جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة

Social Support and it Relation to the Pyschological Pressure of Families whose Homes were Demolished in Ramallah and Al-bireh

إعداد:

هداية حسن قرعوش

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

22 نيسان 2021م

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة

Social Support and it Relation to the Pyschological Pressure of Families whose Homes were Demolished in Ramallah and Al-bireh

إعداد

هداية حسن قرعوش

بإشراف

الأستاذ الدكتور زياد أمين بركات

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

22 نيسان 2021م

الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة

Social Support and it Relation to the Pyschological Pressure of Families whose Homes were Demolished in Ramallah and Al-bireh

إعداد:

هداية حسن قرعوش

بإشراف:

الأستاذ الدكتور زياد أمين بركات

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 2021/4/22م

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور زياد أمين بركات جامعة القدس المفتوحة مشرفاً ورئيساً .....

الأستاذ الدكتور يوسف ذياب عواد جامعة القدس المفتوحة عضواً .....

الدكتور عمر طالب الريماوي جامعة القدس عضواً .....

أنا الموقع / هداية حسن قرعوش؛ أفوض جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الاسم: هداية حسن قرعوش

الرقم الجامعي:

التوقيع: .....

التاريخ: .../.../2021م

الإهداء

أهدي هذا العمل المتواضع إلى اليد الطاهرة التي أزالت من آمامنا أشواك الطريق ورسم المستقبل

بخطوط من الامل والثقة

إلى الذي لم يبخل يوماً عليّ بشيء

إلى من دفعني إلى العلم وبه افتخر

إلى الذي لا تفيه الكلمات والشكر والعرفان بالجميل

إلى روح والدي الغالي

إلى ملاكي في الحياة ... إلى معنى الحب ... والحنان والتفاني إلى بسمة الحياة وسر الوجود ..

إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى أغلى الحبايب ... أمي الحبيبة .

إلى القلوب الصادقة الطاهرة الرقيقة والنفوس البريئة إلى رياجين حياتي ....أخوتى وأخواتي .

إلى منهم اكرم منا جميعاً إلى أرواح شهداء فلسطين وأسرهم الصامدة الصابرة

إلى كل طالب علم

أهديكم جهدي المتواضع

الباحثة

هداية حسن قرعوش

الشكر والتقدير

أحمد الله واشكرة الذي أنعم علي ووفقني باتمام هذا العمل الذي ما كنت لأتمه لولا فضله ورضاه وتوفيقه

وأتوجه بالشكر والعرفان الآمتنان للدكتور زياد بركات المشرف على هذه الرسالة ودعمه الصادق وتعاونه الدؤوب، وبذله الجهد والوقت وطول النفس طيلة فترة انجاز الرسالة، فقد كانت توجيهاته وإرشادته القيمة والمستمرة الاثر الكبير في اخراج هذا العمل

كما اتقدم بجزيل الشكر إلى اساتذتي أعضاء لجنة النقاش الموقرين على ما بذلوه من جهد وعناء في قراءة الرسالة والعليق عليها بكل ما هو قيم.

ولا أنسى أن اتقدم بالشكر والتقدير إلى كل من اشعل شمعة دروب علمنا وإلى من وقف على المنابر واعطى من حصيلة فكره لينير دربنا إلى الاساتذة الكرام

واتقدم بخالص التقدير إلى كل من أسهم في هذه الرسالة، وساندني ودعمني في انجازها وجعلها ترى النور، الكلمات بسيطة الشكر كبير ومن يستحقونه أكثر

الباحثة

هداية حسن قرعوش

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
صفحة الغلاف	ب
قرار لجنة المناقشة	ج
الإقرار والتفويض	د
الإهداء	هـ
الشكر والتقدير	و
قائمة المحتويات	ز
قائمة الجداول	ي
قائمة الملاحق	ل
الملخص باللغة العربية	م
الملخص باللغة الإنجليزية	ن
الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها	
المقدمة	2
مشكلة الدراسة وأسئلتها	4
فرضيات الدراسة	5
أهداف الدراسة	7
أهمية الدراسة	8
حدود الدراسة ومحدداتها	9
التعريفات الإجرائية للمصطلحات	9
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	
الإطار النظري	**12**
الدراسات السابقة	**26**
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	
منهجية الدراسة	37
مجتمع الدراسة وعينتها	37
أدوات الدراسة	39
تصميم الدراسة ومتغيراتها	44

إجراءات تنفيذ الدراسة	45
المعالجات الإحصائية	46
الفصل الرابع: نتائج الدراسة	
النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	48
النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	50
النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى	52
النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية	52
النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة	54
النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة	55
النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة	56
النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة	57
النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة	58
النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة	60
النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة	61
الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها	
تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها	64
تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها	66/65
تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها	67
تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها	68
تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها	69
تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها	70
تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها	71
تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها	72
تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها	73
تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها	74
تفسير نتائج الفرضية التاسعة ومناقشتها	76
التوصيات والمقترحات	**78/77**
المراجع باللغة العربية	**79**
المراجع باللغة الإنجليزية	**83**

الملاحق	**85**

قائمة الجداول

الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
1.3	توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة المستقلة	38
2.3	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الدعم الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس	40
3.3	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس	42
4.3	درجات احتساب مستوى شيوع سمات الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية	44
1.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الدعم الاجتماعي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	48
2.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الضغوط النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	50
3.4	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.	52
4.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر	53
5.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.	53
6.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.	54
7.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن	54
8.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.	55
9.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي	56
10.4	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.	56
11.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر	57
12.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.	58
13.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.	58
14.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن	59

15.4	نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن	59
16.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.	60
17.4	نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي	61
18.4	معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسيين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة. (ن=90)	61

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
أ	أدوات الدراسة قبل التحكيم	86
ب	قائمة المحكمين	92
ت	أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)	93
ث	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية	98

الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة

إعداد: هداية حسن قرعوش

بإشراف: أ. د. زياد أمين بركات

2021

ملخص

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، إذ طبقت مقاييس الدراسة على عينة، ضمت (90) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط غير دالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة بلغت (081.-)، إذ جاءت العلاقة عكسية سالبة. وأظهرت النتائج أن مستوى كل من الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة جاء متوسطاً وعلى التوالي: (3.02)، (3.44). كما أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدعم الاجتماعي تبعاً لمتغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية تبعاً لمتغيرات: الجنس، والعمر، والوضع الاقتصادي. بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن لصالح أفراد العينة من سكان القرية مقارنة بالأفراد من سكان المدينة أو المخيم، وأوصت الدراسة بإجراء مزيد من الدراسات على الأفراد المهدمة بيوتهم، كما أوصت بضرورة اهتمام ذوي الاختصاص بهذه الفئة في الجوانب النفسية والاقتصادية.

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي، الضغوط النفسية، أفراد الأسر المهدمة بيوتها.

Social Support and it Relation to the Pyschological Pressure of Families whose Homes were Demolished in Ramallah and Al-bireh

Preparation: Hedaya Hassan Qarawash
Supervision: Prof. Ziad Amin Barakat
2021

Abstract

The current study aimed to identify the relationship between social support and psychological pressures among members of the destroyed households in Ramallah and Al-Bireh. The study used the descriptive descriptive approach, as the study measures were applied to a sample, 90 of the members of the destroyed households in the province of Ramallah and Al-Bireh.

The current study aimed to identify the relationship between social support and psychological pressures among the members of the destroyed households in Ramallah and Al-Bireh, and the study used the descriptive descriptive approach, as the study measures were applied to a sample, which included 90 members of households in their homes in Ramallah.

The results showed a statistically non-statistical relationship between social support and psychological pressures in the members of the destroyed households in Ramallah and Al-Bira, which reached a negative reverse relationship. The results showed that the level of both social support and psychological pressures in the members of the destroyed households in Ramallah and beer province came in a medium, respectively: (3.02), (3.44). There are also no statistically significant differences in social support depending on changes: sex, age, housing location and economic situation. The results also showed no statistically significant differences in psychological pressures depending on changes: sex, age, and economic situation. While the differences were statistically made in psychological pressures depending on the place of housing in favor of the residents of the village, compared with individuals from city or camp, and recommended that further studies on the destroyed individuals, and recommended that they are concerned with this category in the psychological and economic aspects.

Key words: Social support, psychological pressure, members of families whose homes were destroyed.

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

3.1 فرضيات الدراسة

4.1 أهداف الدراسة

5.1 أهمية الدراسة

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

إن الإنسان بفطرته لا يستطيع العيش بمعزل عن الآخرين، كما أنه لا يمكن له العيش برافهية تمامه، إذ لا بد له من مواجهة الضغوط النفسية، وأن الأنسان يسعى دائماً للاتصال بالناس لأشباع حاجاته فالحاجة إلى البقاء والأمن من الحاجات الأساسية حسب هرم ماسلو فالامداد بالعلاقات الاجتماعية، وتقديم المساندة يعتبران مصدراً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الانسان فهو بحاجة إلى يد مد العون من الخارج، وتعد البيئة الاجتماعية مجالاً مهماً لتوافر المؤازرة للفرد أضافة إلى الاصدقاء، والأهل، والجيران، والمجتمع، والزملاء، وقد اصطلح على تسمية المساعدة والمؤازرة التي يحصل عليها الفرد بالدعم الاجتماعي (حنفي، 2007).

وقد تزايدت وتيرة هدم البيوت وتشريد أصحابها منذ العام (1967) إذ أشارت تقريرر منظمة (أوتشا، 2018) بلغت إحصائيات الهدم منذ عام (2000–2007) كالآتي: هدم (1900) منزل ومنشاة في الضفة لعدم وجود تراخيص، وفي عام (2008) هدم (37) منزل، لأهداف عسكرية وتشريد (141) فرد،وفي عام (2010)هدم (124) منزل، وفي عام (2011) تم هدم (208) منزل. أما في عام (2013) فقد تم هدم (175) منزلاً تؤوي (528) فرداً، وفي عام (2014) تم هدم (714) منزل، وفي عام (2015) تم هدم (125) منزلاً، وفي عام (2016) تم هدم (302) منشأة و(1023) منزلاً ، وفي عام (2017) تم هدم (35) منزلاً، وفي عام (2018) تم هدم (33) مبنى ومزل، وشملت هذه الارقام كافة محافظات الوطن والقدس الشرقية ومنطقة الأغوار

أن الدعمم الاجتماعي يعتبر من الأساليب التي يلجأ اليها مختلف الأفراد في مواقف السراء والضراء فهو يشير إلى السند المادي والمعنوي الذي يقدمه فرد لفرد عدما يكون بامس الحاجة؛ فالدعم الاجتماعي يقوم بدور الحماية والوقاية من الدور السلبي للمواقف والأحداث، ويخفف من النتائج للاحداث الضاغطة، وهناك ارتباط عكسي أي كلما توفرت العلاقات الودودة بين الأفراد يقلل الشعور بالاضطرابات النفسية والعكس صحيح (الشناوي وعبد الرحمن، 1994). وأن الدعم الاجتماعي مصدر مهم يحتاجه الفرد، لأنه يلعب دوراً أساسياً في اشباع حاجاته النفسية، والاجتماعية، كما وأن للدعم الاجتماعي أهمية كبيرة في حياة الأفراد نظراً لارتباطه الإيجابي بالصحة النفسية والجسمية (علي، 2000)

إن تأثير الأحداث الحياتية وخاصة هدم البيوت وتدميرها يؤدي إلى ضغوط نفسية يواجهها الأفراد، إذ تهدد حياته بشكل سلبي؛ وتهدد الاستقرار والشعور بالأمن والآمان، وتسبب الشعور بالقلق والتوتر وإنتشار العديد من الامراض النفسية، وظهور سلوكيات غير مرغوب بها، والذي ينعكس بشكل خطير على شخصية الفرد، ويترك آثار سلبية سيئة على الصحة النفسية، والجسمية، ويسبب فقدان الأمن النفسي، ويمكن التخفيف من هذه الآثار عن طريق الدعم الاجتماعي، والمساندة والمؤازرة ومساعدته على الاستمرار والتكيف (اللوزي، 2020؛ أبو سخيلة 2011).

وبناءً على ما سبق، فإن الدراسة الحالية تهدف التعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر التي المهدمة بيوتهم من قبل الاحتلال، والتعرف إلى مدى مستوى كل من الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، ومعرفة الفروق في كل من الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية تبعاً لبعض المتغيرات، والتعرف إلى مستوى مساندة هذه الأسر سواءً على المستوى الشعبي، أو على المستوى الرسمي مثل مؤسسات المجتمع المدني.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

يعد الدعم الاجتماعي مطلباً أساسياً وحاجة مهمة من أجل مساندة الفرد واستمرار بقائه، وإشباع حاجاته للتخلص من المشاعر السلبية وقد عانى الفلسطينيون على مدار سنوات الاحتلال للعقوبات الضاغطة والصدمات في كافة المجالات، والتي تجعل الفلسطيني بحاجة إلى دعم ومساندة، فقد غرس الاحتلال بيئة القهر في المجتمع الفلسطيني إمعاناً منه بتدمير البيئة النفسية والاجتماعية.

فالأسر المهدمة بيوتها تعاني من ضغوط نفسية، واجتماعية، واقتصادية، وصحية، نتيجة تشردهم وفقدانهم لمسكنهم، والذي هو مأواهم وملاذهم الذي يشعرهم بالأمن والاستقرار والسعادة، ويلبي لهم حاجاتهم ويوفر لهم سبل الجياة الكريمة، وتعاني هذه الأسر من عدم المقدرة على التكيف في المجتمع والبيئة، وتولد لديهم ضغوط نفسية عديدة تصيبهم بالعجز وتعيق حركتهم، وتفقدهم السعادة والرضا للحياة (جعفر، 2015؛ أبو سخيلة، 2011). ويلعب الدعم الاجتماعي دوراً مهماً في خفض الضغوط النفسية، وفقدان الشعور بالأمن، إذ يحتاج الفرد إلى دعم اجتماعي للتخفيف من حدة الضغوط وحماية، ومساندة لمواجهة احداث الحياة سواءً من الأسرة، أم الزملاء، أم الجيران، أم الأقارب، أم المجتمع من أجل البقاء (السميري، 2010).

وترى الباحثة أن ممارسة الاحتلال تركت آثاراً كبيرة لدى الفلسطينين في الجوانب النفسية، منها القلق، الحزن، والاكتئاب، والغضب، وعدم التكيف، فكل هذه الظروف تجعل الحالة ملحة لإيجاد دعم ومساندة من أجل التحدي، والصبر، وإن الدعم الاجتماعي ووقوف أفراد المجتمع مع من هدم بيته سواءً على المستوى الرسمي، أم الشعبي من مؤسسات المجتمع المدني، يخفف من حدة المعاناه لدى هذه الأسر.

من هنا جاء اهتمام الباحثة بموضوع الدراسة والتي تتمحور مشكلتها بالسؤال الرئيس الآتي: **هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة؟**

وبناءً عليه، أجابت هذه الدراسة عن الأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

السؤال الثاني: ما مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تبعاً إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تبعاً إلى متغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي؟

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة؟

3.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة فقد صيغت الفرضيات الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

الفرضية التاسعة: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

4.1 أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.
2. التعرف إلى مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.
3. التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تبعاً إلى المتغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي.
4. التعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تبعاً إلى المتغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي.
5. التعرف إلى طبيعة العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

5.1 أهمية الدراسة

أكتسبت الدراسة أهميتها من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

- تنبع أهمية الدراسة من أهمية موضوعها الذي يهتم بالتعرف إلى علاقة الدعم الاجتماعي بالضغوط النفسية للأسر المهدمة بيوتها.
- سد النقص الموجود في الدراسات النفسية والاجتماعية لدى أفراد عينة الدراسة لما لها من خصوصية، إذ قلما تتوفر دراسات تتطرق لمثل هذه المواضيع، وإذ تعتبر البيئة الفلسطينية أرضاً خصبة وبحاجة لإجراء مثل هذه الدراسات، وخاصة في ظل الظروف التي يعيشها الشعب الفلسطيني بشكل عام والأسر المهدمة بيوتها بشكل خاص، والتي عانت من التشرد، ومن خلال ملاحظاتي لصعوبة الوضع مما جعلني أفكر ملياً في إجراء هذه الدراسة كي استطيع الإسهام ولو بجزء من معاناة هذه الأسر، فكل يوم تقريباً نسمع عن هدم بيت أو منشاة في كل مكان، من: مدينة، و قرية، وبلدة، ومخيم.

الأهمية التطبيقية:

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

- مساعدة أصحاب القرار بإخذ الدور الملقى على عاتقهم لحماية ومساندة هذه الأسر في مواجهة الظروف القاسية، التي تتعرض لها وذلك بفقدانها إحدى مقومات الحياة الأساسية وهو المسكن.
- قد تسهم نتائج الدراسة في تسليط الضوء على هذه الأسر والتي ربما من شأنه دعمها نفسياً، واجتماعياً، واقتصادياً.

- حث المؤسسات للعمل على تضافر الجهود على المستوى الرسمي، والشعبي، ومؤسسات المجتمع المدني بتوفير الامكانيات المطلوبة وإيجاد البدائل.
- وضع برامج نفسية وإرشادية طارئة لمساعدة أفراد الأسر على التأقلم مع الأوضاع المفروضة عليها.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

الحدود البشرية: أفراد الأسر المهدمة بيوتها.

الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة في محافظة رام الله والبيرة.

الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة في العام 2020/2019م.

الحدود المفاهمية: اقتصرت الدراسة على الحدود المفاهيمية والمصطلحات الواردة في الدراسة وهي الدعم الاجتماعي، والضغوط النفسية.

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الدعم لغة : أسند، اعتمد عليه (أبن منظور،2011).

الدعم الاجتماعي: عرفه سارسون (Sarason, Levine, Bashman, & Sarason, 1983, 133) أنه ادراك الفرد بأن البيئة تمثل مصدراً للدعم الاجتماعي الفاعل، ومدى توافر أشخاص يهتمون بالفرد ويرعونه، ويثقون به، ويأخذون بيده ويقفون بجانبه عند الحاجة، منهم الأسرة، الجيران والأصدقاء.

وإجرائياً يعرف الدعم الاجتماعي بأنه بالدرجة التي حصل عليها الأفراد على مقياس الدعم الاجتماعي المستخدم لهذه الدراسة.

الضغوط النفسية لغوياً: " المشقة فيقال ضغط فلان شد وضغط " (السهلي، 2007 : 9).

الضغوط النفسية (Psychological Stress): اصطلاحاً "أنها مثيرات وتغيرات في البيئة الداخلية أو الخارجية، بدرجة من الشدة والدوام بما يثقل القدرة التكيفية للفرد إلى حدها الأقصى، والتي يمكن في ظروف معينة أن تؤدي إلى اختلال السلوك أو عدم التوافق، أو الاختلال الوظيفي الذي يؤدي إلى المرض، وبقدر استمرار الضغوط النفسية بقدر ما يتبعها من استجابات جسمية ونفسية" (القحطاني، 2017: 524).

واجرائياً تعرف الباحثة الضغوط النفسية بالدرجة التي حصل عليها الأفراد على مقياس الضغوط النفسية المستخدم في الدراسة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

2.2 الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

تمهيد

يتضمن هذا الفصل عرضاً مفصلاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه عرضت متغيرات الدراسة الرئيسة، المتمثلة في: الدعم الاجتماعي، والضغوط النفسية، أما الجزء الثاني من هذا الفصل، فيتمثل في الدراسات السابقة التي لها صلة بالبحث الحالي؛ إذ وزعت بحسب متغيرات الدراسة.

1.1.2 الدعم الاجتماعي

يعتبر الدعم الاجتماعي نمطاً إجتماعياً يقوم به الأفراد تجاه بعضهم البعض في المواقف التي تطلب ذلك، إذ أن الدعم الذي يقدمه الأفراد والمجتمع لأشخاص يحتاجون له يساعد على تحسين التكيف لدى من بحاجة إلى الدعم.

1.1.1.2 مفهوم الدعم الاجتماعي

ويعرف الدعم لغةً: "بمعنى القوة والمال الكثير والسمن، ودعمه : دعماً: أسنده بشئ يمنعه من السقوط ويقال دعم فلاناً: أعانه وقواه، ودعمه: قواه وثبته" (الهنداوي، 2011 : 5).

أما اصطلاحاً يعرف (فايد،2001 : 17) الدعم الاجتماعي على " أن يدرك الفرد بأنه محاط بعدد كافٍ من الأفراد الذين يمكن أن يلجأ أليهم وقت الحاجة، ويكون لدى الفرد درجة من الرضا عن هذا الدعم المتاح له" .

أما (حنفي،2007: 315) لم يختلف في تعريفه للدعم الاجتماعي عن التعريف السابق فقد عرف الدعم الاجتماعي على أنه مجموعة من الأساليب والمساعدات المختلفة التي يتلقاها الفرد من المجتمع المحيط به سواء أكان الاصدقاء أم الاقارب، والتي تتمثل يتقديم المساعدة والاهتمام والرعاية والتشيجع، والتي تشبع الحاجات الأساسية للفرد وتزيد من كفاءته الاجتماعية .

2.1.1.2 مصادر الدعم الاجتماعي

يرى الهنداوي (2011) أن مصادر الدعم الاجتماعي تتمثل في ثلاثة مصادر أساسية وهي كالتالي:

أولاً: الأسرة: فالأسرة تحتل المكانة الأولى في حياة الفرد وهي التي تقوم بالدور الفعلي والرئيسي، وتقوم بالتخفيف وتوفير مصاد الدعم وتزيد من من شعور الفرد بالحب والتقرير وتعزز ثقته بذاته وتساهم في تخفيف مشاعر القلق والتوتر و الخوف.

ثانياً: الأصدقاء: فالانسان كائن اجتماعي ولا يستطيع العيش بمفرده، وغالباً ما يلعب الأصدقاء دوراً مهماً في حياة الفرد حيث يتوجه الفرد إلى أصداقئه ويلجاء لهم في حالة حدوث مشكلة او عقبات فهو يتاثر بهم ويتأثرون به للحصول على الدعم وكذلك الحصول على النصح والأرشاد والتوجيه للتخفيف عنه في مواجهه مشكلاته.

ثالثاً: مؤسسات المجتمع: فهي تملك الكثير من الإمكانيات وهي تقوم بتوفير الدعم بأشكال مختلفة منها تقديم الدعم النفسي والاجتماعي من خلال اخصائين مؤهلين لتقديم الدعم .

3.1.1.2 أهمية الدعم الاجتماعي:

يعتبر الدعم الاجتماعي مصدراً مهماً في تخفيف الإضطرابات النفسية الناتجة عن الضغوط الحياتية، من خلال تأثيره في التقييمات الذاتية للضغوط على اختيار استراتيجيات التكيف معها، وعلى مشاعر تقدير الذات واحترامها. وأصبحت هذه النتيجة إحدى الحقائق المشتركة في أبحاث الضغوط وما سمي بسيكولوجية العلاقات بين الأشخاص، وتمخض عنها ما يعرف الأن بالنموذج الملطف الذي يوضح تأثير الدعم الاجتماعي في الضغوط الحياتية والاثار النفسية والجسمية الناجمة عنه، فإن الدور الملطف للدعم الاجتماعي ينبع من اشباعه لحاجات الانتماء، والاندماج، والاحترام، والاعتراف، والتقدير، والحب (فريحات، 2009).

4.1.1.2 دور الدعم الاجتماعي في حياة الفرد

يشير عيسوي (2005) إلى أن الدعم الاجتماعي يهدف إلى تحقيق دورين مهمين في حياة الفرد وفي علاقاته مع الآخرين، أحدهما نمائي، والأخر وقائي، وفيما يلي توضيخ لهما:

أولاً: الدور النمائي: يتمثل في أن ما يحصل عليه الفرد من الدعم الاجتماعي من الجماعات التي ينتمي إليها كالأسرة، والأصدقاء، يمكن أن يزود الفرد بخبرات إيجابية منتظمة. وهذا النوع من الدعم يرتبط بالسعادة، كونه يوفر حالة إيجابية من الوجدان، والإحساس بالاستقرار في مواقف الحياة، والاعتراف بقيمة الفرد وأهميته، ويسانده في تقديره ذاته .

ثانياً : الدور الوقائي: يتمثل في ما يحصل عليه الفرد من الدعم الاجتماعي من الجماعات التي ينتمي إليها كالأسرة، والأصدقاء، بشكل يسهم في خفض الآثار السلبية للمشكلات والاضطرابات النفسية التي يعاني منها الفرد.

5.1.1.2 أبعاد الدعم الاجتماعي

يرى كل من ستاجس، لوئج، ماسون، كرشنان، رايجر(Stages, Long, Mason, Krishnan & Riger, 2007) المشار إليه في (ناصر، 2009) إلى أن الدعم الاجتماعي يتضمن الأبعاد الآتية هي:

1. **الدعم المادي:** ويشتمل على المساعدات المباشرة وغير المباشرة والخدمات والقروض والسلع التي تساعد الفرد على مواجهة مواقف الحياة المختلفة، والتي يحصل عليها الفرد من مصادر الدعم الاجتماعي المحيطة بالفرد.

2. **الدعم العاطفي:** ويتضمن المودة والارتباط والطمأنينة والثقة.

4. **تشجيع الآخرين:** هو الدعم المتعلق بشعور الفرد بالتقدير والأطراء والثناء والمديح من الأشخاص المحيطين به .

3. **الدعم المعلوماتي:** ويتمثل في تقديم المعلومات، والنصائح التي قد تساعد الفرد في المشكلات ومواجهتها، وتقديم التغذية الراجعة.

5. **شبكة الدعم الاجتماعي:** ويشمل الدعم المتنوع المقدم من الأسرة، الأصدقاء، الأقارب، والجيران.

6. **دعم التقييم:** ويشير إلى التغذية الراجعة التي يحصل عليها الفرد من أفراد أسرته وأصدقاءه والعاملين في دار الرعاية حول أفعاله أفكاره ومشاعره، والتي يعتقد بأهميتها في تعديل سلوكه وقراراته ونظرته للأمور وتفسيره لها لما فيه صالحه وسعادته.

6.1.1.2 طرق تقديم الدعم الاجتماعي:

يحصل الإنسان على الدعم الاجتماعي إما بشكل رسمي أو غير رسمي (مرسي، 2000):

1- **الدعم الاجتماعي الرسمي:** يقوم بتقديمه أخصائيون نفسيون واجتماعيون مؤهلون في مساعدة الناس في الأزمات والنكبات والمشكلات، إما عن طريق مؤسسات حكومية متخصصة، أو جمعيات أهلية متطوعة، حيث يهرع هؤلاء الأخصائيون إلى تقديم الدعم الاجتماعي للمتضررين لتخفيف آلامهم ومعاناتهم ومشاكلهم في مواقف الأزمات. ويشمل الدعم الاجتماعي الرسمي تقديم الإرشاد النفسي والاجتماعي في حل المشكلات، وتقديم المساعدة المادية – المالية والعينية – للمتضررين بهدف التخفيف عنهم والأخذ بأيديهم في هذه المواقف الصعبة وتحرص جميع المجتمعات على توفير الدعم الاجتماعي، ومراكز الإسعافات الأولية والخطوط التليفونية ومجالس إدارة الأزمات وشرطة النجدة والإطفاء وغيرها.

2- **الدعم الاجتماعي غير الرسمي:** هو مساعدة يحصل عليها الإنسان من الأهل، والأصدقاء، والزملاء، والجيران بدوافع المودة، والمحبة، والمصالح المشتركة، والالتزامات الأسرية والاجتماعية، والأخلاقية، والإنسانية والدينية، حيث يساند القريب قريبه، أو الصديق صديقه، أو الزميل زميله، أو الجار جاره مساندة متبادلة، ويقدم الدعم الاجتماعي

غير الرسمي بعدة طرق، من أهمها تبادل الزيارات، والاتصالات التليفونية، والمراسلات، والتجمع في الأعياد، والمناسبات وتقديم الهدايا والمساعدات المالية والعينية .

7.1.1.2 النماذج والنظريات الرئيسة التي تفسر الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية:

ويمكن توضيح هذه النماذج الرئيسة على النحو الآتي (صلاح، 2018) :

1- نموذج الأثر الواقي (المخفف من الضغط):

يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية تستطيع أن تخفض من الضغط النفسي حتى يستعيد الفرد نواحي النقص التي نشأت لديه بسبب الحزن، وتقدم هذه النظرية مفهوماً نظرياً جديداً هو نموذج الحماية، ويقصد به أن المساندة الاجتماعية المرتفعة تحمي الشخص من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي على حالته الصحية .

2- نموذج الأثر الرئيسي:

يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته، بغض النظر عما إذا كان هذا الفرد يقع تحت ضغط أم لا، وقد أشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود أثر رئيس لمتغير المساندة، وعدم وجود تأثير للتفاعل بين الضغط والمساندة، فهناك أثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية، لأن الشبكات الاجتماعية يمكن أن تزود الأفراد بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع، وهذا النوع من المساندة يرتبط مع السعادة، ويُجنب الخبرات السالبة والتي قد تزيد من احتمال حدوث الاضطراب السيكوسوماتي، ويرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة مثل تدخين السجائر.

3- نموذج الارتباط:

يرى بولبي (Bowlby) مؤسس نظرية الارتباط، أن المساندة الاجتماعية التي يقدمها الأهل والأصدقاء لا تُعوّض الفرد عن النقص الكبير الذي حدث له بسبب فقد شخص عزيز، كونه قد فقد الشخص الذي يمثل علاقة الارتباط معه.

4- النموذج الشامل:

وضع هذا النموذج ليبرمان وبيرلن (Liberman & Pearlin) وتم إعادة تطويره في عام (1981)، ويشير النموذج إلى أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق تأثيرها حتى قبل وقوع الحدث الضاغط على النحو الآتي:

- يمكن أن تحُد المساندة الاجتماعية من احتمالية وقوع الحدث الضاغط.
- إذا وقع الحدث الضاغط فإن المساندة من خلال تفاعلها مع العوامل ذات الأهمية قد تُعدل أو تغير من إدراك الفرد للحدث، ومن ثم تلطف أو تخفف من التوتر المحتمل.
- إذا وصل التوتر إلى درجة تجعل الحدث المتوقع يغير من وظائف الدور يمكن للمساندة أن تؤثر على العلاقة بين الحدث الضاغط والإجهاد المصاحب.
- يمكن أن تؤثر المساندة الاجتماعية في استراتيجيات المواجهة أو التعامل مع الحدث الضاغط، وبذلك تُعدل من العلاقة بين الحدث وما يسببه من إجهاد.
- بمقدار الدرجة التي ينحدر عندها الحدث الضاغط، فإن عوامل شخصية مثل تقدير الذات، تُمكّن المساندة من التعجيل في الحد من هذه الآثار.
- قد يكون هناك تأثير مباشر من المساندة على مستوى التوافق.

2.1.2 الضغوط النفسية (Psychological Stress)

ويواجه الأفراد في هذه الحياة الكثير من المتغيرات ولا سيما تلك التي تتضمن تغيرات مفاجئة في الوضع الاقتصادي، أو الاجتماعي، أو المهني، وهذه المتغيرات ربما تؤدي إلى تعرضة للضغوط النفسية .

1.2.1.2 مفهوم الضغوط النفسية

الضغوط في اللغة :

"توجد لكلمة ضغط عدة معاني في اللغة العربية فيقال ضغطه ضغطاً أي عصره أو زحه إلى شيئاً كحائط أو نحوه، آما الدلالة اللغوية لكلمة الضغط في المجال الإنساني فهي تعني الضيق والقهر" (أبن منظور،2011:128).

الضغوط النفسية اصطلاحاً:

عرف عبد المعطي (2006 : 23) الضغوط النفسية على أنها "المثيرات أو التغييرات التي تحدث في البيئة الداخلية والخارجية للفرد وتكون شديدة ودائمة والتي تسبب للفرد عدم القدرة التكيفية، والتي تؤدي في ظروف معينة إلى الاختلال في السلوك أو الاختلال الوظيفي الذي يسبب المرض، وترتبط الاستجابات الجسمية والنفسية غير الصحية باستمرار تلك الضغوط".

تشير(العامرية،2014) إلى أنه لا يوجد تعريف وأحد للضغوط النفسية يتحدد به ويكون شامل، وذلك لارتباطه مفهوم الضغط النفسي بالعديد من المفاهيم المتقارب نحو المعنى كما وارتباطه باتجاهات نظرية مختلفة، فهو في غالب الأمر يستخدم للتعبير عن سبب ونتيجة في ذات الوقت.

وعرفت الجمعية الأميركية للطب النفسي الضغوط النفسية بأنهاعبارة عن "أعباء زائدة تثقل كاهل الفرد نتيجة لمرور الفرد بخبرة صارمة تتمثل في وقوع الفرد فريسة لمرض مزمن، أو فقدان لوظيفته، أو دخوله في حالة صراع حاد لأدائه لأدواره المحتلفة، أو الدخول في مشاكل حادة تصل بحياته الأسر ية الزوجية، وأن عجز الفرد عن مواجهة مثل هذه الأحداث يدخل الفردد في حالة من الارتباك والاضطرابات"(غانم، 2008: 343).

2.2.1.2 لمحة تاريخية عن ظاهرة الضغط النفسي :

ينظر إلى "ضغط" (Stress)" على أنها مأخوذة من الكلمة اللاتينية (Stringere) التي تعني " سحبة بشدة " في حين يرى بعضهم الآخر أن مصطلح الضغط اشتق من الكلمة الفرنسية القديمة (Destress) والتي تشير إلى معنى الاختناق والشعور بالضيق أو الظلم. وقد تحولت في الإنجليزية إلى (Stress). وقد أشارت إلى معنى الضيق أو الاضطهاد (الطهراوي، 2008: 449).

3.2.1.2 مراحل الضغوط النفسية

وقد أشار "سيلي" إلى أن الضغوط النفسية لدى الأفراد تمر بثلاثة مراحل، هي (أبو حليب، 2010 ؛ الرشيد، 1999):

1. المرحلة الحادة: وهي مرحلة رد الفعل الانذاري، وتمر هذه المرحلة في طورين أساسين، هما:

أ) طور الصدمة (Shok Phase): وهي هبوط مقاومة الجسم للضغوط، ويتضمن هذا الطور إفراز هرمون (أدرينو كورتيكوتروفيك)، وتفرزه الغدة النخامية، ويكون هو المسؤول عن تنظيم إفرازات الأدرينالين، والأبنفرين، والتورابنفرين، وإذا كان الضغط شديداً ومستمراً فإنه يدخل في الطور الثاني.

ب) طور الصدمة المضادة: وفي هذا الطور تظهر أعراض الضغوط بسبب استمرار إفراز هرمون (أدرينو كورتيكوتروفيك) والكورتيزون، وتتضمن تضخم الغدة الأدرينالية وتقلص وتقرح الغدد المقاومة للضغوط وبشكل أكبر من الطبيعي، كما أن الدفاعات الموضوعية تكون مهيأة.

2. مرحلة اختفاء العوارض: وهي المرحلة التي تختفي فيها أعراض الضغوط، لأن استجابات التكيف الموضوعية تنشط لخفض أو إزالة هذه الأعرض، ومع استمرار الآثار لفترة طويلة تؤدي إلى كبح الاستجابات وتعطلها، ويدخل الفرد في المرحلة الثالثة.

3. مرحلة الإنهاك: وهي المرحلة التي تنشط فيها الغدة النخامية والأدرينالية مرة أخرى، ويرتفع مستوى الكورتيزون، وتظهر مرة أخرى أعراض الضغوط، وتبقى ردود الفعل مستمرة لفترة، لكن تقل المقاومة بشكل تدريجي .

4.2.1.2 مصادر الضغوط النفسية

ذكر الدحادحة (2010) أربعة مصادر للضغط النفسي وهي:

أولاً: البيئة، مثل: الطقس، الإزعاجات، التلوث وغيرها.

ثانياً: العوامل الفسيولوجية، مثل: فترات النمو المختلفة، المرض، الإصابات، ضعف التغذية، اضطرابات النوم، وآلام المعدة والقلق، الناتجة عن تهديدات البيئة الاجتماعية والتغيرات الطارئة.

ثالثاً: الضغوطات الاجتماعية، مثل: المواعيد، المشكلات المالية العمل، إلقاء المحاضرات، عدم الاتفاق، فقدان الأقرباء والأصدقاء، متطلبات الوقت والاستفادة منه.

رابعاً: طريقة التفكير؛ فإن العقل يفسر تغيرات البيئة، والجسم يحدد متى يستجيب كحالة طارئة.

5.2.1.2 أنواع الضغوط النفسية

وذكر أورنيالس وكالينر (Ornelas & Kleiner, 2003) نوعين من الضغوط:

1- **ضغوط حادة ومباشرة:** كتلك التي تتكون نتيجة لحدث ضاغط يحدث لمرة واحدة، وغالباً ما يبدأ وينتهي بسرعة، كالتعرض لمواجهة حادة مع شخص ما، أو التعرض لحادث سيارة عنيف.

2- **ضغوط مزمنة(طويلة الأجل):** والتي تتكون نتيجة سلسلة مستمرة من أحداث ضاغطة مثل: الشعور بالوحدة.

فيما يرى معظم الباحثين أن تلك الأنواع تتلخص في نوعين رئيسين، هما (الرشيد، 1999).

الأول- الضغوط النفسية الإيجابية: وهي الضغوط التي تحفز الفرد على نتائج إيجابية لتحقيق أهدافه.

الثاني- الضغوط النفسية السلبية: وهي تلك الضغوط التي تؤدي إلى عواقب سلبية لا يستطيع الفرد تحمل الوقوع تحتها، مما يسبب له الضرر في صحته وسلوكه.

6.2.1.2 أعراض الضغوط النفسية

يظهر الضغط النفسي من خلال عدة أعراض وهي(توام، 2019) :

1-الأعراض الجسدية: في ردّةِ فعل الضغط العادية، يخفق القلب بقوة وبسرعة، تتشنج العضلات، تزداد سرعة التنفس، ويجف الحلق، تصبب العرق، الإحساس باضطراب في المعدة.

2-الأعراض الذهنية: صعوبة في التركيز.

3–الأعراض العاطفية: تتمثل في سرعة الغضب، الانفعال، عدم الراحة أو الإثارة، ومن جهة أخرى قد يكون الأفراد متباطئين، محبطين، حزينين أو كئيبين.

4–الأعراض السلوكية: عند شعور الفرد بالضغط، فإنه يحاول التخلص منه بالقيام بسلوكيات، مثل: هز الركبة، قضم الأظافر، التدخين، التكلم بصوت عال، إلقاء الملامة على الغير، وغيرها

7.2.1.2 النظريات المفسرة للضغط

تناول الباحثون والمنظرون عدداً من النظريات في علم النفس؛ وهي التي يمكن لها تفسير الضغوط النفسية مثل:

أولاً: النظرية الفسيولوجية –. هانز سيلي (Hans Sely)

يُعَدّ هانز سيلي أول من أدخل مفهوم التوتر في إطار علمي، عندما نشرت مجلة بريطانية أول بحث له تحت عنوان(الأعراض الناشئة عن العوامل ذات الأضرار المختلفة) تأثر سيلي بأستاذه (Cannon) واهتم بردود الأفعال الفسيولوجية، ووجد في استجابة المواجهة أو الهروب موضوعاً مثيراً دفعه لدراسة الأفعال الفسيولوجية للتوتر، وتوصل إلى أنه بالرغم من اختلاف المصادر الضاغطة إلا أنه ينتج عنها أنماط مشابهة في التغيرات الجسمية (أبو الحصين، 2010).

ثانياً: النظرية التحليلية:

لقد أشار منظروا التحليل النفسي إلى الضغوط النفسية، وبخاصة فرويد (Frued) من خلال أبحاثه ودراساته بأن الإنسان يحدد سلوكه بمنظومته الداخلية من خلال التفاعلات للعمليات الداخلية له، والمكونة من: الهو، والأنا، والأنا الأعلى، وأن تلك الضغوط النفسية تعمل على إحلال عدم الإستقرار بين تلك المكونات، فيتغير سلوك الفرد نتيجة تلك الضغوطات. أما أدلر (Adler)،

فقد فسر تلك الضغوط التي تصيب الإنسان بعدم قدرته على التخلص من الشعور بالنقص، وأن عليه تقوية الترابط مع الآخرين لكي يتخلص من ذلك الشعور. كما أشار يونج (Young) إلى القلق كأحد مصادر الضغوط النفسية، كردة فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي. وحسب النظرية التحليلية، فإن الضغوط النفسية تعمل على نوبات مستمرة في اللاشعور لدى الإنسان، وهذه النوبات تسير الإنسان إلى ردات فعل غير تناسقية مع سلوكه المفاجيء، فتصبح الرغبات متعارضة سواءً مع نفسه أو مع البيئة المحيطة به (الرشيد، 1999).

ثالثاً: النظرية السلوكية:

قامت النظرية السلوكية على تحليل سلوك الإنسان إلى وحدات مكونة من (المثير–الاستجابة)، وأن الضغوط النفسية تمدنا بأساس دافعي للتوافق ما دمنا نتعامل معه كخبرة غير سارة؛ حيث يرى كل من بافلوف وواطسون (Pavlov & Watson) أن القلق يقوم بدور مزدوج، فهو من ناحية يمثل حافزاً ومن ناحية أخرى يعد مصدر تعزيز، وذلك عن طريق خفض القلق(Allen, Bowles & Weber, 2013)

رابعاً: النظرية المعرفية:

ويفسر بيك (Beck) الضغط النفسي على أنه ناتج من اضطراب المعرفة، التي تؤدي إلى إدراك مشوش للمشكلات والضغوط، ويرى أنه لا نستطيع فهم ردود أفعال الأشخاص تجاه الأحداث والضغوط التي تمر بهم ما لم نفهم الطريقة التي يفكرون بها، ووفقا لمنهج بيك (Beck) فإن الشخص هو الذي يتولى إدراك الأحداث المعرفية وتفسيرها، ولذلك تتباين ردود أفعالنا لنفس

الموقف الضاغط الواحد من شخص لآخر بل من نفس الفرد إذا تغيرت وجهة نظره أو عُدّلتْ نتيجة خبرة حياتية مختلفة (عطية، 2010)

8.2.1.2 الضغوط النفسية التي يعاني منها الشعب الفلسطيني

أن الشعب الفلسطيني يعيش في واقع يعج بالضعوط النفسية، نتيجة تفاعل الظروف السياسية المتمثلة بالاحتلال، لكافة مناحي الحياة لتشكل ضغوطاً تثقل كاهل أفراد الشعب الفلسطيني، وبمختلف درجات الضغوط، فعلى صعيد الضغوط السياسية، نجد المواطن الفلسطيني محروماً من الأمن والأمان وحقه في الوجود وتقرير مصيره كونه يتعرض للاضطهاد والقتل (الاستشهاد) والتنكيل والتعذيب، وقصف المنازل وهدمها، والقتل المنظم وغيرة الكثير من الضغوط، وهناك ايضاً الضغوط الاقتصادية علماً أن هناك نسبة عالية جداً من الأسر الفلسطينية تعيش تحت خط الفقر بسبب تدمير الاقتصاد الفلسطيني، وفقدان الكثير من العاملين لأعمالهم، وعلى الصعيد الصحي نجد التلوث بالغازات السامة، وتلويث المياه والبيئة، والتي لها الاثار المدمرة، وتزيد من حدة الضغوط التي يتعرض لها الفلسطينيين (دياب،2006).

بناءً على ما سبق ذكره، من حيث شدة الضغوط النفسية التي تواجه الشعب الفلسطيني، كان من الأهمية بمكان تناول موضوع الضغوط النفسية التي تواجه الأسر التي تعرضت لهدم بيوتهم من قبل الاحتلال لمشاركة أحد افرادها في المقاومة، والتي أثرت على حياتهم، وكيفية مواجهة تلك الضغوط من خلال استراتيجيات لذلك، منها استراتيجية حل المشكلات، والتكيف الروحي، أو البعد الديني والتي يلجأ إليها الكثير من الأفراد لما لها من أثر في تخفيف حدة الضغوط.

2.2 الدراسات السابقة

يتناول هذا الجزء عرضاً للدراسات السابقة ذات العلاقة التي أمكن التوصل إليها من خلال مراجعة الأدب النظري، وقد قسمت هذه الدراسات حسب متغيرات الدراسة إلى محورين: المحور الأول تناول الدراسات التي تتعلق بالدعم الاجتماعي، أما المحور الثاني فتناول الدراسات التي تتعلق بالضغوط النفسية، مرتبة من الأحدث إلى الأقدم، وقد روعي في اختيار الدراسات ارتباطها في متغيري الدراسة ما أمكن إلا أن الدراسات الاجنبية كانت لدى عينات من الأفراد الذين تعرضوا لكوارث وازمات مشابة نسبياً لما وقع على عينة الدراسة .

1.2.2 الدراسات المتعلقة بالدعم الاجتماعي

هدفت **دراسة ثوريسن، بيركلاند، ارنبرغ، وينتزل لارسن، بليكس، (Thoresen, Birkeland, Arnberg, Wentzel-Larsen, & Blix, 2019)**، إلى الكشف عن الصحة النفسية الطويلة الأجل والدعم الاجتماعي في ضحايا الكوارث: مقارنة مع عينة عامة من السكان، وتكونت عينة الدراسة من (165)، نصفهم من الضحايا، وأظهرت النتائج مستويات مرتفعة من أعراض القلق والاكتئاب بعد (26) عاماً من وقوع كارثة حريق عبارة ركاب ستار الاسكندنافية. بينما جاء مستوى الدعم الاجتماعي منخفضاً. وبالتالي فإن الصدمات النفسية والاستجابات اللاحقة للصدمات قد تسبب ضرراً دائماً للعلاقات الشخصية.

هدفت **دراسة عزاق (2017)** إلى الكشف عن العلاقة بين الدعم الاجتماعي المدرك والصدمة النفسية لدى ضحايا الإرهاب، واعتمدت الدراسة على مقياس الدعم الاجتماعي المدرك، ومقياس اضطرابات ما بعد الصدمة المنبثقين من مقياس الصحة النفسية للسكان الذي تم تكييفه على البيئة الجزائرية من قبل الجمعية الجزائرية للبحث السيكولوجي، وتكونت عينة الدراسة من

(50) حالة من ضحايا الإرهاب جميعهم من الذكور. وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين بين الدعم الاجتماعي المدرك والصدمة النفسية لدى ضحايا الإرهاب، أي كلما زاد الدعم الاجتماعي المدرك انخفض مستوى الصدمة النفسية لدى ضحايا الإرهاب.

هدفت **دراسة تشاو (Chao, 2016)** إلى التعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي واستراتيجيات التكيف واعراض الاكتئاب، وارتباطاتها بتعديلات إعادة توطين كبار السن بعد الكوارث الطبيعية، واستتخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (372) من كبار السن فوق (60) عاماً من الأفراد الذين دمر إعصار موراكوت منازلهم في 8 آب/أغسطس 2009. واشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية منخفضة بين الدعم الاجتماعي واعراض الاكتئاب بلغت (-0.062) .

هدفت **دراسة جعفر (2015)** التعرف إلى العلاقة بين المساندة الاجتماعية والخبرة الصادمة لدى اهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغت (420) شخصاً من مجتمع الدراسة من اهالي البيوت المهدمة في محافظة القدس، وأظهرت النتائج أن مستوى الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة جاءت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي (2.68)، كما وأظهرت النتائج أن مستوى المساندة الاجتماعية جاءت متوسطة بمتوسط (3.08) كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الاجتماعية والخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس، وأظهرت النتائج وجود فروق في الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة وفقاً لمتغيرات: الجنس ولصالح الإناث، والعمر لصالح الأعمار الشابة، بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً في الدخل الشهري.

هدفت **دراسة مصطفى و مرزوقي و عارفين و صالحه و وررحان Mustaffa, Marzuki,** **(Ariffin, Salleh, & Rahaman, 2014)** معرفة العلاقة بين الدعم الاجتماعي وإدارة الانطباع والرفاه بين ضحايا الفيضانات الناجين في ماليزيا، واستخدم المنهج والوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (761) من ضحايا الفيضانات الناجين في ماليزيا، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ايجابية بين الدعم الاجتماعي وإدارة الانطباع والرفاه مما يشر إلى أهمية الدعم الاجتماعي المقدم .

هدفت **دراسة روبينو وآخرين (Robinaugh, et al., 2011)** إلى فهم علاقة الدعم الاجتماعي المتصورة بإدراكات ما بعد الصدمة واضطراب الإجهاد اللاحق للصدمات بين عينة من الناجين من الصدمات، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (102) ممن تعرضوا لحوادث صادمة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة عكسية بين الدعم الاجتماعي واضطراب الإجهاد اللاحق للصدمات .

وأجرى **السميري (2010)** دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة في بالعدوان الأخيرة على محافظات غزة، ومعرفة الفروق في المساندة الاجتماعية والأمن النفسي والتي تعزى إلى متغير الجنس، كما هدفت الدراسة التعرف على حجم المساندة الاجتماعية على الجنسين من أهالي البيوت المدمرة. وشملت عينة الدراسة (200) مواطن، نصفهم من الذكور، والنصف الآخر من الإناث، واستخدمت الباحثة مقياس المساند الاجتماعية، من إعداد الباحثة، ومقياس الأمن النفسي، من إعداد: الباحثة، وكانت أهم النتائج أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أهالي هذه البيوت مرتفع حيث بلغت الدرجة الكلية للمقياس (80%)، كما بينت نتائج الدراسة أن مستوى الأمن النفسي لدى أهالي هذه البيوت موضع الدراسة منخفض، كما بينت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط موجبة بين الدرجة الكلية لمقياسي المساندة

الاجتماعية والأمن النفسي، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق معنوية بين الجنسين في الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية لصالح الإناث.

هدفت **دراسة (الدغيش، 2008)** إلى التعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية والتعرف إلى مستويات هذان المتغيران، وفحص ما إذا كان هناك اختلاف في الجنس والتخصص العلمي لدى عينة من الطلبة الدارسين في جامعة إب، واستخدم المنج الوصفي الارتباطي، ذلك باستخدام عينة عشوائية عنقودية من (320) طالباً وطالبة طبق على أفرادها مقاييس الدراسة. وأظهرت النتائج مستوى منخفض من الضغوط النفسية يتعرض له طلبة الجامعة يقابله مستوى عال من الدعم الاجتماعي الذي يحصلون عليه من الأصدقاء وكذلك أسفر عن عدم وجود علاقة بين هذين المتغيرين.

أما **دراسة دياب (2006)** فقد هدفت التعرف إلى دور الدعم الاجتماعي كأحد العوامل الواقية من الآثار النفسية الناتجة عن تعرض الفرد للاحداث الضاغطة، كما هدفت إلى تحديد التأثير السلبي للاحداث الضاغطة على الصحة النفسية للمراهقين وشملت العينة (550) طالب وطالبة من المرحلة الثانوية استخدم مقياس الصحة النفسية ومقياس الدعم الاجتماعي. وقد اظهرت النتائج أن مستوى الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه المراهقون متوسطاً، كما توجد فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة الدعم الاجتماعي لصالح الاناث، ويوجد علاقة عكسية بين الأحداث الضاغطة والدعم الاجتماعي، ووجود علاقة طردية بين درجات الصحة النفسية ودرجات الدعم الاجتماعي.

وحاولت **دراسة المعبود (2005)** فحص تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة ممن تعرضوا إلى صدمات الحوادث، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي. تكونت أداة الدراسة من مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الضغوط النفسية، وقد بلغت عينة الدراسة (20) طالباً وطالبة ممن يقضون

فترة العالج بالمستشفى عقب إصابتهم بحوادث شبه متجانسة. وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآية: توجد علاقة ارتباطيه سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى إفراد العينة، وتوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس المساندة الاجتماعية ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث وذلك لصالح الإناث.

2.2.2 الدراسات المتعلقة بالضغوط النفسية

هدفت دراسة اللوزي (2020) إلى معرفة العلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى الأفراد الأسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الإسرائيلي في مدينة القدس، ومعرفة مستوى كل من ضغوط ما بعد الصدمة وقلق المستقبل، والتحقق من دلالة الفروق تبعاً لمتغيرات: نوع المستجيب، ومستوى الهدم، والمستوى الاقتصادي للأسرة، وعدد أفراد الأسرة. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت عينة الدراسة من (261) فرداً من أفراد الأسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الاسرائيلي في مدينة القدس، اختير بطريقة عشوائية طبقية. خَلصت الدراسة إلى إن مستوى ضغوط ما بعد الصدمة الكلي ومجالاته الفرعية كان مرتفعاً، وكذلك مستوى قلق المستقبل الكلي ومجالاته الفرعية كان مرتفعاً. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى قلق المستقبل الكلي ومجلاتهما الفرعية تبعاً إلى متغير نوع المستجيب، وذلك لصالح الأم مقارنة بالأب والأبن والأبنة، ولصالح الأب مقارنة بالأبن والأبنة، ولصالح الأبنة مقارنة بالأبن. في حين تبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً في هذه المستويات تبعاً إلى متغيرات: مستوى الهدم، والمستوى الاقتصادي للأسرة، وعدد أفراد الأسرة. كما أظهرت النتائج وجود علاقة

ارتباطية دالة إحصائياً طردية وموجبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وقلق المستقبل لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتهم الاحتلال الإسرائيلي في مدينة القدس.

وحاولت دراسة **النجار وأبو غالي (2017)** التعرف إلى درجة التعرض للخبرات الصادمة، لدى الأطفال الفلسطينيين المدمرة بيوتهم في المناطق الحدودية، وكذلك التعرف إلى درجة انتشار اضطراب المسلك لديهم، والكشف عن الفروق في درجة التعرض للخبرات الصادمة ودرجة انتشار اضطراب المسلك تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي. ولتحقيق أهداف الدراسة طبق مقياس الخبرات الصادمة على عينة عشوائية قوامها (200) طفل وطفلة من الأطفال المدمرة بيوتهم، بينما طبق مقياس اضطراب المسلك على عينة عشوائية بلغت (200) من قبل الوالدين، وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة التعرض للخبرات الصادمة ككل بلغت (58.6) كما كشفت النتائج أن أكثر الخبرات الصادمة شيوعاً لدى الأطفال كانت: سماع دوي الطائرات بشكل مخيف، تلاها تدمير بيتي تدميراً كلياً أو جزئياً، تلاها اخلاء البيت والهروب منه تحت القصف، كما بلغت نسبة انتشار اضطراب المسلك (5.5%) وفقا لتقديرات الوالدين. كما أظهرت النتائج وجود فروق في درجة التعرض الخبرات الصادمة تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور بينما لا توجد فروق بين الجنسين في نسبة انتشار اضطراب المسلك.

وهدفت **دراسة عواجة (2016)** التعرف إلى مستوى اضطراب كرب ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في شمال غزة. وبلغت عينة الدراسة (357)، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي. واشارت النتائج إلى وجود علاقة طردية ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس كرب ما بعد الصدمة لمقياس الأفكار اللاعقلانية، فيما بلغ الوزن النسبي للأفكار اللاعقلانية (74.8%) وهي نسبة مرتفعة، كما بلغ الوزن النسبي لكرب ما بعد الصدمة (64.1%) وبتقدير مرتفع. وأظهرات الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في كل من الأفكار

اللاعقلانية واضطراب كرب ما بعد الصدمة تبعاً لمتغيرات: الجنس، والعمر، ومكان السكن، والوضع الاقتصادي.

وفي ماليزيا حاولت **دراسة عبد الله وآخرين (Abdullah, 2015)** فحص العلاقة بين الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي بين ضحايا الفيضانات،ولتحقيق هذا الغرض استخدم استبيان يتكون من قسمين؛ الأول شمل المعلومات الديموغرافية، والثاني شمل النسخة الماليزية من (مقياس الضغوط النفسية Dass)، والنسخة المعدلة من مقياس الدعم الاجتماعي. واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي، وشملت عينة الدراسة (300)، شخص من ضحايا الفيضانات من منطقتين (ميرز وسيغامات) تقع في الجزء الجنوبي من جوهور، غرب ماليزيا. أظهرت الدراسة أن هناك علاقة عكسية كبيرة بين الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي. مما يبرر تأثير الدعم الاجتماعي لضحايا الفيضانات.

هدفت **دراسة تيان و ونغ و لي و جيانغ (Tian, Wong, Li, & Jiang, 2014)** إلى الكشف عن مستوى اضطراب ما بعد الصدمة وعوامل الخطر بين الناجين من المراهقين بعد ثلاث سنوات من زلزال بقوة (8.0) درجة على مقياس ريختر في الصين، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (4604) مراهقاً، واشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى اضطراب ما بعد الصدمة جاء متوسطاً .

حاولت **دراسة سيردا و آخروان (Cerdá, et al., 2013)** الكشف عن اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب في هايتي، واستخدم المنهج الوصفي التحليلي وبلغ حجم العينة (1323) من الناجين الذين تم اختيارهم بشكل عشوائي وكان المستجيبون من منطقة نايزون بورت أو برنس، من الذين عايشوا تجارب مرتبطة بالزلزال، واشارت النتائج إلى أن (90.5٪) قد أبلغوا عن أصابة /

صديق قريب. وكان معدل انتشار اضطراب ما بعد الصدمة (24.6٪) وكانت الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لصالح النساء مقارنة بالذكور .

وأجرى **أبو سخيلة (2011)** دراسة هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بمحافظة شمال غزة المدمرة منازلهم وعلى أكثر الضغوط انتشاراً وقد تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة وقد استخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية من إعدادها، وتوصلت الباحثة إلى أن مستوى الضغوط النفسية جاء مرتفعاً بنسبة (89%) من أفراد العينة، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الجنس إذ جاءت الفروق لصالح الإناث.

وقام **عودة (2010)** بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية، لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، والتعرف إلى الفروق في هذه المتغيرات تبعاً إلى متغيرات: (النوع، مكان الإقامة، المستوى التعليمي للوالدين)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. وتكونت عينة الدراسة من (600) طفلا وطفلة من أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة. وكانت أهم النتائج أن مستوى التعرض للخبرة الصادمة جاءت متوسطاً بنسبة (62.7%) بينما جاء مستوى المساندة الاجتماعية مرتفعاً بنسبة (85.79%). كما أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين التعرض للخبرة الصادمة والمساندة الاجتماعية، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في التعرض للخبرة الصادمة تبعاً لمتغير الجنس، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، وأظهرت النتائج جود فروق دالة إحصائياً في التعرض للخبرة الصادمة والمساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير مكان الاقامة

لصالح محافظتي الشمال وخان يونس في التعرض للخبرة الصادمة، ولصالح محافظة الوسطى في المساندة الاجتماعية .

من خلال مراجعة الدراسات السابقة العربية يتضح أن هذه الدراسات إجريت على عينة من الأفراد المهدمة بيوتهم في مناطق مختلفة من ربوع فلسطين، وتتميز الدراسة الحالية عن بقية الدراسات السابقة بتناولها عينة من محافظة رام الله والبيرة. كذلك من خلال مراجعة تلك الدراسات السابقة يتضح أنها تناولت متغيرات مختلفة مثل التعرض للخبرات الصادمة والمساندة الاجتماعية والخبرة الصادمة وغيرها ووتميز الدراسة الحالية بتناولها العلاقة بين متغيري الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

كذلك من خلال مراجعة الدراسات السابقة يتضح أن هذه الدراسات اختلفت فيما بينها في مستوى كل من الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أهالي البيوت المهدمة بين متوسط ومرتفع . كذلك من خلال مراجعة الدراسات السابقة يتضح أن هذه الدراسات اختلفت في نتائجها فمنها من أظهر فروق دالة إحصائياً في متغيرات الدراسة ومنها لم يظهر .

ويلاحظ أن مجموعة من الدراسات السابقة اتفقت على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الدعم الاجتماعي والمشاعر السلبية مثل: الضغوط النفسية، والخبرة الصادمة، والأحداث الضاغطة، منها: دراسة عزاق (2017) ودراسة تشاو (Chao, 2016) ودراسة جعفر (2015) ودراسة عبد الله واخرين (Abdullah, 2015) ودراسة روبينو وآخرين (Robinaugh, et al., 2011) ودراسة دياب (2006) ودراسة المعبود (2005) . كما يلاحظ اتفاق مجموعة من الدراسات السابقة على وجود فروق في المساندة الاجتماعية لصالح الإناث منها: دراسة السميري (2010) ودراسة دياب (2006)، ودراسة المعبود (2005) ودراسة عودة (2010) .

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اختيار المنهجية الملائمة، وتحديد الإجراءات لتنفيذ الدراسة، وبخاصة في مجال العينة، والأدوات المستخدمة.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

3. 1 منهجية الدراسة

3. 2 مجتمع الدراسة وعينتها

3. 3 أدوات الدراسة

3. 4 تصميم الدراسة ومتغيراتها

3. 5 إجراءات تنفيذ الدراسة

3. 6 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي للحصول على المعلومات الخاصة بموضوع الدراسة، وذلك لأنه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة هذه الدراسة؛ حيث أن المنهج الوصفي الارتباطي هو الأمثل لتحقيق أهداف هذه الدراسة، كونه المنهج الذي يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، وإن هذا المنهج لا يعتمد فقط على جمع المعلومات إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المرجو الوصول إليها من خلال الدراسة (عوده وملكاوي، 1992).

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، والبالغ عددهم (225)، فرداً وذلك وفقاً لمصادر إحصائيات أوتشا (OCHA) مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الانسانية.

أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالآتي:

أولاً- العينة الاستطلاعية: اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (20) فرداً من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً- عينة الدراسة الأصلية : اختيرت عينة الدراسة بطريقة المعاينة القصدية وذلك بسبب عدم القدرة على أخذ عينة عشوائية وصعوبة الوصل إلى ذلك بالطريقة العشوائية، وقد بلغ حجم العينة (90) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (1.3) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة :

الجدول (1.3): يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة المستقلة

المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
الجنس	ذكر	39	43.3
	أنثى	51	56.7
	المجموع	90	100.0
العمر	(25 سنة فما دون)	19	21.1
	(من 26 إلى 35 سنة)	25	27.8
	(من 36 إلى 45 سنة)	11	12.2
	(46 سنة فأعلى)	35	38.9
	المجموع	90	100.0
مكان السكن	مخيم	15	16.7
	قرية	59	65.6
	مدينة	16	17.8
	المجموع	90	100.0

الوضع الاقتصادي	أقل من 2500 شقيل	50	55.6
	2501 إلى 5000شقيل	29	32.2
	من 5001 فأكثر	11	12.2
	المجموع	90	100.0

3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الباحثة على مقياسين، هما: مقياس الدعم الاجتماعي، ومقياس الضغوط النفسية، كما يلي:

أولاً: مقياس الدعم الاجتماعي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الادب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الدعم الاجتماعي المستخدمة في بعض الدراسات استخدمت الباحثة المقياس المطور من قبل (السميري، 2010) وذلك لملائمته لأهداف الدراسة .

1.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس الدعم الاجتماعي

صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقاييس الدراسة اتبعت الإجراءات الآتية:

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الدعم الاجتماعي، عرُض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (7) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (31) فقرة، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد

أدنى لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات، وحذفت (4) فقرات واصبح عدد فقرات المقياس (27) فقرة، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (20) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (الدعم الاجتماعي)، كما هو مبين في الجدول (2.3) :

جدول (2.3): يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الدعم الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=20):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
			مقياس الدعم الاجتماعي		
1	.40*	10	.44*	19	.56**
2	.57**	11	.44*	20	.42*
3	.42*	12	.68**	21	.05
4	.51**	13	.37*	22	.22
5	.64**	14	.56**	23	.56**
6	.38*	15	.53**	24	.48*
7	.55**	16	.37*	25	.59**
8	.43*	17	.41*	26	.60**
9	.55**	18	.36*	27	.67**

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2.3) أن معامل ارتباط الفقرات (21، 22)، كانت ذات درجة غير مقبولةٍ وغير دالّةً إحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.36 _ .68)، كما أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم

التي تقع ضمن المدى (30.– أقل أو يساوي 70.) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (70.) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات (21، 22)، وأصبح عدد فقرات المقياس (25)، فقرة.

ثبات مقياس الدعم الاجتماعي :

للتأكد من ثبات مقياس الدعم الاجتماعي، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (20) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (25) فقرةً، وقد بلغ معامل كرونباخ ألفا (93.) وتعد هذه القيمة مرتفعة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

ثانياً: مقياس الضغوط النفسية

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الادب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس مقياس الضغوط النفسية المستخدمة في بعض الدراسات استخدمت الباحثة المقياس المطور من قبل (أبو سخيلة، 2011) وذلك لملائمته لأهداف الدراسة.

2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس الضغوط النفسية

صدق المقياس:

استخدم نوعان من الصدق، وكما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس مقياس الضغوط النفسية، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في

الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (7) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (40) فقرة؛ إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات، وحذفت (9) فقرات واصبح عدد فقرات المقياس (31) كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (20) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (الضغوط النفسية)، كما هو مبين في الجدول (3.3) :

جدول (3.3): يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الضغوط النفسية مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=20):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
	مقياس الضغوط النفسية				
1	.83**	12	.85**	23	.66**
2	.74**	13	.66**	24	.64**
3	.80**	14	.59**	25	.67**
4	.57**	15	.53**	26	.62**
5	.79**	16	.50**	27	.65**
6	.85**	17	.45**	28	.60**
7	.70**	18	.63**	29	.64**
8	.65**	19	.58**	30	.66**
9	.84**	20	.07	31	.60**
10	.83**	21	.56**	-	-
11	.77**	22	.56**	-	-

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.3) أن معامل ارتباط الفقرة (20)، كانت ذات درجة غير مقبولةٍ وغير دالّةً إحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين

(45. _ 85.)، كما أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (30.) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (30.– أقل أو يساوي 70.) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (70.) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرة (20)، وأصبح عدد فقرات المقياس (30)، فقرة.

ثبات مقياس الضغوط النفسية:

للتأكد من ثبات مقياس الضغوط النفسية، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (20) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (30) فقرةً، وقد بلغ معامل كرونباخ ألفا (95.) وتعد هذه القيمة مرتفعة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

تصحيح مقاييس الدراسة :

أولاً– مقياس الدعم الاجتماعي: تكون مقياس الدعم الاجتماعي في صورته النهائية من (25)، فقرة كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للدعم الاجتماعي باستثناء الفقرات (6، 13، 18، 21، 22، 24) إذ عكست الأوزان عند تصحيحها .

ثانياً– مقياس الضغوط النفسية: تكون مقياس الضغوط النفسية في صورته النهائية من (30)، فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للضغوط النفسية.

وقد طلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: يحدث دائماً (5) درجات، يحدث كثيراً (4) درجات، قليل الحدوث (3) درجات، نادر الحدوث (2) درجتان، لا يحدث أبداً (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى شيوع سمات الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: مرتفع، ومتوسطة ومنخفض، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى _ الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} \quad 1.33 = \frac{1-5}{3}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (4.3): يوضح درجات احتساب مستوى شيوع سمات الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية

مستوى منخفض	**2.33 فأقل**
مستوى متوسط	**3.67 – 2.34**
مستوى مرتفع	**5 –3.68**

4.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة:

1. الجنس: وله مستويان هي: (1–ذكر ، 2– أنثى).
2. العمر : وله أربعة مستويات هي: (1– 25 سنة فما دون، 2– من 26 إلى 35 سنة، 3–من 36 إلى 45 سنة، 4– 46 سنة فأعلى).
3. مكان السكن: وله ثلاثة مستويات هي: (1– مخيم، 2– قرية، 3– مدينة).

4. الوضع الاقتصادي : (1- أقل من 2500 شقيل، 2- 2501 إلى 5000شقيل، 3- من 5001 فأكثر).

ب-المتغير التابع:

أ) المتوسط الكلي الذي يقيس الدعم الاجتماعي لدى عينة الدراسة.

ب) المتوسط الكلي الذي يقيس الضغوط النفسية لدى عينة الدراسة.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

أتبعت الباحثة في تنفيذ الدراسة عدداً من الخطوات على النحو الآتي :

- جمع البيانات الثانوية من العديد من المصادر الثانوية كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة، والاستعانة بها في بناء أدواتها وتوظيفها في الوصول إلى نتائج الدراسة لاحقاً.
- تحديد مجتمع الدراسة.
- تحديد عينة الدراسة.
- الحصول على موافقة الجهات المعنية لإجراء الدراسة.
- تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
- تحكيم أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.
- تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (20) من أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة .

- تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجابتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
- إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 26) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب .
- مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 26) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
2. معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص الثبات .
3. اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، لفحص الفرضيات المتعلقة بالجنس.
4. اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، لفحص الفرضيات المتعلقة بالعمر، مكان السكن، الوضع الاقتصادي.
5. المقارنات البعدية باستخدام اختبار أقل فرق دال (LSD).
6. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية، كذلك لفحص صدق أداتي الدارسة .

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 نتائج السؤال الأول

2.1.4 نتائج السؤال الثاني

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 نتائج الفرضية الأولى

2.2.4 نتائج الفرضية الثانية

3.2.4 نتائج الفرضية الثالثة

4.2.4 نتائج الفرضية الرابعة

5.2.4 نتائج الفرضية الخامسة

6.2.4 نتائج الفرضية السادسة

7.2.4 نتائج الفرضية السابعة

8.2.4 نتائج الفرضية الثامنة

9.2.4 نتائج الفرضية التاسعة

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضياتها التي طرحت، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض، وهي كما يلي:

1.4- النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الدعم الاجتماعي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	01	وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي	4.21	0.814	84.2	**مرتفع**
2	02	شعرت بالراحة لكثرة عبارات المؤازرة عندما هدم بيتي	3.93	0.992	78.6	**مرتفع**
3	03	زاد تواصل الآخرين معي بعد هدم بيتي	3.93	1.003	78.6	**مرتفع**
4	05	أشعر أنني محل اهتمام الأخرين أكثر من قبل	3.61	1.046	72.2	**متوسط**
5	09	تركز وسائل الاعلام على اظهار مشكلة أهالي البيوت المدمرة	3.50	1.183	70.0	**متوسط**
6	07	مؤازرة الأخرين لي ساعدتني على نسيان مأساة هدم البيت	3.43	1.171	68.6	**متوسط**
7	04	أشعر بالراحة عندما الجأ إلى رجال الدين في حل مشكلة ما	3.43	1.227	68.6	**متوسط**
8	10	أجد الاحترام والتقدير عندما أتوجه لأي مكتب من مكاتب المسؤولين	3.37	1.065	67.4	**متوسط**
9	18	لا ألقى معونة مادية من أحد	3.26	1.157	65.2	**متوسط**
10	08	زارني مسؤولين حكوميون عندما هدم بيتي	3.21	1.268	64.2	**متوسط**

11	13	أرى أن مساعدات مؤسسات المجتمع المدني غير كافية	3.17	1.283	63.4	**متوسط**
12	24	اسمع عن مساعدات ولكن لا ارى شيئاً منها	3.02	1.461	60.4	**متوسط**
13	11	تلقيت مساعدات مادية عاجلة بعدما هدم بيتي	2.96	1.398	59.2	**متوسط**
14	22	أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة	2.92	1.334	58.4	**متوسط**
15	15	تقديم الهدايا من قبل المؤسسات المجتمع تشعرني بالتقدير	2.90	1.307	58.0	**متوسط**
16	14	يوجد العديد من المؤسسات التي توفر الدعم المادي لهذه الفئة	2.86	1.303	57.2	**متوسط**
17	16	أجد من يقرضني المال عندما أحتاجه	2.77	1.255	55.4	**متوسط**
18	12	وفرت لي الحكومة مسكناً بديلاً فور هدم بيتي	2.67	1.357	53.4	**متوسط**
19	21	أشعر بعدم اهتمام المسؤولين بأهالي البيوت المدمرة	2.61	1.388	52.2	**متوسط**
20	20	أنا راض عن المساعدات التي تقدمها وزارة الشؤون الاجتماعية	2.47	1.124	49.4	**متوسط**
21	17	حصولي على المساعدات المادية بعد هدم بيتي حسن وضعي	2.36	1.230	47.2	**متوسط**
22	06	عندما أواجه متاعب لا أبوح بها	2.34	1.072	46.8	**متوسط**
23	25	وفرت لي الحكومة فرصة عمل بعد هدم بيتي	2.30	1.231	46.0	**منخفض**
24	19	أرى أن المساعدات المقدمة لأهالي البيوت المدمرة كافية	2.21	1.033	44.2	**منخفض**
25	23	الجأ إلى طلب المساعدة من الاخرين عندما احتاجها	2.16	1.217	43.2	**منخفض**
		متوسط الدعم الاجتماعي ككل	**3.02**	**0.489**	**60.4**	**متوسط**

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الدعم الاجتماعي ككل بلغ (3.02) وبنسبة مئوية (60.4) وبتقدير متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس الدعم الاجتماعي تراوحت ما بين (4.21 -2.16)، وجاءت فقرة " وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.02) وبنسبة مئوية (60.4%) وبتقدير متوسط، بينما جاء فقرة " الجأ إلى طلب المساعدة من الاخرين عندما احتاجها " في المرتبة الاخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.16) وبنسبة مئوية (43.2%) وبتقدير منخفض.

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

للإجابة عن السؤال الثاني حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (2.4) يوضح ذلك :

جدول (2.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الضغوط النفسية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	14	أخاف أن تطول مدة معاناة الناس بسبب نتائج الاحتلال	4.21	0.977	84.2	**مرتفع**
2	10	أشعر بالخوف الشديد على مصير أفراد اسرتي عند التفكير في هدم بيتي	4.03	1.353	80.6	**مرتفع**
3	16	أشعر بأن حياتي غير مستقرة بسبب هدم بيتي	3.93	1.314	78.6	**مرتفع**
4	17	ابكي في أحيان كثيرة للتنفيس عما بداخلي	3.84	1.180	76.8	**مرتفع**
5	08	أعتقد أن الاحتلال قلل من فرصتي في تحقيق أهدافي	3.83	1.343	76.6	**مرتفع**
6	09	أفكر في امور قد تسبب لي المتاعب لمجرد مشاهدتي منظر الدمار	3.82	1.250	76.4	**مرتفع**
7	07	يضيع كثيراً من وقتي وأنا افكر في آثار الاحتلال على وطني	3.79	1.268	75.8	**مرتفع**
8	04	أشعر أن جسدي يرتعش بمجرد رؤيتي لمنظر البيوت المهدمة	3.79	1.276	75.8	**مرتفع**
9	15	اصبحت سهل الاثارة عند سماعي أي صوت مفاجئ	3.77	1.218	75.4	**مرتفع**
10	24	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير احتياجاتها الضرورية بعد هدم البيت	3.74	1.204	74.8	**مرتفع**
11	13	أصبحت أكثر عصبية لكثرة معاناتي من الظروف القاسية	3.73	1.234	74.6	**مرتفع**
12	11	أجد صعوب في الاستغراق في النوم بسبب التفكير الزائد في هدم بيتي	3.72	1.227	74.4	**مرتفع**
13	12	تتراكم الهموم علي اثناء المساء خاصة أيام الشتاء	3.72	1.254	74.4	**مرتفع**
14	25	يزعجني عدم قيام مؤسسات المجتمع المدني بدورها بالشكل المطلوب أتجاه هدم بيتي	3.67	1.281	73.4	**متوسط**
15	06	لا استطيع التركيز وأنا بعيد عن منزلي	3.66	1.265	73.2	**متوسط**

16	05	تصاب اطرافي بالبرودة عند سماعي صوت انفجار	3.51	1.359	70.2	**متوسط**
17	02	أشعر بأن جسمي منهك	3.42	1.374	68.4	**متوسط**
18	27	ثقتي بالأحزاب السياسية مفقودة لعدم مقدرتهم حل مشكلة هدم بيتي	3.33	1.453	66.6	**متوسط**
19	30	أشعر بالضيق لعدم اهتمام السياسيين بقضايا البيوت المهدمة	3.33	1.594	66.6	**متوسط**
20	28	يضايقني حضور المناقشات السياسية التي تتجاهل مشكلة هدم بيتي	3.31	1.363	66.2	**متوسط**
21	01	أعرق بسرعة عند سماعي صوت الرصاص	3.24	1.546	64.8	**متوسط**
22	03	أشعر بصعوبة في التنفس عند ذهابي للنوم	3.12	1.421	62.4	**متوسط**
23	23	أشعر بالحرج من لجوء أسرتي للمؤسسات الخيرية لتلقي المساعدات بسبب هدم بيتي	3.08	1.408	61.6	**متوسط**
24	26	أشعر أن مساعدة الآخرين لنا تقوم على الشفقة والاحسان	3.00	1.398	60.0	**متوسط**
25	29	ينتابني شعور بالغضب لعدم اهتمام الأعلام الكافي بهدم بيتي	2.96	1.389	59.2	**متوسط**
26	22	ليس لدي وقت للراحة والاسترخاء بسبب وجودي في ظروف سكنية سيئة	2.94	1.319	58.8	**متوسط**
27	19	تعاني أسرتي من نقص الأصدقاء الذين يتعاطفون معنا بسبب هدم بيتي	2.92	1.334	58.4	**متوسط**
28	18	يقلقني ضعف علاقاتي الاجتماعية مع الآخرين بسبب هدم بيتي	2.87	1.309	57.4	**متوسط**
29	20	نظرتي إلى المستقبل نظرة يائسة ومتشائمة	2.64	1.494	52.8	**متوسط**
30	21	فكرت في الهجرة من هذا الوطن بسبب المعاناة	2.24	1.393	44.8	**منخفض**
		متوسط الضغوط النفسية ككل	3.44	0.735	68.8	**متوسط**

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الضغوط النفسية ككل بلغ (3.44) وبنسبة مئوية (68.8) وبتقدير متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس الضغوط النفسية تراوحت ما بين (4.21 -2.24)، وجاءت فقرة " أخاف أن تطول مدة معاناة الناس بسبب نتائج الاحتلال" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.21) وبنسبة مئوية (84.2%) وبتقدير مرتفع، بينما جاء فقرة " فكرت في الهجرة من

هذا الوطن بسبب المعاناة" في المرتبة الاخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.24) وبنسبة مئوية (44.8%) وبتقدير منخفض.

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

ومن أجل فحص الفرضية الأولى وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (3.4) تبين ذلك:

الجدول (3.4): يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الدعم الاجتماعي	ذكر	39	3.03	0.410	0.104	.917
	أنثى	51	3.02	0.545		

يتبين من الجدول (3.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الدعم الاجتماعي كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

ومن أجل فحص الفرضية الثانية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير العمر، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير العمر. والجدولان (4.4) و(5.4) يبينان ذلك:

جدول (4.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر	(25 سنة فما دون)	19	3.04	0.381
	(من 26 إلى 35 سنة)	25	3.00	0.534
	(من 36 إلى 45 سنة)	11	2.95	0.387
	(46 سنة فأعلى)	35	3.05	0.547

يتضح من خلال الجدول (4.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (5.4) يوضح ذلك:

جدول (5.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الدعم الاجتماعي	بين المجموعات	0.111	3	0.037	0.151	.929
	داخل المجموعات	21.136	86	0.246		
	المجموع	21.248	89			

يتبين من الجدول (5.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الدعم الاجتماعي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مكان السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير مكان السكن. والجدولان (6.4) و(7.4) يبينان ذلك:

جدول (6.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدعم الاجتماعي	مخيم	15	3.15	0.499
	قرية	59	3.00	0.530
	مدينة	16	3.01	0.278

يتضح من خلال الجدول (6.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (7.4) يوضح ذلك:

جدول (7.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الدعم الاجتماعي	بين المجموعات	0.311	2	0.155	0.645	.527
	داخل المجموعات	20.937	87	0.241		
	المجموع	21.248	89			

يتبين من الجدول (7.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الدعم الاجتماعي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن .

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي. والجدولان (8.4) و(9.4) يبينان ذلك:

جدول (8.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدعم الاجتماعي	أقل من 2500 شقيل	50	3.08	0.431
	2501 إلى 5000شقيل	29	2.97	0.512
	من 5001 فأكثر	11	2.91	0.661

يتضح من خلال الجدول (8.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (9.4) يوضح ذلك:

جدول (9.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الدعم الاجتماعي	بين المجموعات	0.420	2	0.210	0.876	.420
	داخل المجموعات	20.828	87	0.239		
	المجموع	21.248	89			

يتبين من الجدول (9.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الدعم الاجتماعي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

ومن أجل فحص الفرضية الخامسة وتحديد الفروق تبعاً لمتغير الجنس، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (10.4) تبين ذلك:

الجدول (10.4): يوضح نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	**ذكر**	39	3.32	0.749	-1.335	.185
	أنثى	51	3.53	0.719		

يتبين من الجدول (10.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الضغوط النفسية كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$) وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

ومن أجل فحص الفرضية السادسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير العمر، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير العمر. والجدولان (11.4) و(12.4) يبينان ذلك:

جدول (11.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر	(25 سنة فما دون)	19	3.44	0.552
	(من 26 إلى 35 سنة)	25	3.65	0.646
	(من 36 إلى 45 سنة)	11	3.35	0.807
	(46 سنة فأعلى)	35	3.32	0.848

يتضح من خلال الجدول (11.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	بين المجموعات	1.660	3	0.553	1.024	.386
	داخل المجموعات	46.462	86	0.540		
	المجموع	48.123	89			

يتبين من الجدول (12.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الضغوط النفسية، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

7.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

ومن أجل فحص الفرضية السابعة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مكان السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير مكان السكن. والجدولان (13.4) و(14.4) يبينان ذلك:

. جدول (13.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الضغوط النفسية	مخيم	15	3.07	0.894
	قرية	59	3.60	0.646

مدينة	16	3.20	0.737

يتضح من خلال الجدول (13.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (14.4) يوضح ذلك:

جدول (14.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	بين المجموعات	4.576	2	2.288	4.571	.013*
	داخل المجموعات	43.546	87	0.501		
	المجموع	48.123	89			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .05 *)**

يتبين من الجدول (14.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الضغوط النفسية، كانت أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي وجود فروق في الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن .

وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن، أجري اختبار أقل فرق دال (LSD) والجدول (15.4) يوضح ذلك :

جدول (15.4): يوضح نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن

المتغير	المستوى	المتوسط	مخيم	قرية	مدينة
الدرجة الكلية	مخيم	3.07		**-0.53***	
	قرية	3.60			**0.41***
	مدينة	3.20			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .05 *)**

يتبين من الجدول (15.4): الآتي:

وجود فروق ذات دلالة إحصائياً على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن بين (قرية) من جهة وكل من (مخيم)، و (مدينة) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (قرية).

8.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

ومن أجل فحص الفرضية الثامنة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي. والجدولان (16.4) و(17.4) يبينان ذلك:

جدول (16.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الضغوط النفسية	أقل من 2500 شقيل	50	3.55	0.655
	2501 إلى 5000شقيل	29	3.30	0.898
	من 5001 فأكثر	11	3.32	0.573

يتضح من خلال الجدول (16.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (17.4) يوضح ذلك:

جدول (17.4): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي على مقياس الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	بين المجموعات	1.251	2	0.625	1.161	.318
	داخل المجموعات	46.872	87	0.539		
	المجموع	48.123	89			

يتبين من الجدول (17.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على مقياس الضغوط النفسية، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq .05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

9.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة :

لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

للإجابة عن الفرضية التاسعة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين مقياسين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، والجدول (18.4) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون

جدول (18.4) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسيين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة. (ن=90)

	الضغوط النفسية	
	معامل ارتباط بيرسون	**مستوى الدلالة**
الدعم الاجتماعي	-.081	.450

يتضح من الجدول (18.4) وجود علاقة ارتباط غير دالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون(081.-) ويلاحظ أن العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة جاءت عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الدعم الاجتماعي انخفض مستوى الضغوط النفسية.

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

6.2.5 تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

7.2.5 تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها

8.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها

9.2.5

3.5 التوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى افراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

أشارت النتائج إلى أن مستوى الدعم الاجتماعي لدى افراد الأسر المهدمة بيوتها من قبل الاحتلال الأسرائيلي في محافظة رام الله والبيرة جاءت بدرجة متوسطة، بمتوسط حسابي بلغ (3.02) .

ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن خيبة الآمل التي يشعر بها أفراد الأسر المهدمة بيوتهم والتي تتعلق في قلة الدعم المقدم لهم من قبل المؤسسات الحكومية، وهذا ما بدى واضحاً على إجابة أفراد العينة على الفقرات المتعلقة بدعم المؤسسات الحكومية؛ إذ جاءت فقرة "وفرت لي الحكومة فرصة عمل بعد هدم بيتي" بالمرتبة (23) من أصل (25) فقرة، إذ بلغ المتوسط الحسابي لها (2.30) وبتقدير منخفض، كما جاءت فقرة "أرى أن المساعدات المقدمة لأهالي البيوت المدمرة

كافية " بالمرتبة قبل الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.21) وبتقدير منخفض، فيما يلاحظ أن الدعم المتعلق بالجيران والأصدقاء كان مرتفعاً وهذا ما بدى واضحاً من خلال إجابة أفراد العينة على الفقرات المتعلقة بالدعم المقدم من الجيران والأصدقاء والذي غالباً من يحمل طابع الدعم المعنوي، إذ جاءت الفقرة "وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (4.21) وبتقدير مرتفع، كما جاءت الفقرة " شعرت بالراحة لكثرة عبارات المؤازرة عندما هدم بيتي" بالمرتبة الثانية بمتوسط حسابي بلغ (3.93) وبتقدير مرتفع . ويلاحظ من خلال المعطيات السابقة قصوراً في الدعم المقدم من قبل المؤسسات الحكومية وهذا ما أكده أفراد العينة للباحثة إثناء توزيع أدوات الدراسة عليهم، إذ يشعر أفراد الأسر المهدمة بيوتها بأنهم لم يتلقوا الدعم الاجتماعي المناسب، وإن الدعم الاجتماعي المقدم لهم ممن حولهم ضمن إمكانيات محدودة لا ترتقي إلى حجم الخسائر التي تكبدتها هذه الأسر جراء هدم منازلهم. لذا جاءت هذه النتيجة متوسطة .

وأتفقت هذه النتيجة مع دراسة جعفر (2015) والتي أظهرت أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس جاءت متوسطة بمتوسط (3.08). كما وأتفقت أيضاً مع دراسة دياب (2006) والتي أظهرت أن مستوى الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه المراهقون الذين تعرضوا للاحداث الضاغطة كان متوسطاً.

بينما اختلفت مع دراسة السميري (2010) والتي أشارت إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أهالي هذه البيوت مرتفع حيث بلغت الدرجة الكلية للمقياس (80%). كما اختلفت مع دراسة عودة (2010) والتي أظهرت أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة مرتفعاً. ويمكن تفسير ذلك بزيادة أعمال الهدم في الفترة الأخيرة عنها في الفترة السابقة .

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

ما مستوى الضغوط النفسية لدى افراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة ؟

اظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بالسؤال الثاني أن مستوى الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة جاء متوسطاً، إذ بلغ المتوسط الحسابي لمقياس الضغوط النفسية ككل بلغ (3.44) وبنسبة مئوية (68.8) .

وتعزى هذه النتيجة إلى أن حجم المعاناه التي يشعر بها أفراد الأسر المهدمة بيوتها جراء الخسائر التي تكبدتها تلك الأسر نتيجة عملية الهدم، فقد سببت عملية هدم البيوت ردود فعل نفسية كان منها: القلق، والأكتئاب، والضغوط النفسية، التي ترتبت على تلك الأسر نتيجة آلة البطش الصهيونية التي أقتلعت الأشجار، وهدمت البيوت، وقتلت الطفل، والشاب، والعجوز، وأن الفلسطيني الذي هدم بيته بعد أن أمضى عمراً في بنائه من الطبعي أن يعاني من الضغوط النفسية نتيجة لسياسة الأحتلال الممنهجة ضد الشعب الفلسطيني، إذ عمدت سلطات الأحتلال اشكالاً مختلفة من ترويع الشعب الفلسطيني، والتي هدفها خلق المعاناه لدية، حتى يخرج من أرضه وبيته ويتركة للصهانية، وهذا كلة جعل الفلسطيني يعاني من القلق، والأكتئاب، والضغوظ النفسية، نتيجة تلك السياسات .

واتفقت نتيجة الدراسة مع دراسة جعفر (2015) والتي أشارت أن مستوى الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة جاءت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي (2.68). كما واتفقت مع دراسة النجار وأبو غالي (2017) والتي أظهرت أن درجة التعرض للخبرات الصادمة لدى الأطفال الفلسطينيين المدمرة بيوتهم في المناطق الحدودية كانت متوسطة إذ بلغت بلغت (58.6%) . كما اتفقت مع دراسة تيان وأخرين (Tian, et al., 2014) إذ أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى اضطراب ما بعد الصدمة جاء متوسطاً. كما وأتفقت مع دراسة عودة (2010) والتي أشارت إلى أن

مستوى التعرض للخبرة الصادمة لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة جاء متوسطاً بنسبة (62.7%) .

بينما أختلفت مع دراسة اللوزي (2020) والتي أشارت أن مستوى ضغوط ما بعد الصدمة لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الإسرائيلي في مدينة القدس كان مرتفعاً، والسبب أن عملية إعادة بناء الهدم في القدس تبدو بمعجزة، كما واختلفت مع دراسة ثوريسن وأخرين (Thoresen, et al., 2019)، التي أشارت إلى مستويات مرتفعة من أعراض القلق والاكتئاب بعد (26) عاماً من وقوع كارثة حريق عبارة ركاب ستار الاسكندنافية. كما أختلفت مع دراسة عواجة (2016) والتي أشارت أن الوزن النسبي لكرب ما بعد الصدمة (64.1%) وبتقدير مرتفع . كما وأختلف مع دراسة أبو سخيلة (2011) أن مستوى الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بمحافظة شمال غزة المدمرة منازلهم جاء مرتفعاً بنسبة (89%) من أفراد العينة.

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت نتائج الفرضية الأولى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس .

أن هذه النتيجة تعني أن الدعم الذي تتلقاه الأسر لا يختلف بإخلاف الجنس، وتعد هذه النتيجة واقعية إذ ينظر إلى الدعم الاجتماعي على أنه قيمة اجتماعية ودينية يتمتع بها أفراد

المجتمع الفلسطيني، وبالتالي فإن هذه القيمة لا تختلف بإخلاف الجنس بين الذكور والإناث، فعند هدم أحد البيوت، يهرع الجيران، والأقارب، سواء كانو ذكورا أم إناثاً إلى الأسرة التي هدم بيتها، وبالتالي فالدعم الاجتماعي الذي يقدمة أفراد المجتمع للأسرة التي هدم بيتها يكون شاملاً لتلك الأسر، إذ أن هذا الدعم يقدم لأفراد تلك الأسرة التي هدم بيتها سواء إكانوا من أفراد الأسرة الذكور والإناث والأطفال والكبار، وهذا يفسر عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لأفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تبعاً لمتغير الجنس .

ولم تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة إذ اختلفت مع دراسة السميري (2010) والتي أظهرت وجود فروق لصالح الإناث، كما واختلفت مع دراسة دياب (2006) والتي أظهرت وجود فروق لصالح الإناث، كما واختلفت أيضاً مع دراسة المعبود (2005) والتي أظهرت وجود فروق لصالح الإناث، ومع دراسة عودة (2010) والتي أظهرت وجود فروق لصالح الإناث، ويمكن عزو هذا الاختلاف إلى اخلاف أدوات الدراسة المطبقة على تلك الدراسات، كذلك إلى اختلاف الفترة الزمنية التي طبقت فيها الدراسات مقارنة في الدراسة الحالية .

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

أظهرت نتائج الفرضية الثانية عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

يمكن النظر إلى هذه النتيجة في ضوء طبيعة المجتمع الفلسطيني، الذي يعطف على الصغير، ويحترم الكبير، ويدعم الشاب، وبالتالي فالدعم الذي يقدمة المجتمع لأفراد الأسر المهدمة

بيوتها يراعي جميع الأعمار، وهذا من شأنه أن لا يجعل اختلافاً في شعور أفراد الأسر المهدمة بيوتها على اخلاف مستوياتهم العمرية في الدعم المقدم لهم، وبالتالي فهم يتلقون الدعم الاجتماعي بنفس القدر مما يجعل عدم اختلاف في نظرتهم للدعم الاجتماعي المقدم لهم .

ولم تتفق أو تختلف هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة وذلك كون الدراسات السابقة التي بحثت في المساندة الاجتماعية لم تتناول متغير العمر .

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

أظهرت نتائج الفرضية الثالثة عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

ويمكن النظر إلى هذه النتيجة في ضوء التشابة في عادات، وقيم، ومعتقدات، أفراد المجتمع الفلسطيني تجاه تقديم الدعم الاجتماعي، إذ أن الدعم الاجتماعي يّعد قيمة دينية، ووطنية، واجتماعية، وهذه القيمة المتأصلة في المجتمع الفلسطيني لا تختلف بين قرية، ومدينة، ومخيم، إذ في الواقع لا يوجد تباين في قيم المجتمع الفلسطيني بين قرية، ومدينة، ومخيم، فعند هدم أحد البيوت الفلسطينية سوء إكان مكان هذا البيت في قرية، أو مدينة، أو مخيم، يهرع الجيران والأقارب والأصدقاء ويقومون بواجبهم الاجتماعي تجاه تلك الأسرة، وربما يأتي أقارب وأصدقاء الأسرة التي هدم بيتها من المدينة المجاورة، أو من القرية المجاورة، أو من الخيم المجاور، والعكس صحيح، وبالتالي لا يختلف الدعم الاجتماعي المقدم لأفراد الأسر المهدمة بيوتها بين قرية ومدينة ومخيم .

ولم تتفق هذه النتيجة مع أي من الدراسات السابقة كون الدراسات السابقة لم تبحث الفروق في الدعم الاجتماعي تبعاً لمتغير مكان السكن، في حين أختلفت مع دراسة عودة (2010) والتي أشارت إلى فروق دالة إحصائياً في المساندة الاجتماعية الصالح محافظة الوسطى في غزة، ويمكن عزو اختلاف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة عودة (2010)، في أن دراسة عودة (2010)، إجريت في قطاع غزة وقارنت بين المحافظات ولم تقارن بين القرية والمدينة والمخيم.

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

أظهرت نتائج الفرضية الرابعة عدم وجود فروق في الدعم الاجتماعي لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله البيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي .

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بإن اختلاف مستوى الدخل، أو الوضع الاقتصادي للأسر المهدمة بيوتها، لا يعد محكاً ينظر إليه المجتمع، وبناءً عليه يقدمون الدعم الاجتماعي من عدمة لأفرد تلك الأسر المهدمة بيوتها، بل ينظر المجتمع إلى أفراد الأسر المهدمة بيوتها بأنهم ضحية لأعتداء وقع عليهم بصرف النظر عن وضعهم الاقتصادي، وبالتالي يقدم أفراد المجتمع الدعم الذي يحتاجة أفراد تلك الأسر المهدمة بيوتها، وهذا من شأنه أن يجعل شعور أفراد الأسر المهدمة بيوتها متقارب، على اختلاف مستوى الدخل أو الوضع الاقتصادي لهم، مما يفسر عدم وجود فروق بينهم في الدعم الاجتماعي تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي .

ولم تتفق أو تختلف هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة وذلك كون الدراسات السابقة التي بحث في المساندة الاجتماعية لم تتناول الفروق تبعاً لمتغير الوضع الاقتصادي.

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

أظهرت نتائج الفرضية الخامسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.

ويمكن غزو هذه النتيجة إلى كون الضغوط النفسية الواقعة على أفراد الأسر المهدمة بيوتها لم تفقرق بين ذكر وإنثى، إذ أن آلة البطش الصهيونية لا تفرق بين بين ذكر وإنثى، فهذه الآلة هدمت بيت الأسرة التي تأوي الرجال والنساء، فنقطع المأوى الذي يأوي أفراد الأسرة سوءً أكانو ذكوراً أم إناثاً، وبالتالي سبب ذلك ضغوطاً نفسية على أفراد الأسرة جميعاً، لذا كانت النتيجة واقعية في أن هذه الضغوط وقعت على الجنسين بنفس الدرجة .

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة عواجة (2016) والتي أظهرات عدم وجود فروق دالة إحصائياً في اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في شمال غزة تبعاً لمتغير الجنس. كما واتفقت أيضاً مع دراسة عودة (2010) والتي أظهرت عدم جود فروق دالة إحصائياً في التعرض للخبرة الصادمة لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة تبعاً لمتغير الجنس.

واختلفت النتيجة الحالية مع دراسة النجار وأبو غالي (2017) والتي أظهرت وجود فروق في درجة التعرض الخبرات الصادمة لدى الأطفال الفلسطينيين المدمرة بيوتهم في المناطق

الحدودية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الذكور بينما لا توجد فروق بين الجنسين في نسبة انتشار اضطراب المسلك. واختلفت أيضاً مع دراسة جعفر (2015) والتي أظهرت وجود فروق في الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة وفقاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث. كما واختلفت مع دراسة سيردا و آخروان (Cerdá, et al., 2013) التي أشارت إلى أن الفروق في اضطراب ما بعد الصدمة لصالح الإناث مقارنة بالذكور. كما وأختلفت أيضاً مع دراسة المعبود (2005) والتي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة وذلك لصالح الإناث. ومع دراسة أبو سخيلة (2011) والتي أظهرت وجود فروق في الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة بمحافظة شمال غزة المدمرة منازلهم تبعاً لمتغير الجنس إذ جاءت الفروق لصالح الإناث.

6.2.5 تفسير نتائج الفرضية السادسة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

أظهرت نتائج الفرضية السادسة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.

يمكن النظر إلى هذه النتيجة في ضوء السياسة التي ينتهجها الاحتلال الغاشم ضد الشعب الفلسطيني والتي لا تفرق بين صغيراً وكبير، فهذه السياسية الفاشية قتلت الأطفال والشباب والشيخوخ فهي لا تعطي إحتراماً لأية قيم أنسانية، وبالتالي تمارس سياستها الفاشية ضد الشعب الفلسطني فتقتل وتعتقل الاطفال، والشباب، والشيوخ، كما وتهدم بيوتهم وممتلكاتهم، وبالتالي

فالضغوط النفسية الناجمة عن سياسة الهدم لا تختلف بين عمر وآخر فجميع الأعمار وقعت عليها الضغوط النفسية بنفس القدر .

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عواجة (2016) التي أظهرات عدم وجود فروق دالة إحصائياً في اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في شمال غزة تبعاً لمتغير العمر. في حين اختلفت مع دراسة جعفر (2015) التي أظهرت وجود فروق في الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس وفقاً لمتغير العمر لصالح الأعمار الشابة.

7.2.5 تفسير نتائج الفرضية السابعة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير مكان السكن.

أظهرت نتائج الفرضية السابعة وجود فروق ذات دلالة إحصائياً على مقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير مكان السكن بين (قرية) من جهة وكل من (مخيم)، و (مدينة) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح (قرية).

يمكن النظر إلى هذه النتيجة في ضوء توزيع العينة وعدد عمليات هدم البيوت في القرية، حيث كان نصيب القرية العدد الأكبر من أفراد الأسر المهدمة بيوتها، فقد بلغ عدد أفراد الأسر المهدمة بيوتها في القرية (59) بينما كان في المدينة (16) في حين جاءت القرية (15). وبالإشارة إلى المعطيات أعلاه فإن (65.6%) من عينة الدراسة كانوا من أفراد الأسر المهدمة بيوتها من القرية، وبالتالي فإنهم وقع عليهم ضغوطاً نفسية أكبر حيث تعرضو لعملية الهدم بدرجة أكبر، إذ أن الضغوط النفسية ليست فقط ناجمة عن عملية هدم الأحتلال لبيت الشخص الذي هدم بيته من

القرية، بل ربما تكون ناجمة أيضاً عن هدم الاحتلال لبيت أخ ذلك الشخص أو جاره في القرية، إذ يتضح من الإحصائيات أن الأحتلال هدم الكثير من البيوت في القرية فتشردت العائلات من القرية وبالتالي سبب ذلك شعوراً كبيراً لدى أفراد القرية بالضغوط النفسية بصورة أكبر مقارنة بمن هم في المدينة أو المخيم، كما أنه هناك تضامن اجتماعي تقليدي في القرى أكثر منه في المدن .

وأتفقت الدراسة الحالية نسبياً مع دراسة عودة (2010) التي أظهرت جود فروق دالة إحصائياً في التعرض للخبرة الصادمة لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة تبعاً لمتغير مكان الاقامة لصالح محافظتي الشمال وخان يونس في التعرض للخبرة الصادمة. ويبدوا أن هذه المحافظات وقع عليها الأعتداء بصورة أكبر كما أظهرت نتيجة الدراسة الحالية في القرية.

وقد اختلفت النتيجة الحالية مع دراسة عواجة (2016) والتي أظهرات عدم وجود فروق دالة إحصائياً في اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في شمال غزة تبعاً لمتغير مكان السكن.

8.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثامنة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

أظهرت نتائج الفرضية الثامنة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

أن الكارثة التي وقعت على الأسرة التي هدم الاحتلال بيتها لا تختلف من حيث شدتها ودرجة الضغوط المترتبة عليها باختلاف الوضع الاقتصادي، إذ أن الفلسطيني يمضي عمراً يعمل ويكد، ويضع تحويشة عمره، حتى يبني بيته، كما أنه لا يوجد تباين كبير بين الوضع الاقتصادي لدى الأسر الفلسطينية بشكل عام وعينة الدراسة بشكل خاص، إذ أن (55.6%) من أفراد العينة كانت رواتبهم (أقل من 2500 شقيل)، و (32.2%) كانت رواتبهم من (2501 إلى 5000شقيل)، و (12.2%) كانت رواتبهم (من 5001 فأكثر)، وهذا يعني أن الوضع الاقتصادي لم يُظهر تبايناً كبيراً، أي أن أفراد العينة يعيشون نفس الظروف الاقتصادية نسبياً، وبالتالي لا يوجد بينهم فروق في الضغوط النفسية تعزى إلى الوضع الاقتصادي. كما أنه ربما لو كان هناك تبايناً كبيراً في الوضع الاقتصادي، فإنه ربما لا يخفف ولا يزيد من شدة الضغوط النفسية، إذ أن حجم الكارثة التي حلت بالأسر التي هدم الاحتلال بيوتها من شأنها أن تسبب ردود فعل نفسية على هذه الأسر منها: القلق، والأكتئاب، والضغوط النفسية. لذا لا يوجد فروق في الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الوضع الاقتصادي.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة جعفر (2015) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس تعزى لمتغير الدخل الشهري. كما اتفقت مع دراسة اللوزي (2020) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً في ضغوط ما بعد الصدمة لدى الأفراد الأسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الإسرائيلي في مدينة القدس تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي للأسرة، كما اتفقت مع دراسة عواجة (2016) والتي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائياً في اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في شمال غزة تبعاً لمتغير والوضع الاقتصادي للأسرة.

9.2.5 تفسير نتائج الفرضية التاسعة ومناقشتها

لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة ($\alpha \leq .05$) بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة.

أظهرت نتائج الفرضية التاسعة وجود علاقة ارتباط غير دالة إحصائياً بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون(.081-) وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الدعم الاجتماعي انخفض مستوى الضغوط النفسية.

يمكن تفسير هذه النتيجة المنخفضة من الارتباط بين متغيري الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية في ضوء أن الدعم الاجتماعي لم يكن بمستوى مرضٍ لدى أفراد العينة، وهذا مؤشر على أهمية الدعم الاجتماعي في خفض الضغوط النفسية إذ يفترض أنه كلما زداد الدعم الاجتماعي ينخفض مستوى الضغوط النفسية وهذا ما أشارت إليه الدراسة الحالية، إلا أن العلاقة لم تكن مرتفعة وهذا يشير إلى قصور في الدعم الاجتماعي المقدم لأفراد تلك الأسر المهدمة بيوتهم، إذ تأكد ذلك القصور من استجابة أفراد العينة حيث أتفق أفراد العينة على قصور الدعم الاجتماعي الرسمي المقدم من قبل المؤسسات الحكومية. وبالتالي فإن زيادة الدعم الاجتماعي من شأنها أن تؤدي إلى خفض الضغوط النفسية وهذا ما سعت إليه الدراسة الحالية من فحص العلاقة بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية، إذ أن العلاقة جاءت عكسية سالبة وهذا مؤشر هام يوضح أهمية الدعم الاجتماعي في خض الضغوط النفسية إلا أن الدعم الاجتماعي وخاصة الدعم من قبل المؤسسات الرسمية لم يكن في المستوى المأمول، وهذا يشير إلى أهمية تسليط الضوء على زيادة الدعم الاجتماعي لدى الأفراد المهدمة بيوتهم، وبالتالي الأسهام في خفض الضغوط النفسية لديهم بصورة أكبر .

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة عزاق (2017) التي. أظهرت وجود علاقة عكسية بين بين الدعم الاجتماعي المدرك والصدمة النفسية لدى ضحايا الإرهاب. كما واتفق النتيجة مع دراسة تشاو (Chao, 2016) التي أظهرت وجود علاقة عكسية منخفضة بين الدعم الاجتماعي واعراض الاكتئاب لدى كبار السن بعد الكوارث الطبيعية بلغت (0.062-). كما واتفقت هذه النتيجة مع دراسة جعفر (2015) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الاجتماعية والخبرة الصادمة لدى أهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال في محافظة القدس. واتفقت أيضاً مع دراسة عبد الله واخرين (Abdullah, 2015) التي أظهرت أن هناك علاقة عكسية كبيرة بين الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي. كما واتفقت أيضاً نسبياً مع دراسة مصطفى وأخرين (Mustaffa, et al., 2014)، التي أشارت إلى وجود علاقة ايجابية بين الدعم الاجتماعي وإدارة الانطباع والرفاه مما يشر إلى أهمية الدعم الاجتماعي المقدم. كما واتفقت مع دراسة روبينو وآخرين (Robinaugh, et al., 2011) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الدعم الاجتماعي واضطراب الإجهاد اللاحق للصدمات. كما وأتفقت مع دراسة دياب (2006) والتي أظهرت وجود علاقة عكسية بين الأحداث الضاغطة والدعم الاجتماعي. كما واتفقت مع دراسة المعبود (2005) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى إفراد العينة. كما وأتفقت مع دراسة عودة (2010) والتي أظهرت وجود علاقة عكسية بين التعرض للخبرة الصادمة والمساندة الاجتماعية.

بينما اختلفت مع نتائج دراسة (الدغيش، 2008) التي أسفرت عن عدم وجود علاقة بين هذين المتغيرين بين الدعم الاجتماعي والضغوط النفسية.

3.5 التوصيات والمقترحات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، فإن الباحثة توصي بما يلي:

1. تحسين مستوى الدعم الاقتصادي المقدم لأفراد الأسر المهدمة بيوتهم من قبل المؤسسات الحكومية.
2. إجراء مزيد من الدراسات على الأفراد المهدمة بيوتهم تتناول متغيرات نفسية .
3. ضرورة أهتمام ذوي الاختصاص بهذه الفئة في الجوانب النفسية والاجتماعية والاقتصادية.
4. إعداد برامج إرشادية تهدف إلى خفض الضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتهم .
5. زيادة الأهتمام إعلامياً بصورة أكبر بهدف لفت الأنتباه لمشكلات تلك الأسر التي هدم الأحتلال بيوتها.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

أولاً- المراجع باللغة العربية:

القرأن الكريم.

أبن منظور، أبي الفضل جمال الدين. (2011). **لسان العرب**. مصر، دار المعارف.

أبو الحصين، محمد فرج الله مسلم. (2010). **الضغوط النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في المجال الحكومي وعلاقتها بكفاءة الذات**(رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، كلية التربية، غزة.

أبو حليب، نبيلة. (2010). **الضغوط النفسية واستراتيجيات مواجهتها وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى أبناء الشهداء في محافظة غزة**. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

أبو سخيلة، عفيفة أحمد (2011). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة المدمرة منازلهم بمحافظة شمال غزة، **مجلة جامعة الأزهر : سلسلة العلوم الإنسانية**. 13، (1): 689-720 .

أوتشا(OCHA) (2018). **مكتب الأمم المتحدة لتنسيق الشؤون الانسانية**، القدس: فلسطين.

توام، مريم. (2019). **أثر برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض الضغوط النفسية لدى عينة من أمهات أطفال اضطراب طيف التوحد.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، القدس، فلسطين.

جعفر، ناصر محمود ابراهيم (2015). **العلاقة بين المساندة الاجتماعية والخبرة الصادمة لدى اهالي البيوت المهدمة من قبل قوات الاحتلال الأسرائيلي في محافظة القدس.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة القدس، القدس.

حنفي، هويدة (2007). المساندة الاجتماعية كما يدركها المكفوفون والمبصرون من طلاب جامعة الإسكندرية وتأثيرها على الوعي بالذات لديهم، **المجلة المصرية للدراسات النفسية.** 55،(17): 311-366.

الدحادحة، باسم. (2010). **الإرشاد والعلاج النفسي**، العين: مكتبة الفالح.

الدغيش، طارق مكرد .(2008). العلاقة بين الضغوط النفسية و الدعم الاجتماعي عند طلبة جامعة إب. **الباحث الجامعي**، 18: 191-216.

دياب، مروان عبد الله (2006). **دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الاحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين .

الرشيد، هارون. (1999). **الضغوط النفسية طبيعتها، نظرياتها، برنامج لمساعدة الذات في علاجها.** القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

السميري، نجاح عواد (2010). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أهالي البيوت المدمرة خلال العدوان الإسرائيلي على محافظات غزة، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث – العلوم الإنسانية**، 24 (8): 2151 – 2186 .

السهلي، ماجد اللميع (2007). **الامن النفسي وعلاقته بالاداء الوظيفي، دراسة مسحية على اعضاء الشورى السعودي،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الملك نايف بن عبد العزيز الامنية .

الشناوي، محمد محروس و عبد الرحمن محمد (1994). **المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية،** القاهرة : الانجلو المصرية.

صلاح، أميرة احمد عبد (2018). **المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي في محافظة رام الله والبيرة.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، رام الله ، فلسطين .

الطهراوي، جميل حسن (2008) **الضغوط النفسية وطرق التعامل معها في القرآن الكريم،** بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الدولي الأول بعنوان القرآن الكريم ودوره في معالجة قضايا الأمة الذي ينظمه مركز القرآن الكريم والدعوة الإسلامية، كلية أصول الدين–الجامعة الإسلامية، غزة، ديسمبر.

العامرية، منى (2014). **مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسر ي بمحافظة الداخلية.**(رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية العلوم والآداب، جامعة نزوى، عُمان.

عبد المعطي، حسن (2006). **ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها.** القاهرة: زهراء الشرق.

عزاق، رقية (2017). علاقة الدعم الاجتماعي المدرك بمستوى اضطرابات ما بعد الصدمة لدى المتضررين من الارهاب في الجزائر. **مجلة دفاتر المخبر.** 12 (2): 73-82.

عطية، محمود. (2010). **ضغـوط المراهقيـــن والشباب وكيفيـــة مواجهتها،** القاهـرة: مكتبــة الأنجلــو المصرية.

علي، عبد السلام علي (2000). المساندة الاجتماعية وأ حداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع آسرهم والمقيمين في المدن الجامعية. **مجلة علم النفس** .53، 3- 22.

عواجة، علا صالح عبد الرحمن (2016) **اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين المهدّمة بيوتهم في العدوان الأسرائيلي على غزة.**(رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأسلامية غزة، فلسطين.

عودة، محمد محمد (2010). **الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الإجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين .

عوده، أحمد وملكاوي، فتحي حسن. (1992). **أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية : عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي.** إربد: مكتبة الكتابي.

عيسوي، عبد الرحمن (2005) **علم النفس الأسري.** الأسكندرية : عالم المعرفية الجامعية .

غانم، محمد .(2008). **الشباب المعاصر وأزماته.** القاهرة : مكتبة الدار العربية للكتاب.

فايد، حسين (2001). **دراسات في الصحة النفسية.** الإسكندراية: المكتب الجامعي الحديث.

فريحات، رانية حكمت (2009). **مصادر الدعم الاجتماعي واستراتيجيات التكيف لدى السجينات في الأردن وعلاقتها بالصحة النفسية ومواجهة ضغوطات بيئة السجن** . (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، الجامعة الادرنية، عمان، الاردن .

القحطاني، محمد بن متراك آل شري.(2017). الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب مرحلة البكالوريوس بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، **مجلة البحوث الدولية في التربية وعلم النفس،** 5(2): 521- 549.

اللوزي، تهاني أحمد نمر (2020) **ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الإسرائيلي في مدينة القدس** . (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين .

مرسي، إبراهيم (2000). **السعادة وتنمية الصحة النفسية** . مصر : دار النشر للجامعات .

المعبود، نجاء محمد (2005). **تأثير المساندة الاجتماعية على خفض الضغوط النفسية الناجمة عن صدمات الحوادث لدى عينة من طلبة الجامعة.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر .

ناصر، روزين نايف منصور (2009). **مستوى الضغوط النفسية ومستوى الدعم الاجتماعي لدى المسنين في دور الرعاية الاجتماعية في مدينة الناصرة** . (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة اليرموك، إربد، الاردن .

النجار، يحيى وأبو غالي، عاطف (2017) الخبرات الصادمة واضطراب المسلك لدى الأطفال المدمرة بيوتهم بالمناطق الحدودية في شرق محافظة خانيونس، **مجلة جامعة بيت لحم**، 34، 12-32.

الهنداوي، محمد (2011). **الدعم الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعافين حركياً بمحافظة غزة.** (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ، جامعة الأزهر، غزة.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية

Abdullah, S., Sipon, S., Nazli, N. N. N. N., & Puwasa, N. H. (2015). The relationship between stress and social support among flood victims. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 192, 59-64.

Allen, K. A., Bowles, T. V., & Weber, L. L. (2013). Mothers' and fathers' stress associated with parenting a child with autism spectrum disorder**. Autism Insights**, 5, 1.

Cerdá, M., Paczkowski, M., Galea, S., Nemethy, K., Péan, C., & Desvarieux, M. (2013). psychopathology in the aftermath of the h aiti earthquake: A population-based study of posttraumatic stress disorder and major depression. Depression and anxiety, 30(5), 413-424.

Chao, S. F. (2016). Social support, coping strategies and their correlations with older adults' relocation adjustments after natural disaster. *Geriatrics & gerontology international*, *17*(6), 1006-1014.

Garcia, E. (2011.) **A tutorial on correlation coefficients**, information- retrieval-18/7/2018.https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099edea.pdf.

Mustaffa, C. S., Marzuki, N. A., Ariffin, M. T., Salleh, N. A., & Rahaman, N. H. (2014). Relationship between social support, impression management and well-being among flood victims in Malaysia. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 155, 197-202.

Ornelas, S., & Kleiner, B. H. (2003). New developments in managing job related stress. **Equal Opportunities International**. 22(5):64-70

Robinaugh, D. J., Marques, L., Traeger, L. N., Marks, E. H., Sung, S. C., Beck, J. G., ... & Simon, N. M. (2011). Understanding the relationship of perceived social support to post-trauma cognitions and posttraumatic stress disorder. Journal of anxiety disorders, 25(8), 1072-1078

Sarason, I.G., Levine, H. M. Bashman, R. B. & Sarason B. R. (1983). Assessing social support**. Journal of Personality and Social Psychology**, 44, (1), 127-139.

Thoresen, S., Birkeland, M. S., Arnberg, F. K., Wentzel-Larsen, T., & Blix, I. (2019). Long-term mental health and social support in victims of disaster: comparison with a general population sample. **BJPsych open**, 5(1).

Tian, Y., Wong, T. K., Li, J., & Jiang, X. (2014). Posttraumatic stress disorder and its risk factors among adolescent survivors three years after an 8.0 magnitude earthquake in China. BMC public health, 14(1), 1-7.

الملاحق

أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم

ب. قائمة المحكمين

ت. أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

ث. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

ج. كتاب تسهيل مهمة

الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

حضرة الأستاذ/ة الدكتور/ة أ.د.....المحترم/ة.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: بعنوان "الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة " ، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة القدس المفتوحة. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بالاستعانة بالمقاييس الآتية: مقياس الدعم الاجتماعي المستخدم في دراسة (السميري،2010)، ومقياس الضغوط النفسية المستخدم في دراسة (ابو سخيلة،2011).

نظراً لما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال، فإنني آمل منكم التفضل بتحكيم فقرات أدوات الدراسة المرفقة، وإفادتي بما بمدى صلاحيتها من حيث : 1) الصياغة اللغوية للفقرات. 2) مناسبة الفقرات للأبعاد التي تقيسها. 3) وأيّ تعديلات أو مقترحات ترونها مناسبة .

شاكرين لكم حسن تعاونكم

الباحثة : هداية حسن قرعوش

إشراف : أ. د. زياد بركات

بيانات المحكم:

اسم المحكم	الجامعة	الرتبة	التخصص

أولاً- مقياس الدعم الاجتماعي:

الرقم	الفقرة	دقة الصياغة				التعديل المقترح
		صالحة	غير صالحة	دقيقة	غير دقيقة	
1	وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي.					
2	شعرت بالراحة لكثرة عبارات المؤازرة عندما هدم بيتي.					
3	زاد تواصل لآخرين معي بعد هدم بيتي.					
4	اشعر بالراحة عندما الجأ إلى رجال الدين في حل مشكلة ما.					
5	عندما أواجه متاعب لا أبوح بها لاحد.					
6	مؤزارة الأخرين لي ساعدتني على نسيان مأساة هدم البيت.					
7	زارني مسؤولين حكوميون عندما هدم بيتي.					
8	تركز وسائل الاعلام على اظهار مشكلة أهالي البيوت المدمرة.					
9	أجد الاحترام والتقدير عندما أتوجه لأي مكتب من مكاتب المسؤولين.					
10	تلقيت مساعدات مادية عاجلة بعدما هدم بيتي.					
11	وفرت لي الحكومة مسكناً بديلاً فور هدم بيتي.					
12	عانيت من عدم قدرتي على توفير جاجيات اسرتي.					
13	أرى أن مساعدات الوكالة غير كافية.					
14	يوجد العديد من المؤسسات التي توفر الدعم					

	المادي لهذه الفئة.					
15	يوجد العديد من المؤسسات التي توفر الدعم المادي لهذه الفئة.					
16	تقديم الهدايا من قبل المؤسسات المجتمع تشعرني بالتقدير.					
17	تقديم الهدايا من قبل المؤسسات المجتمع تشعرني بالتقدير.					
18	أجد من يقرضني المال عندما أحتاجه.					
19	حصولي على المساعدات المادية بعد هدم بيتي حسن وضعي.					
20	لا ألقى معونة مادية من احد.					
21	أرى أن المساعدات المقدمة لاهالي البيوت المدمرة كافية.					
22	توزع المساعدات بصورة عادلة.					
23	أرى أن مساعدات الوكالة فيها إذلال للمواطن.					
24	أنا راض عن المساعدات التي تقدمها وزارة الشؤون الاجتماعية .					
25	تقدم الاحزاب المختلفة المساعدة الاجتماعية لاعضائها وتترك الأخرين .					
26	ما تلقيته من مساعدات نقطة في بحر مما خسرت.					
27	أشعر بعدم اهتمام المسؤولين بأهالي البيوت المدمرة .					
28	أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة.					
29	الجأ إلى طلب المساعدة عندما احتاجها.					
30	اسمع عن مساعدات ولكن لا ارى شيئا منها.					
31	وفرت لي الحكومة فرصة عمل بعد هدم بيتي.					

ثانياً: مقياس الضغوط النفسية

الرقم	الفقرة	دقة الصياغة				التعديل المقترح
		صالحة	غير صالحة	دقيقة	غير دقيقة	
1	أعرق بسرعة عند سماعي صوت الرصاص					
2	أتنفس بسرعة عنما اسمع اصوات الدبابات تقترب من بيتي					
3	أشعر بأن جسمي منهك					
4	أشعر بصعوبة في التنفس عند ذهابي للنوم					
5	أشعر أن جسدي يرتعش بمجرد رؤيتي لمنظر البيوت المهدمة					
6	تصاب اطرافي بالبرودة عند سماعي صوت انفجار					
7	لا استطيع التركيز وأنا بعيد عن منزلي					
8	ينتابني إحساس بفقدان الامن وأنا في وطني					
9	يضيع كثيراً من وقتي وأنا افكر في آثار الاحتلال على وطني					
10	أعتقد أن الاحتلال تقلل من فرصتي في تحقيق أهدافي					
11	أفكر في امور قد تسبب لي المتاعب لمجرد مشاهدتي منظر الدمار					
12	أشعر بالمذلة والمهانة وانا ارى اسر كثيرة تعيش في الخيام					
13	تتطاير مني الأفكار لمجرد اقترابي من بيت المدمر					
14	أشعر بالخوف الشديد على مصير أفراد اسرتي عند التفكير في هدم بيتي					
15	أجد صعوب في الاستغراق في النوم بسبب					

	التفكير الزائد في هدم بيتي					
16	تتراكم الهموم علي اثناء المساء خاصة أيام الشتاء					
17	أصبحت أكثر عصبية لكثرة معاناتي من الظروف القاسية					
18	أخاف أن تطول مدة معاناة الناس بسبب نتائج الاحتلال					
19	رؤيتي لمنظر الخيام تسبب لي الشعور والاكتئاب					
20	اصبحت سهل الاثارة عند سماعي أي صوت مفاجئ					
21	أشعر بأن حياتي غير مستقرة بسبب هدم بيتي					
22	تتسم علاقاتي مع الجيران بالفتور بعد هدم بيتي					
23	ابكي في أحيان كثيرة للتنفيس عما بداخلي					
24	يقلقني ضعف علاقاتي الاجتماعية مع الآخرين بسبب هدم بيتي					
25	أتفوه بالفاظ غير لائقية مع غيري دون وجود سبب					
26	تعاني أسرتي من نقص الأصدقاء الذين يتعاطفون معنا بسبب هدم بيتي					
27	رغم الاحباط تبقى دافعيتي مرتفعة					
28	نظرتي إلى المستقبل نظرة يائسة ومتشائمة					
29	فكرت في الهجرة من هذا الوطن بسبب المعاناة					
30	ليس لدي وقت للراحة والاسترخاء بسبب وجودي في ظروف سكنية سيئة					
31	أشعر بالحرج من لجوء أسرتي للمؤسسات الخيرية لتلقي المساعدات بسبب هدم بيتي					
32	تعاني أسرتي من ظروف اقتصادية صعبة بسبب هدم بيتي					
33	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير احتياجاتها الضرورية بعد هدم البيت					
34	يزعجني عدم قيام مؤسسات المجتمع المدني بدورها بالشكل المطلوب أتجاه هدم بيتي					
35	غالبا ما أشعر أن مساعدة الآخرين لنا تقدم على					

	الشفقة والاحسان					
36	ثقتي بالأحزاب السياسية مفقودة لعدم مقدرتهم حل مشكلة هدم بيتي					
37	يضايقني حضور المناقشات السياسية التي تتجاهل مشكلة هدم بيتي					
38	ينتابني شعور بالغضب لعدم اهتمام الأعلام الكافي بهدم بيتي					
39	أشعر بالضيق لعدم اهتمام السياسيين بقضايا البيوت المهدمة					
40	أشعر بالانزعاج من عدم الاستقرار السياسي الذي يؤخر حل مشكلة هدم بيتي					

الملحق (ب): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	الرتبة	التخصص	الجامعة
1	أ. د. محمد شاهين	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
2	أ. د. حسني عوض	أستاذ	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
3	د . راتب أبو رحمة	أساتذ مساعد	إرشاد نفسي وتربوي	جامعة القدس المفتوحة
4	د. عبد الكريم مزعل	أساتذ مساعد		جامعة القدس المفتوحة
5	د. عبد الهادي الصباح	أساتذ مساعد	قياس وتقويم	جامعة القدس المفتوحة
6	د. حسين حمايل	أساتذ مساعد	تربية	جامعة القدس المفتوحة
7	د. محمد براغيث	أساتذ مساعد	علم نفس	جامعة القدس المفتوحة

الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

تحيه طيبة وبعد:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: " **الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة** "،وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا– جامعة القدس المفتوحة.

أرجو التكرم بالإجابة على فقرات المقياس علماً انه مخصص لأغراض البحث العلمي وسيتم التعامل مع إجابتك بسرية تامة .

شاكراً لكم جهودكم الطيبة وحسن تعاونكم الباحثة: هداية حسن قرعوش

اولاً: البيانات الشخصية

ضعي إشارة Xفي مربع الإجابة التي تناسبك :

1. **الجنس:** 1_ذكر ( ) 2. أنثى( )
2. **العمر** : 1_ (25 سنة فما دون) ( ) 2_ (من 26 إلى 35 سنة) ( )

3_ (من 36 إلى 45 سنة) ( )4_(46 سنة فأعلى) ( )

3. **مكان الساكن** :1_ مخيم( ) 2_قرية( ) 3_مدينة ( )

4. **الوضع الأقتصادي**:1_أقل من 2500 شقيل ( ) 2_2501 إلى 5000شقيل( ) 3_من 5001 فأكثر .

ضعي إشارة (X) في الخانة التي تناسبك:

مقياس الدعم الاجتماعي

الرقم	الفقرة	يحدث دائماً	يحدث كثيراً	قليل الحدوث	نادر الحدوث	لا يحدث أبداً
1	وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي					
2	شعرت بالراحة لكثرة عبارات المؤازرة عندما هدم بيتي					
3	زاد تواصل الآخرين معي بعد هدم بيتي					
4	أشعر بالراحة عندما الجأ إلى رجال الدين في حل مشكلة ما					
5	أشعر أنني محل اهتمام الأخرين أكثر من قبل					
6	عندما أواجه متاعب لا أبوح بها					
7	مؤازرة الأخرين لي ساعدتني على نسيان مأساة هدم البيت					
8	زارني مسؤولين حكوميون عندما هدم بيتي					
9	تركز وسائل الاعلام على اظهار مشكلة أهالي البيوت المدمرة					
10	أجد الاحترام والتقدير عندما أتوجه لأي مكتب من مكاتب المسؤولين					
11	تلقيت مساعدات مادية عاجلة بعدما هدم بيتي					

12	وفرت لي الحكومة مسكناً بديلاً فور هدم بيتي					
13	أرى أن مساعدات مؤسسات المجتمع المدني غير كافية					
14	يوجد العديد من المؤسسات التي توفر الدعم المادي لهذه الفئة					
15	تقديم الهدايا من قبل المؤسسات المجتمع تشعرني بالتقدير					
16	أجد من يقرضني المال عندما أحتاجه					
17	حصولي على المساعدات المادية بعد هدم بيتي حسن وضعي					
18	لا ألقى معونة مادية من أحد					
19	أرى أن المساعدات المقدمة لأهالي البيوت المدمرة كافية					
20	أنا راض عن المساعدات التي تقدمها وزارة الشؤون الاجتماعية					
~~21~~	~~تقدم الاحزاب المختلفة المساعدة الاجتماعية لأعضائها وتترك الأخرين~~		**حذفت**			
~~22~~	~~ما تلقيته من مساعدات نقطة في بحر مما خسرت~~		**حذفت**			
23	أشعر بعدم اهتمام المسؤولين بأهالي البيوت المدمرة					
24	أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة					
25	الجأ إلى طلب المساعدة من الاخرين عندما احتاجها					
26	اسمع عن مساعدات ولكن لا ارى شيئاً منها					
27	وفرت لي الحكومة فرصة عمل بعد هدم بيتي					

مقياس الضغوط النفسية

		يحدث	**يحدث**	**قليل**	**نادر**	**لا يحدث**

الرقم	الفقرة	دائماً	كثيراً	الحدوث	الحدوث	أبداً
1	أعرق بسرعة عند سماعي صوت الرصاص					
2	أشعر بأن جسمي منهك					
3	أشعر بصعوبة في التنفس عند ذهابي للنوم					
4	أشعر أن جسدي يرتعش بمجرد رؤيتي لمنظر البيوت المهدمة					
5	تصاب اطرافي بالبرودة عند سماعي صوت انفجار					
6	لا استطيع التركيز وأنا بعيد عن منزلي					
7	يضيع كثيراً من وقتي وأنا افكر في آثار الاحتلال على وطني					
8	أعتقد أن الاحتلال قلل من فرصتي في تحقيق أهدافي					
9	أفكر في امور قد تسبب لي المتاعب لمجرد مشاهدتي منظر الدمار					
10	أشعر بالخوف الشديد على مصير أفراد اسرتي عند التفكير في هدم بيتي					
11	أجد صعوب في الاستغراق في النوم بسبب التفكير الزائد في هدم بيتي					
12	تتراكم الهموم علي اثناء المساء خاصة أيام الشتاء					
13	أصبحت أكثر عصبية لكثرة معاناتي من الظروف القاسية					
14	أخاف أن تطول مدة معاناة الناس بسبب نتائج الاحتلال					
15	اصبحت سهل الاثارة عند سماعي أي صوت مفاجئ					
16	أشعر بأن حياتي غير مستقرة بسبب هدم بيتي					
17	ابكي في أحيان كثيرة للتنفيس عما بداخلي					

18	يقلقني ضعف علاقاتي الاجتماعية مع الآخرين بسبب هدم بيتي					
19	تعاني أسرتي من نقص الأصدقاء الذين يتعاطفون معنا بسبب هدم بيتي					
~~20~~	~~رغم الاحباط تبقى دافعيتي مرتفعة~~				**حذفت**	
21	نظرتي إلى المستقبل نظرة يائسة ومتشائمة					
22	فكرت في الهجرة من هذا الوطن بسبب المعاناة					
23	ليس لدي وقت للراحة والاسترخاء بسبب وجودي في ظروف سكنية سيئة					
24	أشعر بالحرج من لجوء أسرتي للمؤسسات الخيرية لتلقي المساعدات بسبب هدم بيتي					
25	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير احتياجاتها الضرورية بعد هدم البيت					
26	يزعجني عدم قيام مؤسسات المجتمع المدني بدورها بالشكل المطلوب أتجاه هدم بيتي					
27	أشعر أن مساعدة الآخرين لنا تقوم على الشفقة والاحسان					
28	ثقتي بالأحزاب السياسية مفقودة لعدم مقدرتهم حل مشكلة هدم بيتي					
29	يضايقني حضور المناقشات السياسية التي تتجاهل مشكلة هدم بيتي					
30	ينتابني شعور بالغضب لعدم اهتمام الأعلام الكافي بهدم بيتي					
31	أشعر بالضيق لعدم اهتمام السياسيين بقضايا البيوت المهدمة					

الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

تحيه طيبة وبعد:

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: " **الدعم الاجتماعي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أفراد الأسر المهدمة بيوتها في محافظة رام الله والبيرة** "، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا– جامعة القدس المفتوحة.

أرجو التكرم بالإجابة على فقرات المقياس علماً انه مخصص لأغراض البحث العلمي وسيتم التعامل مع إجابتك بسرية تامة .

شاكراً لكم جهودكم الطيبة وحسن تعاونكم

الباحثة:

هداية حسن قرعوش

اولاً: البيانات الشخصية

ضعي إشارة Xفي مربع الإجابة التي تناسبك :

5. **الجنس:** 1_ذكر ( ) 2. أنثى( )
6. **العمر** : 1_ (25 سنة فما دون) ( ) 2_ (من 26 إلى 35 سنة) ( )

3_ (من 36 إلى 45 سنة) ( )4_(46 سنة فأعلى) ( )

7. **مكان الساكن** :1_ مخيم( ) 2_قرية( ) 3_مدينة ( )
8. **الوضع الأقتصادي**:1_أقل من 2500 شقيل ( ) 2_2501 إلى 5000شقيل( ) 3_ من 5001 فأكثر( )

ضعي إشارة (X) في الخانة التي تناسبك:

مقياس الدعم الاجتماعي

الرقم	الفقرة	يحدث دائماً	يحدث كثيراً	قليل الحدوث	نادر الحدوث	لا يحدث أبداً
1.	وجدت جميع جيراني حولي عندما هدم بيتي					
2.	شعرت بالراحة لكثرة عبارات المؤازرة عندما هدم بيتي					
3.	زاد تواصل الآخرين معي بعد هدم بيتي					

.4	أشعر بالراحة عندما الجأ إلى رجال الدين في حل مشكلة ما					
.5	أشعر أنني محل اهتمام الأخرين أكثر من قبل					
.6	عندما أواجه متاعب لا أبوح بها					
.7	مؤازرة الأخرين لي ساعدتني على نسيان مأساة هدم البيت					
.8	زارني مسؤولين حكوميون عندما هدم بيتي					
.9	تركز وسائل الاعلام على اظهار مشكلة أهالي البيوت المدمرة					
10	أجد الاحترام والتقدير عندما أتوجه لأي مكتب من مكاتب المسؤولين					
11	تلقيت مساعدات مادية عاجلة بعدما هدم بيتي					
12	وفرت لي الحكومة مسكناً بديلاً فور هدم بيتي					
13	أرى أن مساعدات مؤسسات المجتمع المدني غير كافية					
14	يوجد العديد من المؤسسات التي توفر الدعم المادي لهذه الفئة					
15	تقديم الهدايا من قبل المؤسسات المجتمع تشعرني بالتقدير					
16	أجد من يقرضني المال عندما أحتاجه					
17	حصولي على المساعدات المادية بعد هدم بيتي حسن وضعي					
18	لا ألقى معونة مادية من أحد					
19	أرى أن المساعدات المقدمة لأهالي البيوت المدمرة كافية					
20	أنا راض عن المساعدات التي تقدمها وزارة الشؤون الاجتماعية					
21	أشعر بعدم اهتمام المسؤولين بأهالي البيوت المدمرة					
22	أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة					
23	الجأ إلى طلب المساعدة من الاخرين عندما احتاجها					

24	اسمع عن مساعدات ولكن لا ارى شيئاً منها					
25	وفرت لي الحكومة فرصة عمل بعد هدم بيتي					

مقياس الضغوط النفسية

الرقم	الفقرة	يحدث دائماً	يحدث كثيراً	قليل الحدوث	نادر الحدوث	لا يحدث أبداً
.1	أعرق بسرعة عند سماعي صوت الرصاص					
.2	أشعر بأن جسمي منهك					
.3	أشعر بصعوبة في التنفس عند ذهابي للنوم					
.4	أشعر أن جسدي يرتعش بمجرد رؤيتي لمنظر البيوت المهدمة					
.5	تصاب اطرافي بالبرودة عند سماعي صوت انفجار					
.6	لا استطيع التركيز وأنا بعيد عن منزلي					
.7	يضيع كثيراً من وقتي وأنا افكر في آثار الاحتلال على وطني					
.8	أعتقد أن الاحتلال قلل من فرصتي في تحقيق أهدافي					
.9	أفكر في امور قد تسبب لي المتاعب لمجرد مشاهدتي منظر الدمار					
10	أشعر بالخوف الشديد على مصير أفراد اسرتي عند التفكير في هدم بيتي					
11	أجد صعوب في الاستغراق في النوم بسبب التفكير الزائد في هدم بيتي					

12	تتراكم الهموم علي اثناء المساء خاصة أيام الشتاء					
13	أصبحت أكثر عصبية لكثرة معاناتي من الظروف القاسية					
14	أخاف أن تطول مدة معاناة الناس بسبب نتائج الاحتلال					
15	اصبحت سهل الاثارة عند سماعي أي صوت مفاجئ					
16	أشعر بأن حياتي غير مستقرة بسبب هدم بيتي					
17	ابكي في أحيان كثيرة للتنفيس عما بداخلي					
18	يقلقني ضعف علاقاتي الاجتماعية مع الآخرين بسبب هدم بيتي					
19	تعاني أسرتي من نقص الأصدقاء الذين يتعاطفون معنا بسبب هدم بيتي					
20	نظرتي إلى المستقبل نظرة يائسة ومتشائمة					
21	فكرت في الهجرة من هذا الوطن بسبب المعاناة					
22	ليس لدي وقت للراحة والاسترخاء بسبب وجودي في ظروف سكنية سيئة					
23	أشعر بالحرج من لجوء أسرتي للمؤسسات الخيرية لتلقي المساعدات بسبب هدم بيتي					
24	أتضايق لعدم قدرة أسرتي على توفير احتياجاتها الضرورية بعد هدم البيت					
25	يزعجني عدم قيام مؤسسات المجتمع المدني بدورها بالشكل المطلوب أتجاه هدم بيتي					
26	أشعر أن مساعدة الآخرين لنا تقوم على الشفقة والاحسان					
27	ثقتي بالأحزاب السياسية مفقودة لعدم مقدرتهم حل مشكلة هدم بيتي					
28	يضايقني حضور المناقشات السياسية التي تتجاهل مشكلة هدم بيتي					
29	ينتابني شعور بالغضب لعدم اهتمام الأعلام الكافي بهدم بيتي					
30	أشعر بالضيق لعدم اهتمام السياسيين بقضايا البيوت المهدمة					

مع بالغ الشكر

الباحثة

الملحق (ج): كتاب تسهيل المهمة