

Article History

Received/Geliş	Accepted/ Kabul	Available Online/Yayınlanma
16 /12/2017	26/01/2018	1/02/2018

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ريا ابراهيم

الملخص :

هدفت الدراسة الحالية الى تعرف الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين في العراق ، والفروق في هذا المتغير باختلاف الجنس (ذكور – اناث) والمستوى التعليمي (حاصل على الشهادة الثانوية – يقرأ ويكتب) وتألقت عينة الدراسة من (400) نازح ونازحة طبقت عليهم استبانة مكونة من (39) فقرة بعد التحقق من صدقها وثباتها .

اما ابرز ما توصلت اليه الدراسة من نتائج فهو الاتي :

اشارت النتائج الى ان افراد عينة الدراسة لديهم قدر من الضغوط النفسية بصورة عامة وكشفت النتائج ايضا وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور من النازحين والاناث من النازحات ولصالح الذكور ، كما كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين النازحين (حاصل على الشهادة الثانوية) وبين النازحين (يقرأ ويكتب) وفي ضوء النتائج التي توصلت اليها الدراسة نوصي بتدعيم الجوانب والطرق والخطوط العلمية والنفسية والتأهيلية والعلاجية التي تساعد في خفض الضغوط النفسية واثارها السلبية على النازحين ، واجراء دراسات اخرى حول تأثير عوامل اخرى لها علاقة بموضوع الضغوط النفسية .

The psychological stress of the Internally displaced persons at alshama camp in salahaldin in Iraq

" Raya Ibrahim"

Abstract:

The recent study aimed to know the psychological stress of the internally displaced persons in Iraq and the differences of this depends on gender (males and females) and their educational level (read and write – secondary school education).The study consists of (400) sample male and female all under go through a (39) paragraph questioner after verifying its sincerity and stability.Study said noted that the (IDPS) were generally suffering from psychological pressure effect and there was a significant differences of satisfaction between males and females (IDPS) goes towards males.

* مدرسة كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد rayibraheem@yahoo.com

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

Also the study noted that there`s no significant differences of satisfaction according to their educational level and according to those result .The study recommended to support the scientific, aspects, methods and plans the help to reduce psychological effects on the displaced and other studies on the impact of other factors related to the subject of psychological stress.

Keywords: psychological stress, the internally displaced persons, educational level.

(المقدمة) :

تعد ظاهرة الضغوط النفسية قديمة قدم الانسان ، ويعد الاهتمام بدراسة الضغوط حديثا على الرغم من جهود بعض علماء المسلمين من امثال الغزالي وابن سينا ، اللذين تعرضا في كتاباتهم لبعض الضغوط النفسية كالقلق والحزن فأثما تعرضا لهما بالصورة التي تدرس في العصر الحديث ، وكذلك الامر بالنسبة للغرب ، فقد اشار جرمان (Gherman1987) في حديثه عن الضغوط الى ان كتاب اوربا اشاروا الى هذا المصطلح في القرن التاسع عشر الميلادي عندما لاحظوا احد الافراد في ذلك العصر يعاني من ضغوط نفسية شديدة ادت الى الامراض النفسية والبدنية التي تحدت حياته وتعد الضغوط النفسية من الظواهر النفسية الشائعة في حياتنا اليومية واحدى المفاهيم الرئيسية لفهم السلوك وتفسيره (Mullins,1996;:p150) فعصرنا الحاضر عصر الضغوط النفسية وذلك لأسباب عدة اهمها : التنافس الشديد على الموارد المحدودة ، وظهور الازمات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والحروب والكوارث البشرية والطبيعية (معروف ،2001:ص20) ، ويؤكد كل من بويل وانرايس (Enright 1990) Powell بأننا نعيش في امراض العصر الحديث ، مثل النوبات القلبية ، وارتفاع ضغط الدم ، وقرحة المعدة وقد تكون بدايتها الضغوط النفسية. ان ما يشهده العالم اليوم من احداث وتغييرات سريعة وصادمة التي صامت التطور الحضاري جعلت المجتمعات مليئة بالصراعات والمشكلات نتيجة تغير اسلوب الحياة والنظم الاجتماعية وتداخلت اساليب التكيف التي ينبغي على الفرد اتباعها لمسايرة الحياة الضاغطة والضغوط النفسية الناتجة عنها جراء احداث الحياة الصدمية والصراعات المختلفة التي تؤثر في نموه النفسي والاجتماعي ، ان الحرب المستمرة في العراق وما يشهده بلدنا منذ 2003/3/29 الى الان جعلت ابناؤه يتعرضون الى المواجهة الحقيقية مع الموت والتي ادت الى احداث اثار صدمية وضغوط في مجالات الحياة كافة الصحية والنفسية والجسدية وحتى العقلية لانهم واجهوا جميع انواع القتل والتدمير والتهجير القسري وفقدان الاهل والاحبة (ضاري 2012:ص2)

وتعد مشكلة التزوج من مظاهر الاحتلال والعدوان التي برزت واضحة جلية في بعض المناطق العراقية التي تعرضت لظروف استثنائية ولدت ضغوط في بعض المناطق العراقية التي تعرضت لظروف استثنائية ولدت ضغوط نفسية متنوعة وجديدة نتيجة الصراعات والازمات وقد لاحظت الباحثة ندرة الابحاث التي تناولت مشكلة الضغوط النفسية للنازحين من افراد المجتمع العراقي لذا ارتأت الباحثة تناول هذا الموضوع لأهميته في الوقت الحالي .

(مشكلة البحث) :

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

تتعرض بعض المجتمعات في الوقت الحاضر الى العديد من الحوادث واعمال العنف الناجمة عن الصراعات السياسية والاقتصادية والاختلافات الدينية التي تؤثر سلبا على امن الانسان وصحته النفسية والجسدية وتشوه تطلعاته الى حياة مستقرة ليستطيع تحقيق اهدافه المستقبلية . وتعتبر الضغوط النفسية حالة من الانفعالات النفسية السلبية مثل الغضب او القلق او الاحباط او قلة التحمل او الانزعاج وتثبيط العزم التي يعاني منها الفرد نتيجة للأحداث التي تهدده (العجيلي ، 2005:ص503) ان ما حدث في العراق من احداث صادمة كما في حالات عمليات العنف المباشرة التي يكون الانسان موجودا في دائرة مخاطرها وبعضها الاخر يكون الفرد ذاته هدفا لها كعمليات القتل او التهجير القسري او النزوح كل هذه المواقف تجعل الفرد يفتقر فيها الى بيئة امنة (التقرير الوطني كالتنمية البشرية . 2009:ص63) وتعد الضغوط النفسية والاثار الاجتماعية التي يتعرض لها النازحين سواء أفرادا او اسر من جراء عمليات التزوج هربا من صعوبات الحياة نتيجة الحروب من ابرز الضغوط التي تؤثر على النمو النفسي .

(ابو ليلة . 2007 :ص6) فالضغوط النفسية الناتجة عن الاحداث الصادمة ستؤثر على الافراد والمجتمع بطرق مختلفة ويصل هذا التأثير الى حد انتقال اثرها عبر الاجيال وذلك نمط من التأثيرات العميقة التي تشمل الحياة الاسرية والعلاقات المتبادلة بين اعضاء الاسرة وذلك لأنها عملية مجتمعية تؤثر على المناخ الاجتماعي وما يشيع فيه من عوامل الشعور بالتهديد وقلق الموت (Rapheal ، 1986: p175) ، ان ما يمر به النازحين من ضغوط نفسية نتيجة الاحداث الضاغطة تولد لديهم حالة نفسية متأزمة متواصلة يصعب مواجهتها بل عليهم التفاعل معها . (السلطاني،1994:ص4) لذلك تبرز مشكلة البحث بالتساؤل الاتي :ما مستوى الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين في العراق فضلا عن معرفة الفروق في موضوع الضغوط النفسية تبعا لمتغيرات الجنس (ذكور – اناث) والمستوى التعليمي (حاصل على شهادة الثانوية- يقرأ ويكتب)

اهمية الدراسة):

تكمن الاهمية النظرية للدراسة الحالية في موضوع الدراسة التي تناولته ومن المشكلة التي تحملها وهي التعرف على الضغوط النفسية وتبعها لبعض المتغيرات (الجنس - المستوى التعليمي) لدى عينة من النازحين في بعض مناطق العراق (مخيم الشهامة/محافظة صلاح الدين) قد تسهم في عملية اثناء مكتبة الدراسات النفسية العربية خاصة ان الدراسة الحالية اول دراسة على مستوى العراق تتناول الضغوط النفسية للنازحين في العراق (حسب علم الباحثة) والتي قد توثق ظاهرة التزوج وما يتعرض له النازحين في العراق من ضغوط نفسية شديدة وما تتبعه من اثار ومشكلات تجعل من دراستها ضرورة علمية .

في حين تكمن الاهمية التطبيقية للدراسة الحالية في القاء الضوء على طبيعة الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة/ صلاح الدين في العراق والاستفادة من نتائج الدراسة الحالية لوضع التدابير اللازمة وخطط الاستراتيجية والارشادية لمواجهة لتأثيرات والمشكلات التي تتركها الضغوط النفسية لدى النازحين للحيلولة دون تدهور الامن الانساني وتفكك النسيج المجتمعي .

اهداف الدراسة):

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

1. التعرف على الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة/محافظة صلاح الدين (في العراق.
2. تعرف الفروق ذات الدلالة في موضوع الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس (الجنس - اناث)
3. تعرف الفروق ذات الدلالة في موضوع الضغوط النفسية تبعاً للمستوى التعليمي (حاصل على شهادة الثانوية - يقرأ ويكتب (

(فروض الدراسة)

1. يوجد مستوى من الضغوط النفسية (وفقاً للمقياس) لدى النازحين في مخيم (الشهامة / محافظة صلاح الدين في العراق)
2. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في مقياس الضغوط النفسية ولصالح الاناث .
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين النازحين (حاصل على الشهادة الثانوية) في مقياس الضغوط النفسية وبين النازحين (يقرأ ويكتب (لصالح النازحين (يقرأ ويكتب (

(حدود الدراسة):

تحدد البحث الحالي بدراسة الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم (الشهامة /محافظة صلاح الدين) في العراق تبعاً لمتغير الجنس (ذكو- اناث) وملتغير المستوى التعليمي (حاصل على شهادة الثانوي /يقرأ ويكتب) للعام (2016-2017)

(تعريف المصطلحات) : (الضغوط النفسية) :

1. عرفها سيلبي (1976) : (بأنها مجموعة من استجابات فسيولوجية لعوامل البيئة الضارة او أي مطلب يواجه الفرد ويكون مجبراً على القيام به (Selye.1967: 282).
2. عرفها كريدنر واخرون (1983) : بأنها نوع محدود من الاستجابات النفسية والفسولوجية المزعجة والتي تحدث نتيجة الاحداث البيئية الخارجية التي تهدد واقع الفرد وترهق قدراته وقابلياته نتيجة التعايش والتكيف (charles. et.al,1989: p 488)
3. عرفها ميشينباوم (1991) : بأنها قوة خارجية تؤثر في الفرد وينتج عنها شد عصبي كما ترتبط باستجابات الفرد عندما يتعرض لتهديدات بيئية الامر الذي يحدث اختلالاً في التوازن النفسي والفسولوجي مما قد يؤدي الى شعوره بالاستفزاز من داخله (1991 Meichenbaum6 : p 1549 - 1562).

اما التعريف الاجرائي للضغوط النفسية : (فهو الدرجة التي يحصل عليها النازحين من خلال استجاباتهم على فقرات مقياس الضغوط النفسية المعد لأغراض الدراسة

(النزوح) : ويعني ترك المكان ويطلق اسم النازح على الفرد الذي يهاجر او ينتقل من مكان الى اخر (هلمان، 1974، ص:55)

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

(النازحون): هم افرادا وجماعات انتقلوا من اماكن اقامتهم الاصلية الى اماكن اخرى او هي اجبار السلطات لبعض الافراد والجماعات على التزوج من منطقة معينة خشية كوارث طبيعية كالفيضان او الحروب والنزاعات المسلحة او انتهاكات حقوق الانسان فيها (جمادي ، 1985 : ص 203)

(المستوى التعليمي): ويقصد به جميع انواع المستويات التعليمية :

(امي-يقرا ويكتب -ابتدائي-اعدادي-ثانوي-جامعي)(الشخباتة، 2010:ص80)وقد اقتصرت الباحثة في الدراسة الحالية على المستوى التعليمي (حاصل على الشهادة الثانوية) و (يقراً ويكتب)

(الاطار النظري)

الضغوط النفسية:-

لقد اصبحت الضغوط النفسية تشكل جزءاً من حياة الافراد والمجتمعات وذلك لكثرة تحديات هذا العصر وزيادة مطالبه فلا يكاد يخلو مجتمع من هذه الضغوط . حيث بات من الصعوبة تفاديها او تجاهلها . (Bowser ، 2000 : p33) وتنشأ الضغوط النفسية نتيجة تفاعل الفرد مع البيئة التي يتفاعل معها وما يترتب على هذا التفاعل من تحديات ويسبب ذلك في ظهور حالة من الشعور السلبي وتهديد الذات نظراً لشعوره ان استجاباته عاجزة لمواجهة الاحداث الضاغطة خاصة بعد التعرض للحوادث الصادمة وهذا يولد حالة من القلق والعجز او الغضب او الاكتئاب ويلاحظ ان استجابة الافراد للضغوط تختلف باختلاف طبيعتها وحجمها وطبيعة المجتمع الذي يعيش فيه الفرد . وقد اشار كل من خليفات والزغلول (2003) بان مواجهة الضغوط تعتمد على الخصائص الشخصية للفرد وحالته النفسية تبعاً للفروق التي ترتبط بالعمر والجنس والمستوى التعليمي للفرد وطبيعة الدعم الاجتماعي المقدم له (خليفات والزغلول .2003:ص87-61) .

وقد اشار (Moor. 1975) الى وجود ثلاث انواع من الضغوط التوترات الناشئة من الحياة اليومية (Ordinary Tesions)- والضغوط النمائية (Developmental stress) - والازمات او الصدمات الحياتية (Life crises) .(1975: p735). (Moore، كما صنف الضغوط بحسب مداها الزمني اذ وضعها كل من برنت رد وسكواب (Pritchard & schwab) الى ثلاثة اقسام هي: (الضغوط الخفيفة ويستمر تأثيرها من ثوان الى ساعات والضغوط المتوسطة التي يستمر تأثيرها من ساعات الى ايام (Janis ، 1968:pB) كما وصفت الضغوط بحسب نتائجها فقد ميز سيلبي Selye بين نمطين من الضغوط الاول اسماه بالضغوط المفرطة (Over stress) الذي يسبب معاناة والام واسبب مثل الاحداث غير السارة والثاني يدعى Eustress والمتمثل بالخبرات الانفعالية السارة كالشعور بالفرح والمتعة (Hamilton ، 1979:p23) اما مصادر الضغوط فتؤكد الدراسات النفسية انها متباينة ومتداخلة في ان واحد . يمكن ان تتمثل في البيئة الخارجية ، كما يمكن ان تتجسد ايضا من خلال المتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية مما تؤدي الى الخوف والقلق والاحباط والحرمات وتشير دراسات اخرى لمصادر الضغوط الشائعة من خلال ابعادها

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

الفسولوجية ، اذ يعد ارتفاع درجة الحرارة والرطوبة وتفشي المكروبات من الاعراض الفسيولوجية للضغوط المهددة للجسم التي تنشط على اثرها الاليات الدفاعية لمقاومة الفايروسات والمحافظة على الحياة (طاهر ، 1998: ص103)

النظريات المفسرة للضغوط النفسية):

اولا: نظرية هاتز سيلبي (Hans Selye): يعد العالم الهنغاري هانز سيلبي من اشهر الباحثين الذين ارتبطت اسماءهم بموضوع الضغوط ، ويرى سيلبي ان الاحداث التي يمر بها الفرد في بيئة التي يعيش فيها تعد عوامل ضاغطة عليه مسببة استجابات في الجسم مختلفة اثار تبقى في الجسم وتكون ممهدة لحدوث الاضطرابات العقلية او الجسمية وهذه الاحداث وما خلقتها تعد حلقة وصل بين الضغوط التي ولدتها والامراض : النفسية اذا تفرض هذه الضغوط على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية او اجتماعية او نفسية وتكون استجابة الضغوط من مكونات ثلاثة (المعرفة والسلوكية والفسيولوجية) (الرشيدى ، 1997:ص55) ويرى سيلبي ان الفرد يمر بثلاثة مراحل حينما يتعرض للضغوط هي :-

مرحلة الانذار : Alarm Reaction تبدأ هذه المرحلة حينما يواجه الفرد ضغطا بفعل مثير خارجي ينشط الضغط الداخلي ويشير وسائل الدفاع لدى الفرد مثل : زيادة ضربات القلب وارتفاع معدل التنفس وتوتر الاعصاب وكلما زادت حالة الاجهاد او الضغط انتقل الفرد الى مرحلة المقاومة.

مرحلة المقاومة Resistance Stolge : وفيه يشعر بالقلق والتوتر والارهاق مما يشير الى مقاومته وقد يترتب على هذه المقاومة وقوع حوادث وضعف في القرارات المتخذة والتعرض للأمراض خلال هذه المرحلة.

مرحلة الانهك والاستنزاف Exhaustion : الذي يحدث عندما تضعف قدرة الفرد على مواجهة مسببات الضغوط في اثناء مرحلة المقاومة الامر الذي يؤدي الى اختلال التوازن لدى الفرد . (المشعان ، 2004:ص59)

ثانيا: - النظرية الاجتماعية Social Theovy

انطلاقا من المنظور الاجتماعي يعرف ماك غارث (1970) الضغط بانه عدم توافق جوهرى بين متطلبات البيئة وامكانيات الفرد وفق النموذج اطلق عليه (النموذج اللاتوازن) فيرى ان الضغط لا ينشأ من خلال متطلبات البيئة وحسب انما من خلال عدم توافق بين توقعات الفرد وامكانيات تحقيقها من ظل الظروف القائمة (شونج ، 2006: ص22) فعند تعرض الفرد للضغوط النفسية نتيجة احداث صادمة غير متوقعة يؤدي هذا الى ظهور الاضطراب النفسي واختلال التوازن خاصة اذا لم يحصل الفرد على الدعم والاسناد المطلوب فأن صدمة الحدث تصبح شديدة وحينها قد يعزل الفرد نفسه وتزداد اعراض التوتر والقلق لديه (Wilson & Krauss ، 1985:p133.135)

(النزوح): تعتبر ظاهرة النزوح ملازمة للوجود البشري وقد عانت بعض المجتمعات البشرية من هذه الظاهرة ولا تزال ،ومن بين تلك المجتمعات المجتمع العراقي وذلك لتعرضهم لممارسات تعد خرقا واضحا كحقوق الانسان الاساسية فضلا عن المجازر والهجمات الارهابية ضد

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

الافراد الامنين ، ان شعور الافراد بعدم الامان في موطنهم فضلا عن عجزهم عن ايجاد السبل الدفاعية للتغلب على هذا الوضع ولد لديهم الشعور بالخوف وبالتالي دفعهم لنزوح املين عودتهم الى اماكن سكنهم بعد انتهاء العمليات العسكرية واستقرار الاوضاع فيها .(ابو ليلي ،1992 ص16) ولعلى واقع حال النازحين يتلخص بالنقاط التالية :

1. تعرض نظامه الاجتماعي للتدمير والانهيار
2. الحرمان من مصادر الدخل او كسب الرزق
3. التوقف عن الدراسة
4. عدم امتلاك وثائق هوية
5. التوجه الى بيئات غير صحية
6. صعوبة الوصول الى المنظمات الدولية
7. تزايد اعداد النازحين. وفقا لتقديرات الامم المتحدة يبلغ عددها 2.3 مليون نازح (محمد ،2007:ص5)

ومن النظريات التي فسرت النزوح هي :

(نظرية الدفع والجذب) Donald Bogue : ترى هذه النظرية ان النزوح يرجع الى اختلال التوازن الاجتماعي والاقتصادي للجماعة معينة يدفع ببعض افرادها الى خارج اماكن اقامتهم مع وجود عوامل اخرى تجذبهم نحو مكان اخر جديد (Jansen ،1969 : p65) وقد اهتم بوكر بدراسة عوامل الدفع والجذب وعدد عوامل الدفع في فقدان الوظيفة او تراجع الثروة القومية او تعدد الحرب من اهم عوامل الدفع فنشوب التوترات التي تؤدي الى القتل والاضطهاد والقمع تؤدي الى الدفع .اما عوامل الجذب فهي تمكن فرص العمل او توفر الانشطة المتنوعة في المدن الكبيرة او خدمات افضل او توفر الامان (الصباح ،1986:ص386)

(الدراسات السابقة)

1. دراسة مخيم (1997):هدفت الدراسة تعرف اثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغير من متغيرات المقاومة من اثر الاحداث الضاغطة خاصة الاكتئاب وقد طبقت على عينة من الفئتين الثالثة والرابعة لكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الرقازيق وبلغ عدد الذكور (75) طالبا والاناث (96) طالبة وشارت النتائج الى وجود فروقا دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور والاناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والضعف فكانت لصالح الذكور في الصلابة النفسية وادراك الضغوط لصالح الاناث في المساندة الاجتماعية اما الاكتئاب فلا توجد فروق بين الجنسين (مخيم 1997 :ص107-123)

2. دراسة اسماعيل (2003) : تناولت الدراسة الآثار النفسية للنزوحات على المرأة النازحة استخدم المنهج الوصفي التاريخي لإلقاء الضوء على الحاضر عن طريق متابعة الوقائع والاحداث الماضية للتنبؤ عن احتمالات المستقبل واعتمد على المقابلة وايضا تم وضع استبيان وتم توزيع استمارة للنساء في مختلف الاعمار بمعسكرات النازحين في الضعين بولاية شرف دارفور (معسكر النيم أ- ب- س) وقد تم

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

طرح مجموعة من الاسئلة التي ناقشت موضوع البحث وتوصلت النتائج الى ان الحرب لها تأثير نفسي على النساء فهي تعاني من اضطرابات نفسية سببت لها كثير من المشاكل وعدم الاستقرار النفسي وايضا اثرت الحروب سلبا على العادات والتقاليد مما ادى الى زيادة الضغوط النفسية وتفكك اسري سببه النزوح وتدهور الاوضاع الاقتصادية .(اسماعيل، 2003: ص 2) .

3. دراسة ابو ليلة (2007): هدفت الدراسة الى تعرف الاثار النفسية والاجتماعية لأسر ضحايا الحروب تألفت الدراسة من اربعة اقسام فالقسم الاول تناول سياقات النزاعات المسلحة وتناول القسم الثاني الاسرة في ساحة النزاعات المسلحة اما القسم الثالث فقد خصص للبحث في تأثير الحروب والنزاعات المسلحة على الاوضاع المأساوية اجتماعيا ونفسيا والقسم الرابع الاثار النفسية والاجتماعية بما فيها الضغوط النفسية التي تتعرض لها الاسرة نتيجة التهجير والنزوح هربا من صعوبات الحياة في مناطق الحرب من ابرزها ما حدث في العراق وشارت نتائج الدراسة الى زيادة معدلات الحرمان والصعوبات الاقتصادية و اثارها النفسية والاجتماعية على الاسر كزيادة الوفيات وزيادة الضغوط النفسية لكل من الذكور والاناث وللمستويات التعليمية المختلفة في الاسرة (ابوليلة ، 2007 :ص3) .

4. دراسة ابو سخيلة (2010):هدفت الدراسة تعرف الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بمحافظة شمال غزوة المدمرة منازلهم وعلى أكثر الضغوط انتشارا وقد تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة وقد استخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية من اعدادها وتوصلت الباحثة الى النتائج التالية :

- أ- جاءت الضغوط النفسية في الترتيب الاول ثم الجسمية ثم المعرفية واخيرا الضغوط السلوكية.
- ب- توجد فروق دالة احصائية في الضغوط لصالح الطلبة المدمرة منازلهم كم اوضحت ان الضغوط النفسية لدى الاناث أكثر منها لدى الذكور .
- ت- توجد فروق دالة احصائية في الضغوط لصالح الطلبة المدمرة منازلهم كما اوضحت ان الضغوط النفسية لدى الاناث أكثر منها لدى الذكور (ابو سخيلة، 2010:ص2).

مناقشة الدراسات السابقة)

استنادا الى ما تم عرضه من الدراسات من الادبيات النفسية التي اجريت في بيئات مختلفة والتي تطرقت الى موضوع الضغوط النفسية للأفراد ومن ثم على نموه النفسي وادائه وتفاعله الاجتماعي ترى الباحثة ان هذه الدراسات قد تنوعت واختلفت باختلاف الاهداف التي سعت الى تحقيقها واختلاف الموضوعات التي تناولتها واختلاف الاماكن التي تمت فيها وترى الباحثة تباين مستويات الضغوط النفسية بين هذه الدراسات طبقا لاختلاف طرق ومناهج البحث المستخدمة والعوامل الشخصية وتنوع المتغيرات لهذه الدراسات فبعضها قد وجد فروقا احصائية دالة . وكذلك توجد اختلافات في نتائج الدراسات السابقة تعزى لمتغيرات مختلفة كالمستوى التعليمي او التخصص والمؤهل العلمي والحالة الاجتماعية والعمر .

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

(منهجية الدراسة واجرائها)

(مجتمع الدراسة): تكون مجتمع الدراسة من النازحين في مخيم (الشهامة) في محافظة صلاح الدين في العراق للعام (2016-2017) والبالغ عددهم (2927) نازح ونازحة .

(عينة الدراسة): اختيرت عينة عشوائية طبقية لتحقيق اهداف الدراسة حيث شملت عينة الدراسة النازحين في مخيم الشهامة (من الذكور والاناث) وتبعاً للمستوى التعليمي (حاصل على شهادة الثانوية- يقرأ ويكتب) وبهذا بلغت عينة الدراسة (400) نازح ونازحة من مجتمع اصلي بلغ (2927) نازح ونازحة للعام (2016-2017) وكما في الجدول (1)

جدول (1) توزيع عينة الدراسة

المستوى التعليمي		الجنس	
يقرأ ويكتب	حاصل على شهادة الثانوية	اناث	ذكور
270	130	200	200
400		400	

(اداة الدراسة):

قامت الباحثة ببناء اداة للدراسة بعد اجراء استفتاء مفتوح لعدد من النازحين في مخيم الشهامة في صلاح الدين في العراق لمعرفة الضغوط النفسية لديهم من خلال اجابات النازحين والاستعانة بالكتب والادبيات العلمية التي تناولت موضوع الضغوط النفسية تمكنت الباحثة من الوصول لمجموعة من الفقرات التي تمثل موضوع الدراسة

(صدق الاداة): يعد اعداد فقرات الاداة التي تضمنت (39) فقرة لمقياس الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة في صلاح الدين في العراق عرضت فقرات المقياس على تسعة محكمين[†] في مجال العلوم التربوية والنفسية تم الابقاء على جميع الفقرات بعد التعديل المقترح من قبل المحكمين و اشاروا الى انها تمثل ما وضع المقياس لأجله.

^{*} الامم المتحدة (2016). منظمة الاغاثة الدولية

[†] اسماء المحكمين :

7- أ.م.د. سالي طالب

4- أ.م.د. تماضر الفياض

1- أ.د. حنان حسن مجيد

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ريا ابراهيم

(تحديد بدائل الاجابة للمقياس):

بعد اعداد الفقرات تم اعتماد طريقة ليكرت (Li Kart) في تصميم وبناء مقياس الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة في صلاح الدين في العراق، وهي من الطرق الشائعة في اعداد البدائل (زهرا، 1984:ص148) لكونها تتصف :

- سهولة البناء والتصميم
- ذات درجة ثبات عالية.
- تسمح للحصول على اكبر تباين بين الافراد (D.kresh & R.S.Crutch,1954: P218)

وذلك بان تكون الاجابة متدرجة بمستويات خمسة :

(تنطبق تماما، تنطبق، متردد، لا تنطبق، لا تنطبق تماما). وقد اعطيت درجات لكل فقرة تدرجا (1-5) على التوالي حيث تشير (5) الى درجة عالية من الضغوط النفسية الدرجة (1) تشير الى مستوى منخفض من الضغوط النفسية .

(قوة تميز الفقرات) : تم تطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (400) نازح ونازحة تم اختيار نسبة (27%) من الدرجات العليا ونسبة (27%) من الدرجات الدنيا التي تمثل (108) نازح ونازحة في المجموعات العليا و(108) نازح ونازحة في المجموعات الدنيا باستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية (مايرز، 1990:ص356) وعلى ضوء هذا الاجراء تم استبعاد الفقرات (4,11,16) واذا لم تكن دلالة وبهذا اصبح عدد الفقرات 36 فقرة عند مستوى (0.05) وبدرجة مرنة (214) كما في جدول رقم (2)

2- أ.د. سندس عبد القادر الخالدي

5- أ.م.د. زهرة ماجود الجواري

8- أ.م.د. طالب الربيعي

3- أ.د. طالب حسين القيسي

6- أ.م.د. ساهرة سعدون الدوري

9- م.د. حزيمة كمال عبد المجيد

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

جدول (2) القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة في صلاح الدين في العراق

مستوى الدلالة	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	2.07	0.48	3.64	0.24	4.43	1
دالة	3.88	1.01	4.14	0.87	4.79	2
دالة	5.40	1.03	1.98	0.89	2.82	3
غير دالة	1.57	1.04	1.57	0.69	1.82	4
دالة	3.62	0.87	4.47	0.59	4.96	5
دالة	4.60	0.75	4.27	0.41	4.82	6
دالة	5.01	1.03	1.97	1.27	2.76	7
دالة	5.77	0.89	3.87	0.57	4.76	8
دالة	4.76	0.82	4.28	0.42	3.87	9
دالة	3.76	0.92	2.53	1.19	3.14	10
غير دالة	-0.14	0.99	3.65	0.48	3.58	11
دالة	6.12	0.86	3.95	0.39	4.81	12
دالة	6.75	1.07	3.01	0.62	4.17	13
دالة	6.23	0.82	3.91	0.48	4.78	14
دالة	5.05	0.29	2.51	1.02	3.15	15
غير دالة	1.13	0.93	3.86	0.89	4.06	16
دالة	5.93	1.04	3.76	1.43	4.80	17
دالة	5.41	1.04	3.66	0.41	4.76	18
دالة	4.54	1.08	3.04	1.00	3.77	19
دالة	4.19	1.05	3.79	0.56	4.38	20
دالة	5.40	1.02	2.58	0.81	3.39	21
دالة	6.39	1.07	2.46	1.32	3.56	22

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

مستوى الدلالة	القيمة النائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	5.83	1.12	3.86	0.88	4.73	23
دالة	6.54	1.07	3.20	0.89	4.45	24
دالة	5.09	1.13	3.51	0.67	4.27	25
دالة	6.45	1.91	3.99	0.65	4.88	26
دالة	5.99	1.09	2.57	0.97	3.53	27
دالة	5.74	1.08	3.24	0.58	4.07	28
دالة	5.82	0.87	1.99	0.69	3.80	29
دالة	6.67	1.03	2.32	0.72	4.45	30
دالة	4.49	1.25	2.30	1.21	3.17	31
دالة	4.36	1.30	2.83	0.74	4.27	32
دالة	4.04	1.12	3.59	0.54	4.22	33
دالة	3.83	0.47	3.81	0.41	4.92	34
دالة	4.73	1.01	3.67	0.51	4.48	35
دالة	4.54	1.05	2.04	0.85	3.61	36
دالة	2.26	0.49	0.55	0.66	4.40	37
دالة	6.05	1.17	2.17	0.94	4.41	38
دالة	3.56	1.13	2.27	0.98	3.48	39

الاتساق الداخلي (صدق الفقرات):

قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية ودرجة الفقرة لكل من فقرات المقياس حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.263-0.712) وهي تشير الى انها معاملات مقبولة وجميعها دالة عند مستوى (0.05) ماعدا الفقرات التي تم استبعادها وهما (4,11,16) لان معامل ارتباطها بالدرجة الكلية غير دال كما في جدول (3)

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

جدول (3) : معاملات الارتباط بين الفقرة والدرجة الكلية على مقياس الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين في العراق .

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.32	35	0.51	18	0.27	1
0.58	36	0.28	19	0.32	2
0.26	37	0.29	20	0.35	3
0.64	38	0.29	21	0.02	4
0.40	39	0.57	22	0.44	5
		0.49	23	0.40	6
		0.62	24	0.36	7
		0.31	25	0.49	8
		0.26	26	0.38	9
		0.50	27	0.49	10
		0.42	28	0.01	11
		0.71	29	0.54	12
		0.71	30	0.60	13
		0.29	31	0.35	14
		0.46	32	0.39	15
		0.26	33	0.02	16
		0.48	34	0.52	17

تم استبعاد الفقرات (4،11،16) لان معامل ارتباطها بالدرجة الكلية غير دال

النتائج:-

من اجل ثبات اداة الدراسة استخدمت الباحثة معادل الفاكرونياخ لحساب ثبات الاداة حيث بلغ (0,88) وهو معامل ثبات عالي يفي باغراض الدراسة ، وبذلك فان اداة الدراسة للضغوط النفسية تتمتع بدرجة عالية من الثبات .

تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية :

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .

2. اختبار (T-test) لعينتين مستقلتين ولعينة واحدة بدلالة الفروق بين المجموعات .

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

3. معامل ارتباط بيرسون .

4. الفاكورنياح لحساب الثبات للمقياس

نتائج الدراسة ومناقشتها

نتائج الفرض الاول : من الفرض الاول على وجود مستوى من الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين في العراق ولاختبار صحة هذا الفرض :

تم قياس الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين من (ذكور والاناث) ومن المستوى التعليمي (حاصل على شهادة الثانوية – يقرأ ويكتب) فكان متوسط الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة (129,22) وبأنحراف معياري (14.95) درجة وعند مقارنته بالوسط الفرضي (108) باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين ان هناك فرق دال عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (398) ولصالح متوسط عينة البحث وهذا يشير الى ان لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين ضغوط نفسية ودالة كما موضح في جدول (4) وهذا يتفق مع دراسة مخيمر (1997) ودراسة اسماعيل (2003) ودراسة ابو ليلة (2007) ودراسة ابو سخيلة (2010) التي اظهرت وجود قدر من الضغوط النفسية لدى عينات دراساتهم .

جدول (4) نتائج الاختبار الثاني لمقارنة متوسط العينة مع المتوسط الفرضي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية	مستوى الدالة
400	129.22	14.95	108	28.38	0.05

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان ما يواجهه النازحين من حوادث صدمية ومواقف مرهقة وتعرضهم لصعوبات الحياة وتعرضهم للإجهاد الجسمي والنفسي والاجتماعي وجهودهم في مقاومة هذه الصعوبات والاحساس بالخوف والقلق وعدم الاستقرار جميعها قد تؤدي الى وجود ضغوط نفسية شديدة لدى النازحين وهذا ما أكدته نظرية سيللي وكذلك النظرية الاجتماعية التي أكدت ان الضغوط هي عدم توافق جوهرى بين متطلبات البيئة وامكانيات الفرد .

نتائج الفرض الثاني : (نص الفرض الثاني على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الذكور ودرجات الاناث في مقياس الضغوط النفسية لصالح الاناث ولاختبار صحة الفرض) :

تم حساب متوسط درجات الذكور لمقياس الضغوط النفسية (132,08) بانحراف معياري (16,22) بينما بلغ متوسط درجات الاناث لمقياس الضغوط النفسية (126,04) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين كانت القيمة التائية المحسوبة (4,14) اعلى من القيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) كما في جدول (5) لذا يستنتج من ذلك بان الضغوط النفسية

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

تختلف باختلاف الجنس ولصالح الذكور وهذا تتفق مع دراسة مخيم (1997) التي اظهرت نتائجها وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات التكرر والاناث ولا تتفق مع دراسة ابو سخيلة (2010) التي اظهرت نتائجه ان الضغوط النفسية لدى الاناث اكثر من الذكور .
جدول (5) نتائج لاختبار التائي بين متوسطي درجات النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين تبعا لمتغير الجنس

العينة	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدلالة
400	ذكور	200	132.08	16.22	4.14	0.05
	اناث	200	126.04	12.72		

وترى الباحثة ان هذه النتيجة تتفق مع نظرية سيللي التي ترى بان الضغوط النفسية تزداد مع ازدياد مقاومة الفرد لها خاصة للذكور من النازحين وذلك لانه تقع عليهم مسؤولية مقاومة الصعوبات وتحمل مسؤولية المواجهة لها كما تتفق مع ما اكدته النظرية الاجتماعية من ان الاحداث الصادمة غير المتوقعة تزيد من الضغوط النفسية نتيجة عدم حصول الفرد على الدعم المطلوب فيعزل وتزداد لديه اعراض التوتر واختلال التوازن .

نتائج الفرض الثالث : (نص الفرض الثالث على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين النازحين الحاصلين على الشهادة الثانوية) وبين النازحين (يقرأ ويكتب) في مقياس الضغوط النفسية ولصالح النازحين (يقرأ ويكتب) ولاختبار (صحة الفرض) :

تم حساب متوسط درجات كل من النازحين (الحاصلين على شهادة الثانوية) لمقياس الضغوط النفسية فبلغ (122.46) وانحراف معياري (10.71) بينما بلغ متوسط درجات النازحين (يقرأ ويكتب) لمقياس الضغوط النفسية (132.12) وانحراف معياري (15.58) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين كانت القيمة التائية المحسوبة (-6.43) اصغر من القيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) لذا يستنتج من ذلك بان الضغوط النفسية للنازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين وتبعا للمستوى التعليمي (حاصل على الشهادة الثانوية - يقرأ ويكتب) لا تختلف باختلاف المستوى التعليمي كما في جدول (6) وهذا يتفق مع دراسة ابوليلة (2007) التي اكدت وجود الضغوط النفسية للذكور والاناث للمستويات التعليمية المختلفة .

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ريا ابراهيم

في جدول (6) نتائج الاختبار التائي بين متوسطي درجات النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين وتبع لمتغير المستوى التعليمي .

العينة	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدلالة
400	الحاصل على شهادة الثانوية	130	122.46	10.71	-6.43	5.05
	يقرأ ويكتب	270	132.12	15.48		

تري الباحثة ان هذه النتيجة جاءت نتيجة لما يتعرض له اصحاب المستوى التعليمي (الحاصلين على الشهادة الثانوية) واصحاب المستوى التعليمي (يقرأ ويكتب) من النازحين من اعباء وحوادث صادمة وصعوبات وتوترات تجعلهم عرضة لضغوط نفسية شديدة وكثيرة في مواجهتهم لظروف النزوح القاهرة وهذا ما أكدته نظرية سيللي من ان الافراد الذين يمرون باحداث بيئية القاهرة سوف يتعرضون لضغوط نفسية مهما تباينت مستوياتهم اذ تفرض هذه الضغوط متطلبات قد تكون فسيولوجية او اجتماعية او نفسية كما ان عوامل الدفع من تدمير ونشوب التوترات التي تؤدي الى القتل والقمع والتي ادت الى عمليات النزوح تشكل عوامل تؤدي الى زيادة الضغوط النفسية وذلك لجميع النازحين وعلى مختلف مستوياتهم التعليمية .

(التوصيات) : في ضوء النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة تم استخلاص التوصيات التالية :

1. ان عمليات النزوح وتعرض النازحين لشتى انواع الصعوبات ادت الى وجود ضغوط نفسية شديدة وكثيرة لدى النازحين .
2. ان عمليات الاغاثة والدعم والاسناد لها اثرها في مساعدة النازحين لمواجهة الاحداث الصدمية واثارها النفسية لذا من الضروري توفير الدعم والتخطيط الجيد لمساعدة النازحين من التقليل من ضغوطهم النفسية .

(المقترحات) :

1. اجراء دراسة عن الضغوط النفسية وفق متغيرات اخرى كالمستوى الاقتصادي للاسرة ومكان الاقامة
2. اجراء المزيد من الدراسات حول موضوع الضغوط النفسية للنازحين وابعاده المختلفة
3. اجراء دراسات تتناول اثر الضغوط النفسية للنازحين في دافع الانجاز

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ريا ابراهيم

المصادر العربية :-

1. ابو ليلة ، علي محمود (2007). الاثار النفسية والاجتماعية لاسر ضحايا الحروب من العالم العربي ،دراسة مقدمة الى مؤتمر اثر الحروب والنزاعات على الاسرة العربية ، جامعة الدول العربية ، دمشق
2. ابوليلي، يوسف (1992). معضلات التكيف الاجتماعي للاجئين النازحين ، ندوة قضايا اللاجئين والنازحين ، 25 أكتوبر جامعة اليرموك ، اربد
3. ابوسخيلة ،عفيفة (2010). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة المدمرة منازلهم بمحافظة شمال غزة . كلية التربية جامعة الاقصى . عنزة .
4. اسماعيل .سارة فاضل موسى (2003) . الاثار النفسية على المرأة النازحة في المعسكرات النازحين بولاية شرق دارفور .
5. التقرير الوطني لحال التنمية البشرية (2009) . المؤلف الرئيس . امال شلاش ، الفريق الاساس : شمران العجيلي ، وتيرة الاوقاني وعلي الزبيدي وكرم محمد حمزة ، حسنت لطيف كاظم ، صباح توما ، مهدي العلق ، وزارة التخطيط والتعاون النمائي وبيت الحكمة . العراق ، المطابع المركزية . عمان
6. حمادي .يونس (1985). مبادئ علم الديمقراطية . مطبعة جامعة الموصل .
7. خليفات . عبد الفتاح والزعلول . عماد (2003) . مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية تربية محافظة كرك وعلاقتها ببعض المتغيرات . مجلة العلوم التربوية . 10 (3)
8. الرشيد .بشير صالح (1997) . استراتيجية المواجهة الشاملة ، ط1 ، مكتب الانماء الاجتماعي ، الكويت .
9. زهران ، حامد عبد السلام (1984) علم النفس الاجتماعي . عالم الكتب القاهرة .
10. السلطاني . ناجي كريم (1994) . الضغوط النفسية التي يتعرض لها المراهق العراقي وعلاقتها بعمره وجنسه ومفهوم الذات ومركز السيطرة . اطروحة دكتوراه غير منشورة - كلية التربية - ابن رشد . جامعة بغداد
11. شونج ، كلاوس وشرايكيه . بجرت (2006) . الكرب او الشدة النفسية (افكار نظريات - مشكلات) ترجمة الياس حاجوج ط (1) دار علماء الدين للنشر والتوزيع .
12. الصباح، امل يوسف (1986). البيانات الاحصائية لظاهرة الهجرة الدولية ، مجلة عالم الفكر ، المجلد (17) ، العدد (2) . الكويت
13. ضاري . ميسوت كريم (2012). تحمل ضغوط مابعد الاحداث الصدمية وعلاقتها بمركز التحكم وفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة . اطروحة دكتوراه غير منشورة . كلية التربية - جامعة بغداد .
14. طاهر . شوبو عبدالله (1998) . الضغوط النفسية لدى طلاب كلية التربية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية مجلة العلوم التربوية النفسية العدد (29) . تموز .

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

15. العجيلي . شذى عبد الباقي (2005) . دراسة مقارنة من الضغوط النفسية لدى الطلبة المسرعين في العراق ونظرائهم في الاردن . كلية التربى . جامعة بغداد
16. مايزر ، (1990) علم النفس التحريبي . ترجمة خليل ابراهيم ، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر .
17. محمد . صالح شبيب (2007) . المهجرين قسريا غرباء في الوطن دراسة ميدانية غير منشورة للاسر المهاجرة من مدينة كركوك الى معسكر تكريت .
18. مخيمر . عماد (1997) . الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي . وعلاقتها بظبوط الحياة واعراض الاكتئاب المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد (16) المجلة (7) .
19. المشعان . عويد سلطان (2004) . الضغوط النفسية . (النماذج التطبيقية ومهارات المواجهة من اجل النجاح . مكتبة دار العروبة للنشر والتوزيع . الكويت)
20. معروف . اعتدال (2001). مهارات مواجهة الضغوط في الاسرة ، في العمل ، في المجتمع . الرياض . الشقري .
21. هيلمان . هال (1974). مشكلة تضخم السكان . اخطر مشكلة تهدد عالم اليوم . ترجمة محمد بدر الدين خليل . دار المعارف . مصر .

المصادر الاجنبية

1. Bowser, Philip (2000) "Strees Management; Getting Stronger, Handling. The Load" Neatoday. 19(2).33
2. Charles .W.K.Et .Al (1987) Academic Stress Among And Mid Addessents In England And United States. Psychological Abst.
3. Hamilton, Vernon & David .M.Warburton.(1979); Human Stress And Communication On Information Processing Approach.
4. Janis,l.l & leventha, E(1968); Human reactions to stress.INE.f.Borgatta of w.wlombenrt.
5. Jansen, G(1969).Some Sociofogicaf Aspects of Migration. Cambridge University press.
6. Meichenbaum.D.H.Coping with stress.Newyork; plenum press 1991. Milligan, R.A.K, Burke, v, Beilin, L.J, Richards. J, Dunber D, Spencer, M, Balde, E, & Gracy, M. P (1997)Health-related Bahariors and Psycho. Social Charact eristics of 18 rear. Old Austalians. Social Science & Medicine, 45,1542-1562

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

مقياس الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين في العراق بصورته النهائية

تقوم الباحثة بدراسة تستهدف التعرف على الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة في محافظة صلاح الدين /العراق وتبعا لبعض المتغيرات ، لذا ترحو الباحثة تعاونكم معها بالاجابة على جميع الفقرات التالية بكل دقة وامانة وموضوعية وستسهم اجاباتكم بذلك في نجاح مهمة الباحثة بتمكنها من اعداد بحثها الحالي وحيث انه لا توجد اجابة صحيحة او خطأ لكل من هذه الفقرات فيرجى التعبير بكل حرية والاجابة اما ان تكون (تنطبق تماما او تنطبق او متردد او لا تنطبق اولاتنطبق تماما) .

وبالنظر لان البيانات المطلوبة سوف لا تستخدم الا لاغراض البحث العلمي فلا حاجة لذكر اسمك سوى تدوين المعلومات التالية :

الجنس : ذكر انثى

المستوى التعليمي : حاصل على الشهادة الثانوية..... يقرأ ويكتب

ت	الفقرات	تنطبق تماما	تنطبق	متردد	لا تنطبق	لا تنطبق تماما
1	اخاف من اصابتي برصاص الاقتتال					
2	اجد صعوبة في التفاهم مع الاخرين					
3	اشعر بالفقر المدقع					
4	يؤسفني عدم قدرتي التعايش مع هذه الظروف القاهره					
5	اعاني من مشكلات صحية ونفسية					
6	اشعر بالضيق في صدري في اغلب الاوقات					
7	اتمنى الموت جراء الوضع الراهن					
8	اعاني من الصعوبة في النوم بسبب قسوة الحياة					
9	احس بالتهديد والتوتر					
10	تنتابني نوبات من الصداع في الرأس					
11	اعاني من صعوبة الحصول على المستلزمات الضرورية للحياة					
12	يؤسفني ماتعرضنا له من مشاهد القتل والتدمير					
13	احاول الانتحار لعدة مرات					
14	اعتقد ان الله ايمتنح ايماني					

الضغوط النفسية لدى النازحين في مخيم الشهامة

في محافظة صلاح الدين في العراق

أ. ربا ابراهيم

ت	الفقرات	تنطبق تماما	تنطبق	متردد	لا تنطبق	لا تنطبق تماما
15	سيرتي وجود الاخرين لمساعدتي					
16	اتعرض للضغوط نفسية شديدة					
17	ارى ان الايام القادمة ستكون افضل					
18	يمكنني التكيف مع الوضع الجديد					
19	اتقبل كوني نازحا					
20	اشعر انني فقدت كل شئ					
21	اجد صعوبة في الاتصال بأسرتي					
22	اعتقد ان الحياة مستحيلة في ظل الظروف الحالية					
23	أؤمن ان بعد الشدة سأتي الفرج					
24	اقاوم من اجل اثباتي					
25	احاول التكيف مع الاحداث المؤلمة					
26	يؤسفي عدم ايجاد مأوى لاسرتي					
27	اعتقد عدم قدرتي على ضبط انفعالاتي					
28	اتحمل جميع الضروف القاسية برياطة جأش					
29	يؤسفي عدم السيطرة على مصادر الضغوط النفسية					
30	اخاف ان تطول مدة معاناتي نتيجة الحرب					
31	ارى بأني غيرراضي عن الوضع الحالي للنازحين					
32	اكاد افقد عقلي جراء عمليات النزوح					
33	تنتابني الكوابيس المرعبة من كثرة التفكير في احوال النازحين					
34	سأصبر بالرغم من عمليات النزوح الحالية					
35	تتركهم الهموم على جراء النزوح					
36	اشعر بالخوف من جراء الحوادث المؤلمة					