مجلـــة آفاق للدراسات الإنسانية والتطبيقية كلية الآداب والعلوم الإبيار- جامعة بنغازي
Afaq Journal for Human and Applied Studies Faculty of Arts and Sciences ALAbyar University of Benghazi
ISSUE 3 March 2025 16 رمضان 1446 العـــدد: الثالث مـــارس 2025

اضطرابُ ما بعد الصّدمةِ وعلاقتُه بالدّعمِ النّفسيّ لدى عينةٍ من النّاجينَ من مدينةِ درنةَ

[1].أ.نجـاح صـالـح محمـد
1.محاضر مساعد بقسم علم النفس كلية الآداب والعلوم الأبيار

تاريخ الاستلام: 01/08/2024 | تاريخ القبول: 15/10/2024 | تاريخ النشر:16/03/2025 | DOI: https://doi.org/10.37376/ajhas.vi3.7230

الملخص:

هدف البحث إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة، ومعرفة أيضا الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين تعزى لمتغير النوع ومعرفة الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين تعزى لمتغير العمر، وللتحقق من هدف الدراسة استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وتكونت عينة البحث من (111) فردا ناجين من الفيضانات تم اختيارها بالطريقة العينة الصدفية، استخدمت الباحثة استمارة بيانات عامه، ومقياس الدعم النفسي الاجتماعي إعداد الباحثة (2024) ومقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدافيدسون (2005) وجاءت نتائج البحث كالآتي: يعاني الناجون من الفيضانات بمدينة درنة باضطراب ما بعد الصدمة، وتوصلت النتائج أيضا إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي لدى الناجين ووجود فروق بين الذكور والإناث في مدى التأثر باضطراب ما بعد الصدمة لصالح الإناث وعدم وجود فروق بين الناجين من الفيضانات تعزى لمتغير العمر.

الكلمات المفتاحية: الدعم النفسي الاجتماعي، اضطراب ما بعد الصدمة، الناجين.

Post-traumatic stress disorder and its relationship to psychological support among a sample of survivors from the city of Derna

[1]Mr.Najah Saleh Mohamed
1-Assistant lecturer in the Department of Geography, Faculty of Arts and Sciences, Al-Abyar, University of Benghazi, najah.mohammed@uob.edu.ly

Abstract:

The aim of the research was to reveal the correlation between post-traumatic stress disorder and psychosocial support among flood survivors in the city of Derna. Also, to know the differences in post-traumatic stress disorder among survivors attributed to the gender variable and to know the differences in post-traumatic stress disorder among survivors attributed to the age variable. To verify the aim of the study, the researcher used the descriptive analytical approach and the research sample consisted of (111) individuals who survived the floods, who were selected using the random sample method. The researcher used a general data form, the psychosocial support scale prepared by the researcher (2024) and the post-traumatic stress disorder scale by Davidson (2005). The results of the research were as follows: Flood survivors in the city of Derna suffer from post-traumatic stress disorder. The results also showed that there is a positive correlation between post-traumatic stress disorder and psychosocial support among survivors and that there are differences between males and females in the extent of being affected by post-traumatic stress disorder in favor of females and that there are no differences between flood survivors attributed to the age variable.

.**Keywords**: Psychosocial support, post-traumatic stress disorder

Copyright©2024 University of Benghazi.
This.open.Access.article.is Distributed under a CC BY-NC-ND 4.0 licens

Scan QR & Read Article Online.

المقدمة:

منذ أن خُلق الإنسان وهو يصارع الطبيعة، مرة ينتصر عليها وأخرى تنتصر عليه ويكيفها لأجله ومرة يتكيف لأجلها، وهذا يعني أن انتصار الطبيعة بجبروتها وإحداثها وكوارثها كالفيضانات والزلازل والبراكين هو ما يسمى (اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة) (بلقيس عبد حسين: 2013،202) ، ولهذا يعدّ الحدث الصادم موقفًا حادًّا مفاجئًا شديدًا وغامرًا، قد يكون هذا الحدث طبيعيا كالفيضانات والأعاصير مثلاً أو من صنع الإنسان كالحروب ,وعليه قد لا تكفى قدرات الفرد ومهاراته العادية على مقاومته ومواجهته؛ مما يخل لديه التوازن النفسي والاجتماعي والبدني والعقلي مع كونه يمثل خطورة على الفرد, وعلى الأفراد الذين هم ذو أهمية للفرد صاحب الصدمة(محمد الصبوة: 2019،27) ، وعلى الرغم من كثرة الدراسات حول موضوع اضطراب ما بعد الصدمة فإنه لايزال بعض الغموض حول تشخيص هذا النوع من الاضطراب وذلك لارتباطه ببعض الاضطرابات الأخرى.

كما تجدر الإشارة إلى أنه لا يمكن اعتبار اضطراب ما بعد الصدمة ظاهرة حديثة؛ فالمضمون قديم واتخذ أسماء كثيرة أطلق عليها العصاب الصدمي، ويتميز هذا العصاب بوصفه أنه مخلفٌ آثارًا نفسية ناجمة عن الرعب المصاحب للصدمة وهو اضطراب مستقل له موصفاته وعوارضه المميزة وعليه تم تصنيفه فئةً مرضية عام (1960) من طرف جمعية الطب النفسي الأمريكية (عبد الله المجيدل: 2019،85)، ومن المنظور التحليلي ففي حالة اضطراب ما بعد الصدمة يواجه الفرد تراكم الاستشارات أين تتداخل الدفاعات من أجل تحقق التوازن للأنا؟ وهذا ما يخلق أو قد يوصل إلى التفكك، الوعيdissociation. في حالة الصدمة لا تكون الإمكانيات الدفاعية فعالة، عندها يقوم الفرد بتجنيد آليات دفاعية أكثر بدائية من أجل مواجهة هذه الوضعية غير المعتادة: الانشطار.

وعليه أشارت العديد من الدراسات الى أن احتمال التعرض للخبرات الصادمة والمؤلمة اثناء الكوارث الطبيعية أو الحروب يؤثر بشكل سلبي على النمو العقلي والانفعالي للأفراد (علاء عبد الرحمن،2014،200).

كما يرى أغلب كتاب نظرية التحليل النفسي أن الخبرات المؤلمة والذكريات السابقة التي يتعرض لها الفرد فى طفولته، تعدّ دافعا قويا لمعاناته عندما يكبر ويتعرض لخبرات مماثلة أو ذكريات مشابهة لما كان يعاني في طفولته لأنه يسترجع الماضي ويربطه بالحاضر ويعيش في المأساة، وهذه الأعراض تعدّ من أهم أعراض الصدمة النفسية التي قد تظهر أكثر وضوحا وخاصة لدى الأطفال.

كما تؤثر الصدمة أيضا على كل الأفراد فى كافة المراحل العمرية سواء كانت فى مرحلة الطفولة أو المراهقة أو الشباب أو الشيخوخة. (سليمة أبو عزة: 2015،45)، وقد اوضحت بعض الدراسات أن5%-10%من الرجال والنساء على التوالي يعانون من الصدمات النفسية. وعلية فقد تعددت الأسماء التي كانت تسمى بها مجموعة الأعراض التي تعقب الأحداث الصدمية أو الصدمات النفسية ومنها:

1- رهاب الصدمةTraumato phobia

2- متلازمة صدمة الاغتصابRape trauma syndrome

3- متلازمة الناجينSurvivor Syndrome

4-الصدمة العصبيةNervous Shok

مشكلة البحث:

شهدت مدينة درنة الواقعة شرق ليبيا فى 10 سبتمبر/أيلول عام 2023 م فيضانات كارثية غير مسبوقة خلفت وراءها تأثيرات خطيرة وخاصة على حياة الكثير من الأسر الناجية وعلى صحتهم النفسية وعلى سلوكياتهم؛ وذلك لأن التعرض وخاصة الطويل الأمد للصدمات من جراء الكوارث الطبيعية كالفيضانات مثلا يترك بصماته وخاصه على البناء النفسي للأفراد, والجدير بالذكر أن كثيرًا من الأسر بمدينه درنة تعرّضت لمواقف مؤلمة ومفاجئة وشديدة، وجدوا فيها تهديدا لحياتهم وسلامتهم الجسمية والنفسية أو سلامة أى شخص ممن يحبونه أو تربطهم به علاقة؛ الأمر الذي سبب لهم ضغوطا نفسية شديدة أدت الى ظهور العديد من الاضطرابات وهو أمر من الطبيعي أن يحمل آثاره فى مراحل حياتهم المختلفة ليصبحوا أكثر استعدادا للإصابة باضطرابات وردود الأفعال الناتجة عن اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة. وهذا ما لاحظته الباحثة من خلال تطبيق أدوات الدراسة على بعض الأسر الناجية، ظهور ردود أفعال ناتجة عن صدمة نفسية تضمنت جملة من الأعراض تمثلت فى (استثارة فسيولوجية، أحلام مفزعة، نوبات غضب، صعوبة التركيز، استجابات الرعب، فرط التيقظ وغيرها).

ومثل ردود الأفعال هذه يمكن ملاحظتها خلال أيام وتستمر عددا من الأسابيع أو أشهرًا كما أن هناك ردودًا غير مباشرة يظهر تأثيرها بعد سنوات خلال مراحل عمرية لاحقة. وهذا ما دفع الباحثة إلى دراسة مثل هذه المشكلة وخاصة وقت الأزمة التي تعرضت لها بعض أفراد الأسر الناجية. وعليه تكمن مشكلة البحث فى التساؤلات الآتية:

1-هل توجد علاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة؟

2-هل توجد فروق فى اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة تعزى لمتغير النوع؟

3-هل توجد فروق فى اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة تعزى لمتغير العمر؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث فى ناحيتين:

-**أهمية نظرية:** تعدّ هذه الدراسة الأولى فى هذا المجال التي تناولت موضوع اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالدعم النفسي لدى الناجين من الفيضانات وللاجئين لمنظمة أبادر بمدينة بنغازي، وتعدّ هذه الدراسة أيضا من الدراسات التي تناولت الموضوع على مستوى الأزمة التي أثرت بشكل عام على المجتمع الليبي ككل.

-**أهمية تطبيقية:** يمكن أن يستفاد من نتائج البحث وتوصياته بوضع برامج علاجية تفيد فى عمليات الإرشاد والعلاج النفسي والأسري بهدف مساعدة الأشخاص المتضررين، وذلك بالكشف عن الحالات التي تعاني من الصدمات النفسية وكيفية علاجها والتعامل معها.

أهداف البحث:

تمثلت أهداف البحث فى الكشف عن الآتي:

1-الكشف عن العلاقة الارتباطية بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة.

2-الكشف عن الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنه التي تعزى لمتغير النوع.

3-الكشف عن الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنه تعزى لمتغير العمر.

فروض البحث:

1-يعانى الناجون من الفيضانات بمدينة درنة اضطراب ما بعد الصدمة.

2-توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي لدى الناجين من الفيضانات.

3-لاتوجد فروق فى اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات تعزى لمتغير العمر.

4-لاتوجد فروق في اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات تعزى لمتغير النوع.

مصطلحات البحث:

-الدعم النفسي الاجتماعي: عرف اصطلاحيا بأنه) إدراك الفرد للدعم المقدم له من المحيطين فى البيئة الاجتماعية سواء كان دعما ماديا أو عاطفيا او معرفيا مما يسهم فى تحقيق التوافق النفسي لدية). (رضا لطفي:2014،503) وعرف إجرائيا: بأنه الدرجات الكلية التي تتحصل عليها الأفراد بمنظمة أبادر بعد تطبيق مقياس الدعم النفسي والصدمة النفسية عيها.

-اضطراب ما بعد الصدمة: عرف اصطلاحيا بأنه (اضطرابات انفعالية أو معرفية أو جسمية أو نفسية أو اقتصادية تترتب عليها أحداث تخرج عن نظام الحياة المألوف للفرد ولا يستطيع التحكم فيها أو التنبؤ بها كما تتجاوز حدود تحمله وقدرته على التكيف معها). (نجاح صالح: 2017،18).

-ويعرف إجرائيا: الدرجات الكلية التي تتحصل عليها الأسر بمنظمة أبادر بعد تطبيق مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدافسيون.

-كما يعرف إجرائيا: بأنه حالة يتعرض فيها الفرد لخبرات مفاجئة وشديدة تؤثر على توازنه النفسي ويصاحبها مجموعة من الأعراض كالقلق والفزع وحاله من فرط التيقظ.

حدود البحث:

تتمثل حدود البحث فى الآتي:

-حدود موضوعية: تركز الدراسة الحالية على اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالدعم النفسي.

-حدود بشرية: عينة من الأفراد الناجين من الفيضانات بمدينة درنة.

-حدود مكانية وزمانية: منظمة أبادر من أجلك بنغازي \طبقت الدراسة للعام2024-2023م.

الإطـــار النظري: مفهوم اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)

لقد أشير إلى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة بمفاهيم متعددة فى سياق العديد من الدراسات السابقة التي تناولت جوانب مختلفة خاصة بهذا الاضطراب، وسوف يتم عرض بعض مفاهيم اضطراب ما بعد الصدمة.

الصدمة لغة «الصدمة من صدم والصدم: ضرب الشي الصلب بشي مثله وصدمه صدما ضربه بجسده وصادمه فتصادم واصطدم (جمال الدين ابن منظور: 2005،3).

تعريف موسوعة علم النفس والطب النفسي: بأنه اضطرابات نفسية تصيب من تعرضوا لأحداث أو ظروف مفاجئة صحبها ضغط شديد كان فوق احتمالهم مثل ظروف الكوارث الطبيعية والحروب والزلازل ولاختطاف والاغتصاب والاعتقال وحوادث السيارات (ماهر عمر: 2008،7).

كما يعرف أيضا بأنه «اضطراب نفسي معقد يتضمن أعراضا تنتمي لمجالات متنوعة نتجت عن مجموعة من الميكانزمات المتعددة (إيمان بدر: 2015،63)

ويعرف من حيث المفهوم والمدلول بأنه: حادثة تكون خارجة عن خبرة الفرد المعتادة، وتسبب له الأسى (الكرب، الحزن) وتكون استجابته لها مصحوبة بالخوف الشديد والرعب والشعور بالضعف والعجز. (نجاح صالح: 402،2017)

ويعرفه (عبد العزيز ثابت ,62:2006) اضطراب يحدث للشخص ويتبع تعرضه لحدث مؤلم يتخطى حدود التجربة الإنسانية، يجعل الشخص يعايش الصدمة نفسها من حروب أو رؤية أعمال عنف أو قتل أو اغتصاب.

وتعرف منظمة الصحة العالمية (WHO) اضطراب ما بعد الصدمة على أنه: « استجابة مرجأة أو ممتدة لحدث أو موقف ضاغط مستمر لفترة قصيرة أو طويلة، ويتصف بأنه ذو طبيعة مهددة أو فاجعة ويحتمل أن يتسبب فى حدوث ضيق وأسى شديدين غالبا لدى فرد يتعرض له. (إبراهيم رمضان: 55،2008).

وعرفه النابلسي بأنه «رد فعل شديد على الأحداث الصادمة ويتميز بثلاثة أعراض: حياة التجربة، تحاشي الإثارة المفرطة (محمد النابلسي: 66،1991)

أسباب اضطراب ما بعد الصدمة:

ذكر سمور (45،2007) أن هناك العديد من العوامل المسببة لاضطراب ما بعد الصدمة منها:

1-السمات الشخصية: فالسمات الشخصية كالشخصية الشكاكة والاعتمادية لها أثر فى ظهور اضطراب ما بعد الصدمة.

2-العمر او الجنس: فقد أكد العلماء أن الأطفال أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية الناتجة عن مواقف صادمة، كما أكدت الدراسات بأن الإناث يظهرن أعراض نفسية أكثر من الذكور (محمد سيد. عبد الرحمن: 105،2014).

3-عنف الصدمة وشدة التعرض لها: من البديهي أن عنف الحدث الصادم وشدة التعرض له فى حالات القتال والجرائم وأبرزها التعرض للكوارث الطبيعية والحروب والتعرض للاغتصاب، يرتبط ارتباطا وثيقا باحتمالات الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة.

4-وجود أعراض نفسية: حيث ثبت أن وجود صدمة سابقة فى الطفولة تزيد من حدوث الاضطراب وزيادة الحاجة لتعاطى المهدئات.

5-المشكلات الأسرية والسلوكية: فتعرض للنكبات والكوارث الطبيعية من فيضانات مدمرة والحرائق الواسعة والزلازل وانفجار البراكين فضلا عن الحروب التي تترك آثاراً اجتماعية ونفسية على الأفراد والجماعات وخاصة الأسر، فتشرد الأسر وفقدان المسكن وتقطع أوصال الحياة العادية كل هذه العوامل تعدّ عوامل مسببة ومهيئة تزيد من احتمال حدوث أعراض ضغوط ما بعد الصدمة (سليمة أبو عزة: 4،2،2015).

أعراض اضطراب ما بعد الصدمة:

تبدأ أعراض ما بعد الصدمة في الظهور بعد التعرض الفرد لخبرة صادمة أو مجموعة من الخبرات الصادمة وذلك خلال الأيام أو الأسابيع الأولى من التعرض للحدث الصادم.

شريطة أن تستمر هذه الأعراض لأكثر من شهر، بالإضافة إلى أنها يجب أن تشتمل على مجموعات الأعراض الثلاثة وهي أعراض إعادة خبرة الحدث الصادم، وأعراض التجنب المرتبطة بالحدث الصادم، وأعراض الاستثارة الدائمة. كما يتضح أن أكثر الأعراض شيوعا التي تحدث بمصاحبة اضطراب ما بعد الصدمة هي الكبت والديشيميا (الشذوذ العقلي) واضطراب القلق العام وسوء استعمال الأشياء واضطرابات الهلع واضطراب الفوبيا

والانعزال، والجدير بالذكر أن مريض اضطراب ما بعد الصدمة قد يفقد السيطرة على انفعالاته؛ مما يعرضه لخطر الانتحار (هنادي البراني، 2022،66).

انتشار اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

يعد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة سادس مشكلات الصحة النفسية في العالم، ويؤثر على 4% من البالغين الذين يحدث لديهم اضطراب ما بعد الصدمة في كل عام. وحوالي 7%يصابون به في أي مرحلة من مراحل حياتهم.

كما يتراوح انتشار اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة عالميا مابين1%-14%. أما إذا أخذنا في حسابنا التنوع في طرق القياس والتقويم في العينات المأخوذة من المجتمع سنجد أن المعرضين لخطر اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة يكشف عن معدلات تتراوح مابين3%-58%. (Hamblen Jessice,2013)

بالإضافة فقد تراوحت نسبة انتشار من يعانون من شكل تحت السريري من الاضطراب(المخفف) من 5%-15%,ولكن ضمن الجماعات الذين تعرضوا لإحداث صدمية ذات خطورة عالية فإن معدل انتشار الاضطراب تراوحت من 5%-75%,وفي حرب فيتنام كانت نسبة الانتشار حالي30% من جنود فيتنام أصيبوا بالاضطراب. كما أوضحت العديد من الدراسات أن اضطراب ما بعد الصدمة يظهر في أي عمر ألا أنه أكثر انتشارا عند الراشدين. وبالنسبة للنوع فإن الاضطراب يحدث عند الرجال أكثر من النساء نتيجة المعارك والقتل. أما عند النساء فيشيع نتيجة الاغتصاب أو التحرش الجنسي (زاهدة أبو عيشة، تيسير عبدالله: 2012،28).

الدعم النفسي الاجتماعي (المساندة النفسية):

تعريفات الدعم النفسي الاجتماعي (المساندة النفسية):

تعددت التعريفات لمصطلح الدعم النفسي، وسوف تقوم الباحثة بعرض بعض التعريفات لمفهوم -المساندة لغة للوصول الى التعريف المساندة النفسية اصطلاحا.

المساندة لغة: بمعنى القوة والمال الكثير السمن، وسنده: أسنده بشيء يمنعه من السقوط ويقال سند فلانا: أعانه وقواه وأسنده، قواه وثبته. (المعجم الوسيط: 1972)

-**والمساندة النفسية** هى المؤازرة والدعم والتعاطف والمعونة النفسية التي يحصل عليها الإنسان من البيئة التي يعيش فيها سواء كانت مساندة رسمية تقدم من خلال المؤسسات والمنظمات الاجتماعية المختلفة او غير الرسمية تقدم من خلال الأشخاص المحيطين بالإنسان كأفراد أسرته وأقربائه وأصدقائه وزملائه وغيرهم ممن لهم علاقة به»(أسامة المبحوح: 2009،58).

وتعرف الدعم الاجتماعي أيضا: بأنها مجموع الأنشطة والعلاقات سواء الرسمية أو غير الرسمية التي تهتم بتقديم الدعم والمساندة للأفراد داخل المجتمع ومن النفسيين والمرشدين النفسيين بحسب ما يستطيع كل من يقدم -المساندة النفسية وبحسب موقعة بالنسبة لمن يحتاج لذلك الدعم. (محمد الصبوة: 2012،27).

-وقد لوحظ أن مفهوم المساندة يرتبط في العلوم النفسية والاجتماعية بمفاهيم أخرى كثيرة منها على سبيل المثال) المساندة الاجتماعية، نظام أو منظومة المساندة، شبكة العلاقات الاجتماعية، جماعات المساندة الاجتماعية).

-أشكال الدعم النفسي الاجتماعي (المساندة النفسية) التي يمكن تقديمها:

1-المساندة الوجدانيةEmotioal Supoort: وهي المساندة النفسية التي تقدم من خلال مشاركة الآخرين حالاتهم الانفعالية وتعاطف باهتمام بكل ما يمرون به تقبله لهم ومحاولة التخفيف من شدة التوتر الناتج عن الخبرة

الصادمة وزيادة قدرته على الصبر والتحمل.

2-المساندة الإدراكية المعنويةAppraisal Support: وهي مساندة نفسية تظهر من خلال استخدام التعابير اللفظية والكلمات التعاطف والتودد والتشارك الوجداني بهدف مواساة الآخرين والتخفيف من مشاعر القلق والتوتر لديهم وتشجيعهم على التفكير فيما أصابهم بطريقة تكيفية إيجابية.

3-المساندة المادية أو العملية: Instrumental: وهي المساندة المباشرة أو ما يعرف بالإغاثة وتقوم على توفير مكان وأدوات وأموال بتقليل الخسائر التي تعرض لها الإنسان نتيجة الخبرة الصادمة. (سليمان عبد الغفار: 2011، 62).

-ونستنتج مما سبق ذكره من أشكال المساندة النفسية أنها تسهم بشكل كبير في التحصن وزيادة المناعة النفسية والاجتماعية والجسمية والعقلية، التي تضعف في حالات الطوارئ كالحروب والمنازعات المسلحة والكوارث الطبيعية كالزلازل والفيضانات. (بهاء أمين الجوازنة: 2017، 33).

-كما أن لإدراك المساندة النفسية دوراً هاماً؛ حيث تخفف من حدة الاضطرابات والضغوط النفسية التي يواجهها الأفراد كما تسهم في تجاوز المشكلات الاجتماعية والانفعالية التي تواجههم.

مصادر الدعم النفسي:

تنوع المصادر المختلفة للدعم النفسي في أبعادها وفي مدى فاعليتها طبقا للظروف. ومن أهم مصادر الدعم النفسي ما يسمى بالشبكات الاجتماعية او شبكات المساندة وتتمثل في: الأسرة، الجيران، زملاء العمل، الزوجات، والطوائف الدينية وهي الشبكات الواقية التي ينتمي إليها الأفراد ويعتمدون عليها من أجل المساندة او المساعدة، ويلخص نوربكNorbeck)) مصادر المساندة في ثمانية مصادر وهي: الزوج، الزوجة، الأصدقاء، زملاء العمل، المدرسة، المرشد، المعالج ورجال الدين. (غادة قبيصي: 2017، 23).

كما أكدت دراسة عماد مخيمر (1997) على أن مصادر الدعم النفسي تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد. ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في (الأب، الأم، الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل في جماعات الرفاق والأسرة وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوج والزوجة وكذلك علاقات العمل والأبناء. (عماد مخيمر: 1997، 108)

ويقترح كوبر (Cooper, 1918): ثلاثة مصادر للمساندة وهي: المساندة من الأسرة، والمساندة من الأصدقاء، المساندة في العمل.

-الشروط التي يجب أن تتوافر في عملية الدعم النفسي الاجتماعي عند تقديمه:

1-كمية الدعم: لابد أن يكون معدل المساندة النفسية معتدلًا عند تقديمها للمتلقي؛ حتى لا يجعله أكثر اعتمادية، وينخفض بذلك تقديره لذاته.

2-اختيار التوقيت المناسب لتقديم الدعم: وهذا البعد يحتاج الكثير من المهارة الاجتماعية لدى مانحي المساندة؛ حتى تؤدى إلى نتائج جيدة لدى المتلقي.

3-مصدرالدعم: لابد أن تتوافر بعض الخصائص لدى مانح المساندة مثل: المرونة، والنصح، الفهم الكامل لطبيعة المشكلة التي يمر بها المتلقي حتى يساهم بقدر فعال في تقديم المساندة.

4-كثافة الدعم: إن تعدد مصادر المساندة لدى المتلقي تؤدى سريعا إلى حل المشكلات التي يمر بها المتلقي، وتساعده سريعا على تخطى الأزمات التي يمر بها في حياته.

5-التشابه والفهم والتعاطف: يمكن تقبل المساندة في حل التشابه النفسي والاجتماعي للمانح والمتلقي، وتكون فعالة

إذا كانت الظروف التي يمر بها المانح والمتلقي متشابهة. (على عبد السلام: 2005،31).

الدراسات السابقة:

دراسة إبراهيم رمضان عطية (2018): بعنوان (اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات لدى النازحين فى مدينة بنغازي) هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات (النوع-الحالة الاجتماعية-المستوى التعليمي-دمار السكن) لدى الأسر النازحة فى مدينة بنغازي. وكانت عينة الدراسة مكونة من (144) فرداً ممثلين 36أسرة نازحة في مدينة بنغازى، تم اختيارهم بطريقة العمدية(القصدية)، وقد استخدم الباحث مقياس اضطراب ما بعد الصدمة من إعداد دافيدسون ترجمة عبد العزيز.

وأسفرت نتائج الدراسة على وجود فروق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي في بعد استعادة الخبرة وبعد الاستثارة عند دلالة 0.01, ويلاحظ من المقارنة بين المتوسط الفرضي (24) ومتوسط العينة (19.99) على بعد استعادة الخبرة الصادمة أن المتوسط الفرضي أكبر من متوسط العينة؛ مما يشير إلى انخفاض اضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة الدراسة. وانخفاض فى بعد استعادة الخبرة لدى عينة الدراسة مقارنة بالمتوسط الفرضي بفارق، كما وأسفرت النتائج أيضا على وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في اضطراب ما بعد الصدمة فى المستوى التعليمي لصالح التعليم الثانوي. كما أوضحت النتائج وجود فروق بين عينة النازحين المدمرة منازلهم وبين النازحين غير المدمرة منازلهم لصالح النازحين المدمرة منازلهم.

دراسة ناجية عقيلة الحصادى (2021) بعنوان:(الصلابة النفسية وعلاقتها باضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من متضرري بحى المغار بمدينة درنة). هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى اضطراب ما بعد الصدمة، والصلابة النفسية لدى عينة من سكان حي المغار المتضررين من الحروب، وكما تهدف إلى التعرف على طبيعة علاقة الصلابة النفسية واضطراب ما بعد الصدمة. كما هدفت أيضا الى التعرف على الفروق فى الصلابة النفسية واضطراب ما بعد الصدمة وفقاً للنوع، متبعين فيه المنهج الوصفي؛ كونه الأنسب لهذا النوع من الدراسات، ولتحقق من أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الصلابة النفسية من إعداد (عماد مخيمر,2011) وتكونت عينة الدراسة من (50) فردًا من سكان حي المغار المتضررين من الحرب، ولتحليل بينات الدراسة تم الاستعانة بالحاسب الآلي (واستخدام برنامج إحصائي spss) وتوصلت نتائج الدراسة إلى الآتي:

وجود مستوى منخفض من الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة بشكل عام فى حين كان مستوى اضطراب ما بعد الصدمة مرتفعا لدى أفراد العينة. كما بينت نتائج الدراسة أيضا أن هناك ارتباطا سالبا بين الصلابة النفسية واضطراب ما بعد الصدمة، وأظهر النتائج وجود فروق بين المتوسطين لصالح الذكور تبعا لمتغير الجنس(ذكور-إناث) وللتحقق هذا الهدف استخدمت الباحثة مقياس (الازيرجاوي عام2005) للضغوط الصدمية وقامت ببناء مقياس يقيس سمة القلق الاجتماعي وقد طبق المقياس على.

دراسة تهاني هاشم عابدين (2021) بعنوان: (استراتيجيات تفعيل الدعم النفسي الاجتماعي لدى ضحايا صدمة الحروب والصراعات المسلحة) يتمثل الهدف من هذا البحث فى اقتراح الاستراتيجيات النفسية اللازمة لتفعيل الدعم النفسي لدى ضحايا صدمة الحروب والصراعات المسلحة، تم استخدام المنهج الكيفي لإجراء البحث. وتوصل البحث إلى مجموعة من الاستراتيجيات النفسية التي من شأنها تفعيل الدعم النفسي لدى ضحايا صدمة الحروب والصراعات المسلحة. تتمثل في استراتيجية التهيئة النفسية الذاتية واستراتيجية التحكم الشخصي

واستراتيجية الإيحاء الذاتي واستراتيجية التفكير الإيجابي واستراتيجية المقاومة النفسية. بالإضافة إلى استراتيجية تقوية الإرادة واستراتيجية الضبط الانفعالي واستراتيجية الصمود النفسي، وكذلك استراتيجية المكافأة الذاتية واستراتيجية رفع مستوى التدين واستراتيجية نقد الذات. اختتم البحث بمجموعة توصيات أهمها: التوصية بنشر الوعي النفسي الذي يتيح الاستفادة من الاستراتيجيات النفسية المقترحة في هذا البحث لتفعيل الدعم النفسي الذاتي لدى الأفراد الذين يعيشون في ظل الظروف الضاغطة التي يتصف بها مجتمع ما بعد الحرب.

دراسة لي ويسيلي(lee wesely،1994,) عن التحصين ضد الضغوط ودور المساندة النفسية لدى جنود الحرب العراقيين ممن يعانون من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، تهدف هذه الدراسة الى تقييم فعالية تدريب التحصين ضد الضغوط ودور الدعم النفسي في تخفيف من حدة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة. تناولت الدراسة عينة من المشاركين بلغ عددهم(٣٤)مشاركًا. وللتحقق من هدف الدراسة استخدمت مجموعة من الأدوات من بينها:

1-مقياس الأحداث الضاغطةEvents Scale

2-مقياس حالة الغضب وسمته State-Trait A, nger Scale

أظهرت النتائج أن التدريب قد أسهم في تخفيف من حدة أعراض الاكتئاب والقلق والتحصين ضد الضغوط والغضب لدى المشاركين(Lee Wesely, 1994:166)

دراسة نادر صدقي وآخرين (2022) بعنوان :(فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى الدعم النفسي الاجتماعي في رفع مستوى التمكين النفسي لدى اللاجئين). هدفت الدراسة إلى فحص مدى فاعلية برنامج مستند للدعم النفسي الاجتماعي في رفع مستوى التمكين النفسي لدى اللاجئين في الأردن. تكونت عينة الدراسة من (38) لاجئا في محافظة إربد، تم تقسيمهم بشكل عشوائي لمجموعتين متساويتين: المجموعة التجريبية(ن=19) وشاركت في برنامج الدعم النفسي الاجتماعي، والمجموعة الضابطة(ن=19) التي لم تشارك في أي برنامج تدخل. لتحقق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس أوزير وشوتلاند(Ozer&Schotland)للتمكين النفسي لجمع بيانات الدراسة في الاختبارات القبلية والبعدية لمجموعتي الدراسة, وفي الاختبار التتبعي مع أفراد المجموعة التجريبية فقط, بالإضافة إلى برنامج الدعم النفسي الاجتماعي. أظهرت نتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مستويات الدرجات على مقياس التمكين النفسي في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية, وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات القياسين البعدي والتتبعي، في مقياس التمكين؛ مما يعكس ثبات تأثر البرنامج.

التعقيب على الدراسات السابقة:

استهدفت الدراسات والبحوث السابقة مجموعة متنوعة من الأهداف، فقد استهدفت بعض الدراسات التعرف على مستوى اضطراب ما بعد الصدمة ومنها دراسة إبراهيم رمضان (2018) ودراسة ناجية عقيلة (2021)، كما استهدفت الدراسات نفسها أيضا معرفة العلاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة وبعض المتغيرات الديمغرافية. كما استهدفت بعض الدراسات الأخرى معرفة مدى فاعلية واستراتيجيات الدعم النفسي وقت الأزمات كدراسة تهاني هاشم(2021)ودراسة نادر صدقي(2022),أما من حيث العينات تراوحت أحجام العينات ما بين(144-38)فردًا, ومن حيث الأدوات استخدمت الدراسات المقاييس واستمارة البيانات الأولية كأدوات لجمع البيانات، ومن حيث النتائج فنجد أيضا تباينا في النتائج الدراسات ما بين وجود مستوى مرتفع للاضطراب ما بعد الصدمة وكذلك ما بين وجود علاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة وبين المتغيرات الديمغرافية ووجود فروق في اضطراب ما بعد الصدمة تعزى

لمتغير النوع وعدم وجود فروق تعزى لمتغير العمر. كما اتفقت نتائج دراسة تهاني هاشم (2021) ودراسة نادر صدقي (2022) لتفعيل الدعم النفسي لدى الأفراد الذين يعيشون في ظل الظروف الضاغطة التي يتصف بها مجتمع ما بعد الحرب.

منهج البحث وإجراءاته:

-**منهج البحث**: اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي التحليلي، عرفه حسن عبد العال بأنه «استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر، بقصد تشخيصها وكشف جوانبها، وتحديد العالقات بين عناصرها وبينها وبين ظواهر أخرى(الطاهر محمد: 111،2017).

-**مجتمع البحث**: اشتمل مجتمع البحث على مجموعة من الأفراد الناجين من الفيضانات بمدينة درنة واللاجئين بمدينة بنغازي والبالغ عددهم450فردًا.

-**عينة البحث**: تكونت عينة البحث من مجموعة من الأفراد الناجين من الفيضانات بمدينة درنة والمترددين على منظمة أبادر التابعة للمجتمع المدني بمدينة بنغازي والبالغ عددهم (111) فرداً تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية، حيث تم تطبيق أدوات الدراسة عليهم.

والجدول الآتي يوضح توزيع أفراد العينة:

توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس جدول رقم (1) يوضح ذلك.

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	62	55.9
أنثى	49	44.1
المجموع	111	0.99

توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغير العمر جدول رقم (2) يوضح ذلك:

الفئات العمرية	التكرار	النسبة المئوية
18 وأقل	4	3.6
25-19	18	16.2
35-26	25	22.5
49-36	29	26.13
50 فأكثر	35	31.5

أدوات البحث: للتحقق من صدق الفروض تم تطبيق أدوات الدراسة الآتية:

1-استمارة بيانات عامة (إعداد الباحثة).

2-مقياس كرب ما بعد الصدمة لدافيدسون (2005) ترجمة د. عبد العزيز ثابت،

2-مقياس الدعم النفسي الاجتماعي (إعداد الباحثة:2023).

أولاً: مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدافيدسون (2005) ترجمة عبد العزيز ثابت تكون المقياس من 17بند تماثل الصيغة التشخيصية الرابعة للطب النفسي الامريكية، ويقيس ثلاثة أبعاد: استعادة الخبرة الصادمة، تجنب الخبرة الصادمة، الاستثارة. ويتم تحديد شكل الاستجابة وفق ثلاثة مستويات (دائما، احيانا، لا تنطبق) تأخذ درجات (1،2،3).

-صدق وثبات مقياس اضطراب ما بعد الصدمة لدافيدسون.

1-الصدق الظاهري (صدق المحكمين): وللتحقق من صدق المقياس تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في علم النفس لإبداء آرائهم في المقياس وفقراته فيما يتعلق بوضوح الفقرات وملائمتها لأهداف الدراسة، واتفق المحكمون على أن المقياس ملائم للدراسة الحالية.

2-صدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال تطبيق المقياس على مجموعة مكونة من (40) فردًا من مجتمع الدراسة كعينة استطلاعية، وذلك بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجات البند مع الدرجة الكلية للمقياس. والجدول رقم (3) يوضح نتائج ذلك الإجراء.

رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط
1	0.889	10	0.895
2	0.894	11	0.890
3	0.899	12	0.892
4	0.895	13	0.892
5	0.897	14	0.891
6	0.899	15	0.887
7	0.900	16	0.892
8	0.891	17	0.889
9	0.895		

يلاحظ من الجدول أعلاه أن معاملات ارتباط البند مع بقية بنود المقياس تقترب من الواحد الصحيح؛ مما يدل على قوة صدق المقياس. حيث كانت قيمة الصدق عن طريقة معادلة الفا- كرونباخ (0.907)

الثبات المقياس:

لحساب الثبات ندخل قيمة الصدق تحت الجذر التربيعي، فكانت نتيجة الثبات (0.952)، يعنى ذلك أن قوة ثبات المقياس عالية.

ثانياً: مقياس الدعم النفسي الاجتماعي (إعداد الباحثة، 2023).

ولإعداد المقياس قامت الباحثة بالاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت الدعم النفسي وتكون المقياس بصورته النهائية من 52 فقرة تقيس خمسة أبعاد: البعد المادي.، البعد الوجداني، البعد الإرشادي، البعد السلوكي، الروابط الاجتماعية. ويتم تحديد شكل الاستجابة وفق ثلاثة بدائل (دائما، احيانا، لا تنطبق) تأخذ درجات (3،2،1).

-صدق وثبات مقياس الدعم النفسي الاجتماعي:

1-الصدق الظاهري (صدق المحكمين): للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس تم عرضه على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة في علم النفس، لإبداء آرائهم في المقياس وفقراته فيما يتعلق بوضوح الفقرات وملائمتها لأهداف الدراسة، واتفق المحكمون أن المقياس ملائم للدراسة الحالية.

2-صدق الاتساق الداخلي: تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال تطبيق المقياس على مجموعة مكونة من (40) فردًا من مجتمع الدراسة كعينة استطلاعية، وذلك بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجات البند مع

الدرجة الكلية للمقياس. والجدول رقم (4) يوضح نتائج ذلك الإجراء.

رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط	رقم البند	قيمة الارتباط
1	0.838	19	0.738	37	0.725
2	0.771	20	0.721	38	0.749
3	0.707	21	0.809	39	0.762
4	0.609	22	0.759	40	0.750
5	0.486	23	0.761	41	0.607
6	0.722	24	0.728	42	0.688
7	0.603	25	0.740	43	0.689
8	0.765	26	0.752	44	0.617
9	0.785	27	0.697	45	0.614
10	0.744	28	0.753	46	0.609
11	0.593	29	0.686	47	0.580
12	0.742	30	0.640	48	0.502
13	0.581	31	0.674	49	0.261
14	0.772	32	0.781	50	0.092
15	0.733	33	0.730	51	0.725
16	0.790	34	0.729	52	0.749
17	0.748	35	0.754		
18	0.780	36	0.776		

يلاحظ من الجدول أعلاه ان معاملات ارتباط البند مع بقية بنود المقياس تقترب من الواحد الصحيح؛ مما يدل على قوة صدق المقياس. حيث كانت قيمة الصدق عن طريقة معادلة الفا- كرو نباخ (0.973)

-ثبات المقياس:

لحساب الثبات ندخل قيمة الصدق تحت الجذر التربيعي، فكانت نتيجة الثبات (0.986) ويعنى ذلك أن قوة ثبات المقياس عالية.

عرض النتائج ومناقشتها:

عرض نتيجة الفرض الأول ومناقشتها:

نتيجة الفرض الأول: الذي نصه: يعاني الناجون من الفيضانات بمدينة درنة باضطراب ما بعد الصدمة

جدول رقم (5) يوضح نتيجة اختبار (ت) لمتوسط مجموعة واحدة للتحقق من هذا الفرض

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت)	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
111	36.153	16.367	9.557	110	0.000	يعاني الناجون من الفيضانات من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة

يلاحظ من الجدول أعلاه أن الوسط الحسابي (36.153) وقيمة (ت) بلغت (9.557) وكانت القيمة

الاحتمالية لها (0.000) وهي قيمة أقل من مستوى المعنوية (0.05 (وهي قيمة دالة إحصائيا. هذه النتيجة تعني أن الناجين من الفيضانات يعانون من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة.

أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن معاناة اغلب مجموعة الدراسة من اضطراب ما بعد الصدمة. حيث اتفقت هذه النتيجة مع عدة دراسات أثبتت أن التعرض الشديد للأحداث الصدمية جراء الحروب أو الكوارث الطبيعية كالفيضانات يؤدى إلى احتمال معاناة الفرد من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة منها دراسة خبرك (2008) التي اجريت في دمشق بهدف معرفة الأعراض الاضطرارية للضغوط التالية للصدمة عند العراقيين المقيمين في سوريا بعد الاحتلال وأظهرت نتيجة الدراسة أن أفراد العينة يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة بصورته الشديدة (غازي ضيف الله: 23،2001). واتفقت نتيجة الدراسة أيضا مع دراسة نوال شارد وفطيمة موسي (2002) حيث أظهرت النتائج أن 60٪من أفراد العينة يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة. كما ترى الباحثة أن أغلب الناجين تعرضوا للعديد من الأحداث الصدمية كهدم منازلهم والتعرض لصدمة الفقد بسبب الأزمة التي عاشها أغلب سكان مدينة درنة. فقد شكلت هذه الأحداث ندوباً عميقة في نفسية الكثير منهم بحيث لايزالون يتحدثون عنها ويصفونها بعمق كأنها تحدث في اللحظة كما واختلفت شدة الاضطراب من فرد لآخر.

عرض نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها:

توجد علاقة ارتباطية بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي لدى الناجين من الفيضانات بمنطقة درنة، دولة ليبيا

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي ونتج من هذا الإجراء الجدول رقم (6) يوضح:

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الاستنتاج
اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي	**0.357	0.000	توجد علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة (0.01)

يتضح من الجدول السابق أن معامل الارتباط بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي موجب، ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01)، ومن ذلك نخلص إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي الاجتماعي لدى الناجين من الفيضانات بمدينة درنة، دولة ليبيا، بمعنى أنه كلما ارتفع اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ارتفع مستوى الدعم النفسي وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة (وحيده محمد مراد:51،2005) وجود علاقة ارتباطية بين اضطراب ما بعد الصدمة والدعم النفسي لدى أفراد عينة الدراسة. كما تشير الباحثة أن للدعم النفسي دورا مهما في التعافي من الاضطرابات سواء كانت نفسية أو عقلية بالإضافة الى التوافق الإيجابي والنمو الشخصي للفرد، كما أنه يجعل الفرد أقل تأثرًا عند تعرضه للأزمات. وتشير أيضا أن احتمال إصابة الفرد باضطرابات تالية للصدمة قد تقل عند إدراك الفرد بأنه يتلقى الدعم النفسي الاجتماعي وخاصة من شبكة العلاقات الاجتماعية التي تحيط به. كما أن للدعم النفسي تأثيرًا فوريًّا على نظام الذات لدى الأشخاص الذين يتعرضون لأحداث صادمة من خلال السيطرة على المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها وقت الأزمات؛ مما يولد لديهم درجة من الشعور الإيجابي؛ مما يجعل الفرد مدركًا للأحداث الصدمية بأنها أقل مشقة. وعلية فقد أظهرت العديد من الدراسات أن هناك فئاتٍ متعددةً من الناس ممن هم في خطر الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة يمكن التقليل من الإصابة إذا تمكن الشخص من تلقى نوع من أنواع الدعم النفسي الاجتماعي،

خلاصة ذلك فالدعم النفسي يسهم في تقديم المساعدة لمن يحتاجها على أسس نفسية واجتماعية مع توفر عوامل نفسية اجتماعية تكون مسؤولة عن سلامة الأفراد والمتمثلة فى الدعم النفسي الاجتماعي وذلك بهدف توفر الحماية والسلامة النفسية للتقليل من الاصابة بالاضطرابات التالية للصدمة.

عرض نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها:

نتيجة الفرض الثالث: الذي نصه: توجد فروق بين الذكور والإناث في مدى التأثر باضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمنطقة درنة، دولة ليبيا

جدول رقم (7) يوضح نتيجة اختبار (ت) للفرق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في درجات اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمنطقة درنة، دولة ليبيا التي تعزى لمتغير النوع.

المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ت) المحسوبة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
ذكور	62	35.580	14.748	0.549	109	0.442	توجد فروق غير دالة احصائياً
اناث	49	36.612	18.259				

يلاحظ من الجدول أعلاه أن الوسط الحسابي للإناث أكبر من الوسط الحسابي للذكور وكذلك قيمة (ت) المحسوبة أكبر من القيمة الاحتمالية، وهذا يعني أن هناك فروقًا في اضطراب ما بعد الصدمة لدي الناجين لصالح الإناث بمعنى أن الإناث تأثرن بدرجة أعلى من الذكور.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة غازي ضيف الله (2001) بوجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات الذكور والإناث على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لصالح الإناث.

كما أشار إبراهيم رمضان (2008) أيضا بوجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط عينة الذكور وبين متوسط عينة الإناث على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة في الدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث إذ بلغت قيمة ت (2023) بمستوى دلالة0.001

وترى الباحثة أن الفروق لصالح الإناث يعود إلى طبيعتهن الانفعالية أو تكوينهنّ النفسي، أو شعورهن بالإحباط والخوف لرؤية الاحداث الصدمية كفقدان الأهل والممتلكات كما أن الإناث أكثر تعاطفا وانفعاليا وميلا للبكاء، بحكم تكوينهن وطبيعتهن البيولوجية..

عرض ومناقشة نتيجة الفرض الرابع:

نتيجة الفرض الرابع: والذي نصه: توجد فروق بين الناجين من الفيضانات في مدى التأثر باضطراب ما بعد الصدمة بمنطقة درنة، دولة ليبيا تعزى لمتغير العمر

جدول رقم (8) يوضح نتيجة اختبار (انوفا) تحليل التباين الأحادي لمعرفة دلالة الفروق في درجات اضطراب ما بعد الصدمة لدى الناجين من الفيضانات بمنطقة درنة، دولة ليبيا التي تعزى لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة(ف)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
بين المجموعات	14171.458	48	295.239	1.201	0.246	لا توجد فروق في اضطراب ما بعد الصدمة
داخل المجموعات	15489.533	63	245.866			
المجموع	29660.991	111				

يلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة(ف) بلغت (1.201) والقيمة الاحتمالية لها بلغت (0.246) وهي قيمة أكبر من المستوى (0.05) وهي قيمة غير دالة وهذا يعني أنه لا توجد فروق في مدى التأثر بأعراض اضطراب ما بعد الصدمة تعزى للعمر.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة ناطق فحل الكبيسي (1998) حيث لم تظهر أي فروق ذات دلالة معنوية في اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة من حيث الفئة العمرية. حيث يعد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة هو سادس مشكلات الصحة النفسية في العالم ويؤثر على 4٪ من البالغين الذين يحدث لديهم اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة فى كل عام وحوالى 7٪ يصابون به في أي مرحلة من مراحل حياتهم. حيث يتراوح انتشار اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة عالميا 14-1٪.. وترى الباحثة أنه يمكن لجميع الأعمار الإصابة باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ولكن بدرجات متفاوتة، وذلك يرجع لمجموعه من العوامل كطبيعة شخصية ومدى شدة الحدث الصادم وغيرها.

التوصيات والمقترحات:

التوصيات:

بعدما مرت مدينة درنة وبعض مدن الشرق الليبي بالسيول المدمرة التي نتج عنها دمار شامل، وأثر ذلك على نفسية القاطنين بجميع المدن توصى الباحثة:

1- الإسراع بالاهتمام بالجانب النفسي للأشخاص المتضررين إزاء هذه المحنه الأليمة وذلك بتقديم الدعم والمساندة النفسية لجميع الفئات العمرية المتضررة.

2-الإسراع في التأهيل النفسي والاجتماعي لجميع الأسر سواء القاطنة بالمناطق المتضررة أو في مناطق النزوح.

3-ضرورة العمل على نشر ثقافة إدارة الأزمات داخل مؤسسات الدولة.

4-تزويد الأسر بمراكز الإيواء بمعلومات عن كيفية التعامل مع الصدمات النفسية من خلال إعداد برامج أو محاضرات إرشادية ووقائية.

مقترحات الدراسة:

1-إجراء دراسة عن المساندة النفسية والصدمة النفسية لدى الأطفال.

2-إجراء دراسة لمعرفة دور الإرشاد النفسي والعلاج النفسي في تعزيز المساندة النفسية لدى الفئات العمرية.

3-إعداد برامج قائمة على الدعم النفسي للتخفيف من آثار الصدمات.

4-ضرورة تخصيص برامج دعم نفسي للأسر الناجية التي تعرّض أفرادها لإحداث صادمة ومساعدتهم على التوافق النفسي والاجتماعي.

المراجـع:

أولا-المراجع العربية:

أ-الكتب:

1.زاهدة أبو عيشة، تيسير عبد الله (2012): **اضطراب ما بعد الصدمة النفسية**، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الاردن ص. ص29-28.

2.عايش محمد سمور (2011): **الأمراض النفسية أسباب والتشخيص والعلاج**، دار مقداد، غزة. فلسطين. ص63

3.عبد العزيز ثابت (2006): **الخبرات النفسية الصادمة عوامل الخطر والحماية**. دار آفاق، غزة. فلسطين. ص5.

4.على عبد السلام (2005): **المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية في حياتنا اليومية**. ط1، مكتبة الأنجلو

المصرية، القاهرة. ص31.

5.محمد أحمد الصبوة (2019): **دليل علمي تكاملي لعلاج الصدمة النفسية واضطرابات كرب ما بعد الصدمة**، مكتبة الأنجلو المصرية. جامعة القاهرة ص.ص28-27.

6.محمد احمد النابلسي (1991): الصدمة النفسية، **علم النفس الحروب والكوارث**، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان. ص23

7.محمد السيد عبد الرحمن (2014): **علم الأمراض النفسية والعقلية**، ط3، مكتبة زهراء الشرق. القاهرة. ص105

ب- الأبحاث والرسائل العلمية:

1.أبراهيم رمضان عطية النجار (2018): **اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات لدى النازحين في مدينة بنغازي**، رسالة ماجستير، كلية الآداب التربية جامعة بنغازي.

2.إيمان على بدر (2015): **اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات**، دراسة ميدانية على عينة من أبناء شهداء محافظة طرطوس في مرحلة المراهقة، رسالة ماجستير، كلية التربية الجزائر.

3.بهاء آمين الجوازنة (2017): **المساندة النفسية وعلاقتها بالقيم الدينية لدى المراهقين في السنة التحضيرية بالجامعة الإسلامية في المدينة المنورة**، دراسة تحليلية، المملكة العربية السعودية. ص33

4.تهاني هاشم عابدين (2021): **استراتيجيات تفعيل الدعم النفسي الذاتي لدى ضحايا صدمة الحروب والصراعات المسلحة**، مجلة ريحان للنشر العلمي. العدد السابع عشر، ص135-115.

5.رضا فايز الداية (2016): **الصدمة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طواقم الدفاع المدني بعد حرب عام2014**، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

6.سليمان عبد الغفار (2011): **المساندة النفسية وعلاقتها بتقبل الحياة لدى عينة من مرضى الجراحات الحرجة**، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة المنيا، مصر. ص62

7.سليمة ابو عزة (2015): **اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الجامعية بليبيا**، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنصورة. ص 45

8.عبد الله أحمد المجيدل (2019): **دليل الدعم النفسي والتربوي للأطفال النازحين في ظروف الحروب والكوارث**. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم إدارة التربية. فلسطين، غزة. ص85.

9.علاء صالح عبد الرحمن (2014): **اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالأفكار للاعقلانية لدى المراهقين المهدمة بيوتهم في العدوان الإسرائيلي**، رسالة ماجستير، كلية التربية. جامعة الإسلامية. غزة. ص200.

10.غادة قصيبي احمد (2007): **أثر برنامج تدريبي في المساندة الاجتماعية على تنمية التفكير الابتكاري لدى المكفوفين**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس. مصر.

11.غازي ضيف الله العتيبي (2001): **اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة و أثرة على الدافعية والتوجيه المستقبلي لدى عينة من الشباب الكويتي**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الزقازيق. ص23.

12.ماهر عمر عمر (2007): **التعامل مع الصدمات النفسية (التشخيص والعلاج) اكاديمية ميتشيجان العربية**، بيروت. ص37

13.ناطق فحل الكبيسي (1998): **بناء مقياس لاضطراب ما بعد الصدمة**، كلية الآداب، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية. بغداد.

14.نجاح صالح محمد (2017): **المرونة التكيفية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة بين إدراك اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وأعراض القلق الاجتماعي لدى أطفال المجتمع الليبي**، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الزقازيق. مصر. ص18

15.وحيدة محمد مراد (2015): **الصدمة النفسية وعلاقتها بالدعم النفسي**، دراسة على عينة من الأطفال المهجرين في محافظة دمشق، كلية التربية، قسم الإرشاد النفسي، جامعة دمشق، سوريا. ص 52،51

ج-المجلات العلمية:

1.أسامة المبحوح طارق (2009): **المساندة النفسية وعلاقتها بالتو افق الأكاديمي لدي طلاب المستفيدين من صندوق الطلاب بالجامعة الإسلامية**، رسالة ماجستير، علم النفس الجامعة الإسلامية، غزة. ص85

2.بلقيس عبد حيسن(2013):**اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين**، مجلة الفتح، العدد الخامس كلية التربية، جامعة ديالى الجزائر.ص202.

3.جمال الدين أبن منظور (2005): **معجم لسان العرب**، المجلد العاشر، بيروت، لبنان. ص3.

4.رضا لطفي عبد القادر شرف (2014): **أثر إدراك المساندة النفسية والاجتماعية على فاعلية الذات وعمه الوجدان لدى ذو صعوبات التعلم غير اللفظي**. مجلة البحوث النفسية، كلية الآداب، جامعة المنوفية، مصر. ص503.

5.الطاهر محمد الطاهر (2016): **الصلابة النفسية**، مجلة كلية دلتا العلوم والتكنولوجيا-العدد الرابع. ص11.

6.عماد محمد مخيمر (1996): **الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية: متغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة واعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي**، المجلة المصرية للدراسات النفسية.، المجلد السابع، العدد (17). ص ص1020-108.

7.مصطفى حسن فريد (2013): **التصورات الصدمية عند المعاقين حركياً جراء حوادث المرور دراسة ميدانية إسقاطيه لخمسة حالات من خلال اختبار T.A.**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية جامعة البويرة. الجزائر.

8.ناجية عقيلة الحصادى (2021): **الصلابة النفسية وعلاقتها باضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من متضرري الحرب بحي المغار في مدينة درنة**، مجلة جامعة سرت للعلوم الإنسانية، مجلد11,العدد2.

9.نادر صدقي الرفاعي وآخرون (2022): **فاعلية برنامج تدريبي مستند الى الدعم النفسي الاجتماعي في رفع مستوى التمكين النفسي لدى اللأجئين**. المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية، العدد الثاني. ص ص291-309.

10.هنادي البراني محمد (2022):**اضطراب ما بعد الصدمة وفقاً لبعض المتغيرات لدى عينة من مرضى السرطان**، مجلة كلية التربية,مجلد12،العدد12،جامعة بنغازي.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

1-American Pschiatric Association.(1994): **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder**.. .Washington DC, American Psychiatrie Dress

2-Bolger, K. Patterson, C.&Kuper, S.(1988): **Peer relation and self-esteem among Children who have been maltreated**. Child Development. Vol. 60(4)pp. 1171-1197.

3-Cooper Smith, S. (1918): **The antecedents of Self-esteem-California**, Consulting Psychologists.

4-Davison, G.&Neale, J.(1998): Abnormal Psychology seventh Edition, New York John Wiley. Sonsinc.

5-Freud, S (1919): Introduction to the psychology of the warneuroses, Standard Edition,18, London: Hogarth.

6-Hamblen, J. (2013): **What is PTSD A Handout from the national center for PTSD**.WWW.ncptsd.

.7-Thabet, A,(1996): Notes in genral psychiatry, "lst ed. Gaza. Pp. 73-78

8-Van der kalk.(1984):**Action.stiles and symbols**.In Kineic Family"KFD"an Interpretive Manu-

.al.N.Y.Branner