



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث
العلمي
جامعة الانبار

P. ISSN: 1995-8463
E. ISSN: 2706-6673

SCAN ME

JUAH on web



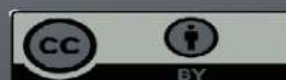
مجلة جامعة الانبار للعلوم الانسانية

المجلد الثاني والعشرون - العدد الاول - اذار 2025

 DOAJ

OPEN  ACCESS

 juah@uoanbar.edu.iq





مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية

مجلة علمية دورية محكمة فصلية

المجلد الثاني والعشرون- العدد الاول - آذار ٢٠٢٥م/ ١٤٤٦هـ
جامعة الأنبار - كلية التربية للعلوم الإنسانية



جميع البحوث متاحة مجاناً على موقع المجلة / الوصول المفتوح

<https://juah.uoanbar.edu.iq/>

رقم الايداع في دار الكتب والوثائق ببغداد ٧٥٣ لسنة ٢٠٠٢

ISSN 1995 - 8463
E-ISSN:2706-6673



رئيس التحرير

أ.د. فؤاد محمد فريح

العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية

مدير التحرير

أ.د. عثمان عبد العزيز صالح المحمدي

العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية

أعضاء هيئة التحرير

أ.د. بشرى اسماعيل ارنوط	السعودية-جامعة الملك خالد-كلية التربية
د. كارول س. نورث	الولايات المتحدة- جامعة جنوب غرب تكساس
البروفيسور مان شانغ	الامارات- جامعة زايد
د. اليزابيث ويتني بوليو	الولايات المتحدة- جامعة بويسي
أ.د. امجد رحيم محمد	العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية
أ.د. سعيد سعد هادي القحطاني	السعودية-جامعة الملك خالد-كلية التربية
أ.د. مروان طاهر الزعبي	الأردن- الجامعة الأردنية- كلية الآداب
أ.د. خميس دها مصلح	العراق- جامعة بغداد- كلية الآداب
أ.د. احمد القيناوي	اسبانيا – Instituto pirenaico de Ecologia (IPE), CSIC
أ.د. سعد عبد العزيز مسلط	العراق-جامعة الموصل- كلية الآداب
أ.د. احمد هاشم عبد الحسين	العراق- جامعة الكوفة- كلية الآداب
أ.د. مجيد محمد مضعن	العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية
أ.د. علاء اسماعيل جلوب	العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية
أ.م.د. جعفر حمزة الجوذري	العراق- جامعة القادسية- كلية الآثار
م.د. سجاد عبد المنعم مصطفى	العراق- جامعة الأنبار-كلية التربية للعلوم الإنسانية



بسم الله الرحمن الرحيم

افتتاحية العدد

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على خاتم النبيين سيدنا محمد،
وعلى آله وصحبه أجمعين
وبعد...

احبتنا الباحثين حول العالم... نضع بين أيديكم العدد الرابع من مجلتنا
(مجلة جامعة الأنبار للعلوم الإنسانية) تلك المجلة الفصلية العلمية المحكمة
والتي عن جامعة الأنبار والتي تحمل بين ثناياها ١٥ بحثاً علمياً يضم تخصصات
المجلة ولمختلف الباحثين من داخل العراق وخارجه ومن مختلف الجامعات.
في هذه البحوث العلمية، نرى جهداً علمياً مميزاً كان مدعاة لنا في هيئة
التحرير ان نفخر به وان تلقى هذه البحوث طريقها الى النشر بعد ان تم تحكيمها من
أساتذة أكفاء كل في مجال اختصاصه ليتم إخراجها في نهاية المطاف بهذا
الشكل العلمي الباهر، والصورة الطيبة الجميلة، والجوهر العلمي الرصين، فجزى
الله الجميع خير الجزاء لما أنتجته قرائحهم العلمية والثقافية وسطرته أقلامهم
لينتفع ببحوث هذه المجلة والذخيرة العلمية المعروضة فيها كل القارئ من
باحثين وطلبة ومهتمين.

إن العطاء الثمر من الباحثين والجهد المعطاء من رئيس وأعضاء هيئة التحرير
والدعم الكبير من رئاسة جامعة الأنبار، وعمادة كلية التربية للعلوم الإنسانية
يحث الخطو بنا للوصول إلى الغاية المرجوة المنشودة في دخول مجلتنا ضمن
المستوعبات العالمية للنشر العلمي. لذا وجب التنويه بأننا بصدد التحديث المستمر
والمواصل لشروط النشر وآلياته للارتقاء بأعداد مجلتنا والوصول بها إلى مكانة
علمية أرقى وأسمى تضاهي المجالات العلمية ذات المستويات المتقدمة، ولتساهم
بفاعلية في حركة النشر والبحث العلمي العربي سعياً لتعزيز مكانة البحث العلمي
وتوسيع آفاقه في البلدان العربية لأن البحث العلمي كان وما يزال واحداً من عوامل
رقي الأمم ومؤشراً على تقدمها... ومن الله التوفيق

أ.د. فؤاد محمد فريح

رئيس هيئة التحرير

تعليمات النشر في مجلة جامعة الأنبار للعلوم الانسانية

- الاجراءات والمواصفات العامة للبحث:
- مجلة جامعة الأنبار للعلوم الانسانية، مجلة علمية دورية محكمة، لنشر الأبحاث العلمية في مجال العلوم الانسانية الاتية: التاريخ، والجغرافيا، والعلوم التربوية والنفسية وتصدر بواقع ٤ اعداد سنوياً.
- يقدم الباحث على الموقع الالكتروني للمجلة <https://juah.uoanbar.edu.iq> وفق المواصفات الاتية: حجم الورق 4 A، وبمسافتين بما في ذلك الحواشي الهوامش والمراجع والجداول والملاحق، وبحواشي واسعة ٢.٥ سم او اكثر اعلى واسفل وعلى جانبي الصفحة .
- يقدم الباحث خطابا مرافقا يفيد ان البحث او ما يشابهه لم يسبق نشره، ولم يقدم لأي جهة اخرى داخل العراق او خارجه، ولحين انتهاء اجراءات البحث.
- يكون الحد الاقصى لعدد صفحات البحث ٢٥ صفحة.
- يكون البحث مكتوبا بلغة سليمة باللغة العربية او اللغة الانكليزية ومطبوع على الالة الحاسبة بخط Simplified Arabic حجم ١٤، على ان يتم تمييز العناوين الرئيسية والفرعية.
- تكتب الهوامش والمراجع وفق نظام شيكاغو او APA للتوثيق، بخط حجم ١٤، على ان يتم ترتيبها بالتتابع كما وردت في المتن، ويكون تنظيم المراجع هجائياً حسب المنهجية العلمية المعتمدة وباللغتين العربية والانكليزية.
- تؤول كافة حقوق النشر الى المجلة.
- تعبر البحوث عن اراء مؤلفيها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة.
- بيانات الباحث والملخص:
- يلزم الباحث بتقديم البيانات الخاصة به وببحثه، وباللغتين العربية والانكليزية، وتشمل الاتي: عنوان البحث، أسماء وعناوين الباحثين، ورقم الهاتف النقال، والبريد الالكتروني، وملخصين - عربي وانكليزي - بحد ادنى ٢٥٠ كلمة يحتويان الكلمات المفتاحية للبحث، والهدف من البحث، والمنهج المتبع بالبحث، وفحوى النتائج التي توصل اليها.
- ادوات البحث والجداول:
- اذا استخدم الباحث استبانة او غيرها من ادوات جمع المعلومات، فعلى الباحث ان يقدم نسخة كاملة من تلك الاداة، ان لم يكن قد تم ورودها في صلب البحث او ملاحقه.



- اذا تضمن البحث جداول او اشكال يفضل ان لا يزيد عرضها عن حجم الصفحة A 4، على ان تطبع ضمن المتن.
- يوضع الشكل بعد الفقرة التي يشار اليه فيها مباشرة، ويكون عنوانه في اسفله.
- يوضع الجدول بعد الفقرة التي يشار اليه فيها مباشرة، ويكون عنوانه في اعلاه.
- تقويم البحوث:
- تخضع جميع البحوث المرسلت الى المجلة الى فحص اولي من قبل هيئة التحرير لتقرير اهليتها للتحكيم، ويحق لها ان تعتذر عن قبول البحث دون بيان الاسباب.
- تخضع جميع البحوث للتقويم العلمي بما يضمن رصانتها العلمية، وقد يطلب من الباحث اذا اقتضى الامر مراجعة بحثه لإجراء تعديلات عليه.
- الوصول المفتوح:
- متاحة جميع البحوث على موقع المجلة الالكترونية وموقع المجلات الاكاديمية العراقية ضمن سياسة الوصول المفتوح.
- اجور النشر:
- يقوم الباحث بتسديد اجور النشر، والبالغة ١٢٥.٠٠٠ مائة وخمسة وعشرون الف دينار عراقي، واذا زادت صفحات البحث عن ٢٥ صفحة تضاف ٥.٠٠٠ خمسة الاف دينار عراقي عن كل صفحة.
- الباحثون من خارج العراق تنشر نتائجهم العلمية مجاناً.
- المراسلات :
- توجه المراسلات الى: جمهورية العراق – جامعة الأنبار – كلية التربية للعلوم الانسانية- مجلة جامعة الأنبار للعلوم الانسانية
- الموقع الالكتروني للمجلة <https://juah.uoanbar.edu.iq>
- هاتف رئيس التحرير: ٠٧٨٣٠٤٨٥٠٢٦
- E-mail : juah@uoanbar.edu.iq

فهرست البحوث المنشورة

بحوث التاريخ

ت	عنوان البحث	الباحث	رقم الصفحة
١	دور الدليم في تنويع الملك فيصل الأول	م.م. مريم فائق علي أ.د. جمال هاشم احمد	١٩-١
٢	الانقلاب العسكري في البرتغال واثره على الوضع الداخلي (١٩٧٤-١٩٧٦)	أ.د. حسين حماد عبد	٣٥-٢٠
٣	أمراء البحر في العصر الراشدي	بان عفتان طعمت أ.د. مظهر عبد علي	٦٤-٣٦
٤	السلع الواردة الى اسواق بغداد في العصر العباسي	هند محمد صالح أ.د. زين خلف نواف	٨٣-٦٥
٥	الأوضاع السياسية في دير الزور من (٧ كانون الاول ١٩١٨-١١ كانون الثاني ١٩١٩)	ياسمين محمد محمود أ.د. يوسف سامي فرحان	٩٨-٨٤

□ □

بحوث الجغرافية

ت	عنوان البحث	الباحث	رقم الصفحة
٦	تقييم حساسية قابلية الانهيارات الأرضية واثرها على طريق رقم ١٢ باستخدام الاساليب الاحصائية ونظم المعلومات الجغرافية	ذكريات مزعل محييد أ.د. احمد فليح فياض	١١٧-٩٩
٧	مظاهر الطقس القاسي في محافظة بغداد	أ.م.د. اوراس غني عبد الحسين	١٤٢-١١٨
٨	تحليل جغرافي للفتات الهشة في محافظة الانبار	أ.م.د. ايناس محمد صالح	١٧٥-١٤٣
٩	دور نظم المعلومات الجغرافية في تشكيل الفكر الجغرافي المعاصر: رؤية فلسفية	أ.م.د. عمر عبد الله القصاب أ.م. عاهد ذنون الحمامي	٢٠١-١٧٦
١٠	الخصائص الهيدرولوجية لأحواض الاودية الشمالية لبحيرة حديثة	هيام عطا الله احمد أ.م.د. امير محمد خلف	٢١٧-٢٠٢

بحوث العلوم التربوية والنفسية

ت	عنوان البحث	الباحث	رقم الصفحة
١١	الإجهاد والتعالي النفسي لدى طلبة الجامعة أثناء وبعد ظروف الشدة النفسية (جائحة كورونا أنموذجا)	أ.د. فؤاد محمد فريخ أ.د. مهني محمد عبد الستار م.م. نور وضاح ساطع	٢٣٨-٢١٨
١٢	بحوث التعليم عبر الإنترنت في العالم الإسلامي "مراجعة منهجية بيلومترية"	د. حسن محمود ابو حسنة د. فاطمة صالح البلوشي	٢٩٩-٢٣٩
١٣	العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بسلوك المخاطرة لدى ضباط الشرطة اليمنية وعلاقتها بسلوك المخاطرة لدى ضباط الشرطة اليمنية (دراسة)	أ. عبد الله حسين علي جوله أ.م.د. ايمن صالح احمد	٣٦١-٣٠٠



رقم الصفحة	الباحث	عنوان البحث	ت
		ميدانية في أمانة العاصمة صنعاء	
٣٨٥-٣٦٢	م.د. عبد الله عايد حردان	العلاقة بين المواد الافتراضية البريطانية وتحسين مفردات الطلبة الدارسين للغة الإنجليزية كلغة أجنبية و معرفتهم للكلام اليومي البريطاني	١٤
٤١١-٣٨٦	م. باسم محمد مهدي	تدريس الأدب والنصوص باستراتيجية التخييل الموجه وأثره في تحصيل طالبات الخامس العلمي وتفكيرهن المستقبلي	١٥



Psychological Stressors and Psychological Recovery Among University Students During and After Psychological Distress (Covid-19 as a Model)



<https://doi.org/10.37653/juah.2024.149764.1283>

*Prof. Dr. Fuaad Mohammed Freh¹

ORCID

Prof. Dr. Muhand Mohammed Abdulsattar²

Assist. Lect. Noor Wadah Satea³

ORCID

1University of Anbar - College of Education for Humanities

2University of Diyala College of Basic Education

3University of Anbar - College of Education for Humanities

Submitted:

12/05/2024

Accepted:

21/06/2024

Published:

30/03/2025

Abstract:

Aims: Psychological studies have indicated high prevalence rates of stress resulting from life stressors, especially during and after the pandemic of Covid-19. None of these studies, however have addressed the nature of the psychological stressors and recovery among Iraqis. This study aimed to address this gap in literature by investigating the prevalence of the indicators for the psychological stressors and recovery. The study also aimed to identify the nature of the relationship between psychological stressors and recovery during and after the conditions of psychological distress among a sample of Iraqi students.

Methodology: Five-hundred and forty-four students (225 male and 319 female) were randomly selected from to participate in this study. The short-version (23 items) of Recovery-Stress Questionnaire by Kallus (2011) was adopted. The questionnaire was translated into Arabic language. Validity of translation and other psychometric properties were extracted. **Results:** After analyzing the data, the results showed that 16.24% had a high degree of psychological stressors and recovery, while 15.7% showed a low degree. The results also indicated that 15.8% of the participants had high-level psychological stressors compared to 13.36% who had a low degree of suffering from stress. Too, 22.38% had a high rate of recovery, compared to 14.62% who had a low rate of recovery from psychological stressors. The results also indicated that there is a statistically significant correlation between psychological stressors and recovery, and that (0.577) of stress can predict psychological stressors and recovery. **Conclusions:** The clinical and research implications of the findings are discussed.

Keywords: Psychological Stressors, Recovery, Covid-19

©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Anbar. This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



الإجهاد والتعافي النفسي لدى طلبة الجامعة أثناء وبعد ظروف الشدة النفسية (جائحة كورونا نموذجاً)

أ.د. مهند محمد عبد الستار^٢

أ.د. فؤاد محمد فريح^١

م.م. نور وضاح ساطع^٢

جامعة الأنبار- كلية التربية للعلوم الانسانية^١

جامعة ديالى- كلية التربية الاساسية^٢

جامعة الأنبار- كلية التربية للعلوم الانسانية^٣

الملخص:

أشارت الدراسات النفسية الى وجود نسب عالية الانتشار للاجهاد المترقب عن ضغوط الحياة خاصة اثناء وبعد انتشار فايروس كورونا، الا ان أي من هذه الدراسات لم تتطرق الى طبيعة الاجهاد والتعافي الذي يعقبه لدى عينة من العراقيين. استهدف البحث الحالي التعرف نسبة انتشار مؤشرات الاجهاد والتعافي ومن ثم التعرف على طبيعة العلاقة بين الإجهاد النفسي والتعافي في ظروف الشدة النفسية لدى عينة من الطلبة العراقيين بلغت ٥٤٤ طالباً وطالبة بواقع ٢٢٥ طالب و٣١٩ طالبة تم اختيارهم عشوائياً من طلبة جامعة ديالى. اعتمد الباحثون مقياس الاجهاد والتعافي في ظروف الشدة النفسية Recovery-Stress Questionnaire لكالوس (Kallus, 2011). تم استخدام النسخة المختصرة من المقياس والذي تكون من ٢٣ فقرة وبيدائل سباعية تتراوح من أبدا الى نادراً بعد ان قام الباحثون بترجمته ومن ثم استخراج صدق الترجمة واستخراج مؤشرات الصدق الثبات. بعد تحليل البيانات احصائياً، اشارت النتائج الى ان نسبة ١٦.٢٤٪ لديهم درجة عالية من الاجهاد والتعافي مقابل ١٥.٧٪ لديهم نسبة منخفضة منه وان ١٥.٨٪ من الافراد لديهم معاناة من الضغوط عالية المستوى مقابل ١٣.٣٦٪ لديهم نسبة منخفضة من المعاناة من الضغوط، كما أظهرت النتائج ان ٢٢.٣٨٪ لديهم شفاء عالي من الضغوط مقابل ١٤.٦٢٪ لديهم نسبة منخفضة من الشفاء من الضغوط. كما اشارت النتائج الى ان هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاجهاد النفسي والتعافي من الضغوط وان نسبة (٠.٥٧٧) من الضغوط يمكن أن تتنبأ بالاجهاد النفسي وطرق التعافي.

الكلمات المفتاحية: الاجهاد النفسي، التعافي، فايروس كورونا.

مقدمة Introduction

ظهر فيروس كوفيد (١٩) على أنه طارئة صحية عامة امتدت لتحتاج دول ومناطق عدة حول العالم. وهناك حقيقة لا مناص منها كانت جهلنا الكثير عن ذلك الفيروس، وبالتالي كان لابد على المجتمعات المحلية والدولية أن تتخذ إجراءات لمنع انتشار المزيد من العدوى والحد من تأثير انتشار الفيروس المسبب للعديد من المشاكل الصحية والنفسية على حد سواء، الامر الذي أدى الى فرض تغييرا جذريا في نمط الحياة و أساليب المعيشة منها تقييد حركة الافراد و العزل في المنزل مما أثر و بشكل كبير في نوعية حياتهم وبالتالي الشعور بعدم الراحة و التوتر فضلا عن المشاعر السلبية كالقلق وسرعة الانفعال والحزن وانعكس ذلك في النهاية على الصحة العامة وتعرض الافراد الى الإصابة بالعديد من الاضطرابات النفسية. فقد اشارت دراسة (Zhang et al., 2020) الى ان هناك نسب انتشار عالية لاضطراب الاكتئاب المصاحب لانتشار الفيروس خاصة بين أولئك الذي أصيبوا بالفيروس وبنسبة (٢٩.٢٪)، علاوة على ذلك اظهر الافراد الذي تعرضوا للحجر الصحي الى اعراض الاكتئاب الشديد، قلق، سهولة الانزعاج او الانفعال، اضطرابات المزاج، اضطرابات نوم، توهيم المرض والخمول. كما وجدت دراسات لعينيتين محليتين في الولايات المتحدة ارتفاعا ملحوظا للاجهاد النفسي والتوتر بمقدار ثلاثة اضعاف مقارنة بالفترات التي سبقت انتشار فايروس كورونا (Ettman et al., 2020; McGinty et al., 2020) الامر الذي يشير وبوضوح الى التدهور الكبير الذي قد تسببه الازمات والشدائد النفسية على الصحة النفسية والعقلية والجسمية (Joshua et al., 2021). الامر الذي قاد بالتالي الى الحاجة الى مزيد من الدراسات النفسية للتعرف على اثار الاجهاد وطرق التعافي المرافقة للإصابة بفايروس كورونا على المدى القريب والطويل وان هناك حاجة ماسة لتتبع الاثار الصحية والنفسية طويلة الاجل للازمات والشدائد النفسية بشكل عام.

أجمعت الدراسات النفسية الى ان الاجهاد النفسي المترقب عن مواقف الحياة والعمل على حد سواء من سمات العصر الراهن، و الذي يشهد تطور وتغييرات سريعة وتحديات جمة، اذ اصبح الإجهاد يشكل جزءا من حياة الفرد نظرا لكثرة التحديات التي يواجهها والتي من شأنها أن تعمق مظاهر الإجهاد النفسي والإنهاك والاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر للضغوط العالية (Cotton et al., 2020; Viertiö et al., 2021). كما تؤكد الدراسات على ان الإجهاد الذي يتعرض له الافراد و بمستويات عالية سينعكس سلبا على صحتهم النفسية وادائهم في العمل ويعمل على تقليل المقاومة والشعور بالإحباط وفقدان للمعايير وغياب معنى العمل وفقدان السيطرة والتشاؤم والتي تعتبر جميعها من

مداخل الإصابة بالشدة النفسية والتي تعرف على أنها تعرض الفرد لحدث صادم يعالجها الفرد ويدرك نتائجها ويقيمها على انها تشكل تهديدا حالياً أو وشيكاً، وقد يكون ذلك التهديد اما خارجياً، حيث ينظر الفرد الى العالم على انه مكان خطير او يفسر الفرد ذلك الخطر كونه داخلياً، وهو الشكل الأكثر شيوعاً، الأمر الذي يؤدي بالفرد على انه غير قادر على تحقيق اهداف الحياة الهامة (Ehlers & Clark, 2000).

لم تقف المجتمعات عاجزة حيال هذا الامر واتخذت إجراءات عدة لمحاولة دعم إجراءات السيطرة على انتشار الفايروس، فضلاً عن المتابعة أثناء وبعد الشفاء اذ انها من العوامل الأساس التي تساعد الافراد على التعافي لما للتعافي من أهمية كبيرة في التخفيف من الكدر والالام النفسي المرافق للشدائد النفسية. فقد وجدت الدراسات النفسية التي أجريت (Patias, et al., 2021) ان الشعور بالتعافي النفسي Psychological Recovery والذي يعرف على أنه قدرة الفرد على استعادة توازنه النفسي وصحته البدنية رغم الخبرات الصادمة التي مر بها الفرد يساعد الافراد بشكل واضح على أداء المهام والوظائف بشكل اكثر فاعلية ويساهم في مواجهة التحديات والصعاب بالإضافة الى دوره الإيجابي الفاعل في التقليل من مستويات القلق والاجهاد والاكتئاب. كذلك يشير التعافي النفسي على أنه مجموعة من السمات الإيجابية في الشخصية والتي تساعد الفرد في مقاومة الضغوط من ناحية واستخدام الأساليب الأكثر فاعلية ليكون أكثر قدرة على التكيف مع ظروف الحياة، ويستخدمون استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة. كما يمكن اعتبار التعافي النفسي بأنه التكيف والتوازن الايجابي للفرد وقدرته على أداء الوظائف بشكل جيد التأثير الفعال والتماسك والثبات الالتزام والعمل والمشاركة للسيطرة والقدرة على التأثير في الأحداث و أخيراً استعادة التوازن والصحة (Chaudhury & Banerjee, 2020).

في ذات السياق اشارت الدراسات النفسية الى التأثيرات الإيجابية للتعافي في مقاومة الضغوط النفسية ومساعدة الفرد على التكيف الجيد وتحسين نوعية وجودة العلاقات مع الآخرين (Shastri, 2013). كما أكد الباحثون على العوامل الوقائية (Protective Factors) كأحد استراتيجيات التعافي النفسي والتي تشير الى ان هناك مجموعة من الاحداث والخبرات تساعد في حماية الفرد من الازمات النفسية من ضمنها طبيعة العلاقة التفاعلية مع الاسرة، رفاق المدرسة او العمل، كذلك امتلاك الفرد لمهارات حل المشكلات والتواصل الفعال.

ختاماً تكمن أهمية الدراسة الحالية في انها تتصدى لفئة مهمة من فئات المجتمع (طلبة الجامعة)، فهم أكثر شرائح المجتمع قدرة على البذل والعطاء، ولكن وبسبب انتشار الأوبئة والفيروسات في الآونة الاخيرة وما خلفته من آثار نفسية سواء

على كانت على صعيد الفرد نفسه أو على المجتمع بصفة عامة استدعى توفير العديد من الاحتياجات والاجراءات والاستراتيجيات لمواجهةها على المدين القريب والبعيد. كذلك فان الدراسة الحالية تسهم في التأصيل النظري لمتغيرات الاجهاد، التعافي النفسي والازمة النفسية اذ تعد من المجالات البحثية المهمة وبخاصة في الأونة الأخيرة. كما قد تساهم الدراسة الحالية في جذب الاهتمام لفئة المعرضين لأمراض مستحدثة، في محاولة لمساعدتهم على تخطي حالة الاجهاد الصعبة والوصول إلى مرحلة التعافي. أخيرا يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في إعداد برامج تنمية الجوانب الايجابية لذوي الاصابة بأمراض مستحدثة.

في ضوء ما تقدم يمكن أن تحدد مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: هل هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجة الإجهاد النفسي و التعافي في ظروف الشدة النفسية؟ وللإجابة على سؤال البحث الرئيس فان البحث الحالي يحاول قياس أولاً- قياس مدى انتشار الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة، ثانياً- قياس الاجهاد والتعافي بوصفه مقياسا ذا بعد واحد وثنائي الابعاد وتقويم دلالاته الإحصائية، ثالثاً- التعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي بوصفه عاملا عاما وثنائي الابعاد وعلى وفق متغير الجنس وتقويم دلالاته الإحصائية، رابعاً- التعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير العمر وتقويم دلالاته الإحصائية، خامساً: التعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير المرور بالتجربة القاسية وتقويم دلالاته الإحصائية، سادساً- قياس درجة اسهام المعاناة من الضغوط في التنبؤ بالاجهاد والتعافي وتقويم دلالاته الإحصائية، سابعاً: قياس درجة اسهام الشفاء من الضغوط في التنبؤ بالاجهاد والتعافي وتقويم دلالاته الإحصائية.

الاطار النظري

يعد مفهوم التعافي في ظروف الاجهاد النفسي من مفاهيم علم النفس الإيجابي والصحة النفسية اذ يمثل قدرة الفرد في تجلي الصعوبات ومنغصات الحياة، وأن الانفعال الايجابي والتعامل الذهني المتفتح يتبادلان التعزيز وبالتالي مدى واسع من الاستجابات الفاعلة من جهة وتحسين الصحة وسرعة التعافي والتعامل الجيد مع الازمات من جهة أخرى، واخيرا القدرة على مجابهة التحديات المحيطة (Shaul et al., 2020)، لذلك فان مرحلة التعافي النفسي تتوسط مرحلتي التدهور والنمو، وتوصف كما يلي: مرحلة التدهور: وتبدأ بالغضب والإحباط وتنمو هذه المشاعر مع الفرد، وتظهر في القاء اللوم على الآخرين والتقليل من قيمة الذات. مرحلة التكيف: يرتد الفرد عكس مسار التدهور والاختلال وذلك يسمح له بالتكيف من خلال اتخاذ بعض التدابير والإجراءات للتعامل مع مواقف الخطر. مرحلة التعافي وهي امتداد

لمرحلة التكيف ويحاول فيها الوصول لمستوى الأداء النفسي الذي كان عليه قبل التعرض للخطر. أخيراً مرحلة النمو: وفيها يتعلم الفرد ويستفيد من الأزمات والمحن والشدائد التي يتعرض لها.

هناك العديد من النظريات التي فسرت هذا المفهوم اقربها وأكثرها شمولاً كانت نظرية التوسيع و البناء للانفعال الإيجابي لفريدريكسون. ترى هذه النظرية أن بعض الانفعالات الإيجابية بما في ذلك التعالي والفخر والفرح، الرضا، الحب على الرغم من اختلافاتها الظاهرية إلا أنها تشترك جميعها في القدرة على توسيع بصيرة الأفراد الفكرية وبناء مواردهم الشخصية الدائمة، بدءاً من الموارد المادية والفكرية إلى الموارد الاجتماعية والنفسية. فالانفعال هو بمثابة متوالية من التغيرات الحاصلة في خمس من المنظومات العضوية، المعرفية الفسيولوجية، النفسية، وأخيراً الحركية التوجيهية التي تحدث جميعها بشكل متزامن استجابة لتقديرنا لمدى ملاءمة مثير خارجي أو داخلي، ويشكل الانفعال الإيجابي البطانة الأساسية لوجود التعالي النفسي، حيث تتنوع الانفعالات من حيث النوع والشدة والمستوى، إلا أنها تندرج جميعاً ضمن نظامين عصبيين حيويين تطوراً لتكيف الإنسان في التعامل مع تحديات البيئة وإمكاناتها وصولاً إلى البقاء والتكاثر الأول هو نظام الانفعالات السلبية وهو دفاعي تجنبى حماية ضد الاخطار (قلق غضب حزن ضيق الثاني هو نظام الانفعالات الإيجابية الدافع للنمو والتوسع والانفتاح والتفاعل والارتباط مثل (الفرح، الحماس، البهجة) (Balk & Englert, 2020).

ترى (فريدريكسون) أن الانفعالات سواء كانت ذاتية الوعى أم لا، قد استلهمت من الانفعالات السلبية ولو لا هذه الانفعالات الإيجابية لما أقبل الإنسان على الدنيا (Verbeke, 2008)، ولما استمر في سعيه لإحراز المزيد من التقدم والسيطرة على واقعه ووجوده، ولما سعى وراء الحماسة والابداع. إن شيوع هذه المشاعر بدورها تعتبر آليات نفسية متطورة توارثها -جنسنا البشري عن أسلافه الأولين وخلال عملية نشوء النوع وبقائه وتكاثره. كما تشير إلى أن هناك ثلاثة أنظمة عصبية تضبط السلوك وتوجهه وهي على علاقة بسمات الشخصية التي تغلب على الناس وما يتصفون به من فروق فردية (Carr, 2004) وهي على النحو التالي: النظام الأول نظام تيسير السلوك الموجه للانفعالات الإيجابية وهو ينشط استجابة لإشارات المكافأة، ويطلق عليه اسم نظام المكافأة العصبي البيولوجي. النظام الثاني يتطابق مع مزيج من سمات اللطف والاعتدال أو الرزانة والاقتصاد في القصد والحرص المهني والخلقي والضبط المتعقل ويطلق عليه تسمية النظام المقيد وينشط هذا بدوره مع ارتفاع الموصل العصبي السيروتونين حيث يعمل على الحد من جموح نظام تيسير السلوك والبحث عن المكافأة والحماسة والإثارة. النظام الثالث هو نظام التجنب والصد وتتمثل وظيفته في التمييز بين المثيرات المهددة التي تحمل أخطاراً داهمة أو محتملة على السلام النفسي والبقاء

وسوء العاقبة، وتلك التي لا تحمل تهديداً، أنه يقوم بصدد السلوك عندما يكون هناك خطراً إذ يوجه سلوكه لتجنب العقاب ويستمد نشاطه من كل من الموصليين العصبيين اللذين يطلقان انفعالات القلق والخوف والاستنفار المفرط للتعبئة النفسية الدفاعية وانعدام التأكد والتوجس وإيثار السلامة والبحث عن الحماية من خلال الانكفاء، وكلها تتطابق مع الاضطرابات الانفعالية العصبية المعروفة.

كذلك فإن النماذج المعرفية تشير إلى أن التقييمات المتعلقة بالتهديد الوشيك يؤدي إلى القلق، و لحساب حقيقة أن الشدة النفسية هو ذكرى حدث صادم حدث في الماضي، فعندما يعالج الأفراد ذلك الحدث أو نتائجه معرفياً بطريقة تخلق تقييمات بأن تلك الشدة تشكل تهديداً حالياً أو وشيكاً، وقد يكون ذلك التهديد إما خارجياً إذ ينظر الأفراد إلى العالم على أنه مكان خطير، أو أن يفسر الفرد ذلك الخطر كونه داخلياً إذ يدرك الأفراد أنهم غير قادرين على تحقيق أهداف الحياة الهامة، ووفقاً لذلك يميل الأفراد الذين يتعافون بشكل طبيعي من الشدة النفسية إلى رؤية الصدمة المسببة لذلك كحدث محدد زمنياً ليس له آثار سلبية على المستقبل، وعلى النقيض من ذلك يميل الأفراد الذين يعانون من الشدة النفسية إلى التعامل ومعالجة الحدث الصادم المسبب للشدة على أنه حدث مؤلم وإن ذلك الحدث قام بتغيير سلبي في حياتهم لا يمكن محوه ونسيانه (Freh & Chung, 2021).

منهجية البحث واجراءاته

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي فقد اعتمد الباحثون المنهج الوصفي. أما مجتمع البحث فقد كان جميع طلبة جامعة ديالى للمرحلة الدراسية الأولية الصباحية ولكافة الاختصاصات العلمية والإنسانية للعام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١. أما عينة البحث فتكونت من ٥٤٤ طالب وطالبة بواقع ٢٢٥ طالب و٣١٩ طالبة جرى اختيارهم عشوائياً.

أداة البحث: اعتمد الباحثون على مقياس الاجهاد والتعافي في ظروف الشدة النفسية Recovery-Stress Questionnaire لكالوس (Kallus, 2011). يتكون المقياس من صورتين الأولى تتكون من ٧٢ فقرة، بينما تتكون الصورة القصيرة من ٢٥ فقرة وببدائل سباعية تتراوح من أبداً إلى نادراً. يتراوح الاتساق الداخلي للمقياس للنموذج الطويل بين (٠,٨٠-٠,٩٧). أما ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار فقد وجد بأنه يتراوح بين (٠,٧٩-٠,٩١) (Kallus, 2011). تم استخدام النسخة المختصرة من المقياس بعد أن قام الباحثون بترجمته من اللغة الإنكليزية إلى اللغة العربية بواسطة الباحث الأول كونه يجيد اللغة الإنكليزية ومن ثم معاودة ترجمة النص العربي إلى النسخة الإنكليزية بواسطة مختص باللغة الإنكليزية، ومن ثم أخيراً استخراج صدق الترجمة

بمطابقة كل فقرة من فقراتها مع فقرات النسخة الأصلية.

للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس تم تطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية. وقد تم اجراء تحليل الفقرات بإسلوبين هما:

القوة التمييزية لكل فقرة: تكونت عينة التحليل من ٢٩٤ فردا بواقع ١٤٧ لافراد المجموعة العليا ومثلها لافراد المجموعة الدنيا. تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقاييس بين المتوسط الحسابي لكل فقرة في المجموعة العليا والدنيا، اشارت نتائج التحليل الاحصائي ان جميع الفقرات كانت دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٥ والجدول (١) يوضح ذلك

حساب ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس: لاستخراج علاقة الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس تم استعمال معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة الخطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس. اشارت نتائج التحليل الاحصائي ان جميع الفقرات كانت دالة عند مستوى دلالة ٠.٠٥ والجدول يوضح ذلك.

جدول (١) القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي لفقرات مقياس الاجهاد والتعليق لدى طلبة الجامعة

الفقرة	القوة التمييزية (القيمة التائية المحسوبة)	معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس	الفقرة	القوة التمييزية (القيمة التائية المحسوبة)	معامل ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس
١	6.44	0.36**	١٤	10.03	0.53**
٢	2.88	0.22**	١٥	2.05	0.19*
٣	5.64	0.32**	١٦	13.34	0.61**
٤	2.75	0.21**	١٧	2.92	0.24**
٥	2.65	0.20**	١٨	12.36	0.63**
٦	10.83	0.56**	١٩	13.57	0.62**
٧	9.94	0.53**	٢٠	13.11	0.60**
٨	3.80	0.27**	٢١	3.14	0.25**
٩	10.27	0.53**	٢٢	8.87	0.48**
١٠	10.03	0.56**	٢٣	9.87	0.55**
١١	7.02	0.42**	٢٤	9.14	0.53**
١٢	13.41	0.63**	٢٥	14.92	0.68**
١٣	11.42	0.59**			

تشير العلامة ♦ على ان الفقرة مميزة عند مستوى دلالة ٠.٠٥، تدل العلامة ♦♦ على ان معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠١ والعلامة ♦♦♦ انها دالة عند

صدق البناء: تم الحصول على مؤشرات صدق البناء لمقياس الاجهاد باسلوب التحليل العاملي بتطبيقه على عينة مؤلفة من ٥٤٤ طالب وطالبة، وقد بلغت قيمة معيار كايزر- ماير للملائمة Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy ٠.٨٩٩ وهو معيار يشير الى جودة العينة وملائمتها شبة التامة لاجراء تحليل عاملي مناسب ضوء مؤشر اختبار بارلتل للدلالة Bartlett's Test of Sphericity حيث كانت قيمة مربع كاي Chi-Square ٠. دالة عند درجة حرية ٣٠٠ ومستوى دلالة ٠.٠٠٠١. وقد اسفر التحليل العاملي بطريقة المكونات الرئيسية Principle Components عن استخلاص عاملين يزيد جذرهما الكامن على (١) حيث تشبعت على العامل الأول ١٣ فقرة وعلى العامل الثاني ١٠ فقرات فيما حذفت فقرتين كان تشبعهما دون ٠.٣٠ وبحسب معيار كيلفورد Guilford تعد الفقرة مشبعة على عاملها ان كان معامل ارتباطها به يزيد او يساوي ٠.٣٠ (Guilford,1954,p.500) وقد بلغت قيمة الجذر الكامن لهذا العامل ٦.١٣٧ وحصته من التباين المفسر ٢٤.٦٩٣ فيما بلغ الجذر الكامن للعامل الثاني ٢.٨٢٣ وحصته من التباين المفسر ١١.٢٩١ بعد تدوير العوامل بطريقة ال Varimax ٢٥ مرة . حيث حذفت الفقرتان (شاهدت التلفزيون في الأيام الثلاث الماضية) و(كنت في مرحلة نقاهة من المرض في أيامي الثلاث الأخيرة). وبذلك اصبح المقياس مؤلفا من ٢٣ فقرة ذات مجالين والجدول (٢) يوضح نتائج التحليل العاملي وقد سمي العامل الأول بالمعانة من الضغوط فيما سمي العامل الثاني بالشفاء من الضغوط، وهذا تأكيد على صدقية البنية النظرية للمقياس الذي اكد على ان مقياس الشفاء والتعافي مكون من مجالين اثنين.

جدول (٢) نتائج التحليل العاملي للمقياس ودرجة تشبع كل فقرة على كل مجال

١٩	نمت بشكل قلق في الأيام الماضية.	٠.704	١٠	في الأيام الثلاث الماضية عانيت من التعب في العمل	0.498
٢٠	كنت منزعجا في الأيام الأخيرة	0.703	٢٣	أجلت بعض الأعمال في الأيام الماضية	0.469
١٨	شعرت بالتعب الشديد في الأيام الثلاث الماضية	0.679	١٧	كنت في مزاج جيد في الأيام الثلاث الأخيرة	0.693
١٢	شعرت بانني على غير ما يرام في الأيام الماضي	0.664	٢١	شعرت بانني امتلك طاقة وحيوية في الأيام التي مضت	0.672
١٦	نفذ صبري في الأيام الماضية	0.653	٥	معنوياتي كانت عالية في الأيام الثلاث الأخيرة	0.651
١٣	كنت منزعجا من الناس في الأيام الماضية	0.642	١١	حققت النجاح في أيامي الأخيرة.	0.638

١٤	معنوياتي انخفضت في الأيام الماضية	0.624	٢٢	عملت بجد في الأيام الأخيرة	0.607
٢٥	عانيت من الضغوط في أداء أعمالي في الأيام الأخيرة	0.622	٢	ضحكت في الأيام الثلاث الأخيرة.	0.566
٧	عانيت من الصراعات في الأيام الثلاث الأخيرة،	0.607	٨	قضيت أوقاتاً ممتعة مع أصدقائي في الثلاث أيام الأخيرة.	0.532
٩	عانيت من الصداق والضيق في صحتي في الأيام الثلاث الأخيرة	0.562	٤	في الأيام الثلاث الأخيرة كنت مرتاح جسدياً	0.532
٦	عانيت من صعوبة التركيز في أيامي في التي مضت	0.517	١٥	كان نومي مريحاً في الأيام الأخيرة	0.418
			٢٤	اتخذت قرارات مهمة خلال أيامي الثلاث التي مضت	0.348

التحليل العاملي التوكيدي

أجرى الباحثون التحليل العاملي التوكيدي (Confirmatory Factor Analysis) للتحقق من صحة الانموذج النظري المتبنى لمقياس الاجهاد والتعليق ثنائي الابعاد وتقويم ودرجة صلاحيته والتأكد من مديات مطابقته مع البيانات المستقاة من العينة. عند اخضاع البيانات الى التحليل العاملي التوكيدي لعينة البحث البالغة ٥٤٤ تحققت المؤشرات الاتية كما في الجدول (٥).

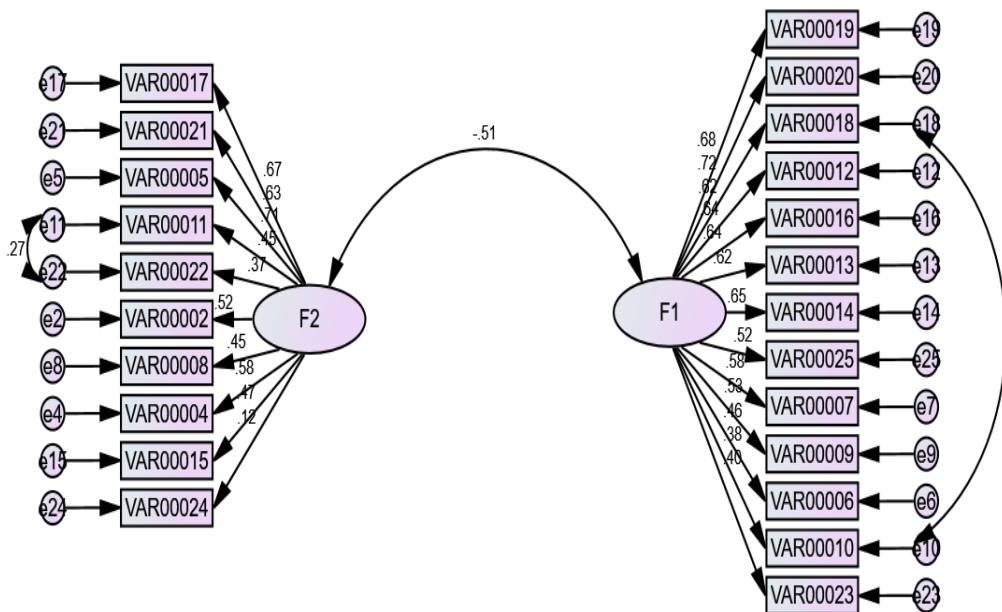
جدول (٥) التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الاجهاد والتعليق ثنائي الابعاد

ت	مؤشر جودة المطابقة	القيمة	قيمة درجة القطع (معيار القبول)
١	مربع كاي (χ^2/df)	2.810	يجب ان تقل قيمته عن ٥ أي غير دالة. القيمة صفر تعني مطابقة تامة
٢	GFI مؤشر حسن المطابقة	0.901	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر من ٠.٩٠
٣	AGFI مؤشر حسن المطابقة المصحح	0.879	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٨٠
٤	RMSEA الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب	0.058	قيمة المؤشر تساوي أو اقل ٠.٠٥
٥	(CAIC) محك المعلومات المتسق لايبك	0.865	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع
٦	AIC محك المعلومات لايبك	المفترض : 735.964 المشبع : 3686.486	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع

ت	مؤشر جودة المطابقة	القيمة	قيمة درجة القطع (مقياس القبول)
٧	ECVI محك المعلومات المتسق لا يكيك	المفترض : ١.٣٥٥ المشبع : ٦.٧٨٩	تقل قيمة النموذج المفترض عن قيمته للنموذج المشبع
٨	RMR مؤشر جذر متوسط مربعات البواقي	0.271	قيمة المؤشر تساوي اقل من ٠.١ . القيمة صفر تعني مطابقة تامة
٩	PGFI مؤشر حسن المطابقة الاقتصادي	0.741	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٥٠ والأفضل ٠.٦٠
١٠	PNFI مؤشر المطابقة المعياري الاقتصادي	0.740	قيمة المؤشر تساوي أو اكبر ٠.٥٠ والأفضل ٠.٦٠

ومن خلال كل المؤشرات في اعلاه يمكن الاستنتاج بان اغلب مؤشرات التحليل العاملي التوكيدي تدل على وجود مطابقة تامة للنموذج. وبالتالي فإن النموذج النظري المحدث لمقياس الاجهاد والتعافي ثنائي الابعاد قد تأكدت مطابقته للمجتمع من خلال مقايسة بيانات العينة للمؤشرات الاحصائية المعتمدة في التحليل العاملي التوكيدي. وعليه فإن الاستنتاج المستخلص من هذه النتائج، يقود إلى تبني الرؤية النظرية الآتية، إن مقياس الاجهاد والتعافي ثنائي الابعاد في البحث الحالي يمكن مؤشر تطابقا تاما بين النموذج النظري المتبنى في البحث وبين البيانات الناتجة عن تطبيق المقياس على العينة المختارة. وبذلك يكون التحليل العاملي التوكيدي. والشكل (١) يوضح ذلك:

شكل ١ يوضح التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الاجهاد والتعافي



مؤشرات الثبات:

تم استحصـال مؤشرات الثبات من خلال قياس الاتساق الداخلي لفقرات المقياس حيث بينت معادلة معامل ارتباط الفا كرونباخ معامل ثبات مقياس الاجهاد والتعلي في بوصفه عاملاً عاماً بفقراته الـ ٢٣ بلغ (٠,٧١) فيما بلغ معامل الثبات طريقة التجزئة النصفية (٠,٦٩). وتعد معاملات الثبات تلك مقبولة في ضوء معيار عدد الفقرات، وبحسب معيار Nunnally 1967 فإن اقل معامل الفا لاختبار مكون من ٤٠ فقرة يجب ان لا يقل عن ٠,٣٠ والا يعد الاختبار غير صالح ويتوجب اعاده بنائه (Nunnally,1967: 196).

الخصائص السيكومترية للمقياس

بالنظر لما اشارت اليه ادبيات القياس النفسي والتربوي في ان الظواهر النفسية والاجتماعية ممكن ان تتوزع اعتدالياً بين افراد المجتمع المدروس، ولذلك فان استخراج المؤشرات الاحصائية للمقياس تبين مدى تقارب توزيع درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي، وهو من المعايير المهمة في الحكم على تمثيل العينة للمجتمع المدروس، ومن ثم امكانية تعميم النتائج. وتشير المؤشرات الخاصة بالمقياس الى وجود تقارب بين مؤشرات الوسط الحسابي والوسيط والمنوال والى انخفاض الخطأ المعياري للمقياس وكذلك نسبتي الالتواء والتفرطح في توزيع الدرجات مما يعطي مؤشراً مقبولاً في ان التوزيع الحالي يقترب من التوزيع الاعتدالي Normal Distribution وبالتالي قدرة مخرجات عينة الدراسة في تمثيل المجتمع الأصلي للبحث. وتم الحصول على تلك المؤشرات من خلال تطبيق الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لجميع افراد عينة البحث والبالغ عددها (٥٤٤) طالب وطالبة، والجدول (٦)، يبين المؤشرات الإحصائية لعينة البحث لمقياس الاجهاد والتعلي.

جدول (٦) المؤشرات الإحصائية لمقياس الاجهاد والتعلي وبعديه

المقياس	الاجهاد والتعلي	المعانة من الضغوط	الشفاء من الضغوط
العدد N	544	544	544
الوسط الحسابي Mean	95.0129	53.2169	41.7960
الوسط الفرضي Hypothetical Mean	92	52	40
الوسيط Median	95.0000	53.0000	41.0000
المنوال Mode	90.00	47.00	37.00
الانحراف المعياري SD	16.15207	15.79790	11.10061

المقياس	الاجهاد والتعافي	المعاناة من الضغوط	الشفاء من الضغوط
التباين Variance	260.889	249.573	123.223
الالتواء Skewness	-0.216	-0.026	-0.034
التفرطح Kurtosis	0.439	-0.260	-0.423
المدى Range	112.00	78.00	58.00
اقل درجة Minimum	32.00	13.00	11.00
اعلى درجة Maximum	144.00	91.00	69.00
المجموع Sum	51687.00	28950.00	22737.00

نتائج البحث

اولاً- قياس مدى انتشار الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة: من اجل الحصول على تصور كمي لكيفية انتشار الاجهاد والتعافي وتأسيساً على معطيات الفرضية الأولى من مؤشرات الصدق تم اعتماد الوسط الحسابي مضافاً اليه انحراف معياري واحد كمؤشر لفئة ذوي الاجهاد والتعافي العالي والوسط الحسابي مطروحاً منه انحراف معياري واحد للفئة ذوي الاجهاد والتعافي الواطئ والفئة الثالثة هي التي تقع بين الفئتين انفتي الذكر، علما ان الفروق كانت دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠٠٥ بين المجموعات الثلاث (العليا - الوسطى - الدنيا) للمقياس بوصفه عاملاً واحداً او ثنائياً الابعاد والجدول (٧) يوضح ذلك

جدول (٧) مدى انتشار الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة بوصفه عاملاً واحداً وثنائياً الابعاد

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الفئة العليا		الفئة الوسطى		الفئة الدنيا	
			النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار
الاجهاد والتعافي	٩٥	١٦	٩٠	١٦.٢٤	٣٧٧	٦٨.٠٥	٨٧	١٥.٧
المعاناة من الضغوط	٥٢	١٥.٨	٩٩	١٧.٨٧	٣٨١	٦٨.٧٧	٧٤	١٣.٣٦
الشفاء من الضغوط	٤٠	١١	١٢٤	٢٢.٣٨	٣٤٩	٦٢.٩٩	٨١	١٤.٦٢

من الجدول أعلاه يتضح ان نسبة ١٦.٢٤٪ لديهم درجة عالية من الاجهاد والتعافي مقابل ١٥.٧٪ لديهم نسبة منخفضة منه وان ١٥.٨٪ من الافراد لديهم معاناة من

الضغوط عالية المستوى مقابل ١٣.٣٦٪ لديهم نسبة منخفضة من المعاناة من الضغوط، كما أظهرت النتائج ان ٢٢.٣٨٪ لديهم شفاء عالي من الضغوط مقابل ١٤.٦٢٪ لديهم نسبة منخفضة من الشفاء من الضغوط. يمكن تفسير هذه النتيجة الى ان افراد العينة اظهروا أهمية كبيرة وجدية في التعامل مع الارشادات الصحية والنفسية والموضوعة من قبل الجهات المختصة، اذ اعتبروا انها موقف تحدي شأنه شأن مواقف الحياة ولا يمكن أن يكون له تأثير اكبر من ذلك. كما اشارت نظرية الانفعال الإيجابي الى التعامل الذهني المتفتح والتعامل الجيد مع الازمات التي يمر بها الفرد تساهم مساهمة كبيرة في التخفيف من حدة الازمات ومواجهة التحديات التي يخبرها الافراد الامر الذي يسهم بالتالي الى تحسين الصحة بشكل عام.

ثانياً- قياس الاجهاد والتعالي بوصفه مقياسا ذا بعد واحد وثنائي الابعاد وتقويم دلالاته الإحصائية: اشارت نتائج التحليل الاحصائي بعد تطبيق مقياس الاجهاد والتعالي على عينة البحث التطبيقية البالغة ٥٥٤ طالب وطالبة ان دلالات الفروق بين الأوساط الحسابية والأوساط الفرضية لمقياس الاجهاد والتعالي بوصفه عاملاً عاماً او ثنائياً الابعاد والتي اختبرت من خلال الاختبار التائي لعينة واحدة كانت دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ وكما موضح في الجدول (٨)

جدول (٨) الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الاجهاد والتعالي والمتوسط الفرضي للعينة

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	المتوسط الفرضي	قيمة t-test	الدلالة
الاجهاد والتعالي	95.01	16.15	544	92	4.35	دالة
المعاناة من الضغوط	53.21	15.79	544	52	1.79	غير دالة
الشفاء من الضغوط	41.79	11.10	544	40	3.77	دالة
• القيمة الجدولية للاختبار التائي لعينة واحدة عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٥٥٣ تساوي 1.960						

يتضح من الجدول أعلاه ان عينة البحث من طلبة الجامعة لديها مستوى مرتفع من الاجهاد والتعالي، فيما كانت المعاناة من الضغوط غير دالة وان عينة البحث لديها مستوى متوسط من المعاناة كما بينت النتائج ان عينة البحث لديها مستوى مرتفع من الشفاء من الضغوط. يمكن ان تعزى هذه النتيجة الى طبيعة استجابة افراد العينة للتغير الطارئ و الذي بدوره انعكس على نوعية حياتهم بشقها المادي و

الاجتماعي والنفسي والتعليمي والصحي، كما أن أفراد العينة تدرك أولوياتها في العيش وبحسب الإمكانيات المتاحة بسبب طبيعة الوضع الأمني آنذاك والذي القى بظلاله على التركيز اتجاه معظم مؤشرات نوعية الحياة دون أخرى محاولة منهم للوصول الى الرضا عن الأوضاع المعيشية وتداعيات كورونا على حدٍ سواء. كذلك فإن النماذج النظرية المعرفية تؤكد على أن تقييم الافراد فيما يخص الاحداث المهددة قد يعود الى طبيعة المعالجة المعرفية لهذه الاحداث ونتائجها بطريقة تساعد على خلق تقييمات بان مصدر الشدة يعتبر تهديدا مؤقت، ووفقا لذلك قد يميل الأفراد الذين يتعافون بشكل طبيعي من الشدة النفسية إلى رؤية الصدمة المسببة لذلك كحدث محدد زمنياً ليس له آثار سلبية على المستقبل.

ثالثاً- التعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي بوصفه عاملاً عاماً وثنائي الابعاد وعلى وفق متغير الجنس وتقويم دلالاته الإحصائية: لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للمقايسة بين متوسط درجات الاجهاد والتعافي للذكور والاناث. اشارت النتائج إلى ان هناك فروق في مستوى الاجهاد والتعافي بين الطلبة الذكور والاناث ولصالح الاناث عدا الشفاء من الضغوط فإنها دالة لصالح الذكور والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩) الاختبار التائي للتعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي بوصفه عاملاً عاماً وثنائي الابعاد على وفق متغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
الاجهاد والتعافي	الذكور	225	92.08	14.77	-3.585	دالة
	الاناث	319	97.07	16.77		
المعانة من الضغوط	الذكور	225	١49.0	13.90	-5.349	دالة
	الاناث	319	56.18	16.38		
الشفاء من الضغوط	الذكور	225	43.08	11.14	2.275	دالة
	الاناث	319	40.89	10.99		
● القيمة الجدولية للاختبار التائي لعينتين مستقلتين عند درجة مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٥٤٢ تساوي 1.960						

ويرجع ذلك الى أن طبيعة توافق الذكور يختلف عن طبيعته لدى الاناث في المراحل العمرية المختلفة وذلك نتيجة للضغوط الصحية والنفسية والاجتماعية، إذ تعاني الاناث أكثر من الآلام المزمنة والمشكلات الصحية بسبب التركيبية الجسمية والسيكولوجية لهن، الامر الذي قد يعزز خوفهن من تبعات إصابتهن بالامراض أو

إمكانية إصابة أحد أفراد عوائلهن ويقود بالتالي الى جعلهن في حالة قلق مما يؤثر على صحتها النفسية. ولا يفوتنا أن نذكر ان إجراءات الحجر الصحي قللت من فرص خروجهن مما اثر على طبيعة العلاقات الاجتماعية وبالتالي تدني مستويات الدعم الاجتماعي المتوقع سواء من الأقارب او الأصدقاء وبالتالي التقليل من إمكانية الشفاء او التخلص من الضغوط.

رابعاً- التعرف على الفروق في الاجهاد والتعب لدى طلبة الجامعة على وفق متغير العمر وتقويم دلالاته الإحصائية: لتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل التباين من الدرجة الاولى One Way ANOVA للمقايسة بين درجات الاجهاد والتعب بحسب متغير العمر، اشارت نتائج التحليل الاحصائي الى ان القيم الفائية المحسوبة للاختبار كانت غير دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجتي حرية (٣-٥٤٠) والجدول (١٠) يوضح ذلك، بكلمة أخرى ان متغير الاجهاد والتعب بوصفه بعداً عاماً او ثنائياً الابعاد لدى الطلبة لا يتأثر بمتغير العمر وان جميع الاعمار تطور إدراكاً موحداً بشأن الاجهاد والتعب. والجدول يوضح ذلك

جدول (١٠) تحليل التباين من الدرجة الاولى للمقارنة بين درجات الاجهاد والتعب لدى طلبة الجامعة على وفق متغير العمر

البعد	مصدر التباين source of variance	مجموع التريعات Sum of Squares	درجة الحرية Df	متوسط مجموع التريعات Mean Square	قيمة اختبار F
الاجهاد والتعب	Between Groups	1025.975	3	341.992	1.313
	Within Groups	140636.935	540	260.439	
	Total	141662.910	543		
المعاناة من الضغوط	Between Groups	622.922	3	207.641	.831
	Within Groups	134895.482	540	249.806	
	Total	135518.404	543		
الشفاء من الضغوط	Between Groups	786.634	3	262.211	2.141
	Within Groups	66123.717	540	122.451	
	Total	66910.351	543		

القيمة الجدولية لاختبار F عند درجتي حرية ٣-٥٤٠ ومستوى دلالة ٠.٠٥ تبلغ ٢.٦١

لم يلعب العمر دوراً فاعلاً في متغيرات البحث الحالي كما تم الإشارة اليه في أعلاه، قد يعود السبب في ذلك الى ان جميع الطلبة ومن جميع الاعمار لديهم تعبئة نفسية دفاعية متوازنة وان الافراد من جميع الاعمار التي خصها البحث الحالي يسعون الى الحماية والتعافي من الضغوط النفسية بذات القدر.

خامساً: التعرف على الفروق في الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير المرور بالتجربة القاسية وتقويم دلالاته الإحصائية: لتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل التباين من الدرجة الاولى One Way ANOVA للمقايسة بين درجات الاجهاد والتعافي بحسب متغير المرور بالتجربة القاسية، اشارت نتائج التحليل الاحصائي الى ان القيم الفائية المحسوبة للاختبار بوصفه عاملاً عاماً او ثنائياً دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجتي حرية (٥٤٠-٣) (جدول ١١)، مما يشير الى ان الاجهاد والتعافي لدى الطلبة يتأثر بمتغير المرور بالتجربة القاسية.

جدول (١١) تحليل التباين من الدرجة الاولى للمقارنة بين درجات الاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير المرور بالتجربة القاسية

البعد	مصدر التباين source of variance	مجموع التريعات Sum of Squares	درجة الحرية Df	متوسط مجموع التريعات Mean Square	قيمة اختبار F
الاجهاد والتعافي	Between Groups	2180.792	3	726.931	2.814
	Within Groups	139482.118	540	258.300	
	Total	141662.910	543		
المعاناة من الضغوط	Between Groups	10383.131	3	3461.044	14.936
	Within Groups	125135.273	540	231.732	
	Total	135518.404	543		
الشفاء من الضغوط	Between Groups	3831.020	3	1277.007	10.932
	Within Groups	63079.331	540	116.814	
	Total	66910.351	543		
القيمة الجدولية لاختبار F عند درجتى حرية ٣-٥٤٠ ومستوى دلالة ٠.٠٥ تبلغ ٢.٦١					

وعند اجراء اختبار نيومان كولز ستيودنت للمقارنة بين الاجهاد والتعايف كعامل عام بحسب درجة المرور في التجربة ظهر ان متوسط درجات الاجهاد لدى الطلبة الذين خبروا تجربة قاسية كان اعلى من اقرانهم الاخرين. كما تم اجراء اختبار نيومان كولز ستيودنت للمقارنة بين الطلبة في عامل المعاناة من الضغوط فتبين ان المعاناة تزداد كلما زادت شدة التجربة وان الافراد الذي خبروا تجربة قاسية كان لديهم متوسط حسابي اعلى من اقرانهم في عامل المعاناة من الضغوط. اما عامل الشفاء من الضغوط فقد بينت نتائج اختبار نيومان كولز ستيودنت ان الطلبة الذين خبروا مستوى متوسط من المعاناة كانت لديهم فرصة اعلى للشفاء من الضغوط تلاه الطلبة الذين لم يمروا بتجربة قاسية ثم الطلبة الذين مروا بتجربة قاسية فيما أشار الطلبة الذين مروا بتجربة قاسية جدا الى انخفاض مستوى الشفاء من الضغوط.

سادساً- قياس درجة اسهام المعاناة من الضغوط في التنبؤ بالاجهاد والتعايف وتقويم دلالاته الإحصائية: لتحقيق هذا الهدف تم استعمال تحليل الانحدار المتعدد multiple Regression بأسلوب الادخال (Enter) وجد ان المعاناة من الضغوط تتنبأ بالاجهاد والتعايف في ٠.٥٧٦، فيما كانت القيم الفائية لمعامل الانحدار دالة احصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠٥ لكل من المتغيرات انفة الذكر والجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) تحليل الانحدار المتعدد بأسلوب الادخال للتنبؤ بالاجهاد والتعايف لدى طلبة الجامعة

النتيجة	القيمة الفائية F	معامل التنبؤ	معامل الانحدار R	المتغير المتنبئ Independent	المتغير التابع Dependent
دالة	735.589	0.576	0.759	المعاناة من الضغوط	الاجهاد والتعايف
درجة الحرية الافقية = عدد المتغيرات المتنبئة - ١، درجة الحرية العمودية = عدد افراد العينة - عدد المتغيرات المتنبئة - ١ = ٥٤٤ - ١ = ٥٤٣، القيمة الفائية الجدولية عند درجتى حرية (١، ٥٤٣) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٦					

قد يكمن السبب وراء هذه النتيجة الى ان افراد العينة اعتادوا على التعامل الحذر في ظل انتشار الجائحة، اذ ان الادراك العالي لطرق الانتقال والعدوى وبالتالي قد يسترعى ذلك البحث عن اساليب الوقاية منها وحتى مقاومتها في حال التعرض للإصابة كارتداء الكمامة والتباعد الجسدي والاجتماعي. يبدو ان الافراد أيضا وخلال

فترة الجائحة قد أكتسبو عادات و مهارات تسمح لهم بإيجاد طرق للتعامل في ظل التغيرات الطارئة في حال حصول الإصابة المحتملة، فضلاً عن الاهتمام أكثر بالجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية لذات الفرد ومحيطه الاجتماعي. من الجدير بالاهتمام الإشارة الى ان ادراك آلية انتقال فيروس كورونا قد ساهمت بشكل او باخر لجعل الافراد أكثر وعياً وحرصاً في إتباع الارشادات الوقائية مع محاولة إيجاد بدائل للتكيف والتوافق مع الوضع المعيشي الجديد التي فرضتها الجائحة كالمكوث في المنزل و ممارسة الرياضة، وتنمية المواهب.

سابعاً: قياس درجة اسهام الشفاء من الضغوط في التنبؤ بالاجهاد والتعافي وتقويم دلالاته الإحصائية: بعد تحليل البيانات احصائياً باستعمال تحليل الانحدار المتعدد multiple Regression بأسلوب الادخال (Enter) اشارت النتائج الى ان الشفاء من الضغوط يتنبأ بالاجهاد والتعافي والجدول (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢) تحليل الانحدار المتعدد بأسلوب الادخال للتنبؤ بالاجهاد والتعافي لدى طلبة الجامعة

المتغير التابع Dependent	المتغير المتنبئ Independent	معامل الانحدار R	معامل التنبؤ	القيمة الفائنية F	النتيجة
الاجهاد والتعافي	الشفاء من الضغوط	0.375	0.141	88.792	دالة
درجة الحرية الأفقية = عدد المتغيرات المتنبئة - ١، درجة الحرية العمودية = عدد افراد العينة - عدد المتغيرات المتنبئة - ١ = ٥٤٤ - ١ = ٥٤٣، القيمة الفائنية الجدولية عند درجتي حرية (٥٤٣، ١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٦					

تقترح النظرية المتبناة الى ان درجة الشفاء تعتمد بشكل أساسي على تقييم الافراد الذاتي لنوع الحياة وبذلك قد تختلف وجهات النظر بحسب إدراك افراد العينة (طلبة الجامعة) وفقاً للمتغيرات البيئية المحيطة والأحداث المفاجئة و نتيجة لإمكاناتهم في التعامل معها سواء الشخصية منها أو المادية وكمحصلة يمكن أن نعتبره مفهوم نسبي يختلف من فرد لآخر، ويمكن ارجاع ذلك الى المستوى التعليمي، فكلما ارتفع المستوى التعليمي زاد الوعي بطريقة التعامل مع الإصابة بالفيروس او اخذ الحيطة والحذر، ومنها حرصهم على اتباع الارشادات الصحية الوقائية للحد من انتشار العدوى.

References

- Balk, Y. A., & Englert, C. (2020). Recovery self-regulation in sport: Theory, research, and practice. *International Journal of Sports Science & Coaching*; 15(2), 273-281.
- Carr, A. (2004): Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strength. New York: Brunner- Routledge.
- Cotton, S. M., Rice, S., Moeller-Saxone, K., et al. (2020). Sex differences in psychological distress, behavioural and emotional problems, and substance use in young people in out-of-home care. *Child & Family Social Work*; 25: 325-336..
- Chaudhury, P., & Banerjee, D. (2020). "Recovering With Nature": A Review of Ecotherapy and Implications for the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in public health*; 8, 604440.
- Ettman, C. K., Abdalla S. M., Cohen, G. H., Sampson, L., Vivier, P. M., Galea, S. (2020). Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic. *JAMA Netw Open*; 3 (9):e2019686.
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder, *Behaviour Research and Therapy*; Volume 38, Issue 4; PP: 319-345.
- Freh, F. M., Chung, M.C. (2021). Posttraumatic stress disorder and death anxiety among Iraqi civilians exposed to a suicide car bombing: the role of religious coping and attachment. *Journal of Mental Health*; 30, 6: 743-750.
- Joshua, B., Melissa L. F., Alicia R. L., Matthew D. B., Elizabeth A. R., & Rebecca L. C. (2021). A longitudinal study of psychological distress in the United States before and during the COVID-19 pandemic, *Preventive Medicine*; V. 143.
- Zhang J, Lu H, Zeng H, Zhang S, Du Q, Jiang T, Du B. (2020). The differential psychological distress of populations affected by the COVID-19 pandemic. *Brain Behav Immun*; 87:49-50.
- Kallus. K. W. (2011) Recovery-Stress Questionnaire, Psychological assessment VIENNA TEST SYSTEM, EBF.
- McGinty, E. E., Presskreischer, R., Anderson, K. E., Han, H., Barry, C. L. (2020). Psychological Distress and COVID-19–Related Stressors Reported in a Longitudinal Cohort of US Adults in April and July 2020. *JAMA*; 324 (24):2555–2557.
- Patias, N.D., Von Hohendorff, J., Cozzer, A.J. et al. Mental Health and Coping Strategies in Undergraduate Students During COVID-19 Pandemic. (2021). *Trends in Psychol*; 29, 414–433.



- Shastri, P. C. (2013). Resilience: Building immunity in psychiatry. *Indian J Psychiatry*; 55 (3): 224-34.
- Shaul, K., Hadas, M., Yohanan E., Bruria, A. (2020). Recovery from the COVID-19 pandemic: Distress and resilience, *International Journal of Disaster Risk Reduction*; Volume 50, 101843.
- Viertiö, S., Kiviruusu, O., Piirtola, M. *et al.* (2021). Factors contributing to psychological distress in the working population, with a special reference to gender difference. *BMC Public Health*; 21, 611.
- Zhang, L., Zhu, F., Xie, L., Wang, C., Wang, J., Chen, R., Jia, P., Guan, H. Q., Peng, L., Chen, Y., Peng, P., Zhang, P., Chu, Q., Shen, Q., Wang, Y., Xu, S. Y., Zhao, J. P., & Zhou, M. (2020). Clinical characteristics of COVID-19-infected cancer patients: a retrospective case study in three hospitals within Wuhan, China. *Annals of oncology: official journal of the European Society for Medical Oncology*; 31(7), 894–901.



JOURNAL OF UNIVERSITY OF ANBAR FOR HUMANITIES

ACADEMIC REFEREED JOURNAL

ISSUE 1, Volume 22, March 2025 AD/ 1446 AH
University of Anbar – College of Education for
Humanities

All research is freely available on the journal's website / open access

<https://juah.uoanbar.edu.iq/>



Deposit number in the House of Books and Documents in Baghdad, No. 753 of 2002

ISSN 1995 – 8463
E-ISSN:2706-6673



Editor-in-chief

Prof. Dr. Fuaad Mohammed Freh

Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities

Editorial Manager

Prof. Dr. Othman Abdulaziz Salih

Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities

Editorial Board

Prof. Dr. Bushra I. Arnot	Saudi Arabia-King Khalid University- College of Education
Dr. Carol S. North	UT Southwestern Medical School, Dallas, United States
Prof. Man Chung	United Arab Emirates- Zayed University
Dr. Elizabeth Whitney Pollio	Boise State University, Boise, USA
Prof. Dr. Amjad R. Mohammed	Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities
Prof. Dr. Saeed Saad Al- Qahtani	Saudi Arabia-King Khalid University- College of Education
Prof. Dr. Marwan Al. Zoubi	Jordan- University of Jordan- College of Arts
Prof. Dr. Khamis Daham Al Sabhani	Iraq- University of Baghdad- College of Arts
Prof. Dr. Ahmed Kenawy	Spain- Instituto pirenaico de Ecologia (IPE), CSIC
Prof. Dr. Saad Abdulazeez Muslat	Iraq- University of Mosul- College of Arts
Prof. Dr. Ahmed Hashem Al- Sulttani	Iraq- University of Kufa- College of Arts
Prof. Dr. Majeed Mohammed Midhin	Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities
Prof. Dr. Ala'a Ismael Challob	Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities
Assist. Prof. Dr. Jaafar Jotheri	Iraq- University of Al- Qadidisiyah- College of Archaeology
Dr. Sajjad Abdulmunem Mustafa	Iraq-University of Anbar- College of Education for Humanities



**In the name of God, the Most Gracious, The Most Merciful
Editorial of the issue**

Praise be to God, Lord of the Worlds, and may blessings and peace be upon the Seal of the Prophets, our Master Muhammad, and upon all his family and companions.

Dear researchers around the globe, it is our pleasure to announce the first issue for the year 2025 of our scientific journal (Journal of University of Anbar for Humanities) (JUAH), the peer-reviewed quarterly scientific journal. This issue contains 15 scientific paper that include the journal's specialties for researchers from the University of Anbar and other Iraqi universities. It also contains international scientific papers. In these scientific research, you would find scientific effort that we in the editorial board should be proud of. These researches found its way to publication after being peer-reviewed by qualified professors, each in his field of specialization.

The generous contribution of researchers, the generous effort of the Editor in Chief and members of the Editorial Board, and the great support from the presidency of University Of Anbar and the deanship of College of Education for Humanities encourage us to take steps to reach the looked-for aim of indexing our journal in the largest abstract and citation database (Scopus). Therefore, it must be noted that we are in the process of continuously updating the publishing procedures in order to improve the journal and bring it to a higher scientific status. Furthermore ,our future aim to contribute effectively to the Arab publishing and scientific research movement in order to enhance the status of the scientific research and expand its horizons in Arab countries because we believe that the scientific research is one of the factors in the progress of the nations and is an indicator of its progress.

**Prof. Dr. Fuaad Mohammed Freh
Editor in Chief**



Instructions to Authors

1-SUBMISSION OF PAPER

1-1-Requirements for new submission

Authors may choose to submit the manuscript as a single word file to be used in the refereeing process.

1-2-Requirement of revised submission

Only when the submitted paper is at the revision stage, authors will be requested to put the paper in to a 'correct format' for acceptance and provide the items required for the publication of the manuscript.

1-3- Authorship Guidelines

Authorship credit should be based on: (i) Substantial contributions to conception and design, acquisition of data, or analysis and interpretation of data, (ii) Drafting the article or revising it critically for important intellectual content; and (iii) Final approval of the version to be submitted for publication. All of these conditions should be met by all authors. Acquisition of funding, collection of data, or general supervision of the research group alone does not constitute authorship. All contributors who do not meet the criteria for authorship should be listed in an acknowledgments section. All authors must agree on the sequence of authors listed before submitting the article. All authors must agree to designate one author as the corresponding author for the submission. It is the responsibility of corresponding author to arrange the whole manuscript upon the requirements and to dialogue with the co-authors during the peer-reviewing and proofing stages and to also act on behalf.

2-BEFORE YOU BEGIN

2-1- Publishing Ethics

The ethical policy of JUAH is based on the Committee on Publication Ethics (COPE) guidelines and complies with JUAH Editorial Board codes of conduct. Readers, authors, reviewers and editors should follow these ethical policies once working with JUAH. The ethical policy of JUAH is liable to determine which of the typical research papers or articles submitted to the journal should be published. The publishing decision is based on the suggestion of the journal's reviewers and editorial board members. The ethical policy insisted the Editor-in-Chief, may confer with other editors or reviewers in making the decision. The reviewers are necessary to evaluate the research papers based on the submitted content in confidential manner. The reviewers also suggest the authors to improve the quality of research paper by their reviewing comments. Authors should ensure that their submitted research work is original and has not been published elsewhere in any language. Applicable copyright laws and conventions should be followed by the authors. Any kind of plagiarism constitutes unethical publishing behavior and is unacceptable. For information on this matter in publishing and ethical guidelines please visit ([Publication Ethics](#)).

2-2-Peer-Review Process

In order to sustain the peer review system, authors have an obligation to participate in peer review process to evaluate manuscripts from others. When appropriate, authors are obliged to provide retractions and/or corrections of errors to the editors and the Publisher. All papers submitted to JUAH journal will be peer reviewed for at least one round. JUAH journal adopts a double-blinded review policy: authors are blind to reviewers, and reviewers are also blind to authors. The peer review process is conducted in the online manuscript submission and peer-review system. After a manuscript is submitted to the online system, the system immediately notifies the editorial office. After passing an initial quality check by the editorial office, the manuscript will be assigned to two or more reviewers. After receiving reviewers' comments, the editorial team member makes a decision. Because reviewers sometimes do not agree with each other, the final decision sent to the author may not exactly reflect recommendations by any of the reviewers. The decision after each round of peer review may be one of the following:
Accept without any further changes.



1. Accept with minor revision. The revised manuscript may or may not be sent to the reviewers for another round of comments.
2. Accept with major revision. The revised manuscript sent to the reviewers for another round of comments.
3. Reject. The manuscript is rejected for publication by JUAH.
4. Unable to review. The manuscript is reassigning to another reviewers.

2-3-Post-Publication Evaluation

In addition to Peer Review Process, the JUAH Journal has Post-Publication Evaluation by the scientific community. Post-Publication Evaluation is concentrated to ensure that the quality of published research, review and case report meets certain standards and the conclusions that are presented are justified. The post-publication evaluation includes online comments and citations on published papers. Authors may respond to the comments of the scientific community and may revise their manuscript. The Post-Publication Evaluation is described in such a way; it is allowing authors to publish quickly about Humanity sciences concepts.

3-1- Writing Language

Publications in JUAH are in English or Arabic language. Authors whose first language is not English should make sure their manuscript is written in idiomatic English before submission. Please write your text in good English (American or British is accepted), language and copy-editing services are provided by the JUAH; hence, authors who feel their manuscript may require editing to eliminate possible grammatical or spelling errors are encouraged to obtain such services prior to submission. Authors are responsible for all costs associated with such services. ([Editing Language](#))

3-2- New Submissions

Submission to JUAH journal proceeds totally online and authors will be guided stepwise through the creation and uploading of the manuscript files. As part of the manuscript, authors may choose to submit the manuscript as a single file to be used in the refereeing process. This can be a Word document (*.doc or *.docx), that can be used by referees to evaluate the manuscript. All figures and tables encouraged to be embedded and included in the main manuscript file.

3-3-References

References list must be provided according to the JUAH references format in a consistent style. Where applicable, author(s) name(s), article title, year of publication, journal full name, article/chapter/book title, volume/issue number and the pagination must be present. Use of DOI is highly encouraged.

3-4-Formatting requirements

There are no strict formatting requirements but all manuscripts must contain the essential elements needed to convey your manuscript, for example, Abstract, Keywords, Introduction, Materials and Methods, Results, Discussion, Conclusion, Acknowledgement, Conflict of Interest and References. Please ensure all figures and tables should be embedded and included in the main manuscript file. for download Arabic template click here.

3-5-Revised Submissions

Regardless of the file format of the original submission, at revision the authors are instructed to submit their manuscript with JUAH format at Word document (*.doc or *.docx). Keep the layout of the text as simple as possible. To avoid unnecessary errors the authors are strongly advised to use the 'spell-check' and 'grammar-check' for the submitted manuscript. At this level the author(s) name and affiliation should be inserted.

3-6- Manuscript Submission and Declaration

While submitting a manuscript to JUAH, all contributing author(s) must verify that the manuscript represents authentic and valid work and that neither this manuscript nor one with significantly similar content under their authorship has been published or is being considered for publication elsewhere including electronically in the same form, in English. All authors have agreed to allow the corresponding author to serve as the primary correspondent with the editorial office, to review the edited manuscript and proof.

3-7- Manuscript Submission and Verification



Manuscripts are assumed not to be published previously in print or electronic version and are not under consideration by another publication. Copies of related or possibly duplicated materials (including those containing significantly similar content or using same data) that have been published previously or are under consideration for another publication must be provided at the time of online submission.

4-MANUSCRIPT STRUCTURE

Manuscript literature and tenses must be structured as: Title; Abstract; Keywords; Introduction; Materials and Methods; Results and Discussion; Conclusion; Acknowledgements and References submitted in a file with limited size. The text should not exceed 25 double spaced type written or printed A4 pages with 25 mm margins and should be printed on one side only and all pages should be numbered. A covering letter signed by Author should be sent with the manuscript. Each manuscript component should begin on a new page.

4-1-Title Page

The first page of the manuscript includes the title (capitalize only the first letter) of the article, followed by one-line space and the names of all authors (no degrees) and their addresses for correspondence, including the e-mail address of the corresponding author. The first letter of each name and main word should be capitalized. The title, author's name and affiliation should be centered on the width of the typing area.

4-2-Manuscript Title

Title of up to 17 words should not contain the name of locations, countries or cities of the research as well as abbreviations. Avoid complicated and technical expressions and do not use vague expressions.

Contacts: University of Anbar, Journal of University of Anbar for Humanities

Site: <https://juah.uoanbar.edu.iq/>

Tel: 07830485026

E-mail : juah@uoanbar.edu.iq



Index of published Articles History

No.	Articles Title	Authors	Pages
1	The Role of the Dulaim in the Coronation of King Faisal I	Mariam Faiq Ali Dr. Jamal Hashim Ahmed	1-19
2	The Military Coup in Portugal and It's Impact on the Internal Situation (1974-1976)	Dr. Hussein Hammad Abed	20-35
3	Sea Admirals in the Rashidun Era	Ban Aftan Tuma Dr. Mudhir Abid Ali	36-64
4	The Imported Goods to Baghdad Markets at the Time of Abbasid Era	Hind Mohammed Salih Dr. Zabin Khalaf Nawaf	65-83
5	The Political Conditions in Deir ez-Zor (December 7, 1918 - January 11, 1919)	Yasmin M. Mahmoud Dr. Yousif Sami Farhan	84-98

Geography

No.	Articles Title	Authors	Pages
6	Assessment of the vulnerability of landslides and their impact on Road No. 12 using statistical methods and geographic information systems	Thikrayat Mezal Mahimid Dr. Ahmed F. Fayyadh	99-117
7	Severe Weather in Baghdad Governorate	Dr. Oras Gh. AbdulHussein	118-142
8	Geographical Analysis of Fragile Groups in Anbar Governorate	Dr. Enas Mohammed Saleh	143-175
9	The Role of Geographic Information Systems in Shaping Contemporary Geographic Thought: A Philosophical Perspective	Dr. Omer A. Al Qassab Aahed Dh. Al Hamamy	176-201
10	Hydrological Characteristics of the Northern Valley Basins of Lake Haditha	Hiyam Atallah Ahmed Dr. Ameer M. Khalaf	202-217

Educational and Psychological Sciences

No.	Articles Title	Authors	Pages
11	Psychological Stressors and Psychological Recovery Among University Students During and After Psychological Distress (Covid-19 as a Model)	Dr. Fuaad Mohammed Freh Dr. Muhand M. A. Noor Wadah Satea	218-238
12	Online Education Research in the Islamic World: A Bibliometric Systematic Review	Dr. Hasan M. Abu Hasna Dr. Fatima Saleh Al Blooshi	239-299
13	Big Five Personality Traits and Its Relationship to Risk-Taking Behavior among Yemeni Police Officers: A Field Study in the Capital Secretariat (Sana'a)	Abdullah H. Ali Jwlah Dr. Eman Saleh Ahmed	300-361
14	The Correlation Between British Virtual Materials and Improving EFL Students' Vocabulary and British Chunks Awareness	Dr. Abdullah Ayed Hardan	362-385



No.	Articles Title	Authors	Pages
15	Teaching Literature and Arabic Texts using the Guided Imagery Strategy and its Impact on the Achievement of Fifth-Grade Science Female Students and their Future Thinking	Basim Mohammed Mehidi	386-411

**Republic of Iraq
Ministry of Higher Education
and Scientific Research
University of Anbar**



**P. ISSN: 1995-8463
E. ISSN: 2706-6673**

SCAN ME

JUAH on web



Journal of University of Anbar for Humanities

Volume 22, Issue 1, March 2025

 **DOAJ**

OPEN  ACCESS

 **juah@uoanbar.edu.iq**

©Authors, 2025, College of Education for Humanities University of Anbar. This is an open-access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

