إضطراب ضغوط ما بعد صدمة الحرب وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية

أ.فاطمة مفتاح صالح

محاضر مساعد كلية التربية جامعة سرت

مقدمة:

يقول الله سبحانه وتعالى في كتابه العزيز"(**لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ**) (سورة البلد، الآية:4) " فالإنسان منذ أن وجد على وجه الأرض يمر بظروف ضاغطة، وفي ذلك حكمة من حكم الله سبحانه وتعالى، فلا تخلو حياة أي مسلم من أوضاع عصيبة يمر بها في أي مرحلة من مراحل حياته، ولاشك أن تلك الظروف الصعبة التي هي جزء من حياة أي إنسان لا تخلو من أثار وتبعات لها حتى عند انتهاؤها.

ولقد شهدت ساحة بلادنا خلال السنوات الأخيرة أحداث حرباً شديدة، كانت سبباً في إحداث مآسي كبيرة ،فخلفت وراءها الكثير من القتلى والجرحى، ومن لم يكن ضحية القتل والجرح طاله الأذى والضرر بصور وأشكال أخرى كمشاهدة مناظر العنف أو رؤية وسماع الأسلحة وغيرها، كل هذا يعد صدمة نفسية كما يراها علماء النفس لأنها تعد حدث مفاجئ غير متوقع مفزع وخطير يترتب عليه، إصابة الفرد باضطرابات نفسية خطيرة ، تُعيقه على أن يحيا حياة طبيعية وسليمة، فتفقده توافقه النفسي والاجتماعي، وتحول دون أن يمارس دوره كفرد إيجابي فاعل في مجتمعه، وتظهر هذه الاضطرابات التي تعقب الصدمة في صورة أعراض مختلفة منها ما هو نفسي كالقلق والتوتر والشعور بالضيق والاكتئاب والحزن والإحباط وفقدان المعنى للحياة ،وفقدان الهدف، والغضب الغير مبرر، ومنها ما هو اجتماعي، كعدم الرغبة في التواصل والتفاعل مع الآخرين انخفاض في مستوى المسئولية الاجتماعية، والعزلة والوحدة والانسحاب وغيرها، بل أن تلك الاضطرابات يفوق في أثرها الضار الجانبين النفسي والاجتماعي إلى جانب الصحة الجسمية كالرجفة والارتعاش وأمراض المعدة والأمراض الجلدية وأمراض القلب والسكري وغيرها.

أن تلك الاضطرابات النفسية كغيرها من الاضطرابات الأخرى، تتوقف إصابة الفرد بها بقدر ما يحظى به من تآزر وتعاون ومساندة اجتماعية من أسرته وأقاربه وجيرانه وأصدقاءه وزملاءه، فالإنسان فرد في جماعة يؤثر فيها ويتأثر بها، وبقدر توافقه وانسجامه مع جماعته بقدر ما يكون متوافقاً مع ذاته، وأكثر قدرة

على مجابهة صعوبات الحياة ومحنها، وأكثر قدرة على بدل الجهد والتقدم والعطاء في مجال حياته الاجتماعية والعلمية.

وتزداد حدة هذا الاضطراب بزيادة شدة الصدمة وحدتها وعدم توقع الفرد لها، وحسب الفروق الفردية بين الأفراد فمنهم من أستطاع مواجهة صدمة الحرب والخروج منها، وحافظ على توافقه النفسي والاجتماعي، ومنهم من وقع فريسة لها، ويعد موضوع التحصيل الدراسي من أهم العوامل التي تتأثر بالوضع النفسي والاجتماعي للطلاب وتؤثر فيه، لذا قامت الباحثة بدراسة موضوع البحث الحالي

مشكلة البحث ومبرراته:

يتأثر الفرد بأي صدمة نفسية يمر بها في حياته، وبحسب الظروف الاجتماعية التي يعيش فيها يتحدد قدر تأثره بالأحداث الصادمة، فعندما يعيش الفرد تلك الأوضاع ضمن جماعة تآزره، وتشد على يده، وتسانده وتقدم له يد العون والمساعدة اجتماعية كانت أو مادية، لا شك أن ذلك سيؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على تفاعله مع الصدمة ، ويخفف من أثارها السلبية عليه.

والصدمة النفسية للحرب طال مداها إلى التأثير على جوانب الحياة العلمية والمهنية وغيرها، ولعل من أبرزها جانب التحصيل الدراسي للطلاب، فالطلبة من بين اهم شرائح المجتمع وهم الثروة الحقيقية لأي مجتمع وهم بنيانه وأساسه ومستقبله، ورغم ما مرت به البلاد من ظروف صعبة فأنهم واصلوا مسيرتهم التعليمية، وخلال سيرهم هذا تأثر مستوى تحصيلهم الدراسي بتلك الظروف .

حيث لاحظت الباحثة أنه على الرغم من الآثار النفسية البالغة الخطورة للحرب إلا أن الدراسات والبحوث التي تناولتها ليست بالقدر الكافي – في حدود ما اطلعت عليه الباحثة – وأنه لا توجد دراسة واحدة – في حدود علم الباحثة – تناولت الآثار النفسية لصدمة الحرب في مدينة سرت تحديداً، مما يعني أننا بحاجة ماسة لمثل تلك الدراسات في البيئة المحلية ،وهذا يؤكد أهمية الدراسة الحالية.

ومن خلال ما سبق يمكننا تلخيص مبررات البحث في النقاط التالية:

1- تزايد حالات المرض والاضطراب النفسي لدى المواطنين بصورة ملفته للنظر في الآونة الأخيرة.

2- عدم توفر أبحاث ودراسات تناولت الأثار النفسية لصدمة الحرب في مدينة سرت خاصة، على الرغم من خطورة الموضوع.

3- التعرف على الآثار النفسية التي خلفتها الحروب على الصحة النفسية.

4- هناك حاجة أعظم للأسر الليبية للتعرف على تلك الآثار السلبية وكيفية التخفيف منها وأهمية مساندتهم لأبنائهم.

5- اختيار موضوع التحصيل الدراسي لما له من أهمية بالغة في حياة الطالب ومستقبله ومستقبل بلاده .

ومن ثم يمكن تحديد مشكلة البحث في الأسئلة الآتية:

1- ما هي نسبة الطلاب المصابين باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة البحث.

2- ما هو مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلاب كلية التربية عينة البحث.

3- ما هو مستوى التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية عينة البحث.

4- هل توجد علاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد صدمة الحرب والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة سرت؟.

5-هل توجد علاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة سرت؟.

6- هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية ومستوى التحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة سرت؟.

7- هل توجد فروق بين درجات الطلاب على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة تبعاً لمتغير الجنس (ذكور وإناث)؟

8- هل توجد فروق بين درجات الطلاب على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس(ذكور وإناث)؟.

9- هل توجد فروق بين مستويات الطلاب في التحصيل الدراسي تبعاً لمتغير الجنس(ذكور وإناث)؟.

أهمية البحث:

1- الأهمية النظرية: تكمن أهمية البحث الحالي في أهمية موضوعه الذي تناول أثر ما بعد الحرب على الصحة النفسية لدى عينة البحث، كما يزيد من أهمية البحث تناوله لفئة الطلاب الذين يمثلون شريحة هامة في المجتمع، وبالتالي يضيف معلومات جديدة إلى المكتبة الليبية والعربية حول هذا الموضوع.

2- الأهمية التطبيقية: تتضح في تحديد نسبة الطلاب الذين يعانون من اضطراب ما بعد صدمة الحرب، وتحديد نسبة مدى حصولهم على المساندة الاجتماعية التي يحتاجونها لتحسين مستوى تحصيلهم الأكاديمي، ناهيك عن تقديم مقياسين في مجال علم النفس يفيد المتخصصين في المجال وهما مقياس الصدمة النفسية ومقياس المساندة الاجتماعية .

أهداف البحث:

1- الكشف عن نسبة انتشار اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة بين الطلاب.

2- الكشف عن مستوى المساندة الاجتماعية بين الطلاب.

3- الكشف عن مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلاب.

4- الكشف عن العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والمساندة الاجتماعية.

5- الكشف عن العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والتحصيل الدراسي.

6- الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي.

7- الكشف عن الفروق في مستويات اضطراب ما بعد الصدمة بين الطلاب تبعاً لمتغير الجنس.

8- الكشف عن الفروق في مستويات المساندة الاجتماعية بين الطلاب تبعاً لمتغير الجنس.

9- الكشف عن الفروق في مستويات التحصيل الدراسي بين الطلاب تبعاً لمتغير الجنس.

مصطلحات البحث:

اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة: تعرفه الباحثة: بأنه اضطراب نفسي يظهر بعد تعرض الفرد لصدمة معينة سواء كانت طبيعية كالزلازل والبراكين وغيرها أو من صنع الإنسان كالحروب والقتل والاغتصاب والسرقة وغيرها وبالتالي تظهر مجموعة من الأعراض في صورة قلق وتوتر ونوبات غضب وخوف وارتجاف، وتدهور في أداء العمليات المعرفية، كما قد تظهر أعراض جسمية كالتعرق الشديد والصداع والتقيؤ والقرحة والسكري وغيرها.

وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه " مجموع درجات الطالب على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة .

المساندة الاجتماعية : تعرفها الباحثة بأنها مقدار ما يتحصل عليه الفرد من دعم ومساعدة وتعاون اجتماعي من المحيطين به من الأسرة والأصدقاء والجيران والمعلمين وغيرهم. و إجرائياً تعرفها بأنها " مجموع ما يحصل عليه الطالب على مقياس المساندة الاجتماعية.

التحصيل الدراسي: تعرفه الباحثة بأنه " مجموع درجات الطالب في فصل "الربيع"2017.

محددات البحث:

1- الحدود المكانية : تم تطبيق البحث الحالي على عينة بلغت(180)طالباً وطالبة بكلية التربية بجامعة سرت.

2- الحدود البشرية: استخدمت الباحثة مجموعتين من الطلاب ذكور وإناث بكلية التربية جامعة سرت، تراوحت أعمارهم الزمنية من (18-35)سنة .

3- الحدود الزمنية: تم تطبيق أدوات البحث في الفترة الزمنية من(12-10-2017إلى 12-12-2017)

الإطار النظري:

تعريف الحدث الصادم: "يعرف بأنه موقف غير عادي عنيف وظرف شاد لم يُعتد عليه الإنسان يتسم بالقوة والشدة وإمكانية تهديد حياة الإنسان أو ذويه وممتلكاته، ويعمل هذا الحادث الصدمي عمل المنبه الضاغط ويترتب عليه تأثيرات سلبية وأعراض مرضية".(أحمد عبدالخالق، 1996:ص95)

ويرى البعض أن الصدمة هي الأساس التي تؤدي إلى حدوث إعاقة نفسية ، وتكون مُغايرة للتجارب الإنسانية المعتادة ، إذ تهدد بشكل حقيقي حياة الأفراد أو تحطيم الممتلكات ، أو تدمير البيئة المحيطة بالفرد ويترافق ذلك مع مُشاهد عنف ودمار شديدة، وغالباً ما يمر بهذه الأزمات أعداد كبيرة من الأفراد إذ يتعرضون جميعاً للضغط النفسي ولكن يُصيب الاضطراب بعضاً منهم نتيجة الفروق في قدرة الأفراد على التحمل. ومن الأزمات التي تؤدي إلى الإعاقة النفسية الكوارث الطبيعية ، كالفيضانات ،والزلازل ،والبراكين والحوادث الفردية، كالاغتصاب، والعنف ، وحوادث السير. ثم الأزمات التي تعد من صنع الإنسان كالحروب ، والغارات الجوية، والغزو والعدوان والثابت علمياً أن نوع الأزمة التي يصنعها الإنسان تفوق بمضاعفاتها كثيراً الظروف الطبيعية التي لا شأن للإنسان فيها من حيث تأثيرها المدمر على الجماعات والأفراد.(لطفي الشربيني، 1994: 23)

تعريف اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

عرفت رابطة الطب النفس الأمريكية (1994)ABA، اضطراب ضغوط الصدمة (POST)في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقليةIV DSMبأنه اضطراب ينتج عن تعرض الفرد لصدمة نفسية تتمثل في استمرار استعادة الخبرة الصادمة وتجنب متواصل للمنبهات المرتبطة بالحدث الصدمي

وأعراض دائمة في التنبيه المُتزايد ويؤثر الاضطراب على سلامة الفرد بصورة كبيرة من النواحي الأكاديمية والمهنية . (جمعية الطب النفسي الأمريكي،2007:ص122)

أعراض اضطراب ما بعد الصدمة:

حدد الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية ، وجود الاضطرابات التالية للصدمة بتوفر الشرطين الآتيين:

1- إن يكون الشخص قد جرب أو شهد أو واجه حوادث تضمنت الموت الفعلي أو التهديد به أو الإصابة الخطيرة له وللآخرين. وتتضمن استجابة الفرد خوفاً عميقاً وعجزاً أو رعُباً.

2- ويعيد الفرد التعبير عن الحادث الصدمي بشكل دائم بطريقة أو أكثر من الطرق الآتية:

أ- تذكر الحادث المؤلم بشكل متكرر، ويتضمن ذلك التخيلات والأفكار والإدراكات.

ب- أحلام عن الحادث مؤلمة ومتكررة.

ج- التصرف أو الشعور كما لو كان الحادث الصدمي يعاود الحدوث.

د- رد فعل فسيولوجي عند التعرض لمؤشرات أو هاديات داخلية أو خارجية ترمز لأحد جوانب الحادث الصدمي أو تشبهه.

3- تجنب دائم للمنبهات المرتبطة بالصدمة وخدر للاستجابة العامة . ويظهر ذلك من خلال :

أ- جهود لتجنب الأفكار ، والمشاعر، والمُحادثات المرتبطة بالصدمة.

ب-جهود لتجنب الأنشطة والأماكن ، والأشخاص الذين يتسببون في تذكر الصدمة.

ج - عدم القدرة على استرجاع جانب هام من الصدمة.

د- تناقص ملحوظ في الميول أو الاهتمامات أو الاشتراك في الأنشطة المهمة.

هـ- شعور بالانفصال أو الغربة عن الآخرين أو النفور منهم.

و- مدى ضيق الوجدان (مثل عدم القدرة على امتلاكه مشاعر الحب).

ك- الشعور بقصور المستقبل (كتوقع الفرد ألا تكون له مهنة ، وألا يتزوج ، أو الا يعيش العمر الطبيعي).

4- أعراض دائمة من التنبيه المتزايد وتتضمن:

أ- صعوبة الاستغراق في النوم أو البقاء نائماً. ب- التهيج أو انفجارات الغضب.

ج- التيقظ الزائد. د- استجابة الإجفال المبالغ فيها.

وتستمر هذه الاعراض لأكثر من شهر ويتسبب الاضطراب بألم أو ضيق مُرتفع أو إعاقة في مجالات الوظائف الاجتماعية والمهنية أو أي مجال مهم . ويكون الاضطراب حاداً إذا استمرت الأعراض أقل من 3أشهر. ومزمناً إذا استمرت الأعراض 3 أشهر. ومؤجلاً إذا بدأت الأعراض بعد 6 أشهر على الأقل من الحادث الصادم .(المرجع السابق،2007:ص136)

ومن خلال قراءات الباحثة في عدة مواضيع ودراسات حول اضطراب ما بعد الصدمة(مثل دراسة عبير عباس2016 و دراسة سوسن شاكر2013 ودراسة صيدم 2007)توصلت إلى وجود أعراض رئيسية لدى الأشخاص الذين يعانون من إضطراب ما بعد الصدمة ، وهذه الأعراض هي:

1-أعراض اقتحاميه: أي الشعور بأن الحدث الصادم يتكرر حدوثه عدة مرات، يظهر في صورة كوابيس، وذكريات مزعجة.

2- أعراض تجنبيه : بمعنى محاولة تجنب كل ما يُذكر الشخص بالحدث الصادم. مثل تجنب الأماكن التي تعرض فيها للحدث الصادم.

3- أعراض استثارة زائدة: أي يكون الفرد في حالة تأهب مُستمر وعصبية زائدة ، مثل عدم القدرة على النوم.

4- أعراض جسمية : كسرعة خفقان القلب، و الشعور بدوار الرأس، وضيق بالتنفس.

ثالثاً: النظريات المفسرة لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

أولاً: النظرية البيولوجية: يعتقد أنصار النظرية البيولوجية أن هناك عوامل وراثية هي المسئولة عن ظهور اضطراب ما بعد الصدمة ، وهناك العديد من الدراسات التي أُجريت على التوائم المتطابقة.(قاسم صالح، 2009: ص8) مُنطلقين من دراسة(Skreet1993) حيث وجد اتفاقا أكبر بين التوائم الُمتطابقة مقارنة بالتوائم الغير مُتطابقة في معدلات الإصابة باضطراب، فوجد أن العامل الوراثي هو المسئول عن إصابة الفرد باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة. فهؤلاء يرون أن الصدمة النفسية ترتبط بالمخ وتؤثر على تبديلات

كيميائية وفيزيولوجية ووظائفية، فالصدمة النفسية فالصدمة النفسية تؤثر على اضطراب في وظيفة الدماغ وبعض أعضاء الجسم ، وهذا الاضطراب يظهر على الشكل التالي:

- ارتفاع نسبة الكاتيولامينفي الدم.
- انخفاض نسبة النورايبنزين.
- ارتفاع نسبة الإسيتيلكولين.
- انخفاض نسبة السيرتونينوالدوبامين في الدماغ.(Skreet,1993:85-92)

ثانياً: النظرية التحليلية: يعتمد أنصار التوجه الدينامي ومن أبرزهم فرويد بأن اضطراب ما بعد الصدمة يمتد جدوره إلى صدمة الميلاد، وقد أطلق عليه فرويد اسم(العصاب الراهن)،حيث يرى أن خبرات الطفولة هي أساس كل الاضطرابات النفسية .وبعد ذلك جاء (هورتيزHorowitiz) وقام بتحويل فكرة فرويد إلى ما أسماه تفعيل المعلومات(Information Processing)حيث تبدأ الصدمة بهجوم المعلومات ومن ثم إعادة تكررها واستخدام وسائل دفاع (كالإنكار)للتكيف مع الصدمة، ومن ثم ظهر اتجاه أخر في التحليل النفسي يرى إنه ردة الفعل العُصابي في التكيف مع الحدث الصدمي. (ضياء الدين،2015:ص17)

ثالثاً: النظرية السلوكية: يرى أنصار المدرسة السلوكية أن اضطراب ما بعد الصدمة ينتج عن وجود منبه غير مشروط يؤدي إلى حدوث استجابة طبيعية ، غير شرطية كالخوف والقلق ويصبح المنبه الغير الطبيعي ، خبرة إذا أرتبط بالحدث الصادم أو أي شيء مشابه للحدث الصادم كالأصوات العالية ، منبه مشروط وتظهر بالتالي الاستجابات المشروطة المتمثلة في الخوف والقلق وغيرها. نتيجة لشعوره بانعدام الراحة وتؤدي به إلى ان يسلك سلوكاً مرضياً، يتصف بالتجنبية السلبية التي تمثل جانباً من جوانب اختلال الصحة النفسية.(طارق الكبيسي، 1998:ص28)

رابعاً: النظرية المعرفية: يرمي النموذج المعرفي إلى إدراك معنى الحدث عند الفرد، وكيف تظهر لديه المعاناة، ويبدو أن هذا الأمر يتوقف إلى نظرة الفرد إلى ذاته والعالم ، فالصدمة تؤدي إلى زعزعة البيانات الشخصية، فنظرة الشخص إلى الواقع وتكيفه معه يرميان إلى تحقيق الحفاظ على التوازن القائم بين كفتي اللذة والألم،

والحفاظ على اعتبار الذات بشكل مقبول والرغبة في التواصل مع الاخرين، وعلى هذا الأساس فإن هناك ثلاثة معتقدات شخصية تفُسر موقف الإنسان السوي من الواقع وهي :

-إن هذا هو مصدر الخير والانشراح.

- أن لهذا العالم معنى وقيمة كبيرة.

- أن الأنا لها قيمة ومعنى وأهمية خاصة.(أنا شخص جدير بالتقدير والاحترام). هذه المعتقدات موجودة لدى الشخص السوي، وبالتالي لا يتصور إنه سيتعرض لفشل محتوم، أو كارثة تخرج عن نطاق المعقول. (ميساء أبو شريفة،2017: 22)

بعض الاضطرابات التي تُصاحب اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

يرافق اضطراب ما بعد الصدمة بعض المشاكل الأخرى من بينها

النوبات العنيفة: بعض المصابين قد يعانون من نوبات حادة عند مرورهم بمواقف وأحداث تذكرهم بالصدمة، وقد يصاحب ذلك أعراض جسمية كسرعة خفقان القلب والتعرق الشديد.

السلوك الانزوائي الحاد: أحياناً يزداد الانزواء فيطال مختلف جوانب الحياة، لدرجة تصل إلى أن يحبس الشخص نفسه في المنزل.

الاكتئاب: في كثير من الأحيان قد يعاني المصابون بالاكتئاب، وعدم الرغبة في القيام بالأعمال التي كانت مصدر سعادة بالنسبة لهم.

والتفكير والشعور بالرغبة في الانتحار: أحياناً قد يصل الشعور في الاكتئاب إلى درجة التفكير في الانتحار .

الغضب والنزق: وهو شائع لدى من يعانون باضطراب الصدمة، فعندما تتعرض لاعتداء ما فستشعر بالغضب كرد فعل طبيعي، إلا أن المصابون باضطراب الصدمة يستمر لديهم الغضب ويظهر لأتفه الأسباب ،التأثير السلبي على المهام اليومية: فبعض المصابين يصبحون عاجزين عن القيام بالأعمال بها ، أو إنجاز مهام جديدة أو يومية.(ضياء الدين، مرجع سابق،ص124)

المحور الثاني: المُساندة الاجتماعية

تعريف المساندة الاجتماعية: يعرف سار سون المساندة الاجتماعية بأنها" مدى وجود أو توفر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد انه بوسعهم أن يعتنوا به ، ويحبوه ويقفوا بجانبه وقت الحاجة."(راوية حسين،1996: ص 45)

تعرف المساندة الاجتماعية: "إدراك الفرد أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في حياته تمكنه من الرجوع، إليهم عند الحاجة وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له". (حسين فايد، 2001: ص337)

أهمية المساندة الاجتماعية :

المساندة الاجتماعية قديمة قدم الإنسان ، فمن خلالها تمكن من التفاعل مع غيره، فهو لا يقوى على تحقيق أهدافه في غياب الأخرين ودعمهم له، كما أنه من خلال الغير يستطيع تبادل الدور مع من حوله، وتزداد حاجته لها عند تعرضه للأزمات والظروف الطارئة، حيث تحمل المساندة بين طياتها ، معنى المؤازرة والمساعدة على مواجهة المواقف(عبير عباس،2016: 28-29)

مصادر المُساندة الاجتماعية:

تأتي المساندة من مصادر عديدة وهي:

1- الأسرة: يراها النابلسي (2009) بأنها الخلية الأولى التي يتكون منها المجتمع، وهي المنظمة الاجتماعية الأولى التي يعتمد الفرد على قيمها ومعاييرها، وطرق عملها عند تقديمه لسلوكه، وتظهر أهمية الأسرة في صقل شخصية الفرد من صغره، فعندما يشعر المراهق يتقبله كما هو من والديه وأخوته مع شيءمن التوجيه نحو السلوك السليم، والإنجازات المعقولة، نجده تلقائياً يتقبل نفسه بثقة واطمئنان . (حياة النابلسي، 2009: ص56-57)

2- الأصدقاء: حيث يرى كل من مات ودين(Matt, G.&.e Dean A 1993) بأن الأشخاص الذين يفتقدون المساندة من الأصدقاء ، يكونون أكثر عرضة للاضطراب النفسي، وقد يلجئون إلى الوحدة والعزلة، أما الذين يرتبطون بأصدقاء كثيرون كانوا أقل شعور بالوحدة النفسية. (أسماء السرسي وأماني عبد المقصود،2001:ص 13)

3- العمل: يصفه سيرس (Seers1983) بأنه يقلل من تأثير الضغوط النفسية، إذ أن التماسك في جماعة العمل وارتفاع درجة التفاعل الإيجابي والمودة بين العاملين وبين القيادة، يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط عليهم ، وإلى التمتع بالصحة النفسية السليمة.(حياة النابلسي، مرجع سابق، ص:78)

أشكال المُساندة الاجتماعية:

المساندة الاجتماعية تأخذ صوراً وأشكالاً متعددة، ولعل من أبرز صور المساندة الاجتماعية ما جاء به " باربرا و وانكلاي " وهي كالتالي:

1- المساندة المادية : وتكون بتقديم المال للفرد.

2- المساندة السلوكية: وتكون بمساعدة الفرد في إنجاز الأعمال المطلوب منه إنجازها.

3- التفاعل الحميمي: ويكون بإظهار علامات الاهتمام بالفرد، كالإصغاء وإظهار الاهتمام والتقدير والتفهم.

4- ويكون بتقديم النصيحة، والمعلومات والتوجيهات.

5- التغذية الراجعة: وهي تزويد الفرد بالتغذية الراجعة، من خلال مراجعة وتقييم سلوكه وأفكاره ومشاعره.

6- التفاعل الاجتماعي الإيجابي: وهو الاشتراك في تفاعلات اجتماعية للتسلية والاسترخاء. (ابتسام سلطان، 2009: 27)

وظائف المساندة الاجتماعية:

للمساندة الاجتماعية وظائف عديدة ، فهي مصدر هام من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الفرد فيؤثر مستوى المساندة ومدى رضا الفرد عليها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة ، وأساليب التعامل معها وتأثيرها على صحته.(أيت حكومة وآخرون2011 :2)

وللمساندة الاجتماعية دوراً بارزاً في الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية، والوقاية من خطر الوقوع في الآثار النفسية السلبية لضغوط الحياة. وفيما يلي أهم وظائف المساندة الاجتماعية:

1- وظيفة توفير الشعور بالسعادة: حيث أن التفاعل الاجتماعي المساند يولد درجة من المشاعر الإيجابية التي تحقق الصحة النفسية وتخفف المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق، والاكتئاب، والوحدة النفسية. كما أنه عن طريقها يتحصل الفرد على الشعور بالانتماء وما يتضمنه هذا الشعور من حب ومودة ...الخ.

2- وظيفة نمائية: فهي تسهم في تنمية شخصية الفرد مكتسباً بذلك ذاته الاجتماعية، كما أن الأفراد يقيمون ويوضحون نظم معتقداتهم، بمقارنة آرائهم ومعتقداتهم بالآخرين، ويكون ذلك عن طريق التغذية

الراجعة المرتبطة بمظاهر الذات ونماذج السلوك الملائم في المواقف المختلفة للوصول إلى الاتفاق في الآراء ووجهات النظر مع الآخرين.(علي علي، 2005:ص48-49)

3- وظيفة وقائية: فللمساندة دور كبير في مساعدة الأفراد في مواجهة الضغوط النفسية التي يتعرضون لها، وذلك بتزويدهم بأساليب إيجابية تمنع آثارها السلبية، وتتضمن هذه الوظيفة على ثلاث وظائف فرعية تكمن في التقييم المعرفي لعوامل الضغط النفسي ، وذلك بتفسير الموقف و اختيار الاستراتيجية التي بها يمكن مواجهة الضغط الصادر عن الحدث، وإمداد الفرد بالمصادر اللازمة لمواجهة الحاجات النوعية التي تثيرها عوامل الضغط، وتتمثل الوظيفة الثالثة في التكيف مع المواقف والأحداث الضاغطة.(نسرين جمي، 2008: 13)

النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

1- نظرية الأثر الواقعي أو المخفف للضغوط النفسية:

يرى هذا النموذج أن المساندة ترتبط بالصحة فقط ، وبشكل أساسي للأشخاص الذين يقعون تحت ضغط التأثير ، وبالتالي تلعب المساندة دور كبير في حماية الشخص من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي على حالته ، حيث تتدخل المساندة بين الحدث الضاغط وبين او توقعه وبين ردة فعل الضغط فهي تقوم بتخفيف او منع استجابة الضغط ، ومن ثم فأن الفرد لا يقدر الموقف على أنه شديد الضغط ، كما أن تقديم المساندة في الوقت المناسب يزيل الضغط المترتب عن طريق تقديم حل للمشكلات.

2- نموذج الأثر الرئيس :

أشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية، التي أظهرت وجود أثر رئيس لمتغير المساندة ، ويصور هذا النموذج المساندة على أنها تفاعل اجتماعي منظم، واندماج في الأدوار الاجتماعية المختلفة داخل المجتمع، ويفترض هذا النموذج أن زيادة حجم وكمية المساندة له تأثيرات إيجابية على الصحة النفسية للفرد وإحساسه بالرضا عن حياته والتوافق مع بيئته سواء كان واقعاً تحت تأثير ضغط أو لا.(Loesh,2005:5)

3- النموذج الشامل:

يرى أنصار هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تؤدي وظائفها وتحقق فائدتها حتى قبل حدوث الموقف الضاغط ،ويمكن أن تحد من احتمالية حدوث الضاغط ،وإذا ما وقع الحدث الصادم فيمكن

للمساندة بتفاعلها مع عوامل أخرى أن تعدل من إدراك الفرد للحدث الصادم، وبالتالي تخفف من التوتر المحتمل، كما يمكن للمساندة أن تؤثر في استراتيجيات التعامل مع الحدث الصادم، وحسب درجة الحدث الصادم فأن لعوامل شخصية كتقدير الذات تعجل من هذه الآثار. (نسرين جمي،مرجع سابق،ص: 134)

المحور الثالث: التحصيل الدراسي:

تعريف التحصيل الدراسي:

أتفق المتخصصون في مجال التربية على أن التحصيل الدراسي هو مقدار ما يحصل عليه الفرد من تعلمه ، وقدرته على التعبير على ما تعلم، وهذا التعريف يتضمن المعلومات، والمهارات التي أكتسبها الفرد إلى جانب الاتجاهات، والميول التي يمكن استرجعها شأنها شأن المعلومات والمهارات.(نوال ياسين،2001:ص 68)

العوامل المؤثرة على مستوى التحصيل الدراسي:

هناك عوامل عديدة تؤثر على مستوى التحصيل الدراسي، منها ما هو ذاتي ويتمثل في الذكاء والدافعية ، ومستوى الطموح ومستوى النضج الجسمي والعقلي والنفسي والاجتماعي للطالب والآخر موضوعي يتضمن البيئة الدراسية بكل ما يتوفر فيها من تفاعلات اجتماعية ومواد تعليمية وطرائق تدريس وإمكانات مادية هذا بالإضافة البيئة الأسرية ، وقدرتها على توفير الأمن النفسي والاستقرار الاجتماعي.(حكمت العرابي،1995:ص 134)

دور الأسرة في تحسين مستوى التحصيل الدراسي للأبناء:

وجد كل من علماء الاجتماع وعلماء النفس أن اندماج الآباء في مدارس أولادهم يعد هاماً لاندماجهم الأكاديمي وكفاءتهم النفسية الاجتماعية، فالاتصال الدائم مع المعلمين للآباء بأن يتلقوا تربية مرتدة عن تقديم أبناءهم ومهارات التنظيم الذاتي لديهم.(Brody &Others, 1999: 199)

أنواع التحصيل الدراسي:

1- التحصيل الجيد: يكون فيه أداء الطالب مرتفع عن معدل زملائه، في نفس المستوى، و القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للتلميذ، الحصول على مستوى أعلى للأداء التحصيلي المرتقب منه، بحيث يكون في قمة الانحراف المعياري من الناحية الإيجابية ، مما يمنحه التفوق على بقية زملائه.

2- التحصيل الدراسي المتوسط: في هذا النوع تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أدائه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة.

3- التحصيل الدراسي المنخفض: وفيه يكون أداء الطالب أقل من المستوى العادي ، بالمقارنة ببقية زملائه، فنسبة استغلاله واستفادته من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام.(آمال يوسف،2008:ص 32)

الدراسات السابقة:

يتناول هذا المحور مجموعة من الدراسات السابقة العربية والأجنبية المتصلة بموضوع البحث الحالي، وذلك وفقاً للتسلسل للزمني لها، كما سيتم التعقيب على هذه الدراسات في نهاية استعراضها تمهيداً للوصول إلى فروض الدراسة الحالية، وتبعاً لطبيعة الدراسة الحالية والهدف منها، فقد تم تصنيف البحوث والدراسات السابقة العربية والأجنبية إلى ثلاثة محاور أساسية، هي :

أولاً: دراسات المحور الأول: دراسات تناولت اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة :

- دراسة عبير عباس(2016) في سوريا: وكان الهدف من الدراسة التعرف على نسبة انتشار الصدمة النفسية بين المراهقين والتعرف على الأسلوب الشائع بينهم في مواجهة الصدمة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من حوالي(342) وقد توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى الصدمة النفسية لدى أفراد العينة لصالح الإناث وأن الأسلوب الشائع بين أفراد العينة هو المساندة الاجتماعية.

- دراسة سوسن شاكر(2011) في بغداد: هدفت الدراسة إلى التعرف على اضطراب الصدمة لدى أفراد عينة الدراسة ، تبعاً لمتغيرات مثل (النوع، وعدد مرات التعرض للحدث الصدمي)، تكونت العينة من حوالي(478) عضو هيئة تدريس، وتوصلت إلى 68% من أعضاء هيئة التدريس يعانون من اضطراب الصدمة النفسية، وأن 5%منهم يعانون من أعراض حادة.

- دراسة صيدم (2007) بغزة: وهدفت إلى تحديد مستويات الصدمة النفسية عند عينة الدراسة وعلاقتها ببعض المتغيرات المرتبطة بالصحة النفسية كالقلق والاكتئاب، واشتملت العينة على(360)(195)ذكور و(165)إناث ، وتوصلت الدراسة إلى أن الإناث تعانين من الصدمة أكثر من الذكور ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق بين درجات الذكور والإناث في مستويات القلق والاكتئاب لصالح الإناث أيضاً.

- دراسة سانغ(Sang2002) في اليابان: وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين متغيرات البحث اضطراب ما بعد الصدمة والضغط النفسي الحاد وطبقت الدراسة على (90)مريضا تعرضوا لحوادث سير، وتوصلت الدراسة إلى (28%)من عينة البحث يعانون من الضغط النفسي الحاد وأن (17%)منهم يعانون من اضطراب صدمة الحوادث.

- دراسة جوين جان (Goenjan,et.2002):وهدفت إلى التعرف على أثار تعرض مجموعة من المراهقين لإعصار مدمر في نيكاراجوا، وإلى التعرف عن العلاقة بين موت الأقارب وأعراض الصدمة والشعور بالرغبة في الانتقام. وتكونت العينة من (158)مراهقاً (81)مراهقاً و(77)مراهقة ،وتوصلت الدراسة إلى وجود مستويات عالية من أعراض الصدمة والاكتئاب النفسي وتزداد الأعراض لدى المراهقين الذين لديهم موتى من أقاربهم.

دراسات المحور الثاني: دراسات تناولت المساندة الاجتماعية:

- دراسة شهرزاد بوشدوب(2014) في القاهرة: وهدفت إلى الكشف عن أثر المساندة الاجتماعية في بعض العوامل الشخصية واستراتيجيات التعامل مع الضغط الدراسي، وتكونت العينة من (20) طالب وطالبة، مقسمين إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية، وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين تحصلوا على مساندة اجتماعية كانوا أكثر توازناً وأكثر قدرة على مواجهة الضغوط .

- وقام صبحي العطوي (2014) بغزة: بدراسة هدفها التعرف على الفروق في إدراك المساندة الزوجية وإدراك الضغوط ومشاعر الاكتئاب بين المعلمين، وتكونت العينة من حوالي (415) معلم ومعلمة بالمدارس الحكومية، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في المساندة الأسرية لصالح المعلمين وفي أعراض الاكتئاب لصالح المعلمات.

- دراسة أيت حكيمة وآخرون(2011)بالجزائر: وقد هدفت إلى التعرف على المصادر المختلفة للمساندة الاجتماعية في تعامل الشباب مع ضغوط البطالة ، ومحاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى الشباب.، وتوصلت إلى وجود ارتباط بين موجب ودال

بين المساندة بجميع أبعادها من الأسرة والأصدقاء و والتوافق النفسي وإلى وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى المساندة لصالح الإناث.

- وقد قام مروان ذياب (2006) بغزة: بدراسة المساندة الاجتماعية كعامل واقي من أثر التعرض للصدمة النفسية وتحديد الأثر السلبي للحدث الصادم على الصحة النفسية للمراهقين، وتكونت العينة من (550)طالب وطالبة وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائية بين الأحداث الصادمة والمساندة الاجتماعية، وان الإناث يحظون على مساندة اجتماعية أوفر من الذكور.

- دراسة مان وقلاسمان(2000): هدفت إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من أعراض مرض السرطان، وقد تكونت العينة من (191)من مرضى السرطان متزوجون ويخضعون للعلاج، وقد بينت النتائج أن الأشخاص الذين يتحصلون على مساندة زوجية هم أكثر قدرة على مقاومة المرض.

- وقام على عبد السلام(2000)بالقاهرة: بدراسة هدفت إلى التعرف على المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتهما بالتوافق مع الحياة الجماعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية وذلك على عينة كلية قوامها (100) طالبا منهم (50) طالبا من المقيمين في المدن الجامعية كمجموعة تجريبية،(50) طالبا مقيمين مع أسرهم كمجموعة ضابطة ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين درجة المساندة الاجتماعية والإقامة الداخلية ، كذلك وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة فى درجة التفاعل الإيجابي.

دراسات المحور الثالث: دراسات تناولت التحصيل الدراسي:

- في دراسة هدى الله سالم(2012)القاهرة: والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين دافعية الإنجاز ومستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة الجامعة ، والتي تألفت من (235)، وتوصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين مستوى دافعية الإنجاز ومستوى الطموح والتحصيل الدراسي، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى التحصيل لصالح الإناث.

- وفي دراسة إبراهيم عيسى (2006): والتي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى الطلبة والطالبات ، وتكونت العينة من حوالي(720) طالبا وطالبة وتوصلت

إلى وجود علاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي، تعزا إلى متغير الجنس، في بعدين من أبعاد مفهوم الذات وهما البعد الأخلاقي، وبعد الشخصية .

- وتوصلت دراسة فوقية راضي (2006) بالقاهرة: التي هدفت إلى التعرف عن العلاقة بين مستوى التحصيل الدراسي وإدارة الوقت لدى عينة بلغت(1876) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية، إلى وجود علاقة دالة بين القدرة على إدارة الوقت وبين ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي، كما أظهرت الدراسة ان الإناث أكثر تفوقاً من الذكور في مستوى تحصيلهن الدراسي.

- وفي دراسة سامية لادن(2001) بالقاهرة: التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين المناخ الدراسي والتحصيل الدراسي على عينة تكونت من (232)طالب وطالب، توصلت إلى وجود علاقة دالة بين متغيري الدراسة. وقام ديفيد وآخرون (David,et a,1992:56) في أمريكا: بدراسة هدفها قياس أثر المساندة الاجتماعية على التحصيل الأكاديمي، وتوصل من خلالها إلى أن ضعف المساندة الاجتماعية يؤدي إلى ضعف في التحصيل الأكاديمي. وقام كل من بيرج ومك كوين Berg,T.&Mc Quinn,R,1989:215)) بدراسة موضوعها الشعور بالوحدة ومظاهر المساندة الاجتماعية على عينة من طلبة الجامعة، وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين المساندة من قبل الأسرة وبين التحصيل الدراسي بالجامعة.

- وأظهرت نتائج دراسة جونسون وآخرون .(Johnson,D.et al985) بريطانيا: أنه كلما زاد مستوى المساندة الاجتماعية من المدرس أو من النظراء زاد التعلم التعاوني والعمل الجماعي ، ومن ثم زاد معدل الإنجاز الأكاديمي.

تعقيب على الدراسات السابقة : من خلال ما تم عرضه لاحظت الباحثة أن تلك الدراسات تناولت متغيرات الدراسة الحالية في علاقتها بموضوعات أخرى، ومن ناحية أخرى أكدت على أن الصدمة النفسية تؤثر عظيم الأثر على الصحة النفسية للفرد وعلى توافقه النفسي والاجتماعي وأن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً كبيراً في المحافظة على الصحة النفسية بل والجسمية للفرد وأن التحصيل الدراسي يؤثر ويتأثر بعوامل نفسية واجتماعية .

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

أستفادت الباحثة من الدراسات السابقة ، وفيما يلي عرض لأوجه الاستفادة منها:

1- في اختيار المساندة الاجتماعية كأحد أهم الأساليب العلاجية لاضطراب ما بعد الصدمة وغيره من الاضطرابات النفسية الأخرى.

2- في تصميم الأدوات المستخدمة في البحث الحالي.

3- وأيضاً في اختيار عينة البحث من حيث نوع العينة وحجمها.

4- كما وتم الاستفادة من الدراسات السابقة في أن اضطراب ما بعد الصدمة قد يكون مصحوب بالاكتئاب النفسي الحاد أو القلق والضغوط النفسية.

فروض البحث :

1- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلبة على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة النفسية ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية .

2- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى تحصيلهم الدراسي.

3- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس المساندة الاجتماعية ومستوى تحصيلهم الدراسي.

4- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة.

5- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس المساندة الاجتماعية.

6- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث في مستوى التحصيل الدراسي.

منهج البحث و إجراءاته:

منهج البحث: أتبع في هذه البحث المنهج الوصفي الارتباطي باعتبار هذا المنهج هو النمط الخاص بدراسات العلاقات المتبادلة والدراسات الارتباطية والذي تحاول من خلاله وصف وبيان العلاقة بين ما تتضمنه متغيرات موضوع البحث الحالي، وتحليل بياناتها وبيان الارتباط بين إبعادها ، والآراء التي تطرح حولها و العمليات التي تتضمنها.

ثانيا: مجتمع البحث:

يتألف مجتمع الدراسة من طلبة وطالبات كلية التربية بجامعة سرت، وقد بلغ عدد الطلاب الكلي لهذه السنة (550) طالب وطالبة، وذلك خلال العام الدراسي(2017-2018).

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من حوالي (182) طلباً وطالبة، تراوحت أعمارهم الزمنية (18-35)سنة وتمثل هذه النسبة (35% من نسبة المجتمع الأصلي)من طلاب كلية التربية فرع سرت والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (1) بين النسبة المئوية للعينة من المجتمع الكلي

المجتمع الأصلي	العينة	النسبة المئوية
550	182	%33

جدول رقم (2) يبين حجم افراد العينة من الجنسين والنسبة المئوية

العينة	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	82	%45.1
أنثى	100	54.9%
المجموع	182	%100.0

أدوات البحث:

واستخدمت الباحثة مجموعة من الأدوات تمثلت في فيما يلي:

أولاً: مقياس ضغوط ما بعد الصدمة: "إعداد الباحثة".

بعد أن قامت الباحثة بالاطلاع على التراث السيكولوجي في علم النفس والدراسات السابقة لمشكلة الدراسة الحالية مثل دراسة سوسن شاكر(2011)،ودراسة صيدم(2007) ودراسة عبير عباس(2016)، قامت الباحثة بإعداد المقياس بإتباع الخطوات الآتية :

1- تحديد الهدف من بناء المقياس وهو التعرف عن مدى انتشار اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية بجامعة سرت.

2- تحديد الأبعاد الرئيسية للمقياس، حيث قامت الباحثة بتحديدها اعتمادا على المعايير التي حددها الدليل التشخيص الإحصائي الرابع DSM IV.

3- صياغة فقرات المقياس في كل بعد من أبعاد المقياس. مع مراعاة الاتي:

- أن تكون العبارة تعبر عن رأي وليس حقيقة.
- إن تعبر كل عبارة عن الموضوع المطلوب قياسه.
- إن تحتوي العبارة فكرة واحدة فقط .
- إن تبني العبارة في صيغة المعلوم وليس المجهول.
- التأكد من صدق المقياس

قامت الباحثة بالتأكد من صدق المقياس من خلال الطرق الأتية :

أ- صدق الُمحكمين: قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته المبدئية على مجموعة من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية ، حيث قاموا بإبداء ملاحظاتهم وآرائهم حول مدى ملائمة المقياس وسلامة فقراته. وبُناء على أراءهم بلغت عدد فقرات المقياس (34).

ب- صدق المقارنة الطرفية: وهي من اهم طرق قياس صدق المقياس، وتستخدم على قياس دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من ذوي الدرجات المرتفعة وذوي الدرجات المنخفضة على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، وقد بلغت قيمة(ت) (27.35**) عند مستوى دلالة 0.01.

كما قامت بحساب ثبات المقياس:

ولحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا –كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية

طريقة الفا كرونباخ Cronbach Alpha: وتعتمد معادلة الفا كرونباخ على تباينات أسئلة الاختبار، وتشترط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط.

معامل ألفا = 0,959 ويتضح أن قيمة معامل الفا مرتفع، مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

ثانياً: مقياس المساندة الاجتماعية :إعداد "الباحثة"

والهدف منه قياس مستوى المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الطلبة عينة الدراسة في المجال المادي والنفسي، من قبل الأسرة والأقارب والأصدقاء والجيران والأساتذة. وقد أُتبع في إعداد المقياس الخطوات التي تم إتباعها في مقياس اضطراب الصدمة، وقد تكون المقياس من (27) عبارة.

صدق المقياس:

1- تم قياس صدق المقياس بطريقة صدق المحكمين.

2- طريقة صدق المحتوى:حيث تم استخدام معاملات ارتباط كل فقرة بمجموع درجات المقياس بشكل عام وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0,785_0,839) وهي معاملات ارتباط مرتفعة تشير إلي مصداقية المقياس .

ثبات المقياس: بلغ معامل الثبات للمقياس ككل بطريقة الاتساق الداخلي ووفقا لمعادلة الفا كرونباخ (0,957) وهو معامل ارتباط مرتفع نسبيا ويدل على إن المقياس يتمتع بقدر مناسب من الثبات .

وأما عن طريقة تصحيح المقياس فقد تم على وضع درجة لكل استجابة ، حيث (دائماً تُعطى 3 درجات ، أحياناً تُعطى 2 درجتان، نادراً 1 درجة واحدة) ،والملحق رقم (2) يبين المقياس في صورته النهائية .

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم استخدام برنامج spss في معالجة البيانات إحصائياً:

1- معامل ارتباط بيرسون بيرسون Pearson Correlation ..

2- اختبار تT,test.

3- ألفا كرونباخAlpha Cronpah,s.

نتائج البحث وتفسيرها: فيما يلي تقدم الباحثة عرضاً للنتائج التي توصلت إليها من خلال تطبيق مقاييس البحث، وتقديم التفسير الإحصائي والسيكولوجي لها وذلك في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

أولاً: نتائج الأسئلة:

نتيجة السؤال الأول: والذي ينص على: ما نسبة انتشار اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة البحث؟

وللإجابة على هذا السؤال تم حساب النسبة المئوية، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم (3) يبين النسبة المئوية لانتشار اضطراب الصدمة لعينة البحث

المصدر	التكرار	النسبة المئوية
لديه اضطراب	36	%19.78
ليس لديه اضطراب	146	%80.22

ومعنى هذه النتيجة أن 19.78% من الطلاب عينة البحث يعانون من اضطراب ضغوط ما بعد صدمة الحرب، وهذه النسبة لا يُستهان بها خاصة إنها تُعبر عن انتشار اضطراب نفسي خطير للغاية ، يجعل من يصاب به يعاني من أعراض القلق والاكتئاب والفزع والخوف والغضب واللامبالاة وفقدان الشعور بالمسئولية الاجتماعية، بل وأعراض جسمية كالتعرق والارتجاف وأمراض المعدة والقلب وغيرها من الأمراض الأخرى.

وتُرجع الباحثة هذه النسبة إلى ما مر به الطلاب من معايشة خبرة الحرب التي تعرضت له المدينة في السنوات الأخيرة الماضية ، خاصة في ظل غياب الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجونه خلال تلك الفترة، بالإضافة إلى افتقادهم إلى الأساليب النفسية السليمة التي تجعلهم يواجهون الصدمة ويخرجون منها دون أن تترك فيهم أثار نفسية تفقدهم توافقهم النفسي والاجتماعي.

نتيجة السؤال الثاني:

ما هو مستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة البحث؟

وللإجابة على هذا السؤال تم حساب النسبة المئوية، والجدول الآتي يوضح ذلك:

جدول رقم (4) يبين النسبة المئوية للمساندة الاجتماعية لعينة البحث

المصدر	التكرار	النسبة المئوية
لديهم مساندة	133	%73
ليس لديهم مساندة	49	%26.9

من خلال الجدول السابق يتضح لنا أن نسبة المساندة الاجتماعية بين الطلاب هي 73% وتعتبر هذه النسبة جيدة ، مما يجعلنا نطمئن عن استمرار وجود المساندة الاجتماعية والدعم والتعاون بين أفراد مجتمعنا، واستمرار وجود العلاقات الاجتماعية رغم كل ما يمر به أفراد مجتمعنا من ظروف ضاغطة وأحداث حرب

قاسية، إلا أن العلاقات الإنسانية والدعم النفسي والاجتماعي والتآزر والتعاضد والتعاون والمساندة بين الناس، لم تختفي بعد في مجتمعنا، وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن الإنسان كائن اجتماعي بطبعه يحتاج إلى غيره من الناس ليستمر في حياته، مهما بلغ مركزه الاجتماعي ومستواه العلمي، ومهما بلغت ممتلكاته، إلى جانب إننا مجتمع إسلامي تفرض علينا مبادئ ديننا الإسلامي صلة الرحم والتعاون والتعاضد.

نتيجة السؤال الثالث:

ما هو مستوى التحصيل الدراسي لدى عينة البحث؟

وقد تم الاعتماد على جداول التكرارية في استخراج نسبة التحصيل الدراسي لدى الطلاب عينة البحث، من خلال المعدل الفصلي لكل طالب، ويوضح الجدول التالي ذلك:

جدول رقم (5) يبين النسبة المئوية للتحصيل الدراسي لعينة البحث

المصدر	التكرار	النسبة المئوية
تحصيل دراسي مرتفع	60	%32.96
تحصيل دراسي منخفض	122	%67.03

من الجدول السابق يتبين لنا أن 67.03%من الطلاب يعانون من مستوى تحصيل دراسي منخفض ويمكن أن يرجع هذا الانخفاض في مستوى التحصيل الدراسي لدى هؤلاء الطلاب إلى ما تعرضوا له من صدمة الحرب التي عايشوها، فأدت إلى ضعف تركيز الطالب وتشتت انتباهه، وفقدانه الشعور بالأمن والاستقرار النفسي ،والاكتئاب والإحباط وانخفاض مستوى الدافعية للمذاكرة ، وربما يكون السبب وراء ذلك هو افتقاد هؤلاء الطلاب للمساندة الاجتماعية والدعم والتشجيع ورفع المعنويات اللازمة لتحسين مستواه الأكاديمي.

ثانياً: نتائج الفروض:

نتائج الفرض الاول: والذي ينص على أنه " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة النفسية ودرجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية" .

وللتحقق من ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على المقياسين وكانت قيمة معامل الارتباط 0.401 وهذه القيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل القائل: "توجد علاقة ارتباطية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ بين درجات الطلاب أفراد العينة في مقياسي الصدمة والمساندة" .والجدول رقم (6) يوضح النتائج .

جدول(6) يبين قيمة معامل الارتباط (بيرسون)

بين درجات افراد العينة على مقياسي الصدمة والمساندة

المصدر		الصدمة	المساندة
الصدمة	Pearson Correlation ارتباط بيرسون	1	401**
	Sig. (2-tailed)		000
	N	182	182
المساندة	Pearson Correlation ارتباط بيرسون	401**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	182	182

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**إرتباط دال عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة دالة إحصائياً عند مستوى(0.01) بين اضطراب صدمة الحرب والمساندة الاجتماعية وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة كل من مروان2014، شهرزاد 2014، وعبير 2016، على وجود علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط والصدمات النفسية وبين مدى تحصل الفرد على مساندة اجتماعية، وتفسر الباحثة لهذه النتيجة بأن كل ما كان الفرد يحظى باهتمام وسند اجتماعي مادي ومعنوي كلما كان أثر الصدمة النفسية عليه أقل، وبالتالي قلت فرصة إصابته باضطراب ما بعد الصدمة، مما يؤكد على أهمية المساندة الاجتماعية على الصحة النفسية للفرد وعلى الوقاية من خطر الإصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية، فلا شك أن من يجد بجانبه يد تعينه وتسانده على محن الحياة ومعوقاتها وأزماتها وما يتعرض له من كوارث وصدمات طبيعية كانت أو من صنع الإنسان لن يكون حجم تأثيرها السلبي عليه مثل شخص آخر لا يُلاقي تلك المساندة، فالتفاعل الاجتماعي بين الفرد مع من يحيطون به يحدث شكلا من التوازن النفسي والاجتماعي فالفرد كائن اجتماعي بطبعه، ومهما كانت قدراته وإمكانياته لن يستطيع حل المشكلات التي يتعرض لها دون الحصول على مساعدة من الاخرين.

وهنا يذكر كيبيل (Kepeel,2002:31) أن المساندة الاجتماعية التي يقدمها الآخرون تساعد الفرد على تحمل المسئولية وتجاوز الصدمة النفسية التي مر بها ومقاومة الصدمة والتخفيف من وقع الصدمة النفسية وتباعاتها، ومن أعراض القلق والاكتئاب، وتوفر تقديراً للذات والثقة بالنفس، وتولد المشاعر الإيجابية، وتقلل من التأثير السلبي للأحداث الخارجية

نتيجة الفرض الثاني:

وينص على أنه "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلبة على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى تحصيلهم الدراسي".

وللتحقق من ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على المقياسين وكانت قيمة معامل الارتباط 0.05 وهذه القيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$

وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل القائل " توجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة 0.05 بين درجات الطلبة على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى تحصيلهم الدراسي". والجدول الآتي يوضح تلك العلاقة .

جدول(7) يبين قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات أفراد العينة على مقياسي الصدمة ومستوى التحصيل الدراسي

المصدر		الصدمة	مستوى التحصيل الدراسي
الصدمة	Pearson Correlation ارتباط بيرسون	1	601**
	Sig. (2-tailed)		000
	N	182	182
التحصيل	Pearson Correlation ارتباط بيرسون	601**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	182	182

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

يتضح من الجدول السابق(7) أنه توجد علاقة دالة إحصائياً عند مستوى(0.01)بين اضطراب صدمة الحرب وبين مستوى التحصيل الدراسي، بمعنى أنه كلما زادت درجة إصابة الطلاب باضطراب ما بعد صدمة الحرب كلما انخفض مستوى تحصيلهم الدراسي. وتؤكد دراسة سامية لادن(2001)ودراسة نبيلة حبيب(2010) ذلك، فالوضع النفسي الذي يعيشه الطالب والمناخ النفسي والاجتماعي المحيط به يؤثر تأثيراً واضحاً على مستوى تحصيله الدراسي فعندما يكون الطالب يدرس في ظل ظروف نفسية واجتماعية مستقرة وآمنة، كلما كان مستوى تحصيله الدراسي أعلى والعكس صحيح، وكلما كان الطالب يعاني من وضعاً نفسياً سيئاً ، كردة فعل عن صدمة الحرب كلما كان مستوى تحصيله الدراسي أقل.

وترى الباحثة إن ما عاشه طلابنا في جامعة سرت من أحداث حرب مستمرة ، تعرضوا خلالها لصدمة نفسية نتج عنها عند البعض اضطراب ما بعد الصدمة مما أدى إلى انخفاض في مستوى تحصيلهم الدراسي

فالتحصيل الدراسي دون شك يحتاج لمحيط بيئي مستقر يشعر معه الطالب بالأمان والتوازن النفسي ، ويذكر حسين وحسين(2006) أن تأثير الضغوط على الطلاب يتوقف على عدة متغيرات وهي شدة الحدث الضاغط، والمدة التي يستغرقها، والنوع والعمر لدى الطلاب، وعلى الفروق بينهم في العمليات العقلية ، ويظهر ذلك في عملية التقييم المعرفي للحدث الصادم. (طه وحسين، 2006: 180-181)

نتيجة الفرض الثالث: و ينص الفرض على أنه: "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب على مقياس المساندة الاجتماعية ومستوى تحصيلهم الدراسي".

وللتحقق من ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب على المقياسين وكانت قيمة معامل الارتباط 0.0367 وهذه القيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة α= 0.05كما في الجدول وعليه نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل القائل " توجد علاقة ارتباطية عند مستوى دلالة 0.05 بين درجات الطلبة على مقياس المساندة ومستوى تحصيلهم الدراسي". والجدول الآتي يوضح تلك العلاقة .

جدول(8) يبين قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات افراد العينة على مقياس الصدمة ومستوى التحصيل الدراسي.

المصدر		الصدمة	مستوى التحصيل الدراسي
الصدمة	Pearson Correlation	1	0.04**
	Sig. (2-tailed)		000
	N	182	182
التحصيل	Pearson Correlation	0.04**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	182	182

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة دالة إحصائياً عند مستوى(0.01) بين متوسطات درجات الطلبة والطالبات على مقياسي المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي.

بمعنى انه كلما زاد مستوى ما يتحصل عليه الطالب من المساندة الاجتماعية كلما تحسن مستوى تحصيله الدراسي، فالسند الاجتماعي الذي يلقاه الطالب في حياته سواء كان ماديا او معنوياً من الأسرة أو الأقارب او الجيران أو الزملاء او الأساتذة ، له دور كبير في مستوى التحصيل الدراسي للطالب .وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ديفيد(Davide,et.1992) وبيرج وكوين(Berg,et.Mc Quinn,1985) ودراسة جونسون وآخرون(David,et,1992) ودراسة نبيلة الحبيب(2010).

فللدعّم الاجتماعي عظيم الأثر على الجانب العلمي لكل فرد منا، مهما كان يتمتع بقدرات عقلية جيدة إلا أن الدعم والتشجيع والعون الاجتماعي يلعب جانباً مهما لا يمكن تجاهله.

وتؤكد الباحثة أن مقدار ما يناله الطالب من الرعاية الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء يؤثر تأثيراً واضحا على تحصيلهم الدراسي، وتفوقهم العلمي والعملي في مختلف المجالات العلمية.

نتيجة الفرض الرابع: وينص الفرض على الآتي: " لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة".

تم حساب اختبار t لدلالة الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين " ذكور وإناث" وكانت النتائج كما موضحة في الجدول(9) لبيان دلالة الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الصدمة النفسية وفقاً لمتغير الجنس

الجنس	الحجم	المتوسط	الانحراف المعياري
ذكر	82	61.07	12.47
أنثى	100	66.03	9.021

جدول(10) يبين قيم t والدلالة الاحصائية لمقياس الصدمة بين الذكور والاناث

المصدر	Tدرجة (ت)	df درجة (ف)	Sig.(2-tailed) مستوى الدلالة
الصدمة	1.275	180	0.204

يتبين من خلال الجدول السابق أن الفرض الصفري تحقق، وبالتالي نقبل الفرض الصفري وهذا معناه، أنه لا توجد فروق بين درجات الذكور والإناث على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة، وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى قوة الحدث الصدمي وشدته واستمراره، حيث ما تعرضت له مدينة سرت من حروب طويلة تعرض خلالها أبناءنا وبناتنا الطلاب إلى ظروف أوضاع مأساوية مريرة، من قصف و اشتباكات، و سماع أصوات المدافع و رؤية مناظر القتل، والنزوح، والتدمير.....إلخ، فمنهم من فقد أحد أقاربه وذويه، وكل هذا تزامن مع أزمات اقتصادية ومالية زادت من وطأة معاناة المواطنين في مدينة سرت عامة ،وعلى الطلبة بصورة خاصة، مما جعل نسبة الإصابة باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة متساوي عند الذكور والإناث من الطلاب، فالصدمة مفجعة وكارثية الآمر الذي أدى معه إلى فقدان التوازن النفسي والأمن النفسي، وبالتالي أصبح طلابنا يعانون من سوء التوافق النفسي وظهور أعراض اكتئاب ولامبالاة وفقدان للمسئولية الاجتماعية

ونوبات غضب، وقلق وسلوكيات عدوانية مباشرة وغير مباشرة كل هذه تمثل أعراض لاضطراب ما بعد صدمة الحرب.

نتيجة الفرض الخامس: ينص الفرض على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس المساندة الاجتماعية". للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخراج قيمة (t) لاستخراج دلالة الفروق بين الذكور والإناث والنتائج كما موضحة في الجدول رقم(11) لبيان دلالة الفروق بين متوسط درجات افراد العينة على مقياس الصدمة النفسية وفقاً لمتغير الجنس.

الجنس	الحجم	المتوسط	الانحراف
ذكر	82	37.4268	15.06531
أنثى	100	46.8200	18.49563

جدول رقم (12) لبيان قيم t للدلالة الإحصائية لمقياس المساندة الاجتماعية بين الذكور والإناث

المصدر	T (ت)	df(ف)	Sig.(2)-tailed	مستوى الدلالة
المساندة	3.701	180	0.000	a0.05

من خلال الجدول السابق يتضح لنا وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قيمة3.70= t وهذه القيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة α = 0.05 وبالتالي نرفض الفرض الصفري القائل " لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة α = 0.05 بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس المساندة ،ونقبل الفرض البديل :بأنه" توجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالةα = 0.05 بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس المساندة الاجتماعية لصالح عينة الاناث، بمعنى أن عينة الإناث تحظى بمساندة اجتماعية أكبر من عينة الذكور، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من مروان ذياب (2006)ودراسة آيت حكيمة(2011)ودراسة صبحي العطوي(2014)،وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الثقافة السائدة في مجتمعنا الليبي تنظر إلى الأنثى باعتبارها كائن ضعيف بحكم "تكوينها الجسمي" لا يستطيع تدبير أموره بنفسه وخوض الحياة دون حصولها على مساعدة من الآخرين المحيطين بها، الأمر الذي جعلها تنال مساندة اجتماعية أكبر، مقارنة بالذكور الذين ينظر لهم المجتمع باعتبارهم رجال ينبغي أن يكونوا أكثر قوة وصلابة فلا يحتاجون إلى سند اجتماعي، وبإمكانهم تدبير أمورهم وتحمل مسؤولياتهم بأنفسهم الأمر الذي يجعل الرجل يستغني عن طلب المساعدة

حتى وأن كان في أمس الحاجة إليها، بينما الأنثى نتيجة لهذا للمفهوم التربوي السائد لا تتردد في طلب المساعدة والمساندة الاجتماعية، وبالتالي نجد الإناث يحظين بدعم ومساندة اجتماعية وتعاطف أكثر من الذكور سواء من الأسرة أو المؤسسات التعليمية أو العمل.

نتيجة الفرض السادس: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب الذكور ومتوسط درجات الإناث في مستوى التحصيل الدراسي. وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة t والجدول(13) التالي يبين دلالة الفروق في المستوى الدراسي لذكور والإناث.

جدول (13)

الجنس	الحجم	المتوسط	الانحراف المعياري
ذكر	82	61.07	12.47
أنثى	100	66.03	9.021

جدول(14) يبين قيمة t لدلالة على الفروق بين مستوى الذكور والإناث في التحصيل الدراسي

المصدر	قيمة ت	قيمة ف	مستوى t	مستوى الدلالة
التحصيل	3.143	180	18.46	0.01

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوي دلالة (0,01) بين متوسطات درجات الذكور والإناث لصالح الإناث في مستوى التحصيل الدراسي.

ومعنى هذا، أن الإناث يتفوقن عن زملائهم الذكور في مستوى التحصيل، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من فوقية راضي(2006)وهدى سالم(2012)، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن ما تناله الإناث من مساندة اجتماعية يساهم في تحسين مستوى تحصيلهن الدراسي، فكما أسلفنا الذكر أن للمساندة تأثير كبير على حياة الطلاب سواء على المجال العلمي وفي حياتهم الاجتماعية، كما ويضاف إلى ذلك أيضا عامل الضبط الاجتماعي ، فلا شك أن طبيعة مجتمعنا الليبي المحافظ تضع ضوابط حول خروج البنات من المنزل، ولهذا الضابط حسب وجهة نظر الباحثة تأثير مهم في ارتفاع مستوى تحصيلهن الدراسي عن الذكور الذين لا يخضعون لنفس الضوابط بحكم ثقافة مجتمعنا المحافظ ، ويضاف إلى ذلك دور الرقابة الاجتماعية التي تخضع لها الإناث سواء من الأسرة أو المجتمع عامة ، من محاسبة الإناث في حالة انخفاض مستواهن الدراسي مما يزيد

من دافعية الإنجاز لديهن وبالتالي ينعكس على مستوى تحصيلهن الدراسي. ويضاف إلى ذلك زيادة متطلبات الحياة المعاصرة وتعقيدها يدفع بالإناث إلى بدل الجهد والمثابرة وزيادة الرغبة في التحصيل الأكاديمي، خاصة وأن مجال العمل للمرأة في مجتمعنا محدود في مهن معينة بعكس الذكور الذين يستطيعون ممارسة مهن لا يمكن للمرأة الانخراط فيها .

الخلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا البحث، نستخلص أن اضطراب ما بعد الصدمة هو اضطراب نفسي خطير على الصحة النفسية والجسمية للفرد، وأن هذا الاضطراب لا يظهر فقط نتيجة لصدمة الحرب فقط وإنما قد يصاب به الفرد عند تعرضه لأي أحداث صادمة مفاجئة كالإصابة بمرض خطير، أو فقدان شخص عزيز، أو التعرض لكوارث طبيعية كالزلازل والبراكين والأعاصير، و أنه تزداد حدته كلما كانت الصدمة مفاجئة وغير متوقعة تماما وقد يكون مصحوب باضطرابات وأمراض نفسية أُخرى خاصة الاكتئاب والضغوط النفسية.

وأن هذا الاضطراب شأنه شأن أي اضطراب نفسي أخر أن لم يخضع للعلاج النفسي المناسب في الوقت المناسب؛ فأنه سيتفاقم وتزداد حدته، وبالتالي لابد من علاجه، ويعد العلاج بالمساندة الاجتماعية أحد أهم العلاجات المناسبة لهذا النوع من الاضطرابات النفسية لأن المظلة الاجتماعية والسند الاجتماعي مهم جداً وقت الأزمات والكوارث، لما له من دور بارز في التخفيف من شدة الصدمة على الفرد، لأن الصدمة النفسية تتعدى في أثارها الألم النفسي فحسب بل تمتد في سلبياتها إلى تدهور حياة الفرد اجتماعيا وأكاديمياً ومهنياً، ولا شك بأن التحصيل الدراسي هو هدف كل طالب ، وأن تحقيقه يتوقف بشكل أساسي على الوضع النفسي للطالب ، ومدى توازنه وتوافقه النفسي والاجتماعي ولتحقيق كل ذلك يحتاج طلابنا إلى توفير مناخ نفسي اجتماعي يتوافر فيه الشعور بالطمأنينة النفسية والمساندة الاجتماعية أمام أي ظرف أو حادثة؛ فالمساندة الاجتماعية تتجاوز في أهميتها الدور العلاجي إلى الدور الوقائي من الإصابة بالإمراض والإضرابات النفسية.

و يمكن من خلال استقراء نتائج الدراسة الراهنة الوصول إلى التوصيات التالية:

1- تسليط المزيد من الضوء على اضطراب ما بعد الصدمة من خلال إعداد المزيد من البحوث والدراسات وعقد الندوات وورش العمل حول هذا الموضوع.

2- إنشاء مراكز للصحة النفسية والإرشاد النفسي في مدينة سرت للتخفيف من المعاناة النفسية التي يعانيها سكان المدينة.

3- تفعيل دور الأخصائيين النفسيين داخل مختلف كليات الجامعة، لتقديم المشورة النفسية التي يحتاجها طلابنا لمساعدتهم في التغلب على مشكلاتهم.

4- تقديم العون المعنوي والنفسي والاستشارة النفسية للأسرة الليبية لتتمكن الأسرة من القيام بدورها في تنشئة أبناءها التنشئة السليمة .

5- تقديم برامج إرشادية في مجال الإرشاد الوقائي لمساعدة مختلف فئات وشرائح المجتمع من تفادي الوقوع فريسة الاضطرابات النفسية.

6- نشر الوعي الصحي حول أهمية الصحة النفسية والوقاية من التعرض للأمراض والاضطرابات النفسية وخطورة الإصابة بها على الفرد والمجتمع.

إضافة إلى هذا ، يمكن اقتراح البحوث المستقبلية التالية:

1- دراسة اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض سمات الشخصية.

2- دور المساندة الاجتماعية كعامل وقائي من الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة.

3- دور المساندة الاجتماعية في تحسين مستوى التحصيل الدراسي .

المراجع:

1- القرآن الكريم.

2-آمال بن يوسف(2008): العلاقة بين إستراتيجية التعليم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بوزريعة ، الجزائر.

3-ابتسام محمود سلطان(2009): المساندة الإجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة،:دار الصفا للنشر والتوزيع،عمان.

4- أحمد عبد الخالق(1998): الصدمة النفسية ، جامعة الكويت.

5- أيت حمودة حكومة و فاضلي أحمد و مسيلي رشيد(2011): أهمية المساندة الإجتماعية في تحقيق التوافق النفسي والإجتماعي لدى الشباب البطال. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية ، المجلد(21) العدد (2).جامعة الجزائر. الجزائر.

6-أسماء السرسي وأماني عبد المقصود(2001):المساندة الإجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية،جامعة عين شمس.

7-أماني الرحيلي(2012):المساندة الأكاديمية وأثرها على الضغوط النفسية لدى طالبات جامعة طيبة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة طيبة ، السعودية.

8-حكمت العرابي (1995): علاقة التحصيل الدراسي للطالبة الجامعية ببعض المتغيرات الأسرية مجلة جامعة الملك سعود، المجلد(7)، العلوم التربوية والإنسانية، الرياض.

9- حسين على فايد (2001): دراسات في الصحة النفسية، الإسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث.

10- حياة النابلسي(2009): المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

11-جمعية الطب النفسي الأمريكية (2007): المرجع السريع إلى الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدل للاضطرابات النفسية DSM – IV – TR، ترجمة: تيسير حسون، دمشق، منشورات جامعة دمشق.

12-راوية حسين(1996): النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الإجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدى المُطلقات ، مجلة علم النفس، العدد (39)، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

13- رياض صيدم وعبدالعزيز تابت(2007): الصدمات النفسية للإحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة في قطاع غزة، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، العدد(134).

14- سامية محمد بن لادن(2001) المناخ الدراسي، وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طالبات كلية التربية للبنات، مجلة كلية التربية وعلم النفس، جامعة عين شمس، العدد(25).

15- سوسن شاكر(2011): اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة التي يعاني منها أعضاء هيئة التدريس في الجامعات العراقية، دراسة ميدانية، مجلة الفتح، العدد(47)جامع بغداد.

16-شهرزاد بوشدوب(2014): المساندة الإجتماعية وأثرها على بعض العوامل الشخصية واستراتيجيات التعامل مع الضغط المدرسي، مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد، (12)، العدد(1).

17- صبحي العطوي(2014): دور المساندة الزوجية في العلاقة بين ضغوط العمل والمشاعر الإكتئابية لدى المعلمين والمعلمات، رسالة ماجستير، جامعة طيبة. المملكة العربية السعودية.

18- ضياء الدين مصطفى صايمة(2005):مدى فاعلية برنامج إرشادي مقترح في التخفيف من آثار الخبرات الصادمة لدى طلبة المرحلة الأساسية الأولى، رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية ، الجامعة الإسلامية غزة.

19-طارق فحل الكبيسي وأخرون (1998): الضغوط النفسية والإضطرابات النفسية المُصاحبة لها رسالة ماجستير، غير منشورة ،كلية الآداب ،جامعة بغداد.

20- طه عبد العظيم حسين و سلامة عبد العظيم حسين(2006): إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر ،عمان ، الأردن.

21- علي عبد السلام علي(2005): المساندة الإجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية .مجلة علم النفس، العدد(53).القاهرة.

22- عبير أمين عباس(2016):أساليب مواجهة الصدمة النفسية وعلاقتها بالمساندة الأسرية لدى عينة من المراهقين المقيمين بمراكز الإيواء في دمشق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ،جامعة دمشق.

23-فوقية محمد راضي(2002): مهارات إدارة الوقت لدى طلاب الجامعة ، وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، والقدرة على التحصيل الدراسي، مجلة كلية التربية، بالمنصورة،العدد(48).

24- قاسم حسين صالح(2008):اضطراب ما بعد الصدمة، الثقافة النفسية، مركز الدراسات النفسية والجسدية، المُجلد(39)،العدد(49).

25- لطفي الشربيني(1994): الإعاقة النفسية بعد الأزمة ودور الطب النفسي في الوقاية والعلاج، الحلقة النقاشية السادسة، مكتب الإنماء الإجتماعي، الكويت.

26-لوناس حدة (2013): علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس، رسالة ماجستيرغير منشورة، جامعة البويرة ، الجزائر.

27- ميساء شعبان أبو شريفة (2011): اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوجه نحو الدعاء لدى عينة من زوجات الشهداء في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة .

29- محمد محروس الشناوي و عبدالرحمن محمد السيد(1994): المساندة الإجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، الطبعة الأولى، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

30- مروان عبدالله ذياب(2006): دور المساندة الإجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

31- نسيمة داوود(1999): علاقة الكفاءة الإجتماعية والسلوك الإجتماعي المدرسي بأساليب التنشئة الوالدية والتحصيل الدراسي، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد(26)،العدد(1).

31- نسرين صلاح جمبي(2008): تقدير الذات والمساندة الإجتماعية لدى عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى،مكة المكرمة، السعودية.

32- نوال ياسين(2001): الضغوط النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أطفال المقابر، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

33- نبيلة أحمد أبوالحبيب(2010): الضغوط النفسية وإستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، غزة.

المراجع الأجنبية:

1-Berg,T.&McQuinn,R.(1989).Loneliness and aspects of social support networks.Journal of social and personal relationship.vol.(6)No.3.

2- Brody ,Gene ,Douglas , L.&.Gibson , Nicole Morgan(1999): Linking Maternal Efficacy Beliefs ,Developmental Goals , Parenting Practices And Child Competence In RuraleSingle Parent African American Families Child Development, vol.(70),No.5.

3- Clark(2004): Cognitive Therapy Reduces Symptoms in People with Recent Onset Post Thematic Stress Disorder Evidence Mental Health.

4-David,l.D.etal.(1992).A prospective study of life stress, social support, and adaptation in early adolescence.Child development ,vol.(63). 5-Goenjian,A Molina .L, Steinberg ,A. ,Fairbanks, L., Alvarez M., Goenjian,H.,Pynoo, R(2002): Post traumatic Stress And Depressive Reactions Among Nicaraguan Adolescents After Hurricane Mitch. Am Journalof Psychiatry.

6-Loesch,M E(2005):social support, contact with siblings, and cantact with ettended family members as predictors of the development of social skills alliant international university. Los angles vol. (35).

Johnson,D.W.etal.(1985).The effect of prolonged implementation of cooperative learning on social support within the classroom. The Journal of Psychology,vol.119(5).

7-Keppel ,D(2002): Post thematic stress in Children Following Motor Vehicle Accidents .International Journal of Life Deceptive and Experimental Psychology, Vol(31).No.2.

8-Sang ,E .(2002):Who Develops Acut Stress Disorder After Accidental Injures .International Journal Of Descriptive And Excremental Psychology ,Vol. (31).No.(3).

9-Skreet. (1993) ,Onsted,S:Torgrsen ,S Lygren , S&Kringlin, A twin Study of DSM – III-R Anxiety Disorders ACT Psychinavia , (88) ,Seers.