ISSN: 2663-5798 || Arab Journal for Scientific Publishing

الإصدار الثامن – العدد السادس والسبعون
تاريخ الإصدار: 2 – شباط – 2025م
www.ajsp.net

"الصدمة النفسية أثناء حرب طويلة الأمد، والقدرة على مواجهة الحادث الصادم وامتلاك القدرة على رؤية مستقبلية"

إعداد الباحث:

أمجد موسى

جامعة حيفا

كانون ثاني 2025

AJSP
المجلة العربية للنشر العلمي
ISSN: 2663-5798 || Arab Journal for Scientific Publishing
الإصدار الثامن – العدد السادس والسبعون
تاريخ الإصدار: 2 – شباط – 2025م
www.ajsp.net

ملخص:

هدفت هذه الدّراسة إلى فحص اضطراب كرب ما بعد الصّدمة وطرق المواجهة الأنجح لدى عيّنة من فلسطينيي الداخل اثناء حرب طوفان القدس (منذ اكتوبر 2023)، وعلاقتهم بالمتغيرات الآتية: الجنس، العمر، المستوى التّعليمي، الوضع الاجتماعي ومكان الإقامة. اتبعت الدّراسة المنهج الوصفي التّحليلي بهدف التّحقق من الفروض المصاغة. بلغت عينة الدّراسة (690)، (291) ذكور و(399) إناث. بعد التأكد من صدق وثبات اداة الدراسة، على مجتمع الدراسة من خلال الجهات الرسمية، وتم جمع البيانات منهم خلال فترة استمرت من (1.09.24 ـ01.11.24 م). وبعد جمع البيانات تم اجراء المعالجة الإحصائية المناسبة وفقاً لأسئلة الدراسة للوصول الى النتائج وتبويبها حسب الاجابة عن كل فقرة.

تمّ استخدام الأساليب الإحصائية الآتية: مقاييس التّشتت والنّزعة المركزية، اختبار "ت"، واختبار تحليل التّباين.

وقد بيّنت نتائج الدراسة نسبة مرتفعة باضطراب كرب ما بعد الصّدمة 76.6%، ووجود فروق دالة إحصائياً على مستوى الدّرجة الكليّة لمقياس اضطراب كرب ما بعد الصّدمة تبعاً لمتغير مكان الإقامة صالح منطقه الجليل والجولان، وظهر عدم وجود فروق دالّة إحصائياً على مستوى الدّرجة الكليّة لمقياس اضطراب كرب ما بعد الصّدمة تبعاً لمتغير العمر (أقل من 20 سنة، من 20–40 سنة، من 40–60 سنة، 60 سنة وما فوق). كذلك بيّنت النّتائج أنّ الأفراد ذوي المستوى التّعليمي الابتدائي وما دون هم الأكثر معاناة من اضطراب كرب ما بعد الصّدمة مقارنةً بأقرانهم الأكثر تعلّماً في المجموعات الأخرى. كما أظهرت النّتائج قدرة مرونة للتعامل مع اضطراب ما بعد الصدمة لدى الساكنين في منطقة المركز مقارنة مع المجموعات الأخرى، ووجود فروق دالّة إحصائياً على مستوى القدرة على النظر بالأحداث وتخطيها تبعاً لمتغير مدى التدين (متدين، ملتزم، علماني، آخر). بينت النتائج قدرة مرونة أكثر لدى سكان المدن الساحلية في التعامل مع الاحداث والقدرة على النظر لمستقبل أفضل مقارنة مع سكان الجليل والمناطق الحدودية.

الكلمات المفتاحية: اضطراب كرب ما بعد الصّدمة، طوفان الأقصى، طرق مواجهة ، مرونة والقدرة على مواجهة الحادث الصادم.

المقدمة:

يتعرض الإنسان خلال مسيرة حياته إلى العديد من المواقف الضاغطة التي تتضمن تجارب غير مرغوب فيها وأحداث تحمل معها مصادر متنوعة للتوتر وعوامل الخطر في مختلف مجالات الحياة. تُسهم هذه الضغوط في ظهور أمراض نفسية وجسدية، حيث تُعدّ الأحداث الضاغطة عوامل نفسية واجتماعية تؤدي إلى اختلال الصحة النفسية للفرد. وترتبط الضغوط بمختلف أحداث الحياة اليومية، سواء كانت نابعة من العمل أو الأسرة أو ناجمة عن أزمات أكبر كالنزاعات والحروب. وتظهر آثار هذه الضغوط في شكل مشكلات نفسية واجتماعية مثل العزلة، الاكتئاب، والاضطرابات السلوكية، فضلاً عن أعراض جسدية متنوعة (دويدار، 2017؛ أبو زعيزع، 2013).

في السياق الفلسطيني، حيث يتعرض الأفراد لصدمات متكررة بفعل الاحتلال والنزاعات المسلحة، ترتفع معدلات الإصابة باضطرابات نفسية مثل اضطراب كرب ما بعد الصدمة .(PTSD) أظهرت الدراسات أن الفلسطينيين يعانون من هذه الاضطرابات بمعدلات تفوق المتوسط العالمي بثلاثة أضعاف بسبب التعرض المستمر للعنف والتهجير. وتُعتبر الأطفال الفئة الأكثر تضرراً، حيث يعانون من الخوف المستمر، الكوابيس، وانعدام الأمان، كما وثّقت تقارير اليونيسف حول غزة. تشير الأبحاث أيضًا إلى أن الأفراد في المناطق الحدودية أو

ذات الخدمات المحدودة يعانون مستويات أعلى من الصدمات مقارنة بالمقيمين في المدن الساحلية أو المركزية، الذين يتمتعون بمرونة نفسية أكبر بسبب توفر شبكات الدعم الاجتماعي والخدمات الصحية (WHO, 2015)؛(MSF, 2023).

أيضا من الدراسات لتأثير الحوادث الضاغطة على الأطفال أولًا، دراسة (غنام، 2014) التي بحثت أثر الصدمات على فئة المراهقين الفلسطينيين الذين تعرضوا للحرب في غزة وعلاقتها بظهور اضطرابات ما بعد الصدمة، القلق، وطرق التأقلم لدى المراهقين مع الأزمات، بينت نتائج الدراسة أن متوسط الأحداث الصادمة التي تعرض لها المراهقين في غزة 13.34، منها 90.8% مشاهدة صور لأجساد مشوهة عبر التلفاز، 88.5% مشاهدة آثار القصف، 86% سماع أصوات الطائرات الحربية. كان متوسط القلق عند فئة المراهقين 41.18، مقياس الوسواس القهري 8.90، قلق عام 4.46، الرهاب الاجتماعي 6.99، الخوف من الإصابات الجسدية 5.48، الخوف من الأماكن المكشوفة 5.4، سجلت الإناث معدل قلق أعلى من الذكور، أيضا أظهرت الإناث اضطرابات ما بعد الصدمة بنسبة اعلى من الذكور. كذلك، كشفت الدراسة عن طرق المواجهة التي استخدمها المراهقين لمواجهة الصدمات منها بناء علاقات اجتماعية داعمة، الوجود بالقرب من الأصدقاء، والاشتراك بفعاليات حركية.

كما وجد حامد (2016) في دراسته "ضغط ما بعد الصدمة وآثاره النفسية والاجتماعية على الطفل الفلسطيني"، ركز على الأطفال في منطقة جنين المتأثرة بالاجتياحات الإسرائيلية. أظهرت الدراسة أن 61.5% من الأطفال يعانون من الأرق والقلق كأبرز مظاهر الاضطرابات النفسية. ومن الناحية الاجتماعية، تبين أن 36.3% من الأطفال يتوجهون نحو ألعاب العنف والعدوان، بينما 5.32% يميلون إلى التفكير بالقتل والانتقام، مع وجود فروق واضحة بناءً على العمر، الجنس، ومكان الإقامة. وأكدت النتائج أن الترقب والخوف من المجهول يُعتبران من أبرز السمات النفسية للأطفال، خاصة في المناطق الأكثر عرضة للعنف.

أما دراسة يونس وآخرون(2020) ، فقد تناولت الأثر التراكمي للعنف على الأطفال الفلسطينيين في مناطق النزاع مثل القدس والجليل. أظهرت النتائج أن الأطفال الذين يتعرضون للعنف المستمر يعانون من معدلات اكتئاب تصل إلى 40% واضطرابات نوم بنسبة 50%. كما ارتفعت السلوكيات العدوانية والتوجه نحو العنف بين الذكور مقارنة بالإناث، بينما كانت مشاعر الخوف والإحباط أكثر بروزاً لدى الأطفال في المناطق الحدودية مقارنة بالمناطق الحضرية. هذه الدراسات تسلط الضوء على حجم التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهها الأطفال الفلسطينيون، مما يعزز الحاجة إلى تدخلات عاجلة لتعزيز الصحة النفسية لديهم، وتوفير بيئة آمنة تخفف من حدة آثار الصدمات المتكررة.

بالمقابل هدفت دراسة (ثابت، 2018) إلى التعرف على أثر الصدمات النفسية على الأطفال اليتامى في غزة الذين تعرضوا للحرب وعلاقة أعراض ما بعد الصدمة على النمو ما بعد الصدمة. تكونت العينة من 83 طفل من مؤسسة الأمل، استخدمت الدراسة مقياسا للأحداث الصادمة التي تعرض لها الأطفال، مقياس اضطرابات ما بعد الصدمة، مقياس النمو بعد الصدمة. توصلت نتائج الدراسة أن49.4% من الأطفال لم يكن لديهم اضطرابات ما بعد الصدمة، 32.5% سجلوا اضطرابات ما بعد الصدمة بشكل جزئي، 18.1% سجلوا أعراض عالية لاضطرابات ما بعد الصدمة. الأطفال في المجموعة المتوسطة (12–14) عام سجلوا أعراض عالية لما بعد الصدمة خلافا للأطفال الأصغر والأكبر في المجموعات الأخرى. اما عن طرق مواجهة الصدمات فقد بينت النتائج أن 78.3% من الأطفال ساعدهم الايمان والمعتقدات الدينية في تخطي الصدمة، 70.7% ساعدهم الدعم الاجتماعي على تخطي الصدمة، اما متوسط القدرة على النمو ما بعد الصدمة للعينة فقد كان 25.27، وكانت هناك علاقة إيجابية بين عدد الأحداث الصادمة التي يتعرض لها الفرد

في الحرب وبين ظهور اضطرابات ما بعد الصدمة. لم يكن هناك علاقة دالة احصائيا بين ظهور اضطرابات ما بعد الصدمة PTSD وبين النمو ما بعد الصدمة PTG. اوصت الدراسة بالتدخل الحكومي للمؤسسات الرسمية والغير الرسمية لوضع برامج علاجية لتحسين وضع الأطفال، وإعطاء التدريب اللازم لمرافقي الأطفال للتمكن من التعامل مع الأطفال مع اضطرابات ما بعد الصدمة.

كما وتحدثت دراسة (باسل وآخرون، 2020) الى التحقق في مدى انتشار وطبيعة الحدث الصادم واضطراب ما بعد الصدمة والتحقق في كيفية توقع الحدث الصادم لاضطراب ما بعد الصدمة عند الاخذ بعين الاعتبار العوامل الديموغرافية والحالة الاقتصادية بين الأطفال والمراهقين الفلسطينيين في قطاع غزه. الطريقة: تكونت عينة البحث من 1029 طالبا تتراوح أعمارهم بين 17–11 عاما. 533 (51.8%) طالبة و496 (28.2%) ذكور. تم استخدام مقياس قائمة مراجعة الاحداث الصادمة للحرب ومقياس اضطراب اعراض ما بعد الحرب. أظهرت النتائج، تعرض غالبيه الأطفال والمراهقين صدمة شخصيه 88.4,% وشاهدوا صدمات لأخرين 83% وشاهدو تدمير للممتلكات 88.3,% خلال الحرب.

في دراسة أخرى (عيتاني وآخرون، 2017) التي هدفت الى التعرف على أثر حوادث الحرب الصادمة على الصحة النفسية للأطفال والمراهقين في العالم العربي، استخدمت الدراسة أسلوب مراجعة الأدبيات حول تأثير التعرض للحرب على الصحة العقلية للأطفال المراهقين في جميع الدول العربية التي تعرضت لحروب حتى عام 2014 باستخدام محركات البحث PSYCINFOو PUBMED. تضمن المراجعة ما مجموعه 67 مقالا، 7 من العراق، 1 من الأردن، 9 من الكويت، 9 من لبنان، 35 من فلسطين، 2 من الصومال، 3 من السودان، 1 من سوريا. بينت النتائج أن هناك ارتباط إيجابي بين شدة التعرض لأحداث الحرب الصادمة ومعدلات شدة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، والاكتئاب، المشاكل السلوكية، وأعراض نفسية أخرى. وايضا واثبتت دراسة لمنظمة "يمن لإغاثة الأطفال" أن أطفال صنعاء وعدن أبانوا عن ارتفاع مهول في مشاعر الخوف وانعدام الأمن والقلق والغضب، حيث عانى 31% من الأطفال في الدراسة أعراضاً جسدية – بما في ذلك الصداع وآلام الصدر والبطن والإرهاق – والتي اعتبرها الباحث مؤشرات على وجود ضائقة نفسية وقد لاحظت دراسة المنظمة تمايزاً واضحاً في شدة الأعراض النفسية بين المحافظات، يعادل تقريباً كثافة النزاع في مختلف المناطق. فوفقاً للدراسة عند تقييم حالة أطفالهم، أفاد الآباء أن 5% من الأطفال يعانون من التبول اللاإرادي، و2% عادوا إلى التأتأة، و47% يعانون من اضطرابات النوم، و24% لديهم صعوبة في التركيز، و17% يعانون من نوبات هلع". (2017–2016Mar)

مما تقدم تُعد الصدمة النفسية من أبرز الآثار الناتجة عن النزاعات المسلحة، وتحديداً في السياق الفلسطيني حيث يتعرض الأطفال لاضطرابات نفسية واجتماعية جراء الصدمات المتكررة الناتجة عن الحروب والاعتداءات. تناولت الدراسات السابقة هذه الظاهرة من جوانب متعددة، لتسليط الضوء على معدلات انتشار الصدمة وآثارها على الأطفال الفلسطينيين. ركزت دراسة (ثابت وآخرون 2001) على تحليل معدل انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة (PTSD) بين الأطفال الفلسطينيين، إلى جانب تقييم ردود الفعل النفسية وعوامل الصمود. اشتملت العينة على 386 طفلاً فلسطينيًا، وأظهرت النتائج أن 12.4% منهم معرضون لخطر الإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة. لم تسجل الدراسة فروقاً ملحوظة بين الجنسين في الإصابة بالاضطراب، لكنها أظهرت ارتفاعًا ملحوظًا في معدلات الإصابة بين الأطفال الأصغر سناً مقارنة بالأكبر. كما تبين وجود ارتباط وثيق بين ارتفاع درجات PTSD وزيادة التعرض للأحداث الصادمة، مما يعكس الأثر التراكمي للحروب على الصحة النفسية للأطفال.

كذلك تناولت دراسة (قوته، 2002) العلاقة بين الخبرات الصادمة والنشاط المعرفي والعاطفي لدى الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة. أجريت الدراسة على عينة مكونة من 108 أطفال تتراوح أعمارهم بين 11 و12 عامًا، وأظهرت النتائج أن زيادة التعرض للعنف والخبرات الصادمة يؤدي إلى ضعف القدرات الإدراكية والعقلية، بما في ذلك مشكلات في التركيز والذاكرة. كما كشفت عن تأثير الخبرات الصادمة على المستوى العاطفي، حيث ترتبط بارتفاع مستويات العصاب والمخاطرة. وأظهرت الدراسة أيضًا أن تراجع الموارد العقلية والإبداعية لدى الأطفال يزيد من احتمالية مواجهتهم مشكلات في التكيف النفسي والاجتماعي.

دراسة (حجازي، 2004)هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة ما بين الخبرة الصادمة واضطراب ما بعد الصدمة وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى، وكذلك التعرف على تأثير بعض المتغيرات كالجنس والعمر وحالة آباء أطفال العينة في أعراض الاضطراب، وبعض سمات الشخصية (كالعصاب، والقلق، والاكتئاب، والانبساط) وقد تكونت عينة الدراسة من ثلاث مجموعات وهي: أطفال شهداء انتفاضة الأقصى من سن(9 –14) سنة والأطفال اليتامى العاديين والأطفال العاديين غير اليتامى، وكان قوام العينة(176) طفلاً وكانت أهم النتائج: عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الأطفال الذين يقيمون في محافظة غزة وباقي محافظات القطاع بالنسبة للخبرات الصادمة، توجد فروق بين الذكور والإناث بالنسبة لدرجة الخبرات الصادمة صالح الذكور.

مما تقدم، تهدف الدراسة الحالية لحتلنة النتائج بخصوص كرب ما بعد الصدمة وطرق المواجهة الأنجح في فلسطين التاريخية، بما في ذلك بين فلسطيني الداخل. تعتبر هذه الدراسة الأولى من نوعها في تشخيص كرب ما بعد الصدمة بعد حرب طوفان الاقصى، وعرض طرق مواجهة الحرب والتعامل معها والقدرة على النظر قدما بعد انتهائها حيث تعتبر هذه مرونة في التعامل مع الحدث الصادم.

يتفق هذا البحث مع دراسة (Munjiza وآخرون 2017)، التي هدفت إلى تحليل العلاقة بين الصدمات النفسية والتأثيرات طويلة الأمد على الأفراد في جنوب كرواتيا، بعد مرور خمسة عشر عامًا على حرب 1991–1995. وقد تناولت الدراسة تأثير الصدمات الحربية على الأشخاص الذين يعانون من مشكلات شخصية مقارنةً بأولئك الذين لا يعانون من صعوبات شخصية. باستخدام منهج دراسة الحالة، شملت العينة 268 مشاركًا، منهم 182 حالة سجلت درجات إيجابية على مقياس اضطراب الشخصية الدولي(IPDE) ، و86 حالة ضابطة. تم تقييم شدة الصدمات المرتبطة بالحرب باستخدام مقياس أحداث الصدمات في هارفارد(HTQ) ، الذي صنف الأحداث ككارثية وفقًا لتوصيف ICD–10. أظهرت النتائج أن الحالات التي سجلت درجات إيجابية على مقياس IPDE كانت أكثر عرضة بمقدار ثماني مرات للإبلاغ عن تعرضهم لصدمات شديدة مرتبطة بالحرب مقارنةً بالحالات الضابطة، كما زادت هذه الارتباطات بعد تعديل العوامل الديموغرافية. علاوة على ذلك، كان الاكتئاب والقلق واضطراب ما بعد الصدمة أكثر شيوعًا بين الأفراد الذين تعرضوا لصدمات شديدة، مما يبرز التأثيرات النفسية المستمرة التي قد تستمر لسنوات بعد الصدمة.

أما في السياق الفلسطيني، فقد أظهرت بيانات وزارة الصحة الفلسطينية (2006–2009) أن 36% من الأفراد الذين توجهوا لتلقي خدمات نفسية كانوا يعانون من اضطرابات عصابية، 31% من اضطرابات عاطفية، و27% من اضطرابات ذهانية وفصامية. هذه الإحصاءات تشير إلى التأثيرات العميقة التي يتركها التعرض للصدمات النفسية في المجتمعات التي عانت من صراعات مستمرة.

وفيما يتعلق بأساليب المواجهة، تشير دراسة بني يونس (2005) إلى فعالية أسلوب الاسترخاء العضلي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى الطلبة المصابين في الجامعة الأردنية. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هذا الأسلوب كان له تأثير إيجابي مستمر على

تقليل الأعراض النفسية، مما يسلط الضوء على أهمية استراتيجيات التدخل المبكر في مواجهة الأعراض النفسية الناتجة عن الحروب. كما أظهرت دراسة عبد العزيز (2015) انتشار الاضطرابات السيكوسوماتية بين المراهقين الفلسطينيين في قطاع غزة الذين تعرضوا للصدمات النفسية. وجدت الدراسة علاقة طردية بين التعرض للأحداث الصادمة وزيادة الاضطرابات السيكوسوماتية، مما يعكس الحاجة إلى استراتيجيات فعالة لمواجهة الأثر النفسي للصدمات في هذه الفئة العمرية.

مما ذكر أعلاه يمكن التأكيد على تأثير الحوادث الضاغطة والحروبات على الأطفال والبالغين على حد سواء في كرب ما بعد الصدمة، ووفق المعلومات المتوفرة لدينا قلة هي الأبحاث الشاملة لفحص التأثير على الأطفال والبالغين لدى فلسطيني الداخل خاصة. سيساهم هذا البحث في الكثير من المعلومات والإحصائيات أولا ومن ثم الوقوف عند طرق المواجهة آخذين بالحسبان طرق المواجهة الفردية وأيضا تلك المجموعاتية وفق مكان الإقامة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

أصبحت التهديدات الأمنية والصدمات النفسية الناتجة عن الحروب والأحداث الراهنة محورًا رئيسيًا للعديد من الدراسات في مجالات العلوم السياسية والاجتماعية والنفسية. يعود ذلك إلى التقدم الهائل في مجالات التكنولوجيا الحربية والاتصالات، إضافةً إلى تطور الأسلحة والدمار الشامل، فضلاً عن الغزو الثقافي والتغيرات المتسارعة التي تشهدها المجتمعات، وخاصة الأراضي الفلسطينية. كما أن ظهور العولمة بكل أبعادها الثقافية والاجتماعية والسياسية والاقتصادية أضاف تحديات جديدة تهدد المجتمعات، مما يزيد من خطورة التهديدات والصدمات النفسية التي تواجهها الأسر في المناطق المتأثرة.

إن هذه الظروف تجعل دراسة الظاهرة ضرورة ملحة، وهو ما دفع لاختيار موضوع الدراسة الحالية بناءً على عدة مبررات رئيسية، منها: كثرة التهديدات التي تواجه سكان المناطق المتضررة، وأهمية دراسة الصدمات النفسية وسبل مواجهتها والحد منها بالنسبة لهذه الفئة، لما لها من دور حيوي في دعم ومساندة الأسر المتضررة جراء الحرب المستمرة منذ أكتوبر 2023. كما أن قلة الدراسات المنجزة في هذا المجال، وقلة المعلومات المتوفرة حول تأثير الأزمات المتكررة على صحة الأفراد النفسية في مناطق فلسطيني الداخل، يشكل تحديًا يستدعي البحث والدراسة المتعمقة. وبالتالي، فإن هذا البحث يكتسب أهمية كبيرة في تعزيز الأمن والسلام النفسي لأهالي المناطق المتضررة، مع ما يمكن أن تحققه نتائج هذه الدراسة من فائدة للمؤسسات الحكومية والخاصة العاملة في المجال النفسي والتنموي، بما يسهم في تطوير استراتيجيات دعم فعالة لهذه الفئة.

وقد جاءت هذه الدراسة للتعرف الى تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، ومحاولة تشخيص طرق المواجهة وبناءً عليه ستحاول هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق بعد حرب مستمرة في عدة جهات كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية؟

السؤال الثاني: ما هي طرق المواجهة لحرب مستمرة والصدمات النفسية؟

السؤال الثالث: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة لطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية باختلاف (نوع الجنس، الحالة الاجتماعية، الثقافة، الوضع المهني، الديانة، مدى التدين، القومية، مكان السكن، العمر)؟

السؤال الرابع: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) بين حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية وطرق المواجهة تلك التحديات؟

فروض الدراسة:

- الفرضية الاولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغيرات (نوع الجنس، الديانة، الحالة الاجتماعية، الثقافة، الوضع المهني، مدى التدين، القومية، مكان الاقامة، العمر).
- الفرضية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة للطرق الأنجح لمواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغيرات (الجنس، الديانة، الحالة الاجتماعية، الثقافة، الوضع المهني، مدى التدين، القومية، مكان الاقامة، العمر)

هدف الدراسة:

- سعت الدراسة للتعرف على: مستوى اضطراب كرب ما بعد الصدمة وطرق أخرى لمواجهة الصدمات النفسية: القدرة على مواجهة الحادث الصادم وامتلاك القدرة على رؤية مستقبلية.

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

تأتي أهمية هذه الدراسة نظرياً من عوامل متعددة، أهمها:

1. تسليط الضوء على موضوع مهم وخطير في الاراضي الفلسطينية وهو تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، ومحاولة امتلاك قدرة على روية الحادث الصادم ورؤية مستقبلية لتطوير مرونة لدى الأفراد في مواجهة الأحداث الصادمة، إذ أن هذه الدراسة تتناول موضوع لم يتم التطرق والبحث فيه من قبل –حسب علم مدير البحث–، مما يجعلها تشكل قاعدة معلوماتية للباحثين فيما بعد، قد تسهم في إضافة متواضعة للأدب النظري في هذا المجال.
2. يمكن أن تسهم الدراسة في إثراء الموضوع من وجهة النظر المعرفية لفهم طبيعة متغيرات الدراسة والعلاقة بينها.
3. تشكل هذه الدراسة إطاراً نظرياً للدراسات اللاحقة، وبخاصة في موضوع الدراسة.

الأهمية التطبيقية:

أما من الناحية التطبيقية، فإن أهمية الدراسة الحالية تتمثل في:

1. الوقوف على واقع تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، ومحاولة تشخيص الطرق الأنجح للمواجهة.
2. تقديم المقترحات والتوصيات التي من شأنها أن تنمي وتعزز الصحة النفسية لدى الاهالي المتضررين.
3. توفير بيانات وصفية تساعد في بناء أي برامج نفسية وإرشادية تهدف الى العمل على خفض مستوى الصدمات النفسية، وزيادة حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق المتضررة من الاحداث الاخيرة في الاراضي الفلسطينية قاطبة.

محددات الدراسة

محددات زمانية: طبقت هذه الدراسة في شهر سبتمبر حتى نوفمبر من سنة 2024 م.، اثناء حرب طوفان الأقصى والحرب مع حزب الله في المناطق الشمالية.

محددات مكانية: طبقت الدراسة على مناطق كثيرة التهديدات الامنية في: (المناطق الحدودية، الجليل، هضبة الجولان، حيفا، منطقة الساحل الشمالي " بين عكا ونهريا "، منطقة المركز " بين خضيرة وجديرة "، منطقة القدس، الضفة الغربية، النقب الشمالي " بين جديرة وبئر السبع "، النقب الجنوبي " إيلات والعرافا) .

محددات المفاهيم: اقتصرت هذه الدراسة على المفاهيم والمصطلحات الواردة في هذه الدراسة.

محددات الإجرائية: اقتصرت الدراسة على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

كما أن تعميم نتائج الدارسة الحالية مقيد بدلالات صدق وثبات الأدوات المستخدمة، ومدى الاستجابة الموضوعية لأفراد عينة الدراسة على هذه الأدوات من جهة، وعلى مجتمعات مشابهة لمجتمع الدراسة من جهة أخرى.

الطريقة والإجراءات:

منهـج الدراسـة: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة التي تهدف الكشف عن تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، ومحاولة تشخيص الطرق الأنجح للمواجهة.

مجتمع الدراسـة: تكون مجتمع الدراسة من كافة اهالي المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية، والمتواجدين في الداخل الفلسطيني، والبالغ عددهم (1.7) مليون فردا في اراضي 1948، وذلك حسب بيانات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني في نهاية العام 2020 م.

عينـة الدراسـة: تكونت عينة الدراسة من (690) فرد من مجتمع الدراسة، جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة.

المتغير	الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
نوع الجنس	إمراه	399	60.0
	رجل	291	40.0
	المجموع	690	100.0
ثقافتك	ابتدائية	79	9.2
	ثانوية	188	27.6
	جامعية	247	37.6
	مهنية	176	25.6
	المجموع	690	100.0
مدى التدين	ملتزم جدا	294	44.2
	تقليدي	328	50.0
	علماني	68	5.8
	المجموع	690	100.0

أدوات الدراسة:

الاستبانة:

قام الباحث بتصميم اداة الدراسة بعد الاطلاع على الادب النظري والدراسات السابقة التي تناولت تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، ومحاولة تشخيص طرق المواجهة، ومنها دراسة ثابت (2018) ودراسة أبو غيث (2016) واشتملت اداة الدراسة على ثلاثة أجزاء: الأول: تناول ردود الفعل للحدث الصادم، والثاني تناول تضمن حالات مواجهة الحرب أو أي حادث أمني وأخيرًا الجزء الثالث تضمن خصائص عينة الدراسة في ضوء المتغيرات الشخصية (جدول 1). حيث اشتملت الاداة على (37) فقرة موزعة على مجالين.

يمكن للمستجيب اختيار الاستجابة التي تتناسب مع رؤيته كما يلي:

المجال الأول: (تقريبًا كل وقت (3)، مرتين في الأسبوع (2)، مرة في الأسبوع (1)، ولا مرة (0))، وبذلك تكون الدرجة الصغرى (0) والدرجة الكبرى (51). حيث تعتبر علامة بين 40–51 صدمة نفسية مستعصية وبين 34–39 صدمة نفسية صعبة، من 17–33 صدمة نفسية وأقل من ذلك لا توجد صدمة.

المجال الثاني: (الى أقصى درجة (6)، درجة كبيرة للغاية (5)، درجة كبيرة (4)، درجة متوسطة (3)، درجة قليلة (2)، درجة قليلة جدا (1)، لم يوثر البتة (0))، وبذلك تكون الدرجة الصغرى (0) والدرجة الكبرى (120). يشمل هذا البند طرق المواجهة التي تتعلق بإمكانية التقدم قدمًا بعد الحادث وتشمل 12 بندًا ((Forward Focus(A)، وطرق المواجهة التي تتعلق بالقدرة على التعامل بالحادث ويشمل 8 بنود((Trauma Focus(B) ، وعليه تعرف مرونة المواجهة على أنها الفرق بين حاصل جمع البندين ناقص حاصل طرحهما، (Flexibility= A+B–(A–B)).

صدق الأداة: تم التحقق من صدق الأداة من خلال:

1. صدق المحكمين: حيث تم عرضها بصورتها الاولية على مجموعة من السادة المحكمين والخبراء في المجال وعددهم (15) من ذوي الاختصاص في الجامعات الفلسطينية والمؤسسات ذات الصلة، حيث تم الطلب منهم تحكيم فقرات الأداة؛ وذلك للتأكد من ملائمة الفقرات لمجالاتها ووضوحها والتعديل، وقد تم الأخذ بملاحظاتهم واعتماد المجالات والفقرات حيث اجمع المحكمون على ان الاداة صالحة لقياس الغرض التي وضعت لأجله.
2. صدق الاتساق الداخلي: حيث تم تطبيق الاستبانة على (30) فرد استطلاعيًا من خارج عينة الدراسة، ومن ثم تم احتساب معاملات الارتباط بين كل فقرة واجمالي المجال الخاص بها وكذلك المجالات وإجمالي الاستبانة ككل، وقد جاءت جميع قيم الاتساق الداخلي دالة احصائيًا مما يزيد من اطمئنان الباحث نحو الأداة ويؤكد صلاحيتها ومناسبتها للدراسة.

ثبات أداة الدراسة: للتأكد من ثبات أداة الدراسة تم استخدام معادلة (كرونباخ ألفا) والتجزئة النصفية على جميع مجالات المقياس والمقياس ككل، الجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2): معاملات كرونباخ ألفا والتجزئة النصفية الخاصة بمجالات المقياس والمقياس ككل

مجالات مقياس	معامل كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية
الأول	0.97	0.9703
الثاني	0.98	0.984
الدرجة الكلية للمقياس	0.967	0.99

يظهر من جدول (2) أن معاملات كرونباخ ألفا لمجالات المقياس وللمقياس ككل ومعاملات التجزئة النصفية لمجالات المقياس وللمقياس ككل جاءت قيم كبيرة ودالة، وهي قيم مقبولة لأغراض تطبيق الدراسة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول: ما مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية؟ للإجابة عن السؤال الأول تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات الفرعية والمقياس ككل. أظهرت النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الاول أن مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية جاء (76.6%) للمجال ككل .

والجدول التالي (3) يبين تصنيف الصدمات النفسية حسب نوع الإقامة حيث صنفت حسب (صدمة مستعصية من 40–51، صدمة نفسية صعبة من 34– 39، صدمة نفسية من 17–33)

جدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ونوع الصدمة حسب مكان الاقامة

المنطقة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نوع الصدمة
الجليل	197	35.55	11.82	صعبة
هضبة الجولان	122	39.82	10.67	صعبة
منطقة حيفا	87	33.23	11.02	صعبة
الساحل الشمالي (بين راس الناقورة وعكا)	138	32.2	10.32	صعبة
منطقة مركز البلاد	79	20.41	15.03	ليست صدمة
النقب الشمالي	67	10.10	15.99	ليست صدمة

من الجدول أعلاه، يتضح أنه، تم تشخيص صدمة نفسية صعبة في كل من الجولان، الجليل، حيفا والساحل الشمالي، حيث كانت أعلاها في الجولان. بينما في كل من منطقة النقب الشمالي ومنطقة المركز، لم يتم تشخيص صدمة نفسية.

عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني: ما طرق "لمواجهة التهديدات الامنية والصدمات النفسية؟ للإجابة عن السؤال الثاني تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع المجالات الفرعية والمقياس ككل، أظهرت النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني أن مستوى طرق المواجهة للتهديدات الامنية والصدمات النفسية جاء (77%) للمجال ككل. أي أن القدرة على مواجهة الحادث الصادم وامتلاك القدرة على رؤية مستقبلية تُساعد في مواجه الصدمة بشكل واضح.

الإصدار الثامن – العدد السادس والسبعون
تاريخ الإصدار: 2 – شباط – 2025م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798 || Arab Journal for Scientific Publishing

والجدول التالي (4) يبين مستوى طرق المواجهة الصدمات النفسية حسب نوع الإقامة

المنطقة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
الساحل الشمالي (بين رأس الناقورة وعكا)	138	92.00	25.19	60.00%
منطقة مركز البلاد	79	98.23	17.24	70.20%
منطقة حيفا	87	90.92	19.85	75.77%
الجليل	197	72.00	22.05	73.93%
هضبة الجولان	122	88.71	17.56	81.86%
النقب الشمالي	67	77.70	31.81	64.75%

من الجدول أعلاه، يتضح ان الفلسطينيين في الجليل والنقب أقل مرونة من فلسطيني الساحل والمركز. تعرف المرونة على انها الفرق بين جمع قدرة مواجهة الحادث والنظر قدما والفرق بينهما. قدرة المرونة= القدرة على النظر قدما + القدرة على النظر على الحادث – (القدرة على النظر قدما – القدرة على النظر بالحادث).

في تحليل موسع تبين ان فلسطيني الجليل استصعبوا في النظر قدمًا بعد الحرب والحوادث الأخيرة، مقارنة مع فلسطيني الساحل والمركز. وأيضًا تبين لديهم صعوبة أكثر في النظر على الحادث نفسه.

والجدول التالي (5) يبين مستوى طرق المواجهة للصدمات النفسية حسب تصنيفات العمر

العمر	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
أقل من 20	173	88.8	12.8	74.00%
18–40	351	94.7	19.7	78.92%
40 – 60	127	92.3	21.1	76.92%
أكبر من 60	39	83.6	12.5	69.67%

من الجدول أعلاه، يتضح ان الشبيبة (أقل من 20 عاما) مع مرونة للتعامل أقل من البالغين دون فارق واضح مع الأكبر من 60 عامًا. في تحليل موسع تبين ان الأطفال استصعبوا في النظر قدمًا بعد الحرب والاعتداءات الأخيرة، مقارنة مع البالغين.

عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة للطرق المواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية باختلاف (نوع الجنس، الحالة الاجتماعية، الثقافة، الوضع المهني، الديانة، مدى التدين، القومية، مكان السكن، العمر)؟ للإجابة عن هذا السؤال، قام الباحث بالتحقق من صحة الفرض الذي ينص على: " يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة للطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغيرات (نوع الجنس، الديانة، الحالة الاجتماعية، الثقافة، الوضع المهني، مدى التدين، القومية، مكان الاقامة، العمر)"، وذلك وفقًا للتالي:

- متغير (الوضع المهني): حيث استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي والجدول التالي يبين النتائج:

جدول (6). تحليل التباين بين متوسطات طرق المواجهة لمتغير الوضع المهني

المقياس	موضع التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	ف	sig	الدلالة الإحصائية
طرق مواجهة الصدمات	بين المجموعات	**7463.50**	4	1865.875	4.4	0.002	دالة عند 0.01
	داخل المجموعات	**248077.49**	585	424.064			
	الإجمالي	**255540.99**	589				

يتضح من الجدول (6): أن القيمة (Sig) جاءت أصغر من 0.05 وهي دالة بمعنى نرفض الفرض الصفري، ونقبل الفرض البديل الذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة للطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير (الوضع المهني).

وللتحقق من اتجاه الفروق استخدم الباحث اختبار شيفيه الذي أظهر فروقات ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة للطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير الوضع المهني بين (آخر وطالب) وصالح (آخر).

متغير (مكان الاقامة): حيث استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي والجدول التالي يبين النتائج:

جدول (7). تحليل التباين بين متوسطات الطرق الأنجح لمواجهة الصدمات لمتغير مكان الإقامة

المقياس	موضع التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	ف	sig	الدلالة الإحصائية
الطرق الأنجح لمواجهة الصدمات	بين المجموعات	23686.32	7	3383.761	8.494	0.0005	دالة عند 0.01
	داخل المجموعات	231854.7	582	398.376			
	الإجمالي	255541	589				

يتضح من الجدول (8): أن القيمة (Sig) جاءت أصغر من 0.05 وهي دالة بمعنى نرفض الفرض الصفري، ونقبل الفرض البديل الذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة لطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير (مكان الاقامة). للتحقق من اتجاه الفروق استخدم الباحث اختبار شيفيه الذي بين فروقات ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة لطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير مكان الإقامة بين (منطقة المركز، النقب الشمالي، الجليل وهضبة الجولان) لصالح (الجليل وهضبة الجولان).

- متغير (العمر): حيث استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي والجدول التالي يبين النتائج:

جدول (8). تحليل التباين بين متوسطات طرق مواجهة الصدمات لمتغير العمر

المقياس	موضع التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط المربعات	ف	sig	الدلالة الإحصائية
طرق مواجهة الصدمات	بين المجموعات	**4621.05**	3	1540.349	3.597	0.013	دالة عند 0.01
	داخل المجموعات	**250919.94**	586	428.191			
	الإجمالي	**255540.99**	589				

يتضح من الجدول (8): أن القيمة (Sig) جاءت أصغر من 0.05 وهي دالة بمعنى نرفض الفرض الصفري، ونقبل الفرض البديل الذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة لطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير العمر.

وللتحقق من اتجاه الفروق استخدم الباحث اختبار شيفيه، حيث تبين فروق ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) في تقديرات عينة الدراسة لطرق مواجهة الصدمات في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية تعزى لمتغير العمر بين (أقل من 20، من20–40) وصالح فئة (20–40)

السؤال الرابع: الذي ينص على: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) بين حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية وطرق مواجهة تلك التحديات؟

للإجابة عن ذلك السؤال سع الباحث للتحقق من صحة الفرض الذي ينص على " يوجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) بين حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية ولطرق مواجهة تلك التحديات."، حيث استخدم الباحث الارتباط بيرسون الذي أظهر أن قيمة Sig جاءت دالة احصائيًا عند (0.01) وبذلك نقبل الفرض البديل الذي ينص على: يوجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند المستوى (α<0.05) بين حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية وطرق مواجهة تلك التحديات.

عرض ومناقشة النتائج

كشفت الدراسة الحالية عن طريق استخدام الاستبانة التي قام الباحث بتصميمها بعد الاطلاع على الادب النظري والدراسات السابقة، تأثير الحياة في منطقة كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية على حصانة وصحة الأفراد النفسية، وتشخيص الطرق الأنجح للمواجهة. حيث شملت اداة الدراسة التي تكونت من 690 فرد من فلسطيني الداخل وهضبة الجولان، على ثلاثة أجزاء: الأول: تناول ردود الفعل للحدث الصادم، والثاني طرق مواجهة الحدث الصادم والجزء الثالث تضمن خصائص عينة الدراسة في ضوء المتغيرات الشخصية.

اثبتت الدراسة وجود علاقة وتأثير لحرب طوفان الأقصى منذ أكتوبر 2023، في نسبة المرتفعة لردود الفعل ما بعد حدث صادم وتطوير طرق مواجهه مختلفة بين الفلسطينيين بشكل عام. اذ ان الحياة في المناطق كثيرة التهديدات الامنية تفرض على الاشخاص المرور بخبرات غير مرغوب فيها تؤدي إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية أولًا وتطوير طرق مواجهه يمكن تعلمها لاحقًا.

أظهرت النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الاول: ما مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية؟: أتضح أن الصدمات النفسية التي يعاني منها الأفراد في المناطق كثيرة التهديدات الأمنية قد جاءت كبيرة ومتقاربة حيث انحصرت بين (64.07%، 69.21%)، أن أقلها "ظهور ردود فعل فيزيولوجية قد تذكرك بالحادث (مثل، عرق، زيادة في عدد نبضات دقات القلب" وبوزن نسبي (64.07%)، وأعلاها " أفكار تتكون او صور تتبلور حول الحادث دون رغبتي." وبوزن نسبي (69.21%). مما ذكر يمكن الوقوف عن كثب لفهم تأثير التبلور الفكري أولا ومن ثم العمل على هذا المجال كطرق مواجهه غير متعلق بالجيل أو الجنس أو مكان الإقامة. تعتبر هذه النسبة من الصدمة النفسية أعلى من أبحاث سابقة (موسى، 2022) حيث كانت النسبة حينها قرابة ال 60%. الارتفاع في النسبة أعلاه يمكن إرجائه للعنف المستشري بين فلسطيني الداخل، دون وجود تفق مستقبلية للمواجهة. في تحليل أعمق تبين، أن الأفراد في المناطق كثيرة التهديدات الامنية والصدمات النفسية يعانون من صدمات نفسية صعبة بلغ تقديرها (33.93) وبوزن نسبي (66.52%)، بمعنى آخر أن مستوى حصانة وصحة الأفراد النفسية في المناطق كثيرة التهديدات الامنية

والصدمات النفسية جاء (33.48%). من تحليل نتائج نوعية الصدمة النفسية، يتضح ان ثلثي المصابين يعانون من صدمة نفسية صعبة ذات علاقة بالحرب، حيث تُعتبر هذه النتيجة ذات أهمية واضحة عند كتابة التوصيات والاستنتاجات.

يتضح لنا ايضا أن المناطق التي تعاني من صدمات نفسية صعبة هي أكثر المناطق التي يوجد فيها شعور بعدم الحماية الأمنية، وهذا أمر طبيعي، حيث يتضح أن الأفراد بين فلسطيني الداخل ناولوا النصيب الأكبر من القتلى جراء الحرب المستمرة. تُظهر هذه النتائج مدى صعوبة الصدمة النفسية اثناء الحرب. مثل وفقًا لنتائج الدراسة التي أجراها (لطيف وآخرون ،2021)، هدفت الدراسة إلى تقييم مدى انتشار الاكتئاب والقلق أثناء تفشي جائحة COVID-19 في ظل الظروف المتأصلة في الحرب السورية. اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي، حيث بلغت عينة الدراسة 3989مشاركًا .وتم تحليل البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية(SPSS) ، كما تم إجراء تحليل الانحدار اللوجستي متعدد المتغيرات لتحديد العوامل المرتبطة بظهور أعراض الاكتئاب والقلق. أظهرت النتائج أن استبيان صحة المريض المكوّن من 9 عناصر ومقياس اضطراب القلق المعمم المكوّن من 7 عناصر كشفا عن ارتفاع كبير في معدلات انتشار الاكتئاب والقلق بين المشاركين في البحث. وفي ضوء هذه النتائج، أكدت الدراسة على الحاجة الملحة لتعزيز نظام الرعاية الصحية في سوريا، من خلال توفير خدمات الصحة النفسية المناسبة، بهدف التخفيف من الاضطرابات النفسية الحادة وتحسين تصورات الصحة البدنية المرتبطة بهذه الاضطرابات.

مما تقدم، النسبة العالية بمستوى الصدمة النفسية وكذلك بمدى صعوبتها، منوط بشكل واضح بالحرب غير المسبوقة في التأثير. قد يكون لهذا المعطى دلالات ذات أهمية في فهم تأثير الحرب الأخيرة على المجتمع الفلسطيني ككل، ومن ثم التطرق الى طرق المواجهة التي تم فحصها في البحث الحالي.

تناول البحث الحالي طرق المواجهة لدى الأفراد أولا، وطرق المواجهة المجتمعية لاحقًا. يُعتبر هذا البحث فريد من نوعه الذي يسلط الضوء على المقارنة بين طرق المواجهة بين مجموعات متشابه ومختلفة في مكان الإقامة، الجيل، الجنس، الدين أو مدى التدين. تبين ان الفلسطينيين في الجليل مع مرونة للتعامل أقل مع الحرب والأحداث الأخيرة، مقارنة مع فلسطيني المركز. في تحليل موسع تبين ان فلسطيني الجليل استصعبوا في النظر قدمًا بعد الحرب وحوادث العنف الأخيرة. وأيضًا تبين ان لديهم صعوبة أكثر في النظر على الحادث نفسه، أي النظر على الحرب وحالات العنف المستشري. يمكن ارجاء ذلك، لعدد القتلى جراء الحرب وعدم توقع مثل هذا التمييز الصارخ، حيث اعتبر الكثيرون ما حدث بمثابة شرخ واضح في الاستمراريات الحياتية لحدتها وعدم القدرة على توقعها أولا والتعامل معها لاحقًا.

تبين أيضًا، ان الأطفال مع مرونة للتعامل أقل من البالغين دون فارق واضح مع الأكبر من 60 عامًا. في تحليل موسع تبين ان الأطفال استصعبوا في النظر قدمًا اثناء الحرب واستمرارها مقارنة مع البالغين. مما تقدم، تبين صعوبة المواجهة عند الأطفال ويؤكد الضرر النفسي في كيفية التعامل عند هذه الفئة بالذات. ما يميز هذا البحث تسليط الضوء على طرق المواجهة المتعلقة بالحادث وقدرة النظر مستقبلًا بعد حدوثه. الضعف في هذه القدرات عند فلسطيني الجليل وعند مجموعة الأطفال يحتم علينا فهم صعوبة ما يجرى والضرر من وراء ذلك، لبناء قوالب مواجهة في المستوى الفردي بدايةً والمستوى المجتمعي لاحقًا.

بالرغم مما تقدم، برهنت الدراسة الحالية، بناءً على النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني أن مستوى الطرق الأنجح لمواجهة التهديدات الامنية والصدمات النفسية جاء (77%) للمجال ككل وبدرجة كبيرة، حيث تعكس هذه النتيجة أن الأفراد يمتلكون استراتيجيات

مختلفة لمواجهة الانتهاكات والصدمات النفسية المختلفة، حيث جاءت جميعها بدرجات كبيرة ومحصورة بين (75.62% – 78.16%)، حيث جاءت الفقرة " أستطيع أن أسمح لنفسي الشعور بالأحاسيس المؤلمة المتعلقة بالحادث نفسه." في أقل مستوى وبوزن نسبي (75.62%) وجاءت الفقرة " أستطيع البحث عن أمل" في أعلى مستوى وبوزن نسبي (78.16%)، وهنا يأتي دور أصحاب المصلحة ومؤسسات الدولة المختلفة في تحمل المسؤوليات اتجاه أفراد المجتمع والعمل على تعزيز الطرق الناجعة لمواجهة الصدمات النفسية وزيادة مستوى الحصانة والصحة النفسية لدى أفراد المجتمع الفلسطيني بمختلف فئاته سواء بالبرامج التوعوية أو العلاجية أو الترفيهية. تحليل استمراري أظهر صعوبة النظر الى الحرب والاعتداءات بسبب صعوبتها وعدم توقعها.

يتضح ايضا من الدراسة ان الأفراد الساكنين في المركز والساحل الشمالي يمتلكون أعلى مستوى من الطرق الناجعة لمواجهة الصدمات النفسية الناتجة عن الحرب المستمرة، لعدم تأثيرها المستمر على منطقة المركز، والشعور بالحماية في منطقة الساحل الشمالي، رغم أن الأفراد في الساحل الشمالي يعانون من أعلى نسبة سقوط صواريخ.

يتفق هذا التحليل مع النتيجة التي أثبتها البحث بالقدرة لمواجهة الحادث أعلى عند المسلمين مقارنة مع ديانات أخرى، وذلك بسبب الحرب واندلاعها. ويتفق هذا مع الدراسة التي قام بها (حامد، 2016) والتي هدفت إلى محاولة التعرف على أهم الآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على ضغط ما بعد الصدمة جراء فعل الاجتياحات المتكررة في نواحي منطقة جنين لدى مجموعة من الأطفال.

تتفق نتائج البحث الحالي مع الدراسة التي أجراها (Munjiza et al. 2017)، والتي هدفت إلى الكشف عن مدى تعرض الأفراد الذين يعانون من مشكلات في الشخصية لصدمات شديدة مرتبطة بالحرب بعد مرور خمسة عشر عامًا على انتهاء حرب 1991–1995 في جنوب كرواتيا، مقارنةً بالأفراد الذين لا يعانون من صعوبات كبيرة في الشخصية. وقد أظهرت الدراسة أن الأفراد الذين واجهوا صعوبات في الشخصية كانوا أكثر عرضة للصدمات المرتبطة بالحرب.

كما تتسق نتائج البحث الحالي مع الدراسة التي أجراها (ثابت، 2018)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير الصدمات النفسية على الأطفال الأيتام في قطاع غزة ممن تعرضوا للحرب، مع التركيز على العلاقة بين أعراض اضطراب ما بعد الصدمة والنمو النفسي بعد الصدمة. وقد كشفت نتائج الدراسة أن 49.4%من الأطفال لم تظهر لديهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، بينما سجل 32.5% من الأطفال أعراضًا جزئية للاضطراب، في حين أظهر 18.1%أعراضًا مرتفعة لاضطراب ما بعد الصدمة. تشير هذه النتائج مجتمعة إلى التأثير العميق للحروب والصدمات النفسية على الأفراد، مع التباين في شدة التأثير بناءً على الظروف النفسية والاجتماعية والشخصية للأفراد المتضررين.

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث، يوصي الباحث بعدة توصيات على النحو التالي:

- وضع أهداف مستقبلية على المستويين الفردي والمجتمعي بهدف تطوير القدرة على التطلع إلى المستقبل والتكيف مع الحوادث الصادمة المستمرة والمتنوعة، وذلك استنادًا إلى نتائج البحث الحالي.
- التأكيد على أهمية التعبير عن رؤية مستقبلية والعمل بموجبها ضمن إطار فردي ومجتمعي، مع تعزيز الأطر الداعمة التي تسهم في التكيف مع الصدمات النفسية، وفقًا لما أظهرته نتائج الدراسة.

- استحداث وتطوير خدمات الإرشاد والدعم النفسي والاجتماعي في الجامعات والمدارس العربية، مع التركيز على تحسين البرامج الحالية للتعامل مع الصدمات النفسية، وذلك من خلال بناء رؤية مستقبلية تساعد في مواجهة الحوادث الصادمة.
- فتح أقسام متخصصة في الجامعات والمعاهد تُعنى بتدريس الإرشاد النفسي والأسري، مع العمل على توعية الطلاب بطرق مواجهة بديلة تتماشى مع نتائج البحث الحالية، لتعزيز قدرتهم على التكيف مع الضغوط النفسية والصدمات.

بحوث مقترحة:

- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول هذا الموضوع نظرًا لقلة الدراسات التي تتناول هذا الجانب، مع التركيز على إبراز المعاناة التي يواجهها الشعب الفلسطيني في الداخل وسبل التعامل مع الحوادث الصادمة المتراكمة.
- تنفيذ أبحاث ودراسات إضافية على عينات متنوعة من السكان خارج الوسط الفلسطيني وفي مناطق أخرى تشهد تهديدات مستمرة، بهدف التعرف على مدى معاناتها من الصدمات النفسية واكتشاف استراتيجيات مواجهة بديلة.
- إجراء المزيد من الأبحاث حول استراتيجيات مواجهة مختلفة، مع فحص مقارن بين الأجيال المختلفة ومناطق الإقامة المتعددة، مما يسهم في فهم الفروق في طرق التكيف مع الصدمات النفسية.
- إجراء دراسات إضافية حول تطوير وتنفيذ برامج للتخفيف من آثار الصدمات النفسية، مع الاهتمام بالإعداد النفسي المسبق الذي يهدف إلى تعزيز الحصانة النفسية سواء على المستوى الفردي أو المجتمعي.

المراجع:

أبو زعيزع، عبدالله. (2013). مفاهيم معاصرة في الصحة النفسية، عمان: الأكاديميون للنشر والتوزيع.

بني يونس، محمد. (2005). مدى فاعلية أسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى أعراض اضطراب ما بعد الصدمة النفسية لدى عينة من الطلبة المصابين في الجامعة الأردنية. العلوم الإنسانية (32). 581-595.

ثابت، عبد العزيز وآخرون. (2001). الصدمة والصحة النفسية والصمود كعنصر وسيط في الأطفال الفلسطينيين في قطاع غزة"، برنامج غزة للصحة النفسية، غزة.

ثابت، عبد العزيز موسى. الربعي، علاء جمال (2018). أثر الصدمات الناتجة عن الحرب على قطاع غزة على الأطفال الأيتام والعلاقة مع كرب ما بعد الصدمة والنمو الإيجابي بعد الصدمة. المجلة العربية للطب النفسي. مج 29 (2)، (131- 144).

الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، (2004). مسح الصحة النفسية والاجتماعية للأطفال 5-17 النتائج الاساسية. رام الله، فلسطين.

حجازي، هاني. (2004) الخبرات الصادمة وعلاقتها ببعض أعراض الاضطراب وبعض السمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .

دويدار، أيمان. (2017). الصحة النفسية للأطفال والمراهقين، دار الكتب العالمية للنشر والتوزيع، بيروت.

سحويل محمود، رصرص خضر، (2004). مسح وضع الصحة النفسية للأطفال في الضفة الغربية. رام الله، فلسطين.

صايمة، ضياء الدين مصطفى. (2004) الخبرة الصادمة وعلاقتها بأعراض الاضطراب وبعض سمات الشخصية لدى أطفال شهداء انتفاضة الأقصى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

العزمية، علال، والمحتسب، عيسى محمد. (2014). مؤشرات الاضطراب النفسي لدى الأطفال والراشدين في مناطق التماس جنوب قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.

عيتاني، لين وآخرون (2017). تأثير حوادث الحرب الصادمة على الصحة النفسية للأطفال والمراهقين في العالم العربي. المجلة العربية للطب النفسي. 28 (1)، 1–25.

غراب، هشام. (2013). الصحة النفسية للطفل، دار الكتب العالمية للنشر والتوزيع، بيروت.

غنام، ريم تيسير. ثابت، عبد العزيز (2014). أثر صدمة الحرب على حدوث أعراض تفكيكية والصمود لدى المراهقين الفلسطينيين في قطاع غزة. المجلة العربية للطب النفسي. مجلة 25، ع2، (107–118).

قوته، سمير. (2002). العلاقة بين الخبرة الصادمة والنشاط والمعرفة والاستجابة العاطفية لدى أطفال فلسطين، رسالة دكتوراه غير منشورة. غزة.

كرميت، نوعا (2016). كيفية تشخيص أشخاص ذوي احتياجات مع صدمات نفسية. مجلة البحوثات لذوي الاحتياجات الخاصة. جامعة حيفا.

Abu Hassan W. & Hamed G. (2016). Post-Traumatic Stress Disorder and its Psychosocial Impacts on the Palestinian Child. The Canadian Journal for Middle East Studies. 1 (2). 84-106.

Basel E., Samara M., & Askew C. (2020). Traumatic Events and PTSD Among Palestinian Children and Adolescents: The Effect of Demographic and Socioeconomic Factors. Frontiers in Psychiatry. 31 (11). March 2020.

Gelkopf, M., & Berger, R. (2009). A school-based, teacher-mediated prevention program(ERASE-Stress) for reducing terror related traumatic reactions in Israeli youth: A quasi-randomized controlled trial. Journal of Child Psychology and Psychiatry. 50(8), 962–971.

Lahad M. & Leykin D. (2017). Exposure to traumatic events at work, posttraumatic events at work, posttraumatic symptoms and professional quality of life among midwives. Midwifery 50,1-8.

Médecins Sans Frontières. (2023). International activity report 2023. Médecins Sans Frontières. Retrieved from https://www.msf.org/international-activity-report-2023.

Munjiza J., Britvic D., Ramdan M., & Crawford M., (2017). Severe ware-related trauma and personality pathology: a case-control study. BMC Psychiatry volume. 17, Article number:100.

Zakrison, T., (2004). The Prevalence of Psychological Morbidity in West Bank Palestinian Children. Can J Psychiatry.49 (1): 3-60.

World Health Organization, (2006). Involvement in Community Mental Health Development in the occupied Palestinian territory. a work in progress.

World Health Organization. (2015). World health statistics 2015. World Health Organization. Retrieved from https://www.who.int/publications/i/item/9789240694439.