نمو ما بعد الصدمة لدى طلبة أبناء شهداء ضحايا الإرهاب

ا.م.د فاطمة ذياب السعدي شيماء فاضل كنين

جامعة البصرة/ كلية التربية للعلوم الإنسانية

المستخلص

1- تعرف نمو ما بعد الصدمة لدى عينة البحث.

2- تعرف دلالة الفروق في نمو ما بعد الصدمة تبعا لمتغيري (الجنس ، والتخصص والتفاعل بينهما)

ويتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة بابل لكلا الجنسين (ذكور- واناث) ولكلا التخصصين (علمي – وإنساني) من الدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2018-2019)

ولتحقيق اهداف البحث اعتمدت الباحثتان على ما ياتي :

بناء مقياس نمو ما بعد الصدمة لدى طلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب ، وذلك اعتمادا على نظرية ويتدشي وكالهون، وتكون المقياس في صورته النهائية بعد استكمال شروط الصدق والثبات والقوة التمييزية

من (32) فقرة .توزعت بين خمس مجالات واستكمالا لذلك طبقت الباحثة المقياس على عينة قوامها(**400**) طالب وطالبة في جامعة بابل للعام الدراسي(2018-2019)ثم حللت البيانات بالاستعانة بالحقيبة الاحصائية، وفي ضوء ذلك توصلت الباحثتان عن طريق تحليل البيانات ومناقشتها الى النتائج الاتية :

- إن طلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب يتمتعون بنمو ما بعد الصدمة وبينت النتائج ان ليس هناك فرق في نمو ما بعد الصدمة حسب الجنس وليس هناك فرق في نمو ما بعد الصدمة حسب التخصص و لا يوجد تفاعل دال احصائيا في نمو ما بعد الصدمة حسب تفاعل الجنس والتخصص .

Post-traumatic growth among students children of terrorism victims martyrs

Abstract:

The current research aims to identify:

First: to identify post-traumatic growth in the research sample.

Second: to identify the significance of the differences in post-traumatic stress growth depending on the variables (gender, specialization and interaction between them)

The current research is determined by students of Babylon University for both sexes (male and female) and for both specializations (scientific- and human) from the morning study and for the academic year (2018-2019).

To achieve the objectives of the research, the researcher relied on the following:

mstructing a scale of post-traumatic growth among students children of terrorism victims martyrs

oterrorism, basing on the theory of Wetdshi and Kahon, to be the measure in its final form after completing the conditions of reability, stability and discriminatory power

From (32) paragraphs divided between five areas and to complete the procedure the researchers applied the measure to a sample of (400) students at Babylon University for the academic year (2019-2018) and then analyzed the data using the statistical bag

In light of this, the researchers, by analyzing the data and discussing them, reached the following conclusions:

1- The students of children of terrorism victims martyrs enjoy post-traumatic growth

2- There is no difference in post-traumatic growth by gendr, no difference in POST-traumatic growth by specialization, and no statistical interaction in post-traumatic stress disorder growth by gendre and specialization.

مشكلة البحث: Problem of the research

أصبحت حالات اضطرابات ما بعد الصدمة من الاضطرابات النفسية المعروفة الواضحة المعالم، وهي تُعدُّ أحد اهم الموضوعات التي نالت اهتمام الباحثين، والتي تنشأ من التعرض لأحداث وازمات نفسية شديدة، إذ تُعدُّ اضطرابات ما بعد الصدمة من أكثر الاضطرابات انتشاراً بين الناس، في عالم سريع التغير زاخراً بالكوارث فضلاً عن الفيضانات والزلازل والبراكين، شهد العالم في القرن العشرين اكثر الحروب ضراوة على مرَّ التاريخ كان لها أثر كبير في ظهور كثير من الاضطرابات النفسية، وإنَّ مفهوم الصدمة النفسية لا يشمل صدمات الحروب حسب، بل درج تحت هذا المصطلح الكثير من الحوادث والصدمات، مثل: العنف، والاعتداء الجسديّ، والتهديد بالموت، والارهاب ممّا يجعل مفهوم الصدمة المسببة للاضطراب اشمل ممّا كان عليه في تحديد الاضطراب، وأدى ذلك إلى شيوعه في المجتمع العراقيّ كافة وانتشاره أكثر ممّا يتصور البعض (صالح، 2005: 394).

يتضح جزء من مشكلة هذا البحث في الاحداث الصعبة والاوضاع المأساوية التي مر بها اكثر افراد المجتمع العراقي اذ تعرض أفراد المجتمع العراقي لسنوات عديدة الى الصراعات والضغوط النفسية بسبب ما مرت به من حروب وتهجير ودمار عم مجالات كثيرة من حياة الناس فقد تعرض الأفراد يومياً للصدمات والأحداث المؤلمة والجو المشحون بالعدائية ، كان له الأثر في حياة الفرد العراقي بشكل عام والطلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب بشكل خاص .فكانت أكثر تاثيرا عليهم لمناظرتها مرحلتهم العمريه التي تتضح فيها افاق المستقبل لهم ،كذلك ان استجاباتهم للمتغيرات المحيطة اكثر من الفئات الاخرى (صادق، 2007: 233).

ما سبق ترى الباحثتان أن الحماية و الوقاية من الصدمات والأزمات ينتج عنها آثار ايجابية على الأفراد ليست فقط من المنظور الفردي ، ولكن أيضا من المنظور الاجتماعي لذا تصبح هنالك ضرورة بان تنصب كل الجهود العلمية المخلصة لبناء قوى الشخصية

للطلبة أبناء شهداء ضحايا الارهاب لحمايتهم من التدمير النفسي الذي تسببت به الصدمات ، وذلك من خلال التعامل المباشر مع الحالة فالمعروف سيكولوجيا ان تعرض الفرد لخبرة صعبة او مهددة و تغلبه عليها ، يدعم نموه الشخصي على المدى البعيد و التي تسمى نمو ما بعد الصدمة (PTSG) (Seligman,2012:304). و بينت نتائج البحوث مثل دراسة (Peterson, 2006) و التي تناول فيها المتغيرات الديمغرافية المؤثرة على نمو ما بعد الضغوط الصدمية في مجال النمو النفسي و في مجال اضطراب ما بعد الصدمة أهمية الموقف . فهناك خصائص معينة في موقف الواحد تساعد على نمو القوى الشخصية، و خصائص أخرى في الموقف نفسه تعوق نمو هذه القوى (Peterson, 2006 :68). بناءً على ما تقدم فإن التعرف على طبيعة مفهوم نمو مابعد الصدمة وابعاده سوف يزودنا باستبصار مهم عن كيفية التأقلم مع المواقف والصدمات المستقبلية المفاجئة، وبالنظر لوجود عدد من البحوث الاجنبية حول متغيري البحث كل على حدة، الا ان المكتبة العربية ولا سيما العراقية لا زالت تعاني من نقص واضح في الادبيات التي تناولت المفهوم بالبحث والدراسة، لذا عكفت الباحثتان على اجراء هذا النوع من الدراسة وخصوصاً نحن نعيش بوضع يعاني منه بلدنا حالياً من الكثير من المشكلات المستقبلية منها احداث الارهاب والشدائد المستقبلية والتحديات والاحداث العصيبة التي تمر على الفرد في مجمل حياته اليومية وغيرها التي تتطلب دراسة هذاالمفهوم المتمثل بنمو مابعد الصدمة على عينة من الطلبة أبناء شهداء ضحايا الارهاب ولما كانت الأحداث الصادمة التي تعرض لها العراقيون تتصف بكونها عالية الشدة ومتنوعة ومستمرة، فضلاً عن عدم تناول جانبها الايجابي بالبحث والدراسة على هذه العينة (على حد علم الباحثتان)، الأمر الذي دفع الباحثتان للإجابة عن الأسئلة الآتية .

(هل لدى طلبة الجامعة أبناء شهداء ضحايا الارهاب نمو مابعد االصدمة)

أهمية البحث: Importance of the research

لقد كرس علم النفس عدداً كبيراً من دراساته لفحص جوانب مختلفة للكدر والتعاسة في حياة البشر، ولكنه بخل بإسهاماته وتحليلاته ومنطلقاتهِ النظرية في تناول ذلك الجانب المضيء في حياتهم كـ (الشعور بالسعادة البهجة والتسامح، والتفاؤل، والأمل، والرضا عن جنبات الحياة والاستمتاع بها، وكذلك الصمود، والجلد والصبر على تحمل الشدائد، فضلاً عن الجوانب الإنسانية الأكثر رقياً وتحضراً كالشخصية الايجابية)، هذا فضلاً عن الجوانب الإيجابية في علاقة الإنسان بأخيه الإنسان بالبيئة، وواقعه الخارجي ، ذلك الواقع الذي اعتادت الذات أن تعيشه أنساً وقيمة من خلال إحداث حالة من التكيف والتلاؤم والفاعلية، والتوافق، وحل الصراعات، وانسجام الذات، والدعم الاجتماعي وغير ذلك من الجوانب الأخرى التي تجعل الذات أكثر إيجابية وفاعلية (Linley, & Joseph, 2004:.15).

من هنا بات البحث بالجوانب الإيجابية من الشخصية مطلباً إنسانياً ملحاً بعدما استنفذ وقتا طويلا في بحث تلك المفاهيم السلبية، والاضطرابات النفسية التي أرقت الإنسانية طويلاً وضخمت من عذاباتها وويلاتها، تلك المفاهيم التي ولدت لدى الشخصية الإنسانية مشاعر الشجن والرغبة في إيجاد فرع من فروع علم النفس يهتم بذلك الجانب المنير لا المظلم في حياة الإنسان، ذلك العلم الذي يبحث في الصفات الفاعلة والإيجابية التي تعضد من قيمة الإنسان، وتؤكد إنسانيته وتضفي عليها عمق التسامي بتلك المشاعر الإنسانية الإيجابية، التي ظلت مستبعدة على البحث أو الكشف على الرغم من كونها كانت ولا تزال مثار رغبة الفرد في البحث عن تلك الجنبات الأثرة والفياضة التي تضفي على الذات – أو الروح – ذلك السحر وتلك الجاذبية، والسمات الإيجابية التي تنفرد بها الشخصية الإنسانية والتي بدأت تشخصها عيون هؤلاء العلماء الذين تخصصوا في مجال علم النفس الإيجابي ذلك العلم الذي راح يفتش في الإنسان عن أجمل ما فيه وأنبل ما فيه من مشاعر وأحاسيس(عبد العال ومظلوم ،2010: 79). الأمر الذي ولد لدى عدد كبير من الباحثين في التسعينات من أواخر القرن العشرين بزعامة مارتن سيلجمان

(M.Seligman) قناعة مفادها (إن الاهتمام يجب أن يحول من أنموذج المرض إلى أنموذج الصحة) أي إن علم النفس لا يهتم بدراسة الاضطرابات النفسية و حالات الضعف فقط ، بل يفترض أن يهتم أيضا بدراسة مكامن القوة والفضائل الإنسانية أي يهتم بدراسة الجوانب الايجابية للشخصية الإنسانية، وعلم النفس لم يعد ينتظر وقوع الفرد في الحالة المرضية من أجل مساعدته في التغلب عليها بل تعدى ذلك إلى دراسة كيف يمكن لنا أن نجعل الفرد يعيش سعيداً في حياته عن طريق ما يمتلكه هو من قدرات وقابليات عقلية وبدنية من أجل تحقيق حياة جيدة.(Seligman&Csikzentmihalyi، 2000: 7–10).

وقد تبين للباحثين في علم النفس الإيجابي positive psychology أن نسبة الاضطرابات النفسية عقب الصدمات أقل شيوعاً من حالة "النمو بعد الصدمات"، أي النمو والتغيير الإيجابي للفرد بعد الصدمة هو القاعدة، والاضطراب النفسي هو الاستثناء. وهذا لا يقلل من وطأة الضغوط والصدمات وحالات القلق والكآبة التي تعقب تعرض الإنسان لتلك المحن، ولن تجعلنا نستهين بمعاناة هذا الإنسان، ولكن هي مجرد تسليطٌ للضوء على الجانب الإيجابي منها. وتهدف نتائج البحوث في ميدان علم النفس الايجابي الى اكمال وليس الغاء او حذف، ما هو معروف بالفعل عن المعاناة الانسانية، وعن الضعف الانساني وعن الاضطرابات النفسية والسلوكية. والهدف التوصل الى فهم علمي كامل متوازن للخبرة الانسانية في بعديها الايجابي والسلبي – القمة والقاع – وكل ما بينهما– ونعتقد أن العلم والممارسة الكاملة لميدان علم النفس يشمل ضرورة تفهم كل من المعاناة والسعادة في الوقت نفسه فضلاً عن تفهم طبيعة التفاعل ونوعه فيما بينهما والتحقق والاثبات التجريبي الامبريقي وفعالية صيغ التدخل والعلاج التي تزيل او تخفف المعاناة وتزيد او تعزز السعادة.(Seligman,et, al, 2005: 410) . ويرى"تيدشي" (Tedeschi) و"كالهون" (Calhoun) أنَّ النمو لا يحدث نتيجة مباشرة للمأساة، إنه كفاح الفرد مع حقيقة جديدة تعقب المأساة، وهذه العملية تشبه حدوث الزلزال (Earthquake)، مثلما تعلم المجتمع من الزلازل كيف يقاوم الهزات الأرضية من خلال تصميم بنية معرفية لتكون أكثر

مقاومة للهزات في المستقبل، فإن إعادة البناء المعرفي الذي يأخذ بالحسبان تغير حقيقي في حياة الفرد بعد المأساة، ينتج مخططات مصاحبة للمأساة والأحداث المستقبلية المحتملة لتكون أكثر مقاومة للإنكسار، وهذه النتائج تُخبر على انها نمو وفقاً للمجالات الخمسة الرئيسة التي حددها كلّ من "تيدشي" (Teschi) و"كالهون" (Calhoun)، (Tedeschi& Calhoun,1995B: 406-42).

أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

1- نمو مابعد الصدمة لدى طلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب .

2- دلالة الفروق في نمو مابعد الصدمة تبعا لمتغيري (الجنس ، والتخصص والتفاعل بينهما).

حدود البحث (Limits of the research)

1- الحدود الموضوعية (نمو مابعد الصدمة) .

2- الحدود الزمانية (2018- 2019).

3- الحدود المكانية .محافظة بابل /جامعة بابل .

4- الحدود البشرية :طلبة جامعة بابل /أبناء شهداء ضحايا الارهاب.

تحديد المصطلحات Limits of The Expression

النمو ما بعد الصدمة (Post Traumatic Grouth) عرفة كل من :

تيدشي وكالهون (Tedeschi & Calhoun, 2004): حالة نمو وتغير نفسي ايجابي للأفراد الذين تعرضوا لأحداث صادمة خلال فترة حياتهم ادت لتغير جذري بجوانب شخصيتهم على المستوى الشخصي من خلال نظرتهم لأنفسهم وعلى مستوى علاقتهم بالأخرين وعلى مستوى نظرتهم للحياة ككل (edeschi & Calhoun, 2004: 26).

التعريف النظري للنمو ما بعد الصدمة:

تبنت الباحثة تعريف تيدشي وكالهون (Tedeschi & Calhoun, 2004)

وقد عرّفت الباحثة النمو ما بعد الصدمة تعريفاً إجرائياً بانه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس النمو ما بعد الصدمة.

الفصل الثاني

الاطار النظري

مفهوم نمو ما بعد الصدمة Posttraumatic Growth concept:

يتمحور مفهوم نمو ما بعد الصدمة حول اهم التغيرات الايجابية سواء كانت نفسية او اجتماعية تتعلق بذات الفرد وتؤثر على سير حياته ومدى تقبله للاشياء الجديدة من حوله ومدى قدرته على التعبير عما يجول في خاطره ، ويرى علماء النفس الايجابي امثال تيدشي وكالهون أن الاحداث الصعبة كالصدمات والخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الانسان خلال حياته من الممكن ان يكون لها جانب ايجابي بعيدا عن الاحباط والفشل والياس قريبا من الامل والنجاح والمعنويات المرتفعة ، اذاً فان الصدمة لا يتبعها اضطراب للحياة بالضرورة بل يمكن للمحنة ان تكون منحة او كما يقال : "ما لا يكسرك قد يجعلك اكثر قوة" فهناك بعض الناس لا تنهار حياتهم عندما يتعرضون لمصيبة بل بالعكس قد يحدث لهم ارتقاء نفسيا وروحيا بشكل ما ، وهذه الجوانب الايجابية تمنح الفرد القوة وتؤدي به الى احداث تغيرات ايجابية لديه وفي حياته وترفع من قدرته على الصلابة والتحمل والصمود امام المتاعب التي تواجهه ، فقد تسبب الصدمة معاناة والم نفسي لكنها قد تكون دافعا لاعادة الحسابات والوصول لدرجة اعلى من النضج والنمو والارتقاء النفسي فيخرج المرء من المشكلة اكثر رقيا وصلابة مما كان قبلها (الصبو ، 2006 : 31).

فمن هذا المنطلق يرى كل من "ريتشارد ديتشي" ان نمو ما بعد الصدمة " (Tedeschi & Calhoun, 2004) يمثل بناء من التغير الايجابي النفسي الذي يحدث نتيجة تعرض الفرد لصراع مع حالة صعبة للغاية حيث يتجه نحو الايجابية في حياته

فيحدث التعاطف والالفة مع الاخرين ويحدث ادواراً اجتماعية جديدة ، كما يتضمن نمو ما بعد الصدمة شعور الانسان بأنه قد ازداد حكمة وفهماً للحياة بعد تعرضه لهذه الصدمة وتطورت حياته بعد حدوثها فكثيراً ما نرى اناساً ازداد تقديرهم للحياة بعد نجاتهم من حادث او من قرروا الالتزام او تغير افكارهم بعد شفائهم من مرض قاتل او هؤلاء الذين وهبوا حياتهم لمساعدة الاخرين بعد ان ذاقوا با نفسهم مرارة المعاناة (عبد القادر ،2015 :56)

الخصائص المميزة لنمو ما بعد الصدمة:

1- يرتبط حدوثه بمستويات مرتفعة من المشقة .
2- هو نتاج للصراع مع الصدمة ولا يعد ميكانيزما تكيفياَ .
3- انه يشير الى عملية مستمرة تتغير وفقا للظروف التي يمر بها الشخص .
4- يحدث اثناء تحطم للظروف او التصورات الاساسية عن العالم في حياة الفرد .
5- يرتبط نمو ما بعد الصدمة بحدوث درجة من النجاح الاولي في معالجة الصدمة.
6- يمكن للفرد ان يعايش نمو ما بعد الصدمة بالرغم من انه ما زال يعاني من بعض تبعات الصدمة .
7- يتطلب وجود ضغوط مستمرة لأنها تؤدي الى :

أ- انتاج المعالجة المعرفية للصدمة التي تنشأ اثناء تشكل نمو ما بعد الصدمة .

ب- تقوية الرؤى المتغيرة حول الذات والاخرين وطريقة المعيشة التي تتكشف او تتضح في النمو التالي للصدمة (عبد القادر ،2017: 24)

يرى الاخصائيون ان الالم والتجارب المريرة هي بالحقيقة اسمدة قوية لبناء نمونا الشخصي العميق انه الالم الذي نبدأ به التغيرات السامية لخلق صيغة افضل لأنفسنا في الحياة وهذا له اسم هو النمو ما بعد الصدمة (يونس ،2018: 81).

النظرية التي فسرت نمو مابعد الصدمة

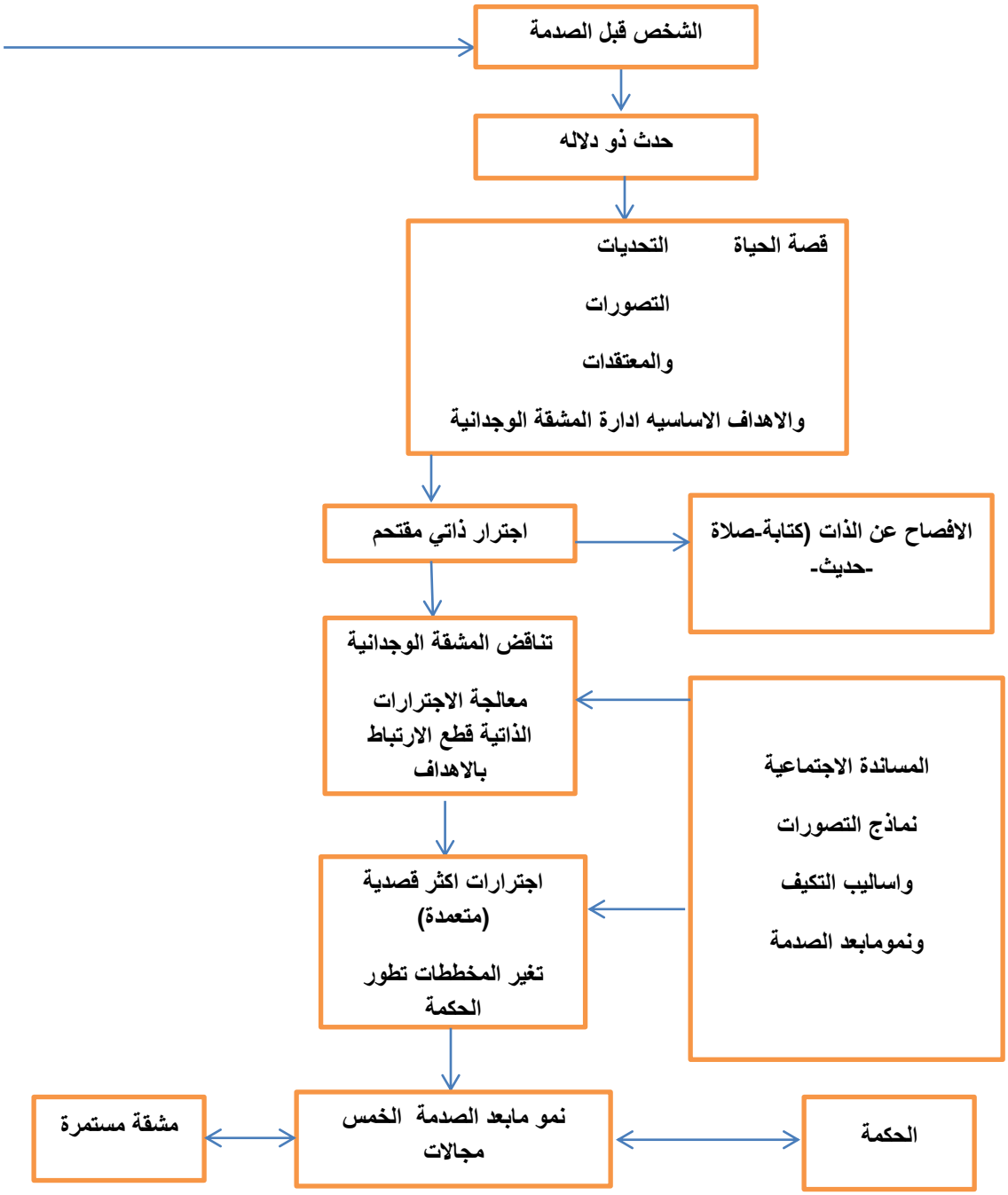
إنموذج "تيدشي وكالهون (2004 – 2006): يرى كلّ من "تيدشي وكالهون" في إنموذجهما الوصفي الوظيفي عن النمو ما بعد الصدمة، بأنه متغير ناتج عن تحدي الأزمات الحياتية الكبيرة، واستنتجا من عملهما التجريبي وخبرتهما في هذا المجال أنَّ النمو ما بعد الصدمة يتطلب عناصر متنوعة تتعلق بخصائص الفرد وأساليب إدارته للشدة الانفعالية التي يمكن أن تزيد من أرجحية الأفراد في خبرة النمو ما بعد الصدمة، واقترحا أنهماك الأفراد في كشف الذات (Self Disclosure) حول إنفعالاتهم ومنظورهم عن الأزمة وكيفية استجابة الآخرين لكشف الذات والتي يمكن أن تؤدي دوراً في النمو. وقد وصفا فيما بعد العمليات المعرفية للحدث الصادم، ولاسيما عمليات الاجترار الفكري (Ruminative Thought) المرتبطة بالصدمة، فضلاً عن اقتراحهم المتعلق بإرتباط النمو مع التطور المهم للحكمة والخبرة الحياتية القصصية (Tedeschi&Calhoun, 1995B: 458).

ولما كانت الباحثتان قد تبنتا هذا الإنموذج ، لذا سوف تتناول الباحثتان هذا الإنموذج بشيء من التفصيل.

يرى أصحاب هذا الإنموذج أنَّ المأساة بحد ذاتها ليست مسؤولة عن النمو، فمن المهم أن يكون هناك تحدٍ كافٍ للأحداث الصادمة وللعالم الافتراضي لإقحام العمليات المعرفية الضرورية اللازمة للنمو. وهناك العديد من الدراسات التي تسمح لنا بإجراء بعض المقارنات بين الأحداث الصادمة وتقارير مستويات النمو ما بعد الصدمة .

يصف كل من تيديسكي وكالهون كيف ان الخصائص الشخصية واساليب ادارة الضغوط والمشقة الانفعالية يمكن ان تزيد من احتمالية نمو ما بعد الصدمة ، كذلك درجة مشاركة الفرد في كشف الذات والافصاح عن الانفعالات ، وتصورات الفرد وادراكه للازمات ، وكيف ان العمليات المعرفية للفرد والادراكية للصدمة واجترار الافكار يرتبط بالنمو

يمكن إجمالها على النحو التالي :



شكل(1) يوضح تفسير عملية النمو ما بعد الصدمة (لتيدسكي و كالهون: 2004)

وفيما يلي نتناول أبرز المتغيرات والمفاهيم التي وردت بالنموذج المتمثل بالشكل السابق :

التصورات والمعتقدات :

بعد ان يتعرض الشخص للصدمة يمكن ان تهدم افتراضاته ومعتقداته الاساسية حول نفسه والعالم من حوله ، مثل :

العالم خير ومجبول على حب الخير : منذ ان يولد ويعتقد الشخص انه بمنأى عن التعرض للاحداث السلبية التي يمكن ان يتعرض لها الناس، اي الاحداث غير السارة يمكن ان تحدث للأخرين فقط فيولد في منزل آمن ويعتقد ان المحيطين به هم مصدر للثقة، وانه شخص قوي ولديه القدرة في السيطرة على من حوله ، ولديه تصورات جيدة عن المستقبل وما سيحدث وينتظره في حياته . وهذا يعني انه يمكن ان ينتقل من معتقد غير واقعي قبل الصدمة " انا محصن – انا محمي – انا مصان " الى معتقد اخر غير واقعي بعد الصدمة " يمكن ان يحدث لي دائما امر مرعب "

العالم له معنى واحداثه ذات مغزى : يبحث الانسان عادة عن معنى الاحداث ويحاول ان يجيب لماذا نحن حدث لنا هذا ؟ ، فموت انسان في حادث ربما يفسره البعض بأنه عقاب ، ونجاة شخص من حادث يفسره البعض بأنه معنى حماية وحفظ من الله ، ولا يستريح حتى يجد معنى وتفسيراً ، والمصدوم قد يذكر معاني الفشل والعجز او الشعور بالسخط والاضطهاد ، او يفشل في ايجاد معنى لما حدث . اي ان المصدوم غالبا ما يتهم نفسه بالمسؤلية ويكثر علي الشعور بالذنب او الخزي ، ولا يلتفت الى ان الناس جميعا يمكن ان تمر بنفس التجربة ، انها لا تعني اساءة لشخصه وقيمته .

الذات ايجابية وجديرة بالتقدير : احد المعتقدات التي عادة ما تكون قبل الصدمة انه محل تقدير وموضع ثقة ، وبالتالي لا يتصور انه سوف يتعرض لفشل محتم او لكارثة تخرج عن نطاق المعقول بالنسبة له . وهكذا تتحول المعتقدات الايجابية الى معتقدات سلبية ، وتفقد الذات معناها وقيمتها . وينتقل الفرد من كونه يعتقد انه ذو مكانه وقيمة الى

انه مذنب ، رغم انه لا علاقة واضحة بين قيمة الانسان وما يصيبه من احداث .وهذا يعني ان الفرد يمكن ان تتحطم معتقداته وتصوراته وفق ثلاث مراحل كالتالي :

1- قبل الصدمة :

يعتبر نفسه آمنا مطمئنا رغم ان العالم ينطوي على احتمالية وقوعه كضحية ، لكنه ربما جعله آخر السيناريوهات البعيدة والمشكوك فيها ، ويشعر بالحماية والامن النفسي والمجتمعي ممن حوله ، وحياته تسير في المعتاد والروتين الطبيعي ، ويدعم هذا ما ينجزه ويحققه . ربما يجد من تعرض لضغوط وصدمات لكنه يستبعد ذلك عن نفسه ، بل قبل الصدمة ينشغل بأهدافه واحلامه .

2- في لحظة وقوع الصدمة:

تحدث الصدمة والحدث المزلزل ، فيفقد الفرد شعوره السابق بالامن على نفسه ومكونات حياته ، ويحدث الفزع عندما يكتشف انه صار فجأة فريسة لشخص اخر ضاغط او قوة مجهولة ضارة (تعرض لمجرم – حريق – زلزال) وامام هذا التهديد قد يأخذ دور العاجز المتبلد ، او الشاهد المذعور ، او الصارخ المنكر ، في نهاية الموقف ويشعر بالعزلة والانسحاب من المجتمع الذي كان يشعر فيه بالامن

(أصدقاء – جيران – آباء ...) ويصبح هذا الحدث نقطة مركزية في حياة الفرد ، فتنشق حياة الفرد الى قصص قبلية وقصص بعدية (متعلقة بالصدمة) .

3- فيما بعد الصدمة:

يعيش بعض الصعوبات ، فهو اكثر قلقا وسهل الاستثارة والتعرض للفزع ، والحواس منتبهة لأي خطر وشيك ، والنوم متقطع نتيجة الكوابيس المتكررة ، ويبدو المستقبل وكانه قصير او محدود ، ويحاول تجنب الافكار والمشاعر والذكريات المتعلقة بالحدث الصادم ، وما يسيطر على معتقداته ان العالم محفوف بالخطر ، وان ذات الفرد عاجزة كلية ، وانه بعد ما حدث ليس هناك فائدة او قيمة لاي شيء اخر .ومن المهم ان نشير الى ان التصورات والمعتقدات التي تؤثر في تطوير اضطراب

ضغوط ما بعد الصدمة تكون في حالة ان يكون الحدث الصادم قد حطم الافكار والمعتقدات والافتراضات الاساسية السابقة التي يتبناها الفرد . اما في حالة تطابق المخططات والمعتقدات التي يتبناها الفرد مع الحدث الصادم ، فمثلاً لو سيدة تعتقد أنها غير جديرة بالحب ، فان الخبرة الصدمية المتعلقة بتعرضها للاغتصاب او الحط من شانها سوف تزيد من الادلة عن صدق وصحة الاعتقاد المحوري الكامن (عمر شاهين ، 2014 : 57 – 61)

الخصائص الفردية : (Individual Characteristics)

عندما يتعرض الفرد لأحداث صادمة في حياته يمكن ان يمر بتغيرات ايجابية ، وعملية نمو ، ويزداد هذا النمو وفقاً لعدة متغيرات منها خصائص الشخصية ، حيث ثبتت علاقة بعض الخصائص الشخصية كالانفتاح على الخبرة والانبساطية والتفاؤل والذين يتلقون دعما اجتماعياً ، والذين يعتمدون على استراتيجيات التكيف والمواجهة مما يجعل الفرد قادرا على تغيير المخططات المعرفية واحداث النمو ، لكن بخلاف الذين لديهم سمة العصابية مرتفعة . وتوصل بعض الباحثين الى ان هناك خصائص وسمات اخرى مثل فعالية الذات ، ووجهة الضبط والصلابة ، والشعور بالامل ، والمرونة ، والابداع تزيد من فرص النمو والازدهار بعد الصدمات

ويبرز دور السمات والخصائص التي قد تؤثر على الدرجة التدافع والصراع مع آثار الصدمة والذي يؤدي الى نتائج ايجابية ، في :

- كيف ينظر الشخص الى الحدث الصادم ؟ كيف يستجيب للتحديات التي يطرحها الموقف ؟

خصائص " الحدث الصادم ": تلعب دورا مهما . وفقا لتديسكي وكالهون ، فمن أجل الشروع في في امكانية حدوث النمو ، يجب ان تكون الصدمة ذات حجم كاف لتسبب كرب انفعالي كبير ، وذلك من اجل تحدي معتقدات الفرد واهدافه العليا ، والحياة القائمة ، والمخططات الاساسية .

المساندة الاجتماعية والافصاح عن الذات (Support and Disclouser):

وجود داعمون يمكن ان يساعد في نمو ما بعد الصدمة ، من خلال توفير طريقة لسرد الحياة حول التغيرات التي حدثت ، ومن خلال عرض وجهات نظر اخرى يمكن دمجها لتغيير المخططات ، فروايات الصدمة والنجاة منها والبقاء على قيد الحياة امر مهم للنمو ما بعد الصدمة ، لان هذه الروايات تجبر الناجين من الصدمات على مواجهة الاسئلة ذات المعنى وكيف يمكن اعادة بنائها ، بجانب ان قصص الاخرين وتناول الجوانب العاطفية للاحداث والناجين منها أمر يؤدي لمشاعر الالفة وقد يكون فيها ما يثير الدهشة.

ويؤثر في عملية النمو ليس فقط الكشف والافصاح عما بداخل الذات ولكن درجة ومستوى مشاركة الافراد في الافصاح الذاتي عن مشاعرهم وعن وجهة نظرهم حول ازمتهم ، وقد تلعب طريقة استجابة الاخرين لذلك الكشف الذاتي ايضا دورا في النمو . وفي الكشف الذاتي يتم وصف ما حدث وهذا يساعد في المعالجة المعرفية التي تسهل النمو .

كما ان سرد قصص الاخرين عن الصدمة والنمو ربما يكون له تاثير في نشر الدروس المستفادة للاخرين من خلال نماذج لنمو ما بعد الصدمة ، كما ان قصص تجاوز افراد للصدمات بحدوث نمو يمكن ان يتحدى مجتمعات باكملها لبدء تغييرات مفيدة . كذلك من المهم للنمو الافصاح عن الذات والانفعالات من خلال الكتابة والحديث والصلاة ويلعب السرد او الحكي هنا دوراً مهما في المعالجة المعرفية – التي نتناولها لاحقا – سواء كان الحكي من طرف الناجي من الصدمة او من طرف نماذج مشابهة وهو يستمع ويتأمل فيها ، وربما تكون الحكاية قد يكون موضوعاً احداثاً واقعية أو واقعية ممزوجة ببعض الخيال . وللسرد وظائف عدة منها :

1- الوظيفة السردية : حيث يقوم السارد بحكي الاحداث ، وتقديم الشخصيات ووصف الامكنة والاشياء .

2- الوظيفة التفسيرية : قد يؤدي السارد أحيانا وظيفة تفسيريه لما يحدث للشخصيات من أحداث ، بحيث يسلط الضوء عليها ، موضحا ، وشارحا أسبابها .

3- وظيفة تواصلية : يتوجه السارد الى المسرود له ليحقق نوعما من التواصل معه .

ابعاد نمو ما بعد الصدمة :

1- زيادة تقدير الحياة:

الشعور بتحول كبير في كيفية التعامل مع الحياة اليوميه وتقديرلحظات الحياة والهدف منها والشعور باهميتها مع ترتيب الاولويات يخرج الناجين من الصدمات وقدادركوا كنة الحياة بطريقه جديده بما فيها من ابتلاءات وبما فيها من متع بما فيها ضرورات وبما فيها من تفاهات فيعيش اوقاته وهو في حالة وعي بالوقت وبالدور والمهمه التي ادرك انها مسئوليته ويسعى نحو هدفه الذي اتضح له جليا فا حيانا نعيش الحياة فتاتي صدمه اوازمه تعطينا معنى قيمه الحياة فنستطيع ان نقدرها او تجعلنا نشعر باهمية وجودنا في الحياة الصدمات والمحن والشدائد تعتبر مثيرا يتفاعل معه الانسان فينتج عنه تقدير الحياة .

2- العلاقات مع الاخرين:

ادراك حدوث تغيرات ايجابيه في العلاقات مع الاخرين بتعميق الصلات والتقارب بينهم وادراك اهمية وجود العلاقات الاجتماعيه مع من حولنا وتقدير قيمتهم وحماية الذات من التعرض للاساءة

3- قوة الشخصية:

شعورالفرد بتغيرات ايجابيه في ادراك الذات والاحساس بجوانب قوة الشخصيه والثقه في الذات وجدارتها وقدرته على ادارة الضغوط ومواجهتها في المواقف المختلفة والمحتملة مستقبلا فيرد مثلا لم اكن متخيلا اني سامر من هذه التجربة لم اكن ادرك اني قوي لهذه الدرجة لقد تحملت ما لم اكن اتوقع .

اذ ان الصدمات والشدائد قد تكشف عن جوانب قوة غير عادية لدى بعض الأفراد كما انها كشفت عن كمال الانبياء عندما تعرضوا لمواقف صادمة وهذا يذكر برحلة النبي محمد الى الطائف فعاد من موقف الاساءة يأبى الا التسامح والامل وطلب الرضى من الله .

4- التغيرات الروحية والدينية:

حدوث تغير ايجابي في المعتقدات الروحية من خلال زيادة الاحساس بالمعنى والهدف وتعميق الايمان والقيم الروحية والحفاظ على المعتقدات الروحية فكثير من الناس في ذروة الازمة والصدمة لا يجد مفرا من الفرار الى الله ويقول يا رب فيعيش معنى روحيا في اللجوء الى الله وكما قال تعالى (امن يجيب المضطر اذا دعاه ويكشف السوء)وتظل هذه الروحانيات معه وربما يصاحبها التزام ديني بواجبات وقواعد الدين . وأشار (فرانكل 1982) إلى أنَ القيم الروحية والإيمان بالله من المصادر المهمة لمعنى الحياة والسعادة فيها وتمنح الفرد القدرة على تحمل الشدائد

5- الفرص الجديدة:

ادراك الفرد للفرص الجديدة والفوائد المحتملة التي نتجت عن حدوث الصدمة فالأزمات تحمل في طياتها الفرص الجديدة التي ترتبط ربما بعمل مهني او تطوعي او خبرات جديدة او علاقات تسهل في الاستفادة من الفرص فقد تمر دولة بحصار فيفتح هذا بابا ضروريا للعمل على الاكتفاء الذاتي وقد يجبر في صدمته او ازمته على ترك عمله او بلده فيكون في الامر متسع لفرص اكثر وافضل وقد تكون الصدمة محملة بخبرات تجعل صاحبها يقدم خدمات في مجال الخبرة (يونس،2018: 76).

ونلخص فهمنا لهذا النموذج الذي عرضه تيدسكي وكالهون (2004) بانه يبدأ بعرض شخصية الفرد قبل الصدمة ، ثم وقوع الحدث الصادم المزلزل فيحدث نوعاً من من التفاعل بين الصدمة وادراك الشخص لها من خلال ما مر به من خبرات متمثلة في " تاريخ وقصة الحياة ، والمخططات المعرفية والمعتقدات الاساسية ، والاهداف " ليبدأ في معايشة انفعالات سلبية طبيعية ونتيجة لتهديد اهدافه وقيمه وتصوراته ومخططاته المعرفية والتي قد تخلق شعوراً مستمرا بالكرب والمشقة " كالإنكار والذهول والرفض او التجمد او الانسحاب او الصمود المؤقت او الاندفاع " وهذا يساعد على ظهور وتنشيط المعالجة المعرفية .

ولاشك ان الزمن جزء من هذا النموذج وعنصر مهم من عناصر معادلة النمو . حيث ان الانتقال من مرحلة الاجترار الاولى في عملية المعالجة المعرفية الى الاجترار الايجابي المقصود يكون عبر الزمن ،كما ان مرور الشخص بالمعاناة والكرب الانفعالي التالي للصدمة يكون خلال فترة زمنيه تختلف من فرد الى اخر لذلك فالنمو يتطلب التركيز على عوامل القوة وفرص النمو ومراعاة الزمن واعتماد اساليب التقبل والمواجهة .ومما سبق يتضح ان نموذج تيديسكي يناول عددا من العوامل المختلفة او المتغيرات في تفاعل متبادل مع بعضها البعض عبر حلقات حدود الفعل .والعناصر الرئيسية لهذا النموذج ،والتي تؤثر على تطوير وتحسين نمو ما بعد الصدمة.

الفصل الثالث

منهج البحث وإجراءات

اولا: مجتمع البحث Research Population

اذ يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بابل ولكلا الجنسين (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) للعام الدراسي (2018 –2019) البالغ عددهم (516) طالب وطالبة من ابناء شهداء ضحايا الارهاب، بواقع (306) إناث وبنسبة (53.96%) (210) ذكور وبنسبة (45.80%)، و(202) علمي وبنسبة (50,5%) و(198) إنساني وبنسبة(49,5%)، موزعين على (20) كلية

ثانيا: عينة البحث Research Sample

بعد أن تم تحديد مجتمع البحث الحالي ، قامت الباحثة باختيار عينة البحث منه بأسلوب العينة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتناسب ، ومن اجل اختيار هذا الاسلوب لا بد من اتباع الخطوات الاتية :

1- تقسيم افراد المجتمع الى طبقتين الجنس (ذكور – اناث) وكذلك التخصص (علمي – انساني) التي وردت في المجتمع الاصلي .

2- تحديد عدد افراد المجتمع الذين يقعون في كل طبقة .

3- تحديد حجم العينة الكلي وحجم العينة من كل مجموعة ، ونسبة حجمها الى المجتمع اللازم لاجراء البحث (نوفل وابو عواد ، 2010 : 273 – 274).

وتشير أدبيات القياس النفسي انه يفضل اختيار عينة لا تقل عن (400) فرد .(Anastasi ,1988 :23)، وفي ضوء ذلك تألفت عينة البحث الحالي من (400) طالب وطالبة و ، من المجتمع الكلي وبواقع (180) ذكور وبنسبة (45%) (220) اناث وبنسبة (55%) ، وعلمي (202) وبنسبة (50,5 %) وانساني (819) وبنسبة (49,5%)

أنواع العينات :

1- عينة التميز والتحليل الاحصائي (400).

2- عينة الثبات (60).

3- عينةالتطبيق الاستطلاعي (40).

4- عينة التطبيق النهائي هي ذاتها عينة التحليل الاحصائي لعدم توفر عينة أخرى يتم التطبيق عليها.

جدول (1)

أعداد عينة التطبيق النهائي موزعين حسب التخصص والجنس

ت	التخصص	الجنس				المجموع	النسبة
		ذكور	النسبة	إناث	النسبة		
1	علمي	99	24,75	103	25,75	202	50,5
2	إنساني	81	20,25	117	29,25	198	49,5
المجموع		180	%45	220	%55	400	%100

ثالثا: أداة البحث Research Instrument

من اجل تحقيق أهداف البحث الحالي ، اقتضى ذلك توافر أداة تتوافر فيهما خصائص المقاييس النفسية من صدق وثبات ، وفيما يأتي عرض لإجراءات أعداد أداتي البحث:

مقياس النمو مابعد الصدمه Post Traumatic Grouth

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة و مراجعة الأدبيات النفسية التي تناولت نمو ما بعد الصدمة ، لم تجد الباحثة مقياساً يتناسب مع عينة البحث الحالي وأهدافه ، لذا كان لا بد للباحثتان من بناء مقياس للنمو مابعد الصدمة في ضوء ما عرض في الإطار النظري للبحث الحالي.

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة و مراجعة الأدبيات النفسية التي تناولت نمو ما بعد الصدمة ، لم تجد الباحثة مقياساً يتناسب مع عينة البحث الحالي وأهدافه ، لذا كان لا بد للباحثتان من بناء مقياس للنمو مابعد الصدمة، و من أجل بناء المقياس ، هناك

خطوات علمية محددة لبناء المقاييس النفسية ، والتي ينبغي أن تبدأ بتحديد المنطلقات النظرية التي تستند أليها الباحثتان في بناء المقياس ، إذ يشير "كرونباخ Cronbach" إلى ضرورة بدء الباحثتان بتحديد المفاهيم البنائية التي يستند إليها أو تنطلق منها إجراءات بناء المقاييس النفسية قبل البدء بإجراءات البناء (الكبيسي ،2010: 263). وفيما يأتي توضيح لذلك:

في ضوء ما عرض في الإطار النظري للبحث الحالي، تمّ تحديد المنطلقات النظرية التي اعتمدتها الباحثتان في بناء المقياس ، لأنها تعطي رؤية واضحة تنطلق منها الباحثتان للتحقق من إجراءات بناء المقياس ، وعليه حددت الباحثتان المنطلقات النظرية الآتية:

1- اعتماد التعريف النظري للنمو مابعد الصدمة

2- اعتماد النظرية التي وضعها (تيدشي وكالهون (Tedeschi & Calhoun, 2004):

3- اعتماد أبعاد النظرية وهي (زيادة تقدير الحياة ، العلاقات مع الاخرين، قوة الشخصية ،التغيرات الروحية والدينية ، الفرص الجديدة)

قامت الباحثتان بصياغة الفقرات بصيغتها الأولية بواقع (34) فقرة وبحسب الأبعاد الخمسة (زيادة تقدير الحياة ، العلاقات مع الاخرين، قوة الشخصية ، التغيرات الروحية والدينية، الفرص الجديدة) على التوالي

صدق فقرات المقياس Validity of scale items

يشير ايبل (Ebel) إلى إن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المختصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها .(1972 , Ebel : 555) ولغرض تحقيق ذلك فقد عرضت الفقرات بصيغتها الاولية وعددها (34) فقرة موزعة بحسب الأبعاد على عدد من المحكمين المختصين في ميدان التربية وعلم النفس لإصدار أحكامهم على مدى صلاحيتها ، وسلامة صياغتها وملائمتها للغرض

الذي وضعت من اجله ومدى ملائمة الفقرات للأبعاد ، وكذلك صلاحية البدائل المستعملة للإجابة ولتحليل آراء الخبراء على فقرات المقياس فقد تم استعمال النسبة المئوية لمعرفة الفقرات التي حصلت على موافقة المحكمين و عدت كل فقرة صالحة عندما تكون النسبة التي حصلت عليها أعلى من (80%) وفي ضوء آراء المحكمين والمناقشات التي أجريت معهم تم تعديل صياغة بعض الفقرات لكي تكون أكثر صلاحية لقياس السمة المراد قياسها .

جدول(2)

النسب المئوية لآراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس نمو مابعد الصدمة

ت	المكونات	تسلسل الفقرات	الموافقون	النسبة المئوية	الغير الموافقون	النسبة المئوية	القيمة المحسوبة	مستوى الدلالة عند (0.05)
1	تقدير الحياة	-5-4-3-2-1 7-6	29	%97	1	%3	26.13	دالة
2	قوة الشخصية	-11-10-9-8 14-13-12	26	%87	4	%13	16.13	دالة
3	المتغيرات الروحية	-17-16-15 20-19-18	28	%93	2	%7	22.53	دالة
		21	19	%63	11	%37	2.13	غير دالة
4	الفرص الجديدة	-24-23-22 28-26-25	26	%87	4	%13	16.13	دالة
		27	17	%57	13	%43	0.53	غير دالة
5	العلاقات مع الآخرين	-31-30-29 35-34-33-32	27	%90	3	%10	19.2	دالة

التحليل الاحصائي لفقرات القياس :

أ- **القوة التمييزية (أسلوب المجموعتين المتطرفتين Contrasted Groups):**

لاستخراج القوة التمييزية لمقياس نمو ما بعد الصدمة تم أتباع الخطوات التالية:

1- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

2- رتبت الدرجات التي حصل عليها المستجيبون والذين كان عددهم (400) طالب وطالبة من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

3- تعيين نسبة قطع (27 %) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات ، و (27 %) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات ، إذ أن هذه النسبة تعطي اكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Kelly, 1973, 172).

وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (108) استمارة ، أي أن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (216) استمارة .

4- تطبيق الاختبار التائي (tatest) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وعدت القيمة التائية المحسوبة موشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية ، وبهذا فقد عدت جميع الفقرات مميزة في مقياس نمو مابعد الصدمة، والجدول(3) يوضح ذلك.

جدول رقم (3)

. القوة التمييزية لفقرات مقياس نمو مابعد الصدمة باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
1	4.32	0.75	3.02	1.45	8.304	دالة
2	4.37	0.78	3.03	1.34	8.984	دالة
3	4.65	0.65	3.14	1.4	10.189	دالة
4	4.84	0.41	3.58	1.4	8.954	دالة
5	4.9	0.3	3.56	1.46	9.384	دالة

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
6	4.78	0.42	3.77	1.43	7.034	دالة
7	4.81	0.41	3.81	1.29	7.765	دالة
8	4.99	0.1	4.07	1.15	8.258	دالة
9	4.97	0.17	3.61	1.55	9.099	دالة
10	4.96	0.19	3.7	1.52	8.521	دالة
11	4.94	0.33	3.72	1.5	8.288	دالة
12	4.84	0.53	3.61	1.44	8.339	دالة
13	3.77	1.32	3.09	1.49	3.528	دالة
14	4.69	0.57	3.77	1.43	6.244	دالة
15	4.67	0.67	3.83	1.38	5.654	دالة
16	4.64	0.59	3.71	1.61	5.626	دالة
17	4.69	0.46	3.87	1.29	6.247	دالة
18	4.69	0.64	3.94	1.24	5.509	دالة
19	4.84	0.51	3.81	1.5	6.716	دالة
20	4.78	0.55	4.06	1.45	4.830	دالة
21	5	0	4.2	1.32	6.251	دالة
22	4.88	0.33	4.16	1.31	5.549	دالة
23	4.67	0.64	4.1	1.31	4.022	دالة
24	4.98	0.19	4.2	1.3	6.139	دالة
25	4.97	0.21	4.26	1.37	5.344	دالة
26	4.97	0.21	3.96	1.46	7.111	دالة
27	4.65	0.48	3.59	1.51	6.922	دالة
28	4.44	0.6	3.48	1.44	6.424	دالة
29	4.94	0.23	3.81	1.43	8.170	دالة
30	4.68	0.68	3.88	1.48	5.088	دالة
31	4.88	0.45	4.04	1.37	6.089	دالة
32	4.98	0.19	4.23	1.36	5.684	دالة

ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة Item Validity):

وهو الأسلوب الآخر الذي يستعمل في تحليل مفردات الاختبار والذي يعبر عن مدى صدق الفقرة ، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية في الاختبار ، إذ تعبر الدرجة الكلية عما يقيسه الاختبار بالفعل ، وبذلك تزداد جودة الاختبار إذا أشتمل على مفردات ترتبط ارتباطاً مرتفعا بالدرجة الكلية . اذ تعد الدرجة الكلية للمقياس بمثابة مقاييس محكية آنية عن طريق ارتباطها بدرجات الأفراد على الفقرات، ومن ثم فإن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس ما تقيسه الدرجة الكلية، وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً والمقياس الذي تنتخب فقراته طبقاً لهذا المؤشر يمتلك صدقاً بنائياً عند إجراء تحليل فقراته (Anastasi, 1976: 154).

ولتحقيق ذلك استعملت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات نمو مابعد الصدمة والدرجة الكلية للمقياس والاستماره المستعملة هي ذاتها التي خضعت لتحليل الفقرات في ضوء المجموعتين المتطرفتين وأظهرت النتائج ان جميع معاملات الارتباط تم قبولها اعتمادا على معيار الدرجات الحرجة لمعاملات الارتباط والتي تشير الى قبول الفقرة التي تتجاوز درجتها (19،0) والجدول يوضح ذلك وفي ضوء ذلك تم قبول جميع فقرات المقياس البالغه (32).

جدول (4)

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس نمو مابعد الصدمة باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	0.33	9	0.68	17	0.56	25	0.60
2	0.37	10	0.65	18	0.55	26	0.54
3	0.42	11	0.67	19	0.53	27	0.47
4	0.46	12	0.58	20	0.58	28	0.43
5	0.48	13	0.36	21	0.71	29	0.53
6	0.54	14	0.55	22	0.67	30	0.43
7	0.56	15	0.50	23	0.53	31	0.61
8	0.59	16	0.49	24	0.71	32	0.68

اسلوب علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه:

يهدف هذا الأسلوب إلى إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كلّ فقرة والدرجة الكلية مجال الذي تنتمي إليه، وباستعمال معامل ارتباط بيرسونPearson Correlation اتضح للباحثة ان جميع مكونات المقياس والارتباطات بين مكونات المقياس والمقياس ككل ذات دلالة احصائية، مما يدل على قوة هذه الارتباطات. والجدول(5) يوضح ذلك:

جدول (5)

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس نمو مابعد الصدمة باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالمجال

الفقرة	المجال	معامل الارتباط	الفقرة	المجال	معامل الارتباط	الفقرة	المجال	معامل الارتباط
1	العلاقات	0.76	12	تقدير الحياة	0.77	23	التغيرات الدينية	0.69
2	العلاقات	0.80	13	تقدير الحياة	0.53	24	التغيرات الدينية	0.80
3	العلاقات	0.83	14	تقدير الحياة	0.68	25	التغيرات الدينية	0.68
4	العلاقات	0.81	15	قوة الشخصية	0.72	26	التغيرات الدينية	0.71
5	العلاقات	0.70	16	قوة الشخصية	0.78	27	التغيرات الدينية	0.67
6	العلاقات	0.52	17	قوة الشخصية	0.73	28	الفرص الجديدة	0.59
7	العلاقات	0.44	18	قوة الشخصية	0.70	29	الفرص الجديدة	0.71
8	تقدير الحياة	0.70	19	قوة الشخصية	0.80	30	الفرص الجديدة	0.73
9	تقدير الحياة	0.86	20	قوة الشخصية	0.75	31	الفرص الجديدة	0.79
10	تقدير الحياة	0.85	21	قوة الشخصية	0.63	32	الفرص الجديدة	0.75
11		0.87	22	التغيرات الدينية	0.78		----	----

علاقة المجال بالمجال والمجال بالدرجة الكلية لمقياس نمو مابعد الصدمة

لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات المستجيبين على كل مجال والدرجة الكلية لكل مقياس على حده، استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون، وتبين أنّ معاملات الارتباط المحسوبة لكل مجال بالدرجة الكلية لمقياسها دالة إحصائياً .الجدول رقم (6) يوضح ذلك

جدول (6)

علاقة المجال بالمجال والمجال بالدرجة الكلية لمقياس نمو مابعد الصدمة

ت	المجال	تقدير الحياة	قوة الشخصية	التغيرات الدينية	الفرص الجديدة	العلاقات مع الاخرين	نمو مابعد الصدمة
1	تقدير الحياة	1	0.48	0.52	0.42	0.36	0.77
2	قوة الشخصية	---	1	0.62	0.53	0.21	0.76
3	التغيرات الدينية	---	---	1	0.66	0.31	0.81
4	الفرص الجديدة	---	---	---	1	0.30	0.74
5	العلاقات مع الاخرين	---	---	---	---	1	0.63

الثبات Reliability

يعد الثبات الخاصية الأساسية الثانية التي يجب أن يتصف بها المقياس الجيد، (أبو ناهية، 1994: 352). ومعنى ثبات الدرجة إن المفحوص يحصل عليها في كل مرة يختبر فيها (المفرج ، 2007 : 296). فالثبات هو دقة الاختبار في القياس وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه بالمعلومات التي يزودنا بها عن سلوك المستجيب (رزوقي وعيال، 2011 : 81). ولكي يتمكن الباحث من التعرف على الدرجة الحقيقية للمقياس لا بد من حساب ثباته (المفرج ، 2007 : 296) لان من شروط المقياس الجيد اتصافه بثبات عال (Anastasia,1976 : 103). وقد حسب الثبات لمقياس نمو مابعد الصدمة هما :

1- معامل الفا كرونباخ (الاتساق الداخلي) (Alpha Coefficient For Internal Consistency)

وتعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى وتستند إلى الانحراف المعياري للاختبار والانحراف المعياري للفقرة المقررة (ثورندايك و هيجن ، 1989 : 79). أذ تم استخراج معامل الاتساق الداخلي باستعمال معادلة الفا ، ذلك إن معامل الاتساق المستخرج بهذه الطريقة يعطينا تقديراً جيداً للثبات في أكثر المواقف (Nunnally, 1978:230). ويمثل معامل الفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطرق مختلفة (عبد الرحمن ، 1983: 201). ولحساب الثبات فقد أخضعت جميع استمارات المفحوصين عينة التحليل الإحصائي والبالغ عددها (400) استمارة ثم استعملت معادلة الفا كرونباخ وقد بلغ معامل ثبات الفا للمقياس (0،91) ويُعدّ المقياس متسقاً داخلياً لأن هذه المعادلة تعكس مدى أتساق فقرات المقياس داخلياً ، إذ يشير (عيسوي ، 1985). الى ان معامل الثبات الذي يتراوح بين (0,70 – 0,90) يعد مؤشر جيد للمقياس الثابت (عيسوي ، 1985 : 58).

2- طريقة الاختبار– إعادة الاختبار (معامل الاستقرار) Test –retest Method for External consistency

تكشف هذه الطريقة عن مدى استقرار النتائج عندما يطبق الاختبار على عينة من الأفراد أكثر من مرة عبر مدة زمنية محددة (عزيز وعبد الرحمن ، 1990 : 122). وقد أعيد تطبيق المقياس على (60) طالب وطالبة من جامعة بابل مجتمع البحث وكانت المدة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني (15) يوم ، إذ يرى آدمز (Adams) أن أعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته لا تتجاوز مدة أسبوعين من التطبيق الأول (Adams 1964 : 58 ,). وقد بلغ ثبات المقياس (83، 0) ويعد هذا الثبات مناسباً إذا ما قورن بالمعيار الذي حددته الأدبيات الخاصة بالقياس النفس، أذ أشارت إلى أن معامل الثبات ينبغي أن يتراوح ما بين (0.70 – 0.90) (عيسوي، 1985: 85) .

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشته

الهدف الاول: التعرف على نمو مابعد الصدمة لدى الطلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثتان ببناء مقياس نمو مابعد الصدمة وتطبيقه على عينة البحث البالغ عددها (400) طالب وطالبة من جامعة بابل، أذ قامت الباحثتان بحساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع أفراد العينة لغرض مقايستها بالوسط الفرضي البالغ(96) فبلغ متوسط درجاتهم في المقياس (139.9925) درجة ، وانحراف معياري (17.61429) درجة ، وعند مقايسة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي للمقياس، ظهر إن الوسط الحسابي اكبر من الوسط الفرضي ، الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة لإفراد العينة ككل على مقياس نومابعد الصدمة.

جدول (7)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة لإفراد العينة ككل على مقياس نمو مابعد الصدمة

نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	التائية المحسوبة	دلالة الفرق
كل العينة	**400**	139.9925	17.61429	000	96	49.951	دال

تشير النتيجة اعلاه ان عينة البحث لديهم نمو مابعد الصدمة ، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (49.951)

وهي اعلى من الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (399) ، ولصالح الوسط الحسابي البالغ (139.9925) وهو اعلى من الفرضي (96).

في ضوء هذه النتائج تم التوصل الى ان طلبة الجامعة يمتلكون نمو مابعد الصدمة ويمكن تفسير ذلك بناءا على انموذج (تيدشي وكالهون ، 2004) أذ ان امتلاكهم لبعض الخصائص الشخصية كالانفتاح على الخبرة والانبساطية والتفاؤل ادى بهم الى إحداث النمو بعد تعرضهم للصدمات والاحداث المؤلمة حيث زاد تقديرهم للحياة واهميتها وهدفيتها بعد تعرضهم لهذه الصدمات والمحن والشدائد التي تعتبر مثيرا يتفاعل معه الانسان فينتج عنه تقدير الحياة **كما ان ادراك** اهمية وجود العلاقات الاجتماعية و تلقي الدعم والمساندة الاجتماعية من قبل الاشخاص المحيطين بهم وقوة الشخصية المنبثقة من الثقة بالذات والقدرة على ادارة الصدمات ومواجهتها في المواقف المختلفة والمحتملة مستقبلا بالاضافة الى ان هناك عامل رئيسي هو الاخر يعد من عوامل تكوين نمو ما بعد الصدمة فالمعتقدات الروحية وحدوث التغييرات الايجابية فيها من خلال زيادة الاحساس بالمعنى والهدف وتعميق الايمان والقيم الروحية والحفاظ على المعتقدات الروحية تمنح الفرد القدرة على تحمل الشدائد والمحن وكذلك **ان** ادراك الفرد للفرص الجديدة والفوائد المحتملة التي نتجت عن حدوث الصدمة لان الأزمات تحمل في طياتها الفرص الجديدة التي ترتبط ربما بعمل مهني او تطوعي او خبرات جديدة او علاقات تسهل في الاستفادة من الفرص والمواقف التي يتعرض لها ما جعل افراد عينة البحث يمتلكون نمو ما بعد الصدمة . واتفقت هذه النتائج مع بعض الدراسات ،كدراسة العبادسة واخرون (2015)التي اظهرت مستوى متوسط لنمو مابعد الصدمة لدى عينة الدراسة .

وتعزو الباحثتان ذلك الى ان الكوارث أحيانا تؤثر بشكل ايجابي على الافراد لاسيما المجتمع العراقي

الذي يحتسب امر الحروب لله عز وجل فالمجتمع العراقي عاصر الحروب مدة طويلة لاشك اصبح لدية

الجلد والصبر على مثل هذة الازمات والمصائب فكثير من الحالات التي مرت بصدمه يصبح لديها الايمان

بالله اعمق من ذي قبل ،حيث ينمو مفهوم الصبر وأثاره الايجابية ويجعلهم يبحثون عن حكمة ومعنى ايجابي في الاحداث والازمات وهو توجيه الهي عام لاحتمالية الخير حيث يمكن ان يجد الفرد المعنى في حياته عندما يواجه تجربة اوخبرة أليمة تساعدة على تجاوز ذاته ،والتحرك في الحياة بإيجابيه ‘والتوجه نحو المستقبل بتفاؤل ‘مستفيداً من الامكانات المحققة في الماضي من أجل تشكيل الحاضر ،والتخطيط للمستقبل من خلال الوعي بالجوانب الايجابية والطاقات التي يمتلكها بدلاً من التركيز على الجوانب السلبية

الهدف الثاني: تعرف دلالة الفروق في نمو مابعد الصدمة تبعا لمتغيري (الجنس، والتخصص والتفاعل بينهما) :

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة في مقياس نمو مابعد الصدمة كمافي الجدول (8).

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة في مقياس نمو مابعد الصدمة تبعاً لمتغير الجنس والتخصص

الجنس	التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
ذكور	علمي	140.1616	21.07552	99
	انساني	139.3580	18.33120	81
	الكلي	139.8000	19.83744	180
إناث	علمي	139.9709	16.49507	103
	انساني	140.5077	14.85067	117
	الكلي	140.1500	15.60676	220
ذكور	علمي	140.0644	18.83209	202

و إناث	انساني	139.9192	16.32610	198
	الكلي	139.9925	17.61429	400

وللتعرف على دلالة الفروق في درجات أفراد العينة في مقياس نمو مابعد الصدمة تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، تم استعمال تحليل التباين الثنائي فظهرت النتائج كما في جدول (9)

جدول (9)

تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في نمو مابعد الصدمة تبعا لمتغير (الجنس ، والتخصص)

مصدر التباين s.of.v	مجموع المربعات s.of.s	درجة الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	القيمة الفائية F	الدلالة Sig
	47.110	3	15.703	050.	985.
	7699146.954	1	7699146.954	24637.695	.000
الجنس	14.151	1	14.151	045.	832.
التخصص	5.353	1	5.353	017.	.896
التخصص.الجنس	31.952	1	31.952	102.	.749
الخطأ	123747.867	396	312.495		
الكلي	7962955.000	400			
	123794.978	399			

a. R Squared = .000 (Adjusted R Squared = −.

وتشير النتيجة اعلاه الى الاتي :

1- ليس هناك فرق في نمو مابعد الصدمة حسب الجنس اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.045) وهي أقل من الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (1-396).

2- ليس هناك فرق في نمو مابعد الصدمة حسب التخصص اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.017) وهي أقل من الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (1-396).

3- ليس هناك تفاعل دال احصائيا في نمو مابعد الصدمة حسب تفاعل الجنس والتخصص ، اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.102) وهي أقل من الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (1-396).

النتيجة تتلائم مع ما جاء به انموذج (تيدشي وكالهون) اذ لا يشير الى وجود فروق واختلافات في النمو ما بعد الصدمة حسب الجنس او التخصص لديهم خصائص شخصية كالانفتاح على الخبرة والانبساطية والتفاؤل واساليب ملائمة في ادارة الشدة التي تزيد من من أرجحية الأفراد في خبرة النمو ما بعد الصدمة كما ان تصوراتهم وادراكاتهم للازمات والمحن هي الاخرى زادت من النمو ما بعد الصدمة واتفقت نتائج هذة الدراسة مع دراسة sawyer واخرون (2010) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى للجنس .وتعزو الباحثتان ذلك ان الظروف التي مرو بها واحدة ،وكلاهما مر بنفس الظروف القاسية فان تأثير الفقد والارهاب كان واحد عليهم، فالجميع متاثرون بنفس الظروف الاجتماعية والاقتصادية والاسرية والدراسية والشخصية ، وبما ان المثيرات متشابهة في متطلباتها وطبيعتها ، فان من المحتمل ان لا تظهر الفروق بشكل مؤثر وان تتشابه الاستجابات بدرجة كبيرة على الرغم من انتماءاتهم لمجتمع الذكور او مجتمع الاناث

الاستنتاجات: Conclusions

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثتان عن طريق تحليل البيانات ومناقشتها استنتج ما يأتي :

1- إن شريحة الطلبة ابناء شهداء ضحايا الارهاب يمتلكون نموا نفسيا سواء كان ذلك عند الذكور أم الإناث ، أم عند التخصص العلمي والإنساني عن طريق تمتعهم بمستويات عالية من مقومات وعناصر نمو مابعد الصدمة مما عزز الأداء الايجابي لديهم في تعاملهم مع مواقف الحياة وأحداثها المختلفة .-

2- إن شريحة الطلبة أبناء شهداء ضحايا الارهاب يمتلكون فاعلية ذاتية سواء كان ذلك عند الذكور أم الإناث ، أم عند التخصص العلمي والإنساني ، مما يدل على تنظيم سلوكياتهم وضبطها وتحقيق أهدافهم فضلا عن ان امتلاكهم مستوى عال من فاعلية الذاتية عزز من قدرتهم في مواجهة الاحداث

3-يعد نمو مابعد الصدمة وفاعلية الذات مكونين نفسيين يكمل احدهما الآخر في تكوين سلوكيات ايجابية جيدة في التعامل مع المواقف المختلفة

التوصيات: Recommendations

بناء على النتائج التي توصل إليها البحث الحالي توصي الباحثتان بالاتي :

1-توافر البيئة التربوية والتعليمية لإعادة النظر في الجانب الإيجابي للصدمات الشديدة.

2-دعم الجهود البحثية في مجال دراسات النمو الإيجابي لما بعد الصدمة كونه لا يزال مجال بحثي جديد بالنسبة للعراق بشكل خاص

المقترحات: Proposals

سعياً نحو إغناء حقل المعرفة في مجال النمو الإيجابي لما بعد الصدمة تقترح الباحثتان ما يأتي:

1- إجراء دراسات مماثلة لشرائح أخرى من المجتمع .

2- إجراء دراسة مقارنة حول نمو مابعد الصدمة لدى (الطلاب ، غير الطلاب) في المرحلة العمرية نفسها لمعرفة تأثير التعليم على نمو مابعد الصدمة .

3- إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي تأخذ متغيرات ديموغرافية أخرى مثل: (،الحالة الاجتماعية ، المستوى الاقتصادي ، و نوع السكن).

اسماء السادة المحكمين

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د	رجاء ياسين عبدالله	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء
2	أ. د	بتول بناي	ارشاد تربوي	جامعة بابل
3	أ.د	هادي صالح رمضان النعيمي	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة – كركوك
4	أ.د	سناء مجول فيصل	قياس وتقويم	جامعة بغداد – كلية الاداب
5	أ.د	احمد لطيف جاسم	علم النفس الاكلينيكي	جامعة – بغداد
6	أ.د	علي حسين المعموري	علم النفس المعرفي	جامعة – بابل
7	أ.د	محمد حسن غانم	علم النفس الاكلينيكي والعلاج النفسي	جامعة – حلوان
8	أ.د	بشرى اسماعيل احمد أرنوط	أداب علم النفس	جامعة الزقازيق
9	أ.م.د	وحيدة حسين الركابي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية – كلية التربية

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
10	أ.م.د	زهرة موسى جعفر	علوم تربوية ونفسية	جامعة – ديالى
11	أ.م.د	علي عودة	علم النفس التربوي	مركز البحوث النفسية /جامعة بغداد
12	أ.م.د	حيدر جليل عباس	قياس وتقويم	جامعة بغداد
13	أ.م.د	وفاء كنعان صكر	علم النفس التربوي	جامعة – تكريت
14	أ.م.د	فؤاد محمد فريح	علم النفس السريري	جامعة – الانبار
15	أ.م.د	صالح مرشد	علم النفس التربوي	جامعة – تكريت
16	أ.م.د	قاسم محمد الشمري	علم نفس النمو	الجامعة العراقية
17	أ.م.د	خالد خير الدين ياسين	علم النفس العام	جامعة – الموصل
18	أ.م.د	محمد سعيد ابوحلاوة	علو النفس العام	جامعة القاهرة
19	أ.م.د	خالد محمد عبد الغني	علم النفس الاكلينيكي والقياس النفسي	جامعة القاهرة
20	أ.م.د	سلمان كيوش	علم النفس التربوي	جامعة بغداد – كلية التربية
21	أ.م.د	غزوان رمضان صالح	علم النفس التربوي	جامعة – تكريت
22	أ.م.د	وحيدة حسين ألركابي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية – كلية التربية
23	أ.م.د	ياسر حمدي زكي	علم النفس	جامعة القاهرة
24	أ.م.د	سحر هاشم محمد	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية
25	أ.م.د	فاتن بركات	علم النفس	جامعة – دمشق
26	أ.م.د	ابراهيم حسن محمد	علم النفس الشخصية	جامعة – جنوب الوادي
27	أ.م.د	مهدي كاظم داخل	صحة نفسية	جامعة – المستنصرية
28	أ.م.د	جمهور ناجي سرحان	صحة نفسية	جامعة – تعز
29	أ.م.د	سيف محمد رديف	صحة نفسية	مركز البحوث النفسية /جامعة بغداد
30	أ.م.د	شاكر	علم النفس التربوي	جامعة –تكريت

ملحق (1)

جامعة كربلاء – كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا – الماجستير

مقياس نمو مابعد الصدمة المستعمل للتحليل الإحصائي

عزيزي الطالب /عزيزتي الطالبة

تحية طيبة :

أضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن أرائك تجاه بعض المواقف الحياتية ، يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة طياً بدقة و الإجابة عنها بوضع علامة ( ) تحت البديل الذي تراه مناسبا والذي يمثل اختيارك ، علما لا توجد إجابة صحيحة و أخرى خاطئة و إن لا تترك أي فقرة من دون إجابة ، ونود الإشارة إلى إن جميع هذه الإجابات ستكون لأغراض البحث العلمي و لا حاجة لذكر الاسم .

ملاحظة : يرجى تدوين البيانات الآتية:

التخصص : علمي : ☐ أنساني : ☐

الجنس : ذكر : ☐ أنثى : ☐

ولكم جزيل الشكر و التقدير

المشرف

أ.م .د فاطمة ذياب

الباحثه

شيماء فاضل

ت	الفقرة	تنطبق علي بدرجة عالية جدا	تنطبق علي بدرجة عالية	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة منخفضة	تنطبق علي بدرجة منخفضة جدا
1	اشعر بتطور ايجابي في علاقتي مع الاخرين					
2	رغبتي في مساعدة الاخرين تزداد يوماَ بعد يوم .					
3	بدأت اهتم بتعميق علاقاتي بالآخرين					
4	اشعر بأني محبوب من قبل الاخرين .					
5	أسعى بتكوين الصداقات الجديدة .					
6	تغيرت نظرتي للعلاقات الاجتماعية بعد ما تعرضت له من صدمة .					
7	ادركت اهمية العلاقات الاجتماعية بعد الصدمة التي تعرضت لها .					
8	مهما طالت الازمة فلا بد لها من فرج .					
9	بدأت اتعامل مع مواقف الحياة بأمل وايجابية					
10	تعلمت ان الشدائد تدفعني الى تحقيق اهدافي					
11	ادركت بأن للحياة قيمة .					
12	بدأت اقدر كل يوم جديد في حياتي					
13	احافظ على اتزاني الانفعالي عندما تتعقد الامور او تحيط بي الشدائد .					
14	ارى بأني قادر على توجيه حياتي بعد الصدمة.					
15	اعطتني هذه الصدمة قوة لمواجهة المواقف المماثلة .					

ت	الفقرة	تنطبق علي بدرجة عالية جدا	تنطبق علي بدرجة عالية	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة منخفضة	تنطبق علي بدرجة منخفضة جدا
16	اصبحت قادر على مواجهة ضغوط الحياة					
17	اعتمد على ذاتي اكثر من طلب المساعدة					
18	اصبحت انظر الى ضغوطات الحياة بمرونة عالية .					
19	اتوافق مع الاوضاع الصعبة بسهولة					
20	ساعدتني الصدمة على اكتشاف انني اكثر قوة مما كنت اتوقع .					
21	أرى بأن ثقتي بنفسي ازدادت من ذي قبل					
22	ازداد التزامي بواجباتي الدينية .					
23	استعين بالدعاء والتضرع لله لتجاوز المحن					
24	ازداد تمسكي بالقيم الروحية والدينية بعد الصدمة .					
25	اصبحت على يقين ان ما يصيب الفرد من ابتلاء انما هو اختبار من الله .					
26	اشعر بالامتنان الى الله سبحانه وتعالى لما متعني به .					
27	اعتمد على الثقة والايمان العميق عند مواجهتي مشكلات الحياة اليومية .					
28	اصبحت انظر للحياة نظرة معنوية وليس مادية .					
29	تعلمت طرقاً جديدة لمواجهة المحن بعد الصدمة .					
30	أسعى ليكون منهجي في الحياة نحو الافضل					
31	على الرغم من ان الصدمة التي مررت بها الا اني استطيع تنمية مهارات وقدرات					

ت	الفقرة	تنطبق علي بدرجة عالية جدا	تنطبق علي بدرجة عالية	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة منخفضة	تنطبق علي بدرجة منخفضة جدا
	جديدة					
32	لدي القدرة على حل المشكلات بطريقة جديدة .					

المصادر العربية:

- الاء ، عبد الكريم عاشور كعبر . (2017) : **نمو ما بعد الصدمة ومعنى الحياة وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى مرضى السرطان في قطاع غزة** ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية المجتمعية ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية بغزة .
- ابو عيشة ، محمد سمير محمد . (2017) : **نمو ما بعد الصدمة وعلاقته بأعراض الاضطراب النفسي لدى مرضى السرطان ، رسالة ماجستير في الصحة النفسية المجتمعية** ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية بغزة .
- حجازي ، مصطفى . (2012) : **اطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الايجابي)** ، دار التنوير للطباعة والنشر ، بيروت – لبنان .
- رزوقي ، عبد الحسين وعيال ، ياسين حميد . (2011) : **القياس والتقويم للطلب الجامعي** ، كلية التربية ابن رشد .
- صادق ، سالم نوري. (2007). **اثر الارشاد بأسلوب ايقاف التفكير في خفض اضطراب ما بعد**
- صالح، قاسم حسين. (2005): **علم نفس الشواذ والاضطرابات العقلية**، جامعة بغداد، كلية الآداب

- الصبوة، محمد نجيب احمد.(2008): **علم النفس الايجابي: تعريفه وتاريخه وموضوعاته .والنموذج المقترح له مجلة علم النفس** ،العدد (76-79) اكتوبر القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- عبد العال ، تحية محمد احمد ومظلوم ، مصطفى علي رمضان . **(2010):** الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية "دراسة في علم النفس.
- العمار، يعقوب يوسف (2010) : **اضطرابات الضغوط التالية للصدمة النفسية الناتجة عن الحرب على العراق.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- عمر شاهين . (2014) : فعالية برنامجي العلاج المعرفي السلوكي ، وعلاج العقل والجسم في خفض حدة اعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة والاعراض المصاحبة عند المراهقين في غزة ، رسالة غير منشورة ، كلية التربية الجامعة الاسلامية ، غزة.
- عودة ، احمد سليمان . (2002) : **القياس والتقويم في العملية التدريسية** ، الاصدار الخامس ، كلية العلوم التربوية ، جامعة اليرموك ، دار الامل .
- عيسوي ، عبد الرحمن محمد . (1985) : **القياس والتجريب في علم النفس والتربية** ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية – مصر .
- العيسوي، عبد الرحمن محمد (2008) : **الوقاية من الاضطرابات النفسية.** ط1، هلا للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
- فرج ، صفوت . (1980) : **القياس النفسي .** ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- الفرحاتي السيد محمود . (2012) : **علم النفس الايجابي للطفل** ، دار الجامعة الجديدة ، الاسكندرية .
- الكبيسي ، وهيب مجيد . **(2010):** الاحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية . ط1، العالمية المتحدة ، بيروت – لبنان .

- ماهر محمود عمر . (2009) **التعامل مع الصدمات النفسية (تشخيص وعلاج)**، اصدارات اكاديمية ماتشيجان للدراسات النفسية ، القاهرة .
- مروة محمد احمد عبد القادر . (2015) : **نمو ما بعد الصدمة لدى امهات الشلل الدماغي وعلاقته بكل من المواجهة التهيئية وعدد من المغيرات النفسية** الاجتماعية والاكلينيكية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاداب ، جامعة القاهرة .
- مصطفى حجازي . (2012) : **اطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الايجابي** ، التنوير للطابعة والنشر ، لبنان .
- المفرج ، بدرية والمطيري ، عفاف وحمادة ، محمد . **(2007): الاتجاهات المعاصرة في اعداد المعلم مهنيا** ، وزارة التربية ، قطاع البحوث التربوية والمناهج وادارة البحوث والتطوير التربوي ، وحدة بحوث التجديد التربوي .
- ملحم ، سامي محمود . (2000) : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة فرج ، صفوت . (1980) : **القياس النفسي .** ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- يونس ، ابراهيم يونس محمد .(2018) : **مهارات التفكير الايجابي وعلاقتها بالنمو ما بعد الصدمة لدى امهات الاطفال ذوي اضطراب طيف الذاكوية** ، جامعة عين شمس.

المصادر الاجنبية:

- Diggens ،Justine. (2003). Social support and posttraumatic growth following diagnosis with dreast cancer. Simon Fraser University .
- Jirek.S (2011) . Posttraumatic Growth in the lives of adult trauma young survivors : relationships with cumulative adversity ، nar – rative reconstruction ، and survivor missions . Doctoral theses . University of Michigan
- Linley, P.A. & Joseph, S. (2004). **The applied positive psychology: A new perspective for professional practice**. In P.A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in*professional practice. In P.A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice (pp. 5-15). Hobolen, NJ: John Wiley& Sons, Inc.*
- Linley.A & Joseph.S (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity: A Review. Journal of Traumatic Stress ،Vol. 17 ،No. I ،pp. 11-21
- Parker ،P . A. ،Davis ،J. W. ،Latini ،D. M. ،Baum ،G. ،Wang ، X. ،Ward ،J. F. ،….& Kim ،J. (2016). Relationship between illness uncertainty ،anxiety ،fear of progtession and quality of life in men with favourable- risk prostate cancer undergoing active surveillance. BGU internotionol ،117(3) ،469-477

- Qouta ،Samir Ramadan Ibrahiem. (2000) . Trauma ،violence ، and mental health: the Palestinian ،experience: SRI Qouta.
- Seligman, M. E. P.(2012). **Positive psychology, positive prevention, and positive therapy** .In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 3-9).New York: Oxford University Press
- Tedeschi ، R. G. ،& Calhoun ،L. G. (2004). Posttraumatic growth : Conceptual foundations and empirical evidence. Psychological Inquiry ،15 ، 1-18
- Tedeschi ،R. G & Calhoun ،L. G. ،(1996). The posttraumatic growth Inventory : Measuring The Positive Legacy of Trauma. Journal of Traumatic Strese ،Vol. 9، No. 3 ، pp
- Kornbort,D,(2005),pearson product moment correlation coefficient in; Everitt,Brian s. & Howell,David c,Encyclopedia of statistics in Behavioral sciences.chichester. John Wiley & sons. Vol 3,pp(1537-1539).
- Anastasi. **(1976)**: Psychological Testing. New York the Macmillan, Company . ASCD, Alexandria, VA.
- Adams , G. S . **(1964):** Measurement and Evaluation in Education Psychology and Guidance , New York , Holt Rine, Hart and Winston

- Nunnally , J. c . **(1978)**: psychometric Theory , New York , McGraw – Hill .
- Ebel, R.L . **(1972):** Essentials of Education Measurement , New Jersy, Englewood cliffs prentice-Hall.