



جامعة وهران 2

كلية العلوم الإجتماعية

قسم علم النفس والارطفونيا

أطروحة للحصول على شهادة دكتوراه علوم

في علم النفس الأسري

علاقة الصلابة النفسية للأبناء بخبراتهم الصادمة
(في ضوء المساندة الأسرية و النوع)

من إعداد الطالب:

شرفي أحمد

تحت إشراف:

أ.د. إزيدي كريمة

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	مؤسسة الإنتماء	الصفة
قادري حليلة	أستاذة التعليم العالي	جامعة وهران 2	رئيسا
إزيدي كريمة	أستاذة التعليم العالي	جامعة وهران 2	مشرفا ومقررا
بن شدة مليكة	أستاذة التعليم العالي	جامعة وهران 2	مناقشا
حرطاني امينة	استاذة محاضرة —أ—	جامعة سيدي بلعباس	مناقشا
بن الحاج جلول عبد القادر	استاذ محاضر —أ—	المدرسة العليا للإساتذة مستغاثم	مناقشا
راحيس ابراهيم	استاذ محاضر —أ—	جامعة الشلف	مناقشا

السنة الجامعية: 2024-2025



جامعة وهران 2
كلية العلوم الإجتماعية
قسم علم النفس والارطفونيا
أطروحة للحصول على شهادة دكتوراه علوم
في علم النفس الأسري

علاقة الصلابة النفسية للأبناء بخبراتهم الصادمة
(في ضوء المساندة الأسرية و النوع)

تحت إشراف:
أ.د. إزيدي كريمة

من إعداد الطالب:
شرفي أحمد

لجنة المناقشة

الصفة	مؤسسة الإنتماء	الرتبة	الإسم واللقب
رئيسا	جامعة وهران 2	أستاذة التعليم العالي	قادري حليلة
مشرفا ومقررا	جامعة وهران 2	أستاذة التعليم العالي	إزيدي كريمة
مناقشا	جامعة وهران 2	أستاذة التعليم العالي	بن شدة مليكة
مناقشا	جامعة سيدي بلعباس	استاذة محاضرة —أ—	حرطاني امينة
مناقشا	المدرسة العليا للاساتذة مستغانم	استاذ محاضر —أ—	بن الحاج جلول عبد القادر
مناقشا	جامعة الشلف	استاذ محاضر —أ—	راحيس ابراهيم

السنة الجامعية: 2024-2025

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى كل من:

- روح امي الطاهرة، رحمها الله وأسكنها فسيح جنانه.
- أبي واخوتي حفظهم الله وأطال في أعمارهم.
- زوجتي و ولداي حمزة وخيرة، بارك الله لي فيهم

كلمة شكر وتقدير

أقدم بجزيل الشكر وعميق الامتنان إلى أستاذتي الفاضلة أ.د. إزيدي كريمة التي لم تبخل علي لا بوقتها و لا بتوجيهاتها، فلها مني كل التقدير والاحترام.

شكري موصول أيضا إلى الأساتذة الذين ساهموا في إثراء هذا البحث.

لا يفوتني أيضا أن أعبر عن شكري و تقديري للأساتذة أعضاء لجنة المناقشة الذين شرفوني بتقييم هذا العمل و مناقشته.

شكري موصول أيضا إلى أفراد عينة الدراسة على حسن تعاونهم معي في الاستجابة لوحداث أدوات البحث.

الباحث :شرفي أحمد

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة إلى الكشف والتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها في ضوء متغيري المساندة الأسرية و النوع. . وعليه تحددت مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

1. هل توجد علاقة بين الصلابة النفسية للأبناء (ذكور و إناث) و الخبرات الصادمة التي تعرضوا

إليها؟

2. هل هناك فروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية؟.

3. هل هناك فروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في متغير الصلابة النفسية؟.

تنطلق الدراسة من فرضيات هي:

1-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية.

3-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في متغير الصلابة النفسية

واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. على عينة من الأبناء الذين تعرضوا لخبرات صادمة قوامها (101) فردا بطريقة (قصدية) . الذكور (51) فردا، والإناث (50). في ولاية غليزان في عام 2021.

قام الباحث باستخدام ثلاث استبيانات وهي: مقياس الصلابة النفسية: تقنين أ.د/ بشير معمريّة. و استبيان المساندة الأسرية واستبيان الخبرات الصادمة (من إعداد الطالب الباحث).

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها في ضوء متغيري المساندة الأسرية و النوع. كما وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية لصالح الإناث. وأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.

Abstract:

This study aims to identify the level of psychological Stiffness of children and the traumatic experiences they were exposed to within the variables of family support and gender. The study problem was defined in the following questions:

1. Is there a relationship between the psychological resilience of children (males and females) and the traumatic experiences they have been exposed to?
2. Are there gender differences in family support between those exposed to traumatic experiences?
3. Are there gender differences in the psychological resilience variable between those exposed to traumatic experiences?

The study is based on the following hypotheses:

1. There is a statistically significant correlation between children's psychological resilience and the traumatic experiences they have been exposed to.
2. There are statistically significant differences between the genders exposed to traumatic experiences in terms of family support.
3. There are statistically significant differences between the genders exposed to traumatic experiences in terms of psychological resilience.

The researcher used the descriptive analytical approach. The sample consisted of the study (101) children who have been exposed to traumatic experiences They have been selected intentionally. males (51), and females (50). in Relizane in the year 2021.

the researcher used three scale are: Scale of psychological hardiness (prepared by Mikhamar, 2002 .Legalization of PD. Bachir Maamaria), and the scale of traumatic experience and family Support (Prepared by the researcher).

The results showed that there is significant correlation between the level of psychological Stiffness of children and the traumatic experiences. Also, there are differences between the sexes exposed to traumatic experiences in family support, in favor of females. and were no differences between the sexes in the level of psychological Stiffness.

Keywords : Traumatic experiences, Psychological Stiffness, Family support, Children, gender

Résumé:

L'étude vise à révéler et identifier le niveau de résistance psychologique des enfants et les expériences traumatisantes auxquelles ils ont été exposés à la lumière des variables de soutien familial et de sexe. La problématique de l'étude a été définie selon les questions suivantes :

1. Existe-t-il un lien entre la résilience psychologique des enfants (garçons et filles) et les expériences traumatisantes auxquelles ils ont été exposés ?
2. Existe-t-il des différences de genre en matière de soutien familial entre les personnes exposées à des expériences traumatisantes ?
3. Existe-t-il des différences de genre en matière de résilience psychologique entre les personnes exposées à des expériences traumatisantes ?

L'étude repose sur les hypothèses suivantes :

1. Il existe une corrélation statistiquement significative entre la résilience psychologique des enfants et les expériences traumatiques auxquelles ils ont été exposés.
2. Il existe des différences statistiquement significatives entre les sexes exposés à des expériences traumatiques en termes de soutien familial.
3. Il existe des différences statistiquement significatives entre les sexes exposés à des expériences traumatiques en termes de résilience psychologique.

Le chercheur a utilisé la méthode d'analyse descriptive. Sur un échantillon de (101) enfants qui ont été exposés à des expériences traumatisantes de manière (intentionnelle). Mâles (51 individus), femelles (50). Dans l'état de Relizane en 2021.

Le chercheur a utilisé trois questionnaires : Échelle de résistance psychologique : codifiée par le professeur Bashir Maamria. Le questionnaire sur le soutien familial et le questionnaire sur les expériences traumatisantes (préparé par l'étudiant-chercheur). Les résultats ont montré une corrélation statistiquement significative entre le niveau de résistance psychologique des enfants et les expériences traumatisantes auxquelles ils ont été exposés à la lumière des variables de soutien familial et de sexe

Mots clefs: résistance psychologique , expériences traumatisantes , soutien familial , enfants sex ,

قائمة المحتويات

- الإهداء..... أ
- كلمة شكر وتقدير..... ب
- الملخص ج
- قائمة المحتويات..... د
- المقدمة..... 1

الفصل الأول: مدخل الى الدراسة

1. اشكالية الدراسة..... 9
2. فرضيات الدراسة..... 11
3. أهداف الدراسة..... 11
4. أهمية الدراسة 11
5. التعاريف الإجرائية 12

الفصل الثاني : الصلابة النفسية

1. مفهوم الصلابة النفسية..... 16
2. النظريات المفسرة للصلابة النفسية..... 19
3. أبعاد الصلابة النفسية..... 23

28.....	4. خصائص الصلابة النفسية
31.....	5. أهمية الصلابة النفسية.....
34	6. دراسات حول الصلابة النفسية

الفصل الثالث: الخبرات الصادمة

51.....	1. تعاريف الخبرة الصادمة.....
55.....	2. النظريات التي تناولت الخبرة الصادمة
65	3. اشكال الخبرة الصادمة.....
73.....	4. الخبرات الصادمة من وجهة نظر الاسلام.....
77.....	5. العوامل المؤثرة في استجابات الأفراد للخبرة الصادمة.....
86	6. دراسات تناولت الخبرة الصادمة

الفصل الرابع: الصدمة النفسية

100.....	1. مفهوم الصدمة النفسية
102	2. الصدمة النفسية حسب التحليل النفسي.....
109	3. أعراض الصدمة النفسية
112	4. طبيعة الحدث الصدمي.....
114.....	5. العوامل التي تجعل الحدث صدميا

6. سيرورة حدوث الصدمة 115

الفصل الخامس: المساندة الاسرية

1. مفهوم المساندة الاجتماعية..... 120
2. أشكال المساندة الاجتماعية 121
3. المساندة الاسرية..... 128
4. اهمية المساندة الاسرية..... 129
5. انماط المساندة الاسرية..... 129
6. وظائف المساندة الاسرية..... 130
7. ابعاد المساندة الاسرية..... 131
8. دراسات تناولت المساندة الاسرية..... 132

الفصل السادس: الاجراءات المنهجية للدراسة

1. منهج الدراسة..... 147
2. اهداف الدراسة 148
3. الحدود المكاني..... 148
4. الحدود الزمانية..... 148
5. عينة الدراسة 148

149.....	6. ادوات الدراسة.
153.....	7. الخصائص السيكمترية للأدوات
158.....	8. الاساليب الاحصائية.

الفصل السابع: عرض ومناقشة النتائج

160	1. عرض ومناقشة الفرضية الاولى.
165	2. عرض ومناقشة الفرضية الثانية.
169	3. عرض ومناقشة الفرضية الثالثة.
171	4. استنتاج عام.
173.....	• الخاتمة والتوصيات
176.....	• المراجع
188.....	• الملاحق

قائمة الجداول والاشكال

149.....	(01) توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة.....
151.....	(02) توزيع قيم (ت) لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور.....
151.....	(03) توزيع قيم (ت) لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث.....
	(04) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على حساب الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية.....
152.....	(05) معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ.....
154.....	(06) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات المقياس و الدرجة الكلية.....
	معاملات الارتباط بين فقرات إستبيان الخبرات الصادمة للأبناء والدرجة الكلية
156.....	(07) للإستبيان.....
	(08) يبين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.....
161.....	(09) نتائج الفروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية.....
165.....	(10) نتائج الفروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.....
169.....	(01) رسم لوحة الانتشار بين متغيري مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة.....
160.....	

المقدمة:

إن الأسرة بتربيتها لأطفالها تربية سليمة تؤدي خدمة للمجتمع و ذلك للدور الكبير الذي تلعبه في إشباع حاجات الطفل الجسمية و العقلية و الاجتماعية و النفسية و الوجدانية و الانفعالية. فالطفل البشري هو أكثر الكائنات الحية إتكالية فهو بحاجة إلى رعاية و عناية من والديه فواجب الأسرة حماية أطفالها خاصة أولئك الذين يتعرضون لخطر دائم .

فأساليب التفاعل التي تديرها الأسرة و العلاقات السليمة السائدة بين أفرادها تعد الوسيلة الاجتماعية الفعالة لتعزيز الأنماط السلوكية المقبولة وتشجيع القيم و الاتجاهات و أنماط السلوك الإيجابية التي يحرص عليها المجتمع ويغرسها في نفوس أفرادها، فالأسرة التي تزود المجتمع بما يحتاجه من طاقات و خبرات و إمكانات مطالبة برعاية و تنشئة الأبناء خلال مراحل نموهم المختلفة. بحيث إن الكثير من حالات اضطرابات الفرد ما هي إلا عرض من أعراض اضطراب الأسرة، والمتمثل في الظروف غير المناسبة و أخطاء الممارسات التربوية في عملية التنشئة الاجتماعية كعدم إحتضان الطفل أو رعايته، مما يؤدي إلى شعوره بالوحدة. فالطفل يحتاج إلى من يستمع إليه و يساعده في حل مشكلاته و تحقيق أحلامه وتطلعاته. فهو يحتاج إلى من يسانده ويدعمه و يشجعه. لهذا الاستقرار الأسري يعد من العوامل الإيجابية التي تساعد على تهيئة الجو المريح الذي يعيش فيه أفراد الأسرة ذلك أن الاضطرابات الأسرية تبدد طاقات الأفراد بما لا يعود عليهم بالنفع .

فشخصية الفرد وصحته النفسية تتأثران بالعديد من المواقف و الظروف التي يتعرض لها ومن ذلك العوامل الأسرية والاجتماعية والاقتصادية و شتى حالات الضغط التي تصاحب تلك المواقف.

يتعرض الإنسان إلى الكثير من الخبرات الصادمة في حياته و لا سيما الأبناء الذين يعانون أكثر من غيرهم. إذ يعيش الأبناء في حالة من الاضطراب النفسي، و إن ضحايا الصدمات و خاصة الأطفال منهم بحاجة إلى مساندة أسرهم أو القائمين على رعايتهم .

تطلق الخبرة الصادمة على نوع الخبرة المفردة للفرد بحيث لا يستطيع إحتمالها فيتداعى بالأعراض المرضية ،ويأتي تأثيرها من الفجائية التي تحدث أثناء الصدمة وتختلف إستجابة الفرد للخبرات الصادمة و المؤلمة وذلك لوجود الفروق الفردية بينهم. فمنهم من ينهار و لا يقوى على المواجهة، ومنهم من يتعرض للمرض النفسي والجسمي و منهم من يواجه تلك الظروف الصادمة بقوة وعزيمة ونفس راضية و يرجع ذلك إلى عدد من العوامل منها الذاتية و منها الخارجية. كما تعد المساندة الأسرية من العوامل التي تساعد الفرد في التعامل الخبرات الصادمة حيث يرى (بولي، 1980) أن الفرد الذي يتمتع بمساندة أسرية و اجتماعية منذ نشأته، يتمتع بالثقة بالنفس ويكون قادرا على تقديم المساعدة للآخرين ويصبح أقل عرضة للاضطرابات النفسية، بالإضافة إلى أن المساندة الأسرية تزيد من قدرة الفرد على مواجهة الصدمات التي يتعرض لها في حياته ويكون قادرا على حل مشكلاته بشكل إيجابي .

كذلك من هذه العوامل الصلابة النفسية أو المرونة أو ما تسمى بالمقاومة النفسية و التي عرفها كوبازا بأنها اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل مصادره النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية احداث الحياة الضاغطة.

تتجه الدراسات الحديثة على التركيز على البحوث المرتبطة بالصحة النفسية ، و التاكيد في الوقت نفسه على العوامل التي تساعد الأفراد على التكيف مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية ،ومن تلك العوامل التي حظيت بإهتمام الباحثين مفهوم المساندة الاسرية والاجتماعية ومفهوم الصلابة النفسية، او مايسمى احيانا بالمقاومة أو المرونة عند تلقي

الصدّامات. وبالرغم من الإهتمام بدراسة الخبرات الصادمة و علاقتها بعدد من المتغيرات المنفصلة إلا انها لم تتطرق الى دراسة الخبرات الصادمة و المساندة الاسرية و علاقتها بمستويات الصلابة النفسية مجتمعة على حد علم الباحث ،ومن هنا تنبثق أهمية هذه الدراسة التي يتوجه الباحث لرعاية متغيراتها الثلاث، وإجراء المزيد من البحوث حولها ،إذ أن هناك الآن علم النفس السري الذي يعتبر الفرد السوي دلالة على سواء أسرته ،غير أن البحث في هذا الجانب مازال قليلا في منطقة المغرب العربي بصفة عامة والجزائر بصفة خاصة.

وهو ما رمى إليه الباحث في دراسته الحالية وحاول معالجته من خلال سبعة فصول، بحيث تعرض في الفصل الأول إلى تحديد الإشكالية بما في ذلك تحديد أهداف الدراسة وأهمية الموضوع وصياغة التساؤلات والفرضيات مع تحديد التعاريف الإجرائية للمفاهيم الأساسية في الدراسة.

وقد خصص الباحث الفصل الثاني الى الصلابة النفسية تحدث عن مفهومها ،نظرياتها، ابعادها، خصائصها واهميتها والدراسات التي تناولت الصلابة النفسية.

اما في الفصل الثالث الخبرات الصادمة تناول فيه تعريف الخبرة الصادمة ،النظريات التي تناولت الخبرة الصادمة، اشكال الخبرة الصادمة والخبرات الصادمة من وجهة نظر الاسلام، العوامل المؤثرة في استجابات الأفراد للخبرة الصادمة و دراسات تناولت الخبرة الصادمة.

أما الفصل الرابع فقد عنونه الباحث بالصدمة النفسية تطرق فيه الى مفهوم الصدمة النفسية، الصدمة النفسية حسب التحليل النفسي، أعراض الصدمة النفسية وطبيعة الحدث الصدمي والعوامل التي تجعل الحدث صدميا اضافة لسيروية حدوث الصدمة وجاء الفصل الخامس بعنواناً ب: المساندة الاسرية، إذ اشتمل على مفهوم المساندة الاجتماعية أشكال المساندة

الاجتماعية، المساندة الاسرية، اهميتها، انماطها، وظائفها، ابعادها والدراسات التي تناولت المساندة الاسرية. بالفصل الخامس يكون الباحث قد فرغ من الجانب النظري لينصب إهتمامه على الجانب الميداني وعليه جعل الفصل السادس مسرحاً لعرض تفاصيل الإجراءات المنهجية لدراسته الاستطلاعية، ليشير بذلك لكيفية اختيار أدوات القياس الخاصة بمتغيرات الدراسة، ثم عرّف بحدود الدراسة ولم يفت الباحث الإشارة لطريقة اختيار عينة الدراسة ومواصفاتها ليتجه بعد ذلك إلى دراسة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة،

بعد تأكد الباحث من أدوات القياس التي يزعم الاعتماد عليها في جمع المعطيات، وضبط المجتمع الأصلي لعينة الدراسة، شرع في تصميم البحث بما يتضمنه من تحديد للمتغيرات وحتى يضع القاريء في الصورة حرص الباحث على تلخيص ظروف إجراء أدوات الدراسة وطريقة تصحيحهما مع الإشارة إلى الأساليب الإحصائية التي إرتآها مناسبة لمعالجة بيانات الدراسة .

وفي الفصل السابع قام الباحث بعرض ومناقشة نتائج الدراسة وتحليلها تبعاً لنتائج الفرضيات التي تم التذكير بملخص عنها، علماً أنّ عملية المناقشة والتحليل هذه تمت في ضوء الإطار النظري للدراسة ونتائج الدراسات السابقة.

وختم الباحث دراسته بتقديم بعض التوصيات التي لها علاقة بالخبرات الصادمة والصلابة النفسية للأبناء ، ، ليأتي في الأخير بقائمة المراجع و الملاحق.

الفصل الاول: مدخل الى الدراسة

- 1- اشكالية الدراسة.
- 2- فرضيات الدراسة.
- 3- اهداف الدراسة.
- 4- اهمية الدراسة.
- 5- دواعي اختيار الموضوع.
- 6- التعاريف الاجرائية.

1-الاشكالية:

نعيش في عصر الضغوط والتوتر والصراعات الناتجة عن التغيرات التي حدثت ولا تزال تحدث في حياة الفرد والاسرة واتسعت لتشمل مختلف جوانب الحياة ،تبعاً لهذه المؤثرات لم تكن هذه التغيرات عادية او بسيطة في نوعها ومعدلاتها بل اصبحت سريعة ومعقدة ومتلاحقة مما يضاعف من تاثيراتها المباشرة والغير مباشرة على البناء النفسي للفرد ،وربما تخلف لديه الشعور باعتلال صحته النفسية وهذا الامر يتطلب البحث عن مصادر معينة تسهم في تحصينه النفسي.

ان تعرض ابنائنا للاحداث الضاغطة والخبرات الصادمة المختلفة اصبحت امراً واقعاً لا مفر منه ،لذا يجب على الاسرة مساندة ابائنا لمواجهة هذه الاضطرابات التي تنتج خاصة بعد الصدمة النفسية ،وهذا حتى يكتسبوا الخبرة لمواجهة المشكلات بطريقة ايجابية.

وهذا ما أكدته بعض الدراسات كالدراسة التي قام بها فرويد وبيرلنجهام حول الاسرة والطفل والخبرات الصادمة في ظل الحرب العالمية الثانية فوجدوا ان الاطفال الذين كانوا في معية اسرهم اثناء قصف لندن يتمتعون بصلابة نفسية افضل من اولئك الذين وضعوا في الملاجئ دون اسرهم (فرويد وبيرلنجهام 1945).

كما ان دراسة جوردين 1992 التي اجراها على عينة قوامها 1200 من المحاربين القدامى الذين شاركوا في حرب فيتنام واستهدفت الدراسة تحديد مظاهر اضطرابات ما بعد الصدمة لدى هؤلاء واثرها على التوافق الزوجي والمشكلات الوالدية والعنف وتبين الدراسة ان الذين يعانون اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة يعكسون مستوى مرتفع من حيث المشكلات الزوجية والتوافق الاسري والعلاقة بين الالباء والامهات بالاضافة الى السلوك العنيف داخل الاسرة ومن المؤكد ان الاطفال في مثل هذه البيئة الاسرية قد تتطور لديهم المشكلات السلوكية وتؤثر في مستويات الصلابة النفسية لديهم.

إن هذه الخبرات الصادمة التي من المتوقع ان يتعرض لها الابناء قد تؤثر بشكل سلبي في نموهم السليم ،كما ان هذه الحالة لاتكون نهائية وانما تظل في تغير نسبي في الارتفاع والانخفاض تبعا لكركة التغير الناجمة عن كم ونوع الصدمة التي يتعرض لها الفرد ويتفاعل معها ،وهذه العملية الديناميكية تولد حالة جديدة لدى الفرد هي المتانة او الصلابة النفسية.

يقول فرويد(1943) في هذا الصدد: " ان المتخصصين في مجال الصحة النفسية بدأوا باعطاء الاهتمام للمخاطر التي يتعرض لها الاطفال ضحايا الحروب والعنف ، والاسرة التي يلتصق بها الطفل تعتبر مهمة للغاية من اجل تزويد الملجأ الآمن لصحة الاطفال النفسية والعقلية في الاوقات الصعبة والخطرة".

إن الصلابة النفسية هي مصدر الوقاية والمقاومة النفسية للضغوط والصدمات ويعود هذا المفهوم الى كوبازا (1979) من خلال سلسلة من الدراسات والابحاث بحيث تعرفه بأنه "إعتقاد عام للفرد في فعاليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويواجه بفاعلية احداث الصدمات والحياة الضاغطة".

وعليه تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي:

• هل توجد علاقة بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي يتعرضون إليها و هل تتأثر هذه العلاقة بمتغير المساندة الأسرية و هل تتأثر هذه

العلاقة الثلاثية بمتغير جنس الابن؟

و لبحث هذا التساؤل نلجأ إلى تفكيكه إلى التساؤلات التالية:

4. هل توجد علاقة بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء(ذكور و إناث) و الخبرات

الصادمة التي تعرضوا إليها؟

5. هل هناك فروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية؟.

6. هل هناك فروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية؟.

2- فرضيات الدراسة:

تتطلب الدراسة من فرضيات هي:

1-توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية.

3-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية

3- اهداف الدراسة:

1- تهدف الدراسة إلى الكشف العلاقة بين الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها في ضوء متغيري المساندة الأسرية و النوع.

2-التحقق من امكانية وجود فروق بين الجنسين من الأبناء المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.

3- التحقق من امكانية وجود فروق بين الجنسين من الأبناء المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية.

4- اهمية الدراسة:

تكمن اهمية الدراسة في كونها:

1- تساهم الدراسة في رسم سياسة تربوية و اسرية و اجتماعية، نفسية تساعد نمو الفرد نموا سليما.

2- تلفت نظر الباحثين والعاملين في المجال النفسي للمساهمة في تطوير برامج وقائية وعلاجية تصب في مصلحتهم.

3- تقييد المختصين والمرشدين واولياء الامور وبئة محيطة بالابناء من خلال التعرف على المشكلات التي تترتب عن الصدمات النفسية والية معالجتها والاخذ بيد الفرد للوصول به الى شخصية سوية.

4- تكوين قاعدة معلوماتية موضوعية هادفة عن درجة اضطراب خبرات مابعد الصدمة على الاطفال والتي يمكن استثمارها ايجابيا من قبل الجهات المختصة والمؤسسات.

5- دواعي اختيار الموضوع:

1-لان الاسرة من اهم مكونات المجتمع وان الاسرة المستقرة هي بمثابة سند قوي لابنائها وخاصة في الازمات.

2- قلة المحاولات التي تناولت هذا النوع من الدراسات داخل الاسرة الجزائرية على حد علم الباحث.

3-محاولة من الباحث لتسليط الضوء على فئة مهمة وهي فئة الابناء .

6-مصطلحات الدراسة:

-**الصدمة النفسية:**تعرفها الرابطة الامريكية للطب النفسي بانها : "التعرض لحدث صدمي ضاغط على نحو مفرط الشدة متضمنا خبرة شخصية لهذا الحدث الذي ينطوي على موت فعلي او تهديد بالموت او اصابة شديدة او غير ذلك من التهديد للسلامة الجسمية او مشاهدة حدث يتضمن موتا او اصابة اوتهديد بسلامة الجسم لشخص اخر او الاصابة مما قد وقع لعضو من اعضاء الاسرة.

-**الخبرة الصادمة:**يمكن تعريفها على انها الحدث المفاجئ والغير متوقع والشديد الذي يترك الفرد مدهوشا ،ويكون هذا العمل خارجا عن نطاق عمل الكائن البشري (ثابت،1998:11).

-المساندة الاسرية: يقول كوهن : "إن المساندة الاسرية هي متطلبات الفرد للمساندة ودعم الاسرة تخفف من احداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها ،وتمكنه من المشاركة الاسرية والاجتماعية الفاعلة في مواجهة هذه الاحداث (علي،1997:210).

كما يعرفها سارسون : "بانها ادراك الفرد بان الاسرة تمثل مصدرا للتدعيم الفعال ،ومدى توافر اشخاص يهتمون بالفرد ويرعونهم ،ويثقون فيه وياخذون بيده ويقفون بجانبه عند الحاجة ،ومن ذلك الاسرة والاصدقاء (عبد الله،1995:467).

-الصلابة النفسية:

هي اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية احداث الخبرات الصادمة ادراكا غير محرف او مشوه ،ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية ويتعايش معها على نحو ايجابي وتتضمن ثلاثة ابعاد وهي الالتزام ،التحكم والتحدي.

الفصل الثاني: الصلابة النفسية

- 1- مفهوم الصلابة النفسية.
- 2- النظريات المفسرة للصلابة النفسية.
- 3- أبعاد الصلابة النفسية.
- 4- خصائص الصلابة النفسية.
- 5- أهمية الصلابة النفسية.
- 6- دراسات حول الصلابة النفسية.

تمهيد:

إن الصلابة النفسية عامل مهم و حيوي من عوامل الشخصية في مجال علم النفس ، وهي عاملا حاسما في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية ، وكذلك المحافظة على السلوك ، ولقد تبين هذا العمل على نحو واسع في عمل كوبازا (kobasa1982)، وفكرة الصلابة كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن مقاومة الضغوطات والبعض الآخر يمرضون .

وفي هذا الفصل سنتطرق إلى معرفة مفهوم الصلابة النفسية ،النظريات المفسرة للصلابة ،أهميتها أبعادها ، والخصائص.

1. مفهوم الصلابة النفسية:

الصلابة النفسية لغة : هي صلب أي شديد صلب الشيء صلابة فهو صلب أي شديد

(ابن منظور ، 199 : 297)

يعد . مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبيا التي حظيت باهتمام الباحثين

بوصفه من العوامل النفسية المهمة التي تساعد الأفراد على التوافق مع المواقف المختلفة والتي يتعرضون لها في حياتهم.

فالصلابة النفسية هي سمة من سمات الشخصية التي تمدنا بالشجاعة لمواجهة

التحديات والشدائد وتحويلها إلى ميزة بدلا من الإحساس بالعجز (البهاص ، 47:2003).

- يعرفها جود (Djod1999) : بأنها امتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى".

- يعرفها حمزة (2001) هي سمة مكتسبة منذ الصغر تساعد الأسرة بصفة رئيسية

على تكوينها ، كما تساعد مؤسسات التطبيع الاجتماعي الخارجية الأخرى ، كالجيران والأقران والمدرسة وزملاء العمل على إنمائها في المراحل العمرية المتقدمة .

-عرفها محمد (2002): مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية

الاجتماعية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام ،التحكم، التصدي)يرأها الفرد أنها خصال

مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية في التعايش معها بنجاح.

- يعرفها سيد أحمد البهاص (2002) : بأنها إدراك الفرد و تقبله للمتغيرات أو الضغوط النفسية التي يتعرض لها ، فهي تعمل كوقاية من العواقب الحسية والنفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة الدائرية التي تبدأ بالضغوط وتنتهي بالنهك النفسي باعتباره مرحلة متقدمة من الضغوط (البهاص، 2002 : 391)

-مخير : (2002) قدرة الفرد على استخدام المساندة الاجتماعية كوقاية من آثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب (مخير، 2002 : 85).

- يعرفها بروكس (Brooks: 2005) أنها قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية والقدرة على التكيف مع التحديات و الضغوطات اليومية والتعامل مع الإحباط و الأخطاء والصدمات النفسية ، والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواقعية لحل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الآخرين و معاملة الآخرين باحترام (عبد اللطيف، 2002:223)

- الحجاز ودخان (2005): اعتقاد لدى الفرد في فاعلية وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (الحجاز؛ والدخان ، 2002 : 387)

- يعرفها حبيب (2006): القدرة العالية على المواجهة الايجابية للضغط وحلها ، والتي تعكس مدى اعتقاده في فعاليته على استخدام الأمثل لكل مصادره الشخصية التي يدرك ويفسر ويواجه أحداث الحياة وتحقق الإنجاز .

- يعرفها مجدي (2007) :أنها القدرة العالية على المواجهة الايجابية للضغط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية ،والتي تعكس مدى اعتقاده في فعاليته والقدرة على الاستخدام الأمثل لكل المصادر الشخصية والبيئية النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة ويحقق الإنجاز و التفوق (مجدي، 2007: 75).

-شقير 2009 : ص على أنها متغير الصلابة النفسية تمثل إحدى محكات الشخصية السوية والتي تحدد معايير وأبعاد جودة الحياة.

يعرفها كوبازا: بأنها مجموعة من السمات الشخصية وتمثل الصلابة النفسية اعتقادا عاما لدى الفرد في قدرته على استخدام مصادره الذاتية و البيئية لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة وظروفها الصعبة والتعامل معها بموضوعية ودافعية ، وأنها تتكون من ثلاثة أبعاد الالتزام التحكم ، التحدي (محمود؛ وهيدة ، 2012 : 541)

الصلابة النفسية هي قدرة الفرد على وضع أساليب واستراتيجيات وطرق معينة للتصدي للمواقف والضغوطات التي تتعرض لها .

2. النظريات المفسرة للصلابة النفسية

1-2 نظرية كوبازا (KOPASA) (1979) والدراسات المنبثقة عنها :

اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية ، تمثلت أسس النظرية في آراء بعض العلماء أمثال "فرانكلو ، ماسلو" ، وروجرز والتي أشارت إلى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال إمكانياته الشخصية

والاجتماعية بصورة جيدة .

ويعد نموذج "لازورس" من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية ،حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهي :

1. . البيئة الداخلية للفرد .

2. . الأسلوب الإدراكي المعرفي

3. . الشعور بالتهديد والإحباط .

ذكر "لازورس" أن حدوث خبرة الضغوط يحدثها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للمواقف ، واعتباره خطأ قابلة للتعايش عليه الإدراك الثانوي ،وتقديم الفرد لقدرته الخاصة،

وتحديد لمدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة.

فنتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي يجزم بضعفها وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد و هو ما يعني عند "لازورس" توقع حدوث الفرد سواء البدني أو النفسي ويؤدي الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل وترتبط هذه العوامل الثلاثة ببعضها البعض ،فعلى سبيل المثال يتوقف الشعور بالتهديد على الأسلوب الإدراكي الموقفي ،كما يؤدي الإدراك الايجابي إلى تضائل الشعور بالتهديد ، ويؤدي إلى تقييم بعض الخصال الشخصية كتقدير الذات .

وطرحت كوبازا (Kopasa) الافتراض الأساسي لنظريتها ، بعد أن أجرت دراسة على رجال أعمال و المحامين في الدرجة المتوسطة والعليا في الصحة النفسية و الجسمية و الأحداث الصادمة ،وقد خرجت ببعض النتائج و التي كان منها :

➤ الكشف عن مصدر ايجابي جديد في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية و الجسمية وهي الصلابة النفسية بأبعادها " الالتزام ، التحكم ، التحدي " .

➤ أن الأفراد أكثر صلابة حصلوا على معدلات أقل في الإصابة بالاضطرابات النفسية رغم تعرضهم للضغوط الشاقة ;

فكان هذا الافتراض أن التعرض للأحداث الصادمة الحياتية الشاقة يعد أمرا ضروريا ، بل أنه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد و نضجه الانفعالي و الاجتماعي ، وأن المصادر النفسية

والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرض لهذه الأحداث الصادمة ، ومن

أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية . (محمد عودة، 2010 : 79)

وقد فسرت "كوبازا" الارتباط القائم بين الصلابة والوقاية من الإصابة بالأمراض ، أدى

إلى تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة ومن خلال توضيحها للأدوار الفعالة

التي تؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة .

وترى "كوبازا" أن الأفراد الذين يتسمون بصلابة نفسية يكونون أكثر نشاطا ومبادأة واقتدارا

وقيادة وضبطا داخليا ، وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء الحياة وأشد واقعية انجازا وسيطرة

وقدرة على تفسير الأحداث.

كما يجدون أن تجاربهم ممتعة وذات معنى ، و على العكس فإن الأشخاص الأقل

صلابة يجدون أنفسهم والبيئة من حولهم بدون معنى ويشعرون بالتهديد المستمر ، والضعف

في مواجهة أحداثها المتغيرة ، ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في

أحداثها أو عندما تخلو من التجديد فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة . (زينب احمد راضي،

2008 : 37)

2-2 نظرية فينك (venk) المحل للنظرية كوبازا (kopasa)

لقد أظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات ، أحد النماذج الحديثة الذي

أعاد النظر في نظرية كوبازا (1979) وحاول وضع تعديلا جديدا لها ، وهذا النموذج قدمه

فينك (1992) وتم تقديم هذا التعديل من خلال دراسته التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي للتعايش الفعال من ناحية ، و الصحة العقلية من ناحية أخرى ، وذلك على عينة قوامها (167) جنديا إسرائيليا ، واعتمد الباحث على المواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور ، وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصل على نتائج مهمة وهي :

ارتباط مكوني الالتزام التباعد فقط في الصحة العقلية الجيدة للأفراد ،فارتباط الالتزام جوهريا بالصحة العقلية من خلال تخفيض الشعور بالتهديد واستخداما لإستراتيجية التعايش الفعال خاصة إستراتيجية ضبط الانفعال حيث ارتبط بعدم التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال أدراك الموقف على انه مشقة واستخدام إستراتيجية حل المشكلات بالتعايش.

وقام فينك (venk) بإجراء دراسة ثانية عام (1995) لها نفس أهداف الدراسة الأولى ، وذلك على عينة من الجنود الإسرائيليين أيضا ، ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة (04) شهور تم خلالها تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة حتى وان تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية ، وذلك بصفة متواصلة و بقياس الصلابة النفسية و كيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية(الواقعية) وطرق التعايش قبل فترة التدريب وبعد الانتهاء منها ثم التوصل لنفس النتائج للدراسة الأول .

وعزز اطلاع الباحث على النظريات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية.في اختيارها لتكون إحدى المتغيرات الأساسية إلى جانب اعتقاد الباحث بأن عدد كبير من أبناء وطنه يتمتع بهذه الصلابة ، ويمكن أن يكون هذا التمتع من خلال المساندة الاجتماعية التي يتلقها الفرد في الأسرة وخارجها ، أو من خلال تكرار الصدمات النفسية التي تعرض لها من قبل الاحتلال الإسرائيلي . (محمد عودة، 2010 : 80 - 81)

3. أبعاد الصلابة النفسية :

توصلت "كوبازا " من خلال دراستها إلى أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاثة أبعاد هي :

الالتزام،التحكم،التحدي

1. **الالتزام :** هو نوع من التعاقد ويلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، ويعكس الالتزام إحساسا عاما للفرد بالعزم والتصميم الهادف ذي المعنى ويعبر عنه بميله ، ليكون أكثر قوة ونشاطا تجاه بيئته بحيث يشارك بإيجابية في إحداث ويكون بعيدا عن العزلة والسلبية و الخمول والكسل . يرى "فولكمان " أن الالتزامات تكشف عما هو مهم وراء معنى للفرد ، ويمكن أن تعرف من خلال عدد من مستويات الأفكار التجريدية ، والتي من الأفكار و القيم إلى غايات محددة ، كما تحدد موضع الخطر و التهديد ، كما يرى "ألرد" و "سميث" (1989) أنه يمكن التعبير بالميل للمشاركة في مقابل الاغتراب ، لأن نقص

الالتزام يظهر في صورة اغتراب

ويعرف " مخيمر " (1997) الالتزام بأنه نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله .

وهو مصطلح يشير إلى إحساس الناس بروح تحمل المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم الزوجية والأسرية والاجتماعية والمهنية . (مفتاح محمد عبد العزيز ، 2001 : 210)

2.1 أنواع الالتزام :

تناولت "كوبازا" مكون الالتزام الشخصي في واقعها حيث رأت أنه يضم كل من :

2.1-1 الالتزام نحو الذات : وعرفته على أنه اتجاه الفرد نحو معرفته ذاته وتحديد

أهدافه . وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد اتجاهاته الايجابية على نحو يميزه عن الآخرين

2.2-2 الالتزام اتجاه العمل : وعرفته بأنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته

سواء له أو للآخرين بضرورة الاندماج في محيطه العمل وكفاءته في انجاز عمله ، وضرورة تحمله مسئوليات العمل والالتزام .

ومن خلال الاطلاع على الأدب التربوي اتضح وجود عدة مظاهر للالتزام تتمثل في

الآتي :

1. الالتزام الديني : هو التزام المسلم بعبقيدة الإيمان الصحيح ، وظهور ذلك على سلوكه

بممارسة ما أمر الله به . والانتهاز عن ما نهى عنه

2. **الالتزام الأخلاقي:** هو التزام الفرد بالقيم ، والأخلاقيات التي ترجع في الأصل إلى الأديان والعقائد ومن تم فالأخلاقيات التي يجب أن يلتزمها الأفراد في المجتمع المسلم مصدرها القرآن والسنة

3. **الالتزام القانوني :** هو اعتقاد الفرد بضرورة الانصياع لمجموعة من القواعد والأحكام العامة وتقبل تنفيذها جبار بواسطة السلطة في حالة خروج عنها ، أو مخالفتها لما تمثله من أسس منظمة ، للسلوكيات العامة داخل المجتمع . (أبوالندي، 2007 : 31)

2. **التحكم :** أشارت إليه "كوبازا" و " بوسيتي " (1983) بوصفه أنه اعتقاد الفرد بأن مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة الحدوث ،ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها .

مصطلح التحكم يشير إلى ميل الناس إلى الاعتقاد أن لهم قدرة التأثير على الأحداث التي يتعرضون لها في حياتهم وبضبطها.

Asense of personal control الذاتي وهو عبارة عن إحساس بالتحكم الذاتي

ويعرفه "مخيمر" (1997) بأنه مدى اعتقاد الفرد أن بإمكانه التحكم في ما قد يلقاه من أحداث ، وتحمل المسؤولية الشخصية ،من حيث القدرة على اتخاذ القرارات ، وتفسير الأحداث الضاغطة ، والقدرة على التحدي ..

يتضح من ذلك أن التحكم يتمثل في قدرة الفرد على توقع حدوث المواقف الصعبة بناء على استقراءه للواقع ، و وضعه الخطط المناسبة لمواجهة المشكلات وقت حدوثها ، باستخدام أساليب معينة والتحكم في انفعالاته والسيطرة على نفسه.

1.2 - أنواع التحكم :

التحكم المتصل باتخاذ القرارات والاختيار بين البدائل :

ويحسم هذا التحكم المتصل باتخاذ القرار بطريقة التعامل مع الموقف سواء بتجنبه أو محاولة التعايش معه .

التحكم المعرفي :

يعد التحكم المعرفي في أهم صور التحكم التي تقلل من الآثار السلبية ، فيختص التحكم بالقدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض لموقف صعب ، كالتفكير فيه واستيعابه بطريقة إيجابية و متفائلة .

التحكم السلوكي :

هو القدرة على مواجهة الجيدة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للإنجاز ، ويقصد به كذلك القدرة على التعامل مع المواقف بصورة واضحة وملموسة .

التحكم الاسترجاعي :

يرتبط هذا التحكم باتجاهات الفرد ومعتقداته اتجاه الموقف وكذا طبيعته فيؤدي استرجاع الفرد لهذه المعتقدات لتكوين انطباع واضح عن المواقف ، ورؤيته على أنه موقف قابل للتناول والسيطرة و هذا يؤدي إلى تحقيق أثر الضغوطات . (حليلة وامال، 2018 : 15)

3. التحدي :

تعرفه " كوبازا " و " بوسيتي " (1983) أنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه، وسلامته النفسية.

يشير إلى اعتقاد الفرد ما يطرأ من تغير على جوانب حياته ، هو أمر ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا له ، مما يساعد الفرد في مواجهة الضغوط بفاعلية ، ويظهر التحدي في اقتحام المشكلات لحلها ، والقدرة على المثابرة وعدم الخوف عند مواجهة المشكلات .

كما يشير إلى ميل الناس إلى إدراك التغيرات التي تحدث في حياتهم على أنها حوافز يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي وتقبلها كما هي. (سعيد) فاتح، 2015 : 19 . 20

ويتضح أن التحدي يمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بما فيها مستجدات ، باعتبارها أمورا طبيعية لا بد من حدوثها لنمو والارتقاء ،مع القدرة على مواجهة المشكلات ، وهذه الخاصية تخلق للفرد مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة.

4. خصائص الصلابة النفسية: .

حصر تيلور خصائص الصلابة النفسية فيما يلي :

- ❖ الإحساس بالالتزام أو النية لدفع النفس للدخول في أي مستجدات .
- ❖ الرغبة في أحداث التغيير ومواجهة الأنشطة التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للبناء والتطوير والنماء.
- ❖ الاعتقاد والإيمان بالسيطرة وبأن الفرد هو سبب الحدث في حياته و أن الشخص يستطيع

أن يؤثر على بيئته. (محمّد قاسم عبدالله، 2008:23)

ويمكن أن نميز بين الصلابة النفسية المرتفعة و المنخفضة :

4-1 - خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة :

توصلت " كوبازا" من خلال دراسته (1997 - 1982 - 1985) إلى أن الأفراد

المتمتعين

بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص الآتية :

❖ القدرة على الصمود والمقاومة .

❖ . لديهم إنجاز أفضل .

❖ ذوي وجهة داخلية للضبط

❖ . أكثر قدرة واقتدار ويميلون دائما للسيطرة و القيادة .

❖ . أكثر دافعية ونشاط .

كذلك هم أفراد ملتزمون بالعمل الذي عليهم أدائه بدلا من الشعور بالغبية ، ويشعرون على أن لديهم القدرة على التحكم في الأحداث وينظرون للتعبير على أنه تحدي بدلا من أن يشعروهم على أنه تهديد ، كما يجد هؤلاء الأفراد في إدراكهم وتقويمهم لأحداث الحياة الضاغطة لممارسة اتخاذ القرار .

4-2 خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة :

يتصفون أصحاب ذوي الصلابة النفسية المنخفضة بعدم وجود هدف معين لهم وأن حياتهم بلا معنى، كما أنهم لا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ويتوقعون الضعف المستمر في مواجهة الأحداث الضاغطة والمتغيرون ، كما أنهم يفضلون البقاء في أسلوب حياة معين ، ويكونون دائما عاجزين عن تحمل الأثر السيئ لمواقف الحياة الضاغطة . (حليلة وامال، 2018: 16. 18) أورد "محمد" (2002) بعض سماتهم مثل اتصافهم بعدم الشعور بهدف لأنفسهم ولا بمعنى لحياتهم ، ولا يتفاعلون مع بيئتهم بإيجابية ، ويتوقعون التهديد المستمر و الضعف في مواجهة الأحداث الضاغطة المبعثرة ، ويفضلون ثبات الأحداث الحياتية ،

وليس لديهم اعتقاد بضرورة التحديد والارتقاء ،كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم وعاجزون عن تحمل الأثر السلبي للأحداث الضاغطة وأكدت دراسة (ردولت، وزون (1989) التي استهدفت الكشف عن فروق بين مرتفعي ومنخفضي الصلابة النفسية في إدراك الضغوط و الاكتئاب،وأجري الدراسة .

على عينة بلغت 249 سيدة تتراوح أعمارهم بين 65.25 سنة ، و أسفرت الدراسة على أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين مرتفعات ومنخفضات الصلابة النفسية في الاكتئاب وإدراك الضغوط والمرض الجسدي لصالح منخفضات الصلابة حيث كن أكثر اكتئاب أو أكثر إدراكا للضغوط و إحساس بالمرض الجسدي ، وعلى العكس من ذلك مرتفعات الصلابة النفسية. (فتيحة 2014:21)

من خلال ما تطرقنا له في هذا العنصر ، يتبين لنا أنا الصلابة النفسية تصنع حاجز دفاعي لنفسية الفرد ، و يساعده بشكل كبير على التوافق والتأقلم والتكيف مع حياته ومع البيئة

5. أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتقاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، وهي كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية .

فقد أشارت كوبازا Kobasa إلى أن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط و لا يمرضون . (مخير ، 1999 : 287)

وقد قدمت كوبازا Kobasa عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى مادي وكوبازا Kobasa & maddi أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع ، تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق و ما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية ، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية ، والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة ، فالصلابة :

1. تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
2. تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.
3. تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

4. تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة.

وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية . (حمادة، وعبد اللطيف 2002 :

(238-236)

5-1 الصلابة والصحة الجسمية:

يرى كونرادا Contrada, 1989 أنه من الممكن للصلابة أن تساعد في إسكات أو توقيف استجابات الجهاز الدوري للضغط النفسي ، وأظهر الرد Allerd & Smith , 1989 في دراستهما أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسبب بالطريقة الإدراكية التكيفية وما نتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفسيولوجي ، وأن لديهم أيضاً مجموعة من الجمل الايجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة والتي تعرف بـ " الالتزام والسيطرة والتحدي " ، التي ترجع إلى التفاؤل أو الأمل ، وهي سمة من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط .

5-2 الصلابة والتكيف:

تؤثر الصلابة النفسية على القدرات التكيفية ؛ فالناس الأكثر صلابة عندهم كفاءة ذاتية أكثر ، ولديهم قدرات إدراكية من ناحية أن الشخص الصلب يدرك ضغوطات الحياة اليومية على

أنها أقل ضغطاً ولديهم استجابات تكيفية أكثر.

كما أن الأفراد الأكثر صلابة لديهم آثار مغايرة للضغوط في أثرها على الأعراض، فهم يمارسون الضغوط ولكن بأقل تكرارية وينظرون إلى الأحداث الضاغطة الصغيرة على أنها غير ضاغطة ويكون لديهم إدراك أفضل لصحتهم العقلية و الاجتماعية .

5. الصلابة و المجموعات :

يرى Amerikaner et al ., 1994 أن الصلابة النفسية تسهل الالتحام والرضا بالعائلة ويلعب التواصل الجيد مع الوالدين وتعزيز المشاركة الاجتماعية من قبل الوالدين دوراً في تحسين الصحة النفسية والصلابة لأعضاء العائلة.

يرى Huang .1994 أنه يمكن أن تعزى صفات الصلابة النفسية لمجموعة من الناس مثل العائلات كما تم عزوها للأفراد وبذلك تعمل الصلابة النفسية على تسهيل توافق الأسرة وصلابتها.

أشار Bigbee Jeri 1992 في دراسته الاستطلاعية أنه يوجد علاقة ارتباطية بين المرض الذي يحدث في العائلة وبين الأحداث الحياتية التي تتعرض لها العائلة وأن الصلابة النفسية تلعب دور الوسيط في التخفيف من الأثر الناتج عن الضغوط النفسية وبالذات الأحداث السلبية (يا غي، 2006 : 39-40)

6- دراسات حول الصلابة النفسية :

1 - (Kobasa, 1979) دراسة كوبازا:

هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات النفسية التي من شأنها مساعدة الفرد بالاحتفاظ بصحته النفسية و الجسمية رغم تعرضه للضغوط و الصعاب .

تكونت عين الدراسة من (760) موظفاً من الحاصلين على درجات جامعية ، تتراوح أعمارهم بين (40 - 49) عاماً ويعانون من درجة كبيرة من الضغوط ، وقد استخدمت استبيان هولمز وراهي للأحداث الضاغطة ، واستبيان (وايللا) (1968) للأمراض ، وقد استخدمت عدداً من المقاييس لقياس الصلابة النفسية فقد استخدمت لقياس التحكم ، مقياس العجز - التحكم من مقياس الاغتراب ، مقياس المعنى مقابل العدم ، مقياس الإنجاز ، ولقياس الالتزام استخدمت الاغتراب من العمل والمؤسسات الاجتماعية ، وعن العلاقات الشخصي ، عن الأسرة ، وعن الذات واستخدمت لقياس التحدي ، الخبرات الشخصية ، النشاط مقابل الكسل ، مقياس البناء المعرفي مقياس البقاء ، مقياس المسؤولية مقابل المغامرة.

وأظهرت النتائج أن الأشخاص الأكثر صلابة رغم تعرضهم للضغوط كانوا الأقل مرضاً ، وأنهم متمسكون بالصمود و الإنجاز و السيطرة و الضبط الداخلي والغاية و أكثر اقتداراً و نشاطاً وطموحاً ، في حين أن الأشخاص الأقل صلابة أكثر مرضاً وعجزاً وأقل في الضغط الخارجي ، كما توصلت إلى أن الأشخاص الأثر صلابة كانوا أكثر مرونة و مبادأة وإقحاماً وواقعية .

وأظهرت الدراسة أن الإناث أكثر صلابة من الذكور ، وأكثر اعتماداً على المساندة الاجتماعية، وقد أن المحامين أكثر استخدام الأسلوب التصدي للمشكلة مقارنة بالعاملين في البنوك.

1. دراسة زون ، ،ورودوليت (Zone, Rodewalt 1989) :

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الصلابة النفسية كمتغير وسيط في التخفيف من أثر الضغوط الناجمة على الموظفين ،حيث تم الأخذ بعين الاعتبار تقييم الأحداث لدى العينة.

قد تكونت عينة الدراسة من (249) موظفة تراوحت أعمارهن بين (25 - 26) عاماً يملكن مستويات تعليمية واجتماعية متباينة ، واستخدم الباحث النسخة المختصرة من مقياس الصلابة النفسية ، وقائمة الخبرات الحياتية الحالية ، وقائمة بك للاكتئاب ومقياس تقدير خطورة المرض.

قد أظهرت النتائج أن الإناث الأقل صلابة يتعرضن لنسبة عالية من الخبرات الحياتية الضاغطة غير المرغوب فيها ، كما أشارت إلى أن كل الأحداث السلبية تتطلب منهن درجة أكبر من التكيف .

4. دراسة كوزي (Cozzi,1991)

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين ضغوط الحياة ونوعية الصلابة النفسية ، والتحمل الاجتماعي، وعوامل البيئة الاجتماعية التي تؤدي لاختلاف المنجزين دراسياً عن غير المنجزين من نفس مستوى القدرة .

بلغت عينة الدراسة من (227) طالباً و طالبة من طلبة الجامعة موزعين إلى (127) طالبة، (155) طالباً تتراوح أعمارهم بين (18 - 30) عاماً ،وقد قيست عليهم الصلابة النفسية في ضوء أبعادها الثلاثة الالتزام ، والتحكم ، والتحدي ، وقد استخدم مقياس الإنجاز الكتابي القرائي ، ومقياس تقدير الذات .

وبينت الدراسة أن تباين الشخصية والمتغيرات الاجتماعية البيئية ذات مؤشر جيد لتعديل الدور و أن الصلابة النفسية تعمل كمدعم للضبط والتحمل الاجتماعي ، وظهور أعراض التوتر .

6. دراسة ويب (Wiebe, 1991)

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي في التقليل من أثر الضغوط والاستجابة لها

10. دراسة كلير، وهارتمان (Clark Hartman 1996)

هدفت الدراسة إلى تحديد أثر الصلابة النفسية والتقييم المعرفي على الحالة الصحية والشعور بالكرب النفسي لدى عينة من الراشدين القائمة على رعاية أقاربهم المسنين.

تكونت عينة الدراسة من (53) شخصاً تراوحت أعمارهم بين (22 - 82) عاماً وقد بلغت نسبة الإناث في العينة (68) ، وقد استخدم الباحث ان مقياس التكرار و المدة ، وقائمة المشكلات السلوكية ، ومقياس المشاركة في المهمة ، قائمة النظرة الشخصية ، قائمة بيك للاكتئاب ، مقياس الحالة الطبية ، والأعراض الجسمية .

وقد أشارت الدراسة إلى دور الصلابة في تقليل أثر الضغوط وزيادة الصحة النفسية ، كما أن الصلابة النفسية و التقييم المعرفي يمكن المساعدة في التنبؤ بالكرب النفسي وذلك من خلال الاكتئاب والمرض من الحياة.

11. دراسة كرسنوفر (Kristopher, 1996)

هدفت الدراسة إلى التعرف على ما إذا كانت الصلابة والفاعلية وجهة الضبط لها علاقة ارتباط بأحد مكونات دافعية العمل لدى عينة من معلمي الطلاب .

بلغ عدد عينة الدراسة (149) طالباً منهم (17) طالباً ، (132) طالبة ، وقد طبق عليهم استبيان واقعية العمل لهل ووليام 1973 ، واستبيان الصلابة النفسي لماري وكوبازا 1984 ، ومقياس فاعلية المعلم ، ومقياس ليقين سون للضبط الداخلي ، ونفوذ الآخرين والفرصة.

وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي بين وجهة الضبط الداخلي وبين واقعية العمل ، و وجود ارتباط بين الصلابة النفسية السلبية بعزم أفراد على تبني وجهة الضبط

الخارجي (نفوذ الآخرين والفرصة ، كما أكدت النتائج على أهمية الصلابة كمفهوم مهم لزيادة الدافعية تجاه العمل ، وأن الأفراد ذوي الصلابة يعتقدون أن صلابتهم تزيد من فاعلية سلوكياتهم . (سلوكهم).

12. دراسة جارسون1998Gerson)

هدفت الدراسة إلى بيان العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة بين الطلبة الخريجين .

بلغت عينة الدراسة (151) طالباً من الطلاب الخريجين في قسم علم النفس من مدرسة اميدوسترن للخريجين ، واستخدم الباحث اختبار الشخصية الصورة ، واستبيان المواجهة ، واستبيان الضغوط و الضغوط اليومية ، ومقياس الصلابة النفسية .

وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فعالية وتأثيراً. من الذين حصلوا على درجات صلابه منخفضة.

15. دراسة (البهاص، 2002)

هدفت الدراسة إلى معرفة درجة ارتباط الناهك النفسي ودرجة الصلابة النفسية لدى عينة من المعلمين والمعلمات في مدارس التربية الخاصة وكذلك علاقتهم ببعض المتغيرات الديمغرافية مثل: الجنس ، وسنوات الخبرة في التدريس.

بلغ العدد الكلي للعينة (144) معلماً و معلمة، (76) معلماً، و (68) معلمة بمدارس التربية الفكرية ومعاهد الأمل ومعاهد النور و مركز تأهيل المعاقين بمدينة الطائف بالسعودية وطبقت عليهم مقياس الناهك النفسي لمعلمي التربية الخاصة من إعداد الباحث ، ومقياس الصلابة النفسية لمخيمر 2002.

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين أبعاد الناهك النفسي وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة ، وقد أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الناهك النفسي في الدرجة الملكية والأبعاد الفرعية باستثناء بعض الضغوط المهنية تعزى لمتغير الجنس، و كانت الفروق لصالح المعلمات و أنه توجد فروق بين الذكور و الإناث في أبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور ، وأنه لا يوجد أثر دال للتفاعل بين الجنس ومدة الخبرة في الدرجة الملكية للنهك النفسي.

16. دراسة (جودة ، 2002):

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير المستوى الاقتصادي والاجتماعي لعينة الدراسة على متغيرات الصلابة النفسية بأبعادها ،و وجهة الضبط ودافعية الإنجاز لديهم ، والتعرف على

تأثير إتحاد نوعية الإعاقة - السواء مع المستوى الاقتصادي والاجتماعي على متغيرات الصلابة النفسية بأبعادها ، ووجهة الضبط والدافعية للإنجاز.

تكونت عينة الدراسة من (150) طالبة من الذكور من سن (11.4 - 13.8) عاماً، من المعاقين بصرياً وسمعيّاً والأُسوياء ، وقد استخدم مقياس الضبط الداخلي والخارجي للأطفال المراهقين من إعداد (موسى 1988) ، ومقياس الدافعية للإنجاز من إعداد (موسى، 1988) ، واختبار الصلابة النفسية و هو من إعداد الباحث بأبعاده الثلاثة التحكم ، والالتزام ، والتحدي .

وقد بينت النتائج وجود تأثير دال إحصائي النوعية الإعاقة - السواء على متغيرات وجهة الضبط والدافعية للإنجاز والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الملكية و وجود تأثير دال لنوعية المستوى الاقتصادي و الاجتماعي على متغيرات الصلابة النفسية ووجهة الضبط والدافعية للإنجاز لدى العينة الملكية ، كما وجد تأثير تفاعل نوعية الإعاقة السواء مع المستوى الاقتصادي والاجتماعي مع متغيرات الصلابة النفسية و وجهة الضبط ودافعية الإنجاز للعينة المدروسة.

17. دراسة (حمادة وعبد اللطيف، 2002)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى

طلاب جامعة الكويت والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

تكونت عينة الدراسة من (282) طالباً وطالبة منهم (70) من الذكور ، و (212) من الإناث ، وطبق على العينة مقياسان هما مقياس الصلابة النفسية من إعداد يونكن وبيتز 1996 ، ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم بريجر وكوبر 1976

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية ، وداخل عينة الذكور و الإناث كل على حده ، وأنه ليس هناك فروق دالة إحصائية على المقياسين تبعاً لمتغيرات الدراسة الأخرى وهي الحالة الاجتماعية وحول الدرجات والعمر .

18. . دراسة (الرفاعي، 2003)

هدفت الدراسة إلى بحث الصلابة النفسية متغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها .

تكونت عينة الدراسة من (321) طالباً و طالبة ، منهم (161) من الذكور، و (160) من الإناث تراوحت أعمارهم بين (19 - 26) سنة من طلبة جامعة حلوان، من المستوى الثالث والرابع من ذوي التخصصات النظرية ، وتم استخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد كوباز وترجمة عماد مخيمر 1996 ، ومقياس إدراك أحداث الحياة الضاغطة من إعداد الباحثة ، ومقياس أساليب المواجهة من إعداد الباحثة.

وقد كانت النتائج قد أظهرت عدم وجود فروق بين متوسط درجات الذكور والإناث في

الصلابة النفسية و تكوينها الالتزام والتحكم ، ظهرت هذه الفروق في مكون التحدي ، وكانت إلى

جانب الذكور ، و وجدت فروق في الضغوط الأكاديمية والاقتصادية بين الذكور والإناث فكان الذكور أقل معاناة في تلك الضغوط مقارنة بالإناث ، كما وجدت فروق في أساليب المواجهة الأكثر فعالية بين الذكور و الإناث لصالح الذكور ، ووجود ارتباط عكسي بين درجات الصلابة النفسية وكل من إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأكثر فعالية ، كما أنه لم يكن للصلابة دوراً بارزاً في تعديل العلاقة بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة الأقل فاعلية

19. . دراسة (الحجارودخان، 2006)

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها ،وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى الطلبة ، وتكونت عينة الدراسة من (541) طالباً وطالبة وقد استخدم الباحثان استبيان لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ، واستبيان الصلابة النفسية لديهم .

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية ، وأشار إلى أن مستوى الضغوط النفسية كانت (0562 %) وأن معدل الصلابة النفسية (77.33 %) ، وقد بينت أن هناك فروقاً بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ن و بينت في وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الأسرية والمالية - تعزى لمستوى التخصص لصالح طلبة العلمي ، وعدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط - عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجامعي لصالح المستوى الرابع ، وأن هناك عدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا المالية و الدرجة الكلية - تعزى المستوى الدخل الشهري .

20. دراسة (أبوركبة، 2005)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية ، وتحديد مستوى الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون والكشف عن أثر بعض المتغيرات الديموغرافية على مستوى الصلابة النفسية عند الأمهات .

بلغ عدد أفراد العينة (180) أمّاً من الأمهات اللاتي يتابعن أطفالهن المصابين لمتلازمة داون في جمعية الحق بالحياة في غزة ، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية ، ومقياس الأعراض السيكوباتولوجية لقياس الصحة النفسية.

أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى عال من الصلابة النفسية والصحة النفسية ، وقد أظهرت وجود علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى الأمهات ، وأن هناك فروقاً في مستوى الصلابة النفسية يعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالحاً للأمهات اللاتي أنهين التعليم الجامعي والثانوي والأساسي ، ولكل من عمر الأم و عمر الأطفال ، وجنس الطفل.

21. دراسة (باغي ، 2006)

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية لعمال محافظات قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

تكونت عينة الدراسة من (683) عاملاً من العمال الذين يحملون تصاريح دخول الأراضي المحتلة عام 1948 ، وقد طبق مقياس الضغوط النفسية و الصلابة النفسية و هما من إعداداه.

توصلت الدراسة إلى أن العمال يعانون من ضغوط نفسية كبيرة بنسبة 74.9% ، كما أظهرت وجود صلابة عالية لدى العمال بنسبة 74.9% ، وأن هناك علاقة طردية بين

الدرجات الكلية والضغوط النفسية والدرجة الكلية للصلاية النفسية ، وأن هناك فروقاً في مستوى الضغوط النفسية تعزى إلى عدد أفراد الأسرة لصالح الأسرة التي يبلغ عدد أفرادها (5 - 9) فما فوق ، ولم تظهر أي فروق في مستوى الضغوط النفسية تعزى لمستوى العمر و الحالة الاجتماعية ، مع وجود فروق بين الحالة الاجتماعية ودرجات ضغوط المعابر لصالح المطلقين.

22. دراسة (أبوسمهدانة، 2006)

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع انعكاسات العنف الإسرائيلي في ظل انتفاضة الأقصى على الصلاية النفسية لديهم ، والتعرف على أثر بعض المتغيرات على انعكاسات العنف الإسرائيلي على المرأة الفلسطينية وعلى صلابتها النفسية خلال انتفاضة الأقصى .

تكونت عينة الدراسة من (600) امرأة فلسطينية تتراوح أعمارهن بين (20 - 30) سنة وقد قامت الباحثة بإعداد مقياس انعكاسات العنف على المرأة الفلسطينية ، واستخدام مقياس

الصلاية النفسية و هو من إعداد (مخيمر، 2002)

وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلاية النفسية لدى المرأة الفلسطينية تزيد عن 70% كمستوى افتراضي ، ولا توجد فروق في مستوى الصلاية النفسية للمرأة الفلسطينية

تعزى لمتغير المستوى التعليمي وعمل المرأة باستثناء وجود فروق في بعد التحدي لصالح المرأة العاملة وتوجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير السكن لصالح المرأة في محافظتي جنوب غزة وشمالها و أنه توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية لديها تعزى لمتغير منطقتي السكن لصالح المرأة في المناطق الاحتكاكية ، وأنه لا توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لعمر المرأة ، وأنه توجد فروق لدى المرأة ترجع لنوع العنف الذي تعرضت له لصالح المرأة التي تعاني من عنف مباشر .

23. دراسة (أبو ندى ، 2007)

هدفت الدراسة للتعرف علي مستوى الصلابة النفسية لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة

وكشف العلاقة النفسية ، وضغوط الحياة ، وبعض المتغيرات الديمغرافية.

تكونت العينة من (549) طالبا وطالبة من المستوى الدراسي الثاني والرابع من الكليات المختلفة بجامعة الأزهر وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية وهو من أعدا (مخير، 1997) ،وقام بتقنيه على البيئة الفلسطينية (الحجار،دخان (2005)،ومقياس ضغوط الحياة و هو من إعداد الباحث.

وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية: وجود صلابة نفسية عالية لدى طلبة الجامعة وفي المقابل يعانون من ضغوط نفسية ، واتضح من الدراسة وجود علاقة دالة إحصائية بين الدرجة الكلية للصلابة والدرجة الكلية للضغوط لدى عينة الدراسة ، وبينت الدراسة وجود

فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في ضغوط الحياة لصالح المرتفعين وعدم وجود فروق بين مرتفعي الصلابة ومنخفضي الصلابة في درجاتهم على ضغوط الحياة في بعد ضغوط الرواتب وقد كشفت الدراسة بأنه لا توجد فروق في التفاعل بين الصلابة النفسية (منخفضي ،مرتفعي ونوع الطالب على ضغوط الحياة و لا توجد فروق للتفاعل بين الصلابة النفسية ونوع الكلية والمستوى الدراسي على ضغوط الحياة ، وكذلك لا توجد فروق بين الصلابة النفسية ودخل الأسرة الشهري على ضغوط الحياة.

24. . دراسة (ثابت، وآخرون، 2007 :

هدفت الدراسة لبحث أنواع وشدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة الهدم ، ومعرفة مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة و علاقته بالصددمات ، ومعرفة الصلابة النفسية في الأطفال وعلاقتها بالصدمة وكرب ما بعد الصدمة و المخاوف .

تكونت عينة الدراسة من (45) طفلاً ومراهقا من العائلات التي هدمت بيوتها في الفترة الأخيرة في منطقة رفح ، وبيت حانون ، وتم تطبيق الاختبارات التالية : مقياس المخاوف، مقياس كرب ما بعد الصدمة ، مقياس الصلابة النفسية.

توصلت الدراسة إلى متوسط تعرض الأحداث الصادمة عند الأطفال ، وقد تبين أن 15.6% يعانون بدرجة خفيفة من كرب ما بعد الصدمة ، وأن 62.2% يعانون بدرجة متوسطة في حين أن 20% يعانون بدرجة شديدة ، وأن متوسط الصلابة النفسية 99.5% ، وتبين الدراسة وجود علاقة طردية بين تعرض الأطفال للأحداث الصادمة ودرجة الاضطرابات النفسية الناتجة من ما بعد الصدمة ، و وجود علاقة عكسية بين درجات الصلابة النفسية ودرجات كرب ما بعد الصدمة.

25. دراسة (راضي ، 2008):

هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الصلابة النفسية بكل من الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة .

عينة الدراسة حيث تكونت من (361) أمّاً من أمهات الشهداء

وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية : استبانة الصلابة النفسية . واستبانة الالتزام الديني. واستبانة المساندة الاجتماعية.

ومن نتائج الدراسة أن بلغ الوزن النسبي للصلابة النفسية لدى أمهات الشهداء (85.74) بلغ الوزن النسبي لدى أمهات الشهداء في المساندة الاجتماعية (87.48)، وتوجد علاقة ارتباطيه موجبة بين مستوى الصلابة النفسية المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية للشهيد (أعزب - متزوج ليس لديه أولاد -) ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير المستوى التعليمي (لام) جامعي - ثانوي . إعدادي - ابتدائي - أمية) ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير السكن (محافظة غزة ،محافظة شمال غزة ، محافظة الوسطى ، محافظة خان يونس ، محافظة رفح) .

الفصل الثالث: الخبرات الصادمة .

- 1- تعاريف الخبرة الصادمة.
- 2- النظريات التي تناولت الخبرة الصادمة.
- 3- اشكال الخبرة الصادمة.
- 4- الخبرات الصادمة من وجهة نظر الاسلام.
- 5- العوامل المؤثرة في استجابات الأفراد للخبرة الصادمة.
- 6- دراسات تناولت الخبرة الصادمة.

1. تعريف الخبرة الصادمة:

مصطلح الصدمة النفسية يستخدم ليشير إلى أي حدث أو مجموعة من الأحداث التي يتعرض لها الفرد خلال حياته، نتيجة ظروف خارجة عن إدارة وسيطرة الفرد، كالحرب والكوارث الطبيعية والإصابات الجسدية الخطيرة وحوادث الطرق والحرمان العاطفي والفقر والتعرض للاغتصاب أو الخطف والانفصال المفاجئ عن الوالدين (ثابت،:1996 73)

ويذكر فرويد بأننا الحوادث التي نسميها خبرات صادمة هي تلك التي تحتشد فيها الحياة النفسية في فترة وجيزة جدا من الزمن بفضل تضخيم من التنبيه لا يمكن تمثيله أو تعديله بالطرق العادية ، مما يترتب عليه اضطرابات دائمة في توزيع الطاقة النفسية على أنها حالة هستريا وقال أن أعراض الهستريا هي بقايا ورمز لخبرات صادمة منذ الطفولة (ثابت ، 1998:4)

والخبرة الصادمة بهذا المعنى حدث في حياة الإنسانية ، أو هي تجربة معاشة تؤدي خلال فترة وجيزة لزيادة جد كبيرة من الإثارة تتحدد تبعا لشدتها وللعجز الذي يجد المرء نفسه فيه (ضعف الأنا وقوته)،وبحاجته (الصدمة) أو محاولة خفض الحصر الناجم عنها بحلول سوية ملونة تنتهي إلى الفشل في بعض الأحيان مما يفطر الأنا للقيام بدفعاته لمواجهتها وتختلف الدفعات تبعا لقوة الأنا وطبيعة التثبيطات ، وتوقفات مرحلة النمو العامة ، وقد تكون آثار الصدمة النفسية مؤقتة في حين أنها تستمر لدى البعض مما يجعلهم حاجة الى العلاج

النفسي لتخطي آثارها السلبية على شخصياتهم وذلك بناء على مدى صلابة الجهاز النفسي واستعداده لدى كل فرد (عبد القادر ، 1993: 427).

تعتبر نظرية فرويد (1910) من أوائل النظريات التي عرفت الخبرة الصادمة على أنها حالة هستيريا وقال : أن أعراض الهستريا هي بقايا ورمز لخبرات صادمة منذ الطفولة . وعرفها رثمان (, Rachman 1980) على أنها المثير الذي يؤدي إلى صعوبات في الشخص للرجوع إلى التصرف السابق قبل الحدث وهذا المثير يجب أن يكون سريعا وخطيرا. وعرفها فريديرش (Frederich, 1977) على أنها الكارثة والإعصار والعاصفة والفيضان ، والتي تسبب ضررا شديداً بدرجة أن يعلن في المنطقة التي حدثت فيها أنها منطقة منكوبة .

ويقول ثابت أن الخبرة الصادمة هي عبارة عن ذلك الحدث الخارجي الفجائي والشديد والذي يترك الطفل مشدوداً ، ويكون هذا الحدث خارجا عن نطاقا تحمل الكائن البشري ، ويمكن أن تكون هذه الخبرة الفردية أو جماعية ، ويمكن أن تكون تلك الخبرة لمرة واحدة أو لعدة مرات ، ويمكن أن تكون الخبرة الصادمة إما ناتجة عن كوارث طبيعية خارج عن طوع الإنسان مثل : الأعاصير،البراكين،الزلازل،الحرائق،والعواصف الثلجية،أو يمكن أن تكون من عمل الإنسان مثل : حوادث لطائرات، السيارات ، الحوادث الصناعية ، الحروب ، التعذيب ، الاغتصاب ، ومشاهدة الآخرين وهم يعذبون (ثابت ، 1998: 83).

أما جيمس (James 1989) فقد عرف الخبرة الصادمة على أنها صدمة انفعالية تؤدي إلى ضرر جوهري واضح في النمو النفسي للفرد ، وهي قوية وحادة ولا يمكن السيطرة عليها ، هذه الخبرات الصادمة تكون لها أضرار نفسية على الضحايا " الأشخاص المصدومة " والتي تتمثل من خلال مشاعر العجز التي يشعر بها الفرد ، فقدان الشعور بالأمن ، أو فقدان السيطرة ، والاستسلام (شعت ، 2005:36)

وتعرف الرابطة الأمريكية للطب النفسي في الدليل الشخصي والإحصائي الرابع (DSM 1994.1) الخبرة الصادمة بأنها : التعرض لحادث صدمي على نحو مفرط الشدة متضمنا خبرة شخصية مباشرة لهذا الحدث الذي ينطوي على موت فعلي ، أو تهديد بالموت ، أو إصابة شديدة أو غير ذلك من التهديد للسلامة الجسمية ، أو مشاهدة حدث يتضمن موتا أو إصابة ، أو تهديدا لسلامة الجسم لشخص آخر ، أو أن يعلم عن موت غير متوقع ، أو نتيجة لاستخدام العنف ، أو عن ضرر شديد، أو تهديد بالموت أو الإصابة، مما قد وقع لعضو من أعضاء الأسرة أو لبعض الأصدقاء المقربين (American Psychiatric Association, 1994:24).

ويطلق مصطلح الخبرة الصادمة على نوع من الخبرة المفرطة للفرد ، بحيث لا يستطيع احتمالها، فيتداعى لها بالأعراض المرضية، ويأتي تأثيرها الضار من الفجائية التي تحدث في أثناء الصدمة ، والتي بالتالي تعيق من قدرة الطفل الذي تعرض لحدث صادم من السيطرة على الموقف والمعالجة السليمة للآثار لنتيجة عن هذا الحدث.

وتعرف أيضا على أنها تعرض الفرد لحدث صادم سواء أكان بواسطة التهديد الجسدي أم النفسي أم التعرض الفعلي للموت أو إصابة الفرد نفسه أو الآخرين ،ويشمل ذلك الخوف الشديد ،والشعور بالتوتر الشديد،والشعور بالعجز والرعب (جامعة القدس المفتوحة،2009: 356).

من خلال ما ورد من تعاريف للصدمة النفسية ،نخلص بان جميع التعريفات اتفقت على أن الصدمة هي حدث أو مثير أو منبه يطرأ على الفرد هذا المنبه فجائي، غير متوقع ،ضخم بحيث لا يمكن لشخصية الفرد وكيونته تحمل هذا الحدث ، وهذا الحدث ، يؤدي إلى اضطرابات نفسية و صعوبات ونكبات ،تجعل الفرد يتجه نحو سلوك غير الذي كان عليه بحيث لا يستطيع العودة إلى سلوكه السابق للحدث الصادم ، ويكون سبب هذا الحدث الصادم بعض الحوادث والمنبهات الطبيعية كالأعاصير ،العواصف البراكين والزلازل ،وغيره امن الكوارث الطبيعية ، ومنها ما يكون من صنع الإنسان نفسه كالحروب التعذيب الاعتقال الاغتصاب ، القتل ، و ما إلى ذلك من أفعال ، و جميعها(الطبيعية ، والتي من صنع الإنسان)تهدد الحياة ، أو تتدد بالموت ، إلا أن سيجموند فرويد قد ارجع سبب هذا الحدث الصادم إلى أعراض هستيرية هي بقايا لخبرات صادمة منذ الطفولة.

وقد أضاف(ثابت ، 1998) أن الخبرة الصادمة ممكن أن تحدث لمرة واحدة أو لعدة مرات ، أو يمكن أن تكون فردية أو جماعية ، وقد تبني الباحث تعريف (ثابت ، 1998)، ويضيف الباحث أن هذه الصدمة يمكن أن تعالج من خلال التدخل بالعلاج والإرشاد

النفسي ، أو العلاج الطبي إذا احتاج الأمر لذلك ، ومن طرق التدخل النفسي ؛بناء برامج إرشادية قائمة على التفريغ الانفعالي كما ورد في دراسة (صايمة، 2005)، أو من خلال الإرشاد الجماعي (الحواجري،2003).

النظريات التي تناولت الخبرات الصادمة:

عندما ندرس الخبرات الصادمة علينا أن نعود إلى نظريات علم النفس، وهي:

1-2 مدرسة التحليل النفسي:

تعرف مدرسة التحليل النفسي الصدمة النفسية (Trauma) على أنها حدث في حياة الشخصي تحدد بشدته وبالعجز الذي يجدا لشخص فيه نفسه عند الاستجابة الملائمة حياله ، وبما يثيره في التنظيم النفسي من اضطرابات وآثار دائمة مولدة للمرض ، وتتصف الصدمة من الناحية الاقتصادية بفيض من الإثارات تكون مفرطة بالنسبة الطاقة الشخص على الاحتمال ، و بالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارات.

الصدمة و الصدمي هي تعابير مستعملة قديماً في الطب و الجراحة،وتدل كلمة صدمة Trauma التي تعني الجرح في اليونانية و تشتق من فعل ثقب ، و على جرح مع كسر ، ومن مفرداتها بالفرنسية Traumatisme المخصصة على الأدق للحديث عن الآثار التي يتركها جرح ناتج عن عنف خارجي ، و لا تبرز دوما فكرة تمزق أو إصابة الغشاء الجلدي ،إذ يصار إلى الحديث مثلاً عن الصدمات الجمجمة -الدماغية المقفلة. كما لوحظ أن مصطلحي Trauma - Traumatisme يستعملان في الطب كمترادفين

،ولقد اقتبسنا لتحليل النفسي هذين المصطلحين مع أننا لا نلاحظ عن فرويد سوى كلمة صدمة Trauma ناقلاً إلى الصعيد النفسي المعاني الثلاثة (الصدمة العنيفة ،الكسر أو الإصابة والآثار).

وفي فترة نشأة التحليل النفسي كانت الصدمة تصف في البداية حادثاً ذاتياً من تاريخ الشخص بالإمكان تحديد الفترة التي حدثت فيها ، ويحتل مكانة هامة على المستوى الذاتي نظراً لما يمكن أن يثيره من عواطف مؤلمة ، و لا يمكن الحديث عن أحداث صدمية بالمطلق بدون بحث قابلية التأثير الخاصة بالشخص المعني ، و لا بد من توافر شروط موضوعية كي تكون هناك صدمة بالمعنى الدقيق للكلمة أي عدم تصريف التجربة التي تظل في النفس ، وبالطبع يمكن للحدث أن يمنع بطبيعته تصريفاً كاملاً من مثل فقدان كائن عزيز لا يمكن تعويضه ، وأن هناك ظروفاً نوعية هي التي تضمن للحدث قيمته الصدمية ،فقد تكون شروطاً نفسية خاصة يجد الشخص نفسه فيها خلال الحدث ، وقد تكون تبعاً لفرويد صراعاً نفسياً يمنع الشخص من إتمام التجربة التي وقعت له في شخصيته الواعية (دفاع)، ويشير كل من بيوير و فرويد أيضاً إلى أنه بإمكان سلسلة من الأحداث أن تضم أثارها إلى بعضها البعض (التضافر) مع أن كلا منها بمفرده لا يسبب الصدمة.

ولكن فرويد لم يكتف بوصف الصدمة على أنها إثارة داخلية من خلال حدث خارجي يشكل مجرد سبب معجز بل هو يشعر بضرورة هذا الحدث بدوره إلى حدث آخر سابق عليه بشكل منطلق كل العملية ، وتشكل الصدمة التي تفجر العصاب عند الراشد سلسلة متكاملة مع

الاستهياء ، ويشمل هذا الاستهياء بدوره عاملين مكملين داخلي و خارجي ، ولكن في نفس الوقت الذي أصبح فيه دور " النظرية الصدمية للعصاب " نسبياً يأتي وجود أعصبة الحوادث ، ومن بينها أعصبة الحرب كي تضع في المقام الأول من اهتمامات فرويد مشكلة الصدمة بشكلها العبادي المسمى الأعصبة الصدمية وبمعنى آخر فإن نظرية التحليل النفسي ترى أن الأحداث الصدمية ترتبط بأعراض القلق والتوجس وكذلك أعراض الاكتئاب بما فيه من شعور بالفشل و العجز (الابلانش بونتاليس مصطفى،.(1997:336).

ويؤكد محمد عبد الظاهر الطيب (1994) أن فرويد رجع وعدل نظريته (الليبيدو و غرائز الجنس) على أساس ما شاهده من ظواهر مرضية تدل على وجود دوافع غريزية غير قابلة للتعديل وتتكرر في حياة الفرد تكراراً ألياً وتعارض دوافع الحياة معارضة واضحة ،فقد لاحظ مثلاً أثناء الحرب العالمية الثانية اثر عصاب الصدمة على الجنود الذين تعرضوا لصدمة نفسية مؤلمة أثناء القتال ، وكيف أن هذه الخبرات المؤلمة تتكرر في أحلامهم تكراراً ألياً ، ولما كانت الأحلام عند فرويد هي وسيلة لإشباع الدوافع المكبوتة، والغرض من الإشباع هو الحصول على اللذة ،وعلى ضوء هذا لم يستطع أن يفسر ما يحدث للجنود ،فما اللذة التي يحصلون عليها ؟ لماذا يكرر الجنود هذه الخبرات المؤلمة واضطر فرويد للقول بأن الإنسان وساعد فرويد على الأخذ بهذا التقسيم عدد من الاعتبارات النظرية التي أيدها علم البيولوجيا من وجود عمليتي الهدم والبناء في حياة الإنسان ،وأنهم تستمران ما استمرت الحياة ،فهاتان العمليتان ترتبطان بغريزتي الموت والحياة ،فغريزة الحياة تهدف إلى توجيه الذات إلى البناء

والى التراكيب ،بينما تهدف غريزة التدمير إلى تفتيتها هكذا تعمل هاتان المجموعتان من الغرائز في حياة الإنسان متحدثين ومختلطتين فالحصول على اللذة الجنسية مثلاً يتضمن عنصراً سادياً ، كما أنهما قد تعملان منفصلتين عندما تتحرف السادية وتعمل مستقلة وعلى انفراد الطيب.(1994:52.51

2-2 النظرية البيولوجية:-

إن أي صدمة تؤدي إلى اضطرابات في وظيفة -الدماغ والجهاز العصبي ،وقد حاول بعض الباحثين أن يربط اضطراب ما بعد الصدمة بعمل الدماغ ، وما يطرأ عليه من تبدلات كيميائية وفسولوجية و وظائفية ،وهذا الاضطراب يظهر على الشكل التالي:-

ارتفاع نسبة الاستيلكولين Acetyl choline

انخفاض نسبة النورنفرين

انخفاض نسبة السيروتونين

انخفاض نسبة الدوبامين

إن استنزاف مادة النورنفرين يرتبط بعدم قدرة الفرد على الهروب أو التخلص من الصدمة التي يتعرض لها ،فالتعرض المتكرر للصدمة أو تذكره يؤدي فيما بعد إلى التبدل أو التخدير العاطفي كحل حتمي للصدمة ،وهنا يفرز الدماغ مواد مخدرة شبيهة من حيث مفعولها بالافيونات ،أما ديلابينا 1984 فإنه حاول الربط بين اضطراب ما بعد الصدمة بطبيعة عمل الجهاز العصبي ،وأشار إلى أن الأشخاص الذين يسيطر لديهم الجهاز البارسيمبثاوى لا

يتوصلون إلى تحقيق فهم واضح للمؤثرات المفاجئة و المؤلمة بشكل صحيح . كما أنهم يستجيبون فسيولوجيا للصدمة بشكل غير عادي مما يؤدي إلى ظهور بعض الأمراض مثل اضطرابات النوم وا لكوابيس والغضب والعدوانية.

ويرتبط الاضطراب الناشئ عن الصدمة باضطراب في الجهاز الهضمي ويكثر الإسهال والإمساك عند الأطفال لهذا السبب وبعد اضطراب الهضم يضطرب النوم وتؤثر الصدمات النفسية في النوم لأنها تجعل الجهاز الهضمي في حالة عدم استقرار و خصوصاً المعدة التي قد تؤثر على القلب بواسطة المنعكس المعدي القلبي Reflex-gastro Cardiaque – وبذلك تضطرب الدورة الدموية ويفقد القلب إيقاعه ، وأدركت الأم كيف يقضى على الاضطراب العام في جسم طفلها الصغير لذا نراها تربت عليه بضربات خفيفة تخضع الإيقاع معين يبعث الطفل على الهدوء والنوم ،وقد تضيف الأم إيقاعاً سمعياً كالغناء و الترنيمات وآخر اترانياً بهزها المهد هزات منتظمة ناعمة (الشافعي .87 :)

2-3 النظرية السلوكية :

إن نظريات التعلم تفسر الكثير من مظاهر اضطرابات الضغوط التي تتبع الصدمة فوفقاً للتشريط الكلاسيكي إن تعرض شخص لحادث في شاع ما قد يخيفه من العبور من هذا الشارع .و يبدو أن الشخص المصدوم(حرب -تعذيب -اغتصاب) يحاول أن يهرب من المنبهات التي تذكره بالصدمة، وهذا ما يسمى بالإحجام ،فهذه المنبهات أصبحت مؤلمة للشخص لأنها اقترنت بعمليات التعذيب مثلاً أو تزامنت معها .ومن هنا فإن الماضي المؤلم

(الحدث الصادم أو الخبرة الصادمة تستمر عبر الحاضر و المستقبل ،وكان الصدمة تغطي على كل شيء

بحيث لا يعود الفرد إلى تفكيره المنطقي، أي أن الفرد يبدأ في الهروب أو التجنب لتلك المثيرات التي تذكره بخبرات سيئة ،لأن تذكر أو تكرار هذه الخبرات سوف يؤثر تأثيراً سلبياً على الفرد من الناحية النفسية ،ومن هنا يتضح أن النظرية السلوكية تساعدنا على فهم اضطراب ما بعد الصدمة من خلال نظرية التشريط فالصددمات والنكبات والحروب وأعمال العنف تعد منبهات مطلقة غير مشروطة تؤدي إلى استجابة الخوف وردود أفعال فسيولوجية متعددة ويجري التعميم في استجابة الخوف إزاء المواقف والمنبهات التي ترمز إلى الصدمة وتتشابه مع أدواتها.

2- 4 النظرية المعرفية:

إن العمليات المعرفية هي أساس فهم الخبرات الصادمة في رأي النظرية المعرفية و إن إدراك الفرد للأحداث والمواقف والأشخاص يعتقد بشكل جوهري على ما يشكله الفرد من صيغ وخطط معرفية يدرك بها ومن خلالها الأشياء والمواقف والأشخاص ،وهذه الخطط والصيغ تتكون في مرحلة الطفولة من خلال علاقة الطفل مع أسرته فإن كانت هذه العلاقة تتسم بالاهتمام والحب والتقبل والتقدير يحكم الطفل على نفسه وعلى الأسرة والمجتمع حكماً إيجابياً مريحاً وأمناً ويدرك ذاته وأسرته والمجتمع بالحب والاحترام والتقدير فإذا تعرض لخبرة صادمة أو تجربة ضاغطة من الممكن أن يتجاوزها من خلال نظريته التفاضلية للأشياء ، ومن

خلال مساعدة أسرته المحبة له ومجتمعه العطوف الداعم والمساند . وإن كانت الخبرات الطفولية التي عاشها الطفل تتسم بالإهمال والرفض وعدم التقدير فإن الطفل بالضرورة سيشعر بعدما لأمان وعدم الرضا وهذا الشعور السلبي سيجعله يعطي حكماً سلبياً على المجتمع ككل (ذاته أسرته -مدرسته -والوسط الاجتماعي)وإذا كانت الذات والأسرة والمجتمع لا تمنحه الأمن والأمان والطمأنينة لذا فسيبالغ في توقع الخطر و الشر في المستقبل ، وفي حالة تعرض الطفل الخبرة صادمة ستزداد حياته سوءاً وستزداد ظلمة وسواداً فوق الظلام والسواد الأصليين في نفسه ،ووجدانه و سيزداد توقعه لحدوث الخطر والشر في المستقبل وستزداد حياته تعقيدا ومن المحتمل أن يصاب باضطرابات نفسية ناتجة عن الخبرات الصادمة(العتيبي 2001)

وعلماء النفس عادة يحكمون على عواقب العنف من وجهة نظر الفرد نفسه الذي عاش التجربة (عنف سياسي /جسدي -تهديد -فقدان -حوادث. ..و أشياء أخرى).

والدراسات النفسية في السابق اعتمدت على تفسيرات (نظرية فرويد نظرية التحليل النفسي) بشكل جوهري وأساسي أما ما تمت مؤخراً فاعتمدت بشكل واسع على النظرية المعرفية لسلوك الإنسان .فتبعاً لفرويد 1926(إن أساس الخبرات الصادمة هو الشعور بالعجز فالإنسان عندما يشعر بأنه غير قادر على التصرف بشكل مناسب عند مواجهه الخطر يشعر بأنه عاجز)

أما النظرية المعرفية فتربط الخبرات الصادمة أو الضغوط بالفرد نفسه والبيئة المحيطة
فالنظرية المعرفية (تعتبر الفرد و البيئة متداخلان ،فالبيئة منوجهة نظرها تزيد من قدرة الفرد
على التكيف والعكس) .وهناك تشابه بين النظرية التحليلية والنظرية المعرفية في فهم وتفسير
علاقة الفرد بالبيئة تحت الظروف الصادمة فكلاهما يعتبر العلاقة علاقة رد فعلو بأن علاقة
الفرد بالبيئة تضطرب عندما تزداد المطالب الخارجية أو الداخلية التي تقع على عاتقه فيقوم
الفرد بتحريك مصادره ليصلح العلاقة .ولكن هناك اختلافا بين النظرية التحليلية والنظرية
المعرفية في طريقة فهم مصدر الخبرات الصادمة وفي طبيعة العمليات النفسية التي .

2-5نظرية معالجة المعلومات:

إن معالجة المعلومات تعتبر من أهم النظريات التي حاولت أن تفسر اضطراب ما
بعد الصدمة ، (فالانبئات) أو المنبهات تغزونا من كل حذب وصوب ،قسم منها يستوعبه
الدماغ وتتم معالجته (ترميز ،حل الترميز السلوك)بينما لا تتم معالجة القسم الآخر بشكل
صحيح لأن المنبهات تكون ناقصة أو فوق طاقة الجهاز العصبي (جهاز الاستقبال)كما
هي الحال مثلاً في الكوارث والصدمات بحيث لا تتلاءم المنبهات الخطيرة الطارئة مع
خبرات الشخص ونماذجه المعرفية لأنها تتخطى الإطار السوي للتجربة الإنسانية .وهذا ما
يؤدي إلى حدوث التشويه والاضطراب في معالجة المنبهات وفي هذه الحالة تبقى المنبهات
الصادمة ناشطة وبشكلها الخام وهي تستمر في ضغطها المؤلم على الشخص الذي يحاول
عبثاً أن يبعدها عن عتبة الوعي حتى يشعر بالراحة والأمان . غير أن الشخص المصدوم

يلجأ عادة إلى استخدام بعض الوسائل الدفاعية السلبية مثلاً : لنكران والتبليد ، والتجنب ، وهذه الوسائل تشكل السمات البارزة لاضطراب ما بعد الصدمة.(يعقوب، 70:1990).

يرى الباحث أن الصدمة حسب نظرية تحليل المعلومات تكون عبارة عن حدوث منبهات وخبرات جديدة خارجة عن إطار المعلومات والمعارف الموجودة عند الشخص المصاب فلا تجد لها مكان من الخبرات السابقة فتحدث هنا الصدمات حيث تكون هذه المنبهات الجديدة طارئة وخارجة عن الإطار المعروف للفرد.

ويبدو أن المنبهات الصادمة لا تغيب عن وعي الشخص بل إنها تغزو ويعنف رأسه من وقت لآخر ،وتؤدي إلى المشاعر المؤلمة والصور و الأفكار المأساوية المرتبطة بالصدمة (كوابيس ،أفكار وصور دخيلة)وهكذا تبقى المنبهات الصادمة تضغط على الشخص حتى تتم معالجتها بشكل كامل ولكن يبدو انه ليس من السهل حدوث ذلك نظراً لطبيعة الصدمة التي تبقى ناشطة في الذاكرة عسية عن تحديد معنى لها ،ولذلك يحدث تأرجح دائم بين عمليات التكرار للانفعالات وتجنبها ،لعدم القدرة على احتوائها في البناء المعرفي ،والإنكار و التبليد كوسيلة دفاع تبقى المعلومات خارج الوعي أو في اللاشعور قبل أي محاولة علاجية لاحتواء الصدمة والهدف هو اكتمال معالجة المعلومات الصادمة أو المثيرات وذلك عندما يتم تمثيل الواقع أو المنبهات الصادمة بنجاح مع النماذج المعرفية للمصاب ،ولكن إذا لم يتم هذا التغيير فإن الخبرة الصادمة ستظل بشكلها الخام والنشط بلا معالجة (مكماهون، 2002 :20)

2-6 نظرية التعلم و التشريط:

هناك نوعان من التعلم القائم على الاشتراط:

التشريط الكلاسيكي:

الذي يدرس ردة فعل الجسم أو الكائن إزاء ضغوط البيئة (المنبهات) وفيه يكون الشخص خاضعاً لتلك الضغوط وليس له الخيار في تبديلها (بافلوف)

التشريط الفاعل:

. بحيث يكون فيه الفرد قادراً على التحرك والرد على منبهات البيئة بالشكل الذي يراه مناسباً.

ولكن كلما كان الرد صحيحاً يكون التعزيز (مكافأة) حافزاً لاستمرار العمل ،والعكس بالعكس ،إن الشخص المصدوم يحاول أن يهرب من المنبهات الذي تذكره بالصدمة (تجنب)،وهذه المنبهات قد أصبحت مؤلمة للشخص لأنها اقترنت مثلاً بعمليات التعذيب أو تزامنت معها.

من هنا يبدو أن الماضي المؤلم (التجربة الصادقة)يستمر عبر الحاضر والمستقبل وكانت الصدمة تغطي على كل شيء بحيث لا يعود التفكير المنطقي يعمل بشكل سليم.

إن نموذج السلوكي يساعدنا على فهم الخبرة الصادقة من خلال نظرية التشريط ، فالصددمات والنكبات والحروب وأعمال العنف تعتبر بمثابة منبهات مطلقة غير مشروطة تؤدي إلى استجابة الخوف ،ورداً فعل فيزيولوجية مطلقة ،و يجري التعميم في استجابة

الخوف إزاء المواقف والمنبهات التي ترمز إلى الصدمة ،أو تتشابه مع أدواتها ،ويتحدث عن الإنذار المكتسب ،أي أن تعميم الخوف ،الخطر يمكن أن ينظر إليه على أنه استجابة قد تم اكتسابها عن طريقا لاشتراط (أسعد، 1994 ،. (96)

تتبع التعرض للحدث الصادم ،وفي التأكيد على العوامل الاجتماعية الوسيطة ،فالنظرية التحليلية ترجع الصدمة إلى الماضي أي إلى الخبرات التي تمت معاشتها في الماضي ،والتي قد تكون مقموعة أو مكبوتة أي إلى العجز الذي قد يعود إلى الظهور مرة أخرى عند مواجهة حالة الخطر. أي أن المدرسة التحليلية تؤكد الصراعات اللاشعورية والأجهزة الدفاعية لأنها من وجهة نظرها تقرر استجابة الفرد للحدث الصادم ،أما النظرية المعرفية فتتظر إلى الاستجابات النفسية كاستجابات الأحداث خارجية رئيسية ،وهذه الاستجابات يعتبرها علماء النظرية المعرفية استراتيجيات شعورية واعية وأنشطة يبذلها الفرد للتكيف مع لأحداث الصادمة.

أشكال الخبرات الصادمة :

تأخذ الخبرات الصادمة أشكالا مختلفة منها ما يلي:

1. الخبرات الصادمة الناتجة عن فعل الطبيعة كالزلازل
2. الصدمات الناتجة عن الحوادث كحوادث الطرق /والسقوط /صعقات الكهرباء / والحرائق وأشياء أخرى مشابهة.

3. الصدمات الناتجة عن العنف الجنسي بأنواعه كالاغتصاب والتحرش والاعتداء الجسدي والتعذيب والتهديد.

4. الصدمات الناتجة عن العنف السياسي والحروب.

5. الصدمات الناتجة عن الإهمال وسوء المعاملة بأشكالها.

6. الخبرات الصادمة الناتجة عن أحداث اجتماعية كالفقدان الطلاق والفيصل منا لعمل وأشياء أخرى مشابهة.

وهناك (1)خبرة صادمة أو حدث صادم وقع لمرة واحدة

(ب) خبرة صادمة متكررة

وتختلف الخبرات الصادمة من حيث درجة الشدة.

يمر الفرد عند تعرضه للصدمة النفسية بالمراحل التالية:

(1)مرحلة التأثير الفوري بالحدث حيث تكون الاستجابة الطبيعية هنا هي عدم تصديق

ما حدث والرعب والذهول.

(2) مرحلة التفاعل:وهي مرحلة التفاعل بين الصحية والمعتدي وفيها تتقمص الضحية

صفات المعتدي.

(3)مرحلة القبول: في هذه المرحلة تقبل الضحية بالمنافع والمساعدات التي حصلت عليها

بعد حدوث الصدمة وقد تهجر الضحية معتقداتها التي آمنت بها سابقا .(4)مرحلة الخضوع

والإذعان : تستسلم الضحية للأمر الواقع والنتيجة التحصل تبعد الصدمة على أمل النجاة

وتجنب الإصابة ،وتكون المحصلة النهائية هي الغموض الذي يزداد تدريجيا و الشعور بالذنب والإحساس بالغضب و اللاواقعية والإذلال والعجز .

وهناك العديد من العوامل التي تؤثر على الاستجابات الإنسانية للخبرة الصادمة هي:

1. العوامل الفردية كالصلابة النفسية و الشخصية و الصحة النفسية.
 2. شدة الخبرة الصادمة ومدى القرب منها أكدت دراسات مثل دراسات Hocking 1970 والذي أكد في دراسته أن التعرض للصدمة الشديدة يؤدي إلى أعراض مبدئية لكل شخص ولكن العوامل الأخرى في الشخص يكون لها تأثير وقد يكون أكبر من الصدمة.
- وجد Pynoos 1987 في دراسة الأعراض النفسية الحادة للأطفال الذين تعرضوا لإطلاق النار في أثناء وجودهم في المدرسة وبازدياد التعرض للحدث الصادم تزداد الأعراض .
- والأعراض القليلة وجدت في الأطفال الذين كانوا خارج نطاق إطلاق النار .
- وجد Yule 1990 في دراسته للأطفال الذين نجوا من الغرق في الباخرة جوبيتر زيادة في درجة الخوف لدى الأطفال ،ومع ذلك فقد وجد أن الأطفال المصدومين قد سجلوا درجة قلق واكتئاب شديدة ،وهذه الدراسة توصلت إلى أن القرب من الخبرة الصادمة لا تعني بأن كل الأطفال المتعرضين لها سيظهرون أعراض القلق و الاكتئاب و يوجد علاقة ما بين الخبرة الصادمة وشدة الأعراض .

ولقد وجد Bradburn أن الأطفال الذين يعيشون في منطقة قريبة منا لمناطق التي تعرضت للزلازل سان فرانسيسكو قد ظهر عندهم أعراض نفسية ما بين 6-8 أشهر بعد الحدث ،عنهم عند الأطفال البعيدين عن موقع الزلزال .ولقد أكد هذه النتائج Lonigan الذي وجد زيادة درجة القلق و الاضطرابات النفسية الناتجة عن مواقف صادمة في الأطفال الذين تعرضوا للخبرة الناتجة عن الإعصار.

3. وجود أمراض نفسية أخرى : تمت دراسة الاضطرابات النفسية الناتجة عن مواقف صادمة والتي قد تكون مصحوبة باضطرابات نفسية أخرى و وجدت معظم تلك الدراسات أن 50 % من الأشخاص البالغين المصابين باضطرابات نفسية ناتجة عن مواقف صادمة كانوا يعانون من أمراض نفسية أخرى..

وكذلك وجد الباحثون أن الأطفال الذين كانت لديهم اضطرابات سلوكية كانوا أكثر عرضة للإصابة بالأمراض النفسية الناتجة عن المواقف الصادمة.

وفي دراسة Hand ford 1986 للأطفال الذين تعرضوا للكارثة النووية في جزيرة الثلاثة أميال في أمريكا وجد أن الأطفال الذين لديهم مشاكل في الشخصية واضطرابات نفسية أخرى وقلق كانت لديهم أعراض نفسية أكثر من الآخرين.

4. العمر : في دراسة فرويد و بيرلنجهام Freud & Burlingham للأطفال الذين تعرضوا للقصف في لندن في الحرب العالمية الثانية وجد أن المخاوف لها علاقة بالعمر ففي الأطفال الصغار في سن رياض الأطفال كان رد الفعل عنيف او هستيريا بالمقارنة معاً

للأطفال الأكبر سن أو في دراسة ثابت 1997 habet للأطفال الفلسطينيين وجدت الدراسة

أن الأطفال في سن 11-12 هما لأكثر إظهارا للمشاكل النفسية الناتجة عن المواقف

الصادمة عن الأطفال في سن 9-6 سنوات حيث إن الأطفال صغار السن لا تكون لديهم

مقدرة ذهنية على معنى الخبرة الصادمة ويظهرون أعراضاً أقل من الأطفال الأكبر سناً.

5. النوع Gender: تختلف الدراسات حول أثر الخبرات الصادمة تبعاً للنوع، فمنها من يجد

النساء أكثر تأثر أو منها من يجد الرجال أكثر تأثراً.

6. إستراتيجيات التأقلم Coping Strategies عرف Vistusky 1961 في دراسته سلوكيات

التأقلم بأنها) السلوكيات التي تجعل الإنسان قادراً على التحكم في المثيرات الخارجية وتجعل

الإنسان قادراً على الشعور بقيمته الشخصية والحفاظ على العلاقات مع الآخرين وزيادة مقدرة

الشخص على أن يكون مقبولاً اجتماعياً ولديه شعور بالرضا و التقبل للواقع ،لذا فمن

الطبيعي أن يتغلب من يملكون مصادر التأقلم على الخبرات الصادمة ونتائجها السلبية أكثر

ممن لا يمتلكون هذه الاستراتيجيات، ووجد Horowitz أن الابتعاد هو أحد وسائل الدفاع

والتأقلم والتي يمكن أن تساعد الذين يعانون من تعرضهم للخبرة الصادمة وتقلل القلق الناتج

عن الصدمة.

ولقد أكدت الرابطة الأمريكية للطب النفسي DSMI (1994) أعراض اضطرابات ضغوط

ما بعد الصدمة PTSD كما يلي:

1. الخوف الشديد و العجز والهلع
2. تكرار الحادث الصادم أو جزء منه.
3. تجنب المثير الذي يدعو إلى ذكر الحدث الصادم.
4. أعراض دائمة للهياج العاطفي والنفسي.
5. الصورة العرضية ستظهر لمدة أكثر من شهر.
6. الاضطراب سيؤدي إلى ضغط أو توتر مرضي هام أو عجز في المهام الاجتماعية أو

مجالات آخر للأداء

كما أكدوا الخطوات التالية من أجل مساعدتهم حين التعرض للصدمة والتخفيف منها:

- (1) تحمل التغيرات التي طرأت على سلوكهم وعدم معاقبتهم و إظهار الصبر و المثابرة و المحبة و الرعاية و المساعدة و المساندة و التفهم ..
- (2) تزويدهم بوجبات طعام جيدة و منتظمة وبمكان آمن يعيشون به.
- (3) القرب منهم، و العمل على توفير الراحة لأجسامهم.
- (4) مزاولة كافة الأنشطة الروتينية التي اعتاد عليها الأطفال.
- (5) تشجيع الطفل المنسحب على المشاركة بالأنشطة.
- (6) رسم قواعد ثابتة للأطفال عندما يكونون في حالة من عدم الاستقرار أو عدوانيين أو القيام بأنشطة نافعة أخرى.

(7)التحدث مع الأطفال الأكبر من مرحلة عمر ما قبل المدرسة عن ذكرياتهم ومشاعرهم

وأفكارهم وتزويدهم بالمعلومات بحيث يفهمون ما حدث بدرجة أفضل.

(8)مساعدة الأطفال الأكبر على القيام بأنشطة إبداعية أو ابتكارية ،مثل :الرسم وسرد

القصص والغناء والرقص فهذا يساعدهم في التعبير عن أنفسهم والمشاركة بذكرياتهم عن

الحدث.

(9) السماح للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة المساعدة في إعادة بناء ما تم تدميره.

ويقدم مركز التدريب المجتمعي وإدارة الأزمات بعض الاقتراحات لعلاج الاضطرابات النفسية

الناجمة عن مواقف صادمة لدى الأطفال كما يلي :

1. لعلاج النفسي (Pynoos 1987)إعادة استحضار التجربة تجعل الأطفال قادرين على

التقييم المعرفي للحدث والتأقلم على ماحدث لهم أثناء تعرضهم للخبرة الصادمة وإعادة تنمية

أحاسيسهم بالمقدرة الشخصية وبالشعور بعزة النفس ولتحقيق وسائل تأقلم فعالة للصعوبات

الحياتية وتتم هذه المرحلة بتشجيع الطفل على الرسم أو اللعب على أن يتم إخبارهم أثناء

الرسم بقصص عن أطفال تعرضوا لمشاكل و صدمات ولكنهم كانوا قادرين على الصمود و

المقاومة .

2. العلاج الجماعي.

3. العلاج العائلي.

4. العلاج عن طريق اللعب :تقول بابرا دوارت إسجهدو 1995 إنه من المهم جداً أن يأخذوا للعب دوراً أساسياً في علاقة الأم مع ابنها ومن ثم بين المعالج والطفل ،وهناك أفراد آخرون يشغلون حيزاً مهماً في حياة الطفل وفي صحته وفي سعادته وهم الأسرة ،المعلمون ،وأعضاء المجتمع كالرفاق والقائمون على الصحة النفسية والعقلية ،لذا علينا أن نسمح للطفل أن يلمس قلبنا كما أن نلمس قلب هو هذا أصعب شيء في العمل مع الأطفال خصوصاً هؤلاء الذين عانوا من خبرات صادمة مستمرة اسجهدوا .(1995:52,53).

5. العلاج عبر العودة إلى الله وقراءة القرآن والرضا بالقدر و الصبر على البلاء وينصح الأطباء النفسيون باتخاذ بعض السبل الوقائية على الشكل التالي:

- 1- يتم توظيف القدرات الإدراكية لدى الأطفال في مرحلة التغيير التي تحدث لهم وهي تشمل الاكتشاف الشخصي من الطفل لذاته وذلك بتعريف الأطفال على إمكانياتهم الإدراكية.
- 2- تعليم الأطفال المهارات الأساسية لكي يحل مشاكله التي يمكن أن يواجهها.
- 3- تشجيع طرق التأقلم الفعالة لدى الطفل.
- 4- تعليم الطفل التمارين مثل تمارين الاسترخاء (التأقلم عن طريق التأمل و التمارين على حدوث كوارث في المستقبل و كيف يمكن التعامل مع هذه الكوارث في حالة حدوثها .) (دليل الوالدين ،مرجع سابق).

الخبرات الصادمة من وجهة نظرا لإسلام:

يقول الله في كتابه العزيز "رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ " البقرة آية 286 أي لا تحملنا ما لا قدرة لنا عليه من التكاليف والبلاء إشارة إلى الخبرات الصادمة(الصابوني : (181.

يقول الرسول ﷺ الصبر عند الصدمة الأولى "أي أنه صلوات الله وسلامه عليه يُعرف الصدمة بأنها(الحدث المفاجئ والقوي الذي يصعب احتماله) .ولكن رغم صفات الصدمة القاسية يدعو الرسول ﷺ الأمة الإسلامية إلى الصبر و الاحتمال عند الابتلاء و المقاومة و عدم الانهيار .(الجوزي 30)

الصبر على البلاء :

إن الله سبحانه وتعالى جعل الصبر جواداً لا يكن و وصار ماً لا ينبو و جنداً لا يهزم وحصناً حصيناً لا يهدم ولا يثلم ،فهو والنصر أخوان شقيقان ،فالنصر مع الصبر والفرج مع الكرب والعسر مع اليسر وهو أنصر لصاحبه من الرجال بلا عدة و لا عدد ،ومحله من الظفر كمحل الرأس من الجسد ، ولقد ضمن الوفي الصادق لأهله في محكم الكتاب أنه يوفيهم أجرهم بغير حساب ، وأخبرهم أنه معهم بهدايته ونصره العزيز وفتح المبين ،فقال تعالى : " إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ(البقرة :من الآية(153)، فظفر الصابرون بهذه المعية بخير الدنيا والآخرة .

وفازوا بها بنعمة الباطنة و الظاهرة ،وجعل سبحانه الإمامة في الدين منوطة بالصبر

اليقين فقال تعالى وبقره اهتدى المهتدون " :وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا

وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوْقِنُونَ"السجدة(24 :

وأخبر أن الصبر خير لأهله مؤكداً باليمين فقال تعالى: وَلَئِنْ صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ

لِلصَّابِرِينَ)النحل :من الآية (126)

وأخبر أن مع الصبر و التقوى لا يضر كيد العدو ولو كان ذا تسليط فقال تعالى " :

وَإِنْ تُصِيبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئاً إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ

مُحِيطٌ) آل عمران :من الآية. (120).

ينقسم الصبر إلى ثلاث أقسام :

1- صبر على الأوامر والطاعات .

2- صبر على المناهي والمخالفات .

3- صبر على الأقدار و الأقضية .

وعلق الفلاح بالصبر والتقوى ، يقول تعالى : يا أيها الذين امنوا اصبروا وصابروا

ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون " (آل عمران :200)

ما ورد عن الصبر من نصوص السنة :

في الصحيحين من حديث أنس بن مالك رضي الله عنه أن الرسول ﷺ أتى امرأة تبكي على

صبي فقال لها " اتقي الله واصبري " فقالت : وما تبالي بمصيبتي ، فلما ذهب قيل لها : إنه

رسول الله ﷺ فأخذها مثل الموت فأنت بابه فلم تجد على بابه بوابين فقالت يا رسول الله: لم أعرفك ، فقال " إنما الصبر عند أول صدمة " ، وفي لفظ " عند الصدمة الأولى " وقوله الصبر عند الصدمة الأولى " مثل قوله " ليس الشديد الذي يملك نفسه وقت الغضب " .

فإن مفاجآت المصيبة لها روعة تزعزع القلب وتزعجه بصدمة ، فإن صبر للصدمة الأولى انكسر حدها وضعفت قوتها فهان عليه استدامة الصبر ، وأيضا فإن المصيبة ترد على القلب وهو غير موطن لها فتزعجه ، وهي الصدمة الأولى ، وأما إذا وردت عليه بعد ذلك توطن لها وعلم أنه لا بد منها فيصير صبره شبيه الاضطرار ، وهذه المرأة لما علمت أن جزعها لا يجدي عليها شيئا جاءت تعتذر إلى النبي ﷺ كأنها تقول له قد صبرت فأخبرها أن هذا الصبر إنما عند الصدمة الأولى .

وفي صحيح مسلم عن أم سلمة قالت سمعت رسول الله ﷺ يقول " ما من مسلم تصيبه مصيبة فيقول ما أمره الله إنا لله وإنا إليه راجعون ، اللهم أجرنى في مصيبتى واخلف لي خيرا منها

وفي صحيح مسلم من حديث عائشة عن النبي ﷺ أنه قال " لا يصيب المؤمن من شوك فما شوك فما فوقها إلا رفعه الله بها درجة وحط عنه بها خطيئة " .
مرض أبو بكر رضي الله عنه فعادوه ، فقالوا : ألا ندعو لك الطبيب فقال : قد رأي الطبيب قالوا فأى شيء قال لك ؟ قال : إني فعال لما أريد ، قال عمر بن الخطاب رضي الله عنه (وجدنا خير عيشنا بالصبر) .

5- تأثير الحدث الصدمي في المعتقدات الأساسية لدى الطفل:

من خلال تعامل الطفل مع أسرته ومع عالمه الصغير تتكون لديه صورة بسيطة عن نفسه وعن الحياة تسمى افتراضات أساسية تتلخص في :أنه شيء محبوب من المحيطين به ،وأنهم يقومون بحمايته ورعايته ولا يعرضونه للخطر ،وهم قادرون على ذلك ،وأن هناك منطقاً يحكم العالم وهو أن الخير دائماً ينتصر ،لأن الله يحب الأخيار و يحميهم ويساعدهم .

وعند تعرض الطفل للحدث الصادم فإن هذه الافتراضات أو القناعات الأساسية تتزلزل ،وتتهدم في لحظة الاعتداء على الطفل أو ذويه ،حيث يرى كل شيء يتغير أمام عينيه،فتهتز كل ثوابته ،ويتعرض للتناثر و التشتت ، وتتعرض صورته عن نفسه وعن العالم للتشوه ،وبما أن تكوينه المعرفي والوجداني لم ينضج بعد ،لذلك تكون الآثار عميقة ومؤثرة بشك لأكرمن الكبار .

وقد يقول قائل :إن الطفل لديه القدرة على التأقلم مع الأحداث ربما تفوق قدرة الكبار ؛ولذلك بسبب عدم وجود تصورات جاهزة كثيرة عن العالم لديه ،وبالتالي فهو أكثر تقبلاً للتصورات والأنماط الواقعة فعلاً دون مقارنتها بنمط قياس .

وهذا القول صحيح من ناحية،ولكنه من ناحية أخرى يعني أن التأقلم حين يحدث في هذه الظروف فانه يؤدي إلى تثبيت أفكار واتجاهات العدوان والانتقام وعدم الثقة في أي شيء .

(جامعة القدس المفتوحة،(363) 2009

6- العوامل المؤثرة في استجابات الأفراد للخبرة الصادمة:

ليس كل الأشخاص الذين تعرضوا إلى صدمة نفسية يصابون باختلال نفسي لأن هناك عدة عوامل وسيطة تلعب دور الحماية أو الحفظ مثل : الشخصية ،أو المزاج ،والعوامل الجينية والأمراض النفسية الأخرى، وإستراتيجيات التأقلم ،والعوامل العائلية والاجتماعية والثقافية المختلفة ،ويمكن تقسيم العوامل التي تؤثر على استجابة الفرد إلى ثلاث مجموعات رئيسية وهي ،عوامل تتعلق بالحدث الصادم عوامل تتعلق بشخصية الفرد ،وعوامل تتعلق بالمحيط الخارجي وهي كالتالي:

6-1 طبيعة الحدث الصادم:

يمكن تحديد طبيعة الحدث الصادم بعدة أبعاد منها ما يتعلق بنوع الخبرة الصادمة فالأشخاص الذين يتعرضون لخبرات صادمة تتضمن تهديداً بالموت أو الإصابة وتهديد السلامة الجسدية الشخصية(الناجون) يكونون أكثر تأثراً ،ويكونون عرضة للاضطرابات النفسية الناتجة عن الخبرات الصادمة أكثر من الأفراد الذين يتعرضون لمشاهدة أو لسماع مواقف وأحداث صادمة تتضمن تهديد بالموت أو الإصابة وتهديداً السلامة الجسدية للآخرين (Wenar & Kerig, 2000:187)

ودرجة القرب من الحدث الصادم تلعب دوراً في استجابة الفرد للخبرة الصادمة ،فالشخص الذي يتعرض بيته للقصف أو إطلاق النار و هو بداخله يتأثر بالحدث الصادم أكثر من الشخص الذي لا يتعرض بيته للقصف أو إطلاق النار ،كما تؤثر شدة الصدمة

النفسية من حيث استمرار التعرض للأحداث الصادمة لفترة زمنية طويلة ،والتعرض لأكثر من حدث صادم ، كما أن المناطق التي تشهد حروباً تلعب أيضاً في درجة استجابة الشخص للخبرة الصادمة ودرجة التأثر بها و تجعله أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية الناتجة عن الخبرات الصادمة 2005 :33(،شعت)

6-2 عوامل تتعلق بشخصية الفرد:

بينت الدراسات والأبحاث التي أجريت على الأشخاص الذين طورو اضطرابات نفسية بعد الصدمة وجود علاقة بين الشخصية السابقة والمزاج وتطور اضطرابات نفسية لديهم فيما بعد ،و وجود اضطرابات نفسية سابقة لدى الفرد الذي يتعرض لخبرات صادمة يزيد من احتمال تطور الاضطرابات النفسية الناتجة عن خبرات صادمة أكثر من الأفراد الآخرين الذين ليوجد لديهم اضطرابات سابقة ، وفي دراسة أجراها (Thabet et al1997) ،على الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة وجد أن الأطفال الذين كانوا يعانون من مشاكل سلوكية انفعالية كانوا أكثر عرضة للتأثر بالخبرات الصادمة و الإصابة بالأمراض النفسية الناتجة عن مواقف صادمة ، وبعد سنة وجدا لباحثون بأن هناك انخفاضاً في نسبة المشاكل السلوكية والانفعالية نتيجة ابتعاد الأطفال عن الخبرات الصادمة ،ويقول ثابت أيضاً أن الجنس له دور بارز هنا حيث أظهرت تلك الدراسة أن الفتيات في سن المدرسة يظهرن أعراضاً نفسية أكثر من الأولاد ،ولكن مشاكل السلوك العدوانية أكثر عند الأولاد (20):

(Thabet et al, 1997)

3-6 عوامل تتعلق بالمحيط الخارجي :

تعتمد استجابة الطفل للأحداث الصادمة ودرجة التأثير بها إلى حد بعيد على استجابة الوالدين أو الأشخاص الذين يعتبرون قدوة للطفل، وترتبط الطفل علاقة معهم مثلا لمعلم في المدرسة، أو أحد الإخوة و الأخوات الكبار ،أو ربما بعض الأصدقاء والأقارب ،هذا الأمر ينعكس

على درجة الدعم الأسري للطفل حين يتعرض لموقف صادم ،كذلك يؤدي مستوى الدعم الاجتماعي في المدرسة و المجتمع بشكل عام دورا مهما في الحد من آثار الخبرات الصادمة على المدى القريب والبعيد ،ويقلل من احتمالا لإصابة باضطرابات نفسية ناتجة عن الخبرات

الصادمة Turner 1999:188

7-ردود الفعل الناتجة عن الخبرات الصادمة:

من الطبيعي أن تظهر ردود فعل صعبة لدى الأطفال حين تعرضهم للمواقف الضاغطة ومن الطبيعي أن تختلف تعبيرات الأطفال عن الحدث الضاغط و الصادم وبالتالي تظهر لديهم العديد من الاستجابات المختلفة والتي هي ردود فعل لخبرات الصادمة.

ويمكن تقسيم ردود فعل الفرد للحدث الصادم مقسمين:

أ. ردود قصيرة المدى:

و هو ردود الفعل قريبة المدى ، والمقصود بها ردود الفعل الفورية والسريعة للحدث الصادم والتي تظهر كالغثيان و الإغماء ،وفقدان الوعي،أو أعراض فسيولوجية ،كارتقاع

ضغط الدم ،وسرعة ضربات القلب ،واحمرار الوجه ،كذلك البكاء ،والصراخ ،والإحساس بالعجز ،أو التبلد الانفعالي أحياناً ،والأحلام المزعجة ،والكوابيس وغير ذلك.

ب- ردود بعيدة المدى:

وهو ردود الفعل بعيدة المدى وهي التي تظهر بعد مرور فترة زمنية معينة على الحدث الصادم ومنها تجنب المواجهة والانطواء واستعادة الحدث الصادم، وغيرها.

8- أعراض ما بعد الصدمة:

تبدأ أعراض ما بعد الصدمة في الظهور بعد تعرض الفرد لخبرة صادمة أو مجموعة من الخبرات ، خلال الأيام أو الأسابيع الأولى من التعرض للحدث الصادم ،بشرط أن تستمر هذه الأعراض أكثر من شهر ،بالإضافة إلى أنها يجب أن تشمل على مجموعات الأعراض الثلاثة وهي أعراض إعادة تمثلا لخبرة الصادمة ،وأعراض التجنب والخدر ،وأعراض الاستشارة الدائمة (شعت 2005: 42).

هذه المجموعات الثلاث تؤثر على النواحي النفسية الرئيسية الثلاث وهي الناحية الانفعالية الناحية السلوكية ،والناحية الفكرية والاتجاهات ،الأمر الذي يجعلها لشخص المصدوم غير قادر على ممارسة نشاطاتها ليومية الاعتيادية والتي كان يمارسها بشكل طبيعي قبل تعرضه للحدث الصادم .و هذه المجموعات هي على النحو التالي:

1-8. استعادة الذكريات المؤلمة للحدث الصادم:

تأخذ مجموعة إعادة تمثيل الحدث الصادم أشكالاً وصوراً من الأعراض مثلاً لاسترجاع المتكرر للحدث الصادم المصحوب بالألم كشريط سينمائي (Back Flash) ،ويمكن ملاحظته في الأطفال من خلال إعادة اللعب ،حيث يقوم الأطفال بإعادة تمثيل الأحداث التي مروا بها من خلال اللعب ،أو من خلال الكوابيس المتكررة أثناء النوم ،ونلاحظها عند الأطفال من خلال الاستيقاظ من النوم مصحوباً بالبكاء أو الخوف (الفرع الليلي)،أيضا تشمل هذه المجموعة الشعور المفاجئ مصحوباً بالخوف والتوتر و ربما الفرع كما لو أن الحدث سيعاود الحدوث مرة أخرى ،بالإضافة إلى الشعور بالضيق والألم عند مرور الشخص بحدث يذكر الشخص بالحدث الصادم السابق ،عملية التذكير بالحدث يمكن أن تتم عن طريق الشم،السمع، والرؤية عند الأطفال Sadock, 2000:214) أي أنه بعد فترة من إصابة الطفل يحدث عنده استعادة للخبرة الصادمة ويكون ذلك عن طريق صور متلاحقة في مخيلته لما حدث ولا يستطيع منعها حيث يتذكر نفس المكان الذي تعرض فيه للصدمة أو اللون الذي كان يرتديه المعتدي ، وقد تكون الاستعادة عن طريق سماعه لنفس الأصوات التي كانت موجودة أثناء الصدمة ،أو يشم نفس رائحة المكان الذي حدثت فيه الصدمة ،أو عن طريق لعبه بألعاب شبيهه بما حدث أثناء الصدمة وهو ما يسمى باللعب الصدمي.

2-8 تجنب المواجهة :

يحاول الشخص المصدوم دائماً وجاهدا الابتعاد المستمر عن المواقف التي من الممكن أن تذكره بالخبرة الصادمة مع تخدر واضح في العاطفة والاستجابة العامة ،ويمكن ملاحظة أعراض مختلفة تتميز بالتجنب والخدر مثل محاولات الشخص المستمرة لتجنباً لأفكار و المشاعر ، والأماكن ، والأشخاص والمواقف التي من الممكن أن تذكره بالحدث الصادم ، ولعل النسيان النفسي يحدث نتيجة هذا التجنب المقصود عند البالغين ولكنه لا يحدث في الأطفال ،بالإضافة إلى أعراض الخدر حيث يشعر الشخص بالتشاؤم والإحباط الشديد ، وأيضاً الشعور بالغربة والابتعاد عن الآخرين الذين كانت تربطهم بهم علاقات اجتماعية قوية كالأصدقاء والزلاء ، وعلاقات عاطفية كالزوج ، أو الأبناء ، أو الإباء ، والأمهات ، والإخوة ،كذلك يمكن ملاحظة الانخفاض الواضح في الاهتمامات اليومية بالفعاليات المختلفة(Turner,1999:642)

أي أنه يكون بابتعاد الطفل عن الأماكن التي شاهد فيها أحد الرموز في حياته كالأب أو الأم وهم يتعرضون للضرب أو الإهانة ،ويتجنب حتى الألوان التي تذكره بالملابس التي كان يلبسها المعتدون ،فنرى الطفل منطوياً ،ويبتعد عن الفعاليات التي كان يقوم بها قبل حدوث الصدمة ، ويصاب بتبليد الإحساس ، وهذوء زائد ، ويفقد قدرته على العطاء الوجداني .

8-3 الخوف الزائد:

ويكون ذلك بخلاف الخوف الطبيعي عند الأطفال حيث أنه يبدأ بعد حدوث الصدمة ،
في الخوف من الأشياء التي لم يكن يخاف منها سابقاً مثل الخوف من الظلام ،والخوف من
الشارع أو القطط والكلاب ، وذلك بصورة دائمة تجعله أحياناً لا ينام إلا مع والديه خوفاً من
فقدانهم.

8-4. النكوص إلى أنماط سلوكية مختلفة:

وأعني هنا رجوع الطفل إلى عادات سلوكية سابقة قد سبق له تعلمها وإتقانها ،فإنه
يعاني من حالة تبول أو تبرز لاإرادي أوكلاهما معاً ،ليلاً أو نهاراً أوكلاهما معاً أو يرجع مرة
أخرى لمشكلة مص الإصبع

8-5. تدني التحصيل الدراسي:

إن تكرار تذكر الحدث الصادم بشكل مستمر يجعل الطفل لا يستطيع التركيز في أي
شيء حتى في دروسه أو متابعته للمعلم أثناء الشرح و بالتالي يبدأ مستواه الدراسي في
النزول تدريجياً.

8-6. تقلبات المزاج والعواطف:

إن تعرض الطفل لحدث صادم يجعله في حالة من الذهول ،وقد ينفجر في البكاء
،ويصبح هذا تصرفاً متكرراً ،فقد نجدة يبكي في المدرسة دون سبب، أو لمجرد تعرضه
لضغط بسيط يجعله ينفجر في البكاء .

8-7 ردود الفعل النفس جسمية:

إن ردة فعل بعض الأطفال للحدث الصادم تكون عن طريق عدم المقدرة على الكلام، أو الشلل التام، أو الحركة والصداع، وآلام البطن، وفقدان الشهية، والآلام المختلفة في أنحاء الجسم، و التشنجات الهستيرية.

8-8 اضطرابات الكلام :

قد يفقد الطفل القدرة على الكلام نتيجة مروره بحدث صادم سواء أكان ذلك بشكل كلي أو إصابته بتأتأة، وقد يصبح هذا التصرف تصرفاً يومياً وملازماً للطفل). شعت، 48: 2005 - 8. 9 كثرة الحركة وعدم الاستقرار:

يميل الأطفال الذين يتعرضون للضغط نتيجة وجودهم في أجواء العنف إلى عدم الاستقرار و كثرة الحركة، وهي علامة من علامات تأثر الطفل بالمواقف الصعبة وعدم الاستقرار. ورغم أنها سلوك طبيعي وسط المواقف الضاغطة إلا أننا بحاجة إلى تنبيه أذهان الوالدين إلا أن الموقف الضاغط والصادم هو الذي أدى إلى كل هذه التغيرات الحركية والسلوكية لدى الطفل.

8-10. العنف والعدوان:

وهو رد فعل الطفل بالخوف والتوتر، فقد يزداد شعور الطفل بآثار الضغط الواقع عليه في لجأ إلى التعبير عن ذاته بشكل أكثر حدة وأكثر عنف أو يظهر ذلك في علاقة الطفل مع الأخوة أو الأطفال الآخرين مثل الضرب والشتم وعندما يتعذر على الطفل التعبير عن

ذاته بشكل مباشر ، فإنه يلجأ للتعبير بشكل غير مباشر ويكون بتكسير الأشياء المادية، أو إتلاف ممتلكات.الأخوة ، أو اللجوء إلى سلوك من أجل إيلاء آخرين .

8-11 ازدياد التنبه للمؤثرات الخارجية:

إن تعرض الأطفال لمختلف أنواع الخبرات يحدث تغيرات بيولوجية ونفسية تؤدي إلى زيادة التنبيه في الإحساس لدى الطفل فتري ذلك الطفل يقوم مفزوعاً من نومه في الليل متصبباً بالعرق الغزير نتيجة لمشاهدة كوابيس كلها حول الخبرة الصادمة التي تعرض لها هذا الطفل ،أو تجده يلتفت في النوم ذات اليمين وذات الشمال ، غير قادر على الخلود إلى النوم ،أو يقوم في ساعات الصباح الأولى ولا يستطيع الرجوع إلى النوم مرة ثانية ،ونتيجة هذا التنبيه الزائد يؤدي إلى ظهور تصرفات عدوانية لدى الطفل ،فنراه فجأة بدون مقدمات يهاجم أخوته وأصحابه ويكسر الأغراض في البيت ،ويبدأ في تمزيق ملابسه والتصرف بشكل هستيري)ثابت، 71-73: 1998

8-12 اللوازم الحركية:

إن تعرض الطفل لصدمة في حياته تؤدي إلى ظهور حركات لاإرادية تكون إما على شكل حركات في العينين وتكون تلك الحركات متكررة وسريعة إما في جانب الفم أو في حركات الكتفين ،وتؤدي إلى مضايقة من أهل الطفل وأصدقائه في المدرسة بالإضافة إلى ردود الفعل السابقة لنذكر على سبيل المثال: المخاطرة ،والاندفاعية ،والسلوك المنحرف المؤذي ،والعدوانية لدى الأطفال.

دراسات تناولت الخبرة الصادمة:

1- (دراسة كوبازا 1979 , Kobasa

هدفت الدراسة إلى معرفة المتغيرات النفسية التي من شأنها مساعدة الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط.

تكونت عينة الدراسة من (760) ذكراً أعمارهم (40-49) وتم استخدام مقياس هولمز وراهي لأحداث الحياة الضاغطة، ومقياس وايلر للأمراض، بالإضافة إلى مقياس الصلابة النفسية لقياس الالتزام والتحكم والتحدى.

أظهرت نتائج الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة رغم تعرضهم للضغوط كانوا أقل مرضاً، كما أنهم يتسمون بأنهم أكثر صموداً وانجازاً وسيطرة وقيادة وضبطاً داخلياً، في حين الأشخاص الأقل صلابة كانوا أكثر مرضاً وعجزاً و اعلي بالضبط الخارجي، كما توصلت الدراسة إلى أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا أكثر مرونة وكفاية واقتداراً أو نشاطاً و مبادأة واقتراماً و واقعية.

2- دراسة (الخوaja ، 1997):

هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الصدمات على الحالة النفسية للكويتيين الذين عاشوا في مصر ولندن خلال الغزو العراقي للكويت.

واحتوت عينة الدراسة على (516) كويتيًّا، واستخدم اختباراً للكشف عن أحداث الصدمة التي مر بها بعضا لكويتيين خلال تلك الفترة وكذلك سمة القلق، والحالة الصحية من إعدادا لخواجة.

وتوصلت الدراسة إلى أن أحداث الصدمة تؤثر على مفهوم الذات، وسمة القلق، والحالة الصحية، وهناك علاقة سلبية بين سمة القلق ومفهوم الذات، وكذلك علاقة موجبة بين سمة القلق وأحداث الصدمة والحالة الصحية للأفراد.

3-دراسة (أبوهين ، 1997):

هدفت الدراسة إلى التعرف على آثار العنف والصدمات النفسية على الوضع النفسي للأطفال، وكذلك التعرف على حجم تعرض الأطفال للعنف، والمواقف الصادمة، والصعبة. تراوحت أعمار أطفال عينة الدراسة ما بين (8-15) سنة، وتم اختيارها بشكل عشوائي، وهي ممثلة لجميع أماكن قطاع غزة، وموزعة بين الذكور و الإناث، واستخدم الباحث، اختبار اضطراب الضغوط التالية للصدمة، واختبار تقدير الذات، واختبار القلق، توصلت الدراسة إلى أن (16) من أطفال العينة سجلوا درجات عالية من القلق الشديد الذي هو بحاجة إلى تدخل علاجي، وقد ظهرت درجات القلق المرتفعة لدى الفتيات، وأن الأطفال الذين تعرضوا للعنف الشخصي كانوا أقل و أعلى في تقدير الذات من الأطفال الذين شاهدوا أحد أفراد أسرهم يتعرض للضرب أو الإهانة أمام أعينهم.

4- (الدراسة Dyegrov et al,2000):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين نوع الخبرة الصادمة وتطور ردود الفعل لكرب ما بعد الصدمة .

تكونت عينة الدراسة من الأطفال الروانديين بعد 13 شهرا على بداية حملة التطهير العرقي في ابريل.

وكانت النتائج التي توصلت لها الدراسة تفيد بان الأطفال تعرضوا لخبرات صادمة شديدة والتي تتعلق بمشاهدة مقتل أحد أفراد الأسرة ومجازر جماعية ،أيضا وجد العديد من هؤلاء الأطفال مخفيين بين جثث الموتى كناجين من المجازر وخبرات صادمة أخرى ،كذلك أظهرت الدراسة أن 90% من الأطفال عبروا عن أنهم سيموتون في المستقبل القريب، وأظهرت كذلك علاقة بين الفعل لكرب ما بعد الصدمة والتعرض لخبرات صادمة تتضمن فقدان احد أفراد الأسرة.

5- (دراسة Quota et al, 2000)

هدفت الدراسة إلى فحص أثر كل من التنظيم الإدراكي وأساليب المعاملة الوالدية و الأحداث الصادمة ،والنشاط على الاضطرابات النفسية الناتجة عن الصدمة PTSD ،والاضطرابات الانفعالية و الأداء لمدرسي ،والعصابية ،وذلك بعد ثلاث سنوات من أجواء السلم.

تكونت عينة الدراسة من (86) طفلاً، موزعين (44) طفلاً، (42) طفلة، وقد استخدم مقياس IQ Saleh picture، ومقياس الإبداعية لابرهام -النشاط ثم قياس الاتجاهات والتصرفات حيال الأحداث العنيفة ومقياس أساليب المعاملة الوالدية لشافر ،و مقياس عرضا ما بعد الصدمة PTSD لفريدريك ، ومقياس العصابية لايزنك ، ومقياس الاضطرابات الانفعالية لكل من بيلز وبيرن ،وبويل واوفورد ،الأداء المدرسي بواسطة تقارير المعلمين عن العينة.

أظهرت الدراسة أن الاضطرابات النفسية الناتجة عن الصدمة كانت مرتفعة بين الأطفال الذين كانوا قد تعرضوا لأحداث صادمة من فئة الأطفال الذين كانت مشاركتهم في الأحداث سلبية، وأن أساليب التنشئة الأسرية تلعب دوراً كبيراً في تكوين الاضطرابات النفسية الناتجة عن الصدمة وحدتها ،وبينت أن الأطفال الذين تعرضوا للصدمة كانوا أكثر اعتمادية واستعداداً للتلقي ،فيما كانت قدراتهم الإبداعية منخفضة".

6- دراسة : Thabet et al 2001

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثاراً لأحداث الصدمة على الصحة النفسية للمرأة الفلسطينية ، والأطفال الفلسطينيين ،كما تفحص نتائج ما بعد الصدمة والعلاقة بين الصحة النفسية لكل من الأمهات والأطفال.

واستخدمت الدراسة عينة عشوائية طبقية من الأطفال بين سن (16 -9) سنة من أطفال قطاع غزة ،وكان عدد أفراد العينة (286) طفلاً .وقد استخدم مقياس الخبرات الصادمة لقطاع

غزة، ومقياس الأعراض الناشئة بعد الصدمة للأطفال ، ومقياس الصحة النفسية العامل
للأمهات.

وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذكور أكثر عرضة للأحداث الصادمة من البنات
، وأن 34.9% من الأطفال سجلت لديهم وجود تفاعلات غير طبيعية نتيجة للتعرض
لضغط ما بعد الصدمة . وتلعب الصحة النفسية للأمهات دورا كبيرا في مدى الضغط الذي
يمكن أن يعاني منه الطفل.

7- دراسة (العتيبي ، 2001)

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وبين التوجه
المستقبلي لدى الشباب الكويتي (ذكور وإناث) ومعرفة أثر التواجد أثناء العدوان وكل من
النوع والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي الحالة العملية ، والتعرض للإهانة أو التعذيب أو
مشاهدة حالة من التعذيب أو الإهانة و وجود مشكلات نفسية قبل الغزو على أبعاد
اضطراب ضغط ما بعد.

تحدد الدراسة بالعينة المستخدمة في الدراسة وهي (ن - 1200) (طالباً و طالبة من
طلاب جامعة الكويت ، أما الأدوات المستخدمة هي مقياس اضطراب الضغوط التالية
للصدمة إعداد الباحث اختبار الدافع للإنجاز إعداد الباحث اختبار التوجه المستقبلي إعداد
الباحث ، استمارة بيانات ديمغرافية إعداد الباحث.

أشارت نتائج الدراسة إلى ما يأتي :يوجد ارتباط دال سالب بين أبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة و معظم أبعاد الدافعية للإنجاز و التوجه المستقبلي ،يوجد تأثير دال إحصائياً للنوع إلى جانب الإناث حيث كن أكثر تأثير أمن الذكور باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة .عدم وجود تأثير دال إحصائياً لكل من التواجد أثناء العدوان و الحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي والتعرض للإهانة و مشاهدة حالة من الإهانة والتعذيب.

8-دراسة (Smith et al 2002)

هدفت الدراسة إلى تقييم آثار الحرب على الصحة النفسية للأطفال و معرفة أثر العنف خلال الحرب "البوسنية -الكرواتية في تطور كرب ما بعد الصدمة .تكونت عينة الدراسة من 2976 طفلاً تراوحت أعمارهم بين 14-9 سنة.

أظهرت النتائج ارتفاع معدل كرب ما بعد الصدمة والحزن بشكل واضح ، معدلات القلق والاكتئاب كانت ضعيفة جداً ،وأظهرت ارتباطاً مهماً بين درجة التعرض للخبرات الصادمة والعمر حيث أظهر الأطفال الأكبر سناً مستوى أعلى من التعرض للخبرات الصادمة ،كذلك لم يكن هناك اختلاف مهم بين كلا الجنسين في درجة التعرض للخبرات الصادمة.

9- دراسة (الحواجري ، 2003)

هدفت الدراسة إلى فحص اثر برنامج إرشادي للتخفيف من آثار الصدمة النفسية لدى طلبة المرحلة الأساسية في محافظة غزة.

تكونت عينة الدراسة (48) طالباً و طالبة قسموا إلى مجموعة ،تجريبية مكونة من (12) طالبو 12 طالبة (ومجموعة ضابطة مكونة من (12) طالبو 12 طالبة .(وقد استخدم الباحث أسلوب الإرشاد الجماعي وطريقة المحاضرة والمناقشة الجماعية في تنفيذ جلسات البرنامج ،ومقياس ردود فعل الأطفال للأحداث الصادمة، والبرنامج الإرشادي من إعداد الباحث ،ومقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي " د. صلاح أبو ناهية " .

أظهرت الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين مستوى الصدمة ومستوى العصاب و انه توجد فروق في مستوى الصدمة النفسية بين مجموعة الذكور ومجموعة الإناث لصالح مجموعة الإناث .وان هناك فروق في مستوى الصدمة النفسية بين مجموعة الأطفال ذوي المستوى الاقتصادي-

الاجتماعي المرتفع ومجموعة الأطفال ذوي المستوى الاقتصادي الاجتماعي المنخفض لصالح مجموعة الأطفال ذوي المستوى الاقتصادي-

الاجتماعي المنخفض .وقد بينت أن مستوى الصدمة ،وأعراض ما بعد الصدمة ،ومستوى العصاب قد انخفضت بشكل جوهري لدى المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة .وقد أظهرت انه لا توجد فروق بين درجات طلبة المجموعة التجريبية في القياس

ألبعدي والتتبعي في كل من مقياس ردة فعل الأطفال للخبرات الصادمة، ومقياس أعراض ما بعد الصدمة PTSD، ومقياس العصاب.

10-دراسة (حجازي ، 2004)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة ما بين الخبرة الصادمة واضطراب ما بعد الصدمة وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى ،وكذلك التعرف على تأثير بعض المتغيرات كالجنس و العمر و حالة آباء أطفال العينة في أعراض الاضطراب ، وبعض سمات الشخصية (كالعصاب ، والقلق ، والاكتئاب ،والانقباض).

تكونت عينة الدراسة من ثلاث مجموعات وهي :أطفال شهداء انتفاضة الأقصى من سن-(9-14)سنة. الأطفال اليتامى العاديين .الأطفال العاديين غير اليتامى .وكان قوام العينة (176)طفلاً: . تكون أدوات الدراسة من : مقياس سمات شخصية الطفل من "إعداد الباحث مقياس الخبرة الصادمة -اضطراب ضغوط ما بعدا لصدمة " PTSDإعداد برنامج غزة للصحة النفسية.

وكانت النتائج كالتالي :عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال الذين يقيمون في محافظة غزة وباقي محافظات القطاع بالنسبة للخبرات الصادمة ، توجد فروق بين الذكور والإناث بالنسبة لدرجة الخبرات الصادمة والفروق كانت لصالح الذكور ، وجود علاقة طردية متوسطة بين درجة الخبرات الصادمة والعمر ، و وجدت علاقة طردية ضعيفة بين درجة الخبرات الصادمة ودرجة اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ،يوجد فروق في الخبرات

الصادمة تبعاً لحالة آباء الأطفال حيث زاد متوسط الخبرة الصادمة لدى الأطفال الذين آباؤهم شهداء ومتوفون بالنسبة للأطفال الذين آباؤهم أحياء:

11- دراسة (حسنين ، 2004)

هدفت الدراسة إلى محاولة توفير بعض الأفكار المتعلقة بموضوع الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل من أجل وضع برامج للأطفال والأسرة. بلغت عينة الدراسة (450) طفلاً وطفلة تتراوح أعمارهم ما بين 12 - 10 سنة تم اختيارهم عشوائياً. استخدمت الباحثة الأدوات الآتية : اختبار الصدمة اختبار ضغوط ما بعد الصدمة PTSD اختبار المساندة الأسرية اختبار العصاب، اختبار روتر لقياس الصحة النفسية.

أظهرت النتائج: أن هناك فروق بين الأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة والأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة قليلة بالنسبة لمستوى العصاب ، لصالحاً للأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة ، أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة والذين تعرضوا لخبرات صادمة قليلة بالنسبة لمستوى الصحة النفسية .

12- دراسة (شعت ، 2005):

هدفت الدراسة إلى تقييم تأثير الأهداف الصادمة التي تعرض لها الفلسطينيون خلال انتفاضة الأقصى على تطور كرب ما بعد الصدمة و الحزن بين الأطفال ، تكونت عينة

الدراسة من 405 طفل و طفلة ،وتم تطبيق مقياس غزة للخبرات الصادمة ،ومقياس ردود الفعل لكرب ما بعد الصدمة للأطفال ،ومقياس الحزن للأطفال.

توصلت الدراسة إلى وجود خبرات صادمة شديدة حيث بلغ متوسط الخبرات الصادمة التي تعرض لها الأطفال 9 خبرات صادمة ،وتعرض كل طفل على الأقل إلى 4 خبرات صادمة وبحد أقصى بلغ 14 خبرة، و أظهرت الدراسة وجود علاقة معنوية طردية بين شدة الصدمة النفسية وتطور ردود الفعل لكرب ما بعد الصدمة و الحزن .

13- دراسة (صايمة ، 2005)

هدفت الدراسة إلى قياس مدى تأثير برنامج في التفريغ الانفعالي من آثار الخبرات الصادمة لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في محافظات قطاع جنوب غزة.

تألفت عينة الدراسة الكلية من (220) طالبا من المرحلة الإعدادية في المنطقة الجنوبية من قطاع غزة ،وتم اختيار (24) طالبا ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الأحداث الصادمة ،وتم توزيعهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية مكونة من (12) طالبا و مجموعة ضابطة بواقع (12) طالبا ،وقد استخدم الباحث مقياس التعرض للأحداث الصادمة من إعداد برنامج غزة للصحة النفسية ،ومقياس ردود فعل الأطفال بعد التعرض لأحداث صادمة حسب (DSM IV) إلى جانب برنامج التفريغ الانفعالي وهو من إعداد الباحث.

توصلت الدراسة إلى وجود فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي على مقياس ردود فعل الأطفال لصالحا لقياس البعدي، ووجود فروق ذات دلالة بين

درجات أفراد المجموعة التجريبية ودرجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس ردود فعل الأطفال في القياس البعدي لصالحا لمجموعة التجريبية، وإن هناك فروقا بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس ردود فعل الأطفال في القياس التتبعي لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة بين درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي ودرجاتهم في القياس التتبعي.

الفصل الرابع :الصدمة النفسية

- 1- مفهوم الصدمة النفسية.
- 2- الصدمة النفسية حسب التحليل النفسي.
- 3- أعراض الصدمة النفسية.
- 4- طبيعة الحدث الصدمي.
- 5- العوامل التي تجعل الحدث صدميا.
- 6- سيروية حدوث الصدمة.

تمهيد

يتعرض الفرد في حياته لأحداث مختلفة يمكن أن تسبب في صدمة بالغة فتترك أثرا عميقا في نفسه وقد لا تصل معاشية الصدمة إلى ذروة الألم، ولكنها بالتأكيد تترك بصماتها على الفرد، فالصدمة تعتبر من الخبرات المؤلمة التي يتعذر محوها من مخيلة الفرد، فهذا الأخير معرض دائما للتهديدات، ومع الوقت يدرك موضوعية هذه التهديدات وحقيقتها، كما يدرك أن آمال نجاته أكبر من احتمالات موته، وبهذا تترسخ لديه فكرة الموت المؤجل، فهو يعتقد بقدرته على تجاوز الأخطار، وبهذا فإن أكبر صدمة يمكن أن يتلقاها الإنسان هي تلك المواجهة المفاجئة مع الموت، فهذه المفاجئة تزيل عن ذهنه فكرة التأجيل وتدفعه إلى التفكير باحتمال موته.

1- مفهوم الصدمة النفسية:

تستعمل كلمة صدمة في الطب والجراحة فكلمة trauma تعني الجرح عند اليونان وتدل على جرح مع كسر، ترادفها في اللغة الفرنسية كلمة traumatisme التي تعني الاثر الناجم عن جرح خارجي عن العضوية مثل الصدمة الدماغية.

يعرف معجم التحليل النفسي لابلانوش وبونتاليس الصدمة بأنها:

تعرض الشخص لحدث شديد القوة يجد فيه نفسه عاجزا عن إبداء الاستجابة الملائمة اتجاهه الشيء الذي يؤدي إلى حدوث آثار مرضية دائمة على مستوى الجهاز النفسي أما من وجهة نظر دينامية فالصدمة هي فيض وكثافة من الآثار التي تفوق قدرة الشخص على تحملها والتحكم فيها فيعجز عن أرصانها (la planche et pontalis, 2007, p499).

يعرف sillamy الصدمة النفسية على أنها حادث عنيف قابل لشن اضطرابات جسدية ونفسية تؤثر على بنية الشخصية، وإن لم تكن هذه الآثار يمكن اعتباره أزمة عابرة، وحسب رأيه فإن الصدمة تكون دائما متبوعة بمجموعة من الاضطرابات النفسية والجسدية التي تكون غالبا مستمرة حيث تتخذ شكل المتلازمة البعد صدمية.

ترى ميلاني كلاين أن كل صدمة طفلية، مهما كانت تعتبر كسرا وتخريبا لكل ما بناه الطفل، وكذلك توقظ وتنشط هوامته البدائية وتعرف الصدمة النفسية بأنها أي حادث يهاجم الإنسان ويخترق الجهاز الدفاعي لديه، مع إمكانية تمزيق حياة الغرد بشدة وقد ينتج عن هذا الحادث تغييرات في الشخصية أو مرض عضوي إذا لم يتم التحكم فيه والتعامل معه بسرعة وفاعلية. وتؤدي الصدمة إلى نشأة الخوف العميق والعجز أو الرعب (عبد الرحمان موسى وآخرون، 2002).

و يرى Pierron أنه في كل حالات الصدمة النفسية هناك مفهوم اقتصادي بحيث أن هناك كميات من الطاقة (الخارقة) سببها أحداث عنيفة تفوق شدتها طاقات الفرد الدفاعية لصد الإثارات، كما أن هناك حقيقة تفرض نفسها، حسب بيرون دائماً، وهي أن الصدمة النفسية لا تتعلق فقط بطبيعة الحدث حيث أن نفس الحدث قد يكون له تأثيرات مختلفة على أفراد مختلفين (روجي بيرون، 1983) يعرف roq-Louis الصدمة النفسية بأنها ظاهرة ذهول تجتاح الجهاز النفسي، بسبب تدفق آثارات عنيفة وعدوانية تتجاوز قدرات دفاع الفرد، وتؤدي إلى إخلال أساسي يمس نمطه الوظيفي.

ويأتي تعريف بايلي (L. Bailly) مميزاً عن التعاريف السابقة حيث يقول "إن الصدمة النفسية ليست استجابة أو رد فعل النفس لوضعية خاصة، وإنما هي عدم استجابتها وتجمدها".

أما فرويد (Freud 1920) فيعرفها في كتابه "ما وراء مبدأ اللذة" على أنها كل إثارة خارجية قوية قادرة على إحداث انهيار في الحياة النفسية للفرد فالصدمة تعبر عن حوادث شديدة ومؤذية ومهددة لحياة الفرد حيث تتطلب مجهود غير عادي لمواجهتها والتكيف مع الوضع الجديد".

ويرى فرويد أن الصدمة تتلخص على أنها حدث في حياة الشخص يتميز بعدم القدرة الظرفية أو الدائمة على الاستجابة بشكل مألوف، وأن أهمية الحدث ومدة استمراره نفسياً لا ترجع فقط لخطورة الفعل المرتكب وللشاشة الداخلية للضحية، بل تتدخل فيها عوامل كثيرة ومتشعبة، منها الخارجية والمحيطية أو الداخلية المتعلقة بالتصورات والتمثيلات المكبوتة سابقاً. (ع سي موسي، رزقار، 2002، ص 73).

أما حسب dsm 4 فتصنف الصدمة ضمن اضطرابات القلق تحت اسم اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وتحدد الصدمة بتوفر عدة معايير ويتم تصنيفها إلى حادة أو مزمنة أو

استجابة مؤجلة ويتم التركيز على تعرض الشخص لحادث صدمي معاشة مشاهدة مواجهة إن هددت وحدة الشخص أو أشخاص آخرين بالموت.

2- الصدمة النفسية حسب التحليل النفسي:

1. الصدمة عند فرويد

مر مفهوم الصدمة بثلاث مراحل عند فرويد هي كالآتي:

❖ الصدمة عبارة عن حدث خارجي:

في أول الأمر بدأ Freud تجربته العلمية في جو مليء بالمناقشات النظرية حول الأعراض الصدمية إذ كان الأمر يتعلق بمناقشات بين تيار "العضوين" الذين يقولون أن الاضطرابات البعد صدمية هي عبارة عن خلل في الدماغ أو في النخاع الشوكي وآخرون يرجعونها إلى اختلالات نفسية مثل الانفعال.

إذا كان هذا الاختلاف بين كل هؤلاء العلماء يدور حول الأماكن المتضررة خلال الصدمة فإن سببها لم يكن يطرح مشكلا آنذاك فتعلق الأمر بحدث خارجي ذو طبيعة صدمية مثل حوادث السكة الحديدية وعنف الحروب. (ذكر من طرف مكيري كريم، 2008، ص 83)

تحدث Freud حول الصدمة الناجمة عن حدث خارجي في كتاباته الأولى عن الهستيريا كونه قادر على زعزعة استقرار الشخص فهذا الحدث أثناء غياب الاستجابة العاطفية سيكبت وينسى ثم يصعد مرة أخرى إلى السطح كجسم غريب غير مفهوم من طرف الشعوب وهذا ما يشرح الأعراض الهستيرية.

إلا أن Freud لم يعطي أهمية للحدث بما أنه لا يرى المشكلة فيه أكثر مما يراها في إعادة ظهوره ثانية من الداخل وهذا ما تذهب إليه f.brette 1987 قائلة أن بعد شاركوا أعطى فرويد للصدمة دورا محددا للسبب الهستيري حيث ينتقل المفهوم من الصدمة المادية إلى

الصدمة النفسية وهذا بتركيزه على الذكريات التي تعمل كجسم غريب داخلي والذي يولد استثارة وليس الحدث. (f. brette, 1987, p9)

في المرحلة الثانية ظهرت الأفكار المتعلقة بالطبيعة الجنسية للحدث الصدمي من خلال نشر فرويد لدراسته حول الهستيريا سنة 1893 حيث بدا يلاحظ هذا الأمر من خلال دراسته للحالات التي قدمها وفي رسالة إلى صديقه filess بتاريخ جوان 1894 يقول "لقد أدركت بسرعة أن القلق عند العصائيين الذين أعالجهم كان في جزء كبير ناتج عن المشاكل الجنسية". (1979، ص 80).

وحسب هذا المعنى فإن الحدث دائما خارجي.

في المرحلة الثالثة يوضح فرويد في كتابه *esquisse d'une psychologie scientifique* من خلال تقديمه لحالة إيمما emma أن الأمر يتعلق بذكرى مكبوتة والتي لا تتحول إلى صدمة إلا بعد مرور الحدث ونسيانه، هذا الحدث الذي يحدث في مرحلة متأخرة من البلوغ وهذا ما كان آنذاك يعرف بنظرية الإغراء أو la nourotica التي تخضع للمعادلة التالية:

لكي تكون صدمة لكي تكون صدمة يجب أن يتوفر بطريقة متناقضة حدثين صدميين:

الحدث الأول يحدث قطيعة لدى الفرد irription الغير ناضج والذي يجد نفسه في حالة من السلبية وعدم التحضير هذه الصدمة لا تأخذ معنى ولا أثر إلا بعد مرحلة البلوغ عند ظهور الحدث الثاني الحدث الثاني يأتي لإحياء الآثار الذكورية للحدث الأول الذي عمل على نسيانه وكتبته. (f brett, 1987 p10)

تلاحظ أن الصدمة تجد منبعها من خلال حادثين في مرحلتي الطفولة والبلوغ وعن طريق البعدية نتحدث عن ضحية ومعتد تربطهما علاقة إغراء واستحواذ.

❖ الصدمة عبارة عن هوام

بعد العرض المقنع لفرويد حول النوروتيكيا تراجع عن كل ما قاله فيها وذلك من خلال ملاحظته لجزء هام في الشروط التي يضعها الهستيريون العاشقون لتقبل موضوع حبهم أو في عدم القدرة على الزواج ذلك يرجع إلى تطلعهم لمواضيع مثالية عديمة المنال وارى هذا عائدا إلى تأثير الأب فالسبب يوجد في عظمة الأب الذي يستطيع النزول لمستوى الطفل (رسالة إلى صديقه filess بتاريخ 1897/01/17)

هذا الجزء هو الذي دفع فرويد للبحث عن طبيعة ذلك الطموح إلى المثالية إلى أن توصل لاكتشاف الهوام الهستيري حيث مثل اكتشاف فرويد للهوام الميلاد الحقيقي للتحليل النفسي. ويعرف معجم التحليل النفسي الهوام بأنه سيناريو خيالي يكون الشخص حاضرا فيه وهو يصور تحقيق رغبة ما بدرجة متفاوتة في درجة تحويلها بفعل الميكانيزمات الدفاعية حيث تكون هذه الرغبة لا واعية في نهاية الأمر. (لابلانز وبونتاليس، 2002، ص 573)

إذن بعد تراجع فرويد عن وضعيته السابقة بخصوص نسبية الهستيريا استعمل الهوامات لتفسيرها وهنا أصبحت الصدمة نتيجة لبناء هوامي بعد أن كانت نتيجة حدث خارجي هذا مع الحدث الحقيقي، إلا أنه يحولها إلى وضعية أولية الخاصة بالعلاقات الأولى للطفل مع أمه والتي تمثل حسب Freud، المغرية الأولى له فهكذا نجد أن Freud لم يستبعد هذا الواقع عندما تحدث عن الهوامات الهستيرية والتي تتعلّق بأشياء سمعها الطفل في وقت مبكر ولا يفهم معناها إلا لاحقا إنه حدث مدهش: السن الذي يكتسب فيه الطفل هذه المفاهيم يعود إلى 6 أو 7 سنوات غابرة... (رسالة إلى fliess، بتاريخ 1897/04/06).

وفقا لكل هذا يمكننا أن نقول أن الصدمة تمر بثلاث مراحل:

إنها عبارة عن حدث حقيقي، يقع خلال علاقة الطفل بأمه.

ليستدخل ويتحول بعد زمن إلى حقيقة نفسية على شكل هوام.

ثم يعاود الخروج مرة ثانية إذ يتمثل للفكر كأنه عبارة عن حدث خارجي (كريم مكيري، 2013، ص234).

❖ الصدمة عبارة عن مشكل اقتصادي:

ابتداءً من سنوات العشرينات ومع ظهور الاعتبارات الخاصة بالحرب، رجع Freud مرة أخرى إلى الكلام عن الأحداث الصدمية التي من شأنها مفاجأة الأنا الذي يكون في حالة عدم الاستعداد لمواجهتها وهذا ما يسبب العصابات الصدمية.

ففي "ما بعد مبدأ اللذة" حاول Freud أن يعطي تعريفا للصدمة بالعودة إلى مصطلحين كثيرا ما كانا وراء الصراعات التي غدت تلك الأفكار المتعلقة بالصدمة ألا وهما: الصدمة عبارة عن استثارة عنيفة تأتي من الخارج والتي تتعدى القدرات الدفاعية للأنا. وهذا لكونها تأتي في حالة يكون الأنا فيها غير مستعد للمواجهة.

إذا فحسب Freud الأمر يتعلق بوضعية صدمية والتي تضع جزء من عمل الجهاز النفسي المتواجد في خدمة مبدأ اللذة خارج وظيفته المعتادة (مكيري كريم، 2008).

فالصدمة إذا عبارة عن "قطيعة جزئية على مستوى حاجز الحماية، فالمثيرات تأتي من المنطقة المحيطة لتتدفق باستمرار نحو الجهاز النفسي المركزي. وبهذه الطريقة فإن الحياة النفسية تستدعي كل الشحنات الطاقوية الموجودة في العضوية لتكون بجوار المنطقة التي حدثت فيها القطيعة. ولكي يتشكل مضاد للشحنة يجب أن تكون تلك الشحنة الطاقوية المستخدمة من طرف الجهاز النفسي تعادل الشحنة التي تسببت في القطيعة. فإذا كان الأمر كذلك فإننا سنشهد إفقار باقي الأنظمة النفسية وبالتالي تدهور كل الوظائف النفسية. (S. Freud، 1920، ص 37)

فالصدمة بهذا الشكل أصبحت تعرف بكونها عاملا كميا يتعلّق بالاستثارة الخارجية المتسببة للقطيعة التي تصيب حاجز مضاد الإستثارات.

2. الصدمة حسب fernczi

لقد وجه فرنكزي انتقاده وهجومه ضد أب التحليل النفسي Freud إذ كان يعارض تخليه عن النوروتيك وتظهر هذه المعارضة في نصه المعروف باختلاط اللغات بين الراشدين والطفل Confusion de Langues Entre les Adultes et l'Enfan سنة 1932 حيث عاد فرنكزي للتطرق إلى واقعية أسباب العصابات. كما شرح ميكانيزم التحول الهستيري الذي كان وراء خطأ Freud.

يمثل هذا المقال تحولا كبيرا في عالم التحليل النفسي، أشار إليه M. Balint أن الحدث التاريخي المتمثل في الاختلاف بين فرويد وفرنكزي كان بمثابة الصدمة في عالم التحليل النفسي (...). هذه الصدمة كانت عميقة ومؤلمة، إذ كان يمكن نقادي هذه الصدمة حسب C. Janin 1996 لو أن Freud بدلا أن يقول "أن الهوامات العصابية هي عبارة عن إبداعات هوسية بحتة، كان بإمكانه أن يكون أكثر صحة لو قال أن التحليل النفسي لا يمكنه أن يجزم واقعية المشاهد الإغرائية التي يتكلم عنها الهستيريون أثناء الفحص. (C.janin.1996. p16)

لقد تمكن فرنكزي من خلال مقاله من طرح التساؤل حول الممارسة العيادية والنظرية الفرويدية، وذلك من خلال وصف تحول الحدث الحقيقي إلى حدث هوامي الذي تكلم عنه Freud ففي المرحلة الأولى: يوضح فرنكزي أن الحدث حقيقي، وهذا بقوله "حتى الأطفال الذين ينتمون إلى أسر نبيلة وعادات صارمة هم أكثر عرضة، مما نضن عادة، إلى العنف والاعتصاب إذ يتعلق الأمر بأولياء يبحثون، بطريقة مرضية، عن بدائل لرغباتهم الغير مشبعة، أو أشخاص من البيت الذين يستغلون جهل وبراءة الأطفال من أجل الاعتداء عليهم. فالفرضية التي تتكلم عن هوامات أطفال أو كذب هستيري تقعد للأسف من صحتها ومن مصداقيتها (...). غالبا ما يتعلق الأمر باغتصابات حقيقية لفتيات في مرحلة ما بعد

الطفولة الأولى، علاقات جنسية بين نساء ناضجات وأطفال صغار السن وكذلك أفعال جنسية مرفوضة وتحمل طابع الشذوذ. (s.ferenczi, 1932, p130)

في المرحلة الثانية قام فرنكزي بشرح ميكانزم التحول الذي يصبح وظيفيا مباشرة بعد تعرض الطفل للاغتصاب. هذا الأخير يتشكل عبر سلسلة من المراحل التالية:

عندما يباشر الشخص الراشد في اعتدائه الجنسي يستجيب الأطفال بالرفض، الكراهية والنقزز مع مقاومة عنيفة، وهذه الاستجابة الفورية يمكن أن تثبط، نظرا للخوف الشديد، حسب فرنكزي.

قوة وسلطة الراشد تجعل الطفل يشعر بأنه دون دفاع جسدي وفكري، إذ لا تزال شخصيتهم ضعيفة وغير ناضجة لكي تتمكن من الاحتجاج، ولو على مستوى الفكر. وهذا ما يجعل الطفل يفقد القدرة على الكلام، وقد يصل الأمر به إلى غاية فقدان وعيه.

عندما يصل خوف الأطفال إلى حد لا يحتمل يتدخل ميكانزم آخر "يتعلق الأمر بتقمص المعتدي وهذا ما يجعل الطفل يرضخ لإرادته، يتتبع ويتفهم رغباته وفي الأخير يخضع له خضوعا تاما وينسى نفسه نهائيا. (سالمي حياة، 2010)

يتم هذا النوع من التماهي حسب فرنكزي عن طريق ميكانزم "إستدخال المعتدي" الذي يختفي من الواقع الخارجي ويتحول إلى الواقع النفسي. هذا الميكانزم يمكن أن تتمخض عنه تحولات إيجابية أو سلبية وهذا بالخضوع للسياقات الأولية ولمبدأ اللذة، إذ يتم ذلك بطريقة هلوسية مثلما هو الحال في الأحلام. عندما يقوم الطفل بعملية "إستدخال المعتدي" فإنه يقوم بإستدخال لرغبة المعتدي إذ يتفهمها ويخضع لها، ويستدخل في نفس الوقت كل استجابات المعتدي الناتجة عن تدخل الأنا الأعلى كالشعور بالذنب والإحساس بالألم وهذا ما يجعل الطفل يظهر وكأنه منشطر من حيث يرى نفسه بريء ومذنب في نفس الوقت.

وهذا كذلك ما يجعل ثقته في حواسه محطمة، لكون شخصيته مكونة فقط من الأنا الأعلى والهو. في المرحلة الثالثة شرح فرنكزي سياق ذلك التحول المرضي موضحاً أن صدمة الطفل تدعم بعبادات المعتدي الذي يظهر وكأنه شيئاً لم يكن، متجاهلاً ومشككاً في حقيقة وقوع الحدث.

وإن حاول الطفل إخبار والديه (الأم خاصة) فإنها لا تريد أن تחדش في عظمة الرجل (الأب أو القريب) وتكتفي بتوبيخ ابنها وتحاول جعله يعترف بحماقته، وفي الأخير عندما يجد الطفل نفسه أمام المحلل النفسي (كما هو الشأن بالنسبة لهستيريو Freud) يجد هذا الأخير يتكلم عن الهوام وينشغل باحترام الحياد والمسافة. هذه الوضعية تعمل حسب فرنكزي، على إخفاء ما سماه بالنفاق المهني. وهذا ما من شأنه أن يحوّل حصص التحليل النفسي إلى تكرار صدمي جديد بما أنه يعتبر تكرار نفس استجابة الأم ونفس استجابة المعتدي بعد الاعتداء. (مكيري كريم، 2013، ص 273)

3. الصدمة النفسية حسب pierre marty

يعتقد ممثلو الاتجاه السيكوسوماتي أنه لا يمكن إبعاد الجسم عن النفس ولا النفس عن الجسم لأنهما متكاملان وأن نقطة اللقاء بينهما هي الدماغ الذي فيه تجري الأفكار، العواطف، الذكريات تخطيط البرامج والمشاريع فبمجرد أن يحدث القلق نلاحظ في الجسم تغيرات ملموسة من خفقان القلب الارتجاف، شحوب الوجه وتصبب العرق... فهذه كلها عوارض جسدية ذات خلفية بيولوجية وفيزيولوجية وكذلك سيكولوجية التي تأتي كاستجابة لحالة خطر وهذا من أجل حماية الفرد من أي اعتداء يوشك أن يقع. (Pierre 1976 Marty, Michel Fain,

ويطرح Pierre Marty (ص 102) تعريفاً للصدمة يقول فيه "تعرف الصدمة على أساس آثارها العاطفية على الشخص سواء كانت ناتجة عن وضعية خارجية أو عن حدث خارجي الذي يأتي لكي يناوئ، أما المنظمة الأكثر تطوراً (في مرحلة النمو) أو المنظمة

الأكثر تطورا أثناء الصدمة فالأصل الخارجي للصدمة لا يهم لذاته فهو عبارة عن قيمة تقدر موضوعيا.

وبالتالي فإن فقدان إنسان عزيز لا يعتبر حادثا أكثر صدمية بالنسبة لشخص راشد مما يمكن أن يحدث لشخص آخر الذي يدهشه ذات يوم مثلا ذلك الإحساس الغير منتظم حينما يشاهد مرور الغبار من خلال أشعة الشمس". (ذكر من طرف مكيري كريم، 2009، ص 90)

ويفسر السيكوسوماتيين أن حدوث مثل هذه الاضطرابات ترجع إلى العمل المتراجع للجهاز النفسي بحيث يحدث فك كل الروابط النفسية ورجوعها إلى الوراء إلى نقطة التثبيت الذي يرى بأنه تثبيت هش وهنا تنزل تلك الاستثارة إلى أن تصل إلى الجسد، وهذا ما تكلم عنه pierre Marty 1990 في أعماله التي اهتم فيها بدراسة الاضطرابات الجسدية الناتجة عن الصدمة بحيث أرجع أنه يمكن أن تحدث الجسدية عند ظهور "الاكتئاب الأساسي" ويقول فيه "نبدأ بالبحث عن كل التظاهرات السلبية، التي قليلا ما تبرز عادة ما يسبق "القلق المنتشر" الاكتئاب الأساسي الذي يغزو الأنا ويخل بنظامه.

وفي سياق ذكرنا للقلق المنتشر نجد القلق الآلي فقد تكلم فرويد بوجه المعارضة عن إشارة القلق وهو "تلك الاستجابة التي يبديها الشخص في كل مرة يجد نفسه في وضعية صدمية. أي خاضعا لفيض الآثار ذات المنشأ الخارجي أو الداخلي والتي يعجز عن السيطرة عليها". (لابلانز وبونتاليس، 2002، ص 413).

3- أعراض الصدمة النفسية:

1. تناذر التكرار المرضي

يأخذ هذا التكرار طابعا مرضيا يبرز على أشكال مختلفة، كالأحلام، الكوابيس، والحاجة القهرية لذكر الحادث، مروراً بالذكريات المؤلمة التي تعيد انتاج الحدث الصدمي، فيمكن أن يجتاح الشخص بإنتاج عقلي متكرر عن الخبرة غير مدمجة عقليا، والتي تعيد

إنتاج الانفعال الأصلي (سي موسي ع وزقار، 2002، ص 86) فالتكرار هو عبارة عن مجموع مظاهر الانبعاث التي يكرر المريض من خلالها وبقلق وشدة التجربة الصدمية الأولية ويتم تكرار الحدث الصدمي في عدة أشكال، منها:

❖ الذكريات المتكررة

بحيث يجتاح الحادث الشخص على شكل صور وأفكار وإدراكات تسبب الشعور بالضيق وتفرض نفسها على وعيه رغم أنه يحاول التخلص منها، وأحيانا على شكل اجترارات عقلية شبيهة بالأفكار القهرية الهجاسية (سي موسي ع وزقار، 2002، ص 86)

❖ الكوابيس والأحلام المتكررة

أولى فرويد بعد حرب 1014 اهتمامه حول الحلم فبعد أن كانت نظريته مرتكزة على مبدأ اللذة بمقدار ما يوفره من تحقيق رغبة وحارس النوم، إلا أن النوم المقطوع بأحلام تظهر بعد الحدث الصدمي يغرق الذات ويخلق حالة من القلق والرعب فيثير إحساس بعدم الراحة وبهذا استنتج أن التكرار الملحوظ في عملية الصدمة يخضع لموجتين ضروريتين لإعادة تأهيل الذات من جهة فيتكرر التفكك النفسي الناتج عن الصدمة ضمن إطار إعادة البناء من أجل جعل ما كان عنيفا وخياليا يظهر في شكل هوام قديم، أن يستوعب البنية المتماسكة للذات عن طريق عملية الترميز.

ومن جهة أخرى تهدف عملية الترميز هذه بعد إعادة إقرار التصور والتمثيل إلى استيعاب الفرق بين قبل وبعد الصدمة، وبالتالي في مثل هذه الحالة الصدمية المرفقة بأحلام صدمية ذات طبيعة صدمية، لا تهدف إلى تحقيق رغبة كما قال "فرويد" سابقا وكأنها خاضعة لمبدأ اللذة، وإنما تعمل على استحضار الخوف والهلع الذي عايشه الفرد، أثناء مفاجئته بالصدمة، من أجل تمكين نظام الدفاع من الاستنفار لاحتواء الحدث، وتمثيله ضمن شبكة رمزية تمثيلية، وبالتالي إعادة تشغيل ناجح لمبدأ اللذة (عدنان حب الله، 2006، ص 227).

كما يضيف "فرنكزي" أيضا أن الكوابيس ما بعد الصدمة قد تكون بلا معنى واضح إلا أنها تنزع إلى التكرار بهدف الحصول على قناة تفريغية كبيرة Traumatolytique من خلال معالجة التوترات بشكل مستمر (S.FERENCZI,1992)

❖ انطباعات فجائية أو الفعل الفجائي

وهذا من خلال أن الحدث الصدمي الذي قد يعود مرة ثانية على شكل صور احيائية، أو هام، هلاوس أو مشاهد تفككية، بحيث تظهر الانطباعات بمناسبة مشيرات تستدعي ذكرى الصدمة النفسية، فيعاد معايشة الرعب المرتبط بالخبرة الصادمة الأصلية بأعراضها الاعاشية كنوبات الضعف والهلع أو البكاء، والغضب والعوانية اللفظية أو الحركية مع الشعور بالتهديد الدائم من طرف خطر غير متوقع ومجهول. (سي موسي وزقار، 2002، ص 87)

وهناك أشكال أخرى للتكرار تتمثل في:

- الاجترار العقلي لظروف الكارثة وحوادثها.
 - التذكر المستمر والدائم والمزعج للحدث الصدمي.
 - التصور المفاجئ أو الشعور بأن الحدث سيعاود الحدوث.
- يضاف إلى فقدان الفضاء النفسي، بحيث يصبح الشخص عاجز عن التفكير والسلوك بطريقة الرؤية الشبه هلوسية والخاطفة لبعض مشاهد الكارثة، والتعلق الذي يصعب مقاومته.
- (أحمد محمد النابلسي، 1991 ص 44)

2. التناذر التجنبي

ويظهر التجنب ذو الأصل الصادم مباشرة بعد الحدث ويدل على انتقاله إلى وضعيات أخرى متصلة به بعلاقة ترابطية حيث ينعكس التهديد على موضوع أو وضعية تسمح بتثبيت القلق، وحتى وإن كانت طرق التجنب تهدف بصفة شعورية إلى تجنب الأماكن والأشخاص أو المواضيع المتصلة مباشرة بالحدث الصدمي والواقع أن التجنب ينتج عن جملة من الميكانيزمات الدفاعية التي تهدف إلى تقادي تناذر التكرار، مما يؤدي إلى:

❖ تجمد وظائف الحضور

يفقد الشخص مراكز اهتماماته المعتادة ويقلل من نشاطاته. (سي موسى وزقار، 2002، ص 88)

❖ التبلد العاطفي

ويعتبر وسيلة للتجنب التي يلجأ إليها الفرد للسيطرة على عوارض الاضطراب بحيث يبدأ بعد فترة قصيرة من التعرض للصدمة. (غسان يعقوب، 1999، ص 47)

❖ تناذر القابلية للإثارة الانفعالية

تعاش الصدمة كبتت عنيف للمنبهات الحسية، فالانكسار الناتج عن الحدث يسبب اجتياحا حسيا مع الشعور بفقدان الحدود، ففي لحظة يتجمد الفضاء والزمن، هذا الانطباع للتعبئة الزمنية والمكانية كيفية لحماية ذاته لضعف وظائف الأنا. (سي موسى ع وزقار، 2002، ص 89)

4- طبيعة الحدث الصدمي:

من خلال ما سبق نلاحظ وجود صراع حول أصل الصدمة وسنواصل التدقيق فيها من خلال العرض التالي:

❖ الحدث الصدمي عبارة عن بناء نفسي هوامي بحت

وضح فرويد من خلال ما جاء به عن الهوام أن الحادث الصدمي يستثير في النفس الهوامات ما جعله يفكر أن الحدث المتسبب بالأعراض عبارة عن بناء هوامي لكنه تراجع بعد ذلك ليظهر آخرون ركزوا على سير الحصص العلاجية التحليلية وفي هذا السياق تتكلم عن S. Viderman الذي تحدث عن وجود بناء متعلق بالمعاش النفسي الخاص للأفراد يقول S. Viderman أنه في التحليل النفسي يمكن أن يكون السبب خلف الاضطرابات هو مجرد بناء هوامي مشترك بين المعالج ومريضه والواقع الخارجي لا يملك مكان في هذا البناء

فلا المريض أو المعالج يستطيع معرفة شيء خارجي بل يعرفان الحقائق النفسية فقط والتي لا يمكن معرفة مدى صحتها في الواقع إلا بشكل افتراضي. (S. Viderman, p 03)

❖ الحدث الصدمي واقعي وخارجي

وضح Jacques Roisin في مقال له تحت عنوان *considération sur le traumatisme* أن الصدمة النفسية مسؤولة عن الإحساس بالواقع من خلال انتاجها لإدراك مغلق حول الواقع موضحاً أن الاستيقاظ العنيف في الحياة اليومية يستطيع أن يولد تجربة صدمية وبالعودة إلى فرويد أثناء تطرقه للجانب الاقتصادي للصدمة افترض وجود حدث عنيف وإثارات عالية تؤدي إلى فشل الجهاز النفسي في حين أن Bergeret يتكلم عن اختراق الحدث الخارجي للهوامات النفسية للطفل ليتعطل المشهد الأوديبى وندخل في العصاب الطفولي وهذا ما اسماه الجذع المشترك للحالات الحدية وبمواصلة الأنا رحلته نحو الأوديب سيصعب تناول العلاقة الثلاثية أين سيشعر الفرد بإحباط شديد مع خطر فقدان الموضوع وهذا ما عبر عنه بالصدمة النفسية المبكرة. (Jacques Roisin، ص 141).

❖ الحدث الصدمي عبارة عن واقع انتقالي

التصور الثالث يتبنى التصورين الأوليين إذ يفترض أن أصل الحدث الصدمي يكون في العالم الخارجي أي واقعي إلا أن الجهاز النفسي يقوم باستدخاله وتحويله حسب واقعه الداخلي يقول pasch في مداخلة، تحت عنوان الماضي المعاد تكوينه "إن الإنسان في بداية حياته يلتقي بالواقع لا يأتي به من هنا أو هناك بعد اختراعه له ثم إيجاده. هذا الواقع يجذبه، يمتصه، يحرمه، يرهبه، ليس فقط بما يفعل فيه، بل بوجوده كواقع كذلك". (ذكر من طرف janin، ص 19)

من خلال هذا التدخل يعطي Pasche أولوية للواقع كما هو.

إنها مسألة إعادة بناء ما حدث في الواقع المادي بالإشارة إلى عمل التذكر والتحويل من خلال (الأوهام والصراعات والدفاعات...) التي تتدخل تشويه الواقع من أجل تجنب الألم الذي قد يحدثه.

تعترف هذه الرؤية بالتعايش بين الواقعين (النفسي والخارجي) كأصل للأحداث الصدمية أكد Green 1990 هذه النظرية من خلال مفهوم "الحقيقة التاريخية" التي يعتبرها "منتجاً معقداً يمزج بين القليل من الواقع المادي والكثير من الواقع النفسي إنه بالفعل بناء شخصي ولكنه ليس تعسفياً بالكامل حتى الهذيان يخفي في جوهره شيئاً حقيقياً". (المرجع نفسه، ص 69).

5-العوامل التي تجعل الحدث صدمياً:

❖ عدم استعداد الأنا

يظهر عجز الإنسان في مواجهة الحدث الصدمي من خلال حدوث خيانة الأنا والتي تعني عجزه عن تكوين دفاعات سريعة لدرء الخطر يرجع هذا إلى فجائية الحدث وعدم توفر الوقت الكافي لحدوث استجابة ملائمة كما يمكن أن نتكلم عن هشاشة الأنا في مواجهة الحدث الصدمي بسبب مشكلة هيكلية كخلل في التصورات والعقلنة أو إلى هشاشة صاد الاستثارات كونه خضع إلى تجارب أضعفته حيث بإمكان أي حدث مهما كانت شدته اختراقه وتمزيقه. (جانين، 1996، ص 16)

❖ شدة الحدث الصدمي

يعرف J. Roisin الحدث الصدمي بما يترك في النفس من أثر صدمي مركزاً على قوة الحدث يفترض ليبيجو أن الصدمة تعرف على أساس "تهديد حيوي يفاجئ الشخص عندما يكون في حالة راحة" إلا أن كلمة التهديد الحيوي بالنسبة له ليست حدثاً عادياً من حوادث الحياة اليومية بل هي حالة مدركة أو محسوسة تتعلق بالموت.

وبهذا المعنى يستشهد (Lebigot) بثلاثة أنواع من المواقف:

- أحداث صدمية بالضرورة كالموت الحقيقي للشخص نفسه يحدث هذا في الحالات الشائعة لحوادث
 - الطرق، والعديد من الاعتداءات المسلحة، وكذا في حالة الجندي في ساحة المعركة...
 - أحداث تحمل احتمال أن تكون صدمية كموت شخص آخر قريب من الشخص المصدوم وأمام عينيه.
 - التواجد أمام موت الآخرين، فطبيعة الموت بعد ذاتها مرعبة، نستطيع أن نذكر هنا الحالات اليومية التي يعيشها رجال الإنقاذ الذين يتدخلون في الحوادث الخطيرة كحوادث الطرقات، أو حالة الجنود الذين تتمثل مهمتهم في حمل جثث رفاقهم الذين قتلوا في المعركة. (مكيري كريم، 2009، ص 31).
- دون أن ننسى فرويد الذي تحدث عن شدة الحدث الصدمي بما يحدثه من قطيعة في جهاز الحماية ما يحدث عطلا في عمل الجهاز النفسي.

❖ فجائية الحدث الصدمي

يوضح فرويد أن الحدث يأتي بغتة هذا ما يجعل الأنا عاجزا عن الدفاع كونه لا يملك الوقت الكافي لتشكيل دفاعات تعمل على صد الاستثارة. (Lebigot François, 2005, p 06)

6-سيرورة حدوث الصدمة:

اقترح "فرويد" في نموذجة الاقتصادي تمثيل لحدوث الصدمة النفسية حيث مثل الجهاز النفسي كجسم كروي محاط بغشاء محكم يدعى صاد الاثارات. (Lebigot François, 2005, p 10)

وبالاعتماد على هذا النموذج التشبيهي سنحاول وضع مخطط مكون من خطوط أفقية، وينقسم إلى طبقات في أعلى المخطط نجد العالم الخارجي، ثم يليه في الأسفل حاجز -صاد

الاثارات- الجزء المهم والأساسي في الجهاز النفسي، وأسفل المخطط المكبوتات الأصلية، ويفصل هذا الحاجز التصورات عن الخبرات الأصلية الموجودة في الأسفل، فالمكبوتات الأصلية الأولية من المستحيل الوصول إليها وسنعرض نموذج يوضح كيفية اختراق الجهاز النفسي في حالة التعرض لحدث صدمي:

نلاحظ من خلال المخطط تمثيل لصورة المشهد الصدمي بشكل كتلة تعبر صاد الإثارات، فعند اختراق الصورة الصدمية للجهاز النفسي، فإن هذه الصورة تمثل الموت، وفي هذه الحالة لن تجد العاطفة أي تصور لترتبط به وبالتالي تترسب كجسم غريب في الجهاز النفسي لتبقى تدور في الحيز الفضائي للفرد. (le bigot François, 2005)

عند مرور الكتلة الصدمية، فإنها تقوم بإبعاد التصورات والعواطف فتحدث آلية الهلع l'effroi وهو عبارة عن اختفاء كلي للتفكير والعواطف، حيث يجد الفرد نفسه عاجزا. (نفس المرجع، ص 22)

وبالنسبة (C.JANIN, 1996) فإن أحد الأشكال المهمة للصدمة يتمثل في كون ذلك المجال أو الحيز الذي يفصل بين الواقع النفسي والواقع الخارجي، الذي من خلاله يتم عمل الجهاز النفسي بما فيه التصورات والهوام يضيق إلى درجة إحداث التصاق بين الأجهزة المشكلة للمكانية الداخلية collop de la topique وهذا من شأنه أن يعطل سيولة الحركة ما بين الأجهزة النفسية أي تعطيل إنشاء الروابط وتفكيكها والتحرك الحر للطاقة وبالتالي تنشيط التصورات. (مكيري كريم، 2008، ص 101)

كما يتبين في أسفل المخطط على مستوى حاجز المكبوتات الأصلية ترسب الصورة الصدمية وما يحمله من مشاعر الرعب والذنب.

ويأخذ هذا التكرار طابعا مرضيا يبرز على أشكال مختلفة كالأحلام والكوابيس المتكررة، والحاجة لذكر الحادث مرورا بالذكريات المؤلمة التي تعيد إنتاج الحادث الصدمي، فيمكن أن

يجتاح الشخص بإنتاج عقلي متكرر عن الخبرة غير المدمجة عقليا، والتي تعيد إنتاج الانفعال الأصلي.(زكراوي حسينة: 2011).

فالتكرار هو ميكانيزم يستجيب لحاجة داخلية تهدف إلى التخفيف من حدة التوترات عن طريق تقييها بكميات صغيرة، قصد إحياء حالة ما قبل الصدمة، فيتم تكرار الحدث الصدمي في عدة أشكال كالذكريات المتكررة والكوابيس والأحلام المتكررة. (سي موسى عبد الرحمان وزقار رضوان، 2002: 86)

ففي اضطراب التكرار يحدث للشخص المصدوم حالة من إعادة استحضار الحادث الصدمي في شكل معاشة خيالية وهوائية وذلك يظهر فيما ذكرنا سابقا في المخطط كوابيس المرعبة وحالة التأثير الوجداني هي السبب في ظهور هذه النوبات التي يضاف إليها نوبات الهلع والخوف. (د. مرسلينا حسن، شعبان، 2013، ص 16)

خلاصة :

البيئة التي يعيش فيها الإنسان مليئة بالأخطار والتهديدات وهو عرضة للكثير منها بل لا مفر من بعض خصائصها وصدماتها كال فقدان بمختلف أنواعه، فمن خلال ما سبق ذكره يتبين أن مصطلح الصدمة موجود منذ القدم، وإلى حد الآن لا يوجد مفهوم واحد ومشترك فكل ومنظوره الذي يعتمد عليه في تفسير الصدمة ولكن المتفق عليه أن الصدمة تحدث عجز كبير، وتعمل على الإخلال بالتوازن النفسي للفرد، وتجدر الإشارة إلى أن الصدمة النفسية لا تنجم عن عدم الاستجابة وإنما عن العجز في الاستجابة للحدث الصادم الذي يمتاز بالشدة والفجائية التي تجعل الأنا عاجز وغير مستعد لمواجهة فيض الاثار، فهي تتضمن فكرة وجود فجوة عميقة من جراء الانكسار الواسع لاجتياح الإثارة، كما لا يمكن القول بأن الصدمة تحدث لكل الأفراد رغم أنهم عايشوا نفس الحدث الصدمي، فما هو صدمي لفرد ليس بالضرورة صدمي عند فرد آخر.

الفصل الخامس: المساندة الاسرية.

- 1- مفهوم المساندة الاجتماعية.
- 2- أشكال المساندة الاجتماعية.
- 3- المساندة الاسرية.
- 4- اهمية المساندة الاسرية.
- 5- انماط المساندة الاسرية.
- 6- وظائف المساندة الاسرية.
- 7- ابعاد المساندة الاسرية.
- 8- دراسات تناولت المساندة الاسرية.

المساندة الأسرية:

إن المساندة الأسرية هي جزء لا يتجزأ من المساندة الاجتماعية والتي من الضرورة

الإشارة

إليها بما يلي:

1 مفهوم المساندة الاجتماعية:

يعرفها كوهين وآخرون بأنها تعني متطلبات الفرد بمساندة ودعم البيئة المحيطة به سواء من أفراد أم جماعات تخفف من أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وتمكنه من المشاركة الاجتماعية الفعالة في مواجهة هذه الأحداث والتكيف معها.

ويعرفها ساراسون وآخرون " Sarason بأنها تعني (إحساس الفرد بوجود بعض المقربين منه، والذين يثق فيهم في الوقوف بجانبه عند الحاجة) ويعرفها ليفي leavy بأنها (توافر أشخاص مقربين في أفراد الأسرة ومجموعة من الأصدقاء سواء الجيران أو في العمل يتسمون بالمشاركة الوجدانية والدعم المعنوي) أما علي عبد السلام علي فيعرفها بأنها) المشاركة الفعالة للأسرة والبيئة عموماً لتعزيز مواجهة أحداث الحياة الضاغطة والتكيف معها من أجل الشعور بالقيمة واحترام الذات والتخفيف من هذه الأحداث حتى لا يقع الفرد فريسة للإصابة بالاضطرابات النفسية) (علي 1997:21).

ويعرف حسين علي فايد المساعدة الاجتماعية Social Support بأنها (إدراك الفرد أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكنه الرجوع إليهم عند الحاجة وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساعدة المتاحة له). فايد (2001:337).

يحصل الإنسان على المساعدة من ارتباطه بالآخرين بروابط حميمة، والمساعدة الاجتماعية social support يقصد بها مساعدة الإنسان لأخيه الإنسان في مواقف يحتاج فيها إلى المساعدة والدعم والمؤازرة، وسواء كانت مواقف سراء { نجاح وتفوق } أو مواقف ضراء { فشل وتأزم}.

وتأخذ المساعدة الاجتماعية في مواقف السراء والضراء أشكالاً عديدة نلخصها في أربعة أنواع رئيسية هي:

أ- **المساعدة الوجدانية Emotional Support**: وهي مساعدة نفسية يجدها الإنسان في وقوف الناس معه، ومشاركته له أفراحه وأحزانه، وتعاطفه معه واتجاهاتهم نحوه واهتمامهم بأمره مما يجعله يشعر بالثقة في نفسه وفي الناس ويزداد فرحاً في السراء ويزداد صبراً وتحملاً في الضراء.

ب **المساعدة المعنوية أو المساعدة الإدراكية Appraisal Support**: وهي مساعدة نفسية أيضاً يجدها الإنسان في كلمات التهناني والثناء عليه في السراء، وفي عبارات المواساة في الضراء فيجد في تهنئة الناس له الاستحسان والتقدير والتقبل والحب المتبادل، ويجد من

مواساتهم له التخفيف من مشاعر التوتر والقلق والسخط والجزع والتشجيع على التفكير فيما أصابه بطريقة تفاؤلية فيها رضا بقضاء الله وقدره.

ج المساندة التبصيرية أو المساندة المعلوماتية : Information Support

وهي مساندة فكرية عقلية تقوم على النصح والإرشاد وتقديم المعلومات التي تساعد الإنسان على فهم الموقف بطريقة واقعية موضوعية .

وتجعله أكثر تبصراً بعوامل النجاح أو الفشل فيزداد قدرة على مواصلة النجاح وعلى تحمل الفشل والإحباط بل قد يجد في النصائح ما يساعده على تحويل الفشل إلى نجاح.

د المساندة المادية أو العملية Instrumental Support: وهي مساندة مباشرة

وفاعلة في الموقف ويحصل عليها الإنسان من مساعدة الناس له بالأموال والأدوات أو مشاركته في بذل الجهد وتحمل الموقف وتقليل الخسائر.

وكما لصحة الجسم وقاية فإن لصحة النفس وقاية كذلك فعلاقات الإنسان الطيبة بالناس من أهم عوامل تنمية الصحة النفسية، والوقاية من الانحرافات، وعلاج الانحرافات، فالسعداء على علاقة طيبة بالناس والتعساء على علاقة سيئة والعلاقات الاجتماعية الطيبة مرتبطة بطول العمر وبقلة الإصابة بالأمراض وبسرعة الشفاء منها فالعلاقات الاجتماعية الطيبة بالناس تساعد الإنسان على إشباع حاجاته الاجتماعية، وتوفر له المساندة الاجتماعية التي تخفف توتراته وتقوي مناعته النفسية والجسمية مما يقلل من إصابته بالأمراض وبسرعة

الشفاء منها. وهناك تأثير قوي للمساندة الاجتماعية على جهازى المناعة النفسية والجسمية في مواقف الأزمات أو المصائب فجهازى المناعة النفسية والجسمية يضعفان عند الإنسان عندما يواجه الأزمات والنكبات والصدمات بمفرده دون مساندة من الآخرين مما يجعله عرضة للقلق والاكتئاب وغيرها من أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة، والتي قد تدفعه إلى زيادة التدخين وتعاطي الخمر والمخدرات وقد يعاني من الأمراض السيكوماتية ويكون عرضة للحوادث والإصابات، أما إذا وجد الإنسان المساندة الاجتماعية في الأزمات فإن جهازى المناعة النفسية والجسمية عنده يستعيدان عافيتهما.

بسرعة بفضل المناعة الإضافية super immunity التي تتولد من مشاعر الأمن والطمأنينة والرضا عن الناس التي تسهم بدورها في تحويل المشاعر السلبية والأفكار الانهزامية في موقف الصدمة إلى مشاعر إيجابية وأفكار جيدة تدفعه إلى الصبر والتحمل فتختفي أعراض ما بعد الصدمة PTSD أو تظهر صورة أعراض محتملة يمكن السيطرة عليها، ومن الناحية النفسية تبين أن المتزوجين أكثر سعادة من غير المتزوجين وكانت نسبة الاضطرابات النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية عند المتزوجين أقل منها عن غير المتزوجين، والسبب يعود إلى أن المساندة الاجتماعية بين المتزوجين تنشط المناعة النفسية والجسمية التي تجعل المتزوجين أقل عرضة للأمراض وأكثر قدرة على مقاومتها والشفاء منها، أما غير المتزوجين فيحرمون من هذه المساندة ويواجهون ضغوط الحياة بمفردهم مما يجعلهم عرضة للأمراض والانحرافات السلوكية. (مرسي: 196-197).

ويؤكد عبد الستار إبراهيم (1998) حاجة الإنسان إلى المساندة الوجدانية والصلات والدعم الاجتماعي والمؤازرة حيث يرى أن الانتماء لجماعة كالأسرة أو الأصدقاء يجعل للحياة معنى مما يعين على مواجهة الضغوط، وترى ممدوحة سلامة أن النساء أكثر حاجة للمساندة ودعم الآخرين، وأنهن يسعين للحصول عليها لتجاوز الصعاب وأن النساء أكثر حساسية وقلقاً تجاه علاقاتهن مع الآخرين، وأن علاقات المرأة بالآخرين تشكل مصدراً مهماً لتقديرها لذاتها، وتشعر بالقلق وفقدان التقدير عند افتقاد أي علاقة ذات معنى في حياتها، فالمساندة الاجتماعية مخففة من الآثار السالبة الناتجة عن التعرض للأحداث الضاغطة وتعمل على رفع تقدير الفرد لذاته، وتزيد من فاعليته فالمساندة الاجتماعية تشعر الفرد بقيمته وبقدرته على المواجهة، وافتقاد هذه المساندة حال الحاجة إليها يشعر الفرد بفقدان القيمة وعدم القدرة على المواجهة، وقد يكون بداية لظهور أعراض اكتئابية.

ويؤكد سارا سون وآخرون (1983) العلاقة بين تقدير الذات والمساندة الاجتماعية النفسية في تخفيف الشعور بالضغط، ويصف هشام عبد الله 1995 ذوي التقييم السالب للذات بأنهم ممن تنخفض لديهم المساندة الاجتماعية أو يدركونها بصورة سالبة بمعنى عدم الرضا عنها وهو ما يؤكد العلاقة الارتباطية بينهما ويؤكد أن هذه المساندة تلعب دوراً في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي وخفض مستوى المعاناة (نقلاً عن سميرة شند

Harper & Runyon 2001:343,316) ويشير كل من هاربر ورينون

إلى وجود عدة متغيرات تخفف من آثار الضغوط وهي.

1 - خصائص الشخصية

2 - المساندة الاجتماعية

3- الاستعدادات الجسمية

4 - وسائل المواجهة.

ويؤكد حسن مصطفى (1981) وجود علاقة بين التوافق المهني للمعلمين والمعلمات وتوافقهم النفسي من خلال الرضا عن المهنة والمكانة الاجتماعية من خلال العلاقات الودية بالزملاء والإدارة والإشراف والتوجيه المهني.

أما كوباسا (1982) فيؤكد على وجود علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة التي يعاني منها الشخص وبين إصابتهم بالأمراض النفسية، وأكد ليفكورت وآخرين 1984 Lefcourt et al حول الأثر التفاعلي للمساندة الاجتماعية ومركز الضبط على أحداث الحياة الضاغطة على وجود علاقة بين وجود المساندة الاجتماعية وبين التمتع بالصحة النفسية.

ويشير دوهر نيونيد و شروت 1985 Dohrein wend & Shrout إلى وجود علاقة ارتباطية بين أثر الخبرات الانفعالية اليومية الناتجة من متاعب العمل اليومي وأحداث الحياة الضاغطة وبين الإصابة بالاضطرابات النفسية نتيجة الضغوط النفسية والإحباطات الناتجة من روتين العمل اليومي ومن التوترات الناتجة من التعامل مع الجمهور في مجالات العمل المختلفة.

أما بامبيرج وآخرين Bamberg et al 1986 فيؤكد وجود علاقة ارتباطية بين
المساندة الاجتماعية من الأسرة وبيئة العمل وبين تمتع العاملين والعاملات بالصحة النفسية.
ويشير روتر Rutter إلى أن المساندة الاجتماعية التي يسودها الحب والدفع
العاطفي من الأسرة أو بيئة العمل تعد مصدرا للوقاية من الآثار السلبية الناتجة عن أحداث
الحياة الضاغطة وتساعد الفرد من جديد على نسيان الخبرات المؤلمة وتعيد تكيفه مع
عمله. (نقلا عن علي عبد السلام علي 1997:213).

2 المساندة الاجتماعية في الإسلام:

حث الإسلام العظيم على ضرورة أن يحب المسلم أخاه المسلم وأن يتمنى له الخير وأن
يناصره ويسانده، عن أنس رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: "لا يؤمن أحدكم حتى يحب
لأخيه ما يحب لنفسه" متفق عليه. وعنه قال: قال رسول الله ﷺ أنصر أخاك ظالماً أو
مظلوماً " فقال رجل: يا رسول الله أنصره إذا كان مظلوماً رأييت إن كان ظالماً كيف أنصره؟
قال: تحجزه - أو تمنعه - من الظلم فإن ذلك نصره " رواه البخاري. وعن أبي هريرة رضي
الله عنه أن رسول الله قال " حق المسلم على المسلم خمس رد السلام، وعيادة المريض،
واتباع الجنائز، وإجابة الدعوة، وتشميت العاطس " متفق عليه. وعن ابن عمر رضي الله
عنهما أن رسول الله ﷺ قال : المسلم أخو المسلم لا يظلمه ، ولا يسلمه، من كان في حاجة
أخيه كان الله في حاجته.

- وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله ﷺ " المسلم أخو

المسلم لا يخونه ولا يكذبه ولا يخذله، كل المسلم على المسلم حرام عرضه وماله ودمه التقوى هاهنا، بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم" رواه الترمذي وقال حديث حسن.

وعنه قال: قال رسول الله ﷺ لا تحسدوا ولا تتاجشوا ولا تباغضوا ولا تدابروا ولا يبيع بعضكم على بيع بعض، وكونوا عباد الله إخواناً المسلم أخو المسلم لا يظلمه ولا يحقره ولا يخذله التقوى هاهنا ويشير إلى صدره ثلاث مرات - بحسب امرئ من الشر أن يحقر أخاه المسلم. كل المسلم على المسلم حرام دمه وماله وعرضه رواه مسلم.

وعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي ﷺ قال: " من نفس عن مؤمن كربة من كرب الدنيا، نفس الله عنه كربة من كرب يوم القيامة، ومن يسر عن معسر يسر الله عليه في الدنيا والآخرة، والله في عون العبد ما كان العبد في عون أخيه،

ويقول الله تعالى في كتابه العزيز: (إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ) (الحجرات: من الآية 10)

وقال رسول الله ﷺ: "المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضاً".

وشبه النبي ﷺ المسلمين بالجسد الواحد مثل (المؤمنين في توادهم وتراحمهم وتعاطفهم مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى). (النووي،

(85.89)

2 **المساندة الأسرية:** هي إدراك الفرد بأن الأسرة تمثل مصدراً للتدعيم الاجتماعي الفاعل، ومدى توافر أشخاص يهتمون بالفرد، ويقفون بجانبه عند الحاجة، ومن ذلك الأبوين، والأخوة والأقارب (عبد المعطي 2006:61).

التعريف الإجرائي للمساندة الأسرية: هي مدى وجود أو توفر أشخاص من الأسرة يمكن للطالب أن يثق بهم، وفي وسعهم أن يهتموا به، ويقفوا بجانبه عند الحاجة.

المساندة الأسرية: يعد مفهوم المساندة الأسرية مفهوماً حديثاً نسبياً، حيث تناولته العلوم الإنسانية وعلماء الاجتماع في إطار بحثهم للعلاقات الأسرية، فظهر مصطلح شبكة العلاقات الاجتماعية بمثل البداية الحقيقية لظهور مفهوم المساندة الأسرية لأن إدراك الفرد وتقييمه لدرجة المساندة الأسرية المحيطة به، والتي تمثل الأطر العامة التي تضم مصادر الدعم والثقة لأي شخص (أحمد، 2002:51).

وتعتبر المساندة الأسرية مصدراً من مصادر الدعم الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الإنسان حيث يؤثر حجم المساندة الأسرية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المختلفة، وأساليب مواجهه وتعامله مع هذه الضغوط كما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة للأمن النفس وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن الدراسة لدى الطلبة وتساعدهم في التحصيل الجيد. (الهمص 2009: 483).

3 - أهمية المساندة الأسرية:

➤ المساندة الأسرية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغوط مرتفعاً.

➤ المساندة الأسرية من الآخرين الموثق بهم لها أهمية رئيسية في مواجهة الأحداث الضاغطة وأن المساندة الأسرية يمكن أن تخفض أو تستبعد عواقب هذه الأحداث على التحصيل.

المساندة الأسرية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات وتجعله قادراً على حل مشاكله بطريقة جيدة. (العيوي 2006:317).

ويشير إلى أن الطالب الذي ينشأ وسط أسرة مترابطة تسود المودة والالفة بين أفرادها يصبح الطالب قادراً على تحمل المسؤولية ولديه صفات قيادية لذا نجد أن المساندة الأسرية تزيد من قدرة الطالب على مقاومة الإحباط وتقلل من المعاناة النفسية في حياته الدراسية. (مراد وسليمان، 2002:118)

4 أنماط المساندة الأسرية:

➤ **المساندة الانفعالية:** التي تنطوي على الرعاية والثقة والقبول والتعاطف.

➤ **المساندة الأدائية:** التي تنطوي على المساعدة في العمل، والمساعدة بالمال.

➤ **المساندة بالمعلومات:** التي تنطوي على إعطاء نصائح أو معلومات أو تعليم مهارة تؤدي إلى حل مشكلة أو موقف ضاغط.

ومن أنماط المساندة الأسرية أيضاً:

➤ **مساندة التقدير:** وهذا النوع من المساندة يكون في شكل معلومات بأن هذا الشخص مقدر ومقبول، ويتحسن تقدير الذات بأن ننقل للأشخاص أنهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وخبراتهم وإنهم مقبولون بالرغم من أي صعوبات أو أخطاء شخصية. وهذا النوع من المساندة يشار إليه بمسميات مختلفة مثل المساندة النفسية، والتعبيرية، ومساندة تقدير الذات، ومساندة التنفيس، والمساندة الوثيقة.

➤ **المساندة بالمعلومات:** هذا النوع من المساندة يساعد في التحديد والتفهم والتعامل مع الأحداث الضاغطة. ويطلق عليه أحياناً مساندة التقدير والتوجيه المعرفي.

➤ **مساندة الصحبة الاجتماعية:** تشمل على قضاء بعض الوقت مع الآخرين في أنشطة الفراغ والترويح، وهذه المساندة تخفف الضغوط من حيث أنها تشب الحاجة إلى الانتماء والاتصال مع الآخرين. ويشار إلى هذا النوع من المساندة أحياناً بأنه مساندة الانتشار والانتماء.

➤ **المساندة الإجرائية:** وتشمل على تقديم العون المالي والإمكانات المادية والخدمات اللازمة، وقد يساعد العون الاجرائي على تخفيف الضغط عن طريق الحل المباشر للمشكلات الاجرائية. ويطلق على المساندة الاجرائية أيضاً مسميات مثل العون المساندة المادية، والمساندة الملموسة. (النعامي، 2007)

5 وظائف المساندة الأسرية:

تنص المساندة الأسرية بعدة وظائف، يمكن إيجادها في الفئات الستة التالية:

- **المساعدة المادية:** كما تتمثل في النقود والأشياء المادية.
- **المساعدة السلوكية:** تشير إلى المشاركة في المهام والأعمال المختلفة بالجهد البدني.
- **التفاعل الحميم:** يشير إلى بعض سلوكيات الإرشاد غير الموجه كالإنصات والتعبير عن التقدير والرعاية والفهم.
- **التوجيه:** يتمثل في تقديم النصيحة، وإعطاء المعلومات أو التعليمات.
- **العائد أو المردود:** يعني إعطاء الفرد مردوداً عن سلوكه وأفكاره ومشاعره.
- **التفاعل الاجتماعي الإيجابي:** يشير إلى المشاركة في التفاعلات الاجتماعية بهدف المتعة والاسترخاء.

6 - أبعاد المساندة الأسرية:

- **المساندة الانفعالية** وتتضمن توفير المودة والتأييد.
- **المساندة الاقتصادية** وتتضمن تزويد الفرد بالخدمات والمساعدات المباشرة.
- **المساندة المعرفية** وتتلخص بتقديم النصائح وتوجيهات تساعد الفرد في حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه. (علي 2013:217)

7 الآثار الإيجابية والسلبية للمساندة الأسرية:

➤ إن المساندة الأسرية القائمة على الرعاية والحب والاهتمام قد تزيد مشاعر الأمن والارتباط والولاء والسعادة الوجدانية كتأثيرات إيجابية، وقد تؤدي إلى الشعور بالاختناق والسيطرة والاعتمادية كتأثيرات سلبية.

➤ إن المساندة الأسرية القائمة على حسن الإنصات والكشف من الذات والمرح والإدماج في الأنشطة الاجتماعية، قد تؤدي إلى الشعور بالقيمة والثقة بالنفس وتقدير الذات الإيجابي وانخفاض القلق والتعاطف كتأثيرات إيجابية، وقد تؤدي إلى الشعور بالدونية والارتباك وانخفاض تقدير الذات والتحكم والمبالغة في الثقة بالنفس كتأثيرات سلبية.

➤ أن المساندة الأسرية القائمة على إعطاء معلومات لفظية عن مواجهة الضغوط عن القسوة والتهديد وتقديم المساعدات المالية والنصائح قد تؤدي إلى الصحة البدنية والوجدانية وتخفيف الشعور بعدم الكفاية إذا كانت نماذج مواجهة الضغوط العالية وكذلك تؤدي إلى الاكتئاب والاستياء والاعتمادية كتأثيرات سلبية. (عثمان، 2001: 129)

دراسات تناولت المساندة الاجتماعية:

1 دراسة كوبازا وآخرون (Kobasa et al, 1982) _:

هدفت الدراسة للتعرف على المتغير السيكولوجي الذي يخفف من وقع الأحداث الصادمة على الصحة الجسمية والنفسية.

تكونت عينة الدراسة من (259) الذين يحتلون مواقع الادارة العليا والمتوسطة بمتوسط عمري (40) سنة، وتم استخدام مقياس هولمز وراهي لأحداث الحياة الضاغطة، ومقياس وايلر للأمراض بالاضافة الي مقياس الصلابة النفسية لقياس الالتزام والتحكم والتحدي.

وأظهرت نتائج الدراسة أن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لا تخفف من وقع الأحداث الصادمة على الفرد فحسب، ولكنها تمثل مصدرا للمقاومة والصمود والوقاية من الاثر الذي تحدثه الأحداث الصادمة على الصحة الجسمية والنفسية .

2 دراسة كوبازا وآخرون (Kobasa et al,1983_)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الشخصية والمصادر الاجتماعية وإدراك المساندة كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة والصحة النفسية والجسمية.

وتكونت العينة من (170) من الموظفين الإداريين من الدرجات المتوسطة والمرتفعة تراوحت أعمارهم بين (32-65) عاما.

وأظهرت الدراسة أن ادراك مساندة الرئيس بالعمل أثرا إيجابياً في التخفيف من ضغوط الحياة والأعراض المرضية، بمعنى أن الموظفين أصحاب الدرجات المرتفعة بالضغوط يدركون المساندة من مشرفيهم ولديهم درجات منخفضة على الأعراض المرضية أقل من الموظفين غير المدركين المساندة من رؤسائهم بحيث كانت درجاتهم على الأعراض المرضية أعلى، وكذلك أظهرت الدراسة أن الصلابة النفسية لها اثر دال بالتفاعل مع

المساندة الأسرية بحيث أن مجموعة الأفراد الذين لديهم صلابة نفسية أعلى يستغلون المساندة الأسرية بشكل أفضل في إدراكهم لأحداث الحياة فهم اقل تأثراً من الناحية الصحية من أولئك الذين لديهم صلابة نفسية منخفضة.

3 دراسة جانيلين، وبلانيي_(Ganllen, &, Blaney, 1984):

هدفت الدراسة إلى معرفة دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد.

تكونت العينة من (83) طالبة من طالبات علم النفس وقد طبق عليهم مقياس هولمز، ومقياس الصلابة النفسية لكوبازا، واستبيان المساندة الاجتماعية لموس، ومقياس بك للاكتئاب.

أشارت نتائج الدراسة إلى أن الصلابة النفسية تتفاعل مع المساندة الاجتماعية كي تخفف من حدة وقع الضغوط على الفرد كما أن المساندة الاجتماعية تقوي المصادر النفسية، وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والاهمية ومن قدرته على التحدي مما يجعله أكثر نجاحاً في مواجهة الضغوط كما اظهرت النتائج إلى وجود ارتباط موجب.

4 دراسة ليفكوت، وآخرون (Lefourt et al, 1984_)

هدفت الدراسة إلى معرفة اثر التفاعل بين المساندة الاجتماعية ومركز الضبط واثرها على الضغوط النفسية ومعرفة مدى استفادة اصحاب الضبط الخارجي من المساندة

الاجتماعية بنفس الدرجة التي يستفيد منها داخلو الضبط ومعرفة الفروق بين الجانبين في استفادتهم من المساندة الاجتماعية في خفض تاثير الضغوط النفسية. تكونت عينة الدراسة من (99) طالبا وطالبة بواقع (58) طالبا و (41) طالبة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن للضبط الداخلي اثر لتفاعل المساندة الاجتماعية مع أحداث الحياة على الحالة المزاجية العامة، ولقد وجد أن اصحاب الضبط الداخلي بالاضافة الى المساندة الاجتماعية يبدون اكثر مرونة في مواجهة الضغوط، بمعنى أن ذوي الضبط الداخلي الذين تتوفر لهم المساندة يكونون أكثر مقاومة بحدوث نتائج سيئة، بينما أولئك الذين لا تتوفر لهم المساندة الاجتماعية فإنهم يكونون أمام خطر الاضطرابات الانفعالية، بينما لم يتحقق ذلك لذوي الضبط الخارجي.

5 دراسة هولمان، وموس1985Hollman, Roos

هدفت الدراسة الى التعرف على المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية رغم تعرضه للضغوط .

تكونت عينة الدراسة من (267) من الذكور الذين بلغ متوسط أعمارهم (44) والانات اللواتي بلغ متوسط أعمار من (43)، وتم تطبيق استبيان هولمز وراهي للأحداث الضاغطة ومقياس موس للبيئة الأسرية، ومقياس الخصائص الشخصية ومقياس للأعراض السيكوسوماتية والاكتئاب. وأشارت نتائج الدراسة أن الأسرة التي تتسم بالدفء والحنان والحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر والدعم والتشجيع أثناء التعرض

للضغوط، تجعل الفرد أكثر صلابة وفاعلية وقدرة على المواجهة واقل اكتئاباً، وأن هناك فروقا بين الذكور والاناث، فكان الرجال أكثر ثقة بالنفس وأكثر صلابة من النساء.

6 دراسة روس، وكوهين)Roos, Nohain, 1987

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية كعامل وسيط في التخفيف من التأثير السلبي للضغوط الحياتية.

وتكونت عينة الدراسة من (109) طلاباً منهم (52) طالباً و (57) طالبة بمتوسط عمري قدرة (18.2) سنة، واستخدم مقياس أحداث الحياة الضاغطة الهولمز وراهي، ومقياس إدراك المساندة الاجتماعية لسارسن وآخرين.

وأظهرت النتائج أن المساندة دوراً ملطفاً وواقعياً من وقع أحداث الحياة الضاغطة، وكذلك أظهرت التأثير الايجابي للمساندة الاجتماعية على الصحة النفسية.

7 دراسة دولونجيزDolounes, 1988:

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاضطرابات الصحية والنفسية ومعرفة دور كل من المساندة الاجتماعية وتقدير الذات كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وما يرتبط بها من آثار صحية ونفسية .

وتكونت عينات الدراسة من (75) زوجاً وزوجة.

وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين زيادة أحداث الحياة الضاغطة وبين الاضطرابات الصحية والنفسية، وكذلك أظهرت النتائج دور المساندة الاجتماعية كاحد المتغيرات الاجتماعية التي تعدل من العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وبين المرض النفسي.

8 دراسة الشناوي وعبد الرحمن (1994)

هدفت الدراسة إلى تقويم مدى إسهام بعض المتغيرات الشخصية لدى طلبة الجامعة في توافق هؤلاء الطلاب في حياتهم الجامعية.

شملت عينة الدراسة (115) طالبا من مختلف الأقسام والمستويات في مرحلة البكالوريوس في كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الامام حمد بن سعود الاسلامية، وطبق الباحثان المقاييس التالية: قائمة ايزنك للشخصية، قائمة المساندة الاجتماعية، قائمة التوافق للجامعة، مقياس كوبر سميث لتقدير الذات.

أظهرت الدراسة أن هناك ارتباطاً بين درجات العينة على استبانة المساندة وعلى بعد التوافق الاجتماعي فقط من مقياس التوافق للجامعة، وأن هناك ارتباطاً بين الرضا والتوافق الاجتماعي ، وأن هناك ارتباطاً موجباً بين درجات الطلاب على استبانة المساندة ودرجاتهم على بعد الانبساطية في قائمة ايزنك للشخصية، وأن الذين لديهم درجات عالية في المساندة يشعرون بدرجات عالية في تقدير الذات، وأن الذين لديهم درجات عالية من الانبساطية يكون

لديهم عدد كبير من الأفراد الذين يقدمون لهم المساندة، وانه كلما ارتفعت الدرجات على البعد الذهاني في قائمة ايزينيك توقعنا انخفاض كمية المساندة الاجتماعية والرضا عنها.

9 . دراسة (الدسوقي، 1996):

هدفت الدراسة للتعرف على العلاقة السببية بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات والتعرف على الفرق بين مرتفعات ومنخفضات الصحة النفسية بينهن وادراكهن لحجم ودرجة المساندة الاجتماعية والرضى عنها تكونت عينة الدراسة من (40) سيدة من المطلقات تراوحت أعمارهن (25-40) سنة ولديهن طفل على الاقل ولا تقل مدة الطلاق عن سنة، واستخدمت مقياس المساندة الاجتماعية، وهو من أعداد سارسوت واخرين ومقياس الامداد بالعلاقات الاجتماعية ومقياس الضغوط و مقياس الصحة النفسية إعداد إسماعيل ومرسي.

أظهرت النتائج أن هناك تأثيراً لمساندة الأسرة والأصدقاء على الصحة النفسية للنساء المطلقات وتأثير سالب بين ضغوط الحياة والصحة النفسية لديهن وتأثير سالب للمساندة من قبل الأسرة والأصدقاء على ضغوط الحياة وان هناك فروق بين المطلقات مرتفعات الصحة النفسية

ومنخفضات الصحة النفسية في ضغوط الحياة لصالح المنخفضات وكذلك هناك فروقاً بين مرتفعات الصحة النفسية ومنخفضات الصحة النفسية في حجم المساندة والرضى عنها لصالح مرتفعات الصحة النفسية.

10دراسة (على1997):

هدفت هذه الدراسة لعقد مقارنة بين العاملات المتزوجات منخفضات المساندة الاجتماعية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وفي الإصابة بالاضطرابات النفسية، وتكونت عينة الدراسة في المجموعة الأولى وهي المجموعة التجريبية قوامها (50) من السيدات المتزوجات العاملات المعلمات بمساندة اجتماعية من الأسرة وجماعة العمل، ومن المجموعة الثانية وهي المجموعة الضابطة وقوامها (50) من السيدات العاملات المتزوجات وغير المدعّمات بمساندة اجتماعية سوءاً من الأسرة أو جماعة العمل.

أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات المتزوجات مرتفعات المساندة الاجتماعية والعاملات المتزوجات منخفضات المساندة الاجتماعية في الأبعاد الآتية (العمل خلال الحدث والائتلاف الى اتجاهات وانشطة اخرى والعلاقات الاجتماعية)، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعة العاملات المتزوجات مرتفعات المساندة الاجتماعية ومجموعة العاملات المتزوجات منخفضات المساندة الاجتماعية في الأبعاد الآتية : (الأعراض الجسمانية الوسواس القهري- الحساسية التفاعلية - الاكتئاب - القلق - قلق الخوف - البارانونيا - الذاتية) لجانب مجموعة العاملات المتزوجات منخفضات المساندة الاجتماعية.

11. دراسة (مخير1997):

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في التخفيف عن الأثر الناتج عن ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة ، وتكونت عينة الدراسة من (75) من الذكور و (96) من الإناث تتراوح أعمارهم ما بين (19-24) عاما من طلبة الفرقتين الثالثة والرابعة بكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق.

وبينت النتائج أن للذكور درجات اعلى في الصلابة النفسية من الإناث ، وان الإناث أكثر سعيا من الذكور في طلب المساندة الاجتماعية، وتلعب الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية دورا هاما في التخفيف من وقع الأحداث الضاغطة لدى الذكور والاناث كعامل واق من الأثر النفسي والجسمي.

12دراسة فايد1998:

هدفت الدراسة إلى معرفة التأثير السلبي للضغوط على الصحة النفسية ، ومعرفة التأثير الايجابي للمساندة الاجتماعية في خفض كل من الضغوط والأعراض الاكتئابية الناتجة عن ارتفاع مستوى الضغوط . وتكونت عينة الدراسة من (324) فردا من الذكور من خريجي الجامعات ، وتراوح أعمارهم بين (24-35) سنة.

وأظهرت النتائج فروقا بين منخفضي الضغوط ومرتفعي الضغوط في الأعراض الاكتئابية لصالح مرتفعي الضغوط، وأن منخفضي الضغوط لديهم ارتفاع في المساندة الاجتماعية وأظهرت أن منخفضي المساندة الاجتماعية يكونون مرتفعين في الأعراض الاكتئابية .

13. دراسة عبد الرزاق، (1998)

هدفت الدراسة إلى فحص دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية ، والتأكد من أن الضغوط الاقتصادية التي تعاني منها الاسر هي احد الأسباب الرئيسية في حدوث الخلافات الزوجية. وتكونت العينة من (100) من الذكور المتزوجين و (70) من الإناث المتزوجات بمتوسط عمري قدره (37.09) .

أظهرت الدراسة عدم وجود فروق بين الأزواج والزوجات في كل من إدراك المعاناة الاقتصادية والمساندة الاجتماعية، وأظهرت أن الزوجات أكثر إدراكا للخلافات الزوجية من الأزواج، وتبين أن المساندة الاجتماعية لها الأثر الملطف والمخفف للضغوط.

14. دراسة (على2000):

هدفت الدراسة لمعرفة دور المساندة الاجتماعية من الأسرة وجماعة الرفاق في تخفيف الصراعات النفسية لدى الطلاب المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية ودور المساندة الاجتماعية بالتحصيل الدراسي ، تكونت عينة الدراسة من مجموعتين احدهما تجريبية مكونة من (50) طالباً جامعياً مقيمين بالمدن الجامعية وعينة ضابطة مكونة من (50) طالباً مقيمين مع أسرهم.

أظهرت الدراسة بان التعامل الايجابي بمجموعة الطلاب المقيمين مع اسرهم والتعامل السلبي لمجموعة الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية وهذه الفروق كانت لصالح المجموعة التجريبية.

15دراسة (الشاعر 2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة جامعة الاقصى بغزة نحو المخاطرة و علاقتها بكل من المساندة الاجتماعية وقيمة الحياة لديهم. وتكونت عينة الدراسة من (600) طالب وطالبة بما يمثل (7%) من المجتمع الاصلي حيث كانوا (207) طلاب و (383) طالبة واستخدم مقياس الاتجاه نحو المخاطرة، ومقياس المساندة الاجتماعية ، ومقياس قيمة الحياة وهي من إعداد الباحث.

أظهرت النتائج ازدياد الاتجاه نحو المخاطرة بمعدل افتراضي (70%)، وأنه عند الذكور أعلى منه عند الاناث ، وأنه عند طلبة كلية الآداب أعلى منه عن باقي الكليات و أن هناك مستوى للاتجاه نحو المخاطرة لصالح طلبة المستوى الرابع على حساب المستويات الأخرى الأول والثاني والثالث ، وان هناك علاقة موجبة بين مستوى الاتجاه نحو المخاطرة وبين المساندة الاجتماعية حيث انه كلما زادت المساندة الاجتماعية زاد الاتجاه نحو المخاطرة.

16دراسة (دياب ، 2006):

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية كأحد العوامل الواقية من الأثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة ، والتأثير السلبي فـلأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين . تكونت عينة الدراسة من (550) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية وتراوح اعمارهم بين (15-19) سنة. وقد استخدم

الباحث استبانة الصحة النفسية، واستبانة المساندة الاجتماعية، واستبانة الأحداث الصادمة، وقد قام بتقنين هذه الأدوات على البيئة الفلسطينية.

وأظهرت الدراسة أن الفلسطينيين يتعرضون لأنماط متعددة من الأحداث الصادمة، وإن هناك علاقة عكسية بين درجات الأحداث الصادمة التي تعرض لها المراهقون والمساندة الاجتماعية، وأن هناك فروقاً بين متوسط درجات منخفضي الأحداث الصادمة ومتوسط درجات مرتفعي الأحداث الصادمة بالنسبة لحجم المساندة الاجتماعية ؛ وكانت الفروق لصالح منخفضي الأحداث الصادمة، وتوصلت الدراسة الى انه كلما زادت الصحة النفسية زاد حجم المساندة الاجتماعية، وأنه توجد علاقة عكسية بين الصحة النفسية للمراهقين ودرجة الأحداث الصادمة وإن المساندة الاجتماعية عامل وسيط بين الأحداث الصادمة والصحة النفسية.

الفصل السادس: الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

1. منهج الدراسة .
2. اهداف الدراسة.
3. الحدود المكانية.
4. الحدود الزمانية.
5. عينة الدراسة.
6. أدوات البحث.
7. الخصائص السيكمترية لأدوات البحث.
8. الاساليب الاحصائية المستخدمة.

تمهيد:

تُعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات المنهجية بالدراسة الميدانية، فهي تُمكن الباحث من الوقوف على الإجراءات المنهجية، إضافة إلى تحديد المؤشرات والمتغيرات التي ترتبط بإشكالية دراسته وضبط فرضياتها خاصة وأنّ الدراسة الاستطلاعية تسمح للباحث باستطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة وكشف جوانبها وأبعادها، حيث أراد الباحث من خلال هذه الخطوة الوصول إلى مجموعة من الأهداف.

1. منهج الدراسة:

إن طبيعة الموضوع هي التي تحدد طبيعة المنهج المعتمد عليه، فالمنهج هو الطرق التي يتبعها الباحث من أجل الكشف عن الحقيقة، وهو كذلك مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول إلى حقيقة العلم واكتشاف الحقيقة واكتساب معارف جديدة حيث عرفها "موريس انجرس" على أنه مجموعة من الإجراءات والخطوات الدقيقة المتبناة من أجل الحصول على الحقائق.

وقد اعتمد الباحث في الدراسة على المنهج الوصفي لأنه يناسب الدراسة أكثر من غيره، فهو يقوم بوصف الظاهرة كما هي موجودة في الواقع وتفسيرها من أجل الوصول إلى استنتاجات تساهم في فهم هذا الواقع وتطويره، فهو يهتم بتحديد الظروف والعلاقات بين الأشياء في طبيعتها، إذ يعد من أكثر المناهج ملائمة للواقع الاجتماعي كسبيل لفهم الظواهر واستخلاص سماته، حيث يهدف إلى الوصف الدقيق ومتكامل للظاهرة أو المشكلة.

2. أهداف الدراسة الميدانية: اشتملت أهداف الدراسة على النقاط التالية:

1. الإلمام بالجانب النظري لوسائل جمع المعلومات.
 2. عرض أدوات الدراسة.
 3. ضبط المجتمع الأصلي ومن تم عينة الدراسة.
 4. ضبط طريقة المعاينة.
 5. اختبار طرق المعالجة الإحصائية.
3. الحدود المكانية: تم اجراء الدراسة عبر مناطق ولاية غليزان.
4. الحدود الزمانية: أجرى الباحث الدراسة الاستطلاعية في سنة 2021 بداية من شهر جانفي.
5. عينة الدراسة: يتكون عينة الدراسة من (101) فردا. الذكور عددهم (51) فردا، والانات عددهن (50).
6. أدوات البحث:

6-1 مقياس الصلابة النفسية: تقنين أ.د/ بشير معمري :

وهي أداة أعدها عماد محمد أحمد مخيمر العام 2002. تعطي تقديرا كميا صلابة الفرد النفسية، والأداة مكونة من 47 عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد، وتقع الإجابة على المقياس في ثلاثة مستويات.

موزعة على ثلاثة أبعاد هي: 1-الالتزام: وتقيسه 16 بندا. 2-التحكم وتقيسه 15 بندا،

وأضاف الباحث الحالي

إلى هذا البعد بندا واحدا وهو رقم 47 فصار عددها 16 بندا . 3-التحدي وتقيسه 16 بندا.

وصار عدد البنود كلها 48 بندا في القائمة النهائية. يجاب عنها بأسلوب تقريرى، وتصحح

إجابات المفحوصين ضمن أربعة بدائل هي: لا. قليلا. متوسطا. كثيرا.

وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين صفر إلى 144 درجة، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية.

والصلابة النفسية لها ثلاث أبعاد هي:

أ. الالتزام:

وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.

وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى أن الفرد أكثر

التزاما تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين.

ب. التحكم:

ويشير إلى مدى اعتقاد الفرد أنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل

المسؤولية الشخصية عما يحدث له، وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة

على هذا البعد إلى أن الفرد لديه تحكم واعتقاد في مسؤوليته الشخصية.

ت. التحدي:

وهو اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من تغير على الجوانب هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً له، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية. وهذا البعد يتكون من 16 عبارة، وتشير الدرجة المرتفعة على هذا البعد إلى اعتقاد الفرد بأن أي تغيير يطرأ على حياته إنما هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديد له، مما يساعده على المبادأة والاستكشاف والتحدي.

الجدول (01) توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة.

التحدي	التحكم	الالتزام
.....3	2	1
.....6	5	4
.....9	8	7
.....12	11	10
	..	
.....15	14	13
		
.....18	17	16
		
.....21	20	19
...		
.....24	23	22
...	..	

.....27 ...	26 ..	25 .
.....30 ...	29 ..	28 .
.....33 ...	32 ..	31 .
.....36 ...	35 ..	24 ..
.....39 ...	38 ..	37 ..
.....42 .	41 ..	40 ..
.....45 ..	44 ..	43 ...
.....48 ..	47	46
.....مجموع	مجموع	مجموع
الدرجة الكلية على الصلابة النفسية.....		

(عماد محمد أحمد مخيمر، 2002:21).

التصحيح:

كثيرا وتنال ثلاث درجات	متوسطا وتنال درجتين	قليلا وتنال درجة واحدة	لا وتنال صفرا
---------------------------	------------------------	---------------------------	------------------

صدق وثبات المقياس:

تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق:

-الصدق التمييزي:

عينة الذكور:

حجم العينة يساوي 26 مفحوص بواقع سحب (27%) من العينة الكلية (ن=95)،
لحساب هذا النوع من الصدق، باستخدام طريقة المقارنة الطرفية. كما هو موضح في
الجدول الآتي:

الجدول (02) توزيع قيم (ت) لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور.

قيمة ت	العينة الدنيا ن=26		العينة العليا ن=26		العينة المتغير
	ع	م	ع	م	
***24.71	3.43	23.67	2.24	43.44	الالتزام
***15.17	5.61	20.78	2.93	39.89	التحكم
***35.96	2.17	25.22	1.66	45	التحدي
***13.41	18.8	71.42	6.91	124.12	الدرجة الكلية

*** قيمة ت دالة احصائيا عند مستوى 0.01.

يتبين من قيم (ت) في الجدول رقم (02) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

عينة الاناث:

(من العينة الكلية (ن=95)، والنتائج %حجم العينة يساوي 26 مفحوصة بواقع سحب (27) مبينة في الجدول الآتي:

الجدول (03) توزيع قيم (ت) لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث.

قيمة ت	العينة الدنيا ن=26		العينة العليا ن=26		العينة المتغير
	ع	م	ع	م	
***17.64	2.27	29.07	2.27	40.36	الالتزام

التحكم	40	2.29	25.50	4.75	***13.81
التحدي	41.64	3.30	24.5	7.72	***10.20
الدرجة الكلية	125.93	5.84	72.61	11.53	***20.67

يتبين من قيم (ت) في الجدول رقم (03) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الاناث.

-الارتباطات بين أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية.

تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية والدرجات على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية.

الجدول (04) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على حساب الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية. ويمثل المثلث العلوي عينة الذكور ن=36، بينما يمثل المثلث السفلي عينة الإناث ن=45.

م	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية
الالتزام		***0.769	**0.829	**0.937
التحكم	**0.737		**0.736	**0.898
التحدي	**0.798	**0.594		**0.933
الدرجة الكلية	**0.938	**0.863	**0.889	

** دالة احصائيا عند مستوى 0.01.

النتائج:

تم حساب الثبات بطريقتين. حسب ما هو مبين في الجدول التالي.

الجدول (05) معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ.

نوع معامل الثبات	جنس العينات	حجم	معاملات
------------------	-------------	-----	---------

العينات	الثبات		
46	0.714**	ذكور	طريقة إعادة
49	0.721**	اناث	التطبيق
95	0.612**	ذكور واناث	(بعد 18 يوما)
46	0.823	ذكور	معامل ألفا
49	0.831	اناث	كرونباخ
95	0.826	ذكور واناث	

يتبين من معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها، أن قائمة الصلابة النفسية تتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما جعلها صالحة للإستعمال في ميدان البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي.

3.1 استبيان المساندة الأسرية:

- وصف المقياس : مقياس المساندة الأسرية من إعداد (الطالب الباحث) يتكون هذا المقياس من 10 عبارات و يحتوي على 7 بدائل يتراوح من 1 إلى 7.

-طريقة التصحيح : يتكون من 10 عبارات تشير إلى حاجات الفرد و رضاه على أشكال المساندة التي يتلقاها الشخص خلال أساليب المعاملة ، و يتطلب من المفحوص الإجابة على فقرات المقياس على ما يناسب و يعبر على مدى اكتفائه بهذه الأمور ، حيث تبلغ أعلى درجة من المساندة يحصل عليها العميل 70 و أقل درجة 10 و المتوسط الفرضي هو : 50

-العبارات:

- 1-عندما اكون في مشكلة اطلب المساعدة من والدي.
- 2-تشعرني اسرتي بارضا والقوة.
- 3-منذى صغري اتلقى قدر كبير من مساندة والدي.
- 4-اشعر بالراحة عندما الب المساندة من اسرتي.
- 5-يساعدني اخوتي واخواتي عندما احتاج الى المساندة.
- 6-اشعر بانني محل اهتمام اسرتي.

7-اسرتي تشارني مشكلاتي .

8-استشير بعض افراد اسرتي في اتخاذ قراراتتي.

9-تسال عني اسرتي اثناء غيابي عن البيت لمدة طويلة.

10-لاتهتم اسرتي بمشكلاتي.

-البدائل:

تتدرج الاجابات حسب البدائل من الدرجة 7 والتي تعبر عن مساندة قوية جدا الى مساندة ضعيفة جدا المعبر عنا بالدرجة 1.

- الخصائص السيكومترية:

الصدق : تم عرض المقياس على محكمين من أعضاء التدريس للكشف على وضوح العبارات و سلامة صياغتها و قد حازت فقراته على إجماع المحكمين.

صدق الاتساق الداخلي : استخدمت طريقة الاتساق الداخلي للتحقق من ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية من خلال حساب معامل الارتباط بيرسون

الجدول (06) يوضح معاملات الارتباط بين فقرات المقياس و الدرجة الكلية

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	*0.45	6	**0.61
2	**0.78	7	**0.52
3	**0.62	8	*0.48
4	**0.74	9	**0.61
5	**0.62	10	**0.61

(**) القيمة الجدولية عند مستوى الدالة 0.01 و درجة الحرية (28) تساوي 496.

(*) القيمة الجدولية عند مستوى الدالة 0.05 و درجة الحرية (28) تساوي 388.

النتائج:

تم حساب الثبات بالطرق التالية:

بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (0.86)، و بعد -التجزئة النصفية: التعديل باستخدام معامل سيبرمان براون أصبح (0.92) دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01).

بلغ معامل ثبات المساندة الأسرية بطريقة ألفا كرونباخ (0.77) و : طريقة ألفا كرونباخ- هذه المستويات تدل على درجة جيدة من الثبات تفي متطلبات الدراسة.

3.2 استبيان الخبرات الصادمة:

- وصف الإستبيان : إستبيان الخبرات الصادمة من إعداد (الطالب الباحث) يتكون هذا الإستبيان من 24 عبارة و يحتوي على 3 بدائل يتراوح من 0 إلى 2.
- طريقة التصحيح : يتكون من 24 عبارة تشير إلى الخبرات الصادمة التي تعرض إليها الأبناء، و يتطلب من المفحوص الإجابة على فقرات الإستبيان على ما يناسب حالته، وهذه الخانات هي (نعم، أحيانا، أبدا).

حيث (أبدا تأخذ علامة: 0 ، أحيانا تأخذ علامة: 1، نعم تأخذ علامة: 2) تبلغ درجات الخبرات الصادمة التي يتحصل عليها العميل بين 0 و 48 درجة. الاستبيان يتكون من ثلاثة أبعاد:

- البعد النفسي: وعبارته هي ابتداء من 1حتى العبارة رقم 8.
- بعد الأحداث: وعبارته هي ابتداء من 9حتى العبارة رقم 18.
- بعد المشاهدة: وعبارته هي ابتداء من 19حتى العبارة رقم 24.

	نعم	أحيانا	أبدا	
البعد النفسي				أتخيل صور وذكريات وأفكار عن خبرة صادمة.
				أتضايق من الأشياء التي تذكرني بما تعرضت له من خبرة صادمة.
				أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بحدث صادم.
				أجد صعوبة في ممارسة الأنشطة اليومية التي تعودت عليها قبل التعرض للخبرة الصادمة.
				أشعر بأن حياتي مهددة بالخطر.
				أعاني نوبات من التوتر والقلق كلما تذكرت الخبرة التي مررت بها.
				أصبحت أتوقع الأسوأ كلما تعرضت لموقف معين.

			أعاني الأرق كلما تذكرت خبرة صادمة.	
			تعرضت للضرب والإهانة .	بعد الأحداث
			تعرضت للإصابة الجسدية بسبب حادث مؤلم.	
			تعرضت للاختناق بالغاز في منزلي .	
			تعرضت لمحاولة اعتداء .	
			تعرضت لمحاولة سرقة	
			تعرضت للإصابة بالحروق.	
			أصبت بعيار ناري.	
			أصبت بمرض مزمن.	
			أجريت عملية استئصال.	
			أصبت بتشوه جسدي.	
			شاهدت تعذيب وإهانة أحد أفراد أسرتي	بعد المشاهدة
			شاهدت عملية إنقاذ الجرحى ونقل الموتى بعد القتل أو الحوادث .	
			شاهدت مباشرة دمار ناتج عن زلزال أو حريق.	
			شاهدت عملية قتل أو جثة قتيل .	
			تأثرت ب وفاة أحد المقربين.	
			مشاهدة حادث مرور مروع	

وتم دراسة صدق الاستبيان من خلال صدق المحتوى فقد عرض الطالب الباحث على بعض الأساتذة الجامعيين في تخصصات علم النفس، وطلب منهم بيان مدى صلاحية العبارات في قياس ما وضعت لقياسه. والحكم على سلامة صوغها ووضوحها، وبناء على ملاحظاتهم 85% جرى حذف العبارات التي لم تحظى بنسبة اتفاق.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتعرف على الخصائص السيكومترية للمقياس، قام الباحث بحساب معاملات الثبات والصدق للإستبيان، وذلك بحساب الصدق بطريقة صدق الاتساق الداخلي، وقد تم حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات الإستبيان والدرجة الكلية للإستبيان، وذلك لمعرفة مدى ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للإستبيان، كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول (7) معاملات الارتباط بين فقرات إستبيان الخبرات الصادمة للأبناء والدرجة الكلية للإستبيان

الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	.602**	.010	13	.452**	.010
2	.543**	.010	14	.508**	.010
3	.556**	0.01	15	.577**	0.01
4	.578**	0.01	16	.567**	.010
5	.531**	0.01	17	.530**	.010
6	.612**	0.01	18	.655**	.010
7	.656**	0.01	19	.493**	0.01
8	.460**	0.01	20	.467**	0.01
9	.600**	0.01	21	.471**	0.01
10	.625**	.010	22	.653**	0.01
11	.515**	.010	23	.500**	0.01
12	.497**	.010	24	.614**	0.01

** دالة إحصائية عند 0.01 * دالة إحصائية عند 0.05

يتبين من خلال الجدول السابق أن فقرات إستبيان الخبرات الصادمة للأبناء تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.01، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.45 – 0.65) وهذا يدل على أن الإستبيان وفقراته يتمتع بمعامل قوي.

معاملات الثبات للإستبيان:

للتحقق من معاملات الثبات للإستبيان قام الباحث بحساب الثبات بطريقتين وهما: طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

و بعد تطبيق الإستبيان تم احتساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات، حيث وجد أن قيمة ألفا كرونباخ للإستبيان الكلي يساوي 0.81 مما يدل أن الإستبيان يتمتع بمعامل ثبات مرتفع.

ثم تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم قسمة بنود المقياس إلى نصفين وكذلك بنود كل بعد إلى قسمين، حيث تم حساب معامل الارتباط بين مجموع فقرات النصف الأول ومجموع فقرات النصف الثاني للإستبيان وكذلك لكل بعد على حدة، فقد بلغ معامل ارتباط بيرسون للإستبيان الكلي 0.56، ومجال استخدام معادلة سبيرمان - براون المعدلة أصبح معامل الثبات (0.72)، مما سبق يتبين أن الإستبيان بفقراته يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، مما يشير إلى صلاحية الإستبيان، وبذلك اعتمد الباحث هذا الإستبيان كأداة لجمع البيانات وللإجابة على فروض وتساؤلات الدراسة.

8- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- تم استخدام عددا من الأساليب الإحصائية، وفق ما تقتضيه فرضيات الدراسة، مع Excel كما تم الاستعانة ببرنامج SPSS20 الاستعانة بالحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية بحيث استخدم في الدراسة:

- الجداول الإحصائية

- التكرارات

- المتوسط الحسابي: يستخدم في مجالات متعددة لوصف الظواهر، ويتم بجمع قيم

الملاحظات ومن ثم قسمة المجموع على عدد المشاهدات

- الانحراف المعياري: وهو الجذر التربيعي للتباين، ومن أهم استخداماته أنه يقيس التشتت

بين مشاهدات الدراسة، والتعرف على مدى توزع هذه المشاهدات بشكل طبيعي أم لا. وهو

متوسط انحراف القيم عن متوسطها الحسابي.

Independent t-test- اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.

- معامل الارتباط

الفصل السابع: عرض ومناقشة النتائج

1- عرض ومناقشة الفرضية الاولى

2- عرض ومناقشة الفرضية الثانية

3- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة

4- استنتاج عام

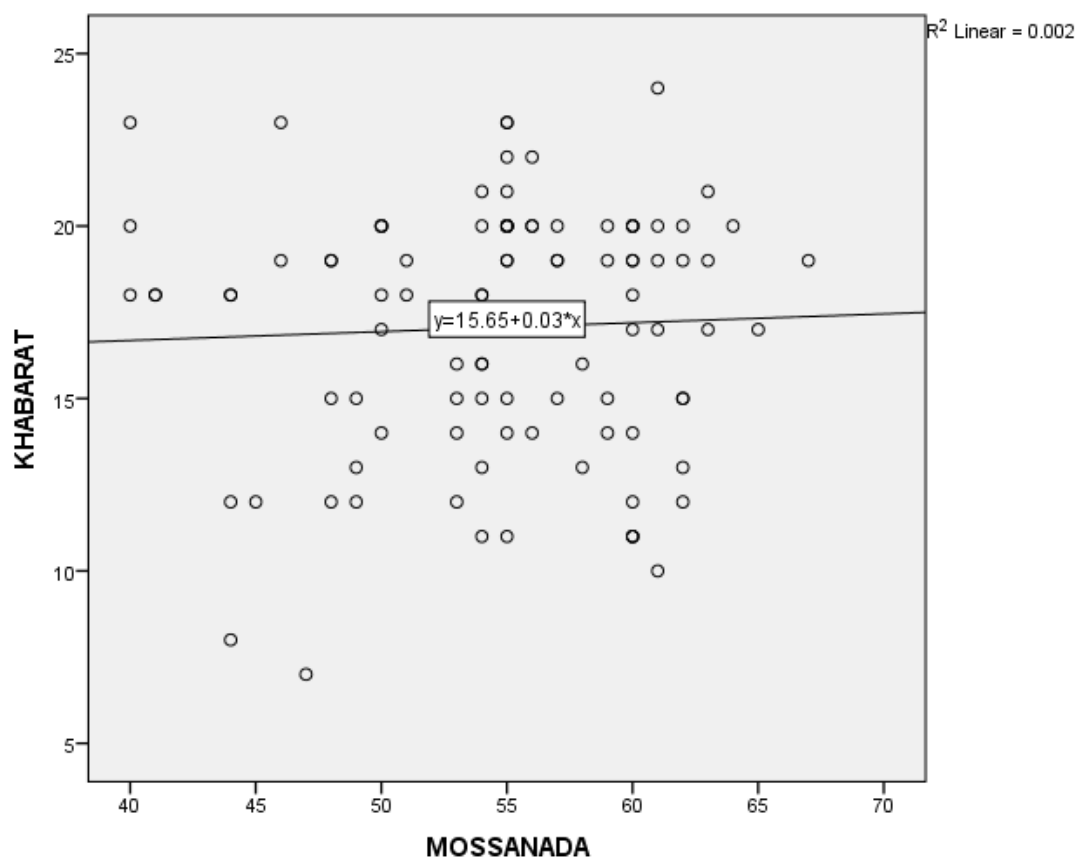
5- الخاتمة

6- الاقتراحات والتوصيات

- عرض النتائج ومناقشتها:

1- عرض ومناقشة الفرضية الاولى:

والتي نصها: توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها
لحساب العلاقة يجب التأكد من خطية العلاقة بين المتغيرين.



الشكل (01) رسم لوحة الانتشار بين متغيري مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة

من خلال رسم لوحة الانتشار يتبين أن العلاقة بين المتغيرين ليست خطية لذلك عند حساب العلاقة يجب تطبيق معامل إيتا النتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول (08) يبين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها

Directional Measures			Value
Nominal by Interval	Eta	KHABARAT Dependent	.596
		MOSSANADA Dependent	.554

بين المتغيرين بلغت (0,55). η^2 من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل الارتباط إيتا t ، حيث بلغت قيمة t ولمعرفة دلالتها الاحصائية تم تحويل قيمة معامل إيتا إلى قيمة (5,5). وهي دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01 لأن القيمة المجدولة عند درجة حرية (ن . 2 أي عند 99) تساوي 2,626 . بذلك يمكن القول أنه توجد علاقة بين المتغيرين المستقل والتابع دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0,01 وتحققت الفرضية الأولى .
بالتالي: توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.

و نفسر هذه النتيجة بأن الصلابة النفسية التي يتمتع بها الفرد تجعله أكثر صمود ومقاومة لأعباء الخبرات الصادمة وأشد واقعية وسيطرة وقدرة على تفسير الخبرات. وارتفاع مستوى الصلابة النفسية كلما زادت الخبرات الصادمة يدل على أن الصلابة النفسية تعمل كمغير مقاومة حيث تقلل من الضغوط الناتجة عن التعرض للخبرات الصادمة، وتزيد من استخدام الفرد لقدراته الشخصية والنفسية والاجتماعية تجاه تلك الخبرات الصادمة وتحول دون وصول الفرد لحالة اليأس والانهيـار. وكلما كان ادراك الفرد للاهتمام والحرية في التعبير والحب والاحترام والمناقشة من طرف الأسرة في مساندتها له كلما أصبح أكثر قدرة على المواجهة والصمود والتحدي والتحكم والسيطرة على انفعالاته.

ويتضح ذلك من أن الصلابة النفسية تخلق نمطا من الشخصية شديدة التحمل المقاومة للضغوط النفسية وتخفف من آثارها السلبية. وقد أيدت الدراسات السابقة التأثير الايجابي للصلابة النفسية للتخفيف من آثار الخبرات الصادمة ففي دراسة كوبازا: kobasa,1979

التي أظهرت أن الأشخاص الأكثر صلابة كانوا يتصفون بالصمود والسيطرة والمرونة والقدرة على المواجهة. هذا يتفق مع دراسة (حمادة وعبد اللطيف، 2002) والتي هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب جامعة الكويت والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب. حيث تكونت عينة الدراسة من (282) طالباً وطالبة منهم (70) من الذكور ، و (212) من الإناث ، وطبق على العينة مقياسان هما مقياس الصلابة النفسية من إعداد يونكن وبيتز 1996، ومقياس الرغبة في التحكم من تصميم بريجر وكوبر 1976 توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه إيجابية بين الصلابة النفسية والرغبة في التحكم داخل العينة الكلية ، وداخل عينة الذكور و الإناث كل على حده ، وأنه ليس هناك فروق دالة إحصائية على المقياسين تبعاً لمتغيرات الدراسة الأخرى وهي الحالة الاجتماعية وحول الدرجات والعمر وهذا كذلك ماتوصلت الي دراسة دراسة (أبوركبة، 2005) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والصحة النفسية ، وتحديد مستوى الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى أمهات أطفال متلازمة داون والكشف عن أثر بعض المتغيرات الديموغرافية على مستوى الصلابة النفسية عند الأمهات . بلغ عدد أفراد العينة (180) أما من الأمهات اللاتي يتابعن أطفالهن المصابين لمتلازمة داون في جمعية الحق بالحياة في غزة ، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية ، ومقياس الأعراض السيكوباتولوجية لقياس الصحة النفسية. حيث أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى عال من الصلابة النفسية والصحة النفسية ، وقد أظهرت

وجود علاقة ارتباطيه بين الصلابة النفسية والصحة النفسية لدى الأمهات ، وأن هناك فروقاً في مستوى الصلابة النفسية يعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالحاً للأمهات اللاتي أنهين التعليم الجامعي والثانوي والأساسي ، ولكل من عمر الأم و عمر الأطفال ، وجنس الطفل.ايضا جاءت دراسة (ثابت، وآخرون، 2007 حيث هدفت الدراسة لبحث أنواع وشدة الخبرات الصادمة للأطفال الذكور الذين فقدوا بيوتهم نتيجة الهدم ، ومعرفة مدى انتشار كرب ما بعد الصدمة و علاقته بالصدمة ، ومعرفة الصلابة النفسية في الأطفال وعلاقتها بالصدمة وكرب ما بعد الصدمة و المخاوف و تكونت عينة الدراسة من (45) طفلاً ومراهقا من العائلات التي هدمت بيوتها في الفترة الأخيرة في منطقة رفح ، وبيت حانون ، وتم تطبيق الاختبارات التالية : مقياس المخاوف، مقياس كرب ما بعد الصدمة ، مقياس الصلابة النفسية. توصلت الدراسة إلى متوسط تعرض الأحداث الصادمة عند الأطفال ، وقد تبين أن 15.6% يعانون بدرجة خفيفة من كرب ما بعد الصدمة ، وأن 62.2% يعانون بدرجة متوسطة في حين أن 20% يعانون بدرجة شديدة ، وأن متوسط الصلابة النفسية 99.5% ، وتبين الدراسة وجود علاقة طردية بين تعرض الأطفال للأحداث الصادمة ودرجة الاضطرابات النفسية الناتجة من ما بعد الصدمة ، و وجود علاقة عكسية بين درجات الصلابة النفسية ودرجات كرب ما بعد الصدمة.

كما ان الدراسة الحالية تعارضت مع كل من دراسة (راضي ، 2008) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الصلابة النفسية بكل من الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى

أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة عينة الدراسة حيث تكونت من (361) أمّاً من أمهات الشهداء وقد استخدمت الباحثة الأدوات التالية : استبانة الصلابة النفسية . واستبانة الالتزام الديني. واستبانة المساندة الاجتماعية. ومن نتائج الدراسة أن بلغ الوزن النسبي للصلابة النفسية لدى أمهات الشهداء (85.74) بلغ الوزن النسبي لدى أمهات الشهداء في المساندة الاجتماعية (87.48)، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الصلابة النفسية المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى في محافظات قطاع غزة ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية للشهيد (أعزب - متزوج ليس لديه أولاد -) ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير المستوى التعليمي للام (جامعي - ثانوي . إعدادي - ابتدائي - أمية) ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى تعزى لمتغير السكن ودراسة (الحجارودخان، 2006) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها ، وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى الطلبة ، وتكونت عينة الدراسة من (541) طالباً وطالبة وقد استخدم الباحثان استبيان لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ، واستبيان الصلابة النفسية لديهم، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الطلبة في مستوى الضغوط

النفسية والصلابة النفسية ، وأشار إلى أن مستوى الضغوط النفسية كانت (0562 %)
وأن معدل الصلابة النفسية (77.33 %) ، وقد بينت أن هناك فروقاً بين الطلبة في
مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجنس لصالح
الذكور ن و بينت في وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الأسرية
والمالية - تعزى لمستوى التخصص لصالح طلبة العلمي ، وعدم وجود فروق بين الطلبة
في مستوى الضغوط - عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجامعي لصالح
المستوى الرابع ، وأن هناك عدم وجود فروق بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا
المالية و الدرجة الكلية - تعزى المستوى الدخل الشهري .

2- عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

والتي نصها: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات
الصادمة في المساندة الأسرية.

**الجدول (09) نتائج الفروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة
الأسرية.**

المساندة الأسرية	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة المجدولة	مستوى الدلالة
الذكور	51	51.63	6.125	5.79	99	2,62	دالة
الإناث	50	57.78	4.381				إحصائياً عند 0.01

المحسوبة (5.79) (ت) قيمة أن أعلاه الجدول في عليها المتحصل النتائج خلال من يتضح
مستوى عند إحصائياً دالة حرية (99) فهي درجة عند أكبر من قيمة (ت) المجدولة (2,626)

المتحصل عليها توجد فروق ذات دلالة النتائج نسبة أن يؤكد ما (0.01) هذا دلالة إحصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية. لصالح الإناث بمتوسط أكبر قدره (57.78).

ونفسر هذه النتيجة بأن ذلك يرجع إلى طبيعة البنية النفسية والجسمية والقوة العاطفية لدى الإناث التي تحتم عليهن طلب المساندة وخاصة من الأسرة. والمساندة الأسرية تعتبر مصدرا مهما من مصادر الأمن التي تحتاجه الأنثى من محيطها وهذا النوع من المساندة الأسرية يقوي شخصية الأنثى ويجعلها أكثر تحملا وأكثر صلابة ومرونة. وذا ما يتفق مع دراسة (حسنين ، 2004)

هدفت الدراسة إلى محاولة توفير بعض الأفكار المتعلقة بموضوع الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل من أجل وضع برامج للأطفال والأسرة. بلغت عينة الدراسة (450) طفلا وطفلة تتراوح أعمارهم ما بين 12 - 10 سنة تم اختيارهم عشوائياً . استخدمت الباحثة الأدوات الآتية : اختبار الصدمة اختبار ضغوط ما بعد الصدمة PTSD اختبار المساندة الأسرية اختبار العصاب، اختبار روتر لقياس الصحة النفسية. أظهرت النتائج: أن هناك فروق بين الأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة والأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة قليلة بالنسبة لمستوى العصاب ، لصالحا للأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة ، أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الأطفال الذين تعرضوا لخبرات صادمة كثيرة والذين تعرضوا لخبرات صادمة قليلة بالنسبة لمستوى الصحة النفسية كذلك دراسة كوبازا وآخرون_ (Kobasa et al, 1982 _) هدفت الدراسة للتعرف على

المتغير السيكولوجي الذي يخفف من وقع الأحداث الصادمة على الصحة الجسمية والنفسية. حيث تكونت عينة الدراسة من (259) الذين يحتلون مواقع الادارة العليا والمتوسطة بمتوسط عمري (40) سنة، وتم استخدام مقياس هولمز وراهي لأحداث الحياة الضاغطة، ومقياس وايلر للأمراض بالاضافة الي مقياس الصلابة النفسية لمقياس الالتزام والتحكم والتحدي، وأظهرت نتائج الدراسة أن الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لا تخفف من وقع الأحداث الصادمة على الفرد فحسب، ولكنها تمثل مصدرا للمقاومة والصمود والوقاية من الاثر الذي تحدثه الأحداث الصادمة على الصحة الجسمية والنفسية ،و دراسة (دياب ، 2006) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية كأحد العوامل الواقية من الأثر النفسي الناتج عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة ، والتأثير السلبي فلأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين . تكونت عينة الدراسة من (550) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية وتراوحت اعمارهم بين (15-19) سنة. وقد استخدم الباحث استبانة الصحة النفسية، واستبانة المساندة الاجتماعية، واستبانة الأحداث الصادمة، وقد قام بتقنين هذه الأدوات على البيئة الفلسطينية.

وأظهرت الدراسة أن الفلسطينيين يتعرضون لأنماط متعددة من الأحداث الصادمة، وان هناك علاقة عكسية بين درجات الأحداث الصادمة التي تعرض لها المراهقون والمساندة الاجتماعية، وأن هناك فروقاً بين متوسط درجات منخفضي الأحداث الصادمة ومتوسط درجات مرتفعي الأحداث الصادمة بالنسبة لحجم المساندة الاجتماعية ؛ وكانت الفروق

لصالح منخفضي الأحداث الصادمة، وتوصلت الدراسة الى انه كلما زادت الصحة النفسية زاد حجم المساندة الاجتماعية، وأنه توجد علاقة عكسية بين الصحة النفسية للمراهقين ودرجة الأحداث الصادمة وان المساندة الاجتماعية عامل وسيط بين الأحداث الصادمة والصحة النفسية. كما تعارضت الدراسة الحالية مع دراسة (Smith et al 2002) هدفت الدراسة إلى تقييم آثار الحرب على الصحة النفسية للأطفال و معرفة أثر العنف خلال الحرب " البوسنية -الكرواتية في تطور كرب ما بعد الصدمة .تكونت عينة الدراسة من 2976 طفلاً تراوحت أعمارهم بين 9-14 سنة. أظهرت النتائج ارتفاع معدل كرب ما بعد الصدمة والحزن بشكل واضح ، معدلات القلق والاكتئاب كانت ضعيفة جدا ،وأظهرت ارتباطا مهما بين درجة التعرض للخبرات الصادمة والعمر حيث أظهر الأطفال الأكبر سنا مستوى أعلى من التعرض للخبرات الصادمة ،كذلك لم يكن هناك اختلاف مهم بين كلا الجنسين في درجة التعرض للخبرات الصادمة.وان الفروق بين الجنسين في مستوى الصلابة يرجع الى إلى طبيعة البنية النفسية والجسمية والقوة العاطفية لدى الاناث التي تحتم عليهن طلب المساندة وخاصة من الأسرة. والمساندة الأسرية تعتبر مصدرا مهما من مصادر الأمن التي تحتاجه الأنثى من محيطها وهذا النوع من المساندة الأسرية يقوي شخصية الأنثى ويجعلها أكثر تحملا وأكثر صلابة ومرونة.

3- عرض ومناقشة الفرضية الثالثة:

والتي نصها: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.

الجدول (10) نتائج الفروق بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.

مستوى الصلابة النفسية الجنس	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجة الحرية	قيمة المجدولة	مستوى الدلالة
الذكور	51	112.431	5.135	1.96	99	2,626	غير دالة
الإناث	50	113.96	5.356				إحصائية

يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول أعلاه أن قيمة (ت) المحسوبة (1.96) أقل من قيمة (ت) المجدولة (2,62) عند درجة حرية (99) فهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) هذا ما يؤكد أن نسبة النتائج المتحصل عليها تبين أنه: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية.

ونفسر هذه النتيجة بالرجوع إلى كون الأفراد من الجنسين يتعرضون تقريباً لنفس الأحداث وبنفس القوة. وكذلك بنفس الدرجة التي يتعرضوا لها المجتمع ككل. وكذلك ترجع هذه النتيجة إلى كون الأفراد محل الدراسة من نفس البيئة ومتعرضين تقريباً لنفس الخبرات وهذا ما يجعل الفروق بين الجنسين تكاد تنعدم.

وهذا بعكس ما جاءت به دراسة Thabet et al 2001 حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على أثاراً لأحداث الصادمة على الصحة النفسية للمرأة الفلسطينية ، والأطفال الفلسطينيين ، كما تفحص نتائج ما بعد الصدمة والعلاقة بين الصحة النفسية لكل من الأمهات والأطفال.

واستخدمت الدراسة عينة عشوائية طبقية من الأطفال بين سن (16-9) سنة من أطفال قطاع غزة، وكان عدد أفراد العينة (286) طفلاً. وقد استخدم مقياس الخبرات الصادمة لقطاع غزة، ومقياس الأعراض الناشئة بعد الصدمة للأطفال، ومقياس الصحة النفسية العامل للأمهات. واتفقت الدراسة مع دراسة (Smith et al 2002)

هدفت الدراسة إلى تقييم آثار الحرب على الصحة النفسية للأطفال و معرفة أثر العنف خلال الحرب البوسنية -الكرواتية في تطور كرب ما بعد الصدمة. تكونت عينة الدراسة من 2976 طفلاً تراوحت أعمارهم بين 14-9 سنة. أظهرت النتائج ارتفاع معدل كرب ما بعد الصدمة والحزن بشكل واضح ، معدلات القلق والاكتئاب كانت ضعيفة جداً ، وأظهرت ارتباطاً مهماً بين درجة التعرض للخبرات الصادمة والعمر حيث أظهر الأطفال الأكبر سناً مستوى أعلى من التعرض للخبرات الصادمة ، كذلك لم يكن هناك اختلاف مهم بين كلا الجنسين في درجة التعرض للخبرات الصادمة. وتوصلت الدراسة إلى أن الأطفال الذكور أكثر عرضة للأحداث الصادمة من البنات ، وأن 34.9% من الأطفال سجلت لديهم وجود تفاعلات غير طبيعية نتيجة للتعرض لضغوط ما بعد الصدمة . وتلعب الصحة النفسية للأمهات دوراً كبيراً في مدى الضغط الذي يمكن أن يعاني منه الطفل. وتعارضت مع دراسة (حجازي ، 2004) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة ما بين الخبرة الصادمة واضطراب ما بعد الصدمة وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى

، وكذلك التعرف على تأثير بعض المتغيرات كالجنس و العمر و حالة آباء أطفال العينة في أعراض الاضطراب ، وبعض سمات الشخصية (كالعصاب ، والقلق والاكتئاب ،والانبساط).
تكونت عينة الدراسة من ثلاث مجموعات وهي :أطفال شهداء انتفاضة الأقصى من سن- (9-14)سنة. الأطفال اليتامى العاديين .الأطفال العاديين غير اليتامى .وكان قوام العينة (176) طفلاً: . تكون أدوات الدراسة من : مقياس سمات شخصية الطفل من "إعداد الباحث مقياس الخبرة الصادمة -اضطراب ضغوط ما بعدا لصدمة " PTSD إعداد برنامج غزة للصحة النفسية.

وكانت النتائج كالتالي :عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأطفال الذين يقيمون في محافظة غزة وباقي محافظات القطاع بالنسبة للخبرات الصادمة ، توجد فروق بين الذكور والإناث بالنسبة لدرجة الخبرات الصادمة والفروق كانت لصالح الذكور ، وجود علاقة طردية متوسطة بين درجة الخبرات الصادمة والعمر ووجدت علاقة طردية ضعيفة بين درجة الخبرات الصادمة ودرجة اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ،يوجد فروق في الخبرات الصادمة تبعاً لحالة آباء الأطفال حيث زاد متوسط الخبرة الصادمة لدى الأطفال الذين آباؤهم شهداء ومتوفون بالنسبة للأطفال الذين آباؤهم أحياء .

-استنتاج عام:

من خلال كل ماسبق من مناقشة نتائج الدراسة القائمة على الفرضيات التالية :
انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مستوى الصلابة النفسية للأبناء و الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.

وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في المساندة الأسرية.

وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين المتعرضين للخبرات الصادمة في مستوى الصلابة النفسية تم التوصل الى مايلي:

أن الصلابة النفسية التي يتمتع بها الفرد تجعله أكثر صمود ومقاومة لأعباء الخبرات الصادمة وأشد واقعية وسيطرة وقدرة على تفسير الخبرات. وارتفاع مستوى الصلابة النفسية كلما زادت الخبرات الصادمة يدل على أن الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة حيث تقلل من الضغوط الناتجة عن التعرض للخبرات الصادمة، وتزيد من استخدام الفرد لقدراته الشخصية والنفسية والاجتماعية تجاه تلك الخبرات الصادمة وتحول دون وصول الفرد لحالة اليأس والانهييار. وكلما كان ادراك الفرد للاهتمام والحرية في التعبير والحب والاحترام والمناقشة من طرف الأسرة في مساندتها له كلما أصبح أكثر قدرة على المواجهة والصمود والتحدي والتحكم والسيطرة على انفعالاته.

ويتضح ذلك من أن الصلابة النفسية تخلق نمطا من الشخصية شديدة التحمل المقاومة للضغوط النفسية وتخفف من آثارها السلبية. وقد أيدت الدراسات السابقة التأثير الايجابي للصلابة النفسية للتخفيف من آثار الخبرات الصادمة ،اما نتائج الفرضية الثالثة يمكن ان نفسر نتيجتها إلى كون الأفراد من الجنسين يتعرضون تقريبا لنفس الأحداث وبنفس القوة. وكذلك بنفس الدرجة التي يتعرضوا لها المجتمع ككل. وكذلك ترجع هذه النتيجة إلى كون الأفراد محل الدراسة من نفس البيئة ومتعرضين تقريبا لنفس الخبرات وهذا ما يجعل الفروق بين الجنسين تكاد تنعدم.

الخاتمة والتوصيات:

إن الصلابة النفسية تبني درع وميكانيزم دفاع نفسي للفرد يساعده على التكيف مع مجمل أحداث الحياة الضاغطة والصعبة، كما أنها تساهم في تنشئة شخصية شديدة الاحتمال تستطيع مقاومة الضغوط والظروف الصعبة.

و الفرد بطبعه دائما يسعى لتجاوز مختلف الأزمات النفسية، إذ انه من المتوقع ارتفاع مستوى الصلابة النفسية بارتفاع درجة التعرض للخبرات الصادمة. و كذلك فإن المساندة الأسرية التي يتلقاها الأبناء، ليس بغريب عن الأسرة الجزائرية في التعاضد والتكافل الاجتماعي.

إن التأثير الايجابي للمساندة الأسرية في تعزيز الصحة النفسية للفرد كون المساندة تعتبر من أهم مصادر الصحة النفسية للفرد.

كما أن المساندة الأسرية عند ظهور ضغوط نفسية نتيجة خبرات صادمة مؤلمة تلعب دورا هاما في إشباع الحاجة للأمن النفسي، وتخفف من مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة وذات اثر في تخفيف حدة الأعراض النفسية .مع القيام بدور الحماية أو الوقاية من الدور السلبي الذي تقوم به الأحداث والمواقف السلبية التي يتعرض لها الأبناء . ويرى الباحث أن المساندة الأسرية للأبناء تقوي من الصحة النفسية لديهم، كما تقوي الصلابة النفسية عند الأبناء من الأمراض والاضطرابات النفسية جراء الخبرات الصادمة التي تعرضوا إليها.

من خلال الإطار النظري والدراسات السابقة، وفي ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، فإن الباحث يقدم بعض التوصيات التي من شأنها ان تفيد القائمين على رعاية المجتمع بشكل عام:

- تفعيل دور المساندة الأسرية للأبناء المتعرضين للخبرات الصادمة والعمل على تقوية الصلابة النفسية لديهم.

- الإحاطة والاطلاع وإنشاء برامج هادفة تحويها المؤسسات الاجتماعية والإعلامية لتعزيز الصلابة النفسية والمساندة الأسرية عند الأبناء بغية الحصول على مجتمع متماسك وقوي من الصحة النفسية.
- إشراك الأبناء المتعرضين للخبرات الصادمة في برامج وأنشطة ترفيهية تثقيفية تهدف إلى إعادة الأمن النفسي لديهم.
- ضرورة اهتمام المؤسسات الاجتماعية بالأسرة والتربية.
- ضرورة تكوين أخصائيين يهتمون خاصة بمجال التدخل في حالات الصدمات النفسية وبناء برامج علاجية من أجل التكفل بمثل هذه الفئات.
- ضرورة عمل بحوث تقييمية للمؤسسات الاجتماعية ومعرفة مدى قدرتها على خدمة المجتمع.
- الاهتمام بالتربية الأسرية والتأكيد على دور المساندة الأسرية للأبناء.

المراجع

المراجع:

- القرآن الكريم.
- الحديث الشريف.
- المراجع العربية:
- ثابت، عبد العزيز، و أبو طواحينة، أحمد، والسراج، اياد (2007). تأثير هدم البيوت على الصحة النفسية للأطفال الذكور والصلابة النفسية في قطاع غزة، مجلة شبكة العلوم النفسية، 1(15).
- حجازي، هاني(2004). الخبرات الصادمة وعلاقتها ببعض أعراض الاضطراب وبعض السمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى"، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .
- الحواجري، أحمد محمد (2003).مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من آثار الصدمة النفسية لدى طلبة التعليم الأساسي في محافظة غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة. فلسطين.
- خير بك، رشا (2008). الصلابة النفسية لدى العراقيين بعد الحرب "اضطراب ما بعد الصدمة"، دراسة ميدانية على العراقيين في دمشق ، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق.
- عبد اللطيف، حمادة (2002).الصدمة النفسية ، الطبعة الأولى. الكويت: مجلس النشر العلمي..
- علي، علي (1997).المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العملات المتزوجات ،دراسة نفسية ، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، 7(2)،
- مخيمر ، عماد(1997). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. المجلة المصرية للدراسات النفسية ، 7(17).

- أبو سميحة، تغريد (2006): "الصلابة النفسية وعلاقتها بالعنف الإسرائيلي لدى المرأة الفلسطينية في ظل انتفاضة الأقصى بقطاع غزة"، رسالة ماجستير منشورة، جامعة الأقصى - البرنامج المشترك، غزة.
- أبو ندى، عبد الرحمن (2007): "الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- أبو هين، فضل (1997): "العنف والصدمات النفسية وآثارها على الوضع النفسي للأطفال"، دراسة للصحة النفسية فلسطين، كلية التربية الحكومية، غزة.
- حجازي، هاني (2004): "الخبرات الصادمة وعلاقتها ببعض أعراض الاضطراب وبعض السمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- حسنين، عائدة (2004): "الخبرات الصادمة والمساندة الأسرية وعلاقتها بالصحة النفسية للطفل"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الحفني، عبد المنعم (1995): "المعجم الموسوعي للتحليل النفسي"، مكتبة مدبولي، القاهرة.
- حمادة، لولوه، وعبد اللطيف، حسن (2002): "الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة"، مجلة دراسات نفسية، المجلد الثاني عشر، العدد الثاني، ص 229-272.
- الحواجري، أحمد محمد (2003): "مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من آثار الصدمة النفسية لدى طلبة التعليم الأساسي في محافظة غزة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الخواجا، جاسم (1997): "تأثير الصدمات على الحالة النفسية للكوييتيين الذين عاشوا في مصر خلال الغزو العراقي للكويت"، دراسات نفسية، المجلد السابع، العدد الرابع، القاهرة، ص 641-650.

-خيربك، رشا (2008): "الصدمات النفسية لدى العراقيين بعد الحرب -اضطراب ما الصدمة"، دراسة ميدانية على العراقيين في دمشق، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق، www.nesasy.org.

-دوتيش، هيلين (د. ت): "محاضرات في التحليل النفسي والعصاب"، (ترجمة: فرج أحمد فرج)، مكتبة الأنجلو الفرنسية، القاهرة. www.nesasy.org

-دياب، مروان (2006): "دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

-راضي، زينب (2008): "الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

-الرفاعي، عزة (2003): "الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، القاهرة.

-السرسي، أسماء، وعبد المقصود، أماني (1998): "مقياس المساندة الاجتماعية"، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

-الشاعر، درداح (2005): "اتجاهات طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة نحو المخاطرة وعلاقتها بكل من المساندة الاجتماعية وقيمة الحياة لديهم"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس بمصر بالتعاون مع جامعة الأقصى بغزة.

-شعت، ناضل (2005): "تأثير الصدمة النفسية في تطور كرب ما بعد الصدمة والحزن بين الأطفال"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس بالتعاون مع كلية الصحة العامة، فلسطين.

-العتيبي، غازي (2001): "اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وأثره على الدافعية للإنجاز والتوجه المستقبلي لدى عينة من الشباب الكويتي"، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق، مصر.

- علوان، نعمات وصالح، عايدة (2007): "الأحداث الصادمة وعلاقتها ببعض المشكلات السلوكية لدى أطفال الرياض بمحافظة غزة"، جامعة الأقصى، غزة.
- علي، عبد السلام علي (2000): "المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية"، مجلة علم النفس، العدد الثالث والخمسون، السنة الرابعة عشر، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة، ص 6-22.
- علي، عبد السلام علي (2000): "المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها العاملات المتزوجات"، مجلة دراسات نفسية، المجلد السابع، العدد الثالث، ص 203-232.
- غانم، محمد حسن (2002): "المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات الإيواء واسر طبيعية"، مجلة دراسات عربية في علم النفس، المجلد الأول، العدد الثالث، ص 35-89.
- فايد، حسين محمد (1998): "الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والأعراض الاكتئاب"، مجلة دراسات نفسية، المجلد الثامن، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ص 155-192.
- فرويد، أنا (1980): "الأنا وميكانيزمات الدفاع"، (ترجمة: صلاح مخيمر، وعبد رزق)، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- فرويد، سيجموند (1989): "الموجز في التحليل النفسي"، (ترجمة: سامي محمود علي، وعبد السلام الخفاش) دار المعارف، القاهرة.
- مجموعة من الباحثين (1991): "الصدمة النفسية: علم نفس الحروب والكوارث"، (إشراف: محمد أحمد النابلسي)، دار النهضة العربية، بيروت.

-محمد، جيهان (2000): "دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل"، رسالة ماجستير منشورة، جامعة القاهرة.

-مخيمر، عماد (1996): "إدراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة"، مجلة دراسات نفسية، المجلد السادس، العدد الثاني، ص 275_299.

-مخيمر، عماد (1997): "الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد السابع، المجلد السابع.

-عباس، موسى ضرام (2010): "الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير الناقد لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية"، مجلة المثنى لعلوم التربية الرياضية، مجلد 1، العدد 1.

-عبد المطلب، عبد القادر (2017): "الصلابة النفسية وعلاقتها بالاضطرابات الجسمية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى معلمين التعليم المتوسط لدولة الكويت"، مجلة الطفولة العربية، العدد 74.

-عبدلي، خالد (2012): "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية على عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين"، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، مكة المكرمة.

-الكيلاني، يسرى (2015): "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب التدبر لدى طلاب جامعة الأردن ممن عانوا من فقدان العلاقة الحميمة، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس، جامعة الأردن.

-نائف علي أيوب، الصلابة النفسية، دار المعرفة الجامعية للنشر والتوزيع، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية، 2019.

- الاطروحات ورسائل الماجستير:

-أبو ندى عبد الرحمان، "الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى جامعة الأزهر بغزة"، 2007، رسالة الماجستير، جامعة غزة، غزة.

- شابي حليلة ونوورية أمل، "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى الطالبات المقيمات"، 2018، مذكرة مقترحة لنيل شهادة الماستر في علم النفس الاجتماعي، جامعة 8 ماي 1945، قالة، الجزائر.

- زينب، نوفل أحمد راضي "الصلابة النفسية لدى أمهات انتفاضة الأقصى"، 2008، رسالة ماجستير، كلية التربية، غزة، فلسطين.

-محمد، محمد عودة، "الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة"، 2010، رسالة استكمالاً لمتطلبات نيل درجة الماجستير في علم النفس، كلية التربية بالجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

-سعيد فاتح "الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي"، دراسة ميدانية، مستشفى الحكيم سعدان، بسكرة، الجزائر.

-فتيحة خنفر "الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط النفسي لدى الطالب الجامعي"، 2014، دراسة ميدانية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.

-راضي زينب، "الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات"، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، 2008.

-علي حارث "الصلابة النفسية وعلاقتها بإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية"، أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه تخصص: الإرشاد التربوي بجامعة عمار ثلجي، 2019.

-خالد بن محمد بن عبد الله "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية"، أطروحة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي بجامعة أم القرى، 2012.

ثالثاً: المراجع الأجنبية:

- Abu Rukba, R (2005): "The relationship between psychological hardiness and mental health among mothers of children with downs syndrome", **Master research-** College of public health Gaza.
- Allen, L. Santrock, J. (1993): "**Psychology. W. M. C, Brown communication**", Inc.
- American Psychiatric Association (1994): "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)". **(4th Ed.) Washington, D.C.: A.P.A. Author.**
- Baker, A. M (1990): "The PSYCHOLOGICAL impact of the Intifada on Palestinian Children in the occupied West Bank Gaza", **American Journal of Psychiatry**, 60, p 496-505.
- Beregman, C. S, Plomi, R, Pederson, N. L, &, Mcclean, G.E(1991): "Genetic mediation of the relationship between social support and psychological well-being", **Psychology and Aging**, Vol. 6, No. 4, pp 640-646.
- Clark. L. M and Hartman, M. (1996): "Effects of hardiness and appraisal on the psychological distress and physical of caregivers to elderly relatives", **Research on aging**, Vol. 18, No. 1, pp 379-402.
- Collins Clarla, B. (1992): "Hardiness as stress resistance resource", **Pell paper presented at the Annual meeting of American Psychological.**
- .10Cozzi, L (1991): "The influence of Hardness stress and social support on A Achievement Among Urban commuter students", **Distraction Abstract International**, Vol. 52, p 2339.
- De- wilde, E, et al (1994): "Social support, life events, and behavioral characteristic of psychologically depressed adolescents", **Journal of Adolescence**, Vol. 29, No. 113, pp 49-60.
- Folkman, S. &, Judith, M (2000): "Positive Affect and the other Sido of coping", **American Psychologist**, June, Vol 55, No 6, pp 647- 656.

- Ganellen, R. J, & Blamey, P. H (1984): "Hardiness and social support as maderators of the effects of life stress", **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 47, (1), pp 156-163.
- Ganllen, R. Blaney, P. (1984): "Hardiness and social support as moderators of effects of live stress", **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 74, No. 1; pp 156-163.
- Gerson, M. (1998): "**The relationship between hardiness, coping skills and stress in gradnate students**", UMI Published doctoral dissertation, Adler school of professional psychology.
- Holahan, G. Ja Moose R. H (1987): "Personal and Contextual Determinates of Coping Strategies", **Journal of Personality and Social Psychology**, 52, (2), pp 945-955.
- Holahan, C, & Moos, R (1985): "Life stresses and health personality, coping, and family support in stress resistance", **Journal of Abnormal psychology**, Vol. 4, (3), pp 739-747.
- Holahan, C, & Moos, R (1990): "Life stresses, resistance factors, and psychological health: An extension of the stress resistance paradigm", **Journal of Personality and Social Psychology**, 58, (5), pp 909-917.
- King, K. (1991): "Life events, stress and coping strategies of secondary school students in Hong Kong- an exploratory study". <http://www.fed.cugd.ed.hk/ceric/Cuma/911kkwong>.
- Kobasa, S, & Pucceti, M (1983): "Personality and social Resources in stress Resistance", **Journal of Abnormal psychology**, Vol. 45, No. 4, pp 839-880.
- Kristopher, S. L. (1996): "The relationship of hardiness efficacy and locus of control to work motivation of student teachers", **Dissertation abstract international**, Vol. 153, No. 8, p 3463.
- Lazarus, R (2000): "Toward Better Research on stress and coping", **American Psychologist**, Vol 155, No 6, pp 665-673.

- Lefcourt, Herbert, M. et al (1984): "**Locus of control and social support: interactive moderators of stress**", Vol. 47, No. 2, pp 378- 389.
- Lefcourt, H. M, Martin, R. A, & Saleh, W. E (1984):" Locus of control and social support: Interactive moderators of stress". **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 74, No. 2, pp 378-389.
- Lonigan, C. J, et al (1991): "Children's reaction to natural disaster, symptom and degree of exposure". **Advance in Behavior in Research and Therapy**, 13, pp 135_154.
- Maddi, S, & Kobasa, D. M (1994): "Hardiness and Mental health". **Journal of Personality Assessment**, Vol. 63, No. 2, pp 265-274.
- Maddi, S.R. Wadhwa, P, & Haier, R. J (1996): "Relationship of hardiness to alcohol drug use in adolescents", **American Journal of Drug and Alcohol Abuse**, Vol. 122, No. 2, pp 247-257.
- Mattson, N. T, & Ivancevich, J. M (1987): "**Controlling work stress effective human resource and management strategies**", London, Jossey-Bass publishers.
- Mitchell, E. J (1989):" The Relationship Between Hardiness Level and Coping Strategies Among Baccalaureate", **Nursing Students**, DAI 27/02, P 258.
- Ross, P, & Cohen, S. C (1987): "Sex roles and social support as moderators of life stress adjustment", **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 52, No. 5, pp 570-585.
- Russell, D. W, & Cutrona, C. E (1991): "Social support, stress, and depression among the elderly: test of the process model", **Psychology and Aging**, Vol. 6, No. 2, pp 190-201.
- Sadock, B. & Sadock, V (2000): "Comprehensive Text Book of Psychiatry", **seven edition, Lippincott Williams & Wilkins, USA**, pp 1461_1478.

- Shields, N. (2001): "Stress, active coping, and academic performance among persisting and non-persisting college students", **Journal of applied biobehavioral research**. Vol. 6, No. 3, pp 65-81.
- Smith, T. W, &, Allerd, K. D (1989):" The Hardy personality cognitive and physiological to Evaluative Threat", **Journal of Abnormal psychology**, Vol. 50, No. 1, pp 257-266.
- Spielberger, Charles D (1966): "Anxiety in Behavior", **Academics press**. New york. P946
- Taylor, &, Shaunna, L (1995): "An analysis of a relaxation stress control program in an Alternative Elementary school", **Dissertation abstracts International**, Vol. 35-50, p 1402.
- Terr, Lenore, C (1991): "Childhood Traumas", **American Journal of Psychiatry** 148, 1, January 1991, pp 10-19.
- Thabet, A (1996):" Notes in General Psychiatry", **1st ed. Gaza**, pp 73-78.
- Thabet, A, Abed, Y, and Vostanos, (2001): "The Effect of Trauma on Mental Health OF Palestinian women and their Children, Gaza", **Eastern Mediterranean Health Journal**, Vol. 7, pp 413-421.
- Turner, F (1999): "**Adult Psychopathology, second edition**", the free press, New York, pp 638 658.
- Wenar, C. & Kerig, p (2000): "Developmental Psychopathology: from infancy through adolescence", **fourth ed, New York: Mc Graw-hill, Inc**, pp 185-188.
- Wiebe, D. J (1991): "Hardiness and stress moderation, A Test proposed mechanism", **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 60, No. 1, pp 89-99.
- Williams, P. G, Wiebe, D. J, &, Smith, T. W (1992): "Coping processes as mediators of Relationship between hardiness and health", **Journal of Behavioral Medicine**, Vol. 15, No. 3, pp 237-255.

- Zone, J.B. and Rodewalt, F. (1989):" Appraisal of life change, depression and illness in hardy and non-hardy woman", **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 56, No. 1, pp 81-88.
- Abdulbagi Ahmed, 1997, **Childhood Trauma as a vulnerability Factor**, Health and Human Rights, P 447.
- Abu Hein Fadel, **The status of Palestinian Children under a state of Political suffocation**, 1997, Gaza Community Mental Health and Human Rights Conference P 452.
- American Psychiatric Association, 1994, **Diagnostic and statistical manual of mental disorder**, Fourth Edition.
- Barber Brain, 1997, **Palestinian Children and Adolescents During and after the Intifada**, Health and Human Rights, P 466.
- Duarte esgalhado: Barbara, 1995, **creating play environment war zones**.
- Eitinger, L. (1973), **Mental disease among refugees in Norway after old war**, in C.A. Zwingmann and P fisher- ammende, (Eds) uprooting and after, New York, Springer-Verlag.
- Freud, Burlingham, **children And War**, Medical Books, London.
- Graph James 1997, **Mental Health and Human Rights**, Health and Human Rights Conference.
- Huntington Ray and Chadwick Bruce, 1995, Education, **Employment, Religiosity and Changing sex Roles**, Rehabilitation and Community Development, P 291
- Kassab Aida, Qouta Samir, 1997, **Trauma Dynamics in children**, Gaza Community Mental Health and Human Rights conference P 501.
- Khamis. Vivan, 2000, **Political violence and Palestinian Family**, London.
- Mccann Lisa Laurie man Anne Pearl, 1990, **Trauma and Adult Survivor**, New York.

- Noursi Samia, 1995, **Maternal Ideas and Child Rearing Practices of Boys and Girls Across Three Generations of Palestinians**, Rehabilitation and Community Development, P 333.
- Qouta Samir, 2001, **Trauma, Mental Health**, Palestine
- Qouta samir, 2003, **Prevalence and Determinants of PTSD among Palestinian children exposed to military violence**, European child & adolescent psychiatry.
- Raasoch John and Abu Hein Fadel, 1995, **Comparison Israeli Families Anxiety from Scud Missiles Versus Palestinian families, Anxiety since the Intifada**, Rehabilitation and Community Development Conference.
- Sansur Michael, 1995, **Palestinian Women and Mental Health**, Rehabilitation and Community Development, P 184.
- Thabet, Abdel Aziz, 1997, **Post Traumatic Stress Reactions in Children of War**, Health & Human Rights conference, P 526.

الملاحق

1-مقياس الخبرات الصادمة

العبارات	نعم	أحياناً	أبداً
أتخيل صور وذكريات وأفكار عن خبرة صادمة.			
أتضايق من الأشياء التي تذكرني بما تعرضت له من خبرة صادمة.			
أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بحدث صادم.			
أجد صعوبة في ممارسة الأنشطة اليومية التي تعودت عليها قبل التعرض للخبرة الصادمة.			
أشعر بأن حياتي مهددة بالخطر.			
أعاني نوبات من التوتر والقلق كلما تذكرت الخبرة التي مررت بها.			
أصبحت أتوقع الأسوأ كلما تعرضت لموقف معين.			
أعاني الأرق كلما تذكرت خبرة صادمة.			
تعرضت للضرب والإهانة .			
تعرضت للإصابة الجسدية بسبب حادث مؤلم.			
تعرضت للاختناق بالغاز في منزلي .			
تعرضت لمحاولة اعتداء.			
تعرضت لمحاولة سرقة			
تعرضت للإصابة بالحروق.			
أصبت بعيار ناري.			
أصبت بمرض مزمن.			
أجريت عملية استئصال.			
أصبت بتشوه جسدي.			
شاهدت تعذيب وإهانة أحد أفراد أسرتي			
شاهدت عملية إنقاذ الجرحى ونقل الموتى بعد القتل أو الحوادث .			
شاهدت مباشرة دمار ناتج عن زلزال أو حريق.			
شاهدت عملية قتل أو جثة قتيل .			
تأثرت بوفاة أحد المقربين.			
مشاهدة حادث مرور مروع			

2- مقياس المساندة الاسرية

- 1- عندما اكون في مشكلة اطلب المساعدة من والدي.
- 2- تشجعني اسرتي بارضا والقوة.
- 3- منذى صغري اتلقى قدر كبير من مساندة والدي.
- 4- اشعر بالراحة عندما الب المساندة من اسرتي.
- 5- يساعدني اخوتي واخواتي عندما احتاج الى المساندة.
- 6- اشعر بانني محل اهتمام اسرتي.
- 7- اسرتي تشارني مشكلاتي .
- 8- استشير بعض افراد اسرتي في اتخاذ قراراتتي.
- 9- تسال عني اسرتي اثناء غيابي عن البيت لمدة طويلة.
- 10- لاتهتم اسرتي بمشكلاتي

3- تقنين قائمة الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية

أ. د. بشير معمرية

قسم علم النفس جامعة الحاج لخضر - باتنة

أعد هذه القائمة عماد محمد أحمد مخيمر 2002. تتكون في الأصل من 47 بنداً، موزعة على ثلاثة أبعاد هي: (1) الالتزام وتقيسه 16 بنداً. (2) التحكم وتقيسه 15 بنداً، وأضاف الباحث الحالي إلى هذا البعد بنداً واحداً وهو رقم 47، فصار عددها 16 بنداً. (3) التحدي وتقيسه 16 بنداً. وصار عدد البنود في القائمة كلها 48 بنداً، يجاب عنها بأسلوب تقريرى، وتصحح إجابات المفحوصين ضمن أربعة بدائل هي: لا وتتنال صفراً. قليلاً وتتنال درجة واحدة. متوسطاً وتتنال درجتين. كثيراً وتتنال ثلاث درجات. وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظرياً بين: صفر - 144. وارتفاع الدرجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

الخصائص السيكومترية لقائمة الصلابة النفسية.

الصدق والثبات على العينة المصرية

بالنسبة للصدق، تم حساب الارتباطات بين كل بند والدرجة الكلية على الاستبيان على عينات من طلاب وطالبات جامعة الزقازيق منهم 35 ذكراً، 45 أنثى تراوحت أعمارهم بين 19 - 24 سنة، وتراوحت

معاملات الارتباط بين 0.22 - 0.72. وكل معاملات الارتباط دالة إحصائية عند مستوى 0.01، ومستوى 0.05 وحسب كذلك معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية فجاءت معاملات الارتباط لبعد الالتزام يساوي 0.75، ولبعد التحكم 0.82، ولبعد التحدي 0.60. (عماد محمد أحمد مخيمر، 2000، 19 - 21). وحسب كذلك الصدق التلازمي مع استبيان يقيس قوة الأنا فبلغ معامل الارتباط بينهما 0.75 وهو دال إحصائياً همد مستوى 0.01. (عماد محمد أحمد مخيمر، 2000، 23) أما الثبات فاكتفى بحساب معامل ألفا فجاء يساوي 0.69 لبعد الالتزام، 0.76 لبعد التحكم، 0.72 لبعد التحدي، 0.75 للدرجة الكلية. (عماد محمد أحمد مخيمر، 2000، 22).

تقنين قائمة الصلابة النفسية على البيئة الجزائرية

عينة التقنين

تكونت عينة التقنين من 392 فرداً؛ منهم 191 ذكور و 201 إناث. تراوحت أعمار عينة الذكور بين 15 - 50 سنة. بمتوسط حسابي قدره 21.64 سنة، وانحراف معياري قدره 6.14 سنة. وتراوحت أعمار الإناث بين 15 - 40 سنة. بمتوسط حسابي قدره 20.73 سنة، وانحراف معياري قدره 4.78 سنة. وتم سحب العينتين (الذكور والإناث) من تلاميذ وتلميذات مؤسسات التعليم الثانوي بولاية باتنة، ومن كليات جامعة الحاج لخضر - باتنة، وشملت الطلبة والموظفين والأساتذة، ومن مراكز التكوين المهني والتكوين شبه الطبي بمدينة باتنة.

تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية، من قبل الباحث شخصياً. واستغرقت عملية التطبيق شهور جانفي فيفري ومارس 2011.

الصدق والثبات على عينة هذه الدراسة

الصدق

تم حساب معامل الصدق بثلاث طرق:

(1) الصدق التمييزي

عينة الذكور

لحساب هذا النوع من الصدق، تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية. حيث تمت المقارنة بين عينتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الذكور، حجم كل عينة يساوي 26 مفحوص بواقع سحب 27 % من العينة الكلية (ن = 95).

والجدول رقم (1) يبين قيم "ت" لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الذكور.

المتغير	العينة العليا = 26		العينة الدنيا - 26		قيمة "ت"
	م	ع	م	ع	
الالتزام	43.44	2.24	23.67	3.43	*** 24.71
التحكم	39.89	2.93	20.78	5.61	*** 15.17
التحدي	45	1.66	25.22	2.17	*** 35.96
الدرجة الكلية	124.12	6.91	71.42	18.8	*** 13.41

*** قيمة "ت" دالة إحصائية عند مستوى 0.001

يتبين من قيم "ت" في الجدول رقم (1) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الذكور.

عينة الإناث

تمت المقارنة كذلك بين عینتين تم سحبهما من طرفي الدرجات لعينة الإناث، حجم كل عينة يساوي 26 مفحوصة بواقع سحب 27 % من العينة الكلية (ن = 95).

والجدول رقم (2) يبين قيمت لدلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين لعينة الإناث.

المتغير	العينة العليا = 26		العينة الدنيا - 26		قيمة "ت"
	م	ع	م	ع	
الالتزام	40.36	2.27	29.07	2.27	*** 17.64
التحكم	40	2.29	25.50	4.75	*** 13.81
التحدي	41.64	3.30	24.5	7.72	*** 10.20
الدرجة الكلية	125.93	5.84	72.61	11.53	*** 20.67

*** قيمة "ت" دالة إحصائية عند مستوى 0.001

يتبين من قيم "ت" في الجدول رقم (2) أن القائمة تتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين في الصلابة النفسية. مما يجعلها تتصف بمستوى عال من الصدق لدى عينة الإناث.

(2) الصدق الاتفاقي

لحساب هذا النوع من الصدق، تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية مع استبيان الالتزام الشخصي (جمال السيد تقاحة، عبد المنعم عبد الله حسيب، 2002، 306 - 307). واستبيان المساندة الاجتماعية،

إعداد: السيد إبراهيم السمدوني. (فهد بن عبد الله الربيعه، 1997، 40). واستبيان سلم السعادة. (هيثر سامرز، آن واتسون، 2006، 3-5). واستبيان الدافعية إلى الإنجاز. (عبد اللطيف محمد خليفة، 2006). وقائمة الدافع إلى الإنجاز. (محمود عبد القادر محمد، 1977). وقائمة الثقة بالنفس (فريح عويد العنزي، 1999).

ويبين الجدول رقم (3) معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية وكل من الالتزام الشخصي، المساندة الاجتماعية، سلم السعادة، الدافع إلى الإنجاز (خليفة)، الدافع إلى الإنجاز (عبد القادر)، الثقة بالنفس (العنزي).

المتغيرات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الصدق
قائمة الصلابة النفسية	الالتزام	ذكور	0.791 **
	الشخصي	إناث	0.698 **
		ذكور وإناث	0.733 **
	المساندة الاجتماعية	ذكور	0.504 **
		إناث	0.119
		ذكور وإناث	0.309 **
	سلم السعادة	ذكور	0.775 **
		إناث	0.615 **
		ذكور وإناث	0.657 **
الدافع إلى الإنجاز (خليفة)	الإنجاز	ذكور	0.926 **
		إناث	0.459 *
		ذكور وإناث	0.644 **
الدافع إلى الإنجاز (عبد القادر)	الإنجاز	ذكور	0.855 **
		إناث	0.506 *
		ذكور وإناث	0.674 **
الثقة بالنفس (العنزي)	الثقة بالنفس	ذكور	0.473 **
		إناث	0.693 **
		ذكور وإناث	0.558 **

**** دالة إحصائية عند مستوى 0.01.**

يتبين من معاملات الصدق الاتفاقي في الجدول رقم (3) أن قائمة الصلابة النفسية تتصف بمعاملات صدق مرتفعة.

(3) الارتباطات بين أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية

تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية والدرجات على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية. ويبين الجدول رقم (4) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للقائمة والدرجات على الأبعاد الثلاثة الصلابة النفسية. ويمثل المثلث العلوي عينة الذكور $n = 36$ ، بينما يمثل المثلث السفلي عينة الإناث $n = 45$.

م	الالتزام	التحكم	التحدي	الدرجة الكلية
الالتزام	–	** 0.769	** 0.829	** 0.937
التحكم	** 0.737	–	** 0.736	** 0.898
التحدي	** 0.798	** 0.594	–	** 0.933
الدرجة الكلية	** 0.938	** 0.863	** 0.889	–

**** دالة إحصائية عند مستوى 0.01**

(4) الصدق التعارضي

ولحساب الصدق التعارضي، تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية مع استبيان التشاؤم (أحمد محمد عبد الخالق، 2000، 51). وقائمة اليأس/ بيك (بدر محمد الأنصاري، 2001، 165). ويبين الجدول رقم (5) معاملات الارتباط بين قائمة الصلابة النفسية ومتغيري التشاؤم واليأس.

المتغيرات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الصدق
قائمة الصلابة النفسية	ذكور	53	** 0.566
	إناث	51	** 0.542
	ذكور وإناث	104	** 0.478
اليأس (بيك)	ذكور	53	** 0.612
	إناث	51	** 0.600
	ذكور وإناث	104	** 0.551

**** دالة إحصائية عند مستوى 0.01.**

يتبين من معاملات الصدق التعارضي في الجدول رقم (5) أن قائمة الصلابة النفسية تتصف بمعاملات صدق مرتفعة.

الثبات

تم حساب الثبات بطريقتين.

(1) طريقة إعادة تطبيق الاختبار.

(2) معامل ألفا.

ويبين الجدول رقم (6) معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق وطريقة حساب معامل ألفا كرونباخ.

نوع معامل الثبات	جنس العينات	حجم العينات	معاملات الثبات
طريقة إعادة التطبيق (بعد 18 يوما)	ذكور وإناث	95	0.612 **
الذكور	46	0.714 **	
الإناث	49	0.721 **	
معامل ألفا كرونباخ	ذكور وإناث	95	0.826 **
الذكور	46	0.823 **	
الإناث	49	0.831 **	

**** دالة إحصائية عند مستوى 0.01**

يتبين من معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها، أن قائمة الصلابة النفسية تتميز بشروط سيكومترية مرتفعة على عينات من البيئة الجزائرية، مما يجعلها صالحة للاستعمال بكل اطمئنان، سواء في مجال البحث النفسي أو مجال التشخيص العيادي.

طريقة تطبيق القائمة وتصحيحها وتقدير درجة المفحوص

تم تطبيق قائمة الصلابة النفسية في الحصص الدراسية، سواء لطلاب الجامعة أم لطلاب التكوين المهني. أما بالنسبة للموظفين فقد أجابوا على الاستبيانات في مكاتبهم. وكان عدد المفحوصين في كل تطبيق يتراوح بين 12 و 32 فردا. ممل جعل الباحث يتحكم في العملية من حيث مراقبته لفهم أفراد العينة لتعليمات القائمة وطريقة الإجابة عن بنودها. وكان يطلب منهم أن يسجلوا إجاباتهم بكل اهتمام وجدية، لأن ذلك سيفيد في صدق وموضوعية هذه الدراسة. وكان الوقت المستغرق في كل جلسة للإجابة على

قائمة الصلابة النفسية والاستبيانات التي طبقت معها لحساب الصدق الاتفاقي والتعارض والتثبات، يتراوح بين 3 - 30 دقيقة.

وتنص التعليمات على أنه عند الإجابة على القائمة، يطلب من المفحوص أن يضع علامة X تحت واحد من الاختيارات الأربعة السابقة، وذلك حسب انطباق مضمون العبارة عليه. أما بالنسبة لطريقة تصحيح القائمة، فقد سبقت الإشارة إلى أنها تتكون من 30 بنداً، يجب عنها ضمن أربعة بدائل أو اختيارات هي: لا وتتنال صفراً، قليلاً وتتنال درجة واحدة، متوسطاً وتتنال درجتين، كثيراً وتتنال ثلاث درجات. وبالتالي تتراوح درجة كل مفحوص نظرياً بين صفر (لا وجود للصلابة النفسية) و 144 (ارتفاع الصلابة النفسية). أما الدرجات الفعلية فقد تراوحت عند عينة الذكور بين 33 - 144 درجة. وعند الإناث تراوحت بين 66 - 138 درجة.

وبين الجدول رقم (7) توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة.

التحدي	التحكم	الالتزام
..... 3	 2	 1
..... 6	 5	 4
..... 9	 8	 7
..... 12	 11	 10
..... 15	 14	 13
..... 18	 17	 16
..... 21	 20	 19
..... 24	 23	 22
..... 27	 26	 25
..... 30	 29	 28
..... 33	 32	 31
..... 36	 35	 34
..... 39	 38	 37
..... 42	 41	 40

43	44	45
46	47	48
مجموع	مجموع	
الدرجة الكلية على الصلابة النفسية		

(عماد محمد أحمد مخيمر، 2000، 21).

مجالات استعمال الاستبيان

بطبيعة الحال، يعتبر البحث النفسي المجال الأول لاستعمال قائمة الصلابة النفسية. أما بالنسبة لاستعمالها كأداة تشخيص، فإنه من الممكن جداً أن تستعمل كأداة تشخيص في إطار علم النفس الإيجابي، خاصة إذا قام بذلك شخص متدرب على تشخيص الصلابة النفسية خاصة، وله خبرة جيدة في التشخيص النفسي وفي القياس النفسي.

المعايير*

1) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

1- تم حساب المتوسط الحسابي بالمعادلة التالية:

$$م = \frac{\text{مجموع}}{ن}$$

م = المتوسط الحسابي، مجموع = س، الدرجة = ن = عدد أفراد العينة.

2- تم حساب الانحراف المعياري بالمعادلة التالية:

$$ع = \frac{\text{مجموع}^2}{ن} - م^2$$

ع = الانحراف المعياري، مجموع = س، الدرجة = ن = عدد أفراد العينة، م = المتوسط

الحسابي.

عينة الذكور

* تستعمل الدرجات المعيارية الثانية في مقارنة درجة فرد بغيره ممن في مثل جنسه أو سنه أو مستواه التعليمي. ولكنها لا تستعمل إطلاقاً في حال إجراء البحوث، حيث تستعمل الدرجات الخام التي حصل عليها المفحوصون على أدوات القياس التي أجابوا عن بنودها.

الجدول رقم (8) يبين العمر وحجم العينة والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجة الكلية ودرجات الأبعاد الفرعية.

الجنس	المدة العمري	حجم العينة	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	50 – 15	191	الالتزام	33.25	7.68
			التحكم	30.42	7.67
			التحدي	34.67	7.84
			الدرجة الكلية	100.14	19.63
إناث	40 – 15	201	الالتزام	34.51	4.97
			التحكم	33.07	6.62
			التحدي	33.40	8.28
			الدرجة الكلية	105.84	14.97

(2) الدرجات المعيارية التائية

تم حساب الدرجات المعيارية التائية بالمعادلة التالية:

$$\text{الدرجة المعيارية التائية} = 50 + 10 * \frac{س - م}{ع}$$

س = الدرجة، م = المتوسط الحسابي، ع = الانحراف المعياري، 10 انحراف معياري جديد، 50 متوسط حسابي جديد.

عينة الذكور

يبين الجدول رقم (9) الدرجات الخام والدرجات المعيارية التائية لعينة الذكور ن = 191.

درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية
4	1	40	19	76	38	111	56
5	2	41	20	77	38	112	56
6	2	42	20	78	39	113	57
7	3	43	21	79	39	114	57
8	3	44	21	80	40	115	58
9	4	45	22	81	40	116	58
10	4	46	22	82	41	117	59
11	5	47	23	83	41	118	59
12	5	48	23	84	42	119	60
13	6	49	24	85	42	120	60
14	6	50	24	86	43	121	61
15	7	51	25	87	43	122	61
16	7	52	25	88	44	123	62
17	8	53	26	89	44	124	62
18	8	54	26	90	45	125	63
19	9	55	27	91	45	126	63
20	9	56	27	92	46	127	64
21	10	57	28	93	46	128	64
22	10	58	28	94	47	129	65
23	11	59	29	95	47	130	65
24	11	60	29	96	48	131	66
25	12	61	30	97	48	132	66
26	12	62	30	98	49	133	67

67	134	49	99	31	63	13	27
68	135	50	100	31	64	13	28
68	136	50	101	32	65	14	29
69	137	51	102	32	66	14	30
69	138	51	103	33	67	15	31
70	139	52	104	33	68	15	32
70	140	52	105	34	69	16	33
71	141	53	106	34	70	16	34
71	142	53	107	35	71	17	35
72	143	54	108	35	72	17	36
72	144	55	109	36	73	18	37
		55	110	36	74	18	38
				37	75	19	39

عينات الإناث

يبين الجدول رقم (10) الدرجات الخام والدرجات المعيارية التائية لعينة الإناث ن = 201.

درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية	درجة خام	درجة تائية
33	1	61	20	89	39	117	57
34	2	62	21	90	39	118	58
35	3	63	21	91	40	119	59
36	3	64	22	92	41	120	59
37	4	65	23	93	41	121	60
38	5	66	23	94	42	122	61
39	5	67	24	95	43	123	61
40	6	68	25	96	43	124	62
41	7	69	25	97	44	125	63
42	7	70	26	98	45	126	63
43	8	71	27	99	45	127	64
44	9	72	27	100	46	128	65
45	9	73	28	101	47	129	65
46	10	74	29	102	47	130	66
47	11	75	29	103	48	131	67
48	11	76	30	104	49	132	67
49	12	77	31	105	49	133	68
50	13	78	31	106	50	134	69
51	13	79	32	107	51	135	69
52	14	80	33	108	51	136	70
53	15	81	33	109	52	137	71
54	15	82	34	110	53	138	71
55	16	83	35	111	53	139	72

73	140	54	112	35	84	17	56
73	141	55	113	36	85	17	57
74	142	55	114	37	86	18	58
75	143	56	115	37	87	19	59
75	144	57	116	38	88	19	60

تحديد مستويات الصلابة النفسية

حدد الباحث أربع مستويات الصلابة النفسية مستعملا الدرجات الخام والدرجة المعيارية الثانية كما

يلي:

عينة الذكور

يبين الجدول رقم (11) الدرجات الفاصلة لتحديد مستويات الصلابة النفسية لعينة الذكور ن =

191.

الدرجة الكلية الخام	الدرجة المعيارية الخام	مستويات المساندة الاجتماعية
81 - 4	40 - 1	الصلابة النفسية منخفضة
120 - 82	60 - 41	الصلابة النفسية متوسطة
144 - 121	72 - 61	الصلابة النفسية مرتفعة

عينة الإناث

يبين الجدول رقم (12) الدرجات الفاصلة لتحديد مستويات الصلابة النفسية لدى عينة الإناث ن =

201.

الدرجة الكلية الخام	الدرجة المعيارية الخام	مستويات المساندة الاجتماعية
91 - 33	40 - 1	الصلابة النفسية منخفضة
121 - 92	60 - 41	الصلابة النفسية متوسطة
144 - 122	75 - 61	الصلابة النفسية مرتفعة

الملحق

قائمة الصلابة النفسية

عماد محمد أحمد مخيمر 2002

الجنس العمر
المهنة
المستوى التعليمي
التخصص التعليمي

تعليمات

فيما يلي مجموعة من العبارات تتحدث عن رؤيتك لشخصيتك وكيف تواجه المواقف والضغوط في الحياة. اقرأ كل عبارة منها وأجب عنها بوضع علامة X تحت كلمة لا أو قليلا أو متوسطا أو كثيرا. وذلك حسب انطباق العبارة عليك. أجب عن كل العبارات.

العبارات	لا	قليلا	متوسطا	كثيرا
1- مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي.				
2- أتخذ قراراتتي بنفسى ولا تملئ عليّ من مصدر خارجي.				
3- أعتقد أن متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.				
4- قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه.				
5- عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها.				
6- أفتحم المشكلات لحلها ولا انتظر حدوثها				
7- معظم أوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة.				
8- نجاحي في أمور حياتي يعتمد على جهدي وليس على الصدفة والحظ.				

....				9- لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد.
....				10- أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله.
....				11- أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا.
....				12- أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تتطوي على تحديات والعمل على مواجهتها.
....				13- لدي مبادئ وقيم التزم بها وأحافظ عليها.
....				14- أعتقد أن الشخص الذي يفشل يعود ذلك إلى أسباب تكمن في شخصيته.
....				15- لدي القدرة على التحدي والمثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة تواجهني.
....				16- لدي أهداف أتمكك بها وأدافع عنها.
....				17- أعتقد أن الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي.
....				18- عندما تواجهني مشكلة أتحداه بكل قواي وقدراتي.
....				19- أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي.
....				20- أنا من الذين يرفضون تماما ما بالحظ كسبب للنجاح يسمى
....				21- أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات.
....				22- أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
....				23- أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي.
....				24- عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
....				25- أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد.

....				26- أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
....				27- أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على حلها.
....				28- اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسي.
....				29- أعتقد أن العمل السيء وغير الناجح يعود إلى سوء التخطيط.
....				30- لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
....				31- أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يفيد أسرتي أو مجتمعي.
....				32- أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي.
....				33- أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.
....				34- أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث.
....				35- أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم.
....				36- إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.
....				37- إن الحياة التي نتعرض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها.
....				38- إن النجاح الذي أحققه بجهدى هو الذي أشعر معه بالمتعة والاعتزاز وليس الذي أحققه بالصدفة.
....				39- أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة
....				40- أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر إلى مساعدتهم
....				41- أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث
....				42- أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية
....				43- أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك

....				44- أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية
....				45- إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح
....				46- أبقى ثابتاً على مبادئ وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف
....				47- أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث
....				48- أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.

4-درجات المقاييس:

						مهما كانت الصعوبات التي تعترضني فإنني أستطيع تحقيق أهدافي
						أأخذ قراراتي بنفسى ولا تملئ على من مصدر خارجى
						أعتقد ان متعة الحياة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.
						قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لمبادئه وقيمه
						عندما اضع خطتي المستقبلية اكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها
						أقترح المشكلات لحلها ولا انتظر حدوثها.
						معظم اوقاتي استثمرها في أنشطة ذات معنى وفائدة
						نجاحي في امور حياتي يعتمد على جهدي وألأ على الصدفة والحظ.
						لدي حب الاستطلاع ورغبة في معرفة الجديد.
						أعتقد ان لحياتي هدفا ومعنى اعيش من اجله.
						أعتقد أن الحياة كفاح وعمل وليست حظا وفرصا
						أعتقد أن الحياة التي ينبغي أن تعاش هي التي تنطوي على تحديات والعمل على مواجهتها
						لدي قيم ومبادئ التزم بها واحافظ عليها.
						أعتقد ان الشخص الذي يفشل يعود ذلك الى اسباب تكمن في شخصيته.
						لدي قدرة على التحدي و المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني
						لدي أهداف أتمسك بها وأدافع عنها
						أعتقد ان الكثير مما يحدث لي هو نتيجة تخطيطي
						عندما تواجهني مشكلة اتحداها بكل قواي وقدراتي
						أبادر بالمشاركة في النشاطات التي تخدم مجتمعي
						أنا من الذين يرفضون تماما ما يسمى بالحظ كسبب للنجاح
						أكون مستعدا بكل جدارة لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغيرات
						أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
						أعتقد أن العمل وبذل الجهد يؤديان دورا هاما في حياتي
						عندما أنجح في حل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
						أعتقد أن الاتصال بالآخرين ومشاركتهم انشغالاتهم عمل جيد
						أستطع التحكم في مجرى امور حياتي.
						أعتقد ان مواجهه المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على حلها.
						اهتمامي بالأعمال والأنشطة يفوق بكثير اهتمامي بنفسى
						أعتقد أن العمل السيء و غير الناجح يعود إلى سوء التخطيط
						لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.
						أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي.
						أعتقد أن تأثيري قوي على الأحداث التي تقع لي
						أبادر في مواجهه المشكلات لانني اثق في قدرتي على حلها.
						أهتم بما يحدث حولي من قضايا وأحداث

							أعتقد أن حياة الناس تتأثر بطرق تفكيرهم وتخطيطهم لأنشطتهم			
							إن الحياة المتنوعة والمثيرة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي			
							إن الحياة التي نعترض فيها للضغوط ونعمل على مواجهتها هي التي يجب أن نحياها			
							إن النجاح الذي أحققه بجهدتي هو الذي أشعر معه بالمتعة والإعزاز وليس الذي أحققه بالصدفة			
							أعتقد أن الحياة التي لا يحدث فيها تحد هي حياة مملة			
							أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر إلى مساعدتهم.			
							أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري لي من أحداث			
							أتوقع التغيرات التي تحدث في الحياة ولا تخيفني لأنها أمور طبيعية			
							أهتم بقضايا أسرتي ومجتمعي وأشارك فيها كلما أمكن ذلك			
							أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والظروف الخارجية.			
							إن التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.			
							أبقى ثابتا على مبادئتي وقيمي حتى إذا تغيرت الظروف			
							أشعر أنني أتحكم فيما يحيط بي من أحداث			
							أشعر أنني قوي في مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			
							الفرد			
							العبارات من 48-1			
2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1
2	2	3	3	2	1	2	1	2	3	2
1	3	2	2	3	3	2	3	1	1	2
3	2	2	3	3	2	1	1	3	3	3
3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1
3	2	3	3	1	1	3	2	3	3	2
1	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3
3	1	3	2	1	2	1	2	3	3	2
2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2
3	2	2	1	3	3	2	1	3	1	3
3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	1
2	3	1	2	3	2	3	2	2	1	3
2	3	3	1	3	1	2	3	2	3	1
1	2	2	3	3	2	2	3	1	2	2
3	1	1	3	2	3	1	3	3	2	3
2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1
1	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3
3	3	1	2	3	2	1	3	3	3	3
2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	3
1	2	3	3	3	2	2	3	1	3	2
3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2
3	2	3	1	2	3	3	2	3	2	1
3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	1
3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2

2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3
2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	2
3	1	1	2	3	1	3	1	2	2	1
3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	1
2	1	2	2	3	1	3	2	2	3	2
2	2	3	1	3	2	1	3	2	3	3
3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3
3	1	3	3	2	3	1	2	3	1	2
3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
2	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2
2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	1
2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3
2	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3
3	2	1	3	1	3	3	2	3	2	2
2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3
3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	1
3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	1
1	1	1	3	3	2	3	3	1	1	1
3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3
2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2
3	2	3	2	1	1	2	3	1	2	2
3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3
3	3	2	3	2	3	1	3	1	2	1
3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3
3	3	2	1	2	3	3	2	1	2	2
3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1
2	1	1	2	3	1	2	3	3	3	3
2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3
2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
3	2	3	1	3	1	3	2	3	2	3
2	1	1	3	3	3	3	2	2	3	2
3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1
3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1
2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1
3	1	3	1	2	3	3	2	3	2	3
1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2
3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3
3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3
3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2
2	3	2	3	2	2	3	2	1	3	2
2	2	3	1	2	3	3	2	1	2	3
3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3

1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2
2	1	1	2	3	1	2	3	3	3	1
2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1
2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	2
3	2	3	1	3	1	2	2	3	3	3
2	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3
3	3	3	1	2	2	3	1	3	3	2
3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2
2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1
3	3	2	3	2	3	2	1	2	3	3
3	2	3	1	2	1	2	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3
2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1
3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3
2	3	3	1	2	1	3	2	2	1	2
3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3
3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3
3	2	3	2	1	1	3	3	3	3	2
2	2	3	3	3	3	1	2	3	2	2
2	3	2	1	1	2	3	3	2	2	1
3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	3
1	2	3	1	1	3	2	3	2	2	2
3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	1
2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3
3	1	3	2	3	3	1	2	3	1	2
1	3	3	3	3	3	2	1	1	3	1
3	1	2	2	2	3	3	3	3	1	3
2	3	2	3	1	2	1	1	2	3	3
2	1	3	2	2	2	3	3	2	1	3
3	2	2	3	3	3	1	1	3	2	2
2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3
مقياس المساندة الأسرية										
	7	6	6	7	5	7	7	6	6	5
	7	7	6	6	7	7	6	5	5	4
	5	6	6	7	7	6	5	6	6	7
	7	4	7	5	5	7	5	7	7	6

	5	7	5	7	7	5	7	7	6	5
	5	5	7	7	5	7	7	6	5	6
	7	7	7	5	5	5	5	6	5	5
	5	5	5	7	5	5	5	5	6	6
	5	7	5	5	7	7	7	5	7	7
	4	5	5	7	7	7	5	7	7	6
	7	7	5	5	5	5	7	7	6	5
	4	5	5	5	5	7	5	5	5	5
	3	7	5	7	7	5	5	6	6	4
	5	5	7	7	5	7	5	7	7	7
	5	5	5	5	7	5	7	7	6	6
	4	5	7	7	5	7	7	6	5	7
	5	7	7	5	5	5	5	3	5	6
	4	5	5	7	5	4	3	4	5	6
	4	7	5	5	7	5	4	3	4	5
	3	5	5	7	7	5	4	3	3	4
	7	4	7	5	5	7	5	7	7	6
	5	7	5	7	7	5	7	7	6	5
	5	5	7	7	5	7	7	6	5	6
	7	7	7	5	5	5	5	6	5	5
	5	5	5	7	5	5	5	5	6	6
	5	7	5	5	7	7	7	5	7	7
	4	5	5	7	7	7	5	7	7	6
	7	7	5	5	5	5	7	7	6	5
	4	5	5	5	5	7	5	5	5	5
	3	7	5	7	7	5	5	6	6	4
	5	5	5	5	7	5	5	6	5	6
	5	5	7	5	5	7	7	7	5	7
	5	4	5	5	7	7	7	6	7	7
	5	7	7	5	5	5	5	7	7	6
	7	4	5	5	5	5	7	6	5	5
	5	3	7	5	7	7	5	5	6	6
	7	5	5	7	7	5	7	5	7	7
	5	5	5	5	5	7	5	7	7	6
	7	4	5	7	7	5	7	7	6	5
	7	5	7	7	6	5	5	5	3	5
	5	4	6	6	7	5	4	3	4	5
	6	4	7	6	6	7	6	4	3	4
	7	4	7	6	6	7	5	7	7	6
	6	7	5	7	7	6	7	7	6	5
	6	6	7	7	6	7	7	6	5	6
	7	7	7	6	5	5	5	6	5	5
	6	6	6	7	5	6	6	5	6	6
	5	7	6	6	7	7	7	5	7	7
	4	6	6	7	7	7	6	7	7	6

	7	7	6	5	5	6	7	7	6	5
	4	6	5	6	6	7	6	5	5	5
	7	7	6	7	6	5	3	4	5	4
	6	7	6	7	6	7	7	7	6	6
	5	4	5	3	4	3	4	4	5	3
	5	7	6	5	7	6	7	5	6	6
	6	7	7	7	7	6	7	6	7	7
	7	7	6	5	5	6	7	7	6	5
	4	6	5	6	6	7	6	5	5	5
	3	5	5	5	5	6	5	6	6	4
	5	6	6	6	5	5	6	6	5	6
	6	5	5	6	6	5	5	5	5	7
	6	4	6	6	5	5	5	6	7	7
	5	5	5	6	5	5	6	5	7	6
	6	5	6	5	6	5	5	5	6	6
	5	4	5	3	4	3	4	4	5	3
	4	6	5	5	6	5	5	6	5	7
	5	5	5	6	5	5	5	3	5	6
	4	6	6	5	5	4	3	4	5	6
	4	5	6	6	5	6	4	3	4	5
	7	6	6	5	5	6	6	5	6	4
	5	5	6	6	5	5	5	5	7	6
	5	6	6	5	5	5	6	5	7	5
	6	5	6	5	5	6	5	5	6	6
	6	6	5	6	6	5	6	5	5	4
	6	5	6	5	6	5	3	4	5	5
	7	5	6	5	6	5	5	5	6	5
	5	4	5	3	4	3	4	4	5	4
	5	5	4	5	6	6	5	6	4	4
	5	5	5	6	6	5	5	6	6	6
	6	5	5	5	6	6	5	5	7	6
	5	4	5	3	4	3	4	4	5	3
	4	6	5	5	6	5	5	6	5	7
	5	5	5	6	5	5	5	3	5	6
	4	6	6	5	5	4	3	4	5	6
	4	5	5	4	5	6	6	5	6	4
	5	5	5	5	6	6	5	5	6	6
	5	4	6	6	5	5	4	3	4	5
	4	6	6	5	5	4	3	4	3	4
	4	5	6	6	5	6	4	4	3	3
	3	6	6	5	5	5	4	5	7	7
	7	4	5	6	6	5	5	5	7	6
	6	5	5	5	5	6	5	5	6	5
	6	6	5	5	6	5	5	5	6	5
	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4

	4	5	4	5	4	5	3	4	5	5
	7	5	4	5	4	5	5	5	4	5
	5	4	5	3	4	3	4	4	5	4
	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4
	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4
	5	5	5	6	6	5	5	6	6	6
	7	4	6	4	5	6	5	7	5	6
				مقياس الخبرات الصادمة						
أتخيل صور .	أتضايق	أتجنب	أجد صعوبة .	أشعر بالخطر .	أعاني القلق	أتوقع الأسوأ	أعاني الأرق .	للضرب والإهانة .	بسبب حادث مؤلم .	للاختناق بالغاز
0	0	2	1	1	1	1	0	1	0	2
0	0	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	0	2	1	0	0	1	0	2	1	2
0	0	2	1	1	0	1	0	2	0	1
0	0	2	1	0	0	1	0	2	1	1
0	2	0	1	1	0	1	0	1	0	1
0	0	2	1	1	0	1	0	2	1	1
0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	2
0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	1
0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	2
0	0	2	1	1	1	1	1	2	0	2
0	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1
0	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1
0	0	2	1	0	1	1	1	2	0	2
0	0	2	1	0	0	1	0	1	1	2
0	0	2	0	1	0	1	1	1	1	2
0	0	0	2	1	1	2	1	2	2	2
0	0	2	0	0	0	1	0	2	1	1
0	2	0	1	1	0	0	1	1	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	1	1	1	2	1	2
0	0	2	0	1	0	1	1	2	1	2
0	0	2	0	1	1	1	1	2	1	2
0	0	2	1	0	0	1	1	1	1	1
0	0	2	1	1	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	0	0	2	1	2
0	0	2	0	1	0	1	1	1	1	1
0	2	0	0	1	0	1	0	1	1	2
0	2	0	1	1	0	1	0	1	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	1	1	2

0	0	2	1	1	1	1	1	2	2	2
2	1	2	1	1	0	1	0	2	2	2
2	0	0	1	1	0	1	1	2	2	2
0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0
0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1
0	0	0	0	1	1	0	1	2	2	2
0	0	0	1	0	1	0	1	1	2	2
0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	2
0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	2
0	0	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	2
0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	2
0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	2
2	0	0	1	1	0	1	0	2	2	2
0	0	2	1	1	1	1	1	2	1	2
0	0	2	1	0	0	1	1	2	2	1
0	2	0	1	1	1	0	1	2	1	1
0	2	0	1	0	0	0	0	1	1	2
0	2	0	1	1	0	1	0	1	0	1
0	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1
0	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	0	0	0	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	1	0	0	1	2	1	2
0	0	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	1	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	1	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	1	0	1	0	1
0	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
0	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	1	0	1	1	2	1	2
0	2	0	1	1	0	1	0	2	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	1	0	2
0	2	0	1	1	1	1	0	2	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	0	2
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	1

0	2	0	0	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	1	1	1	2	1	1
0	2	0	0	1	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1
0	2	0	1	1	0	0	1	1	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	0	1	1	2	1	2
0	2	0	1	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	0	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	1	1	1	2	1	2
0	2	0	1	0	0	1	1	2	1	2
0	2	0	1	0	1	1	1	1	1	1
0	2	0	0	0	0	1	1	1	1	2
0	2	0	1	0	1	1	1	2	1	1
2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2
0	2	0	0	1	0	1	1	2	1	2
0	2	0	0	1	0	1	1	2	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	0	1	1	1	1	1	0	1
0	2	0	1	1	1	0	1	1	1	2
0	2	0	1	0	1	0	1	1	1	2
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	2	0	1	0	0	0	1	2	1	1
0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	2
0	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2
0	2	0	1	0	0	1	1	2	1	2