ذلك سمة بارزة لديهم تميزهم عن غيرهم، وقد قام الباحث بتصميم مقياسين، أحدهما: لصورة الجسم، والآخر: للحساسية الانفعالية وقد تم التأكد من صلاحية مواصفاتها (السيكومترية)، وقد أظهرت النتائج أن متوسط صورة الجسم لدى المصابين (53%)، وأن حساسيتهم الانفعالية مرتفعة (63.9%)، كما أثبتت الدراسة ارتباطها إيجابياً دالاً بين الصورة السالبة للجسم والحساسية الانفعالية، ولم توجد فروق دالة في صورة الجسم والحساسية الانفعالية بين المتزوجين وغير المتزوجين ولا لمظهر الإصابة أو بين المشاركين في المقاومة وغير المشاركين.

• دراسة (القاضي (2009)) :

بعنوان: "قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة وتأثير بعض المتغيرات (الجنس، الحالة الاجتماعية، وجود أبناء أم لا، مكان البتر، سبب البتر ومدة الإصابة).

استخدمت الباحثة مقياس المستقبل، مقياس مفهوم الذات، مقياس صورة الجسم، من إعداد الباحثة على عينة عشوائية من حالات البتر قوامها (250) فردًا.

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وصورة الجسم لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة، كذلك وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة، واتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس لدى حالات البتر.

• دراسة ((حسن (2006) :

"بعنوان: صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى مبتوري الأطراف".

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأبعاد السيكودينامية لمبتوري الأطراف والأصحاء في صورة الجسم وتقدير الذات، وتكونت العينة من (30) شخصًا (15) أصحاء و (15) مبتوري الأطراف، واستخدمت الباحثة منهج الإكلينيكية الانتقائية واستخدمت أدوات سيكومترية تمثلت في اختبار تقدير الذات ومقياس صورة الجسم واختبارات إكلينيكية (المقابلة الإكلينيكية، اختبار تفهم الموضوع)، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق في السيكوديناميات بين مبتوري الأطراف والأصحاء.

• دراسة (Breakey (2003)) :

"صورة الجسم والقصور الذاتي وعلاقتها بالرفاهية النفسية والاجتماعية لدى حالات البتر".

هدفت الدراسة إلى التعرف على القصور الذاتي وصورة الجسم وعلاقتها بالرفاهية النفسية والاجتماعية لدى مبتوري الأطراف السفلية.

تكونت عينة الدراسة من (90) من الذكور، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية : وجود نتائج إيجابية بين صورة الجسم واحترام الذات، وجود علاقة بين صورة الجسم والارتياح في الحياة لدى العاديين، وانخفاض صورة الجسم ومفهوم الذات والرفاهية الاجتماعية لدى مبتوري الأطراف السفلية.

• دراسة (Wetterhahn (2002)) :

بعنوان: "صورة الجسم وعلاقتها بالمشاركة في النشاطات الجسمانية والرياضية لدى حالات البتر".

هدفت هذه الدراسة إلى فحص صورة الجسم لدى الأفراد مبتوري الأطراف وتتنظر إلى العلاقة بين مستوى صورة الجسد ومدى درجة المشاركة في النشاطات الجسمانية والرياضية. وتكونت عينة الدراسة من (24) نشيطاً و (32) أقل نشاطاً أعمارهم لا تقل عن (18) سنة ممن لديهم حالات بتر، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين المشاركة في النشاطات الرياضية وتحسين صورة الجسد لدى مبتوري الأطراف السفلية.

• دراسة (عراي، عاليان (2000)) :

بعنوان: "دور السباحة في تحسين الإدراك الحس- حركي لدى المصابين بالبتر السفلي الأحادي".

هدفت الدراسة للتعرف على أثر برنامج مقترح في السباحة على كل من الإحساس بالقوة، الإحساس بالزمن والاتجاه، وكذلك بالمسافة.

تكونت عينة الدراسة من (20) فرداً تم اختيارهم بالطريقة العمدية من الأفراد المصابين بحالات البتر السفلي في طرف واحد والمسجلين رسمياً ضمن سجلات شبكة الناجين من الألغام الدولية_ فرع الأردن، وقام الباحث باستخدام المنهج التجريبي بالتصميم القبلي _ البعدي للمجموعة التجريبية الواحدة لملائمة ذلك لطبيعة الدراسة، كذلك استخدم الباحث الاستبانة.

وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المعاقين حركياً في متغير الاحساس بالمسافة.

كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي ولصالح القياس البعدي لدى المعاقين حركياً في متغير الإحساس بالاتجاه، وأظهرت كذلك الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي لدى المعاقين حركياً في متغير الإحساس بالزمن.

• دراسة (علي وعبد الهادي (1997)) :

بعنوان: "دراسة نفسية لتأهيل فاقدى أعضاء الجسم عن طريق البتر".

هدفت الدراسة للتأكيد على أهمية تأهيل المبتورين في المراحل المبكرة من خلال تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية والطبية والمهنية، وزيارة مراكز التأهيل النفسي والاجتماعي في جميع محافظات الجمهورية، وتدريب الكوادر المتخصصة من الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين والمهنيين في مجالات التأهيل لسرعة تكيفهم مع نسبة إعاقتهم ومع الأسرة والمجتمع.

تكونت العينة من مجموعتين تم اختيارهم بطريقة عشوائية، الأولى: (50) فرداً من المبتورين تتوفر فيهم الصفات التالية: من الذكور الذين تتراوح أعمارهم ما بين 20-50 عاماً، من الحاصلين على المؤهلات الدراسية التالية: الإعدادية، مؤهل متوسط، مؤهل عالٍ (أفراد العينة من العزاب والمتزوجين، لم يتلقوا برامج تأهيلية نفسية واجتماعية وطبية ومهنية).

الثانية: (50) فرداً من المبتورين تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتتوافر فيهم جميع مواصفات اختيار المجموعة الأولى فيما عدا أنهم تلقوا برامج تأهيلية نفسية واجتماعية وطبية ومهنية.

استخدم الباحث مقياس لمفهوم الذات، وكذلك مقياس نقد الذات، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الأولى، وهي حالات البتر الذين لم يتلقوا برامج تأهيلية والثانية وهي حالات البتر الذين تلقوا برامج تأهيلية، كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة حالات البتر الذين لم يتلقوا برامج تأهيلية، وبين مجموعة حالات البتر الذين تلقوا برامج تأهيلية في أبعاد اختبار (التوافق النفسي والاجتماعي للراشدين) في متغير التوافق الأسري.

تعقيب عام على الدراسات السابقة

أوجه التشابه في الدراسة الحالية والدراسات السابقة

من حيث العينة:

تشابهت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في اختيار حجم العينة والمرحلة العمرية كدراسة (2002) "Wetterhahn" ودراسة "حسن" (2007).

من حيث الأدوات:

تشابهت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات في استخدامها الاستبانة أداة رئيسية للدراسة مثل: دراسة العبادسة وآخرين (2015)، ودراسة "sawyer & other" (2010)، دراسة الجبورى (2013).

من حيث الأساليب الإحصائية:

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة بدرجة كبيرة في الأساليب الإحصائية المستخدمة لتحليل البيانات حيث تمثلت هذه الأساليب في المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، التحليل العاملي، التباين الأحادي، معامل ارتباط بيرسون، ومن هذه الدراسات دراسة المخلافي (2010)، ودراسة حسن (2007).

من حيث المنهج:

فقد اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي حيث تشابهت مع العديد من الدراسات مثل دراسة Andrea & Martin (2005) التي استخدمت المنهج الوصفي التحليلي، ودراسة Richard & other (1996) وكذلك دراسة فتح الباب (2009).

من حيث النتائج:

اتفقت الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات السابقة من حيث النتائج كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت وجود مستوى متوسط لنمو ما بعد الصدمة لدى عينة الدراسة، كذلك دراسة (sawyer & other) التي أظهرت أن العديد من المرضى طوروا نمو ما بعد الصدمة.

أوجه الاختلاف في الدراسة الحالية والدراسات السابقة

من حيث الهدف:

تفردت هذه الدراسة حسب علم الباحثة وإطلاعها على أهدافها بالدراسات السابقة، حيث كان هدفها قياس نمو ما بعد الصدمة وعلاقتها بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بالحرب الأخيرة على غزة "حرب 2014"، على أن يتجاوز عمر المبتور ثمانية عشر عاماً.

من حيث المتغيرات:

تفردت الباحثة في دراستها باختيارها للمتغيرات، حيث أنها ربطت بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات؛ لقياس مدى العلاقة بينها وربطها ببعض المتغيرات الأخرى.

وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة كما يلي:

1. بناء فقرات الاستبانة وتحديد مجالاتها.
2. اختيار منهج الدراسة وأداة الدراسة.
3. الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة ومقارنتها بنتائج الدراسة الحالية.

ما تتميز به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

تتميز الدراسة الحالية عن العديد من الدراسات السابقة بكون الباحثة قامت باختيار متغير حديث قديم (متغير نمو ما بعد الصدمة) هذا المتغير الذي لم يعمل به كثيراً في الوطن العربي بشكل عام، كذلك اختيار العينة وهي أكثر فئات المجتمع تضرراً من الحروب بشكل عام والحرب الأخيرة بشكل خاص ألا وهي فئة المبتورين.

فروض الدراسة:

- لا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذان لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، حالة البتر "علوي، سفلي، مشترك" ، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للحالة الاجتماعية، العمر، مكان السكن).

الفصلُ الرابع منهجُ الدراسة وإجراءاتها

- ❖ تمهيد
- ❖ منهجُ الدراسة
- ❖ مجتمعُ الدراسة
- ❖ عينةُ الدراسة
- ❖ أدواتُ الدراسة
- ❖ خطواتُ الدراسة
- ❖ الأساليبُ الإحصائية
- ❖ الصعوباتُ التي واجهتُ الباحثة



تمهيد

خصصت الباحثة لهذا الفصل عرض منهج الدراسة الحالية، من حيث شرح الطريقة والإجراءات المستخدمة لتحقيق أهداف الدراسة، بما يتفق مع منطلقاتها النظرية وفروضها الإجرائية، بحيث يتضمن هذا الفصل توضيحاً لماهية المنهج المستخدم، ووصفاً للعينة ومصادرها وتوزيعها وكيفية اختيار أفرادها، كما يتضمن هذا الفصل عرضاً للأدوات التي طُبقت على أفراد العينة، بما في ذلك خطوات بناء مقياس فعالية الذات، وجهود الباحثة الحالية للتحقق من ثبات وصدق أدوات الدراسة، وذلك إلى جانب الخطوات والمعالجة الإحصائية التي اعتمدت عليها الباحثة في معالجة بياناتها، في سعيها للتحقق من صحة أو بطلان كل من الفروض الموضوعية للدراسة، وستعرض الباحثة فيما يلي كل هذه الجوانب بشيء من التفصيل.

منهج الدراسة

من أجل تحقيق أهداف الدراسة، قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يمكن من خلاله وصف الظاهرة (موضوع الدراسة)، وتحليل بياناتها، والعلاقة بين مكوناتها، والآراء التي تُطرح حولها، والعمليات التي تتضمنها، والآثار التي تحدثها.

ويعرف المنهج الوصفي التحليلي بأنه : "المنهج الذي يدرس ظاهرة أو حدثاً، أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب عن أسئلة البحث دون تدخّل الباحث فيها" (الأغا والأستاذ، 2004: 83).

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من مبتوري الأطراف، الذين تتراوح أعمارهم من (18) عاماً فما فوق، والذين بُرتت أطرافهم في الحرب الأخيرة على قطاع غزة - حرب عام 2014م - البالغ عددهم (90) فرداً من مبتوري الأطراف.

عينة الدراسة

تكوّنت عينة الدراسة من (40) فرداً من مبتوري الأطراف، أي ما نسبته تقريباً (44%) من مجتمع الدراسة. ويتضح من خلال النقاط التالية توزيع أفراد عينة الدراسة حسب البيانات الشخصية للأفراد فيها:

جدول رقم (1-4): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب البيانات الشخصية (ن=40).

النسبة المئوية %	العدد	البيانات الشخصية	
85.0	34	ذكر	الجنس
15.0	6	أنثى	
20.0	8	أعزب	الحالة الاجتماعية
77.5	31	متزوج	
2.5	1	مطلق	
-	-	أرمل	
22.5	9	علوي	حالة البتر
70.0	28	سفلي	
7.5	3	مشترك (علوي وسفلي معاً)	
20.0	8	غزة	مكان السكن
25.0	10	شمال غزة	
10.0	4	الوسطى	
45.0	18	الجنوب	
20.0	8	إبتدائي فأقل	المستوى التعليمي
60.0	24	ثانوي	
17.5	7	جامعي	
2.5	1	دراسات عليا	
2.5	1	مرتفع	المستوى الاقتصادي
57.5	23	متوسط	
40.0	16	منخفض	
55.0	22	20 إلى أقل من 30 سنة	العمر
45.0	18	30 سنة فأكثر	

أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة مقياسين بهدف التحقق من أسئلة الدراسة وكانت كالتالي:

1- مقياس نمو ما بعد الصدمة.

2- مقياس فعالية الذات.

أولاً: مقياس نمو ما بعد الصدمة.

• طريقة إعداد المقياس:

وصف المقياس: وهو من إعداد تيديشي وكالهن (Tedeschi & Calhoun, 1996)، وترجمة الدكتور عبد العزيز ثابت، وتتكون القائمة من (21 بنداً)، ولكل بند (6 تقديرات) كالتالي: (لا-0)، (قليلاً جداً-1)، (قليلاً-2)، (بدرجة متوسطة-3)، (بدرجة كبيرة-4)، (بدرجة كبيرة جداً-5).

صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بعدة طرق، وهي:

1- الصدق الذاتي:

تم حساب الصدق الذاتي، ويمثل الجذر التربيعي لمعامل الثبات للمقياس، وقد بلغ (0.932).

2- صدق الاتساق الداخلي Internal consistency:

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس؛ وذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (2-4): معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس نمو ما بعد الصدمة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	-0.170	0.148	12	.698	*0.000
2	.456	*0.002	13	.621	*0.000
3	.409	*0.004	14	.460	*0.001
4	.550	*0.000	15	.429	*0.003
5	.660	*0.000	16	.306	**0.027
6	.298	**0.031	17	.566	*0.000
7	.517	*0.000	18	.602	*0.000
8	.584	*0.000	19	.674	*0.000
9	.574	*0.000	20	.514	*0.000
10	.513	*0.000	21	.588	*0.000
11	.649	*0.000			

* الارتباط دال إحصائيًا عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.01$.

** الارتباط دال إحصائيًا عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$.

يوضح جدول (2-4) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس نمو ما بعد الصدمة والدرجة الكلية للمقياس، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى معنوية $\alpha \leq 0.01$ و $\alpha \leq 0.05$ ، وبذلك يعتبر المقياس صادقًا لما وُضع لقياسه، ما عدا الفقرة (1)، حيث يجب حذفها من المقياس.

• ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس نمو ما بعد الصدمة من خلال طريقتين، وذلك كما يلي:

أ- معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha Coefficient :

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ، حيث تبين أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لجميع فقرات المقياس (0.869)، وهذا يعني أن معامل الثبات مرتفع ودال إحصائيًا.

ب- طريقة التجزئة النصفية Split Half Method:

حيث تم تجزئة فقرات المقياس إلى جزأين: (الأسئلة ذات الأرقام الفردية، والأسئلة ذات الأرقام الزوجية) ، ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية .

وبعد ذلك، تم تصحيح معامل الارتباط بمعادلة سبيرمان براون Spearman rown:
معامل الارتباط المعدل $= \frac{2r}{1+r}$ حيث r معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية، حيث أن قيمة معامل الارتباط (0.745)، بينما تبين أن قيمة معامل الارتباط (0.854)، وهذا يدل على أن قيمة معامل الارتباط المعدل (سبيرمان براون Spearman Brown) مرتفعة ودالة إحصائياً.

ثانياً: مقياس فعالية الذات (إعداد الباحثة):

• خطوات بناء المقياس

قامت الباحثة بالاطلاع على البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت فعالية الذات، وذلك بهدف تحديد أهم الأعراض والظواهر المعيرة عنه، كما قامت بمطالعة ومراجعة مقاييس تناولت فعالية الذات بكافة أبعادها، ومن خلال ذلك، قامت بصياغة عبارات المقياس (مقياس فعالية الذات) بأبعادها الأربعة: (الانفعالي - الاجتماعي - الأكاديمي والمعرفي، بعد الثقة بالذات والآخرين) في صورته الأولية، ثم قامت بعد ذلك بعرض هذه العبارات على مجموعة من المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس في الجامعات الفلسطينية بغزة وجامعة هيرفورشاير بلندن، والإدارة العامة للإرشاد والتربية الخاصة بوزارة التربية والتعليم، للحكم على مدى صلاحية هذه العبارات لقياس فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة "2014"، وبناء على ذلك، تم حذف (8) بنود وتعديل بعض البنود؛ من أجل إظهار المزيد من التوضيح والتبسيط.

• وصف المقياس

وهو من إعداد الباحثة، وتتكون القائمة من (32 بنداً)، وتدرس (4 مجالات) هي كالتالي:
البعد الانفعالي وبنودها التالي: (1،2،3،4،5،6،7)، والبعد الاجتماعي وبنودها التالي:
(8،9،10،11،12،13،14،15،16)، والبعد الأكاديمي والمعرفي وبنودها التالي:
(17،18،19،20،21،22)، وبعد الثقة بالذات والآخرين وبنودها التالي:
(23،24،25،26،27،28،29،30،31،32)، ولكل بند (5 تقديرات) كالتالي: (أبداً-1)، (نادراً-2)، (أحياناً-3)، (غالباً-4)، (دائماً-5).

• صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بعدة طرق، وهي:

1- الصدق الذاتي:

تم حساب الصدق الذاتي، ويمثل الجذر التربيعي لمعامل الثبات للمقياس، وقد بلغ (0.957).

2- صدق المحكمين "الصدق الظاهري":

تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أساتذة جامعيين متخصصين في علم النفس، وهم يعملون في الجامعات الفلسطينية وجامعة هيرفورشاير في لندن، وكذلك مختصون في دائرة الإرشاد بوزارة التربية والتعليم.

وفي ضوء ذلك، جاءت آراؤهم تؤكد على أن المقياس يقيس ما وضع من أجله، وكان بينهم اتفاق كبير جداً في آرائهم التي قاموا بإبدائها على المقياس، وقامت الباحثة بأخذ جميع آرائهم على أكمل وجه؛ لكي يزيد ذلك من قوة المقياس، وملحق رقم (1) يوضح ذلك.

3- صدق الاتساق الداخلي Internal consistency:

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس، ومعامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه؛ وذلك لمعرفة مدى ارتباط الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس وكذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (3-4) معامل الارتباط بين أبعاد مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس.

الرقم	الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1.	الانفعالي	.834	*0.000
2.	الاجتماعي	.839	*0.000
3.	الأكاديمي والمعرفي	.784	*0.000
4.	الثقة بالذات والآخرين	.830	*0.000

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.01$.

يوضح جدول (3-4) معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى معنوية $\alpha \leq 0.01$ وبذلك يعتبر المقياس صادقاً لما وضع لقياسه.

وبما أن مقياس فعالية الذات لديه عدة أبعاد، فقد تم إجراء معاملات الارتباط بين فقرات كل بعد من أبعاد المقاييس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول(4-4): معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للمقياس.

رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الأكاديمي والمعرفي			الانفعالي		
1	.737	*0.000	1	.700	*0.000
2	.654	*0.000	2	.736	*0.000
3	.715	*0.000	3	.686	*0.000
4	.787	*0.000	4	.748	*0.000
5	.830	*0.000	5	.773	*0.000
6	.748	*0.000	6	.708	*0.000
الثقة بالذات والآخرين			7	.638	*0.000
1	.732	*0.000	الاجتماعي		
2	.508	*0.000	1	.603	*0.000
3	.518	*0.000	2	.597	*0.000
4	0.152	0.174	3	.805	*0.000
5	.569	*0.000	4	0.328	**0.019
6	.550	*0.000	5	.649	*0.000
7	.560	*0.000	6	.763	*0.000
8	.676	*0.000	7	.537	*0.000
9	.631	*0.000	8	.827	*0.000
10	.462	*0.001	9	.828	*0.000

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.01$.

** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$.

يوضح جدول (4-4) معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس فعالية الذات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والذي يبين أن معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى معنوية $\alpha \leq 0.01$ وعند مستوى معنوية $\alpha \leq 0.05$ وبذلك يعتبر المقياس صادقاً لما وضع لقياسه، ما عدا الفقرة (4) في بعد الثقة بالذات والآخرين غير دالة إحصائياً، وبناءً على ذلك تم حذفها.

• ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات مقياس فعالية الذات من خلال طريقتين، وذلك كما يلي:

أ- معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha Coefficient :

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ، حيث تبين أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لجميع فقرات المقياس (0.916)، وهذا يعنى أن معامل الثبات مرتفعاً ودالاً إحصائياً.

ب- طريقة التجزئة النصفية Split Half Method:

حيث تم تجزئة فقرات المقياس إلى جزأين: (الأسئلة ذات الأرقام الفردية، والأسئلة ذات الأرقام الزوجية) ، ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية، وبعد ذلك تم تصحيح معامل الارتباط بمعادلة سبيرمان براون Spearman rown: معامل الارتباط المعدل = $\frac{2r}{1+r}$ حيث r معامل الارتباط بين درجات الأسئلة الفردية ودرجات الأسئلة الزوجية، حيث تبين أن قيمة معامل الارتباط (0.902)، بينما تبين أن قيمة معامل الارتباط (0.949)، وهذا يدل على أن قيمة معامل الارتباط المعدل (سبيرمان براون Spearman rown) مرتفعة ودالة إحصائياً.

إجراءات تطبيق الدراسة :

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها، تم اتباع الخطوات والإجراءات التالية :

- 1- الاطلاع على الأدب التربوي والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة .
- 2- إعداد أدوات الدراسة "مقياس نمو ما بعد الصدمة - مقياس فعالية الذات " .
- 3- تم مراجعة وتنقيح أدوات الدراسة من قبل المشرف .
- 4- عرض أدوات الدراسة على مجموعة من المحكمين .
- 5- إجراء التعديلات المناسبة كما يراها السادة المحكمين .

- 6- توجهت الباحثة إلى عمادة كلية التربية في الجامعة للحصول على كتاب رسمي، للتوجه إلى الجهات المختصة للحصول على مجتمع الدراسة.
- 7- ثم توجهت الباحثة إلى تلك الجهات (مركز الأطراف الصناعية)، وتم الحصول على أسماء ضحايا الحرب الأخيرة من مبتوري الأطراف.
- 8- بعد الحصول على الأسماء تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية عشوائية، وبلغ عددها (40) فردًا من أصل (90) فردًا أصيبوا بالبتير في الحرب الأخيرة على غزة في جميع المحافظات.
- 9- توجهت الباحثة إلى بيوت الأفراد مبتوري الأطراف، لتطبيق أدوات الدراسة عليهم بعد أن تم توضيح هدف الدراسة.
- 10- رصد النتائج ومعالجتها إحصائيًا وتحليلها وتفسيرها.
- 11- تقديم التوصيات والمقترحات في ضوء نتائج الدراسة .

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- قامت الباحثة بتفريغ وتحليل الاستبانة من خلال برنامج التحليل الإحصائي Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) وقد تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية:
- 1- العرض الجدولي.
 - 2- النسب المئوية والتكرارات.
 - 3- الإحصاء الوصفي "المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري".
 - 4- ألفا كرونباخ (Cronach's Alpha) .
 - 5- طريقة التجزئة النصفية (Split Half Method).
 - 6- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) .
 - 7- اختبار T في حالة عينتين (Independent Samples T-Test) .
 - 8- اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Analysis of Variance - ANOVA) .
 - 9- اختبار شيفيه لمقارنة المتوسطات.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها

- ❖ تمهيد
- ❖ تساؤلات الدراسة وتفسيرها
- ❖ النتائج
- ❖ التوصيات



تمهيد

تقوم الباحثة في هذا الفصل بعرض تفصيلي للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة، بالإضافة إلى تفسير ومناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج من خلال الإجابة على تساؤلات الدراسة والتحقق من فروضها.

تساؤلات الدراسة:

التساؤل الأول: ما مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م؟

للإجابة على هذا التساؤل؛ قامت الباحثة باستخدام بعض الإحصاءات الوصفية (المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري)، للتعرف على مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م، ويتضح ذلك من خلال الجدول (1-5):

جدول (1-5): إحصاءات وصفية للتعرف على مستوى نمو ما بعد الصدمة.

الوزن النسبي* %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدرجة الكلية	عدد الفقرات	
65.73	12.15	65.73	100	20	الدرجة الكلية لمستوى نمو ما بعد الصدمة

*يتم حساب الوزن النسبي بقسمة المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية ثم ضرب الناتج في 100

تبين النتائج الموضحة في الجدول (1-5) أن المتوسط الحسابي لنمو ما بعد الصدمة يساوي 65.73 بانحراف معياري 12.15، وبذلك فإن الوزن النسبي 65.73%، وهذا يعني أن مستوى نمو ما بعد الصدمة للذين بترت أطرافهم خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م 65.73%.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الكوارث أحياناً تؤثر بشكل إيجابي على الأفراد، لاسيما الشعب الفلسطيني الذي يحتسب أمر الحروب لله عز وجل، فالشعب الفلسطيني الذي عاصر الحروب منذ أكثر من 60 عامًا لا شك أنه أصبح لديه الجلد والصبر على مثل هذه الأزمات والمصائب، فالفرد الذي بترت أحد أطرافه في الحرب الأخيرة يعتبر هذا الأمر ابتلاء من الله عز وجل، ويؤجر عليه.

ولاحظت الباحثة ذلك أثناء تطبيق أداة الدراسة، فالكثير من الحالات كانت تحتسب أمرها الله مرددة عبارات: "سبقنتي قلمي للجنة بإذن الله" ، فهذه العبارات الإيجابية تعتبر بحد ذاتها هي تطور لنمو ما بعد الصدمة.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات، كدراسة أنور وآخرين (2015)، التي أظهرت وجود مستوى متوسط لنمو ما بعد الصدمة لدى عينة الدراسة.

كذلك دراسة "sawyer & other (2010)" التي أظهرت أن العديد من المرضى طوروا نمو ما بعد الصدمة.

التساؤل الثاني: ما مستوى فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م ؟

للإجابة على هذا التساؤل؛ قامت الباحثة باستخدام بعض الإحصاءات الوصفية (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري) ، للتعرف على مستوى فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م، ويتضح ذلك من خلال الجدول (2-5):

جدول (2-5): إحصاءات وصفية للتعرف على مستوى فعالية الذات.

الترتيب	الوزن النسبي * %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدرجة الكلية	عدد الفقرات	الأبعاد
4	73.29	5.55	25.65	35	7	البعد الانفعالي
3	75.67	5.92	34.05	45	9	البعد الاجتماعي
1	80.08	4.23	24.03	30	6	البعد الأكاديمي والمعرفي
2	75.83	5.34	34.13	45	9	بعد الثقة بالذات والآخرين
	78.00	17.37	120.90	155	31	الدرجة الكلية لفعالية الذات

*يتم حساب الوزن النسبي بقسمة المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية ثم ضرب الناتج في 100

تبين النتائج الموضحة في الجدول (2-5) أن المتوسط الحسابي لفعالية الذات يساوي 120.90 بانحراف معياري 17.37، وبذلك فإن الوزن النسبي 78.00%، وهذا يعني أن مستوى فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف خلال الحرب الأخيرة على قطاع غزة عام 2014م 78.00%. حيث احتل البعد الأكاديمي والمعرفي المرتبة الأولى بوزن نسبي 80.08%، ويليه في المرتبة الثانية

بعد الثقة بالذات والآخرين بوزن نسبي 75.83%، ومن ثم البعد الاجتماعي بوزن نسبي 75.67%، وأخيراً في المرتبة الرابعة البعد الانفعالي بوزن نسبي 73.29%.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الفرد أحياناً حينما يتعرض لحادث معين ويفقد جزءاً من أطرافه، فإنه يشعر بالنقص على صعيده الشخصي، فيصبح أقل من ذي قبل، كذلك على صعيد علاقته بمن حوله فيشعر أنه أقل ممن هم حوله، وبالتالي سيبحث عن بدائل لتعويض هذا النقص، والبدائل تكون بمثابة البحث عن الهوية الذاتية ورفع مستوي الفعالية الذاتية، وهذا ما يفسر أن فعالية الذات لدى العينة مرتفعة بشكل عام.

ولعل من أكثر الأبعاد ارتفاعاً من حيث الوزن النسبي هو البعد الأكاديمي والمعرفي، ويعود هذا لأن الفرد المصاب يبحث عن البدائل، ومن أجدر هذه البدائل الجانب التعليمي، وهذا اتضح جلياً أثناء تعبئة الاستبانة، حيث العديد من الحالات كان لديها توجه كبير نحو متابعة الدراسة من أجل الحصول على فرصة عمل ملائمة وتحقيق ذات أفضل في سبيل صحة نفسية ومجتمعية وتحدي لإعاقة.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة حجازي (2012) التي أظهرت وجود مستويات مرتفعة من فعالية الذات لدى المعلمين.

التساؤل الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة ؟

للإجابة على هذا التساؤل تم اختبار الفرضية التالية:

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة ؟

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون، لدراسة العلاقة بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة، ويتضح ذلك من خلال الجدول (3-5):

جدول (3-5) معامل الارتباط بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات

القيمة الاحتمالية (Sig.)	درجات الحرية	معامل بيرسون للارتباط	الأبعاد
*0.001	40	.493	البعد الانفعالي
*0.001	40	.486	البعد الاجتماعي
*0.003	40	.424	البعد الأكاديمي والمعرفي
*0.000	40	.523	بعد الثقة بالذات والآخرين
*0.000	40	.576	فعالية الذات بشكل عام

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (3-5) وجود علاقة طردية متوسطة ذات دلالة إحصائية بين نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة، ويعني ذلك أنه كلما زاد نمو ما بعد الصدمة كلما زادت فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن نمو ما بعد الصدمة يظهر التغيرات الإيجابية التي تظهر على الفرد بعد تعرضه للصدمة - صدمة البتر ، ولعل من أهم هذه التغيرات هي التغيرات التي تطرأ على الذات والمتمثلة برفع الفعالية الذاتية، فكلما ارتفع مستوى نمو ما بعد الصدمة ارتفعت معها الفعالية الذاتية، وهذا ما لاحظته الباحثة أثناء تطبيق أدوات الدراسة، أن العديد من الأفراد الذين أظهروا تغيرات إيجابية بعد تعرضهم للبتر وأن هذه التغيرات تركزت بشكل كبير على الذات ورفع فعاليتهم، فالفرد كان دائم الحديث عن متابعته دراسته، أو البحث عن فرص عمل مناسبة لما هو عليه الآن، أو المشاركة في مجالس العائلة والمناسبات الاجتماعية بصورة أكبر من قبل.

لم تتفق الدراسة الحالية مع أي من الدراسات السابقة، لأنها تفردت بربطها بين متغير نمو ما بعد الصدمة وفعالية الذات.

التساؤل الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha \leq 0.05)$ في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، للحالة الاجتماعية، لحالة البتر، لمكان السكن، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للعمر)؟
للإجابة على هذا التساؤل تم اختبار الفرضية التالية:

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، للحالة الاجتماعية، لحالة البتر، لمكان السكن، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للعمر)

للإجابة على هذه الفرضية تم اشتقاق عدة فرضيات فرعية وهي:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الجنس.

للإجابة على هذه الفرضية؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار " T - لعينتين مستقلتين "، ويتضح ذلك من خلال الجدول (4-5):

جدول (4-5): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - الجنس

مستوى الدلالة	قيمة "t"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
0.607	0.518	12.17	66.15	34	ذكر	
		12.85	63.33	6	أنثى	

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (4-5) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الجنس، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف الجنس.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن صدمة البتر كانت قوية على الأفراد سواء كان ذكر أم أنثى، فالظروف التي مروا بها واحدة، فكلاهما مر بظروف قاسية فتجربة الحرب والتعرض للقصف لا شك وأنها تؤثر بشكل كبير على الأفراد وخاصة إذا كان تأثير الحرب عليهم واحد، كما أن ظروف المعاملة والتعامل بعد البتر واحدة، حيث يتلقى كلاهما نفس الخدمات ونفس الرعاية الأولية مثل الجهات المتخصصة التي ترعى هذه الفئة وتقدم لهم الدعم، كمرکز الأطراف الصناعية، الذي يقدم

العديد الخدمات للمبتورين مثل : تركيب الطرف الصناعي، وعمل إعادة تأهيل لهم، كما أن هذه الخدمات تُقدّم للمبتورين بلا مقابل مادي.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة (2015) "Andrea & Martin" التي أظهرت ارتفاعاً في نمو ما بعد الصدمة لدى مرضى البروستاتا وزوجاتهم على حدٍ سواء، كذلك دراسة القاضي (2009) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الحالة الاجتماعية.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T- لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-5):

جدول (5-5): نتائج اختبار (T- لعينتين مستقلتين) - الحالة الاجتماعية

مستوى الدلالة	قيمة "t"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحالة الاجتماعية	
0.890	0.139	12.69	65.87	31	متزوج	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
		10.74	65.22	9	غير متزوج	

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-5) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الحالة الاجتماعية، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف الحالة الاجتماعية.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن البتر يؤثر على الأفراد بشكل عام، فلا يوجد اختلافات بين كونه متزوجاً أم أعزباً، فالفرد الأعزب لا شك أن يفكر في مستقبله الزوجي وما مدى تأثير الإصابة عليه، كذلك فإن الفرد المتزوج ينظر لنفسه ويخشى من ردة فعل زوجته وأبنائه على الوضع الجديد والتغيرات التي طرأت على جسده من بتر وغيرها، وعليه فإن كليهما يتعرض لنفس الظروف

والمعاملة من قبل المحيطين بهم، فالفرد سواء أكان متزوجاً أم غير متزوج يتلقى الدعم من المحيطين بنفس الدرجة سواء أكان من زوجته وأبنائه أو من والديه، واتضح أثناء تطبيق أدوات الدراسة أن العديد من الأفراد سواء أكانوا متزوجين أم لا، اعتبروا حالة البتر هي ابتلاء من الله واختبار سيؤجر عليه ويثاب عليه بإذن الله تعالى .

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة الطهراوي (2009) التي أظهرت عدم وجود فروق بين مصابي الحرب تعزى للحالة الاجتماعية.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى حالة البتر.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار " التباين الأحادي " one way Anova " ، ويتضح ذلك من خلال الجدول التالي:

جدول (5-6): نتائج اختبار " التباين الأحادي " - حالة البتر

مستوى الدلالة	قيمة "F"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	
0.333	1.134	166.204	2	332.408	بين المجموعات	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
		146.529	37	5,421.567	داخل المجموعات	
			39	5,753.975	المجموع	

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2، 37) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 3.25.

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2، 37) ومستوى دلالة 0.01 تساوي 5.29.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-6) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى حالة البتر، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف حالة البتر.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الإنسان ينظر لنفسه ككل متكامل، فمن تعرض للبتير في يده أو قدمه سيكون لها نفس التأثير عليه، وبالتالي سيشره هذا بالنقص، ومن ثم سيبحث عن بدائل لإثبات ذاته والتركيز على نقاط القوة.

ولعل من أكثر ما لاحظته الباحثة أثناء تعبئة أداة الدراسة أن الأفراد المبتورين ينظرون لبعضهم البعض ويرددون عبارات الحمد لله، لأن إصابته كانت أخف من إصابة من فقد ذراعيه أو قدميه معاً.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة القاضي (2009) التي أظهرت عدم وجود فروق لدى أفراد العينة تعزى لحالة البتير.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى مكان السكن.

للإجابة على هذه الفرضية؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار (التباين الأحادي one way Anova) ، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-7):

جدول (5-7): نتائج اختبار " التباين الأحادي " - مكان السكن

مستوى الدلالة	قيمة "F"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
0.856	0.257	40.192	3	120.575	بين المجموعات	
		156.483	36	5,633.400	داخل المجموعات	
			39	5,753.975	المجموع	

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (3، 36) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 2.87.

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (3، 36) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 4.38.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-7) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى مكان السكن، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف مكان السكن.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن قطاع غزة مساحته صغيرة وكثافته السكانية عالية، وبالتالي تتشابه الأطباع فيه والسلوكيات والأخلاق وردود الأفعال بين سكانه، فهم يتعرضون لنفس الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية سواء من حرب أو حصار أو غيرها.

كما وأن القطاع بشكل عام غير منفتح على الثقافات الأخرى بسبب الحصار وإغلاق المعابر الذي حدّ من التنقل واكتساب السلوكيات والثقافات الجديدة من البلدان المجاورة، كذلك فالحرب الأخيرة لم تكن تفرق في حجم ونوع العدوان بين مناطق حدودية وغيرها، فكل غزة كانت مستهدفة والدمار والخراب لم يترك متراً إلا وأدركه، والمعاناة والخوف والهلع والتدمير كان عند الجميع سواء.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق في نمو ما بعد الصدمة تعزى لمكان السكن.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار " التباين الأحادي " one way Anova ، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-8):

جدول (5-8): نتائج اختبار (التباين الأحادي) - المستوى التعليمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F" مستوى الدلالة
بين المجموعات	393.017	2	196.508	1.356
داخل المجموعات	5,360.958	37	144.891	
المجموع	5,753.975	39		

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2 ، 37) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 3.25.

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2 ، 37) ومستوى دلالة 0.01 تساوي 5.29.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-8) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف المستوى التعليمي.

وتعزو الباحثة ذلك إلى تقارب المستوى التعليمي بين أفراد العينة؛ حيث أن ما يقارب 80% من أفراد العينة وصل تعليمهم إلى المرحلة الثانوية أو ما دونها، وينتج عن ذلك تساوي في القدرات والمستوى الفكري، وربما يعود عدم وجود الفروق بين أفراد العينة في المستوى التعليمي بأن تأثير الحرب كان واحد عليهم، فالجميع تعرض للقصف أو النزوح أو تدمير البيت أو استشهاد أحد الأقارب بالإضافة لفقدانه لأحد أطرافه.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق في نمو ما بعد الصدمة بين أفراد العينة تعزى للمستوى التعليمي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى الاقتصادي.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T- لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-9):

جدول (5-9): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - المستوى الاقتصادي

مستوى الدلالة	قيمة "t"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى الاقتصادي	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
0.232	-1.214	11.92	63.83	24	متوسط/ مرتفع	
		12.30	68.56	16	منخفض	

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-9) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى الاقتصادي، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف المستوى الاقتصادي.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المجتمع الفلسطيني بشكل عام والمجتمع الغزي بشكل خاص يعتبر مستواه الاقتصادي متوسط. كذلك وجود المؤسسات الخيرية والأهلية والمراكز التي تقدم خدماتها بدون عائد مادي تعمل على مساعدة الأفراد المبتورين من حيث تركيب الأطراف الصناعية أو القيام بإعادة تأهيل لهم ساعد بشكل كبير على لغى الفروق من الناحية الاقتصادية.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى العمر.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T- لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-10):

جدول (5-10): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - العمر

مستوى الدلالة	قيمة "t"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العمر	
0.897	0.130	12.30	65.95	22	20 إلى أقل من 30	الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة
		12.30	65.44	18	30 سنة فأكثر	

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-10) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى العمر، أي أن نمو ما بعد الصدمة لدى مبتوري الأطراف لا يختلف باختلاف العمر.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن معظم أفراد العينة يقعون بين (20-40) سنة، وهذه الفئة بشكل عام تعتبر من فئة الشباب التي تتميز بشكل عام بصفات مشتركة ونمط تفكير موحد كذلك تفسيرهم للأحداث المحيطة بهم يكون واحد ولا ننسى الظروف الواحدة التي وضعوا بها وهي البتر، وبالتالي سيكون هؤلاء الأفراد على نفس الدرجة من التقبل، فالعديد من الحالات أثناء تطبيق أدوات الدراسة يرددون عبارات متشابهة مثل: "الحمد لله أنا لازلت على قيد الحياة"، " فقدت قدمي فقط وغيري فقد قدميه"، " فقدت جزءاً من جسدي وبيتي بحمد الله لم يقصف فأنا الآن أجد ما يؤينني"، كل هذه الأسباب تُلغي وجود فروق بين أفراد العينة من ناحية العمر.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق لدى أفراد العينة تعزى للعمر.

التساؤل الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، للحالة الاجتماعية، لحالة البتر، لمكان السكن، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للعمر) ؟

للإجابة على هذا التساؤل تم اختبار الفرضية التالية:

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى (للجنس، للحالة الاجتماعية، لحالة البتر، لمكان السكن، للمستوى التعليمي، للمستوى الاقتصادي، للعمر).

للإجابة على هذه الفرضية تم اشتقاق عدة فرضيات فرعية، وهي:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الجنس.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T- لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-11):

جدول (5-11): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - الجنس

الأبعاد	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	ذكر	34	25.71	5.91	0.150	0.882
	أنثى	6	25.33	3.08		
البعد الاجتماعي	ذكر	34	34.29	5.72	0.616	0.542
	أنثى	6	32.67	7.37		
البعد الأكاديمي والمعرفي	ذكر	34	23.74	4.37	-1.031	0.309
	أنثى	6	25.67	3.14		
بعد الثقة بالذات والآخرين	ذكر	34	34.21	5.43	0.225	0.823
	أنثى	6	33.67	5.20		
الدرجة الكلية لفعالية الذات	ذكر	34	121.06	17.87	0.136	0.893
	أنثى	6	120.00	15.63		

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-11) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف وكافة الأبعاد، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام وكافة الأبعاد تعزى إلى الجنس، أي أن فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف لا تختلف باختلاف الجنس.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الفرد بشكل عام سواء كان ذكر أو أنثى يسعى لصقل ذاته ورفع فعاليتها، سيما لو كان متعرضاً لحادث وهذا الحادث سبب له البتر، فهنا يبحث عن بدائل ترفع من ذاته وتزيد من فعاليته في المجتمع، وهذا سيكون له دافعاً قوياً وكبيراً لتحسن ذاته من خلال البحث عن بدائل وخلق الفرص التي تتناسب مع قدراته وإمكانياته ليثبت لنفسه أولاً ولمن حولهم ثانياً أنه لا يزال قادر على أداء المهام المناطة به، وقادر كذلك على أن يكون فاعلاً في مجتمعاته.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة شاهين (2012) التي أظهرت عدم وجود فروق لدى أفراد العينة تختلف باختلاف النوع.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى الحالة الاجتماعية.

للإجابة على هذه الفرضية؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار (T - لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-12):

جدول (5-12): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - الحالة الاجتماعية

الأبعاد	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	متزوج	31	25.16	5.83	-1.035	0.307
	غير متزوج	9	27.33	4.30		
البعد الاجتماعي	متزوج	31	34.10	5.95	0.092	0.928
	غير متزوج	9	33.89	6.15		
البعد الأكاديمي والمعرفي	متزوج	31	23.68	4.48	-0.963	0.342
	غير متزوج	9	25.22	3.19		
بعد الثقة بالذات والآخرين	متزوج	31	33.97	5.47	-0.342	0.734
	غير متزوج	9	34.67	5.12		
الدرجة الكلية لفعالية الذات	متزوج	31	119.90	17.79	-0.669	0.508
	غير متزوج	9	124.33	16.32		

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-12) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف وكافة الأبعاد، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام وكافة الأبعاد تعزى إلى الحالة الاجتماعية، أي أن فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف لا تختلف باختلاف الحالة الاجتماعية.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الفرد يسعى دائماً لبلورة شخصيته سواء أكان متزوجاً أم أعزباً، سيما لو كان هذا الفرد متعرضاً للبتز أي أن لديه مشاعر جديدة تشعره بالنقص أو أنه أقل من الآخرين، فهنا يكون لديه سعي مضاعف لبناء ذاته وصقل شخصيته ورفع مستوى الفعالية لديه، وهذا كله بالتأكيد لن يختلف باختلاف الحالة الاجتماعية، فالفرد المتزوج يسعى لأن يبني شخصيته ليكون

قدوة لابنائهم وليثبت لزوجهم أنه لا يزال قادرًا على أن يكون فاعلاً في أسرته أولاً وفي مجتمعه ثانيًا، كذلك الحال بالنسبة للفرد غير المتزوج فهو دائم السعي لصقل ذاته ورفع مستوى طموحاته، ليكون قادرًا على الزواج وتبعاته، وليثبت لنفسه ولمن حوله أنه قادر على تحمل هذه المسؤولية. واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات السابقة كدراسة الطهراوي (2013) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى حالات مصابي الحرب تعزى للحالة الاجتماعية. - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى حالة البتر.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (التباين الأحادي one way Anova)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-13):

جدول (5-13): نتائج اختبار (التباين الأحادي) - حالة البتر

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F" مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	بين المجموعات	1.437	2	0.719	0.022
	داخل المجموعات	1,199.663	37	32.423	
	المجموع	1,201.100	39		
البعد الاجتماعي	بين المجموعات	8.487	2	4.244	0.116
	داخل المجموعات	1,357.413	37	36.687	
	المجموع	1,365.900	39		
البعد الأكاديمي والمعرفي	بين المجموعات	95.312	2	47.656	2.921
	داخل المجموعات	603.663	37	16.315	
	المجموع	698.975	39		
بعد الثقة بالذات والآخرين	بين المجموعات	4.296	2	2.148	0.072
	داخل المجموعات	1,106.079	37	29.894	
	المجموع	1,110.375	39		
الدرجة الكلية لفعالية الذات	بين المجموعات	53.080	2	26.540	0.084
	داخل المجموعات	11,714.520	37	316.609	
	المجموع	11,767.600	39		

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (2،37) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 3.25.

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (2،37) ومستوى دلالة 0.01 تساوي 5.29.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-13) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف وكافة الأبعاد، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام وكافة الأبعاد تعزى إلى حالة البتر، أي أن فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف لا تختلف باختلاف حالة البتر.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الفرد يتأثر بصورة الجسم لديه بشكل متكامل، فالبتر سواء كان علويًا أم سفليًا فإنه يُشعر الفرد بالنقص، وبالتالي ستكون لديه توجهات للبحث عن البدائل في ذاته والتركيز على نقاط القوة لديه.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة القاضي (2009) التي لم تُظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة تعزى لحالة البتر.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى مكان السكن.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (التباين الأحادي one way Anova)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-14):

جدول (5-14): نتائج اختبار (التباين الأحادي) - مكان السكن

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	بين المجموعات	365.672	3	121.891	5.252	*0.004
	داخل المجموعات	835.428	36	23.206		
	المجموع	1,201.100	39			
البعد الاجتماعي	بين المجموعات	153.800	3	51.267	1.523	0.225
	داخل المجموعات	1,212.100	36	33.669		
	المجموع	1,365.900	39			
البعد الأكاديمي والمعرفي	بين المجموعات	101.381	3	33.794	2.036	0.126
	داخل المجموعات	597.594	36	16.600		
	المجموع	698.975	39			
بعد الثقة بالذات والآخرين	بين المجموعات	137.456	3	45.819	1.695	0.185
	داخل المجموعات	972.919	36	27.026		
	المجموع	1,110.375	39			
الدرجة الكلية لفعالية الذات	بين المجموعات	2,136.225	3	712.075	2.662	0.063
	داخل المجموعات	9,631.375	36	267.538		
	المجموع	11,767.600	39			

* الفرق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.01$.

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (3، 36) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 2.87.

قيمة F الجدولية عند درجتي حرية (3، 36) ومستوى دلالة 0.01 تساوي 4.38.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-14) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد

فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام تعزى إلى مكان السكن.

وقد تبين أيضاً أن القيمة الاحتمالية (Sig.) للبعد الاجتماعي، والبعد الأكاديمي والمعرفي، وبعد الثقة بالذات والآخرين أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الاجتماعي، البعد الأكاديمي والمعرفي، بعد الثقة بالذات والآخرين لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى مكان السكن.

في حين أن القيمة الاحتمالية (Sig.) للبعد الانفعالي أقل من مستوى الدلالة 0.01 ، وبذلك يمكن استنتاج أنه توجد فروق دلالة إحصائية في البعد الانفعالي لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى مكان السكن.

والجدول التالي (5-15) يوضح نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات مكان السكن للبعد الانفعالي.

جدول (5-15): نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات مكان السكن للبعد الانفعالي

القيمة الاحتمالية (Sig.)	الفرق بين المتوسطين	الفئات	
0.777	2.40000	شمال غزة	غزة
0.129	-7.25000	الوسطى	
0.444	-3.38889	الجنوب	
0.018	-9.65000	الوسطى	شمال غزة
0.039	-5.78889	الجنوب	
0.558	3.86111	الجنوب	الوسطى

يوضح جدول (5-15) نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات مكان السكن للبعد الانفعالي، حيث تُظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فئات مكان السكن للبعد الانفعالي لصالح الذين يسكنون في الوسطى، ومن ثم لصالح الذين يسكنون في الجنوب، ومن ثم لصالح الذين يسكنون في غزة، وأخيراً لصالح الذين يسكنون في الشمال، وهذا يعني أن البعد الانفعالي لدى مبتوري الأطراف الذين يسكنون في الوسطى أكثر من باقي الأماكن الأخرى.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن قطاع غزة مساحته صغيرة وكثافته السكانية عالية، لذا نجد تقارباً في التفكير وردود الأفعال، ولكن وجود الفروق في البعد الانفعالي بشكل أكبر لدى سكان السكن المنطقة الوسطى، قد يعود لكونها مناطق غير مكتظة بالسكان، كذلك وجود الأماكن الزراعية التي تخفف من حدة الانفعالات لدى الفرد وبالتالي يساعد مثل هذه المناطق على الضبط الانفعالي. ولم تتفق النتيجة الحالية مع أي من الدراسات السابقة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي.

للإجابة على هذه الفرضية؛ قامت الباحثة باستخدام اختبار (التباين الأحادي one way Anova)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-16):

جدول (5-16): نتائج اختبار (التباين الأحادي) - المستوى التعليمي

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	بين المجموعات	328.267	2	164.133	6.958	*0.003
	داخل المجموعات	872.833	37	23.590		
	المجموع	1,201.100	39			
البعد الاجتماعي	بين المجموعات	45.817	2	22.908	0.642	0.532
	داخل المجموعات	1,320.083	37	35.678		
	المجموع	1,365.900	39			
البعد الأكاديمي والمعرفي	بين المجموعات	70.600	2	35.300	2.079	0.139
	داخل المجموعات	628.375	37	16.983		
	المجموع	698.975	39			
بعد الثقة بالذات والآخرين	بين المجموعات	56.500	2	28.250	0.992	0.381
	داخل المجموعات	1,053.875	37	28.483		
	المجموع	1,110.375	39			
الدرجة الكلية لفعالية الذات	بين المجموعات	1,114.267	2	557.133	1.935	0.159
	داخل المجموعات	10,653.333	37	287.928		
	المجموع	11,767.600	39			

* الفرق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.01$.

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2،37) ومستوى دلالة 0.05 تساوي 3.25.

قيمة F الجدولية عند درجتى حرية (2، 37) ومستوى دلالة 0.01 تساوي 5.29.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-16) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام تعزى إلى المستوى التعليمي.

وقد تبين أيضاً، أن القيمة الاحتمالية (Sig.) للبعد الاجتماعي ، البعد الأكاديمي والمعرفي، وبعد الثقة بالذات والآخرين أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الاجتماعي، البعد الأكاديمي والمعرفي، وبعد الثقة بالذات والآخرين لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي.

في حين أن القيمة الاحتمالية (Sig.) للبعد الانفعالي أقل من مستوى الدلالة 0.01 ، وبذلك يمكن استنتاج أنه توجد فروق دلالة إحصائية في البعد الانفعالي لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى التعليمي.

والجدول التالي (5-17) يوضح نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات المستوى التعليمي للبعد الانفعالي.

جدول (5-17): نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات المستوى التعليمي للبعد الانفعالي

القيمة الاحتمالية (Sig.)	الفرق بين المتوسطين	الفئات	
0.010	-6.41667	ثانوي	ابتدائي فأقل
0.006	-8.37500	جامعي فأكثر	
0.618	-1.95833	جامعي فأكثر	ثانوي

يوضح جدول (5-17) نتائج اختبار شفهي لمقارنة متوسطات المستوى التعليمي للبعد الانفعالي، حيث تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المستوى التعليمي للبعد الانفعالي لصالح الذين مستواهم التعليمي جامعي فأكثر، ومن ثم لصالح الذين مستواهم التعليمي ثانوي، وأخيراً لصالح الذين مستواهم التعليمي ابتدائي فأقل، وهذا يعني أن البعد الانفعالي لدى مبتوري الأطراف الذين مستواهم التعليمي جامعي فأكثر، أكثر من باقي المستويات التعليمية الأخرى.

وتعزو الباحثة وجود الفروق في البعد الانفعالي بين أفراد العينة لصالح المستوى الجامعي فأكثر، هو أن الفرد المتعلم يكون عقلاً أكثر من غير المتعلم، ويكون أكثر عقلانية بالحكم على الأشياء، وكذلك يكون لديه سيطرة أكثر على ردود أفعاله وانفعالاته.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات الأخرى كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق لدى أفراد العينة تعزى للمستوى التعليمي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى المستوى الاقتصادي.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T - لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-18):

جدول (5-18): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - المستوى الاقتصادي

الأبعاد	المستوى الاقتصادي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	مرتفع/ متوسط	24	25.33	6.02	-0.437	0.664
	منخفض	16	26.13	4.91		
البعد الاجتماعي	مرتفع/ متوسط	24	33.29	6.54	-0.992	0.327
	منخفض	16	35.19	4.82		
البعد الأكاديمي والمعرفي	مرتفع/ متوسط	24	23.29	4.51	-1.356	0.183
	منخفض	16	25.13	3.65		
بعد الثقة بالذات والآخرين	مرتفع/ متوسط	24	34.17	5.88	0.060	0.953
	منخفض	16	34.06	4.58		
الدرجة الكلية لفعالية الذات	مرتفع/ متوسط	24	119.58	19.79	-0.582	0.564
	منخفض	16	122.88	13.31		

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-18) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف وكافة الأبعاد، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام، وكافة الأبعاد تعزى إلى المستوى الاقتصادي، أي أن فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف لا تختلف باختلاف المستوى الاقتصادي.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الأفراد بشكل عام يبحثون دائماً عن الهوية، ويحاولون رفع مستوى الفعالية الذاتية لديهم، فالفرد سواء كان غنياً أم فقيراً فإنه يكون في سعي دائم لصقل شخصيته وتطويرها؛ من أجل الارتقاء بها ورفعها إلى المستوى المأمول، كذلك الخدمات المتعددة التي تقدمها المؤسسات غير الربحية في قطاع غزة، خصوصاً له الدور الكبير في توفير مستلزمات الفرد المتعرض للبتير، كتقديم الطرف الصناعي وكذلك خدمة الإرشاد النفسي المقدمة من العديد من المؤسسات، سواء الحكومية أو الخاصة التي لها الدور الكبير في تخطي المحنة وإيصال الفرد لحالة من التكيف مع الوضع الحالي.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات كدراسة فتح الباب (2009) التي أظهرت عدم وجود فروق بين الأفراد في فعالية الذات تعزى للمستوى الاقتصادي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف تعزى إلى العمر.

للإجابة على هذه الفرضية، قامت الباحثة باستخدام اختبار (T - لعينتين مستقلتين)، ويتضح ذلك من خلال الجدول (5-19):

جدول (5-19): نتائج اختبار (T - لعينتين مستقلتين) - العمر

الأبعاد	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	مستوى الدلالة
البعد الانفعالي	20 إلى أقل من 30 سنة	22	26.00	4.59	0.436	0.665
	30 سنة فأكثر	18	25.22	6.66		
البعد الاجتماعي	20 إلى أقل من 30 سنة	22	33.82	4.91	-0.271	0.788
	30 سنة فأكثر	18	34.33	7.10		
البعد الأكاديمي والمعرفي	20 إلى أقل من 30 سنة	22	24.14	3.28	0.182	0.857
	30 سنة فأكثر	18	23.89	5.27		
بعد الثقة بالذات والآخرين	20 إلى أقل من 30 سنة	22	33.32	4.43	-1.059	0.296
	30 سنة فأكثر	18	35.11	6.26		
الدرجة الكلية لفعالية الذات	20 إلى أقل من 30 سنة	22	120.45	13.73	-0.177	0.860
	30 سنة فأكثر	18	121.44	21.42		

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.05 تساوي 2.02.

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (38) ومستوى معنوية 0.01 تساوي 2.71.

تبين النتائج الموضحة في الجدول (5-19) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) أكبر من مستوى الدلالة 0.05 للدرجة الكلية لفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف وكافة الأبعاد، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف بشكل عام وكافة الأبعاد تعزى إلى العمر، أي أن فعالية الذات لدى مبتوري الأطراف لا تختلف باختلاف العمر.

وتعزو الباحثة ذلك إلى أن معظم أفراد العينة يقعون ضمن فئة الشباب، وهذا ما يجعل الفرد في مرحلة الثورة والميل نحو إثبات ذاته وصقل شخصيته وبلورتها من أجل الوصول للمستوى المأمول، والسعي الدائم والمستمر لتطوير ذاته والبحث عن فرص تتناسب ووضعه الحالي.

واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات الأخرى كدراسة أنور وآخرين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق لدى أفراد العينة تعزى للعمر.

استفادة الباحثة من الدراسة العلمية:

- حققت الباحثة عبر هذه الدراسة العديد من الفوائد، كالاتلاع على العديد من الدراسات والاستفادة من النتائج التي توصلت إليها.
- تعرفت الباحثة على احتياجات المجتمع الفلسطيني المتمثلة في التدخل النفسي العاجل، لمعالجة ما خلفته الحرب من صدمات سواء للأطفال أو للراشدين.
- تعرفت الباحثة على مدى إيجابية المجتمع الغزي، فبالرغم من كل ما مر به من صعوبات إلا أنه لا يزال مجتمعاً مرابطاً صابراً حامداً لله على البلاء.
- كشفت هذه الدراسة للباحثة قوة المجتمع الفلسطيني، والتي تكمن في إيمانه بالقضية والرباط والصبر حتى نيل المطالب.
- زادت هذه الدراسة من المخزون العلمي لدى الباحثة، حيث تعرفت على معانٍ جديدة في مجال التخصص، كعلم النفس الإيجابي وما ينبثق عنه من مفاهيم عديدة كمفهوم نمو ما بعد الصدمة.

الصعوبات التي واجهت الباحثة أثناء تطبيق أدوات الدراسة:

- صعوبة كبيرة في الوصول للعينة (عينة المبتورين) ، حيث تم استهداف القطاع ككل من الشمال وحتى الجنوب.
- رفض بعض الحالات تعبئة الاستبانة، وهذا تسبب في تقليص حجم العينة.
- سفر بعض الحالات لتلقي العلاج والخدمة الطبية في البلدان المجاورة.

المقترحات والتوصيات:

أولاً: التوصيات

- إقامة الجلسات اللازمة لذوي الإعاقة من أجل تنمية الفعالية الذاتية لديهم.
- توفير المجتمع والمؤسسات لفرص عمل ثلاثم هذه الفئة.
- العمل على توفير مراكز تأهيلية تؤهل للأفراد ذوي حالات البتر.
- تقديم دورات تدريبية حول كيفية التعامل مع الإصابات أثناء الحرب.
- إنشاء نوادٍ اجتماعية ورياضية متخصصة تمكن المبتورين من ممارسة كافة أنشطتهم وقضاء وقت الفراغ فيها.
- مساعدة فئة المبتورين على تنمية بعض الحرف لديهم، ومن ثم عرضها في معرض خاص بهم.
- تقديم المعززات المادية والمعنوية لهذه الفئة من أجل رفع مستوى الفعالية الذاتية لديهم.
- التعاون بين المؤسسات الأهلية والجمعيات العمومية والمراكز الحكومية؛ من أجل عمل إعادة تأهيل لمثل هذه الفئة.
- تقديم برامج الدعم النفسي لكل من المبتور وأسرتهم؛ من أجل التخفيف من حدة الأعراض النفسية الناتجة عن ظروف الحرب وتقبل الوضع الجديد للفرد المبتور.

ثانياً: المقترحات

1. إجراء دراسات تتناول علم النفس الإيجابي بشكل عام ونمو ما بعد الصدمة بشكل خاص لإثراء المكتبات العربية بمثل هذه الدراسات النادرة.
2. إجراء دراسات وبرامج تهدف للتخفيف من الأعراض النفسية التي يعاني منها مبتوري الأطراف.
3. إجراء دراسات لاحتياجات مصابي الحرب بشكل عام ومبتوري الأطراف بشكل خاص.
4. إجراء دراسات تتناول تنمية القدرات وصلل الذات لدى حالات البتر.

قصص حقيقية:

قامت الباحثة في هذا البند بوضع بعض القصص لبعض الحالات التي قامت بتطبيق أدوات الدراسة معهم .

• السيد (م. ن) يبلغ من العمر 36 عامًا، تُصِف بيته واستشهدت زوجته وأبناؤه الخمسة ولم يبقَ سواه، وقد بترت يده اليميني، بعد مرور شهر على الحرب بدأ (م) يستفيق من صدمته، وحدثني كيف كان دائم البكاء على زوجته وأبنائه ، هذه الحالة من أكثر الحالات التي أظهرت تغيرات إيجابية للصدمة، فبعد أن استفاق من الصدمة بدأ يشارك في الحياة الاجتماعية بشكل كبير وخاصة مجالس الصلح، كذلك أصبح يتردد بشكل كبير على المساجد ويؤدي صلاة الجماعة. على لسان الشاب: "أنا فقدت زوجتي وخمسة من أبنائي، ولكن لم أفقد حياتي بعد فالطريق لا يزال طويلاً، سأتابع تعليمي الجامعي، وسأهتم أكثر في أمور ديني، كما سأشارك في المناسبات والمجالس الاجتماعية والعائلية".

• السيد (أ. ع) يبلغ من العمر 26 عامًا، تعرّض للقصف في الحرب الأخيرة وبترت قدمه اليسرى، بعد شهرين من الحرب ذهب لمركز الأطراف الصناعية وركب طرفاً صناعياً لقدمه، والآن يعمل في إحدى الشركات الدولية بغزة، لا يبدو عليه أبداً أنه قد فقد إحدى قدميه، بل يبدو أنيقاً ومجتهداً في عمله. على لسان الشاب : "لقد بترت قدمي، وكنت مُصرّاً أن أعيدها كما كانت، وأن أوصل حياتي وأثبت للجميع بأنه ما دامت عقولنا بخير، فنحن قادرون على أن نصنع المستحيل".

• السيد (ن. م) يبلغ من العمر 19 عامًا، أنهى دراسته الثانوية ولم يكمل جامعته، تعرض لبتر في القدم، وبعد أن انتهت الحرب قرر أن يتابع تعليمه، ليجد فرصة عمل تتناسب مع إعاقته، وكان للصدمة الدور الكبير في تغيير مجرى حياته، فأهتم بالتعليم أكثر و أصبح أكثر تديناً واهتماماً بالصلاة والروحانيات، كذلك أصبح يهتم بالمناسبات الاجتماعية ، والتحق بإحدى النوادي الرياضية التي تخصص نوي الإعاقة؛ ليشترك في مباريات التنس.



المصادر والمراجع

- ❖ المراجع العربية
- ❖ المراجع الأجنبية



أولاً: المصادر

- القرآن الكريم
- السنة النبوية

ثانياً: المراجع

أ. المراجع العربية

- أبو غالي، عطف (2012): "فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى"، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات الإسلامية والنفسية، مجلد (20)، عدد (1)، ص (619-664).
- أبو غزال، معاوية (2006). نظريات التطور الإنساني وتطبيقاته التربوية، ط1، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو مرزوق، عصام، وخليفة، علي (2010): أثر التفاعل بين أساليب التعلم ومستويات فاعلية الذات على اتجاهات الطلاب نحو التعلم الإلكتروني بكلية التربية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، تصدرها الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد العشرون، ع (68) ص (319-383).
- الأشول، عادل عز الدين (1999). علم النفس الاجتماعي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الأغا، إحسان والأستاذ محمود (2004): مقدمة في تصميم البحث التربوي، غزة، فلسطين.
- بخيت ، عبد الرحيم (1985): دور الجنس في علاقته بتقديرات الذات، المؤتمر الأول لعلم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، إبريل ع (9) ص (122-136).
- بخيت، عبد الرحيم (1985): دور الجنس في علاقته بتقديرات الذات، المؤتمر الأول لعلم النفس، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، إبريل، ع (9)، ص (122-136).
- حجازي، جولتان(2013): فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق المهني وجودة الأداء لدى معلمات غرف المصادر في المدارس الحكومية في الضفة الغربية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 9، عدد 4.
- حسن، إيمان حسين السيد (2006) صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى مبتوري الأطراف، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة سوهاج.

- حسن، إيمان حسين السيد: (2006) صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى مبتوري الأطراف، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة سوهاج.
- حسيب، عبد المنعم عبد الله (1999): الاستقلال النفسي عن الوالدين وعلاقته بفعالية الذات والسلوك التوكيدي لطلبة الجامعة، مجلة العلوم التربوية، جامعة القاهرة، ع (14)، ص (52-40).
- خطاب، كريمة (2011): فعالية الذات كمحدد نفسي لكل من الإفصاح عن الذات وأنماط السلوك الصحي لدى عينة من الراشدين، بحث محكم، دراسات عربية في علم النفس، مجلة دروية علمية سيكولوجية ربع سنوية محكمة، م (10) ، ع (1).
- دسوقي، كمال (1990): ذخيرة علم النفس، جامعة القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع.
- زهران، حامد (2001). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط 3. القاهرة : عالم الكتب.
- الزور، صلاح (2001): الأطفال والمراهقون في الأسر الفلسطينية، مركز دراسات اللاجئين، جامعة أوكسورد. المملكة المتحدة.
- زيدان، سامي محمد (2001): فاعلية الذات ودور الجنس لدى التلاميذ الأيتام والعاديين في مرحلة الطفولة المتأخرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- سالم، رफقة (2008): علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع (23)، كلية عجلون للتربية.
- شاهين، هيام (2012): فاعلية الذات مدخل لخفض أعراض القلق وتحسين التحصيل الدراسي لدى عينة من التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28، العدد الرابع.
- الشعراوي، علاي محمود (2000): فعالية الذات وعلاقتها ببعض متغيرات الدافعية لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ع (44)، ص (123-146).
- صادق، مصطفى (1997): تقويم الأنشطة الرياضية لمراكز المعاقين حركيًا من وجهة نظر اللاعبين، بحث محكم، المجلة العلمية - التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، مصر.
- صالح، عواطف حسين (1993): الفعالية الذاتية وعلاقتها بضغط الحياة لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ع (23) ص (487-461).

- الصبوة، محمد نجيب (2008)، علم النفس الإيجابي: تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له. مجلة علم النفس، م (4) ص (76-79).
- عاليان، محمد، وعرابي، سميرة (2000): دور السباحة في تحسين الإدراك الحس-حركي لدى المصابين بالبتز السفلي الأحادي، دراسة ماجستير، جامعة عجمان.
- العامري، فاطمة سالم (1993): مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية تحقيق الذات لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الإمارات العربية المتحدة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- العبادسة، أنور أبو يوسف، محمد حماد، إبراهيم (2015): نمو ما بعد الصدمة وأعراض الاضطراب النفسي لدى النازحين في مراكز الإيواء في محافظة خانيونس، بحث مقدم للمؤتمر التربوي الخامس، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبد الباسط، إبراهيم، لطفي (2008): الفروق الفردية والقدرات العقلية بين القياس النفسي وتجهيز المعلومات، مصر العربية للنشر والتوزيع.
- عبد القادر، صابر سفينة (2003): فعالية الذات وعلاقتها باتخاذ القرار لدى المراهقين من الجنسين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.
- العتيبي، بندر (2009): "اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، السعودية.
- عثمان، محفوظ: (2000) يوم دراسي بعنوان: "الصدمة النفسية وآثارها"، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة، فلسطين.
- عثمان، محفوظ: (2002) يوم دراسي بعنوان: "التدخل السريع في الأزمات ومدى قابلية التطبيق في الواقع الفلسطيني"، جامعة القدس المفتوحة، غزة.
- عطا الله (2011): اليابان ونمو ما بعد الصدمة، مقال، صحيفة الرياض، العدد (15621) <http://www.alriyadh.com/619256>
- عكاشة، محمود فتحي (1990): تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء، سلسلة الدراسات العلمية الموسمية المتخصصة، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية، ع (13)، ص (78-94).

- علي، علي عبد السلام، عبد الهادي، أحمد محمد: (1997) دراسة نفسية لتأهيل فاقدى أعضاء الجسم عن طريق البتر، مجلة علم النفس، العدد الثاني والأربعون، السنة الحادية عشر، القاهرة، الهيئة المصرية للكتاب.
- علي، علي وعبد الهادي، أحمد (1997): دراسة نفسية لتأهيل فاقدى أعضاء الجسم عن طريق البتر، مجلة علم النفس .
- غنيم، سيد (1987). سيكولوجية الشخصية. القاهرة: دار النهضة العربية.
- فرحات، السيد محمد (2004): سيكولوجية مبتوري الأطراف، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر .
- فهمي، مصطفى (1976) : الصحة النفسية : دراسات في سيكولوجية التكيف، مكتبة اليازجي، القاهرة.
- فهمي، مصطفى (1978): التكيف النفسي، مكتبة مصر للمطبوعات، ط1.
- القاضي، وفاء (2009): قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- المخلافي، عبد الحكيم (2010): "فعالية الذات الأكاديمية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الطلبة" دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة صنعاء"، بحث محكم ، مجلة جامعة دمشق، م 26.
- مرسلينا، شعبان (2013)، الدعم النفسي ضرورة مجتمعية، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، الإمارات.
- مزلق، وفاء ومعيري، وفاء ومعوزي، هدى (2009): دور الأطراف الصناعية في تحسين صورة الذات لدى الراشد مبتور الأطراف، رسالة ماجستير غير منشورة.
- مهيرة، خلف (2012): مبتوروا الأطراف خلال الحرب على غزة " دراسة إكلينيكية" ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الهواري، ماهر (1998): دراسة تجريبية مقارنة في ديناميات تعيين صورة الجسم ، وصورة الذات في فئات إكلينيكية مختلفة ، رسالة دكتوراة ،كلية الآداب ، جامعة عين شمس.
- هول ، وليندزي . (1978) : نظريات الشخصية، ترجمة أحمد فرج وآخرين. القاهرة ، دار الفكر العربي.

ب. المراجع الأجنبية

- Andrea A. Thornton and Martin A. Perez (2006): **Posttraumatic growth in prostate cancer survivors and their partners**, *Psycho-Oncology*, Volume 15, Issue 4, pages 285–296.
- Arcel, tibby tata, Simunkovc, Gorana Tocilg (1988): **War Violons, Trauma And The Coping Process**, Rehabilitation Center, Copenhagen Denmark.
- Bandura, A. (1977) . Self-Efficacy: Toward, A unifying Theory of Behavior Change. *Journal of Psychological Review*, Vol. 84(2). PP 191-215.
- Birgit Kleim and Anke Ehlers(2009): Evidence for a Curvilinear Relationship Between Posttraumatic Growth and Posttrauma Depression and PTSD in Assault Survivors, *Journal of Traumatic Stress*, Vol. 22, No. 1, February 2009, pp. 45–52.
- Breakry, james(2003) : **body imag for the lower _ lims amputee**, master thesis, columboiauniversity.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). **Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)**. *Depression and Anxiety*, 18, p76–82.
- Cordova MJ, Andrykowski MA (2003): **Responses to cancer diagnosis and treatment: posttraumatic stress and posttraumatic growth**, *Seminars in Clinical Neuropsychiatry* [8(4):286-296].
- Dekel, Sharon&Ein-Dor, Tsachi&Solomon,Zahava(2011):**Posttraumatic Growth and Posttraumatic Distress: A Longitudinal Study**, *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, Tel-Aviv University, American Psychological Association.
- Elsevier, BV (1991): Coping with a mputation and phantom limb pain, *Journal of psychosomatic research*, Volume 46, issue4.
- Gabriele Pratia* & Luca Pietrantonio(2009): Optimism, Social Support, and Coping Strategies As Factors Contributing to Posttraumatic Growth: A Meta-Analysis, *Journal of Loss and Trauma: International Perspectives on Stress & Coping* Volume 14, Issue 5.
- Gillespie, D. A Hilman, S. (1993). Impact of Self – Efficacy Expectations on Adolescent Career Choice, *Journal of Personality*, 31 (6) pp 32- 40
- Hodgkincon, peter, Stewart, Michael (1991): **Coping With Catastrophe, Ahandbook Of Disaster Management Rouledge** .
- Jeffry , M. Sharon Begloy (2002): **The Mind And The Brain**, Harper Collins.

- Kirsch, T.(1985). Response Expectancy as Detdliminant of Experience and Behavior, **Journal of American Psychological**. Vol. 11 (4) PP189-202.
- Kohut, H, and Strozier, C.P (1985): **Self psychology and hunanties reflections on new psychology approach**, New York.
- Kristin, wellerhahn (2002): effect of participation in physical activity on body image of armputation, **Amrican journal of physical medicine of rehabilitation**.
- Manne, Sharon PhD; Ostroff, Jamie PhD; Winkel, Gary PhD; Goldstein, Lori MD; Fox, Kevin MD; Grana, Generosa MD(2014): **Posttraumatic Growth After Breast Cancer: Patient, Partner, and Couple Perspectives**, by American Psychosomatic Society, **Psychosomatic Medicinem**, May/June 2004 - Volume 66 - Issue 3 - pp 442-454.
- Pajares, F.; & Miller ,M. (1994). Role of Self Efficacy andSelf Efficacy Belief in Mathematical Problem Solving . A Pathy Analysis. **Journal of Educational Psychology**, Vol.87 (2) PP 193- 203.
- Patterson, Thomas G. Travison and Melissa L. McCarthy, Andrew R. Burgess, Marc F. Swiontkowski, Roy W. Sanders, Alan L. Jones, Mark P. McAndrew, Brendan M. Ellen J. MacKenzie, Michael J. Bosse, Renan C. Castillo, Douglas G. Smith, Lawrence X. Webb, James F. Kellam,(2004): Amputation Functional Outcomes Following Trauma-Related Lower-Extremity, **The Journal of bone and Joint Surgery, Incorporated**.
- Pohjolainen, T, Alornt, H(2007): Physical medicin of Rehabilitation, **The Journal of Bone of Joint surgery**.
- Rains, J. Hardling, Ritchie David (1995) : **Bailey And Love Short Proctic Of Surgery**, Ellps (22 edition).
- Rama Krsna Rajandram & Josef Jenewein & Colman McGrath & Roger Arthur Zwahlen(2011): **Coping processes relevant to posttraumatic growth: an evidence-based review**, Support Care Cancer 19:583–589.
- Rappaport. H (1991) . **Measuring defensiveness against future anxiety Telepression**. Current psychology research and Review. Vol. 10 (1). PP 65 – 77 .
- Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun (1996): The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma, **Journal of Traumatic Stress**, July 1996, Volume 9, Issue 3, pp 455-471.
- Richard G.Tedeschi, crystal L. Park, lawrence G. Calhoun (2004): **posttrmaumatic growth: conceptual foundations & empirical evidence**, University of nourth carolina charlotte, psychological inquiry, vol 15, no 1. 1-18.

- Richard G.Tedeschi, crystal L. Park, lawrence G. Calhoun (2009): **posttraumatic growth, personality & clinical psychology series.** Lrving B. Weiner. Editor.
- Sarah L. Jirek (2011): **posttraumatic growth in the lives of young adult trauma survivors: relationships with cumulative adversity, narrative reconstruction, and survivor missions.** A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of **Doctor of Philosophy (Social Work and Sociology)** in The University of Michigan.
- Sawyer A , Ayers S , Field AP (2010): **Posttraumatic growth and adjustment among individuals with cancer or HIV/AIDS: a meta-analysis,** Clinical psychology review
- Schawrzner, R. (1999). **General Perceived Self- Efficacy in 14 Cultures** , Washington Dc: Hemisphere.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2006). **Hand Book Of Posttraumatic growth: Research And Practice.** London, PA: Lawrence Erlbaum Associates.
- Tedeshi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). **Posttraumatic Growth: Conceptual Foundation and Empirical Evidence.** Philadelphia, PA: Lawrence Erlbaum Associates, p1-18.
- Tierney, Lawrence, Stephen . Jr. (2006): **Current Medical Diagnosis And Treatment,** Librain du Liban.
- Wetterhaha, Kristina, Hanson, Carolyn; Levy churls (2002): Effect of participation in physical Activity on body Image of Amputees, **American Journal of physical Medicine and Rehabilitation , U.S.A.**

الملاحق

- ❖ قائمة بأسماء المحكمين
- ❖ كتاب موجّه للأساتذة المحكمين
- ❖ الصورة الأولى للاستبيان
- ❖ الصورة النهائية للاستبيان
- ❖ مقياس نمو ما بعد الصدمة
- ❖ المقياس الموجّه للعينة
- ❖ طلب تسهيل مهمة الباحث



ملحق رقم (1)
أسماء المحكمين

مكان العمل	الاسم	م
أستاذ مشارك جامعة هيرفورشاير - لندن	د. محمد الطويل	1.
الجامعة الإسلامية - غزة	د. جميل الطهراوي	2.
جامعة الأقصى - غزة	د. تغريد عبد الهادي	3.
وزارة التربية والتعليم	د. محمد الحواجري	4.
جامعة الأقصى - غزة	د. يحيى النجار	5.
مركز فلسطين للصدمة	د. عمر البحيصي	6.

ملحق رقم (2)

كتاب موجه للأستاذة المحكمين

بسم الله الرحمن الرحيم

الأخ الدكتور/ _____ حفظه الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الموضوع: تحكيم استبانة

يشرفني إحاطتكم علما بأنني أقوم بإجراء دراسة حول: "تمو ما بعد الصدمة وعلاقتها بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة"، بإشراف الدكتور/ سمير قوته. وذلك بهدف الحصول على درجة الماجستير في الصحة النفسية.

لذا أتشرف بالاستفادة من خبرتكم كأحد أعضاء المحكمين لاستبانة الدراسة المرفقة: مقياس فعالية الذات لدى عينة من مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة.

وأرجو التكرم بإبداء رأيكم في عبارات المقياس من حيث:

- الصياغة اللغوية
- توافق كل فقرة مع البعد المنتمية إليه.
- مناسبتها لموضوع الدراسة.
- إضافة أو حذف ما ترونه مناسباً.

وتفضلوا بقبول فائق الشكر والتقدير

الباحثة

آلاء أحمد أبو القمصان

ملحق رقم (3)
مقياس فعالية الذات في صورته الأولى (للتحكيم)

مقياس فعالية الذات						
#	العبارة	دائماً	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبداً
البعد الانفعالي						
1	أستطيع المحافظة على اتزاني في المواقف الصعبة					
2	لدي القدرة على التحكم في انفعالاتي					
3	لدي القدرة على تحمل الضغوط المختلفة					
4	أعتقد أنني أمتلك عزيمة وإرادة قويتين					
5	أصر على إتمام المهمات المطلوبة مهما واجهت من صعوبة أو تعب					
6	أترك العمل قبل إكماله					
7	أمتلك نفسي أمام من يحاول استفزازي					
البعد الاجتماعي						
8	أستطيع وضع الحلول المناسبة لأي مشكلة تواجهني					
9	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
10	أشعر أنني أمتلك بعض المهارات الاجتماعية					
11	أتردد في المبادرة للقيام بأي نشاط اجتماعي					
12	أشعر بعد الارتياح عندما أكون مع أشخاص لا أعرفهم					
البعد الأكاديمي والمعرفي						
13	يسهل علي الوصول إلى أي أهداف مهما كانت بعيدة					
14	سيكون لي مستقبل باهر					
15	يقتنع زملائي بأرائي لثقتهم الكبيرة في شخصيتي					
16	يكلفني من حولي بالمهمات السهلة					
17	نظرًا لقدراتي العالية يمكنني توقع نتائج الحلول التي أصل إليها					

					18	بوسعي تعلم أي شيء لو ركزت فكري فيه
بعد الثقة بالذات والآخرين						
					19	وهبني الله عز وجل من القدرات ما يجعلني سعيداً
					20	لا أتق في مقدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث غير المتوقعة
					21	أستطيع تحمل الكثير من المسؤوليات
					22	أشعر أنني غير قادر على منافسة أقراني
					23	أرى أن لي دور مؤثر في المجتمع
					24	يصعب علي التوافق مع أي مجتمعات جديدة
					25	انتصر لنفسي في كثير من المواقف
					26	أتق كثيراً بمن هم حولي
					27	أعتقد أن لي أصدقاء يمكن الاعتماد عليهم
					28	لا يمكنني التعامل مع جميع العقبات التي تواجهني
					29	نظرًا لقدراتي العالية يمكنني توقع نتائج الحلول التي أصل إليها

محلّق رقم (4)
مقياس فعالية الذات في صورته النهائية

#	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
البعد الانفعالي						
1	أستطيع المحافظة على اتزاني في المواقف الصعبة					
2	لدي القدرة على التحكم في انفعالاتي					
3	لدي القدرة على تحمل الضغوط المختلفة					
4	أعتقد أنني أمتلك عزيمة وإرادة قويتين					
5	أصر على إتمام المهمات المطلوبة مهما واجهني من صعوبة أو تعب					
6	أثابر في العمل من أجل الحصول على نتيجة مرضية					
7	أتحكم بذاتي أمام من يحاول استفزازي					
البعد الاجتماعي						
8	أستطيع وضع الحلول المناسبة لحل مشكلاتي مع الآخرين					
9	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
10	أشعر أنني أمتلك بعض المهارات الاجتماعية التي تؤهلني للانخراط بالمجتمع					
11	أتردد في المبادرة للقيام بأي نشاط اجتماعي					
12	أشارك الجيران في العديد من المناسبات السعيدة والحزينة					
13	أحاول الصلح بين المتخاصمين					
14	أشعر بعدم الارتياح عندما أكون مع أشخاص لا أعرفهم					
15	يسهل علي إقامة علاقات جديدة					
16	أخاطب الناس على قدر عقولهم					
البعد الأكاديمي والمعرفي						
17	يسهل علي الوصول إلى أي أهداف مهما كانت بعيدة					

					18 أنا على يقين بأنه سيكون لي مستقبل باهر
					19 يقتنع زملائي بأرائي لثقتهم الكبيرة في شخصيتي
					20 يثق من حولي بقدراتي
					21 نظرًا لقدراتي العالية يمكنني توقع نتائج الحلول التي أصل إليها
					22 بوسعي تعلم أي شيء لو ركزت فكري فيه
بعد الثقة بالذات والآخرين					
					23 وهبني الله عزوجل من القدرات ما يجعلني موفقًا وناجحًا وسعيدًا
					24 لا أثق في مقدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث
					25 أستطيع تحمل الكثير من المسؤوليات الملقاة على عاتقي
					26 أشعر أنني غير قادر على منافسة أقراني
					27 أرى أن لي دور مؤثر في المجتمع
					28 يصعب عليّ التوافق مع أي مجتمعات جديدة
					29 أنتصر لنفسي في كثير من المواقف
					30 أثق كثيرًا بمن هم حولي
					31 أعتقد أن لي أصدقاء يمكن الاعتماد عليهم
					32 لا يمكنني التعامل مع جميع العقبات التي تواجهني

ملحق رقم (5)

مقياس نمو ما بعد الصدمة

هذه الأسئلة تتناول التطور للأشخاص الذين يتعرضون لأزمات نفسية مثل الحرب، الرجاء وضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك.

درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	قليلاً	قليلاً جداً	لا	البند	
						1. تغيرت أهدافي في الحياة بعد الحرب مقارنة لما هي عليه قبل الحرب.	
						2. أقدر قيمة حياتي أكثر من الأول	
						3. بدأت أهتم بأشياء جديدة في الحياة	
						4. أصبحت تقتي في نفسي أكثر من قبل	
						5. أصبحت أفهم الأمور الروحية و الدينية أفضل من قبل	
						6. عرفت بأنني أستطيع الاعتماد على الآخرين حولي عندما أقع في مشكلة	
						7. اخترت طريقاً (مساراً) جديداً في حياتي	
						8. أشعر بالقرب من الآخرين	
						9. أصبحت قادراً على التعبير عن مشاعري أكثر من قبل الحرب	
						10. أعرف بأنني أصبحت قادراً بطريقة أفضل على التعامل مع مشاكلي	
						11. أستطيع أن أفعل الأشياء في حياتي بطريقة جيدة بعد الحرب	
						12. أقبل بشكل أفضل ما انتهت إليه الأمور بعد الحرب	
						13. أقدر كل يوم جديد في حياتي أكثر من الأول	
						14. أصبحت لدي فرص جديدة في الحياة لم تكن موجودة من قبل	
						15. أصبحت لدي عاطفة وحب تجاه الآخرين	
						16. أحاول أن أقيم أفضل العلاقات الاجتماعية مع الآخرين	

بدرجة كبيرة جداً	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	قليلاً	قليلاً جداً	لا	البند	
						أحاول أن أغير الأشياء في الحياة التي تحتاج للتغيير	17
						أصبح أيماني أعمق بالله	18
						اكتشفت بأنني أكثر قوة مما كنت أعتقد	19
						تعلمت كثيراً كيف أن الناس حولي رائعون	20
						تقبلت أكثر من قبل بأنني أحتاج الناس من حولي	21

ملحق رقم (6)

الاستبانة الموجهة للعينة

أخي الفاضل، أختي الفاضلة.....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: " نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفعالية الذات لدى مبتوري الأطراف في الحرب الأخيرة على غزة".

وذلك من أجل الحصول على درجة الماجستير في علم النفس قسم الصحة النفسية، وقد تم بناء الاستبانة كأداة لجمع البيانات وهي تتكون من جزأين:

الجزء الأول: استبانة نمو ما بعد الصدمة.

الجزء الثاني: استبانة فعالية الذات.

لذا ترحو الباحثة من حضراتكم التكرم بقراءة كل فقرة من فقرات الاستبانة وتحديد درجة موافقتك أو تأييدك لكل منها بوضع علامة (✓) في الخانة التي تناسبك، وكلية أمل أن تكون إجاباتكم عن جميع فقرات الاستبانة بصراحة ودقة وموضوعية للوصول إلى نتائج صحيحة وصادقة، مع العلم بأن إجاباتكم سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

شاكرين لكم حسن تعاونكم ،،،

الباحثة

آلاء أحمد أبو القمصان

الملاحق

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر أنثى

الحالة الاجتماعية: أعزب متزوج

مطلق أرمل

حالة البتر: علوي سفلي

مشترك (علوي وسفلي معًا)

مكان السكن: غزة شمال غزة الوسطى

الجنوب

المستوى التعليمي: ابتدائي ثانوي جامعي دراسات عليا

أخرى

المستوى الاقتصادي:

مرتفع متوسط منخفض

العمر:

مقياس نمو ما بعد الصدمة

هذه الأسئلة تتناول التطور للأشخاص الذين يتعرضون لأزمات نفسية مثل الحرب، الرجاء وضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك.

درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	قليلاً	قليلاً جداً	لا	البند	
						تغيرت أهدافي في الحياة بعد الحرب مقارنة لما هي عليه قبل الحرب.	.22
						أقدر قيمة حياتي أكثر من الأول	.23
						بدأت أهتم بأشياء جديدة في الحياة	.24
						أصبحت ثقفتي في نفسي أكثر من قبل	.25
						أصبحت أتفهم الأمور الروحية و الدينية أفضل من قبل	.26
						عرفت بأنني أستطيع الاعتماد على الآخرين حولي عندما أقع في مشكلة	.27
						اخترت طريقاً (مساراً) جديداً في حياتي	.28
						أشعر بالقرب من الآخرين	.29
						أصبحت قادراً على التعبير عن مشاعري أكثر من قبل الحرب	.30
						أعرف بأنني أصبحت قادراً بطريقة أفضل على التعامل مع مشاكل	.31
						أستطيع أن أفعل الأشياء في حياتي بطريقة جيدة بعد الحرب	.32

بدرجة كبيرة جداً	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	قليلاً	قليلاً جداً	لا	البند	
						أقبل بشكل أفضل ما انتهت إليه الأمور بعد الحرب	.33
						أقدر كل يوم جديد في حياتي أكثر من الأول	.34
						أصبحت لدي فرص جديدة في الحياة لم تكن موجودة من قبل	.35
						أصبحت لدي عاطفة وحب تجاه الآخرين	.36
						أحاول أن أقيم أفضل العلاقات الاجتماعية مع الآخرين	.37
						أحاول أن أغير الأشياء في الحياة التي تحتاج للتغيير	.38
						أصبح إيماني أعمق بالله	.39
						اكتشفت بأنني أكثر قوة مما كنت أعتقد	.40
						تعلمت كثيراً كيف أن الناس حولي رائعون	.41
						تقبلت أكثر من قبل بأنني أحتاج الناس من حولي	.42

مقياس فعالية الذات

#	العبرة	دائمًا	غالبًا	أحيانًا	نادرًا	أبدًا
البعد الانفعالي						
1	أستطيع المحافظة على اتزاني في المواقف الصعبة					
2	لدى القدرة على التحكم في انفعالاتي					
3	لدي القدرة على تحمل الضغوط المختلفة					
4	أعتقد أنني أملك عزيمة وإرادة قويتين					
5	أصر على إتمام المهمات المطلوبة مهما واجهني من صعوبة أو تعب					
6	أثابر في العمل من أجل الحصول علي نتيجة مرضية					
7	أتحكم بذاتي أمام من يحاول استنزائي					
البعد الاجتماعي						
8	أستطيع وضع الحلول المناسبة لحل مشكلاتي مع الآخرين					
9	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين					
10	أشعر أنني أملك بعض المهارات الاجتماعية التي تؤهلني للانخراط بالمجتمع					
11	أتردد في المبادرة للقيام بأي نشاط اجتماعي					
12	أشارك الجيران في العديد من المناسبات السعيدة والحزينة					
13	أحاول الصلح بين المتخاصمين					
14	أشعر بعدم الارتياح عندما أكون مع أشخاص لا أعرفهم					
15	يسهل علي إقامة علاقات جديدة					
16	أخاطب الناس على قدر عقولهم					
البعد الأكاديمي والمعرفي						
17	يسهل علي الوصول إلى أي أهداف مهما كانت بعيدة					

					18 أنا على يقين أن بأنه سيكون لي مستقبل باهر
					19 يقتنع زملائي بأرائي لتقتهم الكبيرة في شخصيتي
					20 يثق من حولي بقدراتي
					21 نظرًا لقدراتي العالية يمكنني توقع نتائج الحلول التي أصل إليها
					22 بوسعي تعلم أي شيء لو ركزت فكري فيه
بعد الثقة بالذات والآخرين					
					23 وهبني الله عزوجل من القدرات ما يجعلني موفقًا وناجحًا وسعيدًا
					24 لا أثق في مقدرتي على التعامل بكفاءة مع الأحداث
					25 أستطيع تحمل الكثير من المسؤوليات الملقاة على عاتقي
					26 أشعر أنني غير قادر على منافسة أقراني
					27 أرى أن لي دور مؤثر في المجتمع
					28 يصعب عليّ التوافق مع أي مجتمعات جديدة
					29 أنتصر لنفسي في كثير من المواقف
					30 أثق كثيرًا بمن هم حولي
					31 أعتقد أن لي أصدقاء يمكن الاعتماد عليهم
					32 لا يمكنني التعامل مع جميع العقبات التي تواجهني

ملحق رقم (7)

تسهيل مهمة



الجامعة الإسلامية - غزة
The Islamic University - Gaza

مكتب نائب الرئيس للبحث العلمي والدراسات العليا هاتف داخلي 1150

الرقم ... ح ج غ / 35 / 35

Date ... 2015/06/08 التاريخ

الأخوة الأفاضل/ مركز الأطراف الصناعية حفظهم الله

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الموضوع/ تسهيل مهمة طالبة ماجستير

تهديكم شتون البحث العلمي والدراسات العليا أطهر تحياتها، وتزجو من سيادتكم بمساعدة الطالبة/ ألاء أحمد حسين أبو القمصان، برقم جامعي 220130006 المسجلة في برنامج الماجستير بكلية التربية تخصص الصحة النفسية المجتمعية وذلك بهدف تطبيق أدوات دراستها والحصول على المعلومات التي تساعدنا في إعداد رسالة الماجستير والتي بعنوان :

نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بفاعلية الذات لدى مبتوري الأطراف في
الحرب الأخيرة على غزة "حرب عام 2014"

« والله ولي التوفيق ».

الرئيس للبحث العلمي والدراسات العليا



أ.د. فؤاد علي العاجز

صفحة 1 من 1
✦ ✦ ✦

Islamic University-Gaza
Dean of High Education
Faculty of Education
Psychology Department-Mental health



**The growth of post-traumatic stress and its relationship to
self-effectiveness of amputations in the recent war on Gaza
"2014 war"**

Prepare by:

Alaa Ahmad Abu Al Qumssan

Supervised by:

Prof. Samir Ramadan Qouta

**Submitted in Partial Fulfillments for the Degree of Master
of Mental Health in Department of Psychology College of
Education – Islamic University of Gaza**

2016