

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد لمين دباغين. سطيف 2

قسم علم النفس

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل: psy3/CL/007/02/14



أطروحة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة دكتوراه الطور الثالث في فرع علم النفس

تخصص: علم النفس الصحة

بعنوان:

استراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية وعلاقتها بالصلابة النفسية
(دراسة ميدانية على عينة أعوان الحماية المدنية بالبويرة)

إعداد الطالب:

أيدير بن سالم

لجنة المناقشة:

الصفة	مؤسسة الانتساب	الرتبة	اسم ولقب الأستاذ
رئيسا	جامعة سطيف 2	أستاذ محاضراً	د. غنية عزيز
مشرفا ومقررا	جامعة سطيف 2	أستاذ	أ.د. لحسن بوعبد الله
ممتحنا	جامعة سطيف 2	أستاذ محاضراً	د جباررتيبة
ممتحنا	جامعة المسيلة	أستاذ	أ.د. طه محمود
ممتحنا	جامعة البويرة	أستاذ محاضراً	د. زوينة حلوان

السنة الجامعية: 2018 / 2019 م

كلمة شكر

قبل شكر الخلق لابد من شكر الخالق فالحمد لله لربي العالمين على كل ما أنعم به علينا

لإتمام هذا العمل

كما أتقدم بشكري الخاص إلى كل من ساهم في إعداد هذا العمل و أخص بالذكر الأستاذة

المشرفة "لحسن بوعبد الله" على كل ما قدمته لي من نصائح وإرشادات قيّمة من أجل إنجاز هذا

العمل كما لا يفوتني أن أشكر كل الأساتذة على كل ما قدموه لنا من يد العون و حتى الطاقم

الإداري.

كما لا ننسى أن نتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير إلى كل من مد لنا يد العون

من قريب أو بعيد وخاصة زملاء العمل و كل الأصدقاء دون أن ننسى رجال الحماية

المدنية.

وإلى كل من له الفضل في إنجاز هذا العمل من فكرة موصية أو كلمة محفزة



الإهداء

أهدي ثمرة جسدي

إلى من يقف لسانه عاجزا أمام تضحياتها

إلى من سقنتني الحب والعطف والحنان وعلمتني أن الدنيا أخذ وعطاء، إلى أول امرأة فاض لسانه
وشفتاي باسمها فألهمتني بسحر حنانها إليك أنت أمي يا أرق وأحذب أم في الوجود.

إلى من فرح لفرحي و حزن لحزني أبي العزيز.

إلى رفيقة دربي و سدي في الحياة، إلى التي أهدتني كنز عمري "ابني إياس" "ومدلتني ليا"

زوجتي الغالية.

إلى إخوتي وأخواتي الذين قاسموني حلو ومر هذه الحياة...

إلى كل العائلة من كبيرهم وصغيرهم

إلى كل الأصدقاء و الزملاء في العمل و الجامعة



فهرس المحتويات

أ	كلمة شكر
ب	إهداء
01	مقدمة
	1- الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
05	1-1-الإشكالية
10	1-2-الفرضية
10	1-3-أهداف البحث
11	1-4-أهمية البحث
11	1-5-تحديد المصطلحات
	2- الفصل الثاني: الصدمة النفسية والحدث الصدمي
18	1-2-الصدمة النفسية
18	1-1-2-التطور التاريخي لمفهوم الصدمة النفسية
20	2-1-2-تعريف الصدمة النفسية
22	2-3-1-2-نظريات الصدمة
22	1-3-1-2-الصدمة من وجهة نظر FREUD
24	2-3-1-2-الصدمة من وجهة نظر FERENCZI
25	3-3-1-2-رؤية دياتكين DIATKINE للصدمة
26	4-3-1-2-الصدمة من وجهة نظر Otto Fenichel
26	5-3-1-2-رؤية ميلاني كلاين Melanie Klein
28	6-3-1-2-الصدمة من وجهة نظر لبيغو F.Lebigot
28	7-3-1-2-الصدمة من وجهة نظر lacan
29	8-3-1-2-نظرية مارتي Marty والصدمة النفسية
29	2-2- الحدث الصدمي
30	1-2-2-تعريف الحدث الصدمي
30	2-2-2-طبيعة الحدث الصدمي
31	1-2-2-2-حدث صدمي من أصل داخلي (عبارة عن بناء نفسي-واقع نفسي-)
31	2-2-2-2-حدث صدمي من أصل خارجي (واقع خارجي)
31	3-2-2-2-حدث صدمي من أصل داخلي وخارجي (واقع تاريخي)

فهرس المحتويات

31	3-2-2-معايير الحدث صادمي
32	4-2-2-أنواع الأحداث الصدمية
33	5-2-2- أنماط ضحايا الأحداث الصدمية
35	3-2-اضطراب ضغط ما بعد الصدمة PTSD
35	1-3-2-تعريف PTSD
35	2-3-2-الخصائص التشخيصية لاضطراب ضغط ما بعد الصدمة
37	4-2-الفرق بين PTSD والعصاب الصدمي
37	5-2-مراحل الصدمة النفسية
37	1-5-2-مرحلة وقوع الحدث
37	2-5-2-مرحلة الكمون
38	3-5-2-مرحلة (تجسيد/ترميم) الصدمة
38	1-3-5-2- التجسيد
38	2-3-5-2- الترميم
39	6-2-خصائص الصدمة النفسية
39	1-6-2-إعادة معايشة الحادث الصدمي (تتأزر التكرار المرضي)
40	2-6-2-التجنب (بعض الأعراض العصابية المستعارة من أعصبة أخرى)
41	3-6-2-الإفراط (الشخصية العصابية الصدمية)
42	خلاصة
	3-الفصل الثالث: الصلابة النفسية
44	1-3- مفهوم الصلابة النفسية
47	2-3-أبعاد الصلابة النفسية
48	1-2-3-الإلتزام
48	1-1-2-3-الالتزام تجاه الذات
49	2-1-2-3-الالتزام تجاه العمل
49	2-2-3-التحكم
49	1-2-2-3-القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة
50	2-2-2-3-التحكم المعرفي (المعلوماتي)
50	3-2-2-3-التحكم السلوكي

فهرس المحتويات

50	4-2-2-3-التحكم الإسترجاعي
51	3-2-3-التحدي
51	3-3-أهمية الصلابة النفسية
52	4-3-نظريات الصلابة النفسية
52	3-4-1-نظرية كوبازا
56	3-4-2-نموذج فنك (Funk) المحلل لنظرية كوبازا
58	3-5- خصائص الصلابة النفسية
59	خلاصة
	4-الفصل الرابع: استراتيجيات التعامل
61	4-1- مفهوم استراتيجيات التعامل
62	4-2- تعريف استراتيجيات التعامل coping
64	4-3- نظريات استراتيجيات التعامل
64	4-3-1-النموذج الحيواني
65	4-3-2-نموذج سمات الشخصية
66	4-3-3-نموذج التحليل النفسي
67	4-3-4-النموذج المعرفي
68	4-3-4-1-مرحلة الحدث الضاغط
68	4-3-4-2-مرحلة التقييم الأولي Evaluation primaire
69	4-3-4-3-مرحلة التقييم الثانوي Evaluation secondaire
71	4-3-4-4-إعادة التقييم
72	4-4-أنواع استراتيجيات التعامل
72	4-4-1-استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المتمركزة حول المشكل
73	4-4-1-1-البحث عن حل المشكل
73	4-4-1-2-البحث عن الدعم الاجتماعي
74	4-4-2-استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المتمركزة حول الانفعال
75	4-4-2-1-التجنب
75	4-4-2-2-اتهام الذات
76	4-5-مميزات استراتيجيات التعامل

فهرس المحتويات

77	4-6-مصادر استراتيجيات التعامل
78	4-6-1-المصادر الجسمية أو الجسدية
78	4-6-2- المصادر النفسية
79	4-6-3- المصادر المتعلقة بالكفاءات
80	4-6-4- المصادر الأخرى المتعلقة بالمحيط، المجتمع والمصادر المالية
81	خلاصة
5-الفصل الخامس: الحماية المدنية	
83	5-1-تعريف الحماية المدنية
84	5-2-سبب نشأة الحماية المدنية
85	5-3-نبذة تاريخية
86	5-4-تطور الحماية المدنية الجزائرية
88	5-5-أهمية الحماية المدنية
89	5-6-مراحل الاستعداد لطوارئ والتخطيط
89	5-6-1-الوقاية والسلامة
90	5-6-2-الاستعداد
92	5-6-3-الاستجابة
92	5-6-4-إعادة الوضع والإصلاح
93	5-7-الهيكل التنظيمي لمديرة الحماية المدنية
94	5-8-مختلف رتب الحماية المدنية
94	5-9-علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع
96	5-10- المبادئ العامة للإسعاف وقواعد تدخلات الحماية المدنية
100	خلاصة
الفصل السادس: الإجراءات المنهجية للبحث	
102	6-1-المنهج
103	6-1-1- جمع البيانات الكمية
104	6-1-2- جمع البيانات الكيفية
104	6-2-عينة ومجموعة البحث
104	6-2-1-معايير اختبار عينة البحث

فهرس المحتويات

105	6-2-2-عينة الدراسة الكمية
105	6-3-2-عينة الدراسة الكيفية
106	6-3-أدوات الدراسة
107	6-3-1-مقياس الصلابة النفسية (مخيمر، 2002)
108	6-3-1-1-الصدق الظاهري
110	6-3-1-2-الصدق التمييزي
110	6-3-1-3-الثبات
111	6-3-2-مقياس تأثير الحدث الصدمي-Impact of Event Scale - Revised (IES-R)
112	6-3-2-1-الصدق الظاهري
114	6-3-2-2-الصدق التمييزي
114	6-3-2-3-الثبات
115	6-3-3-مقياس استراتيجيات التعامل-Ways of Coping Check List Revised (Cousson ,1996)
117	6-3-3-1-الصدق الظاهري
118	6-3-3-2-الصدق التمييزي
118	6-3-3-3-الثبات
119	6-4-3-المقابلة
120	6-4-3-1-محاور المقابلة النصف موجهة
121	6-4-هندسة البحث
123	6-4-1-المرحلة الأولى (بيانات كمية)
123	6-4-1-1-الدراسة الطولية
123	6-4-1-2-الدراسة عرضية
123	6-4-2-المرحلة الثانية (بيانات كيفية)
124	خلاصة
الفصل السابع: عرض وتحليل النتائج	
125	7-1-عرض وتحليل نتائج الدراسة الطولية
125	7-1-1-تأثير الحدث الصدمي
127	7-1-1-1-بعد التجنب avoidance
128	7-1-1-2-بعد التطفل intrusion

فهرس المحتويات

129	hyperrarousal 3-1-1-7- بعد الإفراط
130	2-1-7- استراتيجيات التعامل
132	1-2-1-7- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل
133	2-2-1-7- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال
134	3-2-1-7- البحث عن السند الاجتماعي
135	3-1-7- الصلابة النفسية
137	1-3-1-7- بعد الالتزام
138	2-3-1-7- بعد التحكم
139	3-3-1-7- بعد التحدي
140	4-1-7- العلاقة بين متغيرات الدراسة (الحدث الصدمي، استراتيجيات التعامل، الصلابة النفسية)
141	5-1-7- الفرضيات التنبئة للدراسة الطولية
143	2-7- عرض وتحليل نتائج الدراسة العرضية
143	1-2-7- تأثير الحدث الصدمي
146	2-2-7- استراتيجيات التعامل
149	3-2-7- الصلابة النفسية
152	3-7- عرض وتحليل نتائج الدراسة الكيفية
152	1-3-7- الحالة NEW1
156	2-3-7- الحالة NEW2
161	3-3-7- الحالة MED1
166	4-3-7- الحالة MED2
171	5-3-7- الحالة ANC1
176	6-3-7- الحالة ANC2
182	4-7- مناقشة النتائج
182	1-4-7- مناقشة نتائج الدراسة الطولية
185	2-4-7- مناقشة نتائج الدراسة العرضية
188	3-4-7- مناقشة نتائج الدراسة الكيفية
182	1-3-4-7- الحالة NEW1

فهرس المحتويات

189	NEW2 الحالة 2-3-4-7
190	MED1 الحالة 3-3-4-7
192	MED2 الحالة 4-3-4-7
194	ANC1 الحالة 5-3-4-7
195	ANC2 الحالة 6-3-4-7
201	5-7-الاستنتاج العام
204	خاتمة
206	التوصيات
208	المراجع
217	الملاحق

فهرس الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
رقم 01	خصائص مجموعة البحث	106
رقم 02	دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس الصلابة النفسية	108
رقم 03	دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس تأثير الحدث الصدمي	112
رقم 04	دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس استراتيجيات التعامل	116
رقم 05	دلالة نقاط مقياس تأثير الحدث الصدمي	125
رقم 06	دلالة نقاط مقياس استراتيجيات التعامل	130
رقم 07	دلالة نقاط مقياس الصلابة النفسية	135
رقم 08	جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية	143
رقم 09	جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعاده للدراسة العرضية	146
رقم 10	جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعاده للدراسة العرضية	149
رقم 11	جدول نتائج الحالة NEW1	153
رقم 12	جدول نتائج الحالة NEW2	157
رقم 13	جدول نتائج الحالة MED1	162
رقم 14	جدول نتائج الحالة MED2	167
رقم 15	جدول نتائج الحالة ANC1	172
رقم 16	جدول نتائج الحالة ANC2	177
رقم 17	جدول أوجه الاختلاف بين أعوان التدخلات الذين لديهم أدنى درجة في الصلابة النفسية وأعوان التدخلات الذين لديهم أعلى درجة في الصلابة النفسية	200

فهرس الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
34	شكل توضيحي لأنماط ضحايا الأحداث الصدمية	الشكل رقم 01
39	شكل توضيحي لمراحل الصدمة النفسية.	الشكل رقم 02
54	التأثير المباشر وغير مباشر للصلابة النفسية	الشكل رقم 03
55	التأثير المباشر للصلابة النفسية	الشكل رقم 04
57	نموذج فنك (Funk) المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها	الشكل رقم 05
71	التقييم الأولي و الثانوي عند لزاروس وفولكمان 1984	الشكل رقم 06
93	الهيكل التنظيمي لمديرية الحماية المدنية	الشكل رقم 07
122	شكل توضيحي لهندسة البحث	الشكل رقم 08
125	منحنى تغير المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي للدراسة الطولية	الشكل رقم 09
127	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء التجنب للدراسة الطولية	الشكل رقم 10
128	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء التطفل للدراسة الطولية	الشكل رقم 11
129	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء الإفراط للدراسة الطولية	الشكل رقم 12
130	منحنى تغير المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل للدراسة الطولية	الشكل رقم 13
132	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل للدراسة الطولية	الشكل رقم 14
133	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال للدراسة الطولية	الشكل رقم 15
134	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء البحث عن السند الاجتماعي للدراسة الطولية	الشكل رقم 16

فهرس الأشكال

135	منحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية للدراسة الطولية	الشكل رقم 17
137	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء الالتزام للدراسة الطولية	الشكل رقم 18
138	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء التحكم للدراسة الطولية	الشكل رقم 19
139	منحنى تغير المتوسط الحسابي لبعء التحدي للدراسة الطولية	الشكل رقم 20
140	منحنى تغير المتوسط الحسابي ل(تأثير الحدث الصدمي، استراتيجيات التعامل،الصلابة النفسية) للدراسة الطولية	الشكل رقم 21
144	منحنى تغير المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي للدراسة العرضية	الشكل رقم 22
147	منحنى تغير المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل للدراسة العرضية	الشكل رقم 23
150	منحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية للدراسة العرضية	الشكل رقم 24
152	تموقع الحالة NEW1 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 25
156	تموقع الحالة NEW2 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 26
161	تموقع الحالة MED1 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 27
166	تموقع الحالة MED2 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 28
171	تموقع الحالة ANC1 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 29
176	تموقع الحالة ANC2 بالنسبة لمنحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية	الشكل رقم 30

مقدمة

تتأثر شخصية الفرد وصحته النفسية بمختلف المواقف والظروف التي يواجهها على مر شعاع حياته، منها مواقف ايجابية ما يرفع من معنويات شخصية الفرد و يدعم صحته النفسية ومنها مواقف سلبية ما قد يسبب ضغوط نفسية، وبالتالي يحتاج الفرد إلى استعمال مختلف مصادره النفسية قصد تجاوز الضغط و الحفاظ على صحته النفسية على حد سواء.

إن مصادر الضغط لا تشكل ضغوط بحد ذاتها، بينما استجابة الفرد لمواجهة الضغط هو الذي يسمح بالتشخيص إن كان الفرد يعاني من الضغط أم لا، فهي عبارة عن مثير له ما يكون احتمال تولد الضغط (أمال محمود عبد المنعم، 2006: 67). لكن يجدر الإشارة إلى أن الإنسان عادة ما يتعرض للضغط في حياته اليومية، فبعضها بيولوجي والآخر نفسي اجتماعي، لكن يمكن للوضع أو الحادث أن يحمل معنى تهديد حياة الفرد ما يفرق الحادث عن مختلف الأحداث الروتينية الأخرى، وهذا يميز الحادث بقوة ضاغطة أكبر وبالتالي تم حصره في مصطلح "الحادث الصدمي" حيث عرفه بايلي Bailly بأنه يخضع الفرد لضغط قد يتمكن من إرصاده في وقت ما، فإذا لم يتم ذلك فإنه يؤدي إلى إنتاج صدمة في الجهاز النفسي (Bailly, 1985: 36).

الخضوع للضغط يدفع الفرد لاستعمال تقنيات قصد التخفيف من حدته، وهذه الاستجابات تعرف باسم استراتيجيات التعامل التي تعبر حسب "لازاروس" أنها عبارة عن مجموعة من العمليات التي يضعها الفرد بينه وبين الحادث المدرك كمهدد من أجل التحكم،

التحمل أو التقليل من تأثيره على رفايته وصحته النفسية والجسمية (Schweitzer -M -B, 1994: 100).

في هذا الإطار يعتبر أعوان الحماية المدنية عرضة للأحداث الصدمية بصفة متكررة، كون أن طبيعة عملهم يتمثل في التدخل أثناء الكوارث والمخاطر التي تصيب مختلف أفراد المجتمع قصد تقديم يد المساعدة، أي أنهم يتعرضون بصفة دائمة لوضعية حرجة التي بإمكانها أن تؤثر على الصعيد النفسي لدى هذه الشريحة من الأفراد، بالتالي قد يشكل ذلك ضغطاً، وقصد توضيح كيفية وطريقة استعمال استراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية الذي يعتبر مغزى موضوع هذا البحث، بمعنى آخر الاستعمال الجيد للاستراتيجيات يدعم الصلابة النفسية ما يؤدي إلى التغلب على الضغط، أما الاستعمال غير السليم للاستراتيجيات يدعم قوة الحدث الصدمي ما يؤدي إلى تقاوم الضغط وظهور مختلف الاضطرابات. لهذا سنتطرق من خلال البحث إلى استراتيجيات التعامل لمواجهة الأحداث الصدمية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية، ولتحقيق ذلك قمنا بتقسيم البحث إلى سبعة محاور رئيسية وهي كالآتي :

محور تمهيدي، أين تم تناول الإطار العام للدراسة وقد خصص ل طرح الإشكالية وعرض الفرضيات وكذلك أهمية وأهداف البحث والمصطلحات، وبعدها تطرقنا إلى الجانب النظري أين تناولنا في الفصل الثاني الذي خصص للصدمة النفسية والأحداث الصدمية، حيث تم عرض

التطور التاريخي لها ومختلف وجهات نظر المختصين النفسانيين، أما فصله الثالث فقد تم تسليط الضوء فيه على مفهوم استراتيجيات التعامل ومختلف النظريات التي تناولته مع تصنيف الاستراتيجيات، أما الفصل الرابع تم التطرق فيه إلى الصلابة النفسية وأبعادها مع مختلف النماذج المفسرة لها وكذلك مميزاتها، أما بالنسبة للفصل الخامس فقد تناول الحماية المدنية ومختلف مراحل تطور هذا الجهاز أين تم أيضا التطرق إلى أهمية و مهام أعوان الحماية المدنية وعلاقة هذه المهنة بالمجتمع ككل.

أما بالنسبة للجانب التطبيقي فلقد خصصنا له فصلين، أين تم التطرق في الأول ما يعتبر الفصل السادس للبحث إلى الجانب المنهجي، حيث ضم هذا الفصل المنهج المتبع المتمثل في المنهج المختلط (التصميم التفسيري)، الإطار الزمني والمكاني للبحث، من ثم تناولنا مختلف الأدوات المستعملة التي تمثلت في مقياس الصلابة النفسية (مخير، 2002)، مقياس تأثير الحدث الصدمي - Impact of Event Scale - Revised (IES-R) - (Weiss, &Marmar,)، مقياس استراتيجيات التعامل - (Ways of Coping Check List -Revised) - (Cousson ,1996) ومقابلة نصف موجهة. أما الفصل الآخر و الأخير فقد خصص لعرض وتحليل النتائج المتحصل عليها من خلال المقابلة والمقياس ومناقشتها على ضوء الجانب النظري ومقاربة النتائج بالفرضيات من خلال الاستنتاج العام، لننهي البحث بخلاصة عامة عن الدراسة.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

- 1.1 إشكالية البحث
- 2.1 فرضيات البحث
- 3.1 أهداف البحث
- 4.1 أهمية البحث
- 5.1 تحديد المصطلحات

1-1 - الإشكالية:

تعتبر الصحة النفسية على الاتزان والتوافق النفسي وقدرة الفرد على التكيف مع مختلف المؤثرات الإجتماعية، ومن وجهة نظر علم النفس الإيجابي فهي تتضمن قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة وخلق التوازن بين أنشطة الحياة ومتطلباتها لتحقيق المرونة النفسية.

فالصحة النفسية وفقاً لمنظمة الصحة العالمية تعني الحياة التي تتضمن الرفاهية والاستقلال والجدارة والكفاءة الذاتية بين الأجيال وإمكانات الفرد الفكرية والعاطفية. كما أن منظمة الصحة العالمية نصت على أن رفاهية الفرد تشمل القدرة على إدراك قدراته والتعامل مع ضغوط الحياة العادية والإنتاج ومساعدة المجتمع (Kitchener, BA & Jorm, AF, 2002 :5).

إن الحفاظ على صحة نفسية جيّدة مهم لعيش حياة طويلة وهانئة، لكن يمكن للفرد مواجهة صعوبات في تحقيق ذلك، كون أن الإنسان يعيش زمناً كثرت فيه وتعددت روافد الضغوط النفسية ما يجعله عرضة لمواقف أو أحداث قوية غير مألوفة بالنسبة للحياة اليومية، بمعنى أن الفرد ستوجب عليه التعامل مع الموقف من جهة، والحفاظ على صحته النفسية من جهة أخرى، لذا فهو يسعى بحكم طبيعه وفطرته إلى الحذر لحماية نفسه وممتلكاته باحثاً عن الاستقرار والأمان من الأخطار المحدقة متخذاً في ذلك تنظيمات وقائية، و من بين هذه التنظيمات هيئة الحماية المدنية حيث تعتبر جهازاً أو وسيلة الدولة القادرة على إعداد أعوانها وتهيئتهم لمواجهة مختلف الظروف الصعبة التي تصيب أفراد المجتمع، ما يجعل عون الحماية

المدنية بدوره هو الآخر عرضةً لمختلف المخاطر أين يمكن أن تتجسد آثارها على الصعيد النفسي أو الجسدي على حد سواء.

إن أسلاك الحماية المدنية أجهزة هامة في المجتمعات والدول الحديثة، وهذا لما تقدمه من مهام إنساني أثناء الكوارث كالزلازل والفيضانات، إضافة إلى مختلف الحوادث اليومية الخطيرة، حيث يكون أعوانها في الخط الأول لمواجهة هذه الكوارث والمخاطر (محمد بن صالح، 1993: 15).

وبحكم طبيعة عملهم هذا فهم يتعرضون لمشاهد عنيفة ومؤلمة تعد أحداث صدمية قوية يمكن أن تتوغل نتائجها في كل جوانب حياة الفرد، على مستويات مختلفة تتمثل في اضطرابات ما بعد الصدمة كالكوابيس وتمركز التفكير على التجربة الصدمية أو كل المؤشرات والأعراض الجسدية، العاطفية، النفسية والسلوكية التي يعاني منها الفرد من جراء الحدث الصدمي، ما يدعم ذلك دراسة (Jurriaan Bos&all, 2004) أين وضحو أن معدل انتشار بعض الشكاوي من الضغوط أو الإعاقات لدى أعوان الحماية المدنية مرتفع، إذ يرى بايلي Bailly أنه إذا وقع حدث صدمي على الشخص أو شاهده فإنه يخضع الجهاز النفسي إلى حالة ضغط (Bailly,1996)، ولكن الاستجابة لهذه الأحداث تختلف من فرد لآخر، ف روجي بيورن (Roger Pierron, 1983) يرى أنه في كل حالات التعرض لحدث صدمي هناك مفهوم اقتصادي، فنحن نتحدث عن كميات من الطاقة سببها أحداث عنيفة تفوق شدتها غشاء صاد الإثارة كما أن هناك حقيقة تفرض نفسها وهي أن هذه الظاهرة لا تتعلق فقط بطبيعة الحدث وإنما نفس الحدث قد يكون

له تأثيرات مختلفة على أفراد مختلفين، وهذا ما يوحى إلى وجود متغيرات أخرى تدخل في دينامية التعامل مع الحدث الصدمي والضغط التي يواجهها الفرد بصفة عامة وعون الحماية المدنية بصفة خاصة، ما يدعم ذلك دراسة روتتر Rutter حول أفراد تعرضوا لظروف قاسية، تمكنوا من الخروج من المشاكل و العيش في حياة راضية (M. RUTTER, 1990) حيث أرجع ذلك لتميزهم بالصلابة النفسية.

يشير (مخيمر، 2002) إلى أن كوبازا (Kobasa, 1979) أجرت دراسة حول معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغط، وتوصلت في نتائج دراستها إلى أن متغير الوقاية أو المقاومة للآثار السلبية للضغط والأزمات والصدمات والإحباطات، وكذلك الصلابة النفسية Psychological Hardiness التي تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغط ولا يمرضون لأنهم أكثر صموداً، مقاومة، إنجازاً، ضبطاً داخلياً، قيادة، اقتداراً، نشاطاً وواقعية، وهذا ينسجم مع آراء علماء النفس الإنسانيين وعلى رأسهم ماسلو (Maslow) وروجرز (Rogers) اللذان أكدا على أن هناك بعض الأشخاص يستطيعون تحقيق نواتهم وإمكاناتهم الكامنة رغم تعرضهم للضغط والإحباطات.

إن الصلابة النفسية تمثل إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، قصد الاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، حيث يتصف ذوو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي وتحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً (السيد عبد المنعم، 2007). فتأثير الصلابة يتمثل في دور الوسيط بين التقييم المعرفي للفرد للتجارب الضاغطة وبين الاستعداد والتجهيز للمواجهة، فتلك الآلية يفترض أن تخفض كمية الضغوط النفسية للتجارب التي يمر بها الفرد ، كما تساعد الصلابة النفسية الفرد على التعامل مع الضغوط بفاعلية (عباس، 2012). وقد تناولت دراسة جانيلين و بلارني (Ganellen & Blarney, 1984) متغير الصلابة النفسية كأحد أهم هذه المتغيرات الايجابية والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والشخصية الصلبة، ومعرفة أيهما يلعب دوراً أهم كمخفف لأثر ضغوط الحياة (دخان و الحجار، 2006).

مما سبق يتضح أن مجال الدراسة يركز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم الشخصية والإنسانية وتحقيق ذواتهم فلا ينبغي التركيز على الأشخاص المرضى، وفي ضوء هذا المنظور يرى مخيمر أن كوبازا (Kobasa) تأثرت بالمنظور المعرفي لـ لازاروس (Lazarus) الذي أشار فيه إلى أن الخصائص النفسية كالصلابة مثلاً تؤثر في التقييم المعرفي للحدث الضاغط ذاته وما ينطوي عليه من تهديد لأمنه وصحته النفسية وتقديره لذاته ، كما يؤثر أيضاً التقييم المعرفي لخصائص الفرد النفسية في تقييمه لأساليب مواجهة الضغوط

مواجهة المشكلات، الهروب، التجنب، تحمل المسؤولية و البحث عن مساندة اجتماعية)(عماد مخيمر 2002: 227).

إن تعرض الفرد لحدث ضاغط يدفعه إلى استعمال استراتيجيات لمواجهته، فبالنسبة ل راي (Ray, 1982) فقصده بالتعامل مع الضغط؛ الطريقة المستعملة للتوافق مع الوضعيات الصعبة من جراء حدث ضاغط. ما يعني أن الفرد يلجأ إلى استعمال استراتيجيات التعامل عند مواجهة الأحداث الضاغطة، قصد تعديل تأثير الحدث والتكيف مع الوضعية، وهذا ما ركز عليه لازاروس وفولكمان في أبحاثهم التي تجاوزت ثلاثين (30) سنة، حيث هيمنت عليها النماذج السياقية التي يستعملها الفرد للتعامل والتكيف مع الوضعيات الضاغطة (Lazarus & Folkman, 1984). فبالنسبة لفيلمنج وآخرون (Felemaing et Al, 1984) المواجهة هي جزء مركزي في عملية الضغوط، فهي تتضمن جميع الاستجابات التي يقوم بها الفرد اتجاه الخطر وأي شكل من التهديد، فهي توجه لخفض الضغط، وتتضمن أي محاولة للتقليل أو لتجنب التعامل معه و مع الآثار الناجمة عنه (طه عبد العظيم حسين، 2006: 81-82).

من كل ما سبق يتضح وجود عملية دينامية بين قوة الأحداث الصدمية وقوة مقاومة وهي القدرة على التحمل والمواجهة، فتواجه هاتين القوتين تشكل ضغط، ما يستوجب استعمال استراتيجيات للتعامل معه، ولكن إذا أضفنا مفهوم الاستمرارية للتعرض لهذه الأحداث و هي حالة أعوان تدخلات الحماية المدنية ما يولد احتمال التغيير في مستويات الصلابة النفسية،

مدى التأثير بالأحداث الصدمية والتغير في كيفية و طريقة استعمال استراتيجيات التعامل. وهذا ما يسمح بطرح التساؤل التالي :

- هل التعرض للأحداث الصدمية يطور استراتيجيات للتعامل معها ما يؤدي إلى تغيرات في مستويات الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية ؟

1-2- الفرضية :

التعرض للأحداث الصدمية يسمح بتطوير استراتيجيات للتعامل مع الوضع، ما يؤدي إلى ارتفاع في مستوى الصلابة النفسية وبالتالي انخفاض التأثير بالأحداث الصدمية لدى أعوان الحماية المدنية .

1-3- أهداف البحث :

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي :

✓ تتبع التغيرات في مستويات الصلابة النفسية، التأثير بالأحداث الصدمية واستراتيجيات التعامل لدى أعوان الحماية المدنية عبر منظور الزمن والخبرة المهنية لأعوان التدخلات الحماية المدنية.

✓ تفسير العلاقة بين الأحداث الصدمية و استراتيجيات التعامل و الصلابة النفسية.

✓ تفسير التغيرات في مستويات الصلابة النفسية في ظل التغير في عدد و مستوى

قوة الأحداث الصدمية بمراعاة استراتيجيات التعامل مع هذه الأحداث.

1-4- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في ما يلي :

- الحماية المدنية هي وسيلة الدولة لمساعدة أفراد المجتمع و حمايتهم، فمساعدة هذه الشريحة يعني الرفع من كفاءاتهم المهنية ما يعني تقديم يد المساعدة للمجتمع ككل.
- إثراء المكتبة ببحث مهم يمكن أن يكون نقطة بداية لبحوث أخرى.
- يعتبر هذا البحث نقطة بداية لبحوث أخرى للتمكن من وضع برامج لإعداد أعوان تدخلات للحماية المدنية ذات صلابة نفسية عالية ما يكافئ التطعيم ضد أخطار مواجهة الأحداث الصدمية.

1-5- تحديد المصطلحات:

1-5-1-1- التعريف الاصطلاحي للحماية المدنية:

الحماية المدنية مرفق عمومي مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات موضوعة تحت وصاية وزارة الداخلية والجماعات المحلية، حيث طبيعة مهامها يتطور باستمرار لمسايرة التطورات التكنولوجية لضمان التكفل الخاص بالمهمة الإنسانية المنصوص عليها. خاضعة للمرسوم التنفيذي رقم 54/92 المؤرخ في 12/02/1992 المتضمن تنظيم المصالح الخارجية للحماية المدنية (مديرية الحماية المدنية).

1-5-1-2- التعريف الإجرائي لعون تدخلات الحماية المدنية:

هو شخص يعمل في مؤسسة الحماية المدنية، تتمثل مهمته الأساسية في التدخلات لحماية الأشخاص والممتلكات من مختلف الأخطار والوقاية منها وتخفيف من نتائجها والسهر على استمرار عمله لحماية وإنقاذ الأرواح.

1-2-5-1- التعريف الاصطلاحي للصدمة :

استندنا في تعريفنا للصدمة النفسية إلى تعريف بيرون Pierron أنه في كل حالات الصدمة النفسية هناك مفهوم اقتصادي، فنحن نتحدث عن كميات من الطاقة سببها أحداث عنيفة تفوق شدتها صاد الإثارة كما، أن هناك حقيقة تفرض نفسها وهي أن الصدمة النفسية لا تتعلق فقط بطبيعة الحدث، حيث أن نفس الحدث قد يكون له تأثيرات مختلفة على أفراد مختلفين (87: Roger Perron, 1983).

1-2-5-2- التعريف الإجرائي للصدمة النفسية:

الصدمة النفسية هي نتيجة تعرض عون الحماية المدنية لحدث خارجي قوي أثناء تدخلاته ما يكون سبب في اختلال توازنه النفسي، ما يعيق توافقه مع المحيط الذي يعيش فيه وهذا ما يؤدي إلى بروز أعراض واضطرابات نفسية وجسدية.

1-3-5-1 - التعريف الاصطلاحي للحدث الصدمي:

إن الأحداث الصدمية تختلف عن باقي الأحداث، حيث أنها تعاش مع زعر وتأخذ معنى النقاء مع الموت، حيث تكون قادرة على إحداث تقلبات في الحياة العاطفية، السيكولوجية والسوماتية. وهي وضعيات أو أحداث ضاغطة لمدة قصيرة أو طويلة أو استثنائية (E. Ferragut, 178: 2006 et).

1-3-5-2 - التعريف الإجرائي للحدث الصدمي:

الحدث الصدمي هو ذلك الحدث الخارجي القوي الذي يتعرض له عون تدخلات الحماية المدنية أثناء تدخلاته سواء بصفة مفاجئة أم لا، كتعرضه لحادث أو مشاهدته لحدث ويكون أقوى من مقاومة الفرد ما قد يسبب اختلال في التوازن النفسي، ويكون ذلك ضمن ثلاثة أبعاد:

❖ بعد التطفل (Intrusion):

هو إعادة معايشة عون تدخلات الحماية المدنية لحدث صدمي بمختلف الطرق (الأفكار، الكوابيس، والمشاعر الدخيلة).

❖ بعد التجنب (Avoidance):

هو أي محاولة يقوم بها عون تدخلات الحماية المدنية قصد الابتعاد بكل الأشكال عن حدث صادم: (تجنب المشاعر، المواقف والأفكار التي لها علاقة بالحدث).

❖ بعد الإفراط (Hyperarousal):

هو إفراط عون تدخلات الحماية المدنية في الاستجابة: (الغضب والتهيج ، يقظة مفرطة، صعوبة في التركيز).

1-4-5-1 - التعريف الاصطلاحي لاستراتيجيات التعامل:

هي تلك الجهود المعرفية والسلوكية لإدارة المتطلبات الخارجية أو الداخلية التي يقيّمها الفرد على أنها ترهق موارده، وتتعرض هذه الجهود المعرفية والسلوكية باستمرار إلى التغيير تبعاً إلى تقييمات وإعادة تقييمات دائمة للعلاقة (فرد- محيط)، والتي تتغير هي الأخرى باستمرار وتنتج بعض هذه التغيرات في العلاقة عن سياق التعامل الهادف إلى تعديل الوضعية التي تتسبب في الألم والحزن (Lazarus et Folkman : 1984 :141).

1-4-5-2 - التعريف الإجرائي لاستراتيجيات التعامل:

هي الجهود المعرفية والسلوكية التي يستعملها عون تدخلات الحماية المدنية الموجهة نحو السيطرة على المتطلبات الداخلية والخارجية التي تهدده أو تتجاوز حدود إمكانياته و نحو التخفيف من تأثيرها أو نحو تحمله، ويكون ذلك ضمن ثلاثة أبعاد:

❖ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل:

يشير إلى الجهد المبذول من طرف عون تدخلات الحماية المدنية لإدارة المشكل و حله وهي استراتيجيات تظهر في حالة المواجهة أو التخطيط.

❖ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال:

تهدف إلى تسوية الانفعالات التي لها علاقة بالظاهرة الضاغطة، حيث تعبر عن إستراتيجيات معرفية لا تغير من الوضعية، إلا أنها تساهم في تغيير سلوك عون تدخلات الحماية المدنية.

❖ بعد البحث عن السند الاجتماعي:

هو بحث تدخلات الحماية المدنية عن الوسائل، المعلومات، مخطط للتدخل، هذه الأخيرة تسمح له بمواجهة الموقف عن طريق المجهودات المعرفية والسلوكية للتوصل إلى حل.

1-5-5-1- التعريف الاصطلاحي للصلابة النفسية:

تعرف "كوبازا" الصلابة النفسية على أنها " :اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة " (فاروق السيد عثمان، 2001:209).

1-5-5-2- التعريف الإجرائي للصلابة النفسية:

هي مدى الاعتقاد العام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ، ويكون ذلك ضمن ثلاثة أبعاد.

❖ بعد الالتزام :

هو تعاقد نفسي يلتزم به عون تدخلات الحماية المدنية تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.

❖ بعد التحكم:

هو اعتقاد عون تدخلات الحماية المدنية بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له، التحكم يمثل تصرفه كما لو كان له القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة.

❖ بعد التحدي:

يتمثل في قدرة عون تدخلات الحماية المدنية على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة، وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة، باعتبارها أمورا طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه ، مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية.

الفصل الثاني

الصدمة النفسية والحدث الصدمي

2. 1. الصدمة النفسية

2. 2. الحدث الصدمي

2. 3. اضطراب ضغط ما بعد الصدمة PTSD

2. 4. الفرق بين PTSD والعصاب الصدمي

2. 5. مراحل الصدمة النفسية

2. 6. خصائص الصدمة النفسية

تمهيد:

إن حياة الإنسان عرضة دائماً لتهديدات المحيط الذي يتواجد فيه، ومع الوقت يدرك الفرد موضوعية هذه التهديدات وحقيقتها كما يدرك أن آماله نجاحه أكبر بكثير من احتمالات موته.

وبهذا تترسخ لديه فكرة الموت المؤجل إلى أجل غير مسمى، فهو يعتقد بقدرته على تجاوز الأخطار والتهديدات وإذا كنا في مجال الحديث عن الحدث الصدمي أو الصدمة النفسية فإن أكبر صدمة يمكن أن يتلقاها الإنسان هي تلك المواجهة المفاجئة مع الموت. فهذا يزيل عن ذهنه فكرة التأجيل وتدفعه للتفكير باحتمال موته في أية لحظة أو ضمن فترة معينة من الزمن. وسنحاول من خلال هذا الفصل المتعلق بالحدث الصدمي إلقاء الضوء على مختلف المفاهيم والسيروية المستعملة والاضطرابات الواردة والتي تكون عادة مرتبطة بالحدث الصدمي والصدمة النفسية .

2-1-1-الصدمة النفسية :

2-1-1- التطور التاريخي لمفهوم الصدمة النفسية:

إن تاريخ الصدمة النفسية قديم قدم الإنسان، فهو كتاريخ العنف والقلق، حيث أننا نجد مفهوم الصدمة النفسية في الأساطير القديمة كملحمة جلجامش، كما نجد آثارها (العنف، البشاعة، ورعب المحابين) في الكتابات القديمة، إذ نقرأ في الإلياذة لهوميروس Homer قراءة صدمية تقف عند مختلف الأحداث الصدمية ونتائجها في شعره (23 : M. de clerque, F.lebgot,2001)،

كما أشار أبوقراط إلى الأحلام الصدمية في كتابه: دراسات حول الرؤيا، وجاء وصف بعض الأحلام المتعلقة بالحروب الدينية الصليبية، لكن التناول الفعلي لمفهوم الصدمة النفسية كان ببداية بـ pinel (1798 - 1880م) الذي قام بوصف إكلينيكي لعدد من الحالات التي تعاني سيكولوجيا بصدمة انفعالية مرتبطة بشروط الحرب. حيث صنفها في ثلاثة أقسام:

صف العصابات، صف البلاهة، الهوس والسوداوية. (M. de clerque, F. lebgot, 2001 :23)

تلت بعد ذلك دراسات أخرى، لكن Oppenheim Hermann 1884-1893 هو من ادخل مصطلح الصدمة النفسية في علم النفس المرضي (D.petot, 2008, p165)، هذا الأخير الذي وصف مفحوصين لهم نوبات حصرية استجابة لكل ما يذكرهم بالحدث المرتبط بسكك الحديد والذي سماه خواف القطار sidédromophobi (L.croq, 2007 :07)، فقد تكلم عن الرعب l'effroi وأهميته في العصاب الصدمي، واعتبر عمل oppenheim كحل لصراع دار آنذاك بين تيارين (تيار النزعة العضوية وتيار النزعة الانفعالية) في سبب الاضطرابات النفسية الناتجة عن حوادث السكة الحديدية. جاء بعدها P.Janet سنة 1889 في أطروحة الدكتوراه L'automatisme psychologique أين عرض عدة حالات تعرضوا لصدمة، فوضح أن ما يميز الأفراد المصدومين هو وجود ذكريات وأحاسيس خاصة بالحدث الصدمي تتصلب في مكان ما لدى الفرد. فيما بعد 1900 Emil Kraepelin وصف اضطراب الهلع الذي يشبه كثيرا الصدمة النفسية. لكن في النصف الأول من القرن العشرين المحللين النفسيين هم الذين ساهموا في تطوير إكلينيكية العصاب الصدمي، فـ Freud، Abraham, Ferenczi أخذوا مصطلح عصاب الحرب الذي قدمه

Honigman 1908 على منحنى تحليلي وأدمجوا السيرورة النفسية وأعطوا بذلك للصدمة دورها في المرض العقلي. في سنة 1961 اقترح Bion, W.R. علاجاً جماعياً لفئة المصدومين كطريقة علاجية تساعدهم على تجاوز معاناتهم النفسية. (Bion, W.R. 1961)

إن الحروب التي سبقت حرب الفيتنام والتي تلتها الآثار السيكولوجية التي ظهرت عند قدماء المحاربين الأمريكيين، هي التي خلقت وعياً اجتماعياً وعلمياً بهذه الحالات. والحركة النسوية ساهمت هي الأخرى بالاعتراف بالمعدل المرتفع للاعتداءات الجنسية عند النساء في أمريكا، هذا الوعي شجع تحويل البحث في ميدان آثار ما بعد الصدمة، والفائدة الاجتماعية والتجريبية من هذه الأعراض قد دعمت الاعتراف بتشخيصها وإدخالها ضمن D.S.M.III في 1980، بعد هذا أثرت الدراسات حول هذا الموضوع وتعددت مفاهيمها، وهذا بفضل ما نعرفه حتى الآن من أحداث مأساوية. (Brillon.P,2010 :45)

2-1-2- تعريف الصدمة النفسية:

تتعدد التعاريف الخاصة بالصدمة النفسية بتعدد العلماء والاتجاهات النظرية وقد أوردنا في فصل الصدمة النفسية أهم التعاريف التي تناولت بالتوضيح والشرح مصطلح " الصدمة النفسية".

المعنى الأصلي لكلمة صدمة هو الكلمة اليونانية trauma والتي تعني جرح أو ضرر يلحق بأنسجة الجسم، واليوم تستعمل عبارة صدمة نفسية لوصف وضع يواجه فيه الشخص حدثاً صعباً جرح نفسه.

لقد عرف معجم مصطلحات التحليل النفسي الصدمة على أنها حدث في حياة الفرد يتحدد بشدته وبالعجز الذي يجد الشخص نفسه فيه والاستجابة الملائمة حياله، بما يثيره التنظيم النفسي من اضطراب وآثار دائمة مولدة للمرض. وتتصف الصدمة من الناحية الاقتصادية بفيض من الإثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال وبالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارات. (مصطفى حجازي، 2002: 300)

أما BERGERET فيعرف الصدمة النفسية على أنها غياب النجدة في أجزاء الأنا التي ينبغي أن تواجه تراكم الإثارة التي لا تطاق سواء كانت من مصدر داخلي أو خارجي (J.Bergeret, 1982: 236).

أما ميلاني كلاين فتري أن كل صدمة مهما كانت، تعتبر كسرا وتخرب لكل ما بناه الطفل، كذلك توقظ وتنشط هواماته البدائية، وكل جسم ينفجر تحت تأثير أي صدمة يستطيع تفجير الضحية إلى عدة عناصر (G.Lopez, 1995: 55).

ويرى Pierron أنه في كل حالات الصدمة النفسية هناك مفهوم اقتصادي، فنحن نتحدث عن كميات من الطاقة سببها أحداث عنيفة تفوق شدتها صاد الإثارة كما أن هناك حقيقة تفرض نفسها وهي أن الصدمة النفسية لا تتعلق فقط بطبيعة الحدث حيث أن نفس الحدث قد يكون له تأثيرات مختلفة على أفراد مختلفين. (Roger Perron, 1983: 87).

بالنسبة لـ Pierre Marty الصدمة النفسية هي الصدى النفسي والعاطفي الذي يظهر أثره على الفرد ويكون ناتج عن وضعية قد تكون ممتدة في الزمن أو عن حدث خارجي يأتي ليعرقل

التنظيم وهو في مرحلة التطور والنمو أو يمس التنظيم الأكثر تطورا عند حدوث الصدمة. (Pierre, Marty, 1976 :102).

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح جليا أن الصدمة النفسية هي حدوث اهتزاز نسبي في نفسية الفرد ينتج عنه تأثير سلبي نتيجة التعرض لحدث لصدمي. فهي كل حادث يهدد الفرد، حيث يفقد فيه معظم إمكانيات مواجهة هذا الحادث، فيستجيب بالعجز والإحساس بتهديد الذات مما يؤثر على التوازن النفسي العام للشخص، وتختلف هذه الاستجابات من شخص لآخر أمام نفس الموقف أو الحادث الصدمي. والصدمة النفسية يمكن تعريفها بعبارة بسيطة على أنها رؤية الفرد نفسه ميتا داخل الجهاز النفسي، ما يؤدي إلى اختلال التوازن النفسي.

2-1-3- نظريات الصدمة:

2-1-3-1- الصدمة من وجهة نظر FREUD:

يحتل مفهوم الصدمة النفسية مكانة جوهرية في نظرية التحليل النفسي، حيث ظهر هذا المصطلح منذ البداية في أعمال FREUD في كتاب "دراسات حول الهستيريا"، وقد ميز هذا الأخير بين الصدمة التي تشير إلى الأثر الداخلي الناتج عند الشخص بسبب حادث ما، وبين أن الصدمة النفسية تشير إلى الحادث الخارجي يصيب الفرد. ويعتبر فرويد صدمة الولادة (مع ما يصاحبها من إحساس الوليد بالاختناق المرادف لضيق الموت) بمثابة أول تجربة للقلق في حياة الإنسان، ثم عاد فرويد إلى تناول موضوع العصاب الصدمي في عدة مناسبات بعد

الحرب العالمية الأولى في كتاب " ما وراء مبدأ اللذة " سنة 1920، وفرويد لا ينكر مبدأ العصاب الصدمي بل إنه يعترف قبل وفاته بهذه الأعصبة فيقول: "لقد شذت هذه الأعصبة دوما وتمردت على فرضية الصراع النفسي الطفولي" (محمد أحمد النابلسي، 1991: 24)

وقد تناول FREUD الصدمة النفسية من زاويتين أساسيتين يصعب التمييز بينهما، سنتناولهما فيما يلي:

أولا : وجهة نظر دينامية:

افترض FREUD أن الصدمة النفسية تكون دائما جنسية وتنتج عن الإغراء، وهذا بوجود حدثين على الأقل، إذ يتعرض الطفل في المشهد الأول الذي يسمى بمشهد الغواية إلى إغراء جنسي من قبل راشد بدون أن يولد عنده هذا الإغراء إثارة جنسية، وبعد البلوغ يأتي مشهد ثاني يكاد أن يكون عديم الأهمية ظاهريا كي يوقظ المشهد الأول من خلال إحدى السمات الترابطية بينهما. وبالتالي، ذكرى المشهد الأول هي التي تطلق فيضا من الإثارة الجنسية التي تظفي على دفاعات الأنا وقد سمى FREUD المشهد الأول بالمشهد الصدمي (عبد الرحمن سي موسى، 200: 63).

وعليه فوجهة النظر الدينامية للصدمة توضح أهمية التاريخ النفسي للفرد في حدوث الصدمة وكيفية التعامل معها، إذ لا يأتي الحادث الصدمي أبدا على قاعدة عذراء، بل يوجد تنظيم نفسي وندرجسية وهوية جنسية مختلفة في صلابتها، مع تهيئة دفاعية وقدرة متفاوتة في مقاومة الصدمة التي يتلقاها الفرد من الواقع. وحينما يكون الأنا منظما بشكل جيد وندرجسية ذات

صلابة معينة لا تضعف أمام العوامل الخارجية أو الظروف الصعبة، وحينما يكون الطفل محبوبا ومحترما يكون له حظ أكبر في مقاومة الصدمات (عبد الرحمن سي موسى، 65:2002-66).

ثانيا: وجهة نظر اقتصادية:

لقد أشار FREUD إليها قائلا: "تطلق تسمية صدمة على تجربة معاشة تحمل معها للحياة النفسية وخلال وقت قصير نسبيا زيادة كبيرة جدا من الإثارة لدرجة أن تصنيفها أو إرصانها بالوسائل السوية والمألوفة تنتهي بالفشل، مما ينجر عنه اضطرابات دائمة في قيام الطاقة الحيوية بوظيفتها" (مصطفى حجازي، 2002). يصبح فيض الإثارة مفرطا بالنسبة لطاقة الجهاز النفسي دائم، كنتيجة على عدم قدرة الاحتمال أو الارصان إثرى مواجهة حدث فريد بالغ العنف كأنفعال شديد أو عن تراكم إثارات تظل متحملة إذا أخذت كل منها بمعزل (C.Damiani,1997:91).

2-3-1-2- الصدمة من وجهة نظر FERENCZI:

يرى فيرونزي أن الصدمة تتضمن انهيار الشعور بالذات والقدرة على المقاومة والسلوك والتفكير بهدف الدفاع عن النفس أو أن الأعضاء التي تتضمن الحفاظ على الذات تضحل أو تقلل من وظيفتها إلى أقصى حد ممكن.

فهو بهذا المعنى إذن تلاشي وفقدان الشكل الأصلي والتقبل السهل ومن غير مقاومة للشكل الجديد، حيث تبرز الصدمة النفسية دائما من غير تهيب وتكون مسبقة بالشعور بالثقة بالنفس فيأتي الحادث الصادم ليزعزع هذه الثقة ويحطمها في الذات وفي المحيط الخارجي، إذا كان الشخص قبل الحادث يعتقد أن ذلك لن يحدث له بل فقط للآخرين. ويرى فيرونزي أن

الصدمة قد تكون فيزيائية خالصة أو نفسية خالصة أو فيزيائية ونفسية معاً، وأن الصدمة الفيزيائية تكون دائماً نفسية كذلك، حيث يكون القلق هو النتيجة المباشرة لها وتتضمن الشعور بعدم القدرة على التكيف مع وضعية الضيق الأكبر الذي ينتج بسبب طابع الفجائية الذي تتسم به الصدمة النفسية، فلا يتمكن بذلك الشخص من تنصيب دفاعات واقية ضد الضرر الناجم أو إنتاج تصورات متعلقة بالتغير المستقبلي للواقع في الاتجاه الملائم، ذلك أن هذه التصورات تعمل كمضاد للتسمم ضد الضيق والألم (عبد الرحمن سي موسى، 2002: 63).

2-1-3-3- رؤية دياتكين DIATKINE للصدمة:

يعتبر دياتكين الصدمة النفسية أنها الأثر الناتج عن إثارة عنيفة، تظهر في ظرف لا تكون فيه نفسية الفرد في مستوى القدرة على خفض التوتر الناتج، وذلك إما لرد فعل انفعالي مفاجئ أو لعدم قدرة الفرد على القيام بإرصاد عقلي كافي، فالخبرة الشاقة تلاقي رغبة لاشعورية مما يؤدي إلى الإخلال بتوازن القوى النزوية وتوازن الأنا، فينجر عنه بتر لنظام صاد الإثارات وكبت مكثف يتولد عنه ظهور الأعراض. وذلك فكل حادث يتعرض له الشخص دون أن يكون هناك عمل نفسي يمهد له، يضع مباشرة حياته النفسية الواقعية في خطر (عبد الرحمن سي موسى، 2002: 64).

2-1-3-4 - الصدمة من وجهة نظر Otto Fenichel:

لقد أعطى Fenichel (1945) تصور للصدمة مشابهًا لذلك الذي طرحه Freud، فهو يميز

بين ثلاث احتمالات لحدوث العصاب الصدمي :

- أين يكون الشخص لديه إثارة قادرة على مواجهة الإثارة الزائدة التي ينتجها الحدث الصدمي.
- أن يكون الشخص سوي ولكن يوجد في حالة عياء فلا يستطيع مواجهة الحدث الصدمي وتصريف الطاقة عن طريق جهاز التصفية (Filtrage).
- الحالة الثالثة، أين يكون الشخص عصابي فيؤدي تعرضه للحدث الصدمي إلى ظهور العصاب الصدمي مرتبط بالعصاب الداخلي الموجود مسبقًا، كما أن Fenichel يرى أن الحدث الصدمي يؤثر على الوظيفة التمايزية للأنا والتي تحتوي على التصفية، الحضور والعلاقة الموضوعية مع الآخرين.

كما يرجع Fenichel الأزمات الانفعالية المصاحبة لتناذر التكرار إلى تفرغ القلق الظاهر في

وقت حدوث الصدمة والذي لم يتحرر بطريقة كافية (A. Jolly, 2002 :102).

2-1-3-5 - رؤية ميلاني كلاين Melanie Klein:

إنه من الضروري التطرق ومناقشة تأثير الصدمة النفسية على الأنا، هذا التأثير الذي

تعمقت في دراسته ميلاني كلاين وتلامذتها فيما بعد، ويتلخص هذا التأثير بما يلي:

1-الجسد يهدد الأنا وهذا عندما يكون الجسد هو مصدر الصدمة التي تهدد الحياة كالإصابة بمرض السرطان مثلا.

2-الجسد موضوع تهديد وهنا يكون الجسد سليما ولكنه يتعرض لتهديد عوامل خارجية.

3-الجسد المشوه أو الخوف من تشوه الجسد.

4-الجسد المتخلف أو التفكك النفسي أو الجسدي.

بالنسبة للتحليل النفسي، إن الشخص يبني نفسيته استنادا على علاقته بجسمه وذلك بدءا من اللحظة التي يدرك فيها تمايزه عن جسد أمه، والمرضى الشاكين من اضطراب علاقتهم بأجسادهم لا يستطيعون تحقيق هذا التمايز إلا بصورة جزئية. بحيث تبقى تجاربهم الجسدية البدائية عندما كانوا لا يفرقون بين أجسادهم وأجساد أمهاتهم، ففي هذه التجارب البدائية يظن الطفل أن جسد أمه هو جسده الخاص به وتعود هذه التجارب إلى الظهور كلما تعرض الشخص إلى صدمة أو إلى تجربة سيئة. وبذلك تتحول علاقة الشخص بجسمه إلى تكرار للنمط البدائي وهنا يمكننا أن نتكلم عن حالة من التثبيت والنكوص سببها الصدمة، هذه الحالة تقود بدورها إلى انفصال الأنا (cission du moi) بحيث يبتعد الأنا عن الجسم الذي لا يعود معاشا من قبل الشخص، وهكذا ينشأ الفارق بين الجسد والأنا وينفصل الأنا عن الجسد فينظر الأنا للجسد أحيانا أنه مهدد وأحيانا مهدد وأحيانا أخرى مشوه أو متخلف. كما يجدر التنبيه إلى أن معاشة الجسد بطريقة نفسية مرضية لا تتعلق فقط بالبنية الذاتية للشخص (أي التنظيم الخاص

لجهازه النفسي ومجموعة أعطال هذا التنظيم) ولكنها تتعلق أيضا بنوعية الصدمات التي يتعرض لها الشخص (محمد أحمد النابلسي، 1991: 28).

2-1-3-6 - الصدمة من وجهة نظر لبيغو F.Lebigot:

يرى F.Lebigot أن الصدمة النفسية هي تلك المواجهة مع واقع الموت، فهي مواجهة العدم le néant الذي يجعل الفرد المصدوم مسؤول عن تشكيل صورة صدمية une image traumatique للحدث، ويضيف فرويد في هذا الإطار أن الموت غير متمثل على مستوى لا شعورنا فنعلم أننا سنموت ولكن لا نعتقد بالموت بل نعيش وكأننا سنحيا للأبد، إضافة إلى الصورة الصدمية الناتجة عن تصور الفرد المصدوم لمواجهته مع الموت غير المجسدة في شكل تصورات على مستوى الجهاز النفسي، وهذا راجع إلى الانكسار الذي أحدثه الحدث الصدمي المفاجئ فيصبح بهذا مجال التصورات غير مؤهل وغير قادر على تحويل الواقع إلى الحقيقة (Lebigot, F, 2005).

2-1-3-7 - الصدمة من وجهة نظر lacan:

أما لاكان فهو يرى أن الصدمة النفسية هي مواجهة عنيفة بين الفرد والواقع الصدمي وترتكز حسب تفسيره على:

- الواقع : الحدث الصدمي.
- الخيال : مصير الصدمة في الخيار.
- الرمزية: تجميع بين البعدين السابقين من خلال اللغة والاختراق في الفعل l'échou à le

faire (Eline et al, 2005 :78).

2-1-3-8- نظرية مارتي Marty والصدمة النفسية:

يرى بيار مارتي أن الأصل الخارجي للصدمة لا يأخذ في حد ذاته قيمة موضوعية لفقدان شخص عزيز مثلا لا يمكن أن يكون صدميا بالنسبة للفرد الراشد كالإحساس الذي تسببه عند شخص آخر، ويضيف مارتي أن ما يتبع الصدمة عند الفرد البشري هو حركة خلل التنظيم التي تأخذ دائما اتجاها ضد تطوري، فتضرب أولا البنيات الأكثر تطورا، ولا يتوقف خلل التنظيم إلا إذا أوقف على مستوى نقطة تثبيت أصلية مما يسمح بنكوصه الذي يسهل إعادة التنظيم (Debray, 1983).

2-2- الحدث الصدمي:

لا يمكن الحديث عن الصدمة النفسية دون الحديث عن الحدث الصادم أو الصدمي الذي يكون سببا في ظهورها (événement traumatique)، إذ أن الصدمة النفسية لها بداية معينة أو نقطة انطلاق واضحة هي السبب المباشر في ظهور الأعراض بدون هذا الحدث الصدمي لن يكون هناك مجالا للحديث عن الصدمة النفسية وعن أعراض أو مشكلات ما بعد صدمية ولكن هل يمكن لأي حدث مسبب للألم أو خارق للعادة أو مغاير لما يتوقعه الإنسان أن يوصف بالحدث الصدمي؟ أو أن هناك خصائص معينة هي التي من خلالها يمكن تحديد الحدث الصدمي من غيره؟ لذا يتوجب تحديد بعض الخصائص التي تجعل من أي حدث حدثا صدميا.

2-2-1- تعريف الحدث الصدمي:

الحدث الصدمي هو وضعية أو حدث ضاغط لمدة قصيرة أو طويلة أو استثنائية، مهدد

أو كارثي و الذي يثير عرضا لظاهرة الضيق عند أغلبية الأفراد. (E. Ferragut, et All, 2006 :178)

كما يعرف Bailly الحادث الصدمي بأنه يخضع الجهاز النفسي لضغط قد يتمكن كل

فرد وفي وقت ما من إرصاده، فإذا لم يتم ذلك أو كان مستحيلا فإنه يؤدي إلى إنتاج صدمة في

الجهاز النفسي. (Bailly, 1985 :36)

إن الأحداث الصدمية تختلف عن باقي الأحداث، حيث أنها تعاش مع ذعر ورعب

شديدين وتأخذ معنى النقاء فاشل مع الموت. فهي قادرة على إحداث تقلبات في الحياة العاطفية

واضطرابات سيكولوجية وسوماتية، في هذه الحالة يمكن أن يكون مشهدا أو حدثا محددًا على

سبيل المثال: المشهد الجنسي للوالدين، ولادة أخ أو أخت، موت احد الأقارب... الخ. إن

الحدث الواقعي يحتفظ به الفرد في ذاكرته ويأخذ معنى حسب الطريقة التي يستثمرها (Fedida,

1974 :124). إذن يمكننا القول أن الحدث الصدمي هو حدث من غير الأحداث اليومية، الذي

يثير عند الفرد الضيق والشدة، ويمكن أن يمثل مواجهة حقيقية مع الموت(خطر).

2-2-2- طبيعة الحدث الصدمي:

من النظريات السالف ذكرها يتضح تعدد أصل الحدث الصدمي وطبيعته، فصراع

المنظرين في تحديد أصل الصدمة وطبيعة الحدث الصدمي دفع إلى التعمق أكثر في المتغير.

2-2-2-1- حدث صدمي من أصل داخلي (عبارة عن بناء نفسي-واقع نفسي-):

وضح فرويد في نظريته الديناميكية أن الحدث الصدمي يثير ويوقظ في النفس هوامات و يفجر المكبوتات، فبالنسبة له أصل الحدث هو البناء النفسي للهوامات و المكبوتات والحدث الحقيقي يعتبر كمثير فقط.

2-2-2-2- حدث صدمي من أصل خارجي (واقع خارجي):

لقد تطرق (J.ROISIN,1995) إلى الحدث الصدمي كحدث حقيقي وواقعي قادر على انتاج صدمة نفسية حيث يحوي هذا الحدث على اثارات عنيفة، ما يوافق فرويد في نظريته الاقتصادية أين افترض وجود حدث ذو اثاره كبيرة تؤدي إلى فشل الجهاز النفسي.

2-2-2-3- حدث صدمي من أصل داخلي وخارجي (واقع تاريخي):

بالنسبة ل (A.Green, 1982) فلقد وضح في تعريفه للواقع التاريخي بأنه نتاج معقد يأخذ القليل من الواقع المادي و الكثير من الواقع النفسي وهو عبارة عن بناء شخصي. (سالمي حياة، 2010).

2-2-3- معايير الحدث صادمي:

✓ شدة الحدث الصدمي: و يعني مدى تأثير الواقع التاريخي على نفسية الفرد، فيمكن أن يفقد الفرد شخصا قريبا وعزيز حيث يتأثر بصفة أقل من فقدان دمية تكون عزيزة أكثر، وبالتالي الجمع بين الواقع المادي و الواقع النفسي هو من يحدد شدة الحدث الصدمي.

✓ عدم الاستعداد للحدث : ويعني أن الفرد لم يسعد لمواجهة الحدث حيث يحتاج إلى طاقة كبيرة ما يتطلب الوقت لذلك.

2-2-4- أنواع الأحداث الصدمية:

يوجد أنواع كثيرة من الأحداث الصدمية التي يمكن تقديمها في كوارث جماعية وفردية.

❖ الاحداث الصدمية الجماعية:

الحوادث : الانفجارات، الحرائق، حوادث العمل.

الاعتداءات: الجسمية في الحروب والتعذيب وغيرها.

الكوارث : الزلازل، الفيضانات ...الخ.

❖ الاحداث الصدمية الفردية:

- الاعتداءات الفردية: اعتداءات، اغتصاب، اعتداء جنسي مع أو بدون تهديد بالموت،

عنف زوجي، حادث مرور، سرقة بالتهدد، اتخذ الرهائن ... الخ.

- الاعتداءات على الاطفال القصر.

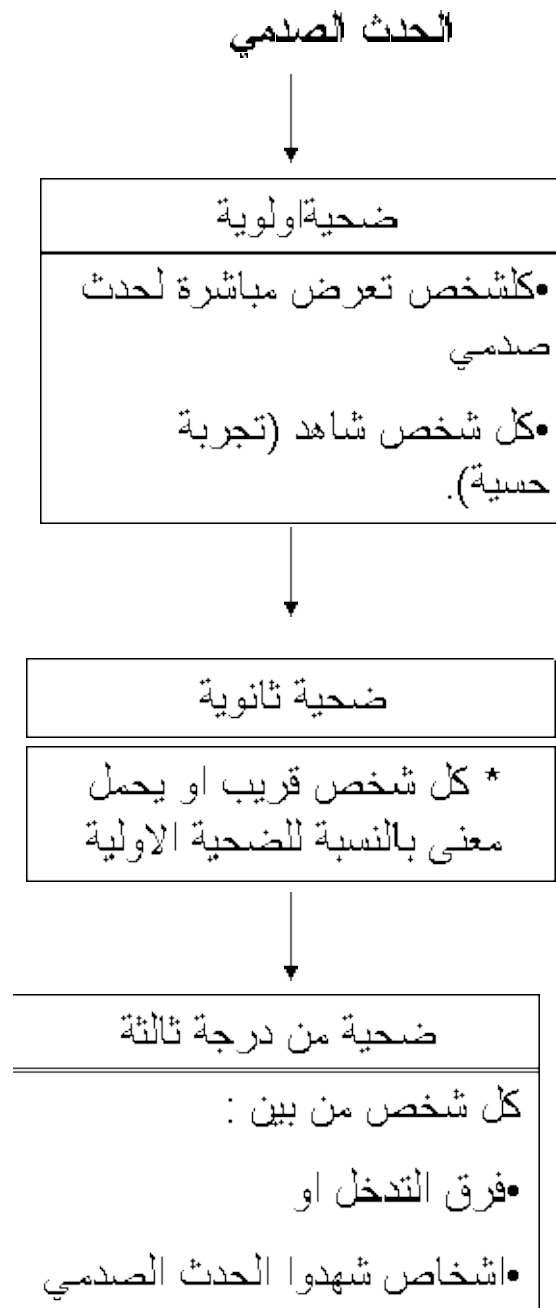
- سوء المعاملة للاطفال، للاشخاص العاجزين، او الافراد المسنين.

- حوادث العمل : التنكيل المهني أو الجنسي أو الإذلال (M. Kedia et Ali, 2008 :22).

2-2-5- أنماط ضحايا الأحداث الصدمية :

قسمت ضحايا الأحداث الصدمية إلى 3 أصناف حسب طبيعة علاقة الفرد بالحدث، فالضحية الأولية تعبر عن الفرد الذي يتعرض للحدث بصفة مباشرة ويكون التهديد مباشر بمعنى أن احتمال شدة الحدث الصدمي يكون قوي على نفسية الفرد ويحمل معنى الخطر، أما الضحية الثانوية فالحدث يقع على فرد قريب من الضحية ما يشكل حدث ثانوي الذي يعتبر بدوره حادث صادم حيث يحمل معنى الفقدان، أما الضحية من الدرجة الثالثة ففي هذه الحالة الضحية تشهد على حدث صدمي وقع لفرد آخر ما يمكن أن يشكل حادث صدمي للضحية كما هو موضح في الشكل التالي :

الشكل رقم 01: شكل توضيحي لأنماط ضحايا الأحداث الصدمية. (A.Touil, 2001: 35).



2-3- اضطراب ضغط ما بعد الصدمة PTSD:

2-3-1- تعريف PTSD:

كلمة PTSD هي اختصار لعبارة "Post traumatic stress disorder" وقد تم ترجمتها إلى العربية تحت اسم اضطراب ضغط ما بعد الصدمة. وقد صنف ضمن اضطرابات القلق في DSMVI-R وهي عبارة عن مجموعة أعراض واضطرابات تظهر بعد الصدمة وهي كالتالي:

صعوبة في النوم، قلة التركيز، الغضب الزائد، المبالغة في الارتجاف، اليقظة المفرطة وتكون مرتبطة بأحداث تثير أو ترمز للصدمة (B.Dorayet, 1997:134).

2-3-2- الخصائص التشخيصية لاضطراب ضغط ما بعد الصدمة:

إن الخاصية الأساسية في هذا الاضطراب هي الذاكرة الصدمية وهذا ينعكس في أعراض نفسية محددة وردت في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للأمراض النفسية (1994 DSMIV) كالتالي:

أ- تعرض الشخص لحدث صدمي وحدث كالتالي:

1- مر الشخص بخبرة أو شاهد أو واجه أحداث تضمنت موت حقيقي أو تهديد بالموت أو إصابة بالغة أو تهديد شديد لسلامة الفرد والآخرين.

2- تضمنت استجابة الفرد الخوف وإحساس بالعجز والتعب وفي حالات الأطفال يظهر هذا في صورة سلوك مضطرب.

ب- تتم إعادة معايشة الحدث الصدمي بطريقة أو بأخرى من الطرق التالية:

1- تذكر الحدث بشكل متكرر ومقتحم وضاعط وذلك يتضمن صوراً ذهنية أو أفكار أو مدركات.

2- استعادة الحدث بشكل متكرر وضاعط في الأحلام.

3- التصرف أو الشعور وكأن الحدث الصادم عائد.

4- انضغاط نفسي شديد عن التعرض للمثيرات سالفة الذكر داخلية كانت أم خارجية والتي ترمز أو تشبه بعض الجوانب من الحادث الصدمي.

5- استجابات فيزيولوجية تحدث عند التعرض للمثيرات سابقة الذكر.

ج - التفادي المستمر لأي مثيرات مرتبطة بالحادث الصدمي إضافة إلى هبوط عام في الاستجابات.

د - أعراض زيادة الاستثارة بشكل دائم.

هـ - الأعراض مستمرة لمدة شهر على الأقل.

و - اضطراب ضغط ما بعد الصدمة يسبب انضغاطاً إكلينيكياً واضحاً أو يؤدي إلى تدهور في الأنشطة الاجتماعية أو الوظيفية أو جوانب أخرى هامة.

وقد قسم DSMIV حالة PTSD إلى:

حادة: عندما تستمر الأعراض أقل من ثلاثة أشهر.

مزمنة: عندما تستمر الأعراض من ثلاثة أشهر فما فوق.

متأخرة: إذا ظهرت الأعراض بعد ستة أشهر من العامل المسبب للضغط. (Dsm4, 2003:117)

2-4- الفرق بين PTSD والعصاب الصدمي:

في سنة 1987 أصدرت الجمعية الأمريكية للطب العقلي DSMIII والذي ورد فيه ما يسمى بال PTSD الذي جاء كبديل لمصطلح العصاب الصدمي وفي سنة 1995 حددت هذه الجمعية المعايير التشخيصية لحالة ال PTSD والأعراض المرافقة . فإذا تجاوزت هذه الأعراض ستة أشهر يطلق عليها اسم العصاب الصدمي مع إضافة الضغط له (عبد الرحمن سي موسى، 2002: 78). أي أن الفرق يتجسد في علم النفس المرضي و لا يغير من أبعاد الظاهرة (الصدمة النفسية).

2-5- مراحل الصدمة النفسية:

2-5-1- مرحلة وقوع الحدث:

يعيش الفرد حدث ويكون ضمن ضحاي الأحداث الصدمية كما هو مبين سالفًا في الشكل 1 ص 35- (شكل توضيحي لأنماط ضحايا الأحداث الصدمية) وبمعايير الحدث الصدمي (الشدة و عدم الاستعداد السالف ذكرها).

2-5-2- مرحلة الكمون:

هو الزمن الفاصل بين الصدمة وظهور الأعراض، فالمؤكد أن الصدمة النفسية هي حالة ذات آثار وعواقب مرضية وذات ديمومة قد تطول أو تقصر . وعليه فإنه لا يجب الخلط بينه وبين ردود الأفعال الفورية الناجمة عن شدة الحدث الصدمي والإرهاق النفسي الذي يسببه،

فمظاهر العصاب الصدمي أو PTSD تستقر مع الوقت وتحديدا بعد فترة الكمون. وتختلف هذه الفترة باختلاف الأشخاص والوضعيات (من أيام إلى سنوات) (محمد أحمد النابلسي، 1991: 33-44). وتمثل هذه الفترة العمل الدينامي الذي تقوم به دفاعات الفرد والاستراتيجيات المستعملة في محاولة لإرسان نفسي للأثر الذي خلفه الحدث الصدمي وإصلاح الخلل الناجم، وهذا العمل الدينامي يستدعي دفاعات واستراتيجيات جديدة لمساعدته في مواجهة التخریب الذي نجم عن حدث الذي لم يكن بالإمكان التحكم به وبأثره عند وقوعه.

2-3-5-3 - مرحلة (تجسيد/ترميم) الصدمة :

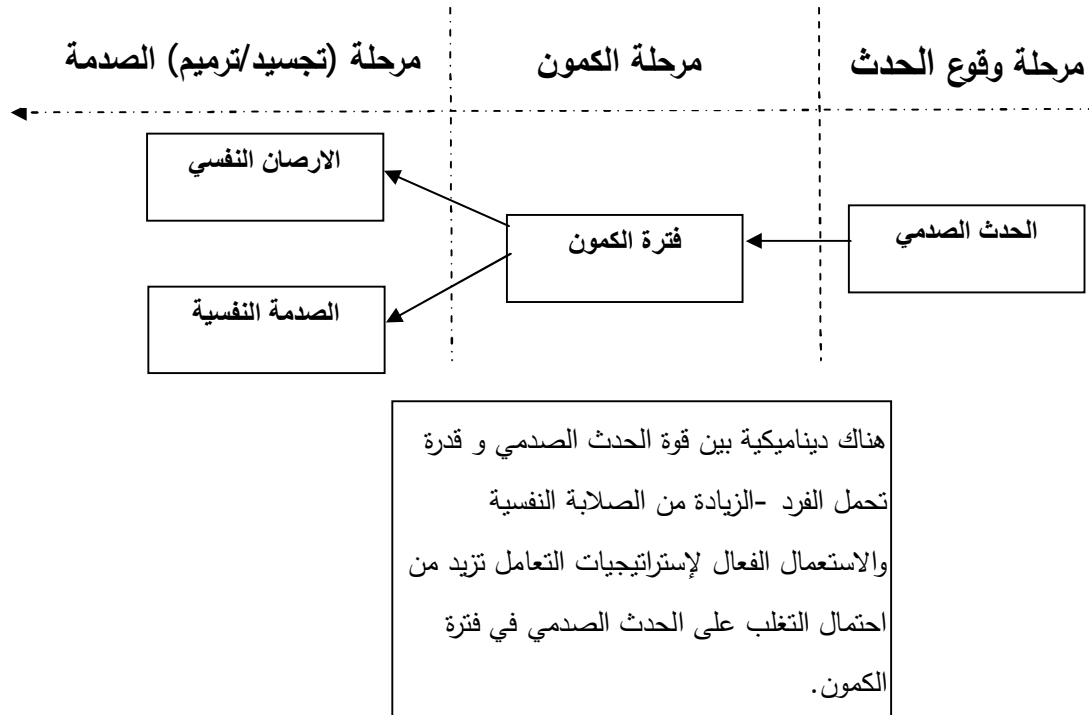
تحتوي هذه المرحلة احتمالين لمصير الصدمة النفسية :

2-3-5-1 - التجسيد: إن عدم تمكن الفرد من إرسان نفسي للحدث الصدمي يؤدي إلى ظهور اضطرابات ما بعد الصدمة النفسية المتمثلة في عدة أعراض.

2-3-5-2 - الترميم: يحدث إرسان نفسي للحدث الصدمي إذا تمكن الفرد من التعامل مع الحدث الصدمي سيشكل حدثا عاديا في تاريخه الشخصي دون ظهور أي اضطراب.

مما سبق يمكن توضيح المراحل الصدمة النفسية في الشكل التالي:

الشكل رقم 02: شكل توضيحي لمراحل الصدمة النفسية.



2-6- خصائص الصدمة النفسية:

2-6-1 إعادة معايشة الحادث الصدمي (تناذر التكرار المرضي):

يتميز العصاب الصدمي أو اضطراب ما بعد الصدمة النفسية بمجموعة من الأعراض التي أصبحت محددة بشكل واضح وقد تم الإجماع على تسميتها بتناذر التكرار والذي يرمز خاصة إلى كابوس تكراري (إعادة معايشة الحادث الصدمي) ويكون هذا الكابوس معاشا أكثر من تأمليا، وفيه يعيش الفرد مجددا الحدث الصدمي سواء بشكله الأصلي أو بشكل آخر تبعا لميكانزمات واستراتيجيات التعامل المستعملة، ويكون هذا الكابوس معاشا بصورة حادة بحيث

يدفع المريض إلى الصراخ والتقلب وأحيانا الوقوع من السرير، ثم يستيقظ المريض مذعورا ومتعرقا.

كما أن هناك أشكال أخرى للتكرار، مثل اقتحام الوعي من قبل أفكار ذات علاقة بالحدث الصدمي والاجترار العقلي لظروفه وأحداثه والرؤية شبه الهلوسية والخاطفة لبعض مشاهدته والتعلق الذي تصعب مقاومته بمشاهدة مظاهر العنف وتأملها (في الواقع أو في الصور أو الأفلام) وتكرار سلوك حركي مصاحب بحركات دفاعية أو عدائية (وكأنه يتعرض للصدمة من جديد) وأخيرا تظاهرات جسدية قد تتسبب بها مثيرات بسيطة.

2-6-2 التجنب (بعض الأعراض العصابية المستعارة من أعصاب أخرى):

التفادي المستمر لأي مثيرات مرتبطة بالحدث الصدمي إلى جانب تناذر التكرار المرضي، وصف الباحثون في جداولهم العيادية المقترحة للعصاب الصدمي عددا من الأعراض العامة كالقلق والتعب (الإعياء) والعجز الجنسي وبعض الأعراض مثل الخوف وتحول هستيري والعلامات الوسواسية.

هذا ما يؤكد عليه فرويد إذ يبرز أساسا في كتابه "ما فوق مبدأ اللذة" (1920)، ويقول: "يقترّب الجدول العيادي للعصاب الصدمي من ذلك المتعلق بالهستيريا من حيث الغنى بالأعراض الحركية المماثلة ولكنها تتجاوزها كقاعدة عامة على صعيد إشارات الألم الذاتي الصارخة جدا والخاصة بها، كما تتجاوزها على صعيد دلائل الوهن والاضطراب الأكثر شمولا في الوظائف النفسية." ويصر فرويد أثناء الحديث عن العصاب الصدمي على الطابع الجسدي

والنفسى للصدمة أي الهزة العنيفة التي تصيب الفرد محدثة فيضا من الإثارة وما يرافقها من رعب في آن واحد.

ويرى فرويد في هذا الرعب (وهو تلك الحالة التي تحدث حين تقع في وضعية خطيرة دون أن نكون مستعدين لها) العامل الحاسم في تحديد العصاب الصدمي (محمد أحمد النابلسي، 1991: 33-44).

2-6-3 الإفراط (الشخصية العصابية الصدمية):

هي أعراض زيادة الاستثارة، فالعصاب لا يعرف فقط من خلال أعراضه المميزة وإنما يعرف أيضا من خلال الشخصية الكامنة وراءه (المرشحة للإصابة بذلك)، فالشخصية القلقة تكمن وراء عصاب القلق، والرهابية وراء الفوبيا والهستيرية وراء الهستيريا، والشرجية وراء عصاب الوسواس القهري، لكن العصاب الصدمي يختلف عن كل هذه الأعصاب من حيث كونه عصابا راهنا، وهو بالتالي لا يستند إلى شخصية كامنة، بل إنه يحدث تغييرا مميزا في الشخصية بعد حدوثه. ولذلك يمكننا الحديث عن الشخصية العصابية الصدمية ولكن بعد حدوث العصاب الصدمي. وتتميز هذه الشخصية بعلامات الخوف والكف والنكوص والتبعية، كما يعرف Fenichel هذه الشخصية والتي تتسم بتنشيط الوظائف الثلاثة للأنا وهي:

1-وظيفة تنقية المثبرات.

2-وظيفة الحضور والنشاط في العالم.

3- الوظيفة الليبيدية وفيها كل إمكانيات الحب الموجه للمواضيع وللآخر، وذلك بسبب توجه هذه الوظيفة نحو ترميم محبة الذات التي فقدت الدعم في لحظات الحدث الصدمي (محمد أحمد النابلسي، 1991: 46).

خلاصة:

تناول هذا الفصل المفاهيم الأساسية التي هي على علاقة مباشرة بالحدث الصدمي والصدمة النفسية واضطراب ضغط ما بعد الصدمة والعصاب الصدمي، ويرتبط طابع الإثارة المفرط الناتجة من الحدث الصدمي بتحمّل الشخص النسبي وبقدرته على التّحكم فيها وإرصانها، غير أنّ قدرة الاحتمال تختلف من فرد لآخر، بل وحتى عند الشّخص نفسه ومن وقت لآخر، ولقد تمّ التطرق إلى مختلف النظريات التي تطرقت إلى موضوع الحدث الصدمي والصدمة النفسية، و مراحل حدوثها.

الفصل الثالث

الصلابة النفسية

3. 1. مفهوم الصلابة النفسية
3. 2. أبعاد الصلابة النفسية
3. 3. أهمية الصلابة النفسية
3. 4. نظريات الصلابة النفسية
3. 5. خصائص الصلابة النفسية

تمهيد:

يعد مفهوم الصلابة النفسية من المفاهيم الحديثة نسبياً، ويعبر هذا المفهوم عن قدرة تحمل الفرد للضغوط والأحداث الصعبة و مدى نجاحه في الخروج من الأزمات التي يواجهها دون اضطراب، ما يعكس نمطاً معرفياً وانفعالياً وسلوكياً من مقاومة الأزمات التي يواجهها. فهي إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على مواجهة ضغوط الحياة لتحسين الأداء النفسي وتحقيق الصحة النفسية.

ففي هذا الفصل سوف نتطرق إلى مفهوم الصلابة ومختلف النظريات المفسرة لها وكذلك أهميتها وأبعادها وأخيراً التعرف على خصائص الصلابة النفسية.

3-1- مفهوم الصلابة النفسية:

يعود مفهوم الصلابة النفسية إلى كوبازا (KOBASA,1979) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات التي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط و قد أعطيت تعريفات متعددة لمفهوم الصلابة النفسية. وتعرف "كوبازا" الصلابة النفسية على أنها " :اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة " (فاروق السيد عثمان، 2001:209). وتعرفها أيضاً بأنها "كوكبة من سمات الشخصية والتي تعمل كمصدر للمقاومة في مواجهة الأحداث الضاغطة".(مريامة

حناي، 2013)، حيث كانت ترى أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس المرضى. وقد اشتقت كوبازا مصطلح الصلابة النفسية متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى أن الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، كما يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي ويرى هذا التوجه الفلسفي أن دافعية الفرد تتبع أساساً من البحث المستمر النامي عن المعنى والهدف من الحياة (Madi, 2004).

وقد أدركت كوبازا نقاط التقاطع بين العامل مع الضغوط و التوجه نحو المستقبل واقترحت أن الشخصية الصلبة تتمتع بثلاث خصائص هي:

- 1- القدرة على الانخراط والالتزام تجاه الحياة أو تجاه المجتمع.
 - 2- القدرة على التحكم والتأثير في مجريات أمور الحياة.
 - 3- الاعتقاد بأن التغيير يعتبر مثيراً للتحدي. (Lambert, et all, 2003).
- كما يعرف فنك (Funk, 1992) متغير الصلابة النفسية بأنه خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة المعززة المحيطة بالفرد منذ الصغر.
- (Funk, 1992: 336).

أما مخيمر فقد عرفها كنمط التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه، واعتقاد الفرد بأنه بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ضاغطة، وتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث، وإن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً أو إعاقة له" (مخيمر، 1996: 284). وقدم تعريف آخر سنة 2002 حيث وضح

بأن الصلابة النفسية هي قدرة الفرد على استخدام المساندة الاجتماعية كوقاية من أثار الأحداث الضاغطة وخاصة الاكتئاب (مخير، 2002:85).

فالصلابة النفسية تتشابه مع مفاهيم أخرى على اعتبارها مصادر نفسية مثل الفاعلية الذاتية (لباندورا Banadura) ومفهوم التماسك (لأنتونو فسكي Antonovsky) ووجهة الضبط (لروتر Rotter). كما أن الصلابة النفسية تتفاعل مع المساندة الاجتماعية والعلاقة بين المتغيرين علاقة تلازمية ، و أكد كل من جانتلين وبلاني (Ganellen & Blaney, 1984) بقولهما أنه من المهم أن نقوم بدراسة الصلابة النفسية في تفاعلها مع المساندة الاجتماعية فهما وجهان لعملة واحدة فالمساندة الاجتماعية تدعم الخصائص الإيجابية للشخصية، والشخصية هي التي تحدد كيفية الاستفادة من المساندة الاجتماعية، كما أن المساندة تؤثر بشكل غير مباشر في الصلابة النفسية وتقويها وتتفاعل معها ليساهما معاً في فاعلية مواجهة الفرد للضغوط (عماد مخير، 1997: 105 - 107).

من التعريفات السابقة يتضح أن الصلابة النفسية ليست قوى خفية في الشخصية الإنسانية بل إنها نسيج في غاية الإتقان ومنتهى الدقة تتشكل خيوطه عبر المراحل العمرية المختلفة، وترتبط بصورة مباشرة مع إدراك الفرد للواقع المعاش، وتستمد قوتها من الخبرات السابقة التي ليست بالضرورة أن تكون مرتبطة بالفرد ذاته بل يمكن له اكتسابها من خلال التعايش مع الآخرين. كما أن الصلابة النفسية ترتبط بمدى إدراك الفرد لذاته ومعرفة نقاط الضعف فيقويها و نقاط القوة ليصل إلى الاتزان النفسي و التوازن الفسيولوجي و التوافق مع

الذات ومع الآخرين والتكيف مع البيئة الطبيعية و البيئة المشيدة ، وبالتالي يكون الفرد قادراً على التعايش والتأقلم مع الضغوط النفسية.

بمعنى آخر الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطاً من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية، ليصل إلى مرحلة التوافق، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل.

3-2- أبعاد الصلابة النفسية:

لقد نشأ مصطلح الصلابة النفسية كمجموعة من المعتقدات عن النفس في تفاعلها مع العالم من حولنا والتي تمدنا بالشجاعة والدافعية للعمل الجاد وتحول التغيرات الضاغطة المثيرة للقلق من مصادر للاضطراب إلى فرص محتملة، وتحوي الصلابة النفسية ثلاث : الالتزام، التحكم، التحدي. وترى كوبازا أن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو الشخصي. كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي. ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية، فالصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس (Kobasa, 1979).

3-2-1- الإلتزام:

أشارت كوبازا إلى أن الإلتزام يمثل القدرة على إدراك الفرد لقيمه، أهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدف يحققه وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتراكيب الداخلية، فالإلتزام يمثل الإلتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين. فهو يمثل التزم الفرد نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة ورؤيتها كمواقف هادفة وذات معنى، فالفرد الذي لديه نزعة قوية نحو الإلتزام يندمج مع الناس والأشياء والأحداث التي تدور من حوله ويمثل الانفصال و الانعزال مضيعة للوقت (عباس، 2010: 176).

➤ أنواع الإلتزام:

أشارت كوبازا (Kobasa, Puccetti, Maddi, 1985:525) إلى أن الإلتزام الشخصي أو النفسي يضم

كلاً من:

3-2-1-1- الإلتزام تجاه الذات :

عرفته بأنه " اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة،

وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين."

3-2-1-2-3 - الالتزام تجاه العمل:

عرفته بأنه " اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في إنجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه"

3-2-2-3 - التحكم:

ترى كوبيازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له فإدراك التحكم يمثل توجه الفرد نحو إحساس بالفعالية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة فالتحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة (Kobasa, 1979).

➤ أنواع التحكم:

يشير (خالد بن محمد، 2012) عن (الرفاعي، 2003) إلى أن التحكم يتضمن أربع صور رئيسية

هي:

3-2-2-3-1 - القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة:

يعني هذا التحكم اتخاذ القرار في طريقة التعامل مع الموقف سواء بإنهائه أو تجنبه أو بمحاولة التعايش معه، أي يتضمن الاختيار من بين البدائل.

3-2-2-2-3 - التحكم المعرفي(المعلوماتي) استخدام العمليات الفكرية للتحكم في

الحدث الضاغط:

إن التحكم المعرفي يعمل على التقليل من الآثار السلبية للحدث الضاغط، فيختص هذا التحكم بالقدرة على استخدام بعض العمليات الفكرية بكفاءة عند التعرض للمشقة كالتفكير في الموقف، وإدراكه بطريقة إيجابية ومتفائلة، وتفسيره بصورة منطقية وواقعية ، وبمعنى آخر أن الشخص يتحكم في الحدث الضاغط باستخدامه بعض الاستراتيجيات العقلية مثل تشتيت الانتباه بالتركيز في أمور أخرى ، أو عمل خطة للتغلب على المشكلة.

3-2-2-3 - التحكم السلوكي:

وهو القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز، ويقصد بالتحكم السلوكي القدرة على التعامل مع الموقف بصورة علنية ولمموسة، بمعنى تحكم الشخص في أثر الحدث الضاغط من خلال القيام ببعض السلوكيات لتعديله أو تغييره.

3-2-2-4 - التحكم الإسترجاعي:

ويرتبط التحكم الإسترجاعي بمعتقدات الفرد واتجاهاته السابقة عن الموقف وطبيعته، فيؤدي استرجاع الفرد لمثل هذه المعتقدات إلى تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على أنه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه، وبمعنى آخر مواجهة الشخص للحدث الضاغط ومحاولة إيجاد معنى له في حياته ، مما قد يؤدي لتخفيف أثر الضغوط.

3-2-3- التحدي:

تعرفه كوبازا بأنه " :اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لابد منه لارتقائه ، أكثر من كونه تهديدًا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية" (Kobasa, 1979: 70).

يتضح من التعريف أن التحدي يمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها بما فيها من مستجدات، باعتبارها أمورًا طبيعية لابد من حدوثها لنمو والارتقاء، مع القدرة على مواجهة المشكلات، وهذه الخاصية تخلق للفرد مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة.

3-3- أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية (خالد بن محمد، 2012).

لقد قدمت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص يرى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي ما يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية

واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

- تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.
- تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

- تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة. وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف، 2002).

ومما سبق يتضح أن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة ، وتخلق نمطاً من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من آثارها السلبية ليصل إلى مرحلة التوافق وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الأمل والتفاؤل.

3-4- نظريات الصلابة النفسية:

3-4-1- نظرية كوبازا :

طرحت كوبازا Kobassa الافتراض الأساسي لنظريتها، بعد أن أجرت دراسة على رجال أعمال والمحامين والعاملين في الدرجة المتوسطة والعليا في الصحة النفسية والجسمية والأحداث الصادمة .وقد خرجت ببعض النتائج والتي كان منها:

- الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية، وهو الصلابة النفسية بأبعادها وهي "الالتزام ، التحكم ، التحدي".
- يكشف الأفراد الأكثر صلابة عن معدلات أقل للإصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة، وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة، وقد يعود ذلك إلى الدور الفعال الذي يقوم به متغير الصلابة في إدراك ضغوط الأحداث الشاقة للحياة وتفسيرها وترتيبها على نحو ايجابي (Puccetti,Maddi,Kobasa,1985:525-533).

و قد فسرت كوبازا مفهوم الصلابة بإرتباطه مع الوقاية من الإصابة بالأمراض من خلال تحديدها للخصال المميزة للأفراد مرتفعي الصلابة و من خلال توضيحها للأدوار الفعالة التي يؤديها هذا المفهوم للتقليل من آثار التعرض للأحداث الضاغطة، كما ذكرت كوبازا أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يكونون أكثر نشاطا وقيادة وضبطا داخليا، وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء الحياة المجهدة، و أشد واقعية وانجاز و سيطرة و قدرة على تفسير الأحداث ، كما أنهم يجدون أن تجاربهم ممتعة و ذات معنى، فهذه الفئة من الأفراد تضع تقيما متفائلا لتغيرات الحياة، وتميل للقيام بالأفعال الحاسمة للسيطرة عليها و تؤيد معرفة المزيد من الخبرات لتعلم كل ما هو مفيد للحياة المستقبلية (زينب نوفل راضي 2008: 120)، وعلى العكس فإن الأشخاص الأقل صلابة لا يجدون معنى للحياة يشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداث المتغيرة، و يعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها أو عندما تخلو من

التجديد و لذلك لا توجد لديهم اعتقادات راسخة، فهم سلبيون في تفاعلهم مع البيئة، و تكون الظروف الشاقة أثر سلبي على الحالة الصحية لهؤلاء الأشخاص.

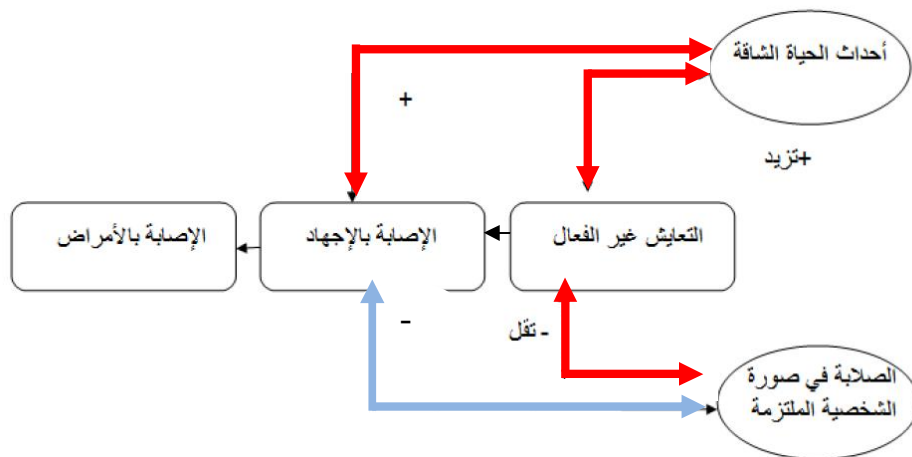
توصل كوبازا و مايدي (Maddi & Kobasa,1982) إلى رسم مخطط توضيحي للعلاقة التي

ترتبط أحداث الحياة الشاقة بالإصابة بالإجهاد و بالتالي الإصابة بالأمراض حيث تلعب

الصلابة النفسية دور المتغير الوسيط كما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل رقم 03: التأثير المباشر وغير مباشر للصلابة النفسية.

Kobassa& Maddi(1982: 169-172)



التأثير غير مباشر كما هو موضح في الشكل فعندما تقل الصلابة النفسية في صورة

الشخصية الملتزمة ينتج عن ذلك التعايش غير فعال، و التعايش غير فعال مع أحداث الحياة

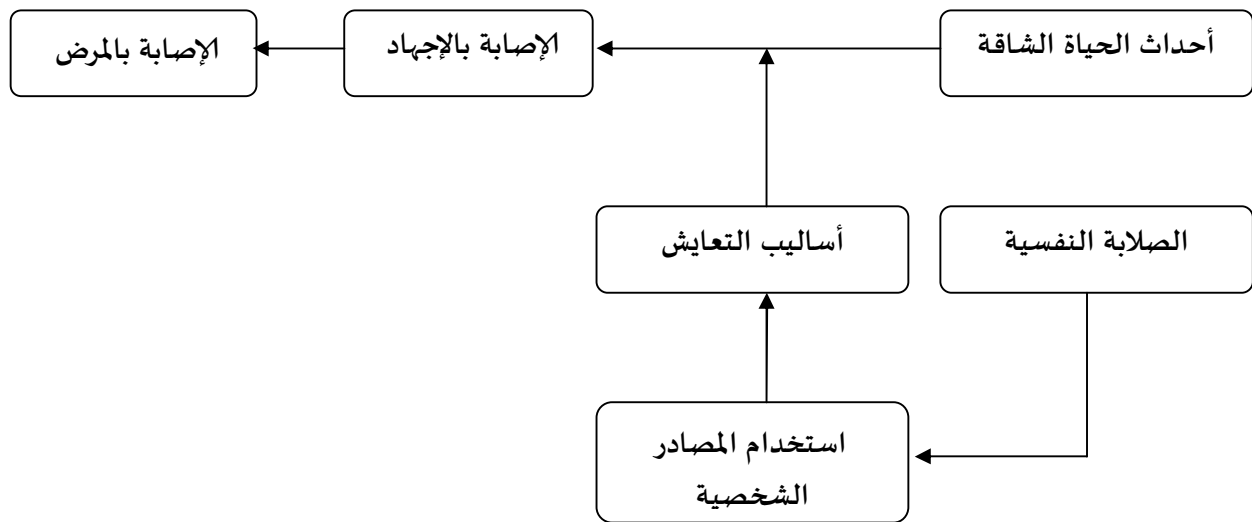
الشاقة بدوره يقلل من الصلابة النفسية في صورة الشخصية الملتزمة ما يزيد من وطأة ضغط

أحداث الحياة الشاقة على الفرد ما يزيد من احتمال الإصابة بالاجهاد و بالتالي الإصابة بالامراض.

التأثير المباشر: عندما تقل الصلابة النفسية في صورة الشخصية الملتزمة يعني أن قدرة تحمل الفرد للضغط صغيرة ما يعني زيادة احتمال الإصابة بالاجهاد و بالتالي الإصابة بالامراض.

في سنة 1983 توصلت كوبازا إلى تعديل المخطط لتوضح أكثر التأثير المباشر للصلابة النفسية كما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل رقم 04: التأثير المباشر للصلابة النفسية. (Kobassa&Puccetti,1983: 216)



وضحت كوبازا في هذا المخطط التأثير المباشر للصلابة النفسية حيث أن أحداث الحياة الشاقة تؤدي إلى الإصابة بالإجهاد و بالتالي الإصابة بالمرض ليأتي دور الصلابة النفسية لتعمل كمتغير مقاومة ووقائي حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط وذلك بالزيادة من استخدام الفرد لمصادره الشخصية والاجتماعية وبالتالي التحسين في استخدام الفرد لأساليب التعايش، لمواجهة أحداث الحياة الشاقة بفعالية و بأنسب الطرق.

3-4-2- نموذج فنك (Funk) المحلل لنظرية كوبازا:

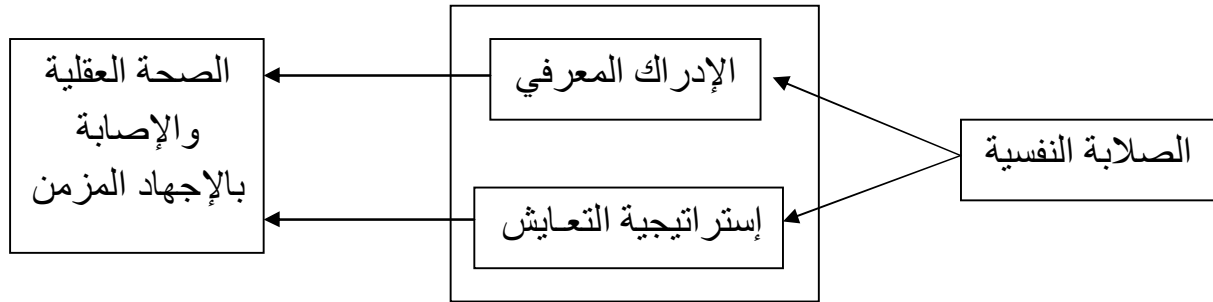
لقد قام فنك (Funk) سنة 1992 بإعادة النظر في نظرية كوبازا و ذلك من خلال الدراسة التي أجراها بهدف بحث العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، وذلك علي عينة تكونت من 167 جنديا إسرائيليا، واعتمد الباحث علي المواقف الشاقة الواقعية في تحديده لدور الصلابة، وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للمواقف الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة شهور، وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصل إلى:

- ارتبط بعد الالتزام للصلابة النفسية ايجابيا مع إستراتيجية التعايش الفعال خاصة الإستراتيجية المتمركزة حول الانفعال، وارتبط بعد التحكم ايجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك الموقف علي انه اقل مشقة واستخدام إستراتيجية حل المشكلات بالتعايش. ما يوضح الارتباط الايجابي للصلابة النفسية مع الصحة العقلية الجيدة للجنود.

وفي سنة 1995 قام بإجراء دراسة ثانية محددا نفس هدف الدراسة السالفة، و كان ذلك علي عينة من جنود إسرائيليين أيضا، ولكنه استخدم فترة تدريبية عنيفة لمدة 4شهور تم خلالها تنفيذ المشاركين للأوامر المطلوبة حتى وان تعارضت مع ميولهم واستعداداتهم الشخصية، وذلك بصفة متواصلة، وقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية وطرق التعايش قبل فترة التدريب وبعد الانتهاء منها حيث التوصل لنفس النتائج التي حصل عليها في الدراسة الأولى (زينب نوفل راضي، 2008: 39-40). ما سمح ل فنك (Funk) بطرح نموذج كما هو موضح في الشكل أدناه:

الشكل رقم 05: نموذج فنك (Funk) المعدل لنظرية كوبازا للتعامل مع المشقة وكيفية مقاومتها.

(زينب نوفل راضي، 2008) عن (FLORIAN, MIKULINCE TAUBMAN, 1995: 687-695)



يتضح من المخطط الارتباط الايجابي الذي مثله فنك (Funk) بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الفعال من ناحية، والصحة العقلية من ناحية أخرى، حيث أن زيادة الصلابة النفسية تعني الإدراك المعرفي الإيجابي لأحداث الحياة الشاقة ما يتماشى مع استعمال إستراتيجية التعايش فعالة لمواجهة هذه الأحداث ما و التمتع بصحة عقلية جيدة

والعكس صحيح أي أن نقص الصلابة النفسية تعني الإدراك المعرفي السلبي لأحداث الحياة الشاقة ما يتماشى مع استعمال إستراتيجية التعايش غير فعالة لمواجهة هذه الأحداث ما يؤدي إلى الإجهاد المزمن.

3-5- خصائص الصلابة النفسية:

تنقسم الخصائص إلى فئتين، فئة من الأفراد لديهم خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة، فئة لديهم خصائص ذوي الصلابة المنخفضة.

توصلت كويازا خلال الدراسات السابقة التي أجرتها (1979-1982-1983-1985)

إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يتميزون بالخصائص التالية:

✓ القدرة على الصمود والمقاومة.

✓ لديهم انجاز افضل.

✓ ذو وجهة داخلية لضبط.

✓ اكثر اقتدارا ويميلون للقيادة والسيطرة.

✓ أكثر نشاطا، وذو دافعية أكبر (زينب نوفل راضي، 2008 : 41).

تعددت الدراسات التي تناولت الأفراد ذوي الصلابة المنخفضة نعرض منها:

تتاول (جيهان محمد، 2002: 21-23) بعض المواصفات التي يتصف بها الأفراد ذوي

الصلابة المنخفضة مثل اتصافهم بعدم الشعور بهدف لأنفسهم و لا بمعنى لحياتهم، ولا يتفاعلون مع بيئتهم بايجابية، و يتوقعون التهديد المستمر و الضعف في مواجهة الأحداث

الضاغطة المبعثرة، و يفضلون ثابت الأحداث الحياتية، و ليس لديهم اعتقاد بضرورة التحديد والارتقاء ، كما أنهم سلبيون في تفاعلهم مع بيئتهم و عاجزون عن تحمل الأثر السلبي للأحداث الضاغطة، وضح أيضا (اديب محمد الخالدي، 2009: 46) أن الأشخاص اقل صلابة يكونون عرضة للاضطرابات، ويشعرون بالعجز، وأنهم أكثر ضعفا في الضبط الداخلي، وأكثر نقدا لذواتهم (لوم النفس) وأكثر شعورا وتعميما لخبرات الفشل، لامعنى لحياتهم ولا يتفاعلون مع البيئة الاجتماعية.

خلاصة

تطرق هذا الفصل إلى المفاهيم الأساسية التي لها علاقة مباشرة بالصلابة النفسية حيث اتضح أنها تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد ما يساعده على تجاوز والتكيف مع أحداث الحياة الضاغطة، وتخلق نمطا من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفيف من آثارها السلبية وتجعل الفرد قادر على التحكم في مشاعره وحل مشكلاته وله القدرة على الالتزام والتحدي ليصل إلى مرحلة التكيف وجاوز الأحداث الضاغطة مع الاحتفاظ بصحته النفسية و الجسدية.

الفصل الرابع

استراتيجيات التعامل

4. 1. مفهوم استراتيجيات التعامل
4. 2. تعريف استراتيجيات التعامل coping
4. 3. نظريات استراتيجيات التعامل
4. 4. أنواع استراتيجيات التعامل
4. 5. مميزات استراتيجيات التعامل
4. 6. مصادر استراتيجيات التعامل

تمهيد:

يواجه الإنسان خلال مراحل حياته الكثير من المواقف الصعبة التي تؤثر عليه إيجاباً أو سلباً، ومهما اختلفت هذه المواقف فهو يسعى دائماً لإيجاد الطرق والوسائل الملائمة للتخفيف من وطأتها على نفسيته، وذلك باستعمال استراتيجيات التعامل لمواجهة الموقف الضاغط لتحقيق نوع من التوازن النفسي، حيث يحاول الفرد مواجهة هذه المواقف الضاغطة بطرق عدة منتهجا أساليب مختلفة وهذا ما يسمى باستراتيجيات التعامل.

ففي هذا الفصل سنتطرق إلى مفهوم إستراتيجية التعامل، مميزاتها، أنواعها، مصادرها والنماذج المفسرة لها.

4-1- مفهوم استراتيجيات التعامل :

يتعرض الفرد على مر الحياة إلى مجموعة من الأحداث المتفاوتة الأهمية والصعوبة، يمكن لهذه الأحداث أن تدرك على أنها مهددة للفرد، مؤدية إلى اضطرابات انفعالية والذي يمكن أن يؤثر على المدى الطويل على الصحة الجسدية والنفسية، لا يبقى الفرد عادة دون استجابة أمام ما يحدث له فيحاول مواجهة ذلك. لقد ظهر مفهوم إستراتيجيات التعامل بنموذج "سيللي" (1956) أين وضح أن نفس الحدث لا يؤدي بالضرورة إلى نفس الاستجابة، إضافة إلى كون الفرد في فترتين معينتين لا يستجيب بنفس الطريقة لنفس المنبه.

لكن في عام 1966 كتب رينشارد ولازاروس كتابا تناولوا فيه الضغط النفسي وسياق

استراتيجيات التعامل (Psychological stress And the Coping Process)، الذي ساهم في إدخال

مصطلح استراتيجيات التعامل ضمن اللغة العملية المتداولة، حتى يشار إليها ب : مجموعة الجهود المعرفية والسلوكية المؤهلة للتحكم والتقليص أو التسامح إزاء المتطلبات الداخلية أو الخارجية التي تهدد أو تفوق مصادر الشخص. وفيما بعد وفي سنة 1984 اعتبرت استراتيجيات التعامل حسب لازاروس و فولكمان Lazarus et Folkman بأنها : تلك الجهود المعرفية والسلوكية لإدارة المتطلبات الخارجية أو الداخلية التي يقيمها الفرد على أنها ترهق موارده، وتتعرض هذه الجهود المعرفية والسلوكية باستمرار إلى التغيير تبعا إلى تقييمات للعلاقة (فرد- محيط) والتي تتغير هي الأخرى باستمرار وتنتج بعض هذه التغيرات في العلاقة عن سياق التعامل الهادف إلى تعديل الوضعية التي تتسبب في الألم والحزن (Lazarus et Folkman, 1984: 141). وبعد ذلك توسعت البحوث والنظريات لتطوير المفهوم.

4-2- تعريف استراتيجيات التعامل coping:

هناك عدة مفاهيم للفعل الإنجليزي "to cope with" والذي يعني بالفرنسية "faire avec" أي التعامل مع الشيء أو المواجهة، لهذا اقترحت عدة مصطلحات منها استراتيجيات التعامل، حيث يخدم كل مصطلح وجهة معينة خاصة مع تعدد المعاني المتواجدة في النماذج السيكوباتولوجية المختلفة، هذا المصطلح المسمى ب "coping strategies" وعرفه الأدب العلمي الفرنسي تحت اسم "les strategies d'ajustement" أو استراتيجيات التوافق (Schwietzer M-B et al, 1994: 100). ولقد أصبح مصطلح (coping) أكثر نضجا في منظور التعامل في أواخر

السبعينات وهو يدل على مجموعة منظمة من استجابات استراتيجيات التعامل لوضعيات مستقرة (Schweitzer M-B et al, 2001 : 17).

هناك العديد من التعاريف الخاصة بمفهوم "استراتيجيات التعامل"، لكن رغم تعددها إلا أنها تعبر عن استراتيجيات التوافق المهيئة من طرف الأشخاص من أجل تحمل التوتر الناتج عن الموقف الضاغط، و من بين هذه التعاريف نجد:

تعريف "لازاروس" و"لوني" (lazarusse et lunier) اللذان يعتبرانها مجموعة من العمليات التي يضعها الفرد بينه وبين الحدث المدرك كمهدد من أجل التحكم والتحمل أو التقليل من حدة تأثيره على الرفاهية الجسمية والنفسية (Schwietzer M-B et al, 1994 : 100).

ويقصد Ray et All (1982) بالتعامل مع الضغط النفسي إلى الطريقة المستعملة للتوافق مع الوضعيات الصعبة من جراء حدث ضاغط حقيقي أو خيالي (Paulhan et Baurgeios :1995).

ويعرف " فيلمنج وآخرون Felemmaing et Al " (1984) المواجهة بأنها جزء مركزي في عملية الضغوط، وعلى هذا فهي تتضمن جميع الاستجابات التي يقوم بها الفرد اتجاه الخطر وأي شكل من التهديد، فهي توجه خفض الضغط كلياً، وتتضمن أي محاولة للتقليل أو لتجنب التعامل مع الآثار الناجمة عنه (طه عبد العظيم حسين، 2006 : 81 - 82).

وحسب القاموس الكبير لعلم النفس فهي "سيرورة فعالة، يقوم من خلالها الفرد عن طريق تقديرها الذاتي لقدراته الخاصة ودوافعه لمواجهة الحياة وبالخصوص الوضعيات الضاغطة وينجح في التحكم فيه" (Grand dictionnaire de la psychologie, 2005 : 218).

رغم اختلاف هذه التعاريف وتعددتها إلا أنها تبين أن استراتيجيات التعامل هي عبارة عن مجموعة من المجهودات السلوكية والسيرورات المعرفية التي يلجأ الفرد لاستعمالها عند تعامله مع الأحداث الضاغطة، التي تهدف بدورها إلى التحكم في الوضعية أو التقليل من آثار الحدث أو تحمله.

4-3- نظريات استراتيجيات التعامل:

إن كون استراتيجيات المواجهة تطرح فرق في طريقة إدراكنا للموقف ما يعنى أن البحث متعلق الآن بالطريقة التي يواجه بها الفرد الموقف الضاغط، بناء على ذلك تعددت الاتجاهات النظرية واختلفت وجهات النظر التي تناولت استراتيجيات التعامل و من بينها :

4-3-1- النموذج الحيواني:

تأثر النموذج الحيواني بفكر داروين حول مبدأ الصراع من أجل البقاء ، فاشتق مفهوم المواجهة من نتائج البحوث التي أقيمت على الحيوان، إذا تظهر في الاستجابات السلوكية الفطرية أو المكتسبة بعد تعرض الفرد إلى التهديد، حيث يستعملها لمواجهة موقف الضغط المهدد لبقائه، وفي هذا الصدد يرى Folkman et Lazarus (1984) بأن البحوث المستتدة

على المنظور الحيواني في الضغط و المراقبة، تستند أساسا على ما يسمى "السلوك التجنبي" أو التفادي أو سلوك الهروب و الفرار أو الهجوم، مهمة بذلك قدرة الفرد على التعامل مع الموقف و تعديله أو التغلب عليه في بعض الأحيان (Lazarus et Fokman, 1984 :1) ، ما لا يمكن من الكشف عن الإستراتيجيات الأخرى المتضمنة في مصطلح المواجهة، منه فمعايير استراتيجيات التعامل يتمثل في التحكم في الوضعيات أو التخفيض في النشاطات الفزيولوجية الناتجة عن تلك الوضعية (paulhan, et al, 1995 : 41).

4-3-2- نموذج سمات الشخصية:

تنطلق هذه النظرية من فكرة الفروق الفردية ومن ثم مفهوم الواجهة بالنسبة لهذه النظريات ما هو إلا عدد من الأبعاد التي تشبه السمات المكونة للشخصية الإنسانية، وإذا كانت السمة تشير إلى استعداد عام للاستجابة بطريقة خاصة ومميزة للفرد عبر المواقف المتنوعة التي تواجهه في حياته، فإن المواجهة تثير من هذا المنظور، إلى استعداد أو ميل عام أو أسلوب للحياة ويتضح من تعريف المواجهة مدى الاتساق بين مفهوم السمات الشخصية، ومفهوم أسلوب المواجهة، من حيث كونها يمثلان طرازا أو أسلوبا خاصا يميز الفرد أثناء التعامل مع ظروف الحياة ، غير أن أسلوب المواجهة يبدو أكثر خصوصية في التعامل مع المواقف الحياتية من السمات الشخصية، وذلك لأن الفرد يتعامل بطريقة غير مماثلة مع الأحداث، بينما هناك عدة أبحاث أظهرت أن لقيمة هذه السمات تنبؤات ضعيفة لاستراتيجيات التعامل وذلك يعود لعدة أسباب منها:

✓ الطبيعة المتعددة لأبعاد استراتيجيات التعامل، فالمريض مثلا يواجه ضغوطات مختلفة وفي الوقت نفسه عليه أن يحافظ على توازنه الانفعالي، مع الحفاظ على العلاقة الجيدة مع العائلة، كل هذه الانشغالات تتطلب تعدد استراتيجيات التعامل، وهذا ما لا يمكن توفره في معيار واحد كسمة للشخصية.

✓ الطابع المتغير: وفي هذه الحالة فالاستراتيجيات تتأثر بمحتوى الوضعيات الضاغطة، فسمات الشخصية لوحدها غير قادرة على جعل الفرد يواجه هذه الوضعيات (Schwietzer, M-B etal, 1944 : 102).

4-3-3- نموذج التحليل النفسي:

يرجع التحليليون بدورهم استراتيجيات التعامل على ميكانيزمات متعلقة بالآثار المتمثلة في **دفاعات الأنا**، أي أنها مجموعة من العمليات النفسية اللاشعورية التي تهدف إلى خفض وإزالة كل ما يحدث الخطر، وهناك عدة ميكانيزمات موجهة لخفض القلق الناجم عن حدث ما وعلى سبيل المثال:

* **الإنكار**: حيث يدرك الفرد المواقع مع إنكار بعض عناصره أو التي يمكن تحملها مثلا: خطورة المرض.

* **العزلة**: ينحصر في سير التفكير ليمنع بذلك ما يحدث.

* **العقلنة:** الفرد يبحث عن تفسير متناسق، منطقي لما يحدث له، فالمعيار الأساسي لاستراتيجيات التعامل متعلقة بنوعية السيوررات (مرونتها، ودرجة تكيفها مع الواقع)، نوعية المصير النفسي والجسدي للفرد (طايبي نعيمة، 2007: 18).

أقيمت أبحاث في فرنسا على المرضى المتواجدين بالمستشفيات أثارت دور الميكانيزمات الدفاعية في تكيف هؤلاء المرضى مع مرضهم ولقد تبين أن بعض هذه الميكانيزمات مثل الإنكار، العزلة، وروح المقاومة، تحمي الفرد من القلق بفعالية أكبر من الميل إلى النشاط والعدوانية والغضب، ورغم المساهمة الكبيرة التي قدمها هذا النموذج في فهم استجابات الفرد في مواجهته للحدث الضاغط إلا أنه يبقى قاصر أو ناقص. وفي الحقيقة تتميز استراتيجيات التعامل كنظام دفاعي لإعادة التوازن الانفعالي بمعنى أن الاستراتيجيات الواعية وغير الواعية التي يستعملها الفرد ليتوافق مع ما يدركه على أنه حدث ضاغط. (paulhan et al, 1995: 42).

يتضح مما سبق أن أكثر ما يميز استراتيجيات التعامل هو كونها استراتيجيات تكيفية أي تقييم للوضعية، واستعمال إستراتيجية للمقاومة.

4-3-4 - النموذج المعرفي:

حسب نظرية الضغط و المواجهة للازاروس، لايمكن فهم الضغط النفسي بدون الرجوع إلى المكون المعرفي الكامن وراء تفسير الفرد للموقف الذي يتعرض له، والعملية المعرفية هذه تمثل حجر الأساس لتحديد طبيعة استجابة الفرد للضغوط المختلفة داخلية كانت أم خارجية وعملية إدراك الموقف وتقييمه هي الأساس في مسالة مواجهة الضغوط الحياتية والتغلب عليها،

وعليه فإن العملية المعرفية المسؤولة عن تقييم المواقف تحدد استجابة الإنسان له هي تعرف مفهوم المواجهة، ويعرفه لازاروس و فولكمان (1984): "بأنه جهد أو محاولة معرفية وسلوكية دائمة التغيير هدفها إدراك المطالب الخارجية والداخلية الضاغطة على الإنسان والتي ينظر إليها على أنها تفوق إمكانياته الشخصية الخاصة". ومن مفهومه هذا انبثق نموذج المعرفي الذي يبين المتغيرات المعرفية التي يتم على أساسها تقييم الحدث الضاغط ومواجهته للتغلب عليه. وهذه العملية (عملية المواجهة) تمر بمراحل معرفية مختلفة:

4-3-4-1 - مرحلة الحدث الضاغط :

فكرة هذه المرحلة مبنية على أن الإنسان يواجه في حياته مواقف أو أحداث ضاغطة تستدعي الكثير من الجهد لمواجهتها والتغلب عليها، وقد تنطوي عليها صعوبات صحية إذ تم استعمال استراتيجيات معرفية سلوكية غير فعالة. وينقسم الحدث الضاغط إلى صنفين:

✓ أحداث ضاغطة خارجية: وهي الأحداث المحيطة بالفرد في البيئة الخارجية.

✓ أحداث ضاغطة داخلية: وهي نابعة من داخل الفرد وتتشكل من خلال ادراكاته للعالم

الخارجي.

4-3-4-2 - مرحلة التقييم الأولي Evaluation primaire:

تكون العملية التقييمية للحدث الضاغط سريعة وآلية حيث تخبرنا إن كان الموقف خطير أو مهدد أم لا (Servant,2005: 10)، وفي هذه المرحلة يقوم الفرد بمحاولة التعرف على الحدث الضاغط ثم يقوم بمحاولة تحديد مستوى التهديد الذي يمثله هذا الحدث بالنسبة للفرد. ويعتمد

- الفرد في هذه العملية التقديرية على أسلوبه المعرفي وخبراته الشخصية (عثمان يخلف، 2001: 51-52). وقد وضع كل من Lazarus, Folkman الخصائص الشخصية كالمعتقدات والأهداف التي من شأنها أن تؤثر على الفرد عند إدراكه الحسي للوضعية المهددة وفي اختياره لطرق التعامل. كما يذكر Lazarus أن التقييم الأولي يأخذ خمسة أشكال للعلاقة (فرد-محيط) هي كالاتي:
- 1- أن هذه العلاقة التبادلية تكون إما ملائمة أو غير ملائمة لفائدة أمنه، مصالحه واستقراره.
 - 2- أن هذا النوع من التعامل (فرد-محيط) قد يسبب ضرر يتطلب التحدي والتحسين.
 - 3- أن التقييم الأولي يكون لوضعية ضاغطة تأخذ شكل تهديد لمستقبل الفرد.
 - 4- تمثل تحدي الفرد للوضعيات الخطرة (المتأزمة).
 - 5- ينبئ بنتائج ايجابية (Lazarus et Folkman, 1984 : 49).

وهكذا تختلف تقييمات التهديد أو التحدي عن بعضها في العنصر المعرفي (الحكم مع مراعاة قوة الضرر أو الخسارة مقابل الاستفادة أو السيطرة) والعنصر الانفعالي (انفعالات سلبية مقابل انفعالات ايجابية) وقد يتم تقييم حدث كمهدد وكباعث للتحدي في نفس الوقت، إذ يمكن تقييم الحصول على ترقية في العمل كفرصة للحصول على فوائد عديدة في الخبرة، المهارات، المسؤولية، التقدير، المكافأة وتستنلزم في نفس الوقت خطر عدم إنجاز المهمة كما كان متوقعا أو كما كان مطلوبا مثلا (Lazarus et Folkman, 1984 : 50).

3-4-3-4 - مرحلة التقييم الثانوي Evaluation secondaire :

يبحث الفرد في هذه المرحلة على الإجراءات والإمكانات التي يواجه بها الموقف أو

الحدث (10 : Servant,2005)، يعتبر التقييم الثانوي كمعالجة للسؤال : ماذا يمكنني فعله ؟

إذ يتساءل الفرد من خلال التقييم الثانوي عما يمكن فعله لتعويض الخسارة، أو التنبه، أو الوقاية

من التهديد أو الاستفادة مما يحدث، ثم يقرر كيفية تعامله : تغيير الوضعية أو التقبل أو

التجنب أو البحث أكثر عن المعلومات والبحث عن السند الاجتماعي والسلوك الانفعالي.

كما يسمح التقييم الثانوي للفرد بتحديد نوعية إستراتيجية التعامل التي يمكن استعمالها لإدارة

متطلبات العامل الضاغط، كما يوجه هذا التقييم اختيار الفرد استراتيجيات التعامل في المستقبل

إذا ما وجد في حالة ضاغطة. حيث يهدف النوع الأول إلى خفض الضغط الانفعالي مع عدم

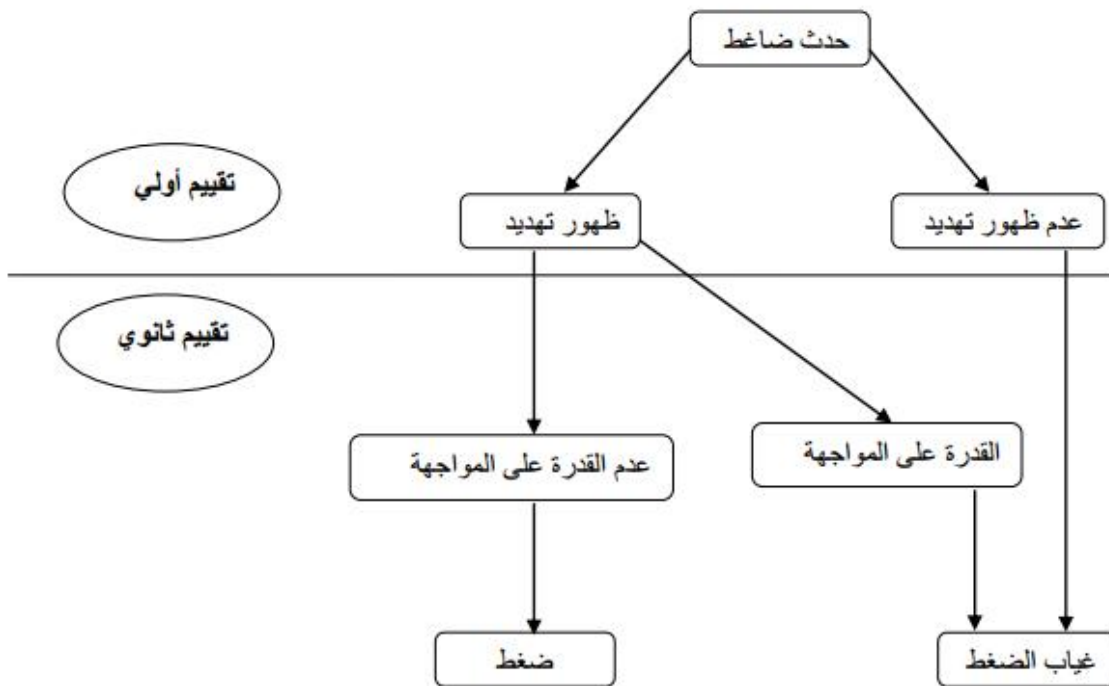
التغيير في المشكل وتدعى استراتيجيات التعامل المركزة على المشكل. (Lazarus et

Folkman :1984).

و يمكن توضيح عمليتي التقييم الأولي و التقييم الثانوي بالاستناد إلى الشكل التالي:

الشكل رقم 06: التقييم الأولي و الثانوي عند لزاروس وفولكمان 1984 (معروف

محمد، 2013: 45).



4-4-3-4 - إعادة التقييم:

يوحي التغيير في العلاقة (فرد-محيط) إلى إعادة التقييم لكل ما يمكن أن يحدث. ونعني بإعادة التقييم، التغيير الجذري الذي ينتج عن جهود الفرد كعملية تكيفية لتغيير الوضعية والأفكار الخاصة بالموقف و أن هذا التغيير يكون لكل ما حدث ولكل ما قد يحدث مستقبلا أي سيرورة التفاعل الداخلي مع الأخذ بعين الاعتبار التغذية الرجعية (Dantchev, N : 1989).

4-4 - أنواع استراتيجيات التعامل:

اهتمت العديد من الدراسات والبحوث التي قام بها: Lazarus, Folkman Ray et All بجدد أنماط تعامل الأفراد مع الضغط وتمثلت المنهجية في إحصاء مختلف الكيفيات التي يستجيب بها الأفراد لمواقف الحياة المختلفة وعلى جميع الأصعدة، وذلك من خلال تطبيق بعض المقابلات والاستبيانات، فلوحظ من خلال هذه العملية وجود فرق بين الأفراد من جهة، وفي الأفراد من أنفسهم من جهة أخرى فيما يتعلق بكيفية تعاملهم مع المواقف الضاغطة، ووضعت قائمة تتضمن مختلف الأنماط التي يتعامل بها الفرد أو الأفراد ككل إزاء المواقف في مختلف الميادين، وتبعاً لنتائج التحليل العاملي التي أقيمت على عينات ممثلة تم التوصل إلى نمطين هما: أولهما استراتيجيات التعامل المركزة حول المشكل وثانيهما استراتيجيات التعامل المركزة حول الانفعال (Ikhlef A., 1994: 295).

وفيما يلي يتم عرض هذين النوعين من الاستراتيجيات :

4-4-1 - استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المتمركزة حول المشكل :

تعددت أنواع استراتيجيات التعامل بتعدد التصنيفات لمختلف العلماء وبالتالي سنركز على تصنيف Lazarus, Folkman حيث اعتبروها كمجموعة الجهود المستعملة لمواجهة الوضعية الضاغطة وتعمل على تعديل مباشر للعلاقة (فرد-محيط) وتتمثل هذه الاستراتيجيات في البحث عن المعلومات، ووضع مخططات عملية تسمح للفرد بإعطائه وسائل لتغيير الوضعية التي

يعيشها وهي تساهم بطريقة غير مباشرة في تعديل الحالة الانفعالية وغالبا ما تستعمل هذه الاستراتيجيات عندما يكون الفرد واثقا من نفسه ويرى أن بإمكانه إحداث تغييرات والوصول إلى حلول مناسبة (Dantcher , 1989 : 25). ومن أساليب هذا النوع: البحث عن المعلومات، الحصول على نصيحة من شخص ما للوصول إلى حلول للموقف الضاغط، اتخاذ إجراءات لحل المشكل من خلال إعداد خطة بديلة، تعلم مهارات جديدة للتعامل مع الموقف والتغلب على المشكلة. (عبد العزيز المجيد محمد، 2005: 29). وتتمثل هذه الإستراتيجيات في:

4-4-1-1 - البحث عن حل المشكل :

من أجل الوصول إلى الحل المرغوب فيه يضع الفرد خطة عمل ويتبعها، وذلك بأن يقبل الحل الذي يوصله إلى الراحة النفسية، وبالتالي يخرج من هذه المواجهة بأكثر قوة (طايبي نعيمة، 2007: 29).

4-4-1-2 - البحث عن الدعم الاجتماعي :

يقوم الفرد بمحاولة جمع معلومات كثيرة تخص الوضعية كما يبحث عن دعم معنوي أو مادي عند الأفراد المحيطين به من أجل فهم أعمق للمشكل.

فالاستراتيجيات المركزة حول حل المشكل تهدف إلى تغيير الموقف بغرض التعديل أو الاستبعاد لمصادر الضغط و تحتوي على عملية تحليل ذاتية تتركز بصفة أولية على المحيط أو البيئة وتظم استراتيجيات موجهة نحو الداخل بهدف دراسة أو اختيار إمكانياته وقدراته على

حل المشكل، بينما تعمل الإستراتيجيات الموجهة نحو المحيط على تبديل كلا من الضغوط المحيطة أو البيئية والوسائل، والإجراءات المتخذة بشأن أمر ما وكذا العلاقة أو الصلة بين الأشياء ، وقد حظي مفهوم السند الاجتماعي باهتمام كبير من طرف الباحثين نظرا للدور الهام الذي يلعبه السند الاجتماعي في وقاية الفرد من الآثار السلبية للضغوط النفسية ، وفي تخفيف الإصابات من الاضطرابات النفسية والفيزيولوجية وفي تحقيق التكيف الاجتماعي .

مفهوم السند الاجتماعي يشير إلى مشاعر ايجابية منها: إحساس الفرد بالقيمة والتقدير، الإحساس بالاحترام والعناية من خلال السند العاطفي أو المادي أو المعنوي الذي يستمد من الآخرين في بيئته الاجتماعية والثقافية (عثمان يخلف : 2001 , ص 137-138).

4-4-2- استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي المركزة حول الانفعال :

يهدف هذا النوع من الاستراتيجيات إلى القيام بمجموعة واسعة من المحاولات السلوكية والمعرفية من أجل التحكم في التوتر الانفعالي، المستثار من طرف وضعية معينة، مما يسمح للفرد بتفريغ الشحنة العاطفية كالقلق و الخوف، وتضم هذه الأشكال استراتيجيات عديدة منها :
التجنب (الهروب والابتعاد) والتحكم في التعبير الانفعالي. (Ferreri, 1992).

بصفة عامة إستراتيجية المواجهة المركزة حول الانفعال تجمع الاستراتيجيات التي تهدف الى تسوية الانفعالات التي لها علاقة بالظاهرة الضاغطة، حيث تعبر عن استراتيجيات معرفية أين لا تغير من الوضعية، إلا أنها تساهم في تغيير الفرد (عبد المنعم عبد الله، : 2005: 159) .

كما يؤكد بولهان وقينتار (1994) أن المواجهة على الانفعال تصبح ملائمة في حالة التعرض لوضعيات ضاغطة حادة بحيث يتعذر على الفرد إيجاد حلول آنية كحالة الإصابة بمرض مزمن فيصبح هذا النوع من الاستراتيجيات هو الفعال للتخفيف من شدة التوتر الانفعالي (Schweitzer et Dantcher : 1994 :103). ويتضمن هذا النوع استراتيجيات تتمثل فيمايلي:

4-4-2-1- التجنب:

تتمثل هذه الاستراتيجية في تحويل الانتباه عن مصدر الضغط، وتتضمن نشاطات ذات تعبير سلوكي أو معرفي فمثلا الأشخاص يتجهون نحو الكحول أو المخدرات للتقليل من حدة الانفعال أو إخفاء المزاج السيئ. إلا أن هذا النمط لا يتميز فقط بتحويل الانتباه عن مصدر الضغط أو ردة فعل الشخص أمام الضغط و لكن أيضا صورة الذات الانفعالية قوية (لطفى عبد الباسط ابراهيم، 1987).

4-4-2-2- اتهام الذات :

حيث يبقى الفرد سلبيًا وجامدًا أمام محاولة التأثير في الموقف الضاغط ويتهم نفسه بأنها سبب المشكل الذي يعاني منه.

4-4-2-3- إعادة التقييم الايجابي:

حيث يحاول الفرد أن يظهر قويا أمام الوضعية، واعتبارها كعامل مساعد للتغيير إلى الأحسن (حسن مصطفى عبد المعطي، 1994).

4-5- مميزات استراتيجيات التعامل:

للمواجهة عدة مميزات تتدرج كآلاتي:

✓ الواجهة عملية معقدة ويستعمل الأفراد أغلب الاستراتيجيات الواجهة الأساسية اتجاه
الوضعية الضاغطة.

✓ ترتبط الواجهة بتقدير وتقييم كل ما يمكن القيام به لتغيير الموقف، فإذا بين التقييم بأن
هناك شيء يمكن القيام به، تستعمل الواجهة التي تركز على حل المشكل، أما إذا أسفرت
التقييم بأنه ليس هناك شيء يمكن القيام به، تستعمل الواجهة المركزة على الانفعال.

✓ عندما يكون الموقف الضاغط من النوع الثابت كالعمل والصحة أو العائلة، يظهر للنساء
والرجال أساليب مواجهة تتشابه كثيرا.

✓ هناك مجموعة أساليب الواجهة تبدو أكثر ثباتا واستقرارا من الإستراتيجيات الأخرى أثناء
التعرض لمختلف المواقف الضاغطة، بينما ترتبط الإستراتيجيات الأخرى بمواقف ضاغطة
خاصة، مثل التفكير الإيجابي تجاه الموقف هي ثابتة نسبيا وترتبط كثيرا بالشخصية، في
حين إن استراتيجيات البحث عن دعم اجتماعي فهي غير ثابتة فهي ترتبط كثيرا بالسياق
الاجتماعي.

✓ إن إستراتيجية الواجهة تتغير منذ المرحلة الأولى من الموقف الضاغط إلى مرحلة أخرى
لاحقا.

✓ تعتبر سلوكيات المواجهة كوسيط قوي للنتائج الانفعالية، حيث ترتبط إستراتيجية المواجهة بنتائج ايجابية في حين ترتبط استراتيجيات أخرى بنتائج سلبية.

✓ إن فائدة أي نوع من أساليب المواجهة يرتبط بنوع الموقف الضاغط ونمط الشخصية المعرضة (الصحة الجسدية، الوظيفة الاجتماعية و الوجود الذاتي) (آيت حمودة، 2006: 185).

4-6- مصادر استراتيجيات التعامل:

يمتلك الفرد القدرة على إيجاد مسالك تجعله يتجاوز المطالب التي تكون محل المواجهة، وهي بذلك ضرورية بالنسبة له مثل: المال، أشخاص قصد المساعدة، الوسائل، مهارات ملائمة، فبالنسبة "انتونوفسكي Antonovsky" عام (1979) استعمل كلمة منابع استراتيجيات التعامل العامة (Generalized Resistance Resources)، لغرض وصف الخصائص التي تسهل عملية تسيير أو إدارة الضغط، هذه الخصائص يمكن أن تكون: جسمية ، بيوكيميائية، معرفية، انفعالية، موقفية، اجتماعية، ثقافية... الخ، وهي في نظره تجعل الشخص يقاوم الضغط بشكل كبير (Lazarus et Folkman, 1984 : 158).

تعتبر الطرق التي يتبعها الفرد في التعامل مع الضغط على علاقة وطيدة بالمصادر التي يمتلكها و بالمصاعب التي تمنع استعمالها في الوضعيات التي يعيشها، و للقول أن الفرد له مصادر جيدة فهذا يعني أن لديه مصادر كثيرة و/أو أنه ماهر في استعمالها في التعامل مع الضغط (طايبي نعيمة، 2007: 36).

وبالنسبة لـ "لازاروس و فولكمان" اقترحا عدة مصادر لاستراتيجيات التعامل، أهمها:

- ❖ المصادر الجسمية و تضم الصحة و الطاقة.
- ❖ المصادر النفسية و تتمثل في الاعتقادات الايجابية.
- ❖ الكفاءات و هي القدرة على حل المشاكل و القدرات الاجتماعية.
- ❖ أما الأنواع الأخرى من المصادر فهي متعلقة أكثر بالمحيط و المجتمع

والمصادر المالية (Lazarus et Folkman, 1984 : 159).

4-6-1- المصادر الجسمية أو الجسدية (Physical Resource) :

وتتضمن الصحة (Health) والطاقة (Energy)، ويقصد بها أن الشخص الذي يتمتع ببنية جسمية قوية تكون لديه القدرة أكثر على المواجهة والصمود أمام الوضعيات الضاغطة، عكس الفرد الذي لا يتمتع ببنية جسمية كاملة فإنه يكون أكثر عرضة للتعرض لمختلف الأحداث الضاغطة، و لقد وجدت دراسات أخرى عديدة أبرزت أهمية الصحة و الطاقة بالنسبة لاستراتيجيات التعامل منها دراسة "بولهان Paulhan" و "ورتمان Wortman" سنة 1977 و"فيزوتسك Visotasky" عام 1961 (Lazarus, Folkman, 1984, P159).

4-6-2- المصادر النفسية:

وتتضمن الاعتقادات الايجابية (Positive Beliefs)، وهي تشكل إحدى المصادر الفعالة من بين المصادر الأخرى لاستراتيجيات التعامل، إذ بينت دراسة "ستريك لاند Strickland" عام (1978) وجود علاقة بين نوعية الاعتقاد واستراتيجيات التعامل مع المشاكل الصحية، بحيث

أن الأشخاص الذين يعتقدون بقدراتهم الذاتية على التحكم في الوضعية التي تكون محلا للمواجهة، ففي حالة المرض يكونون مثلا أكثر حذا من حيث الحفاظ على الصحة، في حين أولئك الذين يرجعون ما يقع لهم إلى قوى خارجية عنهم كالحظ، القدر، هذا النوع من الاعتقاد ينعكس سلبا على صحتهم كونهم ينفون قدراتهم على التحكم في الوضعية، وفي نفس المجال فالطبيب الذي يصف علاجاً لهذين النوعين سوف يكون ناجحاً في حالة ما إذا كان الشخص لديه اعتقاد إيجابي لهذه الوصفة لأنه سوف يلتزم بها والعكس صحيح بالنسبة لهؤلاء الأشخاص ذوي الاعتقاد السلبي (Lazarus et Folkmant, 1984 : 159).

4-6-3- المصادر المتعلقة بالكفاءات (Compétence Resources):

وتتضمن المهارات الاجتماعية (Social Skills) ومهارات حل المشكل (Problem solving skills).

❖ المهارات الاجتماعية:

هي المهارات التي تمثل السند المعنوي والمادي الذي يساعد الفرد على التكيف والاتصال والتعاون على حل المشاكل بطرق أكثر فعالية وأكثر ملائمة مع المجتمع.

❖ مهارات حل المشكل:

وهي التي تتضمن هذه الميزات التي حددها كل من "جانيس" عام (1974) و"مان" سنة

(1977) وهي كالتالي:

✓ القدرة والمرونة عند البحث عن المعلومات.

✓ تحليل الموقف وتحديد المشكل وإيجاد الطرق الجديدة والبديلة، مع تحديد النتائج المتوقعة عند تطبيقها.

✓ القيام بعملية الانتقال للطرق البديلة الأكثر تلاعما مع حل المشكل.

✓ وأخيرا تنفيذ مخطط التدخل لحل المشكل.

هذا النوع من المهارات هو حصيلة مجموعة التجارب التي عاشها الفرد والتي تمنحه قدرة معرفية وفكرية في استعمال وتوظيف هذه المعارف ثم القدرة على التحكم الذاتي (Lazarus et Folkmant, 1984 : 163).

4-6-4- المصادر الأخرى المتعلقة بالمحيط، المجتمع، و المصادر المالية:

يعد الحصول على السند الاجتماعي و العاطفي من طرف الآخرين و كذلك الحصول على معلومات أو لسند ملموس من أهم المصادر إذ تساعد على التغلب على التوتر و كذا فهم أعمق للمشكل للتمكن من حله (طايبي نعيمة، 2007: 38)، وكذلك الموارد المالية المتمثلة في الأموال والممتلكات والخدمات التي يمكن أن يتحصل عليها الفرد. فهذا المصدر الذي لا يذكر إلا قليلا في المناقشات الخاصة بالتعامل مع الضغط له أهمية كبيرة، نجدها في العلاقة بين الوضعية الاقتصادية والضغط والتوافق، فالأوضاع المالية الجيدة تستطيع خفض الشعور بالتهديد و بالتالي تسهل من عملية التعامل مع الضغط وجعلها فعالة (Lazarus et Folkman, 1984 : 164).

خلاصة الفصل

من خلال ما عرض في هذا الفصل بغرض التفصيل في متغير استراتيجيات التعامل التي من الممكن للفرد استعمالها لمواجهة مختلف المواقف الضاغطة قصد التقليل من حدة ضغطها، وذلك من خلال التطرق إلى مختلف التعاريف التي تناولت مفهوم استراتيجيات التعامل، بالإضافة إلى مختلف المراحل التي يمكن للفرد أن يمر بها قصد اختيار إستراتيجية ما للتعامل مع الحدث الضاغط والتوصل لتقييم جديد للوضعية، حيث يكون ذلك وفق نمطين لاستراتيجيات التعامل يحوي النمط الأول التركيز حول المشكل والثاني التركيز حول الانفعال. واختلاف الأفراد في طبعهم وشخصيتهم ومصادرهم يجعلهم يختلفون في طريقة تعاملهم مع مشاكلهم، حيث أسهمت بعض النماذج النظرية في توضيح وشرح ذلك.

الفصل الخامس

الحماية المدنية

5. 1. تعريف الحماية المدنية
5. 2. سبب نشأة الحماية المدنية
5. 3. نبذة تاريخية
5. 4. تطور الحماية المدنية الجزائرية
5. 5. أهمية الحماية المدنية
5. 6. مراحل الاستعداد لطوارئ والتخطيط
5. 7. الهيكل التنظيمي لمديرة الحماية المدنية
5. 8. علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع

تمهيد :

تأتي أهمية موضوع الحماية المدنية في الحرب والسلام نظرا إلى أن مسؤولياته ومهامه ازدادت على المستوى الدولي, فالحماية المدنية هي جهاز مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات وبناء على هذا المنطلق فإنها تعتبر مرفقا تابعا للدولة، بها نظم وقوانين تدير عليها، وتتحكم في الكيفيات اللازمة لتسيير المستخدمين بها وكذا عمليات التدخل السريع الذي يبقى من الأولويات الأولى لإنقاذ وحماية كل من هو في خطر حقيقي وعليه فإن المهمة تنحصر في ثلاث عناصر: التوقع، الوقاية والإسعاف. ومن هذا التوجه تنطلق السياسة العامة للحماية المدنية، بتكوين مستخدميها في شتى المجالات ولما وصلت إليه التكنولوجيا الحديثة للتغلب على مختلف الصعاب التي يمكن أن تحدثه الكوارث، سواء كانت طبيعية أو تكنولوجية.

هذا كله مجسد بقوانين وأنظمة داخلية لمباشرة وسير العمليات والإسعافات المقدمة التي يجب أن تكون في المستوى المطلوب, حيث تعد الحماية المدنية جهاز هام في المجتمعات والدول الحديثة وهذا لما تقدمه من مهام إنسانية، بحيث يكون أعوانها عادة في الخط الأول لمواجهة المخاطر والكوارث.

5-1- تعريف الحماية المدنية:

يقصد بالحماية المدنية العمل مسبقا لانجاز التدابير الوقائية الكفيلة بحماية السكان وممتلكاتهم في مواجهة أسلحة الحرب، الكوارث الطبيعية ومختلف الأخطار. وهي جميع

الإجراءات التي تتخذها الأجهزة المختلفة، عدا القوات المسلحة، لتأمين الحماية للمواطنين والممتلكات العامة وتقليل الخسارة إلى أدنى حد ممكن (محمد بن صالح، 1993: 20-21).

الحماية المدنية هي سلك من أسلاك الدولة الهامة والحساسة وهي نظام شبه عسكري، حيث يعد الجهاز الرئيسي المكلف بالتدخل والوقاية من مختلف الأخطار على الصعيد الوطني أو الدولي، وتتميز بسرعة التدخل في التنفيذ والتنظيم المحكم للعمل قصد مواجهة الأخطار ووضع الإجراءات والأعمال المناسبة لحماية الأرواح و الممتلكات العامة والخاصة تحت كل الظروف (قنفي، 2004: 04).

اليوم العالمي للحماية المدنية:

في 18 ديسمبر 1990 تم تحديد واعتماد (الفتاح مارس) من كل سنة يوما عالميا للحماية المدنية، وذلك بناء على القرار رقم 08 للجمعية العامة التاسعة للمنظمة الدولية للحماية المدنية، باعتبار أن دخول دستور المنظمة حيز التنفيذ في هذا اليوم من عام 1972.

5-2- سبب نشأة الحماية المدنية :

أول مقاييس للحماية المدنية في العالم كانت في ظل الإمبراطورية الرومانية بعد حريق روما الشهير، ومن الحرائق التي تم تسجيلها في العالم، حريق لندن سنة 1866، موسكو 1812، سان فرانسيسكو 1906، لقد كان نشوء الحرب العالمية الأولى والثانية سببا في التفكير في وضع خطة عملية لمواجهة النتائج الوخيمة التي انجرت عن استعمال مختلف الأسلحة في

الحرب، ففي هذه الفترة وضعت أولى المقاييس الخاصة بالدفاع المدني في حالة الحرب، وامتد هذا التأسيس في حالة السلم.

5-3- نبذة تاريخية :

إن تاريخ إنشاء الحماية المدنية يعود إلى سنة 1931، حيث قام الطبيب الفرنسي (جورج سان بول) بإنشاء جمعية مشارف جنيف، واتخذ من باريس مقراً لها، ومن هذه الجمعية انبثقت المنظمة الدولية للحماية المدنية. وكان الطبيب جورج سان بول من خلال الإشارة إلى مدينة جنيف مسقط رأس هنري دونان مؤسس حركة الصليب الأحمر، يرمي إلى إيجاد مناطق محايدة أو مدن مفتوحة وآمنة، يمكن للمدنيين اللجوء إليها في حالة الحروب والنزاعات. وفي سنة 1935 أصدر مجلس النواب الفرنسي وبوابع من الجمعية (جمعية مشارف جنيف) قراراً يدعو فيه عصابة الأمم إلى دراسة السبل المؤيدة إلى إنشاء مواقع في كل دولة تكون بمأمن عن الأعمال العسكرية زمن النزاعات، وذلك استناداً على اتفاقيات تعتمدها عصابة الأمم ولقد تدخلت الجمعية لدى الأطراف المتحاربة إبان الحرب الأهلية الإسبانية وذلك سنة 1932، وكذلك عند نشوب النزاع الصيني الياباني في 1937. وفي سنة 1949، أصدر المؤتمر الدبلوماسي الذي انعقد في جنيف اتفاقية رابعة بعد الثلاث الأولى الخاصة بحماية المدنيين زمن النزاعات المسلحة. وفي عام 1958، أصبحت المنظمة الدولية للحماية المدنية منظمة غير حكومية أي انتقلت من جمعية إلى منظمة غير حكومية وفي سنة 1966 تم اعتماد دستور للمنظمة أين أصبحت المنظمة الدولية للحماية المدنية الغير حكومية كمنظمة بين الحكومات، ولقد صادق

على هذا الدستور 18 دولة عظوا وفي الفاتح من مارس سنة 1972 دخل دستور المنظمة حيز التنفيذ وبدأ سريان العمل به من قبل الدول الأعضاء في المنظمة (محمد بن صالح، 1993: 27-28)

5-4- تطور الحماية المدنية الجزائرية :

أ- عهد الاستعمار: كانت وحدات الحماية المدنية متمركزة في المدن التي يقطنها المعمرون، وكانت عبارة عن خلايا للدفاع عن المعمرين وممتلكاتهم وذلك بموجب قانون 1938 خاص بالفرنسيين بصفة عامة.

ب- بعد الاستقلال : بعد استعادة السيادة الوطنية وجدت الجزائر نفسها أمام قطاع حساس يكاد يكون شبه مفقود في الميدان من حيث التنظيم المؤرخ في 15/04/1964، تم إنشاء المصلحة الوطنية للحماية المدنية على مستوى وزارة الداخلية، حيث انتقلت الحماية المدنية من مجرد مصلحة مركزية إلى مصلحة وطنية وذلك على مستوى المركزية، وكانت هذه من مصلحة مكافحة الحرائق والإسعاف على مستوى المحلي إلى مصلحة ولائية للحماية المدنية مع الأعوان العاملين على مستوى البلديات لتوسيع معارفهم، وفي سنة 1970 تم إدراج قطاع الحماية المدنية ضمن قطاعات الدولة، والإشراف عليه بصفة مباشرة إضافة إلى تحويل مراكز الإسعاف ومكافحة الحرائق إلى وحدات الحماية المدنية وإدماج كل التشكيلات تحت غطاء واحد وهو سلك الحماية المدنية الذي يخضع لقانون التوظيف العمومي في إطاره القانوني والتنظيمي، حيث أصبح عون الحماية يتميز بزيه الرسمي ورتبته وذلك في إطار شبه عسكري.

*سنة 1976 : بمرسوم 39/76 تم تحويل المصلحة الوطنية إلى مديرية عامة للحماية

المدنية مع إعادة تنظيم الإدارة المركزية على مستوى وزارة الداخلية.

*سنة 1983 : المرسوم رقم 108/83 ينظم المدرسة الوطنية للحماية المدنية معدل ومتمم

للمرسوم 318/98.

*سنة 1991 : تم إصدار عدة مراسيم تنظيمية لدعم القطاع من أهمها:

-المرسوم رقم 503/91 معدل ومتمم للمرسوم 147/93 ويتعلق بإعادة تنظيم الإدارة المركزية

في المديرية العامة للحماية المدنية.

-المرسوم رقم : رقم 274/91 : المعدل والمتمم للمرسوم 97/96 يتعلق بالقانون الأساسي

لأعوان الحماية المدنية.

*المرسوم التنفيذي رقم 54/92 المؤرخ في 1992 يتعلق بتنظيم المصالح الخارجية للحماية

المدنية . "التنظيم المحلي على مستوى الولايات"

*المرسوم رقم 134/94 المحدد لقائمة المناصب العليا في المصالح الخارجية للحماية المدنية

وشروط الالتحاق بها وتقسيمها.

*المرسوم رقم 167/70 المتعلق بتنظيم الوحدات. (www.protectionciville.dz /historique.html)

5-5- أهمية الحماية المدنية:

وبما أن تأمين الحماية والمساعدة للسكان في مواجهة الكوارث والمخاطر مهمة تقع على عاتق الدولة، المتمثلة في مرافقها العمومية، والتي تشكل العمود الفقري لأعمال المرافق العمومية، فإنها مهمة تقع على الحماية المدنية التي تعد من بين المرافق العامة في الدولة فالحماية المدنية تعمل من أجل حماية الأرواح والممتلكات والبيئة وتهدف إلى توعية الأفراد بمهام الأجهزة الوطنية للحماية المدنية.

من أهم مهام الحماية المدنية:

- دراسة القواعد والإجراءات الأمنية المطبقة في مجال الحماية المدنية ضد كل أخطار الحريق والفرع وما ينجر عنهما في مختلف أنواع المؤسسات الصناعية والمستقبل للجمهور، ومراقبة تنفيذ ذلك.
- الوقاية من الأخطار الصناعية و التكنولوجيا الكبرى.
- مكافحة حرائق الغابات والمحاصيل الزراعية.
- حماية الشواطئ و مناطق الاستجمام.
- الأمن الحضري من مختلف الحوادث (حرائق ، انفجار، فيضانات،...الخ)
- الحوادث المنزلية بجميع أنواعها.
- حوادث الطرقات والسكك الحديدية.

- الإعلام و التحسيس لمختلف أنواع الحوادث.
- تنفيذ وتنسيق مخططات الإسعاف في حالة حدوث كوارث كبرى وما إلى ذلك.

5-6- مراحل الاستعداد لطوارئ والتخطيط :

5-6-1- الوقاية والسلامة:

وهي الترتيبات والقرارات والأنظمة والتعليمات والأنشطة التي تتخذ أو ترسم للحد من احتمال وقوع الكارثة بعد دراسة وتصنيف المخاطر وتحديد درجة خطورتها وحصص المناطق الأكثر تعرضاً، وتشمل هذه المرحلة أنظمة البناء للحد من وقوع حرائق وتنظيم المباني في المناطق المعرضة للزلازل وعدم إقامة المدن والقرى على مناطق معروف سلفاً بأنها ممر للجيش أو معرضة لاحتمال الغزو بشكل دائم وتقادي إقامة المناطق السكنية بمناطق الفيضانات.

كما تشمل وضع لوائح تؤدي إلى عزل المناطق الصناعية الخطرة عن الأحياء السكنية، مع وضع مناطق عازلة بين المناطق السكنية والتجارية تمنع امتداد الحرائق إلى منقطة أخرى، بحيث ينتهي إليها الخطر عما جاورها، وسن أنظمة الحد من كوارث الغابات المزارع والسدود.

إضافة إلى ذلك فإن تعبئة السكان لمواجهة الكوارث والقبول بالتضحية عند وقوعها بدلا من التذمر، وإشعارهم بأهميتهم بإعطائهم أدوارا للقيام بها خلال الكارثة وإفهامهم بأنهم ليسوا

عبئاً على الدولة، بل يمكنهم المشاركة في الأعمال التطوعية والمشاركة في الأعمال الخيرية كتوزيع الأغذية والأغطية والإسكان والإرشاد مع بناء جسور الثقة في مجال الإعلام والمصادقية في كل ما يصدر بوسائل الإعلام.

5-6-2- الاستعداد:

وهي إجراءات التخطيط ووضع التصورات والكيفية لتنفيذ مسئوليات الدفاع المدني في مجالات الطوارئ وعلى كل وزارة وهيئة حكومية أو الأهلية كمراعاتها في خططها والعودة للدفاع المدني للحصول على الإرشادات والتعليمات المعتمدة لهذا الغرض وتشمل الأمور التالية:

✓ **إنشاء وبناء مراكز القيادة:** ومنها يتم التوجيه، السيطرة وقيادة الفرق الميدانية وتنظيم الاتصالات وتنفيذ مراحل الخطط المعتمدة ، ويحدد حجم هذه المراكز وفق لمسئولياتها ونطاق مهامها.

✓ **إنشاء وبناء الملاجئ:** يتم إنشاء وبناء الملاجئ بعد تحليل الأخطار المحلية وإقامتها بالمناطق المدنية على بهدف تأمين الحماية للسكان أثناء الحرب، من مختلف الأسلحة سواء تقليدية أم أسلحة الدمار الشامل، وسواء كانت المواقع مرافق حيوية أو اقتصادية او عسكرية أم مراكز قيادات، وفي مناطق الكثافة السكانية، والملاجئ في معظم الأحوال تكون مكلفة، وقد يستمر بناؤها من خمسة وعشرين إلى أربعين عاماً، شأنها شأن الطرق والمدارس،

فهي لا تبني دفعة واحدة، ولكن ينفذ في كل عام مرحلة مع اشتغالها على تسهيلات يمكن الاستفادة منها في أحوال السلم كمكتبات وصالات عرض ومساح إلى غير ذلك.

✓ **بناء نظم إنذار:** يعتبر انذار السكان مرحلة مهمة في مجال حمايتهم وإشعارهم عما يلحق بهم من أخطار، مع تمكينهم من اتخاذ أوضاع وقائية عند وجود أخطار حربية أو طبيعية، كالفيضانات وتقنية كالتسريبات الكيماوية والإشعاعات، ويشترط في نظم الإنذار صول إشارات التبليغ إلى السكان وتمييزها بوضوح في منطقة الإنذار، وعندما يبلغ الإنذار في وقته فإنه يلعب دورا مهما في تحديد حجم الحماية من الإصابات والوفيات.

✓ **التدريب:** مواجهة الطوارئ تتطلب إعداد وتهيئة عناصر الدفاع المدني والسكان بشكل متكامل ويشمل:

1. تدريب عناصر الدفاع النظامية.
2. الوزارات والهيئات الحكومية.
3. المؤسسات التجارية والصناعية.
4. الطلاب وهيئات التعليم.
5. شرائح سكانية معينة من المجتمع يمكن أن تؤدي دورا مهما في الحالات الطارئة
6. تهيئة بقية السكان وتوعيتهم، ففي بعض نواحي الحماية المدنية توجيههم لكيفية التصرف السليم في الحالات الطارئة.

5-6-3- الاستجابة:

وهي مجموعة الخطط ومراحل تنفيذ العمليات والمعالجة لخدمات الإطفاء والإنقاذ والإسعاف والإخلاء واستخدام التجهيزات أو المعدات استخداما سليما أثناء الحوادث وتقديم الإغاثة ومنع وقوع حوادث جانبية تؤدي إلى وقوع أضرار أخرى، ويمكن الحكم على الدفاع المدني في أداء مهمته وفقا لقدراته على الاستجابة في مواجهة الحوادث.

5-6-4- إعادة الوضع والإصلاح:

✓ تتم إعادة الوضع والإصلاح على المدى القصير وتشمل إزالة المخلفات وإزالة التلوث، مع عزل الأماكن الخطيرة وإعادة تشغيل المرافق إلى مستويات السابقة.

✓ إيواء المتضررين ممن فقدوا مساكنهم.

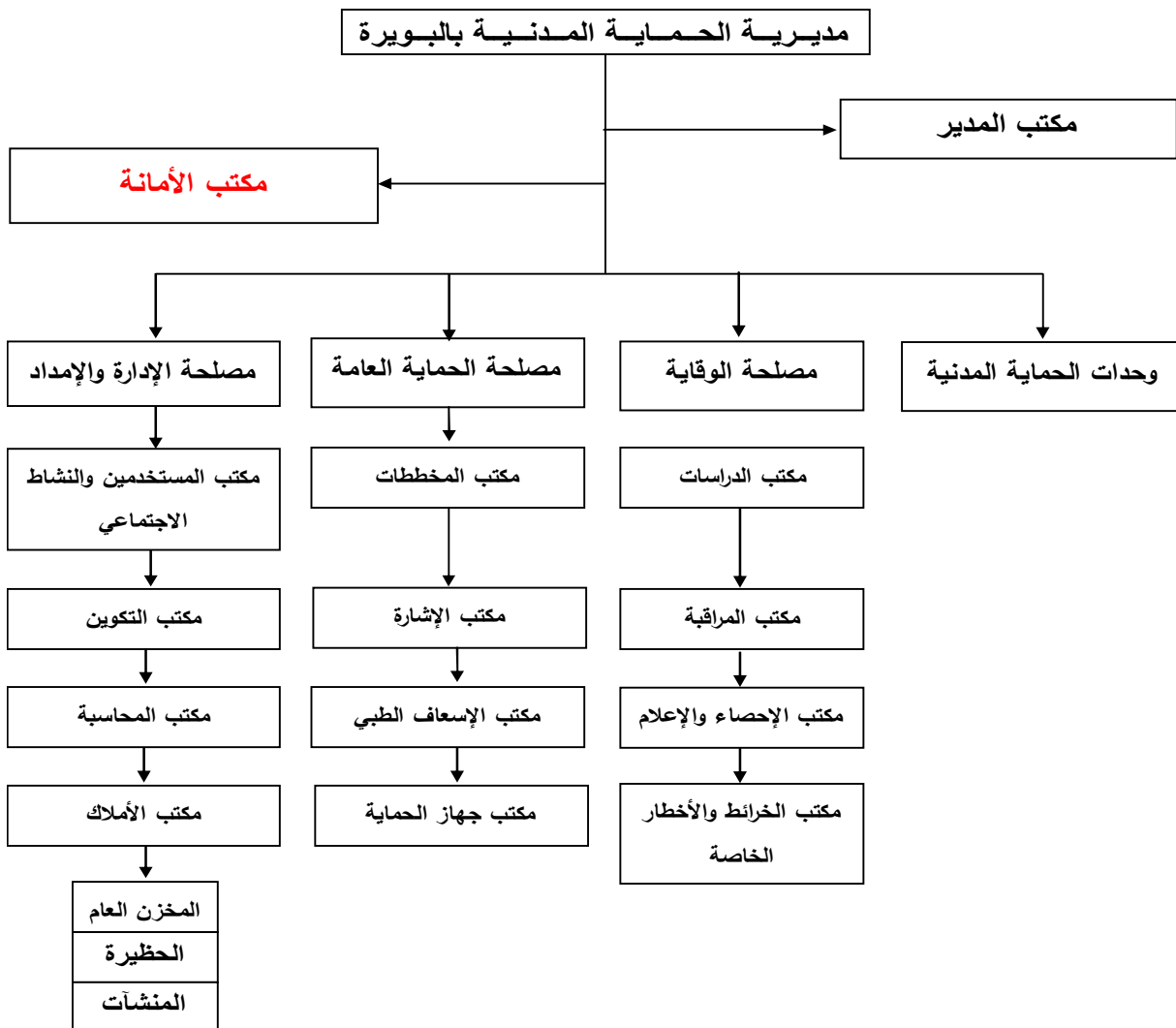
✓ إعادة الوضع إلى حالته الطبيعية على المدى الطويل وتشمل إعادة بناء الطرق والجسور المهتمة والسدود والخزانات المتضررة مع حصر الأضرار التي لحقت بالأفراد والجماعات وتعويضهم وفقا لتعليمات تعد سلفا لهذا الغرض، مع منح قروض لمن يرغب في إعادة بناء المساكن المتضررة وإيجاد فرص عمل لمن فقد عمله نتيجة الكارثة (محمد بن صالح، 1993، ص 34

- (38).

5-7- الهيكل التنظيمي لمديرية الحماية المدنية :

يعتبر الهيكل التنظيمي لأي مؤسسة صورة معبرة تحدد من خلالها الوظائف والمسؤوليات التي تسهل عملية الاتصال من اجل تجنب الفوضى وحرصا على السير الحسن لنشاط المؤسسة، وفي مديرية الحماية المدنية وضع هيكل تنظيمي كما هو موضح في الشكل الآتي والذي يبين توزيع المصالح داخل المديرية والوحدات .

الشكل رقم 07: الهيكل التنظيمي لمديرية الحماية المدنية



5-8- مختلف رتب الحماية المدنية:

- ✓ نقيب الحماية المدنية.
- ✓ ملازم أول للحماية المدنية.
- ✓ ملازم الحماية المدنية.
- ✓ مساعد الحماية المدنية.
- ✓ رقيب الحماية المدنية.
- ✓ إطفائي الحماية المدنية.
- ✓ أطباء الحماية المدنية.

(الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية العدد 17 ، 17 مارس 1997).

5-9- علاقة عمل الحماية المدنية بالمجتمع :

وقد طرح العلماء أربع عمليات ضرورية لتحقيق المشاركة الفعالة بين رجال الحماية

المدنية و المجتمع و هي :

5-9-1- التواصل:

التواصل من القضايا الهامة التي يقوم عليها أي مجتمع ويندرج ضمن ذلك علاقة

الحماية المدنية بالمجتمع، وتتأكد عملية التواصل والتلاقي مما يثري أداء الحماية المدنية

وتطوره من جانب ويبني الثقة من جانب آخر (الفوزان، 2007: 319).

5-9-2-المساهمة:

لا يمكن للحماية المدنية والقائمين عليها تحقيق كل الأهداف وبدرجة عالية من الكفاءة دون وجود مساهمة حقيقية من بقية أعضاء المجتمع، والمساهمة هنا على شقين، الأول مساهمة مادية والثاني مساهمة معنوية وكلا النوعين مطلوب حصولهما مما يعد من أعلى درجات المساهمة الفعالة.

5-9-3-التنسيق:

مع تعدد وكثرة الأعضاء في الحماية المدنية والمؤسسات الأخرى التي ترتبط بها الحماية المدنية يصبح أمر التنسيق مطلب أساسي لتنظيم العمل وتوفير الجهود واستثمار الإمكانيات.

5-9-4-التعاون:

التعاون بين رجال الحماية المدنية وأعضاء المجتمع هو الحصيـلة النهائية للعلاقة الاشتراكية بينهما، وتتجه طبيعة الخطوات الأربع السابقة وهو مطلب لا تخلوا منه التجمعات المتورطة وتحرص عليه الكثير من الدول النامية ويقود إلى تحقيق الأهداف الموجودة والطموحات المرغوبة (الفوزان، 2007 : 320) .

5-10-10 - المبادئ العامة للإسعاف وقواعد تدخلات الحماية المدنية:

إن الطب الحديث يركز على الطب الوقائي وطب الطوارئ والإسعاف باعتبارها مدخلا لكل فروع الطب الأخرى، وذلك لأن الأول يمنع حدوث المرض، والثاني والثالث يتدارك الإصابة في بدايتها وينقذ حياة المريض أو المصاب، فالتصرف السليم والسريع قد ينقذ حياة إنسان تعرض لحادث ما أو يقلل من الأخطار والمضاعفات التي قد تحدث، لذلك فإن معرفة طرق الإسعاف الأولية أصبحت ضرورية لكل فرد في المجتمع وبالأخص أعوان تدخلات الحماية المدنية.

5-10-10-1 - المبادئ الأساسية في الإسعاف:

الإسعاف هو مجموعة من الأعمال الصحيحة والسريعة يلجأ إليها المسعف لدفع الموت أو خطر المضاعفات الوخيمة عن المصاب بحوادث طارئة في مكان الحادث.

5-10-10-1-1 - الحماية:

هي حذف و إزالة الأخطار المحتملة على المسعف، الضحايا وشهود الحادث.

5-10-10-1-2 - طلب النجدة:

طلب النجدة يكون من الأفضل بالاستعانة بأحد الأشخاص الحاضرين وذلك بالاتصال

بالحماية المدنية، الشرطة أو الدرك الوطني، والنداء يجب أن يتضمن 05 نقاط هي:

أ. موقع الحادث.

ب. موقع الشخص الذي يطلب النجدة.

ج. طبيعة الحادث.

د. عدد وحالات المصابين.

هـ. الأخطار الخاصة.

5-10-1-3- تقديم الإسعافات:

الهدف الأساسي منه هو إنقاذ حياة المصاب ومنع حالته من التدهور حتى وصول

الطبيب.

5-10-2- الأوامر العشرة:

عون الحماية المدنية هو مسعف محترف، وتقديم الإسعافات من مهامه، بالإضافة إلى

أن تقديم المساعدة لشخص في خطر حقيقي واجب يجبر عليه القانون الجزائري(قانون

العقوبات-المادة182)

لكي يكون عمل المسعف مدقق أكثر إضافة المنهجية ، عليه أن يتذكر الأوامر العشر:

1. النداء للنجادات : الحماية المدنية ، الدرك الوطني ، الشرطة

2. التدخل بسرعة و بهدوء : أثناء التدخل و أمام الضحية يجب على المسعف أن يأتي

بهدهوء و يعطي الثقة للضحية و للأشخاص من حوله.

3. دراسة الحالة : عند الوصول إلى مكان الحادث على المسعف أن يقوم بالتعرف و معاينة جوار الحادث و كما لا يجب أن يقوم بإسعاف الشخص الأول الذي يجده أمامه ، لأنه قد يكون من المحتمل وجود جرحى أكثر خطورة من الأول لهذا فعليه تفتيش مكان الحادث.
4. تمديد الضحية : على الظهر إذا كان واعيا ووضعية الأمن الجانبي PLS إذا كان فاقدا الوعي
5. لا يجب تحويله : المسعف عليه إعطاء الإسعافات الأولية في مكان تواجد الضحية و لا يجب عليه تحويل الضحية إلا إذا كان هناك خطر داهم.
6. مراقبة الضحية : الملاحظة عبر الأسئلة التالية : هل الضحية تتنفس ، تنزف ، فاقدا للوعي ... إلخ
7. لا تلعب دور الطبيب : المسعف عليه أن يتقيد بتقديم الإسعافات الأولية و تهدئة الضحية - ضمان النقل المناسب.
8. حافظ على درجة الحرارة للضحية : و ذلك بلفه بغطاء.
9. لا تعطه أي مشروب : خاصة فاقد الوعي فمن المحتمل أن يصاب بإختناق.
10. طمأنينة الضحية : طمأنة الضحية و محاولة تهدئتها بكلام يجعلها تتشبث بالحياة و لا تتركها ترى مكان الجرح أو الدم.

3-10-5 - ترتيب الاستجابات:

إن ترتيب الاستجابات إجراء ضروري، على المسعف أن يقوم به في حالة تعدد الضحايا في نفس الحادث وذلك حتى يتمكن من إسعاف ونقل الضحايا الأكثر خطورة قبل غيرهم، وتصنف الحالات إلى 04 أصناف ترتب كالتالي:

3-10-5-1 - أقصى استعجال:

تنقل الضحية في أقصى سرعة ممكنة إلى المستشفى نظرا لإصابة الوظائف الحيوية مثل الصدمات الكبيرة، الإصابات الصدرية الخانقة، النزيف القوي غير المعصب النزيف الداخلي.

3-10-5-2 - الاستعجال الأول:

تنقل الضحية في الساعة الموالية حيث تكون الوظائف الحيوية غير مصابة في تلك اللحظة لكن قد تصاب لاحقا بسبب مضاعفات ثانوية مثل جروح على مستوى الصدر أو البطن.

3-10-5-3 - الاستعجال الثاني:

تنقل الضحية خلال 03 ساعات الموالية، الوظائف الحيوية غير مصابة لكنها تضطرب بطول الوقت مثل كسر في الرأس، كسر في الحوض، كسر مفتوح في الأطراف، كسر في العمود الفقري.

5-10-3-4 - بدون استعجال:

تنقل الضحية بعد نقل جميع الحالات المستعجلة مثل حالة ضحية مصابة بكسور مغلقة في الأطراف أو جروح بسيطة.

خلاصة:

تم التطرق في هذا الفصل إلى بعض المعطيات التي تتعلق بالحماية المدنية، فهو جهاز حساس وتكمن مهمته في التنبؤ، التدخل والوقاية قصد حماية الأشخاص وممتلكاتهم وممتلكات الدولة من الكوارث التي تهدد أمن واستقرار المجتمع، ولقد تمكنا في هذا الفصل من عرض مفهوم الحماية المدنية ونبذة تاريخية عنها وأهميتها في المجتمع ومهامها والرتب وليختتم الفصل بالعلاقة بين مهنة الحماية المدنية والمجتمع ككل.

الفصل السادس

الإجراءات منهجية للبحث

6.1. المنهج

6.2. عينة ومجموعة البحث

6.3. أدوات الدراسة

6.4. هندسة البحث

تمهيد :

لابد للباحث الذي يريد الوصول إلى نتائج دقيقة وموثوق منها أن يتحكم في المتغيرات المدروسة وأن يتبع منهجية مناسبة لطبيعة الموضوع الذي يكون محلا للدراسة، وفي موضوعنا هذا تم استعمال المنهج المختلط وبالتحديد التصميم التفسيري، حيث قدرت عينة البحث في جانبه الكمي بـ (100) مئة عون تدخلات الحماية المدنية، أما في جانبه الكيفي فاشتملت مجموعة البحث (06) حالات. وفيما يخص أدوات البحث فقد تم استعمال: مقياس الصلابة النفسية (مخير، 2002)، مقياس تأثير الحدث الصدمي - Impact of Event Scale - Revised (IES-R) - (Weiss, & Marmar, 1997)، مقياس استراتيجيات التعامل - (Ways of Coping Check List - Revised) - (Cousson, 1996) ومقابلة نصف موجهة.

6-1- المنهج :

تختلف المناهج باختلاف المواضيع المتناولة قصد الدراسة، ولكل منها وظيفته وخصائصه التي ينتسب إليها كل باحث في ميدان تخصصه، والمنهج كيفما كان هو الطريقة التي يتبعها الباحث للوصول إلى نتيجة معينة، كما يعتبر الطريقة التي يتبعها بهدف دراسة مشكلة ما والإجابة عن التساؤلات التي يثيرها موضوع البحث ونوع مشكلة موضوع الدراسة هي التي تحدد نوع المنهج المستعمل، ونظرا لطبيعة موضوعنا أو الإشكالية المطروحة فيه وهي تحديد فيما إذا كان التعرض للأحداث الصدمية يطور استراتيجيات للتعامل معها ما يؤدي إلى

تغيرات في مستويات الصلابة النفسية لدى أعوان تدخلات الحماية المدنية، ما جعلنا نعتمد في بحثنا على المنهج المختلط (التصميم التفسيري، Explanatory Sequential Design)، لكونه الأنسب لهذا النوع من الدراسات في علم النفس.

يعتبر هذا التصميم أكثر تصميمات المناهج المختلطة شيوعاً في البحوث النفسية والتربوية ويسمى هذا التصميم بالنموذج ذو الوجهين. يتم في المرحلة الأولى جمع البيانات الكمية وجمع البيانات الكيفية تأتي في المرحلة الثانية حتى تساعد الباحث في تفسير وشرح النتائج الكمية والتعمق فيها (Nataliya V. Ivankova and Sheldon L. Stick , 2007). فالمنطق الذي يقف وراء هذا التصميم هو أن البيانات الكمية ونتائجها تعطي صورة عامة عن مشكلة البحث ولذلك فهناك حاجة إلى جمع المزيد من البيانات الكيفية لتوضيح الصورة العامة وتفصيلها أو شرحها.

6-1-1-1- جمع البيانات الكمية:

تم تبني المنهج الوصفي قصد جمع البيانات الكمية وقد كان سبب اختيار هذا المنهج هو اعتماده على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع حيث يهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كمياً ويعطيها وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى (عمار بوحوش، 2007: 138).

6-1-2- جمع البيانات الكيفية:

يتطلب البحث استعمال المنهج العيادي لجمع البيانات الكيفية قصد شرح النتائج الكمية والتعميق فيها. حيث يعرفه ويتمر (Wittmer) على أنه "منهج في البحث يقوم على استعمال نتائج الفحص مرضى عديدين ودراساتهم الواحد تلو الآخر من أجل استخلاص مبادئ عامة توحى إليها ملاحظة كفاءتهم و قصورهم" (عبد المعطي، 2003: 44).

بينما يعرفه د. لاقاش D.lagache على أنه "تناول للسيرة الذاتية في منظورها الخاص، وكذلك التعرف على مواقف وتصورات الفرد اتجاه وضعيات معينة معادلا بذلك إعطاء معنى للحالة للتعرف على بنيتها وتكوينها، كما يكشف عن الصراعات التي تحركها ومحاولة الفرد حلها (M,Reuchlin, 1998: 113).

6-2- عينة ومجموعة البحث:

لقد تم إجراء هذا البحث على مستوى مديرية الحماية المدنية البويرة وبالضبط على مستوى الوحدات التابعة لها، وذلك خلال الفترة الممتدة من شهر مارس 2016 إلى غاية نوفمبر 2017.

6-2-1- معايير اختبار عينة البحث:

اعتمدنا في ضبطنا لشروط انتقاء عينة ومجموعة البحث على عدة شروط تتمثل فيما يلي:

- السن : تم تحديد السن ما بين 24 و 40 سنة، ما يوافق سن الراشد قصد تفادي مختلف

التغيرات التي تتماشى مع تطور الفرد قبل و بعد هذه المرحلة.

- أن يكون ضمن فرق تدخل : وهو المنصب المعني بالتدخل عند حصول أي حادث على مستوى حدود الوحدة. قصد التأكد من المشاركة في التدخلات (عيش أحداث صدمية).

6-2-2- عينة الدراسة الكمية:

6-2-2-1- الدراسة الطولية:

لقد تكونت عينة الدراسة الطولية من 33 عون تدخلات الحماية المدنية، حيث لا تتعدى خبرتهم سنة واحدة.

6-2-2-2- الدراسة العرضية:

لقد تكونت عينة الدراسة العرضية من (99) عون تدخلات حيث احتوت على عينة الدراسة الطولية التي كان عددها (33) عون تدخلات الحماية المدنية لا تتعدى خبرتهم سنة واحدة زائد (33) عون تدخلات الحماية المدنية ذوي خبرة أكثر من سنة و أقل من 5 سنوات و(33) عون تدخلات ذوي خبرة 5 سنوات فما فوق.

6-2-3- عينة الدراسة الكيفية :

تم اختيار مجموعة البحث من العينة السابقة نسبة إلى مستويات الصلابة النفسية كما هو

موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (01) خصائص مجموعة البحث:

ترميز الحالة	مستوى الصلابة النفسية	السن	الخبرة المهنية	الحالة المدنية
New01	تبين أنها أقل صلابة نفسية.	26 سنة	1.5 سنوات	أعزب
New02	التي تبين أنها أكثر صلابة نفسية	26 سنة	1.5 سنوات	أعزب
Med01	تبين أنها أقل صلابة نفسية.	29 سنة	5 سنوات	متزوج
Med02	التي تبين أنها أكثر صلابة نفسية	27 سنة	4 سنة	أعزب
Anc01	تبين أنها أقل صلابة نفسية.	36 سنة	9 سنوات	متزوج
Anc02	التي تبين أنها أكثر صلابة نفسية	40 سنة	12 سنوات	متزوج

6-3- أدوات الدراسة:

يلجأ الباحث في تحقيق بحث ميداني إلى مصادر جمع المادة العلمية الميدانية سواء كان التحقيق كميًا أو كميًا، بهدف الإحاطة بالظاهرة ميدانياً، ويتم جمع هذه المادة العلمية الميدانية من الميدان مجال الدراسة عن طريق أدوات جمع البيانات والتي قد تكون الملاحظة، المقابلة، الاستمارة، الوثائق أو السجلات الإدارية (رشيد زرواتي، 2002: 122). وقد شملت أدوات جمع البيانات والمعلومات الخاصة بهذا البحث على: مقياس الصلابة النفسية (مخيمر، 2002)،

مقياس تأثير الحدث الصدمي - Impact of Event Scale - Revised (IES-R)-

(Weiss, & Marmar, 1997)، مقياس استراتيجيات التعامل - (Ways of Coping Check List - Revised)-

(Cousson, 1996) والمقابلة.

6-3-1- مقياس الصلابة النفسية (مخير، 2002):

تم استعمال مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد احمد مخير 2002، بعد تكييفه على البيئة الجزائرية، وهي أداة تعطي تقديرا كميا لصلابة الفرد النفسية مكونة من 47 بند موزعة على الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية كالتالي :

✓ **بعد الالتزام** : يتكون من 16 بند وتشير إلى درجة التزامات الفرد تجاه نفسه

وأهدافه و الآخرون وتتمثل البنود في:

1-4-7-10-13-16-19-22-25-28-31-34-37-40-43-46.

✓ **بعد التحكم**: يتكون من 15 عبارة وتشير إلى درجة اعتقاد الفرد بالقدرة على

التحكم في الأحداث وتتمثل البنود في:

2-5-8-11-14-17-20-23-26-29-32-35-38-41-44.

✓ **بعد التحدي**: يتكون من 16 بند وتشير إلى درجة الفرد في رفع التحديات وتتمثل

البنود في:

3-6-9-12-15-18-21-24-27-30-33-36-39-42-45-47.

➤ **تصحيح المقياس:**

الإجابة على كل بند تكون واحدة من بين ثلاثة مستويات: (لا تنطبق أبدا، تنطبق

أحيانا، تنطبق دائما) وتتراوح الدرجة لكل بند ما بين درجة واحدة و ثلاثة درجات، بمعنى إذا

كانت الإجابة "لا تنطبق أبدا" تعطى 1 نقطة، "تنطبق أحيانا" تعطى 2 نقاط، "تنطبق دائما"

تعطى 3 نقاط، وهناك 15 بند تصحح في الاتجاه العكسي لأنها تشير إلى الجانب السلبي للصلابة النفسية و هي التي تقابل في المقياس الأعداد التالية : (7-11-16-21-23-25-28-32-35-36-37-38-42-46-47)، فإذا كانت الإجابة "لا تنطبق أبدا" تعطى 3 نقاط، "تنطبق أحيانا" تعطى 2 نقاط، "تنطبق دائما" تعطى 1 نقطة. وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 47 و 141 نقطة.

جدول رقم (2) دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس الصلابة النفسية:

المستوى الدلالي للنقاط مقياس الصلابة النفسية			عدد النقاط
مرتفع	متوسط	منخفض	
48-38	37-27	26-16	الالتزام
45-36	35-25	24-15	التحكم
48-38	37-27	26-16	التحدي
141-110	109-79	78-47	الصلابة النفسية

6-3-1-1-الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس في صورته الأولية كما هو موضح في الملحق رقم (04) على مجموعة من أساتذة جامعيين مكونة من 5 أفراد متخصصين في علم النفس حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة البنود، ومدى انتمائها إلى الأبعد التي نسبت إليها، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية وكانت نتائج رأي لجنة التحكيم كالتالي:

-البند 25: الذي ينتمي إلى بعد الالتزام وكان محتواه كالتالي:

«أعتقد أن البعد عن الناس غنيمة»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 80%.

-البند 37: الذي ينتمي إلى بعد الالتزام وكان محتواه كالتالي:

«الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 60%.

-البند 38: الذي ينتمي إلى بعد التحكم وكان محتواه كالتالي:

«أؤمن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة"»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 100%.

-البند 42: الذي ينتمي إلى بعد التحدي وكان محتواه كالتالي:

«أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 80%.

في ضوء هذه الآراء تم إعادة صياغة البنود وتعديل بعضها الآخر كما هو موضح أسفله:

-البند 25: أعتقد أن " البعد عن الناس أمر جيد".

-البند 37: الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نعيشها.

-البند 38: أؤمن بالمثل الشعبي " القليل من حظ خير من قنطار شطارة".

-البند 42: أهاب تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي.

تم عرض مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية كما هو موضح في الملحق

رقم (09) على الخبراء للمرة الثانية فاجمعوا على صدقه وصلاحيته للتطبيق.

6-3-1-2- الصدق التمييزي :

تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية قصد حساب الصدق التمييزي، حيث طبق المقياس على (100) مئة عون الحماية المدنية ورتبت الدرجات الكلية للاستجابات تنازليا، ثم أخذت نسبة 26% من الدرجات العليا، ونسبة 26% من الدرجات الدنيا ليتم المقارنة بين العينتين بتطبيق اختبار "ت".

يتبين من قيمة "ت" المحسوبة (5,443) أنها أكبر من القيمة المجدولة التي تساوي (2,060) عند مستوى الدلالة (0,05) ما يوضح أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المستوى المرتفع والمستوى المنخفض في الصلابة النفسية، مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق.

6-3-1-3- الثبات:

تم استعمال طريقة التطبيق وإعادة التطبيق في استخراج الثبات، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية مرتين بفارق زمني قدر بثلاثة أيام، فكان معامل الثبات باستخدام معامل ارتباط بيرسون يساوي 0,81 ، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. يتبين من معاملات الصدق و الثبات التي تم الحصول عليها، أن مقياس الصلابة النفسية يتميز بشروط سيكومترية جيدة، ما يسمح باستعماله باطمئنان.

6-3-2- مقياس تأثير الحدث الصدمي (IES-R) - Impact of Event Scale - Revised

(Weiss, & Marmar, 1997):

تم استعمال مقياس تأثير الحدث الصدمي (Weiss, & Marmar, 1997)، بعد تكييفه على البيئة الجزائرية، وهي أداة تعطي تقديرا كميا لشدة لتأثير الحدث الصدمي على نفسية الفرد وذلك بقياس الاستجابة الموضوعية لذلك الحدث الأليم، وهي نسخة معدلة للنسخة الأقدم ل(Horowitz, Wilner, & Alvarez, 1979) المكونة من 15 بند. تم تطوير المقياس (IES-R) في عام 1997 من قبل دانييل وايس وتشارلز مارمار (Daniel Weiss and Charles Marmar) لتعكس معايير الدليل الرابع (DSM4) لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة (PTSD). فالمقياس مكون من 22 بند موزعة على الأبعاد الثلاثة لتأثير الحدث الصدمي كالتالي :

- ✓ **بعد التجنب (avoidance):** و هو درجة محاولة الابتعاد بكل الأشكال عن الحدث ويشتمل البنود الثمانية (8) كالتالي: 5-7-8-11-12-13-17-22.
 - ✓ **بعد التطفل (Intrusion):** وهو درجة إعادة معايشة الحدث الصدمي بمختلف الطرق ويشتمل البنود الثمانية (8) كالتالي: 1-2-3-6-9-14-16-20.
 - ✓ **بعد الإفراط (Hyperarousal):** هو درجة الإفراط في الاستجابة للمثيرات ويشتمل البنود الستة (6) كالتالي: 4-10-15-18-19-21.
- **تصحيح المقياس:**

الإجابة على كل بند تكون في واحدة من بين خمسة مستويات: (لا تتطبق أبدا، تتطبق نادراً، تتطبق أحيانا، تتطبق غالبا، تتطبق دائما) وتتراوح الدرجة لكل بند ما بين درجة الصفر (0) وأربعة (4) درجات، بمعنى إذا كانت الإجابة "لا تتطبق أبدا" تعطى (0) نقطة، " تتطبق

نادراً" تعطى (1) نقطة، "تنطبق أحيانا" تعطى (2) نقاط، "تنطبق غالبا" تعطى (3) نقاط، "تنطبق دائما" تعطى (4) نقاط، وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس عبارة عن مجموع النقاط المتحصل عليها في البنود وحدها الأقصى 88 نقطة.

جدول رقم (03) دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس تأثير الحدث الصدمي:

المستوى الدلالي للنقاط لشدة لتأثير الحدث الصدمي			عدد النقاط
مرتفع	متوسط	منخفض	
32-23	22-11	10-0	بعد التجنب (avoidance)
32-23	22-11	10-0	بعد التطفل (Intrusion)
24-17	16-9	8-0	بعد الإفراط Hyperarousal
88-33	32-24	23-0	لتأثير الحدث الصدمي

6-3-2-1- الصدق الظاهري:

تمت ترجمة المقياس كما هو موضح في الملحق رقم (05) وعرضه في شكله الأولي على خمسة أساتذة متخصصين في علم النفس وأستاذين اللغة الأجنبية لتحكيم البنود وإلى أي مدى ينتمون إلى الأبعاد التي تنسب إليها والتحقق من وضوح التركيبات اللغوية، وكانت نتائج رأي لجنة التحكيم كالتالي:

-البند 02: الذي ينتمي إلى بعد التطفل وكان محتواه كالتالي:

« واجهت صعوبة في النوم »، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 60%.

-البند 06: الذي ينتمي إلى بعد التطفل وكان محتواه كالتالي:

« فكرت في الحدث دون قصد مني»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 60%.

-البند 12: الذي ينتمي إلى بعد التجنب وكان محتواه كالتالي:

« أدركت بأنه لا يزال لدي الكثير من المشاعر المتعلقة بالحدث مازلت أعيشها»، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 100%.

-البند 21: الذي ينتمي إلى بعد الإفراط وكان محتواه كالتالي:

«أحسست أنني على استعداد دائم لحدث آخر» حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 100%.

بعد جمع الملاحظات تم تصحيح المقياس من خلال إعادة صياغة بعض العناصر

وتعديلها في ضوء تحكيم اللجنة الآراء، حيث كان ذلك كالتالي:

-البند 02: واجهت صعوبة في النوم أو صعوبة الاستمرار في النوم.

-البند 06: فكرت في الحدث دون قصد مني.

-البند 12: أدركت بأنه لا يزال لدي الكثير من المشاعر المتعلقة بالحدث ولم أتجاوزها، لكنني لم أتعامل معها.

-البند 21: أحسست أنني كثير اليقظة والاحتراس.

ثم عرض مقياس تأثير الحدث الصدمي على الخبراء للمرة الثانية بصيغته النهائية كما

هو موضح في الملحق رقم (08) فاجمعوا على صدقه وصلاحيته للتطبيق.

6-3-2-2- الصدق التمييزي:

تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية لحساب الصدق التمييزي، حيث طبق المقياس على (100) مئة عون الحماية المدنية ورتبت الدرجات الكلية للاستجابات تنازلياً، ثم أخذت نسبة 26% من الدرجات العليا، ونسبة 26% من الدرجات الدنيا ليتم المقارنة بين العينتين بتطبيق اختبار "ت".

تشير القيمة المحسوبة لـ "ت" ($t=3.480$) إلى أنها أكبر من القيمة المجدولة ($t=2.060$) عند مستوى الدلالة (0,05)، وهذا يعني أن الاختبار له قدرة كبيرة على التمييز بين المستوى المرتفع والمنخفض لتأثير الحدث الصدمي ما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق.

6-3-2-3- الثبات:

تم استعمال طريقة التطبيق وإعادة التطبيق في استخراج الثبات، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية مرتين بفارق زمني قدر بثلاثة أيام، فكان معامل الثبات باستخدام معامل ارتباط بيرسون يساوي 0.73 ، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. يتبين من معاملات الصدق و الثبات التي تم الحصول عليها، أن مقياس تأثير الحدث الصدمي يتميز بشروط سيكومترية جيدة، ما يسمح باستعماله باطمئنان.

6-3-3- مقياس استراتيجيات التعامل -Ways of Coping Check List Revised-

(Cousson, 1996):

يحتوي مقياس استراتيجيات التعامل (WCC-R) ل (Cousson, 1996) على 27 بند للقياس وهي أداة تعطي تقديرا كميا لفعالية استراتيجيات المواجهة العامة في الموضوعات التي تواجه وضعها مجهولا، وهو نسخة معدلة من النسخ الأقدم لـ (Lazarus & Folkman, 1984)، ثم بولهان (Paulhan et al, 1994) الذي كيف بدوره النسخة المختصرة لـ Vitaliano ليستخرج 29 بند من أصل 42 بند، ليأتي (Cousson, Bruchon-Schweitzer, Quintard, & Nuissier, 1996) ليعدل بدوره المقياس حيث استخرج 27 بند. ولاستعمال المقياس تم تكيفه على البيئة الجزائرية حيث يتضمن ثلاثة أبعاد لاستراتيجيات التعامل وهي كالتالي:

✓ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل: هو درجة الجهد المبذول لإدارة المشكل وحله وهي استراتيجيات تظهر في حالة المواجهة أو التخطيط ويتضمن عشرة بنود كالتالي : 1-4-7-10-13-16-19-22-25-27.

✓ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال: هو درجة تسوية الانفعالات التي لها علاقة بالظاهرة الضاغطة حيث تعبر عن إستراتيجيات معرفية لا تغير من الوضعية، إلا أنها تساهم في تغيير سلوك الفرد و يتضمن البعد البنود التالية: 2-5-8-11-14-17-20-23-26.

✓ البحث عن السند الاجتماعي: البحث عن الوسائل، المعلومات، مخطط للتدخل.....الخ. هذه الأخيرة تسمح بمواجهة الموقف عن طريق المجهودات المعرفية و السلوكية للتوصل إلى حل و يتضمن البعد البنود التالية:

3-6-9-12-15-18-21-24.

➤ تصحيح المقياس:

الإجابة على كل بند تكون واحدة من بين أربعة مستويات: (لا ، إلى حد ما لا، إلى حد ما نعم، نعم) وتتراوح الدرجة لكل بند ما بين درجة واحدة و أربعة درجات، بمعنى إذا كانت الإجابة "لا" تعطى (1) نقطة، "إلى حد ما لا" تعطى (2) نقاط، "إلى حد ما نعم" تعطى (3) نقاط، "نعم" تعطى (4) نقاط، أما بالنسبة للبند يصحح في الاتجاه العكسي لأنها تشير إلى الجانب السلبي لاستراتيجيات المواجهة، فإذا كانت الإجابة "لا" تعطى (4) نقاط، "إلى حد ما لا" تعطى (3) نقاط، "إلى حد ما نعم" تعطى (2) نقاط، "نعم" تعطى (1) نقطة. وبذلك تكون الدرجة المقياس الأقصى تساوي 108 نقطة.

جدول رقم (04) دلالة النقاط المتحصل عليها من مقياس استراتيجيات التعامل:

المستوى الدلالي للنقاط لاستراتيجيات التعامل			عدد النقاط
مرتفع	متوسط	منخفض	
40-28	27-14	13-0	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل
36-25	24-13	12-0	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال
32-23	22-12	11-0	بعد البحث عن السند الاجتماعي
108-73	72-37	36-0	استراتيجيات التعامل

6-3-3-1-الصدق الظاهري:

تمت ترجمة وعرض المقياس في صورته الأولية كما هو موضح في الملحق رقم (06) على خمسة أساتذة جامعيين متخصصين في علم النفس حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة البنود، ومدى انتمائها إلى الأبعد التي نسبت إليها، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية، وكانت نتائج التحكيم كالتالي:

-البند 15: الذي ينتمي إلى بعد البحث عن السند الاجتماعي وكان محتواه كالتالي:

« لم أعبر عن مشاعري »، حيث كان رأي اللجنة تعديل البند بنسبة 80%.

-البند 22: الذي ينتمي إلى بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل وكان محتواه

كالتالي:

« حاولت عدم التصرف بتسرع أو إتباع أول فكرة خطرت لي »، حيث كان رأي اللجنة تعديل

البند بنسبة 80%.

وفي ضوء تلك الآراء تم إعادة صياغة البنود وتعديل بعضها الآخر كالتالي:

-البند 15: احتفظت بمشاعري لنفسي.

-البند 22: حاولت عدم التصرف بتسرع أو عدم إتباع أول فكرة خطرت لي.

تم عرض مقياس الصلابة النفسية على الخبراء للمرة الثانية بصيغته النهائية كما هو

موضح في الملحق رقم (07) فاجمعوا على صدقه وصلاحيته للتطبيق.

6-3-3-2- الصدق التمييزي:

تم استعمال طريقة المقارنة الطرفية قصد حساب الصدق التمييزي، حيث طبق المقياس على (100) مئة عون الحماية المدنية ورتبت الدرجات الكلية للاستجابات تنازليا، ثم أخذت نسبة 26% من الدرجات العليا، ونسبة 26% من الدرجات الدنيا ليتم المقارنة بين العينتين بتطبيق اختبار "ت".

يتبين من قيمة "ت" المحسوبة (3,894) أنها أكبر من القيمة المجدولة التي تساوي (2,060) عند مستوى الدلالة (0,05)، ما يوضح أن المقياس يتميز بقدرة كبيرة على التمييز بين المستوى المرتفع والمستوى المنخفض في الصلابة النفسية، مما يجعله يتصف بمستوى عال من الصدق.

6-3-3-3- الثبات:

تم استعمال طريقة التطبيق وإعادة التطبيق في استخراج الثبات، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية مرتين بفارق زمني قدر بثلاثة أيام، فكان معامل الثبات باستخدام معامل ارتباط بيرسون يساوي 0.79 ، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. يتبين من معاملات الصدق والثبات التي تم الحصول عليها، أن مقياس الصلابة النفسية يتميز بشروط سيكومترية جيدة، ما يسمح باستعماله باطمئنان.

6-3-4- المقابلة :

تم اختيار إجراء مقابلة نصف موجهة مع الحالات وذلك تبعاً لمتطلبات موضوع الدراسة. كما أن المقابلة من الوسائل الهامة التي يستعملها الباحث في الميدان العيادي للحصول على خصوصيات المعاش النفسي للفرد، وكذا إمكانية تقييم بعض قدراته لإجراء دراسة متكاملة عن حالته، فالمقابلة العيادية (الإكلينيكية) إذن تهتم بتقييم قدرات الفرد ومعرفة دينامية شخصية، فهي عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي هادف يركز على كسب ثقة المبحوث (المفحوص) وجعله يشعر بالارتياح ومحاولة تقليل خوفه من النقد، ليتمكن من التحدث بأكبر قدر ممكن من الصراحة (C.Chland,2005 : 3-9).

وقد تم اختيارنا للمقابلة النصف موجهة والتي تهدف إلى إعطاء الفرصة الكافية لجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات التي تخدم أهداف بحثنا مع ضبط بعض الأسئلة في محاور خاصة والمحافظة على حرية التعبير في أحيان أخرى من طرف الحالة كما وجه الحوار دائماً نحو ما يخدم أهداف موضوع الدراسة.

تم وضع دليل المقابلة وهو الأداة التي ارتكزت عليها مقابلة بحثنا، حيث تضمن كل الأسئلة التي احتتمل طرحها تماشياً مع ما يخدم موضوع البحث، وكانت على علاقة وثيقة بعنوان البحث والإشكالية والفرضيات (C.Chland,2005 :119).

6-3-4-1- محاور المقابلة النصف موجهة:

لقد تراوحت أسئلة الدليل ما بين العامة التي ترتبط بمتغيرات الدراسة وبأبعادها، والأسئلة الفرعية التي ترتبط بمؤشر كل بعد، كما لم يفتنا إعطاء بعض الضمانات اللازمة التي من خلالهاطمأننا المبحوثين (أعوان الحماية المدنية)، سيما فيما يتعلق بسرية حديثهم وخصوصية ما تعرضوا له. ولقد تضمنت المحاور الرئيسية للمقابلة ما يلي :

أ. محور تقديم الحالة: الهدف هو التعرف على هوية الحالة وذلك من خلال الاسم، السن، المستوى الدراسي، الحالة الاجتماعية (متزوج أو أعزب)، الحالة الصحية. هذا من جهة ومن جهة أخرى التطرق إلى معلومات متعلقة بالمهنة المتمثلة في: تاريخ الالتحاق بالمهنة، الرتبة، كيفية التحاق بالمهنة، مدى الرغبة فيها، سبب الاختيار لها، مدى قدرة تحمل مسؤوليات المهنة والصعوبات التي يواجهها.

ب. محور الأحداث الصدمية (المعاش الصدمي): يهدف هذا المحور إلى التطرق إلى مختلف الأحداث الصدمية التي سبق معاشتها، بأي طريقة تم ذلك ومعرفة إن تم تجاوزها وبأي طريقة تم ذلك، كذلك التعرف على الأثر المتبقي في نفسية وسلوك المفحوص من الارتطام مع الحدث الصدمي، قصد التفرقة بين الأحداث الصدمية التي تم إرصانها والأحداث الصدمية التي قد تكون سبب لصدمة نفسية.

ت. محور المعاش النفسي ونظرة المفحوص لنفسه قبل و بعد الحدث : يهدف هذا المحور إلى التعمق في الحدث الصدمي الذي يمكن أن يكون قد أحدث صدمة نفسية وكذلك التطرق إلى مختلف أبعاد الحدث المعاشة وذلك قبل ،أثناء و بعد الحدث الصدمي، والتعرف إلى مختلف

التغيرات النفسية والسلوكية التي أحدثها الحدث وكذلك محاولات الفحوص المستعملة لمواجهة ذلك قبل، أثناء و بعد الحدث الصدمي.

ث. محور تأثير الحدث الصدمي: الهدف من هذا المحور هو التطرق لمختلف أعراض الصدمة النفسية وربطها مع أبعاد متغير تأثير الحدث الصدمي المتعلقة بإعادات عيش الحدث الصدمي ومدى التأثير به المتمثل في القلق والخوف، سياسات التجنب وأيضا اليقظة المفرطة ومدى الاستعداد لعيش حدث آخر خطير وكذلك مدى القدرة على الاستثمار على مختلف مواضيع الحياة.

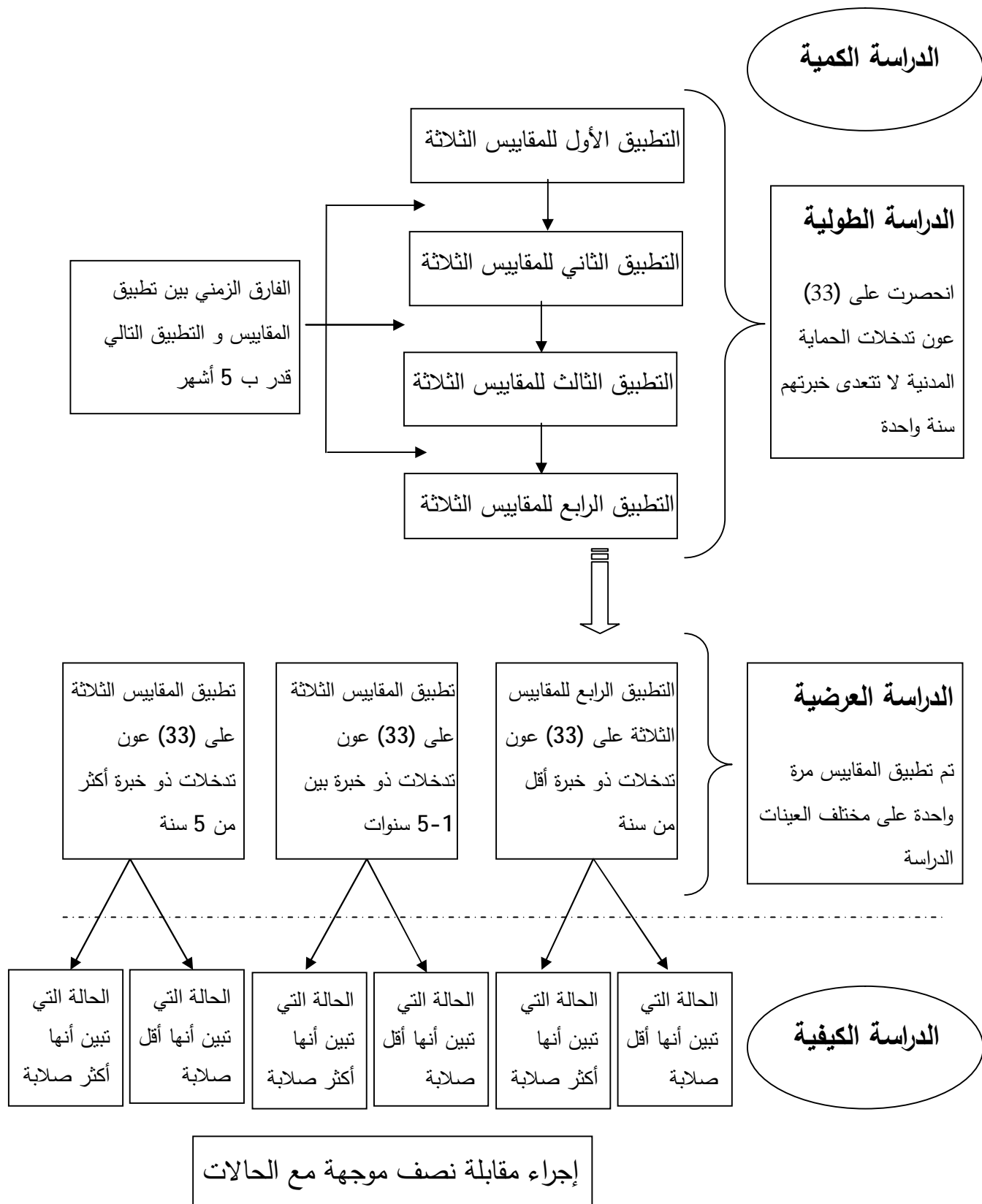
ج. محور التعامل مع أحداث الحياة : يهدف المحور الى التعرف إلى كيفية مواجهة الحدث الصادم من قبل المفحوص ومختلف الاستراتيجيات المستعملة مع الحدث الصادم و مختلف الاحداث التي جاءت من بعده، ما يعني ربط هذا المحور مع (المحور 2: المعاش النفسي ونظرة المفحوص لنفسه قبل و بعد الحدث) للتعلم أكثر في مختلف ابعاد استراتيجيات التعامل.

ح. محور القوة النفسية: الهدف من هذا المحور هو التطرق لمتغير الصلابة النفسية للمفحوص و التعلم في أبعاد المتغير والتعرف على المتغير قبل و بعد الحدث الصادم و ذلك بربط المحور مع (المحور 2 محور: المعاش النفسي ونظرة المفحوص لنفسه قبل و بعد الحدث) .

6-4- هندسة البحث:

قصد تأطير والتحكم في سيرورة البحث تم رسم مختلف المحطات الرئيسية التي يتم الارتكاز عليها لضمان جودة التعامل مع البيانات، حيث كان ذلك حسب كل مرحلة كما هو موضح في الشكل التالي :

الشكل رقم 08: شكل توضيحي لهندسة البحث.



6-4-1- المرحلة الأولى (بيانات كمية):

تم تقسيم هذه المرحلة بدورها إلى قسمين (دراسة طولية و دراسة عرضية).

6-4-1-1- الدراسة الطولية:

خصت (33) عون تدخلات الذين نقل خبرتهم عن سنة واحدة حيث تم تطبيق المقاييس الثلاثة (3) أربعة مرات بفارق زمني قدره 5 أشهر، وذلك قصد رسم منحنيات تغير كل من متغيرات الدراسة عبر منظور الزمن.

6-4-1-2- الدراسة عرضية:

ذلك عن طريق الربط بين نتائج العينات الثلاث (33) عون تدخلات لا تتعدى خبرتهم سنة واحدة و 33 عون تدخلات ذوي خبرة أكثر من سنة و أقل من 5 سنوات و 33 عون تدخلات ذوي خبرة 5 سنوات) و رسم منحنيات بيانية تمثل تغير متغيرات الدراسة عبر منظور الزمن، حيث تم تطبيق المقاييس مرة واحدة و ذلك مع التطبيق الرابع للدراسة الطولية أي لعينة أعون تدخلات ذوي الخبرة أقل من سنة واحدة وذلك قصد التوصل إلى معطيات تنبؤية بالنسبة للدراسة الطولية وتكون في نفس الوقت معطيات تمثيلية وسيطة بالنسبة للدراسة العرضية ما يسمح بتكملة منحنيات تغير كل من متغيرات الدراسة.

6-4-2- المرحلة الثانية (بيانات كيفية) :

تم إجراء مقابلات مع مجموعة البحث قصد التعرف على مختلف العوامل والأسباب التي أدت إلى النتائج المتحصل عليها في المرحلة السابقة.

خلاصة:

لقد تم التطرق في هذا الفصل إلى المنهج المتبع وكذلك الأدوات المعتمد عليها من طرف الباحث، استنادا على طبيعة الموضوع دراستنا الذي يتمثل في استراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية وتماشيا مع الخلفية النظرية المتبناة، هذا من جهة ومن جهة أخرى تم التطرق إلى عينة ومجموعة البحث ومعايير انتقائها ومختلف الملاحظات الخاصة بالمؤسسة المستقبلة.

الفصل السابع

عرض و مناقشة النتائج

- 1.7 . عرض وتحليل نتائج الدراسة الطولية
- 2.7 . عرض وتحليل نتائج الدراسة العرضية
- 3.7 . عرض وتحليل نتائج الدراسة الكيفية
- 4.7 . مناقشة نتائج الدراسة الطولية
- 5.7 . مناقشة نتائج الدراسة العرضية
- 6.7 . مناقشة نتائج الدراسة الكيفية
- 7.7 . الاستنتاج العام

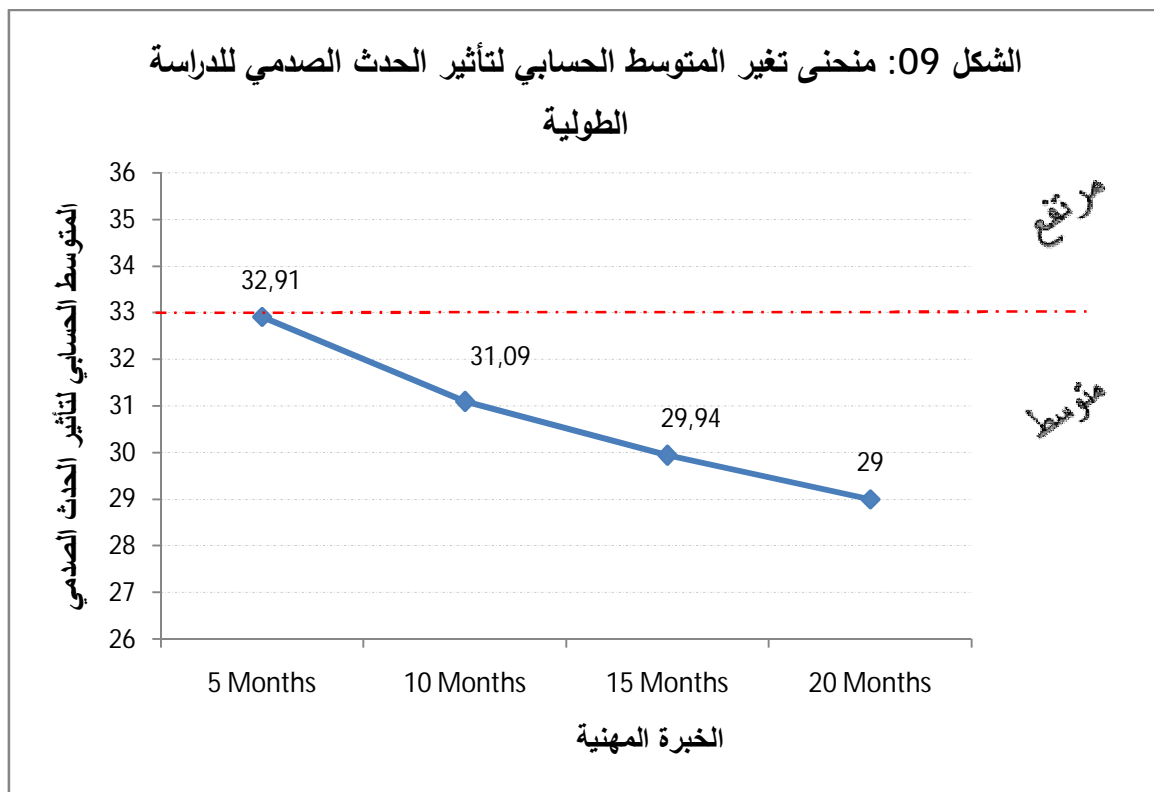
7-1- عرض وتحليل نتائج الدراسة الطولية :

مكنتنا هذه الدراسة من تتبع تغير المتغيرات (تأثير الحدث الصدمي، استراتيجيات التعامل، الصلابة النفسية) في الفترات الأولى لالتحاق أعوان التدخلات بالمهنة ورسم العلاقة بينها. و كان ذلك كالتالي :

7-1-1- تأثير الحدث الصدمي :

جدول رقم (05): دلالة نقاط مقياس تأثير الحدث الصدمي:

المستوى الدلالي للنقاط			المتغير / البعد
مرتفع	متوسط	منخفض	
32-23	22-11	10-0	بعد التجنب avoidance
32-23	22-11	10-0	بعد التطفل intrusion
24-17	16-9	8-0	بعد الإفراط hyperrarousal
88-33	32-24	24-0	تأثير الحدث الصدمي Impact of Event

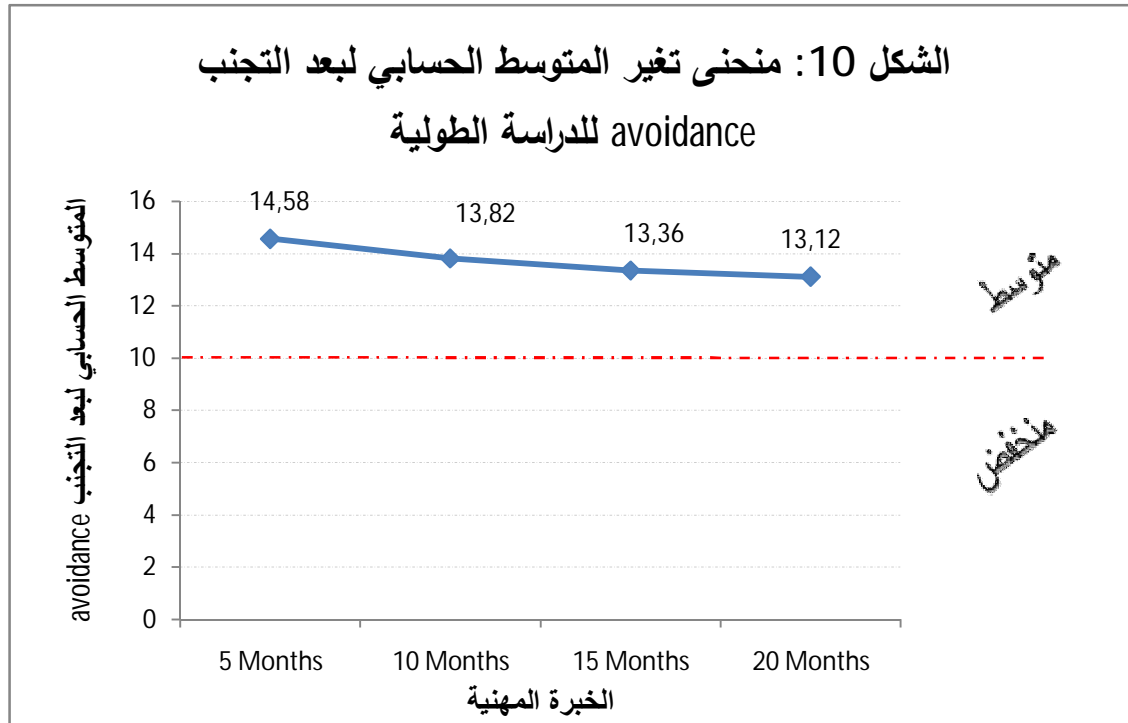


تظهر النتائج أن المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي لأعوان التدخلات ذوي خبرة بين 5 أشهر و 20 شهرا تتراوح بين 32.91 و 29 درجة حيث أنها تناقصت في المستوى المتوسط لتأثير الحدث الصدمي، علما أنه عندما يفوق المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي الدرجة 33 يعني أنه هناك احتمال حدوث صدمة نفسية.

يتضح تناقص المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي بتواتر كبير (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وبعدها استمر التناقص بتواتر أقل وهذا يوحي إلى احتمال استمرارية التناقص فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح من المنحنى أيضا أنه كانت شدة التأثير بالأحداث الصدمية كبيرة في المراحل الأولى لالتحاق الأعوان بالمهنة وبعدها تناقصت خلال العشرة أشهر الأولى بوتيرة كبيرة، ثم استمرت في التناقص تدريجيا.

7-1-1-1- بعد التجنب avoidance :



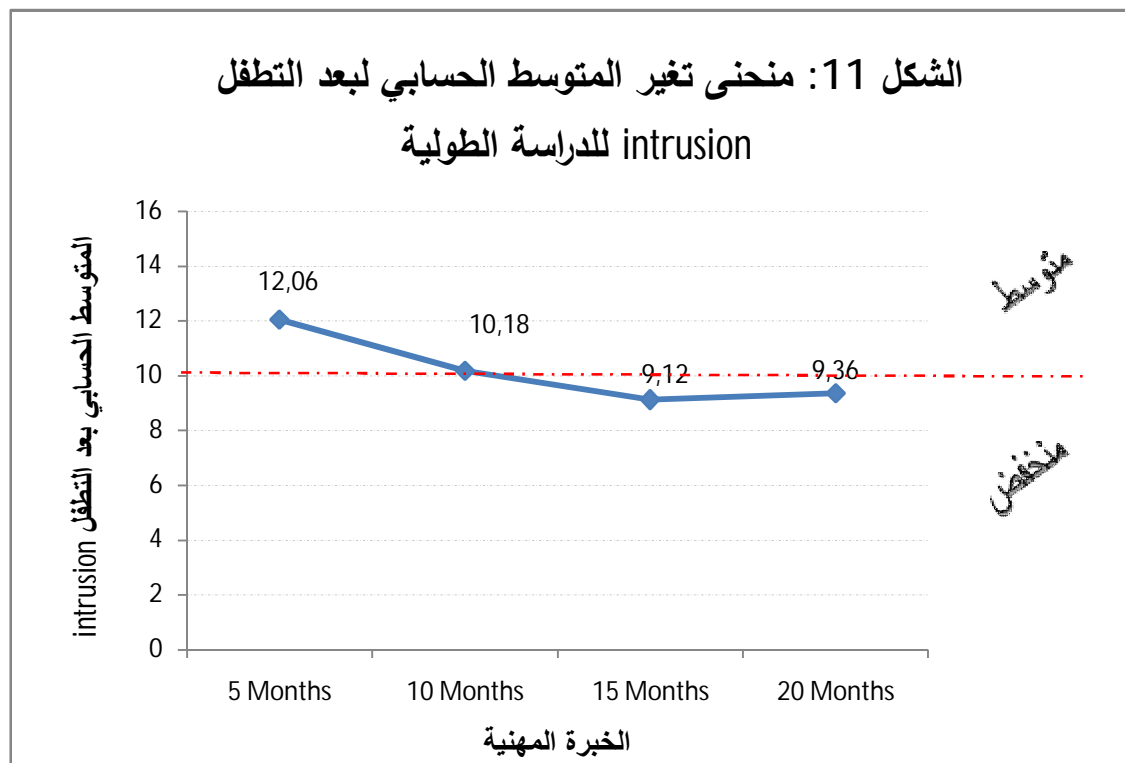
تبين أن المتوسط الحسابي لبعء التجنب في تناقص مستمر خلال العشرين شهر، وذلك

في المستوى المتوسط للبعء، ما يوحى إلى احتمال استمرارية التناقص فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح تناقص في المستوى المتوسط الحسابي لبعء التجنب رغم تعرض أعوان الحماية لأحداث

صدمية باستمرار.

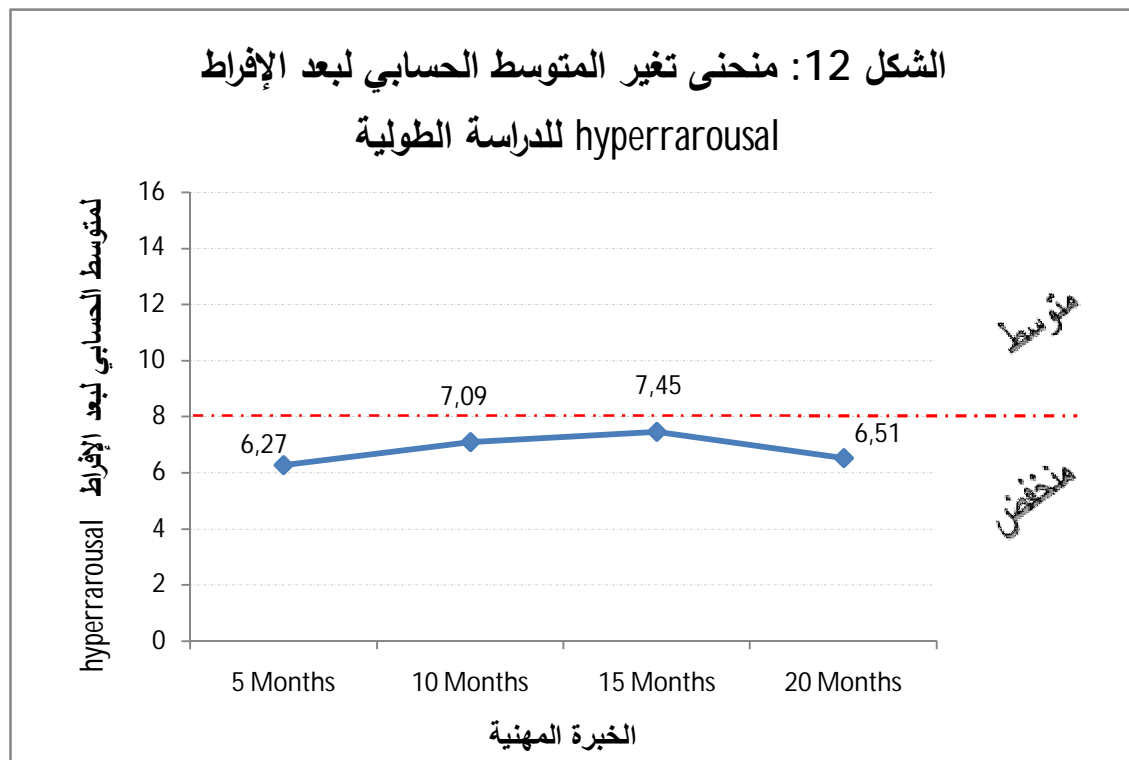
7-1-1-2- بعد التطفل intrusion :



ظهر تناقص المتوسط الحسابي لبعء التطفل خلال 15 شهر الأولى وذلك من المستوى المتوسط إلى المستوى المنخفض للبعء أي من 12,06 إلى 9,12، وبعدها تصاعد قليلا إلى 9,36 ما يوحى إلى احتمال ثبات المتوسط الحسابي لبعء التطفل في المستوى المنخفض للبعء و في الدرجة التي تقارب 9 فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح تناقص في بعد التطفل بصفة معتبرة رغم تعرض أعوان الحماية لأحداث صدمية باستمرار.

7-1-1-3- بعد الإفراط hyperrarousal



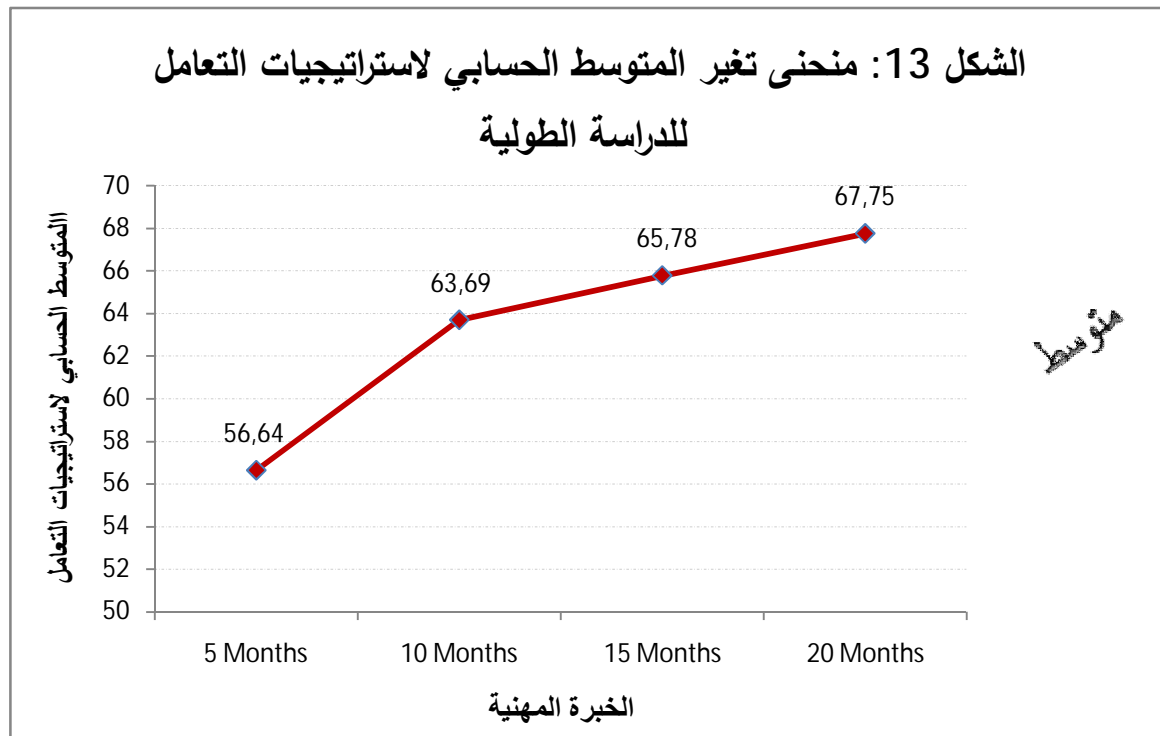
تبين أن المتوسط الحسابي لبعء الإفراط تراوحت درجاته بين 6,27 و 7,45 أي تغير في المستوى المنخفض للبعء، ما يوحي إلى احتمال ثبات المتوسط الحسابي لبعء الإفراط في المستوى المنخفض للبعء وفي الدرجة تقارب (6,7) فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح ثبات في المستوى المنخفض لبعء الإفراط رغم تعرض أعوان الحماية لأحداث صدمية باستمرار.

7-1-2- استراتيجيات التعامل:

جدول رقم (06): دلالة نقاط مقياس استراتيجيات التعامل:

المستوى الدلالي للنقاط			المتغير / البعد
مرتفع	متوسط	منخفض	
40-28	27-14	13-0	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل coping centré sur le problème
36-25	24-13	12-0	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال coping centré sur l'émotion
32-23	22-12	11-0	البحث عن السند الاجتماعي recherche de soutien social
108-73	72-37	36-0	استراتيجيات التعامل stratégies de coping

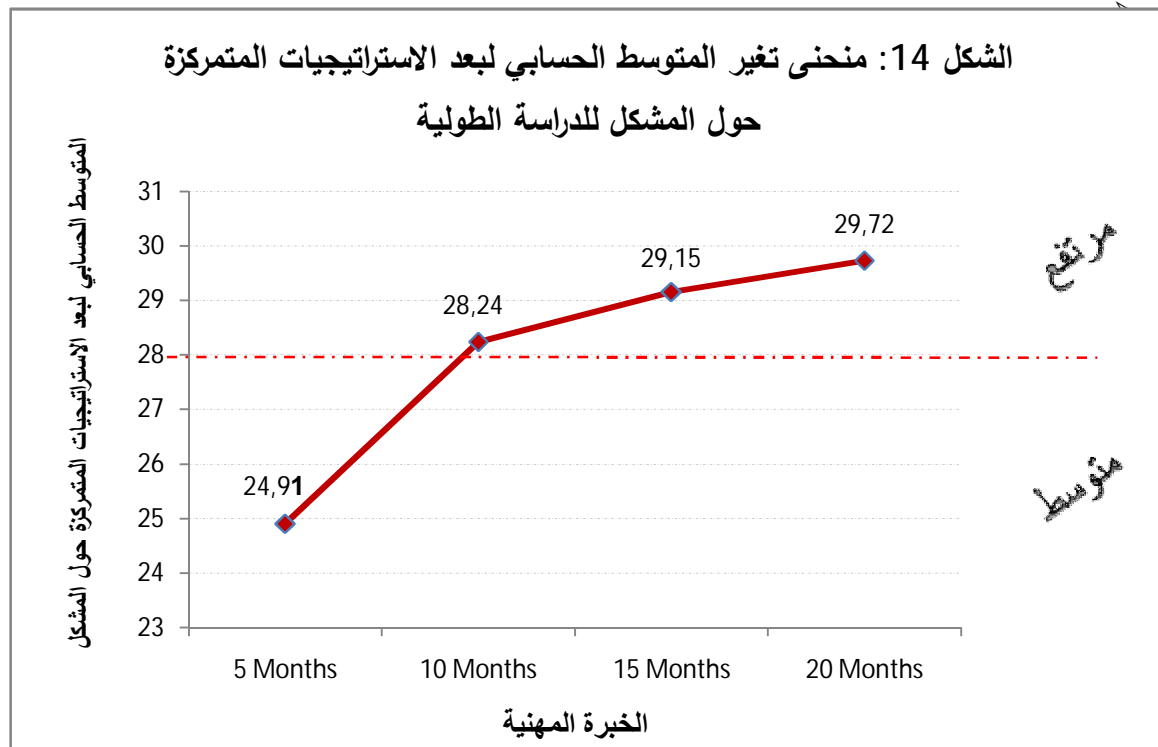


تظهر النتائج أن المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل لأعوان التدخلات ذوي خبرة بين 5 أشهر و 20 شهرا تتراوح بين 56,63 و 67,75 درجة ما يعني أنها تزايدت في المستوى المتوسط لاستراتيجيات التعامل.

يتضح تزايد في استراتيجيات التعامل بتواتر كبير من (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وبعدها استمر التزايد في استراتيجيات التعامل لكن بتواتر أقل وهذا يوحي إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا.

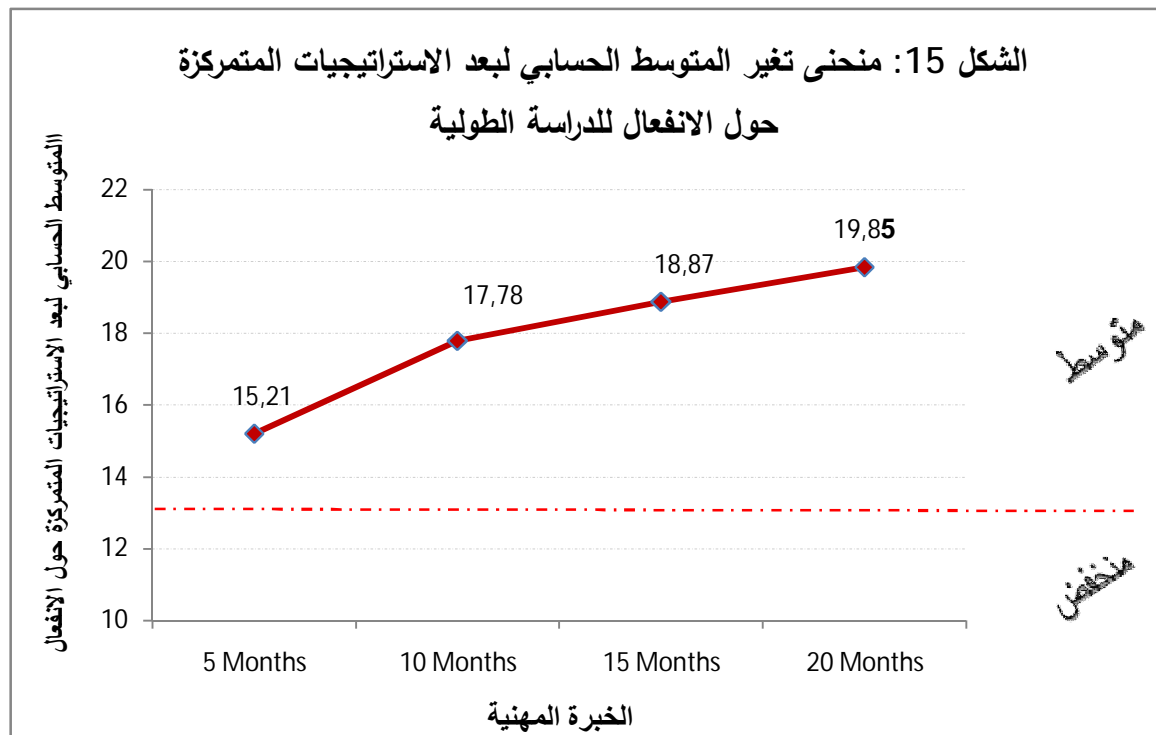
إن تعرض أعوان الحماية لأحداث صدمية يستدعي استعمال استراتيجيات التعامل قصد التقليل من حدتها ويتضح أنه في (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) طور الأعوان استراتيجيات تعاملهم بوتيرة كبيرة جدا ما يوافق المراحل الأولى لالتحاقهم بالمهنة وبعدها استمر التطور لكن بوتيرة أقل.

7-1-2-1- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل:



تبين أن المتوسط الحسابي لبعء الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل تزايد بتواتر كبير في (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وذلك من المستوى المتوسط إلى المستوى المرتفع أي من 24,91 إلى 28,24 درجة، وبعدها استمر في التزايد بتواتر أقل إلى 29,72 ما يوافق 20 شهر، ما يوحي إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا.

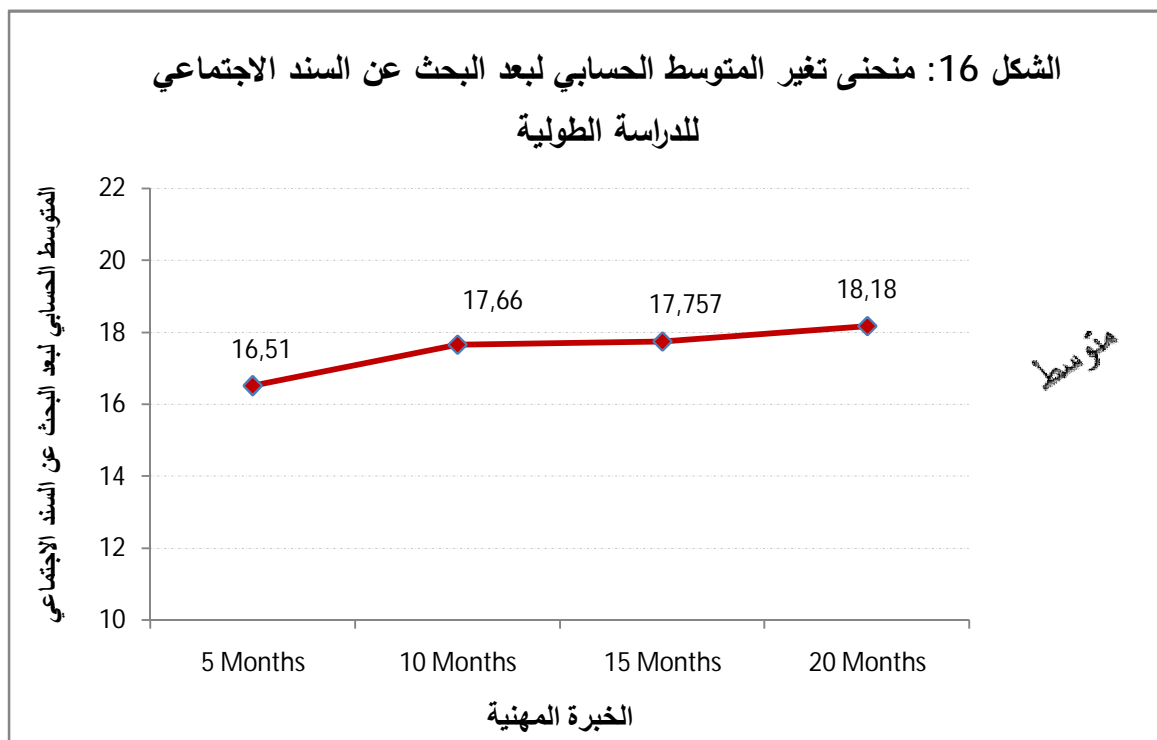
7-1-2-2- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال :



تبين أن المتوسط الحسابي لبعء الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال تزايد بتواتر كبير في (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وذلك في المستوى المتوسط أي من 15,21 إلى 17,78 درجة، وبعدها استمر في التزايد بتواتر أقل إلى 19,85 ما يوافق 20 شهر، ما يوحي إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا.

إن التعرض للأحداث الصدمية بصفة مستمرة تدفع أعوان التدخلات لتطوير استراتيجيات قصد التحكم في انفعالاتهم.

7-1-2-3- البحث عن السند الاجتماعي :

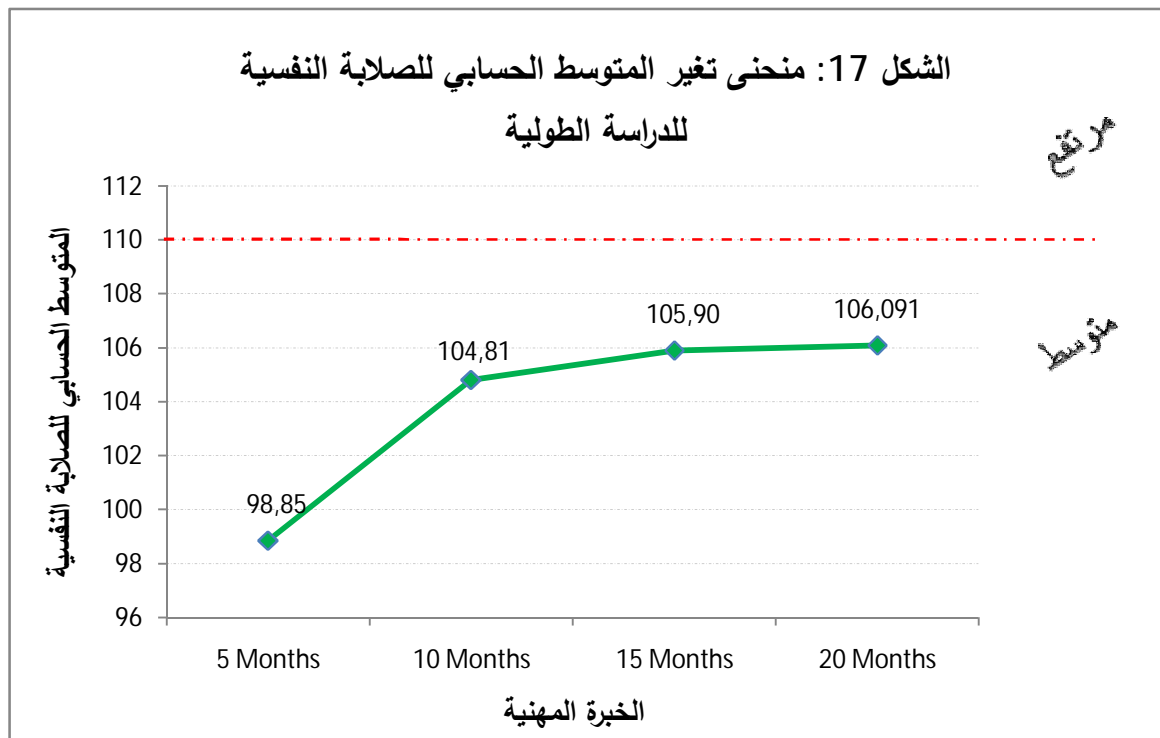


تبين أن المتوسط الحسابي لبعث السند الاجتماعي تزايد في المستوى المتوسط للبعث لكن تواتر التزايد في (النقطة 10 أشهر إلى 20 أشهر) كان صغير وذلك ما يوحي إلى احتمال ثبات المتوسط الحسابي في درجة تقارب 18 درجة فيما بعد فترة 20 شهرا. يتضح تطور صغير في هذا النوع من الاستراتيجيات لدى أعوان التدخلات مقارنة بالاستراتيجيات الأخرى.

7-1-3- الصلابة النفسية:

جدول رقم (07): دلالة نقاط مقياس الصلابة النفسية:

المستوى الدلالي للنقاط			المتغير/ البعد
مرتفع	متوسط	منخفض	
48-38	37-27	26-16	الالتزام Commitment
45-36	35-25	24-15	التحكم Control
48-38	37-27	26-16	التحدي Challenge
141-110	109-79	78-47	الصلابة النفسية Psychological hardiness

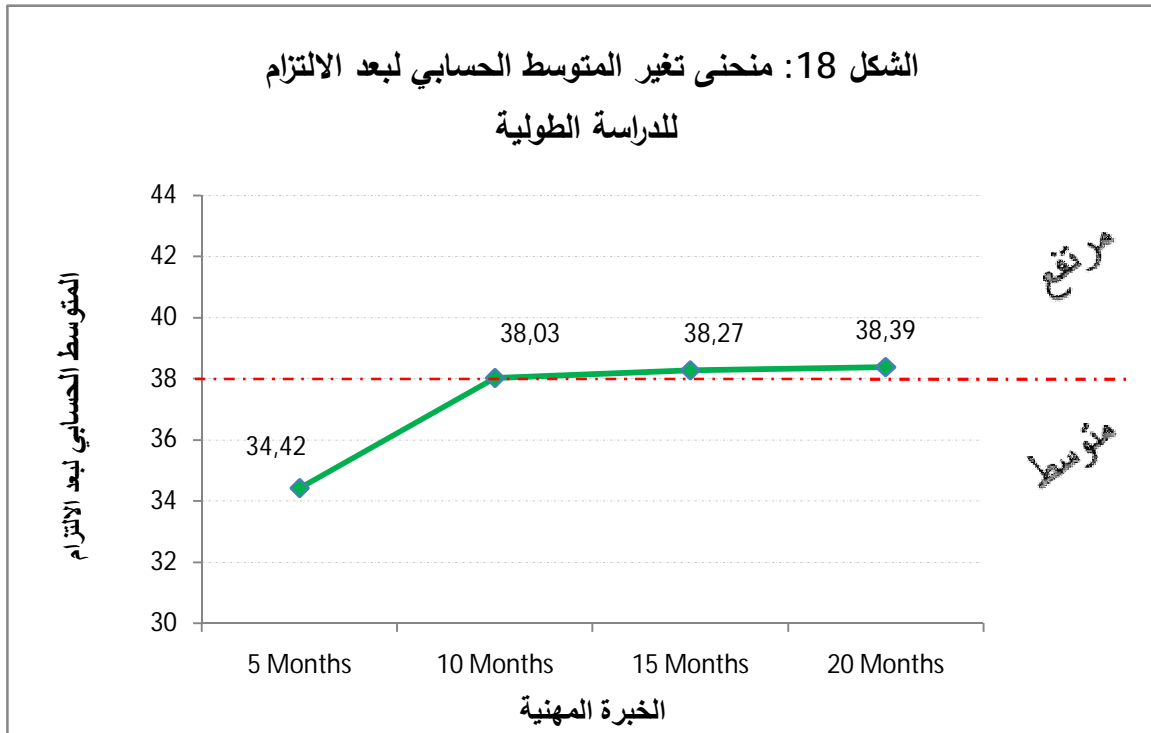


تظهر النتائج أن المتوسط الحسابي للصلابة النفسية لأعوان التدخلات ذوي خبرة بين 5 أشهر و 20 شهرا تتراوح بين 98,84 و 106,09 درجة ما يعني أنها تزايدت في المستوى المتوسط للصلابة .

يتضح تزايد المتوسط الحسابي للصلابة النفسية بتواتر كبير من (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وبعدها استمر التزايد لكن بتواتر أقل وهذا يوحي إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا لبلوغ المستوى المرتفع للصلابة النفسية.

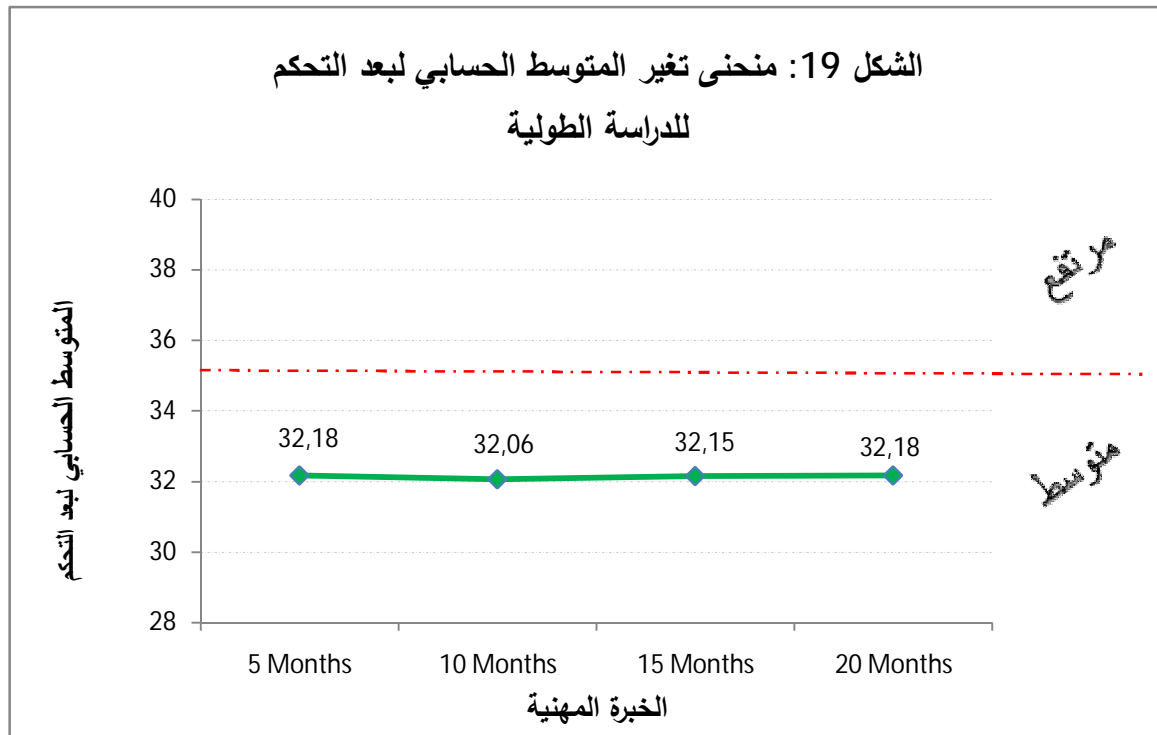
زاد اعتقاد أعوان التدخلات في فاعليتهم وقدرتهم على استخدام مصادرهم النفسية والبيئية المتاحة لكي يواجهوا بفاعلية الأحداث الضاغطة، ويتضح أنه في (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) اكتسب الأعوان صلابة نفسية كبيرة في وقت قصير ما يوافق المراحل الأولى لالتحاقهم بالمهنة وبعدها استمر التطور لكن بوتيرة أقل.

7-1-3-1- بعد الالتزام :



تبين أن المتوسط الحسابي لبعء الالتزام تزايد بتواتر كبير في (النقطة 5 أشهر إلى 10 أشهر) وذلك من المستوى المتوسط إلى المستوى المرتفع أي من 34,42 إلى 38,03 درجة، وبعدها استمر في التزايد بتواتر صغير إلى 38,39 ما يوافق 20 شهر، ما يوحى إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا .

7-1-3-2- بعد التحكم :

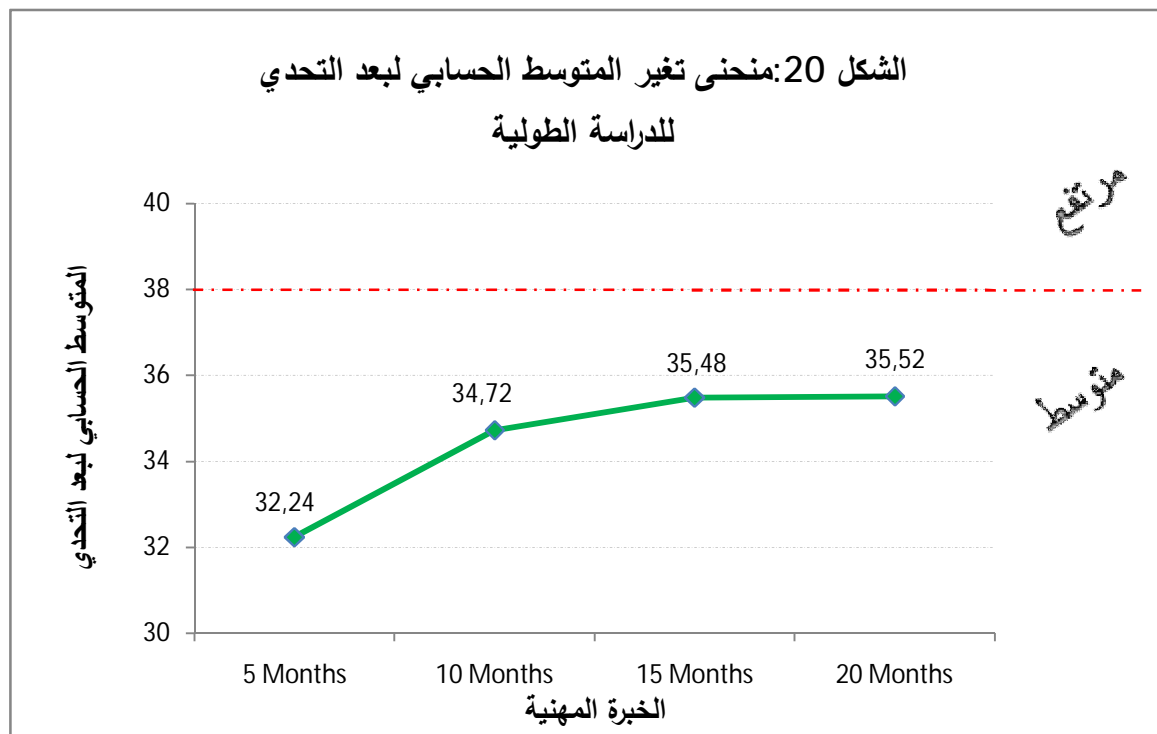


تظهر النتائج ثبات المتوسط الحسابي لبعء التحكم المستوى المتوسط بالتحديد في الدرجة

التي تقارب 32 درجة، ما يوحي إلى استمرارية هذا الثبات فيما بعد فترة 20 شهرا.

إن اعتقاد أعوان التدخلات أنه ليس لديهم قدرته على التحكم فيما يواجهون من أحداث، فتدخلهم يكون بعد حدوث الحدث.

7-1-3-3- بعد التحدي :

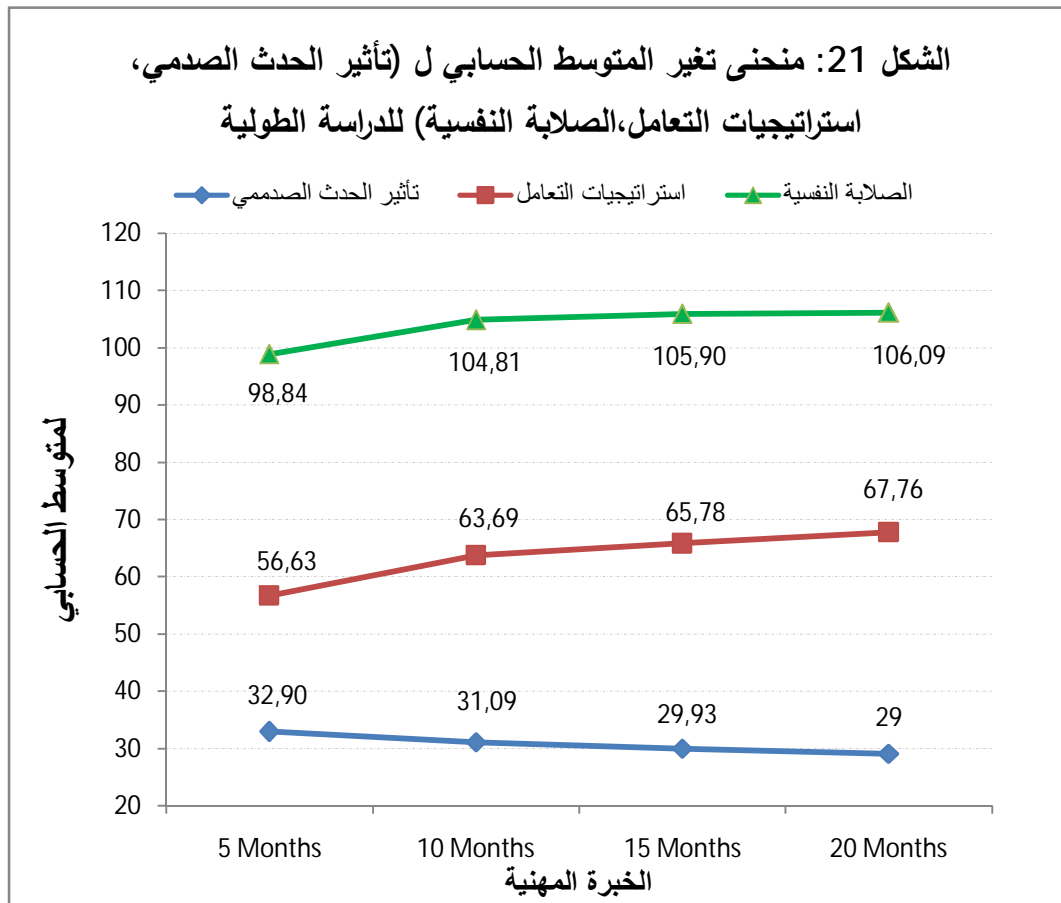


تبين أن المتوسط الحسابي لبعء التحدي تزايد بتواتر كبير في (النقطة 5 أشهر الى 10 أشهر) وذلك في المستوى المتوسط للبعء أي من 32,24 إلى 34,72 درجة، وبعدها استمر في التزايد بتواتر صغير إلى 35,52 ما يوافق 20 شهر، ما يوحي إلى احتمال استمرارية التزايد فيما بعد فترة 20 شهرا ليلعب المستوى المرتفع للبعء.

إن القدرة على تقديم المساعدة هو تحدي أعوان التدخلات لإنجاز عملهم ومواجهة الأحداث فاعلية ما يوضح التزايد في البعد.

7-1-4- العلاقة بين متغيرات الدراسة (تأثير الحدث الصدمي، استراتيجيات

التعامل، الصلابة النفسية):



يتضح من المنحنى وجود علاقة طردية بين استراتيجيات التعامل والصلابة النفسية وعلاقة عكسية مع تأثير الحدث الصدمي، حيث تناقص المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي بوتيرة كبيرة في النقطة (5 أشهر الى 10 أشهر) زاد المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل والصلابة النفسية بوتيرة كبيرة أيضا وبعدها استمر تناقص المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي بوتيرة أقل في النقاط (10،15،20 شهر) فكانت زيادة المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل و الصلابة النفسية بوتيرة أقل .

5-1-7 الفرضيات التنبؤية للدراسة الطويلة:

مكنتنا هذه الدراسة من رسم واقع تغير المتغيرات (تأثير الحدث الصدمي، استراتيجيات التعامل، الصلابة النفسية) خلال العشرين شهر الأولى لالتحاق أعوان التدخلات بالمهنة، ما سمح للتوصل إلى فرضيات تنبؤية للفترة ما بعد 20 شهر، و هي كالتالي :

➤ **تأثير الحدث الصدمي:** يستمر تناقص المتوسط الحسابي للمتغير في الفترة ما بعد 20 شهرا.

✓ **بعد التجنب avoidance:**

يستمر تناقص المتوسط الحسابي للبعد في الفترة ما بعد 20 شهرا.

✓ **بعد التطفل intrusion:**

ثبات المتوسط الحسابي في المستوى المنخفض للبعد وفي الدرجة التي تقارب 9 فيما

بعد فترة 20 شهرا.

✓ **بعد الإفراط hyperrarousal:**

ثبات المتوسط الحسابي في المستوى المنخفض وفي الدرجة التي تقارب (6,7) فيما بعد

فترة 20 شهرا.

➤ استراتيجيات التعامل: يستمر تزايد المتوسط الحسابي للمتغير فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي للبعد فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي للبعد فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ البحث عن السند الاجتماعي:

ثبات المتوسط الحسابي للبعد في درجة تقارب 18 درجة فيما بعد فترة 20 شهرا.

➤ الصلابة النفسية: يستمر تزايد المتوسط الحسابي للمتغير فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ بعد الالتزام:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي للبعد فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ بعد التحكم:

ثبات المتوسط الحسابي للبعد في درجة تقارب 32 درجة فيما بعد فترة 20 شهرا.

✓ بعد التحدي:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي للبعد فيما بعد فترة 20 شهرا.

7-2- عرض وتحليل نتائج الدراسة العرضية :

مكنتنا هذه الدراسة من تتبع تغير المتغيرات (تأثير الحدث الصدمي، استراتيجيات التعامل، الصلابة النفسية) لمدة تزيد عن 5 سنوات و تصل لـ 25 سنة لإلتحاق أعوان التدخلات بالمهنة، ورسم العلاقة بينها، وكذلك التحقق من صحة فرضيات الدراسة الطولية . وكان ذلك كالتالي :

7-2-1- تأثير الحدث الصدمي :

جدول رقم (08): جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية:

الخبرة المهنية	تأثير الحدث الصدمي	بعد التجنب avoidance	بعد التطفل intrusion	بعد الإفراط hyperrarousal
الخبرة = 20 شهر	29	13, 1212121	9, 36363636	6, 51515152
الخبرة أكثر من 20 شهر و أقل من 5 سنوات	25,5229167	12,2	7,48333333	5,83958333
الخبرة أكثر من 5 سنوات	27,1818182	10,42424242	9,90909091	6,84848485

يظهر الجدول مختلف تغيرات متغير تأثير الحدث الصدمي وأبعاده عبر منظور الخبرة المهنية لأعوان تدخلات الحماية المدنية، حيث قدر المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي عند فئة أعوان التدخلات نوي خبرة تعادل 20 شهر بـ 29 ليلعب بعدها القيمة 25.522 في الفترة ما بين 20 شهر و 5 سنوات ليصل بعدها إلى القيمة 27.181 في الفترة أكثر من 5 سنوات.

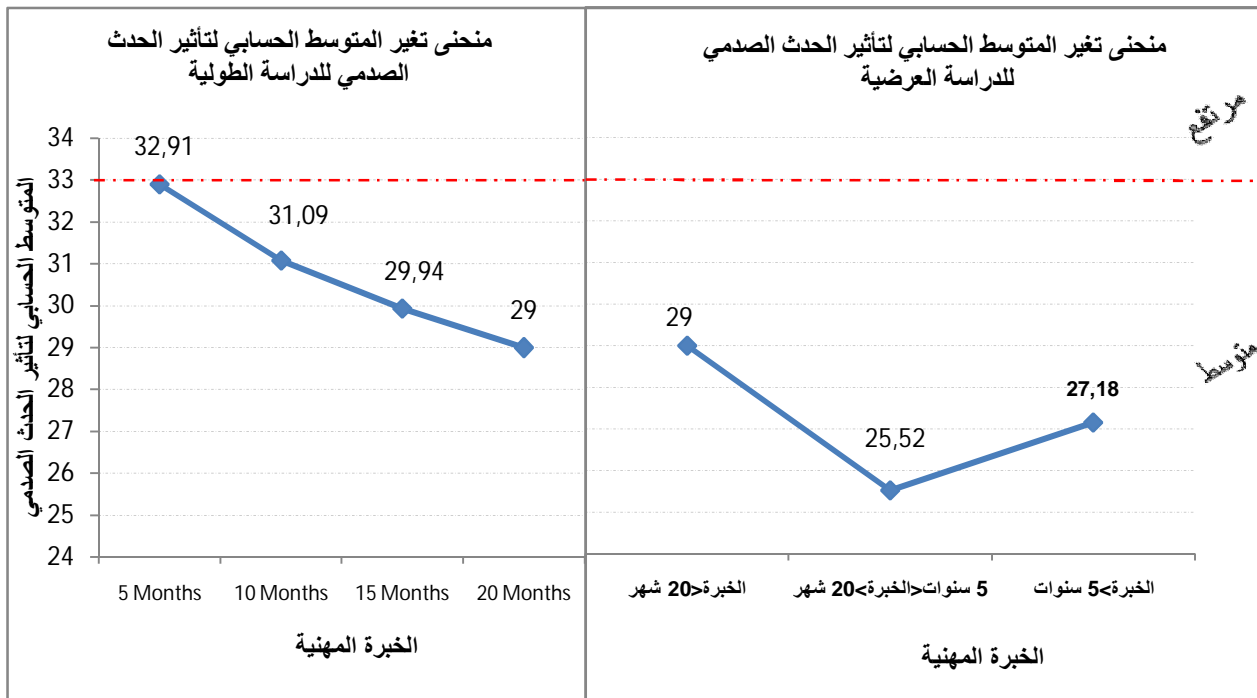
بناء على نتائج الجدول السابق يمكننا التحقق من فرضيات الدراسة الطولية الخاصة

بمتغير تأثير الحدث الصدمي، وذلك كالتالي:

➤ التحقق من صحة الفرضية التي تنص على :

يستمر تناقص المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي في الفترة ما بعد 20 شهرا.

الشكل 22: منحنى تغير المتوسط الحسابي لتأثير الحدث الصدمي للدراسة العرضية:



نستنتج من المنحنيين تحقق الفرضية بصفة جزئية حيث أنه استمر تناقص المتوسط

الحسابي لشدة تأثير الحدث الصدمي في المستوى المتوسط في الفترة ما بعد 20 شهرا إلى

غاية الفترة أقل من 5 سنوات ليصل إلى 25,52 درجة وبعدها زاد في الفترة أكثر من 5 سنوات

ليصل إلى 27,18 درجة. والسبب المباشر يعود إلى زيادة معتبرة في بعد التطفل كما هو

موضح في الجدول، ما يعني أن أعوان التدخلات يواجهون ضغط داخلي ناتج عن حدث صدمي سابق بالإضافة إلى الضغط الخارجي الذي يواجهه أثناء التدخل.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على:** يستمر تناقص المتوسط الحسابي لبعدها

التجنب في الفترة ما بعد 20 شهرا.

يتضح من الجدول السابق استمرار في تناقص المتوسط الحسابي لبعدها التجنب في

المستوى المتوسط للبعدها بعدما كان 13,12 درجة في الفترة 20 شهرا من ثم 12,2 درجة في

الفترة ما بين 20 شهر و 5 سنوات ليواصل التناقص في الفترة أكثر من 5 سنوات ليصل إلى

10,42 درجة وهذا ما يبين تحقق الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** ثبات المتوسط الحسابي في المستوى

المنخفض لبعدها التطفل و في الدرجة التي تقارب 9 فيما بعد فترة 20 شهرا.

تظهر نتائج الجدول تناقص المتوسط الحسابي لبعدها التطفل في المستوى المنخفض للبعدها

وذلك من 9,36 درجة في الفترة 20 شهرا إلى 7,48 درجة في الفترة ما بين 20 شهر

و5 سنوات وبعدها زاد ليصل إلى 9,90 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات ما يثبت عدم تحقق

الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** ثبات المتوسط الحسابي لبعدها الإفراط

في المستوى المنخفض وفي الدرجة تقارب (6,7) فيما بعد فترة 20 شهرا.

تبين أن المتوسط الحسابي لبعء الإفراط تناقص في المستوى المنخفض للبعء حيث كانت درجته 6,51 في الفترة 20 شهرا لينزل إلى 5,83 درجة في الفترة ما بين 20 شهر و5 سنوات بعدها زاد ليصل إلى 6,84 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات وهذا يبين تحقق الفرضية.

7-2-2- استراتيجيات التعامل :

جدول رقم (09): جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية:

الخبرة المهنية	استراتيجيات التعامل	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	البحث عن السند الاجتماعي
الخبرة = 20 شهر	67,7575758	29,7272727	19,84848	18,1818182
الخبرة أكثر من 20 شهر وأقل من 5 سنوات	70,3166667	30,5458333	20,6	19,1708333
الخبرة أكثر من 5 سنوات	75,030303	32,5757576	20,8787879	21,5757576

يظهر الجدول مختلف تغيرات متغير استراتيجيات التعامل وأبعاده عبر منظور الخبرة المهنية لأعوان تدخلات الحماية المدنية، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل عند فئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تعادل 20 شهر بـ 67.757 ليبلغ بعدها القيمة 70.316 لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهر و5 سنوات ليصل بعدها إلى المستوى المرتفع للمتغير بعدما كان في المستوى المتوسط وذلك بقيمة 75.030 لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات.

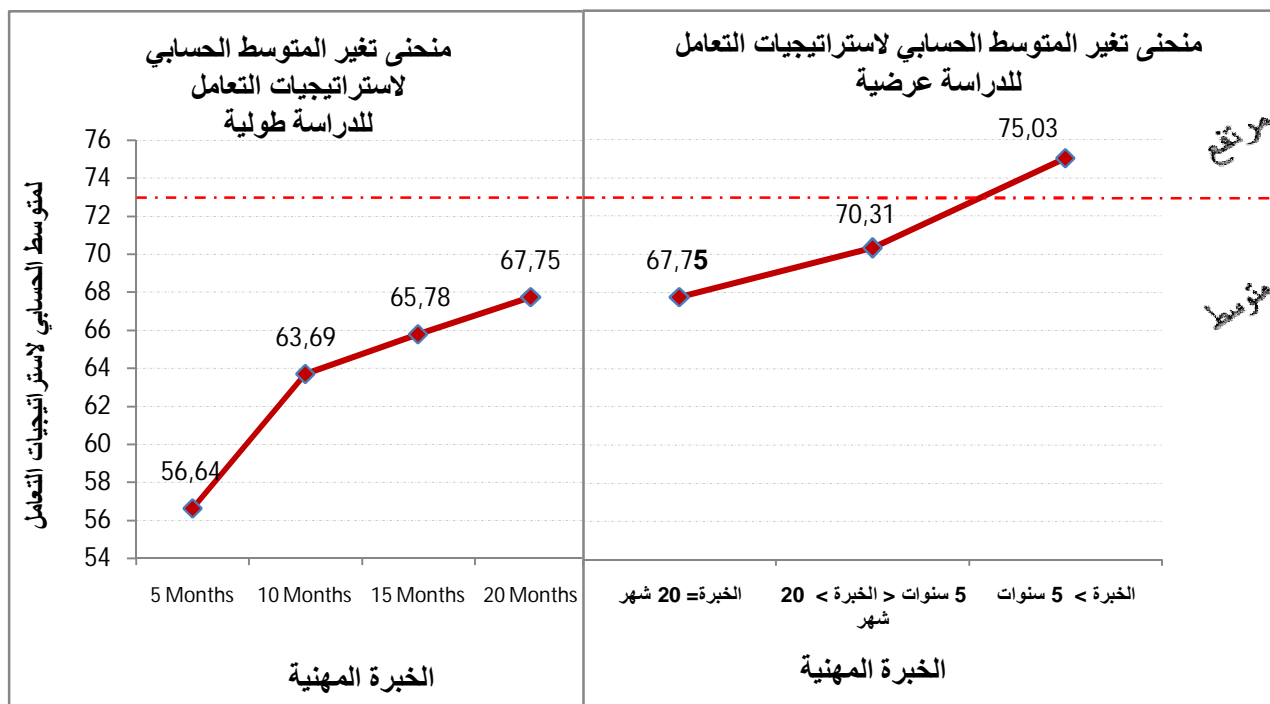
بناء على نتائج الجدول السابق يمكننا التحقق من فرضيات الدراسة الطولية الخاصة

بمتغير استراتيجيات التعامل، وذلك كالتالي:

➤ التحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل فيما بعد فترة 20 شهرا.

الشكل 23: منحنى تغير المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل للدراسة العرضية:



استمر تزايد المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل في المستوى المتوسط في الفترة

ما بعد 20 شهرا إلى غاية الفترة أقل من 5 سنوات ليصل إلى 70,31 درجة و بعدها زاد في

الفترة أكثر من 5 سنوات ليصل إلى 75,03 درجة أي وصل إلى المستوى المرتفع لاستراتيجيات

التعامل، وهذا يبين تحقق الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** : يستمر تزايد المتوسط الحسابي لبعده الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح من الجدول السابق استمرار في تزايد المتوسط الحسابي لبعده الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل في المستوى المرتفع للبعده بعدما كان 29,72 درجة في الفترة 20 شهرا ليصل إلى 32,57 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات وهذا ما يثبت صحة الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** : يستمر تزايد المتوسط الحسابي لبعده الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال فيما بعد فترة 20 شهرا.

تبين أن المتوسط الحسابي لبعده الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال تزايد وذلك في المستوى المتوسط للبعده أي من 19,84 درجة في الفترة 20 شهرا إلى 20,87 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات، ما يثبت تحقق الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** : يستمر ثبات المتوسط الحسابي لبعده البحث عن السند الاجتماعي في درجة تقارب 18 درجة فيما بعد فترة 20 شهر.

يتضح من الجدول السابق استمرار في تزايد المتوسط الحسابي لبعده البحث عن السند الاجتماعي المستوى المتوسط للبعده بعدما كان 18,18 درجة في الفترة 20 شهرا ليصل إلى 19,17 درجة في الفترة ما بين 20 شهر و 5 سنوات من ثم 21,57 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات وهذا ما يبين عدم تحقق الفرضية.

7-2-3 - الصلابة النفسية:

الجدول رقم(10): جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية:

الخبرة المهنية	الصلابة النفسية	الالتزام	بعد التحكم	بعد بعد التحدي
الخبرة = 20 شهر	106,090909	38,3939394	32,1818182	35,5151515
الخبرة أكثر من 20 شهر و أقل من 5 سنوات	109,40625	39,34375	33,1875	36,875
الخبرة أكثر من 5 سنوات	114,1212	41,24242	34,06061	38,81818

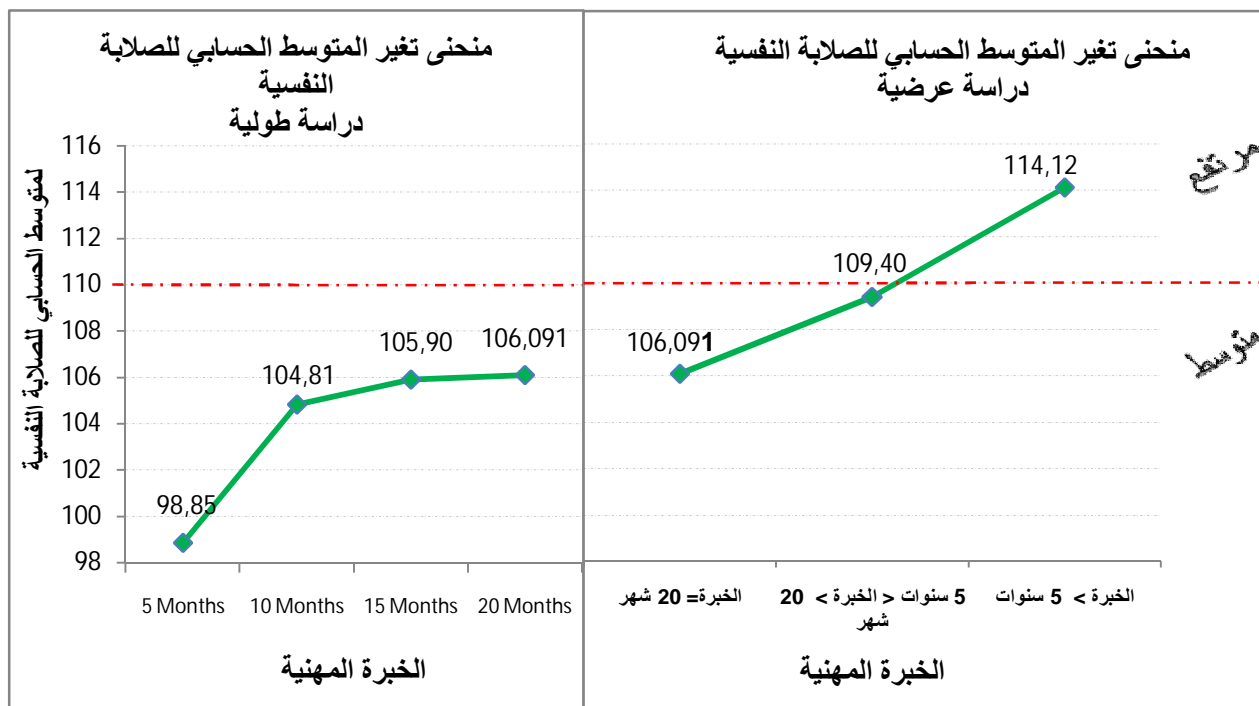
يظهر الجدول مختلف تغيرات متغير تأثير الصلابة النفسية وأبعاده عبر منظور الخبرة المهنية لأعوان تدخلات الحماية المدنية، حيث قدر المتوسط الحسابي للصلابة النفسية عند فئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تعادل 20 شهر بـ 106.090 ليبلغ بعدها القيمة 109.406 عند فئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهر و 5 سنوات، أي أن المتوسط الحسابي لايزال في المستوى المتوسط لمتغير الصلابة النفسية، حيث بلغ المستوى المرتفع للمتغير عند فئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات بقيمة تعادل 114.121.

بناء على نتائج الجدول السابق يمكننا التحقق من فرضيات الدراسة الطولية الخاصة بمتغير الصلابة النفسية، وذلك كالتالي:

➤ التحقق من صحة الفرضية التي تنص على:

يستمر تزايد المتوسط الحسابي للصلابة النفسية فيما بعد فترة 20 شهرا.

الشكل 24: منحنى تغير المتوسط الحسابي للصلابة النفسية للدراسة العرضية:



استمر تزايد المتوسط الحسابي للصلابة النفسية لينتقل من المستوى المتوسط إلى المستوى المرتفع الذي يفوق 110 درجة، ففي الفترة ما بعد 20 شهرا، كان المتوسط الحسابي للصلابة النفسية 106,091 و زاد في الفترة ما بين 20 شهر و 5 سنوات ليصل إلى 109,40 درجة وبعدها زاد في الفترة أكثر من 5 سنوات ليصل إلى 114,12 درجة أي وصل إلى المستوى المرتفع للصلابة النفسية، وهذا يثبت تحقق الفرضية.

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** : يستمر تزايد المتوسط الحسابي لبعد الالتزام فيما بعد فترة 20 شهرا.

يتضح من الجدول السابق استمرار في تزايد المتوسط الحسابي لبعد الالتزام في المستوى المرتفع للبعد بعدما كان 38,39 درجة في الفترة 20 شهرا ليصل إلى 41,42 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات وهذا ما يثبت صحة الفرضية .

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على**: ثبات المتوسط الحسابي لبعد التحكم في درجة تقارب 32 درجة فيما بعد فترة 20 شهرا .

يظهر من الجدول السابق تزايد المتوسط الحسابي لبعد التحكم في المستوى المتوسط للبعد بعدما كان ثابت في درجة التي تقارب 32 في الدراسة الطولية لعشرين شهرا، ليتصاعد إلى 33,18 درجة في الفترة ما بين 20 شهر و5 سنوات ليصل إلى 34,06 درجة في الفترة أكثر من 5 سنوات وهذا ما يثبت عدم صحة الفرضية .

✓ **التحقق من صحة الفرضية التي تنص على** : يستمر تزايد المتوسط الحسابي لبعد التحدي فيما بعد فترة 20 شهرا.

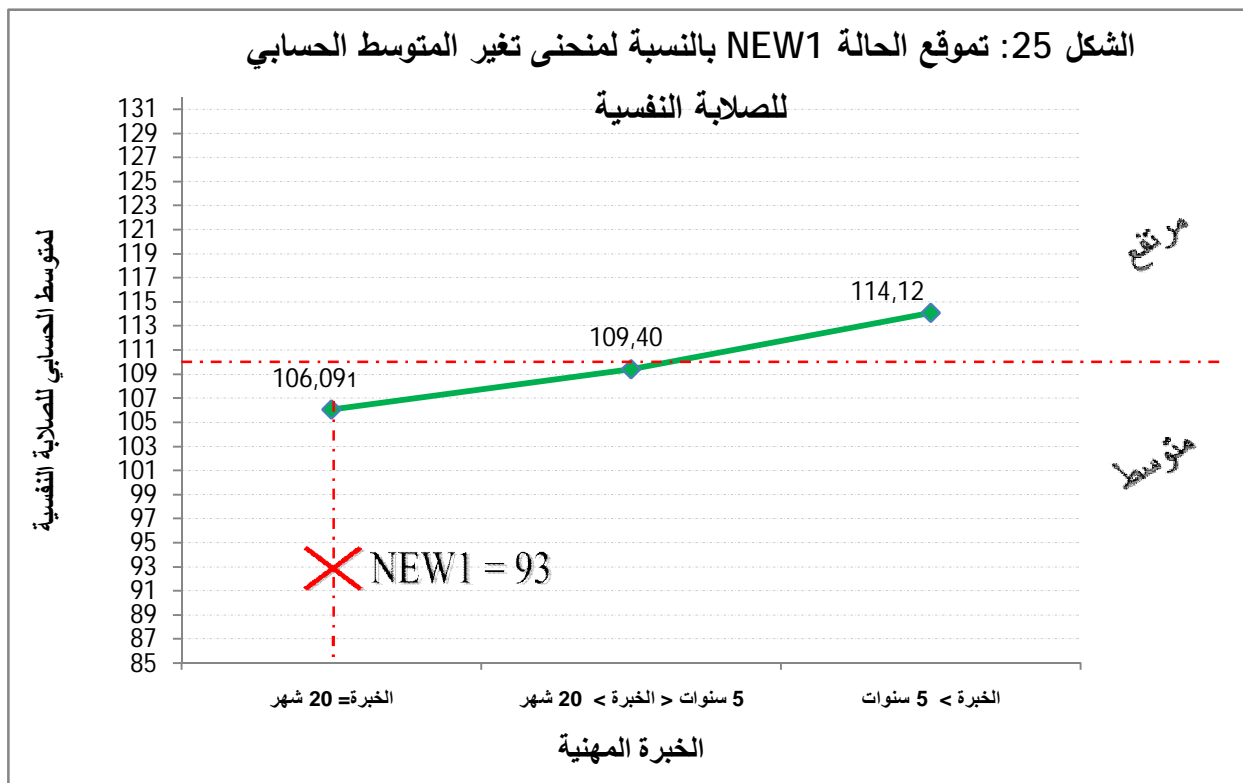
بينت نتائج الجدول تزايد المتوسط الحسابي لبعد التحدي في المستوى المتوسط الذي كانت درجته 35,51 في الفترة 20 شهرا ثم 36,87 درجة في الفترة ما بين 20 شهر و5 سنوات، ليرتقي إلى المستوى المرتفع في الفترة أكثر من 5 سنوات بدرجة تقدر ب 38,81، ما يثبت تحقق الفرضية.

3-7 - عرض وتحليل نتائج الدراسة الكيفية:

مكنتنا هذه الدراسة من رسم الحد الأعلى والحد الأدنى للصلابة النفسية حيث تبين مجال تموقع عينة البحث، و كذلك تقديم تفسير لهذه الظاهرة ومتغيرات البحث.

1-3-7- الحالة NEW1:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أقل صلابة نفسية لأعوان التدخلات ذوي خبرة 20 شهرا.



يتضح من المنحنى أن الحالة NEW1 تعبر عن القيمة الحدية السفلى المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهرا، وقدرت قيمتها 93 درجة على المقياس، وبهذا رغم أنها بعيدة نوعا ما على المتوسط الحسابي المقدر بـ 106.091 إلا أنها لا تزال في المستوى المتوسط لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-1-1-عرض نتائج المقياس للحالة NEW1 :

جدول رقم (11): جدول نتائج الحالة NEW1:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	93	الصلابة النفسية
32	31	30		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	70	استراتيجيات التعامل
20	17	33		
الإفراط	التطفل	التجنب	30	تأثير الحدث الصدمي
02	13	15		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة NEW1 تحصل على 93 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المتوسط للمتغير، حيث أن توزع الدرجات على الأبعاد الثلاث كان معتدل أي أنه (الالتزام =30، التحكم=31، التحدي=32) كلها في المستوى المتوسط.

بالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهرا

(الجدول 10: جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية ص-149-)

يتضح تتاسب الحالة NEW1 في المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت ب

106.091 بمعنى أنه المستوى المتوسط للمتغير، كذلك بعدي التحكم و التحدي اللذان قدرا ب

32.181 و 35.515 على التوالي ما يعني أنهما في المستوى المتوسط، أما المتوسط الحسابي

لبعد الالتزام الذي قدر ب 38.393 ما يعني أنه في المستوى المرتفع لم يتناسب مع بعد الالتزام للحالة حيث قدر ب 30 درجة ما يعني أنه في المستوى المتوسط.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة NEW1 تحصل على 70 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المتوسط للمتغير، حيث أنه يتناسب كلياً مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهراً (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية ص-146-)،

حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل ب 67.757 ما يعادل المستوى المتوسط للمتغير ما يتماشى مع الحالة NEW1، وذلك ينطبق بدوره على مختلف أبعاد استراتيجيات التعامل، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل ب 29.727 وقدرت درجة الحالة المتحصل عليها 33 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعدي الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي فقد كان المتوسط الحسابي يعادل 19.848، 18.181 على التوالي و قدرت درجات الحالة NEW1 ب 17، 20 للبعدين على التوالي ما يبين تناسب البعدين في المستوى المتوسط.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة NEW1، تحصل على 30 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي ما يتناسب مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر ب 29 ما يعني أنهما في المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهراً (الجدول 08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده

للدراة العرضية ص-143-)، كذلك بعد التجنب حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد ب 13.121 وكانت درجة الحالة المتحصل عليها تعادل 15 ما يعني أنهما متناسبان وينتميان إلى المستوى المتوسط للبعد، أما بعد التطفل فقد كان المتوسط الحسابي يقارب 9.363 ما يعني المستوى المنخفض للبعد بينما تحصلت الحالة NEW1 على درجة 13 ما يعني المستوى المتوسط ما يوضح عدم التناسب في البعد، أما في ما يخص بعد الإفراط يتضح من الجدول أن درجت الحالة NEW1 تساوي 02 بينما المتوسط الحسابي للبعد يعادل 6.515 ما يعني أن القيمتان تتواجد في المستوى المنخفض للبعد رغم أن 2 أقرب من 0 و 6.515 أقرب من 8 التي تمثل الدرجة الحدية للانتقال إلى المستوى المتوسط للبعد إلا أن هناك تناسب في البعد بين الحالة NEW1 والمتوسط الحسابي للبعد.

7-3-1-1-عرض نتائج المقابلة للحالة NEW1 :

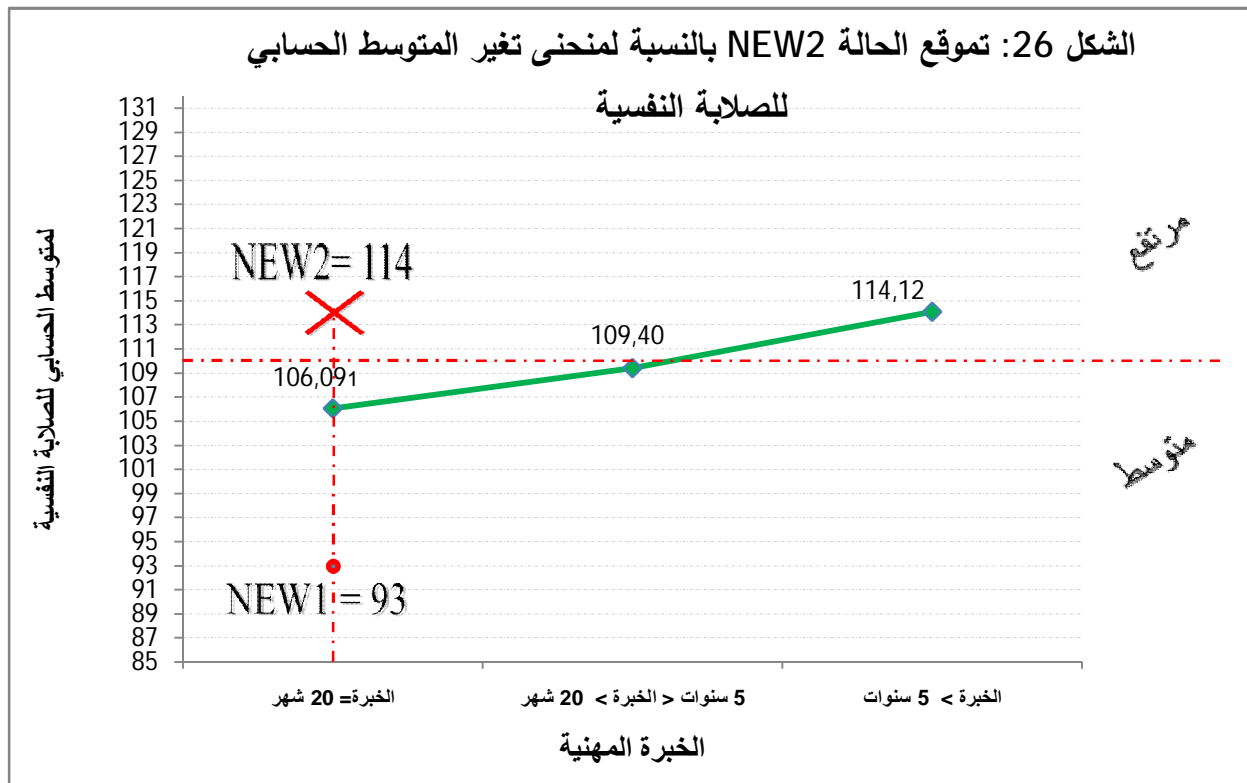
أعزب يبلغ من العمر 26 سنة في صحة جيدة، كان سبب الالتحاق بالمهنة هو البحث عن العمل، حيث أن مظهره العام كان جيد وتعايير وجهه عادية، يتكلم بصوت متوسط، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، ومن خلال المقابلة كان يبدو عليه الارتياح، وكان كثير استعمال الإشارات عند التحدث.

بالنسبة للأحداث الصدمية فقد انحصر كلام الحالة على حادث غرق طفل يبلغ من العمر 14 سنة في سد، فكان على الحالة NEW01 انتظار فرقة العوم دون فعل أي شيء، ما مس قليلا تقدير الذات للحالة ويظهر ذلك في قوله: "كنت نقول لروحي واش راني ندير هنا" بمعنى -ماذا أفعل هنا، لماذا لا أستطيع تقديم المساعدة ، لماذا عليا الانتظار مكتوف اليدين-، وكذلك قوله: "السيد بلاك كان يموت و حنا نستناو فال groupe تاع les plongeur بمعنى -ربما

الضحية تموت في هذا الوقت ونحن ننتظر وصول فريق العموم- ما يظهر تأنيب الضمير لعدم القدرة على فعل أي شيء إلا الانتظار.فبالنسبة للحالة لم يستدعي الأمر استعمال استراتيجيات السند الاجتماعي واستعمل استراتيجيات متمركزة حول المشكل ما يوضح أكثر ذلك قوله: "صح غاضتي شويما يماه، mais الحياة تستمر، ليلاق تكمل" بمعنى -أشفقت على أم الضحية كثيرا ولكن على الحياة أن تستمر-، ما يوضح أن الحالة تتمتع بنوع من التحدي ما يعكس الصلابة النفسية للحالة.

7-3-2- الحالة NEW2:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أكثر صلابة نفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهرا.



يتضح من المنحنى أن الحالة NEW2 التي تعبر عن القيمة الحدية العليا المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذي خبرة تساوي 20 شهرا، وقدرت قيمتها 114 درجة على المقياس، رغم أنها قريبة نوعا ما إلى المتوسط الحسابي المقدر بـ106.091، إلا أنها انتقلت إلى المستوى المرتفع لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-2-1- عرض نتائج المقياس للحالة NEW2:

جدول رقم (12): جدول نتائج الحالة NEW2:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	114	الصلابة النفسية
38	33	43		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	71	استراتيجيات التعامل
20	20	31		
الإفراط	التطفل	التجنب	16	تأثير الحدث الصدمي
03	08	05		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة NEW2 تحصل على 114 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المرتفع للمتغير، وبالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهرا (الجدول 10): جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية (ص-149-) يتضح عدم تناسب الحالة NEW2 في المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت بـ 106.091 بمعنى أنه في المستوى

المتوسط للمتغير، أما بالنسبة لبعد الالتزام، يتضح تناسب حيث قدرت قيمة البعد عند الحالة بـ43 درجة، وكان المتوسط الحسابي يساوي 38.393 ما يعني أن القيمتين تنتميان إلى المستوى المرتفع للبعد، كذلك بعد التحكم يظهر فيه تناسب المتوسط الحسابي للبعد حيث قدر بـ32.181 مع القيمة المتحصل عليها عند الحالة NEW2 والتي قدرت بـ33 ما يعني أن القيمتين تشيران إلى المستوى المتوسط للبعد، أما فيما يخص بعد التحكم يتبين عدم تناسب الحالة NEW2 مع المتوسط الحسابي للبعد حيث كانت قيمة هذا الأخير تساوي 35.515 ما يشير إلى المستوى المتوسط للبعد بينما كانت القيمة المتحصل عليها من طرف الحالة تعادل 38 ما يعني المستوى المرتفع للبعد.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة NEW2 تحصل على 71 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المتوسط للمتغير، حيث أنه يتناسب كليا مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة تساوي 20 شهرا (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية ص-146-)، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل بـ67.757 ما يعادل المستوى المتوسط للمتغير ما يتماشى مع الحالة NEW2، وذلك ينطبق بدوره على مختلف أبعاد استراتيجيات التعامل، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل بـ29.727 وقدرت درجة الحالة المتحصل عليها بـ31 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعدي الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي فقد كان

المتوسط الحسابي يعادل 19.848، 18.181 على التوالي و قدرت درجات الحالة NEW2

ب 20، 20 للبعدين على التوالي ما يبين تناسب البعدين في المستوى المتوسط.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة NEW2، تحصل

على 16 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي و التي تشير إلى المستوى المنخفض

للمتغير، ما يبين عدم تناسب الحالة مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر ب 29 ما يعني

المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات نوي خبرة تساوي 20 شهرا (الجدول

08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية ص-143-)،

كذلك بعد التجنب حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد ب 13.121 ما يعني المستوى المتوسط

للبعد وكانت درجة الحالة المتحصل عليها تعادل 05 درجات ما يشير المستوى المنخفض

للبعد، وهذا ما يوضح عدم التناسب في البعد، أما بعد التطفل فقد كان المتوسط الحسابي يقارب

9.363 ما يعني المستوى المنخفض للبعد بينما تحصلت الحالة NEW2 على درجة 08 ما

يعني المستوى المنخفض للبعد ما يوضح التناسب في البعد، أما في ما يخص بعد الإفراط

يتضح من الجدول أن درجة الحالة NEW2 تساوي 03 بينما المتوسط الحسابي للبعد يعادل

6.515 ما يعني أن القيمتان تتواجدان في المستوى المنخفض للبعد رغم أن 3 أقرب من 0

و6.515 أقرب من 8 التي تمثل الدرجة الحدية للانتقال إلى المستوى المتوسط للبعد إلا أن

هناك تناسب في البعد بين الحالة NEW2 والمتوسط الحسابي للبعد.

7-3-2-2- عرض نتائج المقابلة للحالة NEW2 :

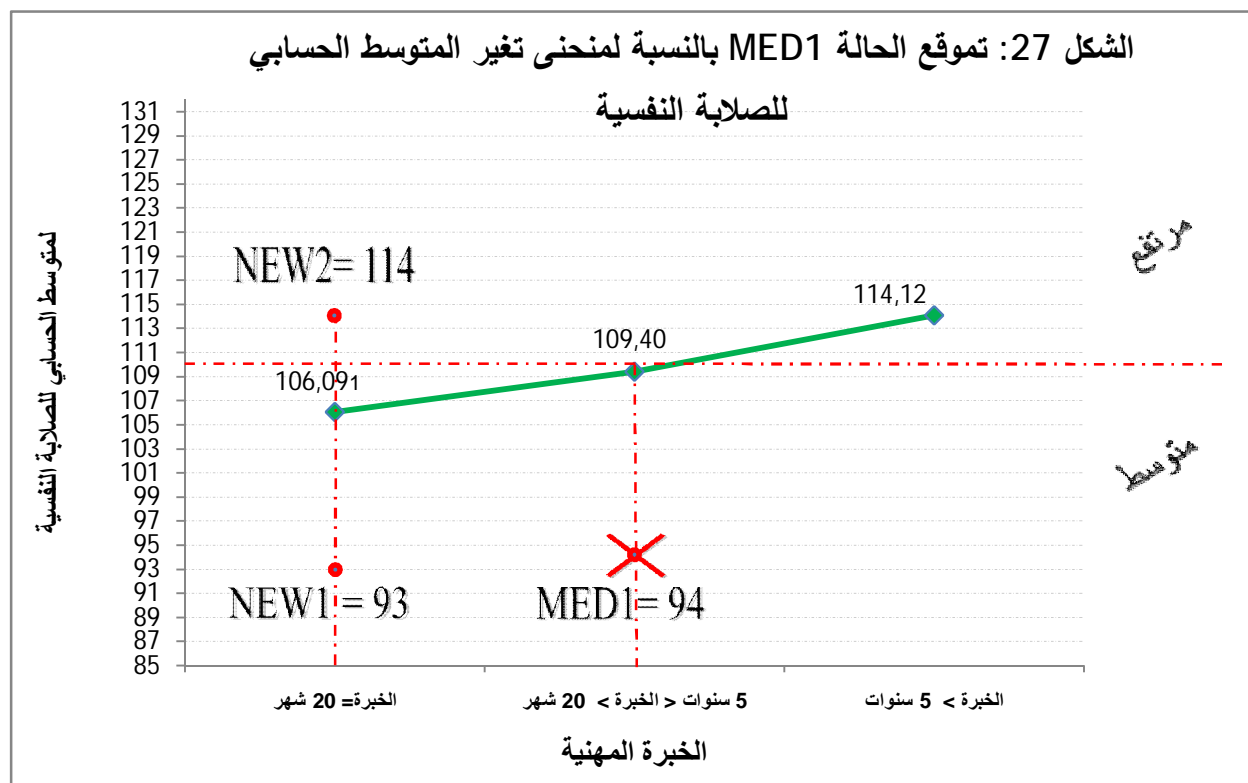
شاب أعزب يبلغ من العمر 26 سنة، كان التحاقه بأعوان الحماية المدنية من أجل نبل المهنة، وهو قادر على تحمل المسؤوليات وهذا ما صرحه لنا، أما بالنسبة للصعوبات التي يواجهها تكمن في تدخل بعض المواطنين أثناء تأدية مهامه. فكان مظهره العام للعميل جيد وتعابير وجهه عادية، كما أنه هادئ، يتكلم بصوت متوسط، جد متعاون، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، فبدا مرتاح أثناء المقابلة.

عاشت الحالة NEW2 الكثير من الأحداث الصدمية إلا أنه لم يتوقف عند احدهم ليعتبرها أكثر تأثير فبالنسبة للحالة كلها جد مؤثرة، فلقد صنفها على حسب اختلاف الحدث ليجد نفسه يتعامل مع نوع الحدث أكثر من موضوع الحدث يتضح ذلك في قوله: "الأحداث هما فاع كيف كيف.... الأولى تجي واعرة ، من بعد اولي كلش نورمال" بمعنى - الأحداث تتشابه، السبابة منها تكون صعبة والتالية لها تكون أقل صعوبة لتصبح أحداث عادية لا تأثر بنفس الوتيرة على نفسيته-، ولقد ظهر لدى الحالة NEW2 قوة اعتقاد نفسي كبيرة من خلال تعابير وجهه ونبرة صوته أثناء كلامه ما يتماشى مع النتائج المتحصل عليها في المقياس، وذلك رغم أن الحالة لا يحب التغيير ما يوضح ذلك قوله: " changement ما نحبوش في كولش، نضمن ألي راني فيه خير" بمعنى - لا أحب التغيير في الحياة، أكتفي بما عندي مهما كان لأعمل على تحسينه-، ما يبين أن الحالة NEW2 يفضل التعامل، تحدي

ومواجهة الوضع الذي يعرفه ليجعل منه وضعاً أحسن، حيث يكون ذلك بالنسبة إليه أفضل من التغيير، ما يدعم أيضاً الأولوية التي أعطاها لاستعمال استراتيجيات مواجهة المشكل ويتضح أكثر في قوله: "كي يكون عندي مشكل، دائماً نحب نتخلو مع راسي، حتى نلقالو الحل" ما يوحي إلى ارتقاء في إدارة الاستراتيجيات، ما يدعم ذلك قوله: "ما تريسيكيش إذا ما كنتش capable" بمعنى - لا أخطر أبداً إذا لم أكن متأكد من قدراتي على فعل ذلك -

7-3-3- الحالة MED1:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أقل صلابة نفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 20 شهراً وأقل من 5 سنوات.



يتضح من المنحنى أن الحالة MED1 تعبر عن القيمة الحدية السفلى المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذي خبرة ما بين 20 شهرا و5 سنوات، وقدرت قيمتها 94 درجة على المقياس، وبهذا رغم أنها بعيدة نوعا ما على المتوسط الحسابي المقدر بـ109.40 إلا أنها لا تزال في المستوى المتوسط لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-3-1- عرض نتائج المقياس للحالة:

جدول رقم (13): جدول نتائج الحالة MED1:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	94	الصلابة النفسية
32	30	32		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	75	استراتيجيات التعامل
19	20	36		
الإفراط	التطفل	التجنب	18	تأثير الحدث الصدمي
02	03	13		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة MED1 تحصل على 94 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المتوسط للمتغير، حيث أن توزع الدرجات على الأبعاد الثلاث كان معتدل أي أنه (الالتزام =32، التحكم=30، التحدي=32) كلها في المستوى المتوسط.

بالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهرا و5 سنوات (الجدول 10): جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية

ص-149- يتضح تناسب الحالة MED1 في المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت ب 109.406 بمعنى أنه المستوى المتوسط للمتغير، كذلك بعدي التحكم و التحدي اللذان قدرا ب 33.187 و 36.875 على التوالي ما يعني أنهما في المستوى المتوسط، أما المتوسط الحسابي لبعدي الالتزام الذي قدر ب 39.343 ما يعني أنه في المستوى المرتفع لم يتناسب مع بعد الالتزام للحالة MED1 حيث قدر ب 32 درجة ما يعني أنه في المستوى المتوسط.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة MED1 تحصل على 75 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المرتفع للمتغير، حيث أنه لا يتناسب مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهرا و 5 سنوات (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية **ص-146-**)، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل ب 70.316 ما يعادل المستوى المتوسط للمتغير ما لا يتماشى مع الحالة MED1، رغم ذلك يتضح تناسب كلي في الأبعاد الثلاثة لاستراتيجيات التعامل، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعدي الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل ب 30.545 وقدرت درجة الحالة المتحصل عليها 36 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعدي الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي فقد كان المتوسط الحسابي يعادل 20.6، 19.170 على التوالي و قدرت درجات الحالة MED1 ب 20، 19 للبعدين على التوالي ما يبين تناسب البعدين في المستوى المتوسط.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة MED1، تحصل على 18 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي ما يشير إلى المستوى المنخفض للبعد ما لا يتناسب مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر ب 25.522 ما يعني أنه في المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهرا و 5 سنوات (الجدول 08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية ص-143-)، أما بعد التجنب فقد قدر المتوسط الحسابي للبعد ب 12.2 وكانت درجة الحالة المتحصل عليها تعادل 13 ما يعني أنهما متناسبان وينتميان إلى المستوى المتوسط للبعد، أما بعد التطفل فقد كان المتوسط الحسابي يقارب 7.483 ما يعني المستوى المنخفض للبعد بينما تحصلت الحالة MED1 على درجة 03 ما يعني المستوى المنخفض للبعد ما يوضح التناسب في البعد، أما في ما يخص بعد الإفراط يتضح من الجدول أن درجت الحالة MED1 تساوي 02 بينما المتوسط الحسابي للبعد يعادل 5.839 ما يعني أن القيمتان تتواجدان في المستوى المنخفض للبعد رغم أن 2 أقرب من 0 و 5.839 أقرب من 8 التي تمثل الدرجة الحدية للانتقال إلى المستوى المتوسط للبعد إلا أن هناك تناسب في البعد بين الحالة MED1 والمتوسط الحسابي للبعد.

7-3-3-2- عرض نتائج المقابلة للحالة MED1:

متزوج أب لبننت، يبلغ من العمر 29 سنة منها 5 سنوات خبرة، هو في صحة جيدة، كان سبب الالتحاق بالمهنة هو البحث عن العمل، حيث أن المظهر العام للحالة كان جيد

وتعابير وجهه عادية، يتكلم بصوت منخفض، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، ومن خلال المقابلة كان يبدو عليه الارتياح، وكان كثير استعمال الإشارات عند التحدث.

تعرض الحالة MED1 إلى الكثير من الأحداث الصدمية الخطيرة إثر تدخلاته، ولكن الحدث الذي زعزع كيانه كان في الفترات الأولى لالتحاقه بجهاز الحماية المدنية، حيث كان عليه التدخل لإخماد نار اشتعلت في سيارة بداخلها رجل لم يتمكن من الخروج، فبعد إطفاء النار هم MED1 لسحبه إلى الخارج إذ بأصابعه تنغرس في جنبي الضحية.

كانت قوة الحدث قوية على نفسية الحالة MED01 ويظهر ذلك في قوله: "للضرك مازال الريحه هذيك في نيفي" بمعنى -لا أزال أشم رائحة احتراق الجثة حتى الآن-، وكذلك قوله:

"تقول البارح لي صرات" بمعنى -وكان الحادث وقع الليلة الماضية-، ما يوحي إلى أن الحالة لم تتمكن من تجاوز الحدث، وتتم إعادة معاشته بأشكال مختلفة مثل قوله: "كي نشم ريحة التشواط ديما إولولي les images" بمعنى -عندما أشم رائحة الشواء تجتاحني صور الحدث-

ويستعمل كثيرا التجنب لعدم إعادة معايشة الحدث ما يوحي إلى قلة استعمال السند الاجتماعي فمثلا قوله: "تحو juste مور l'intervention، من بعد ما نحبش نعاود نفتح sujet"

بمعنى -نتحدث عن الحدث فور وقوعه مع زملاء العمل، بعدها لا أحب فتح الموضوع مرة

أخرى- ما يوحي إلى المشاركة في الديبريفينغ لكن بصفة غير فعالة. يظهر أيضا من

المقابلة أن الحالة تستعمل استراتيجيات متمركزة على المشكل فكان استعمال كلمة (المواجهة)

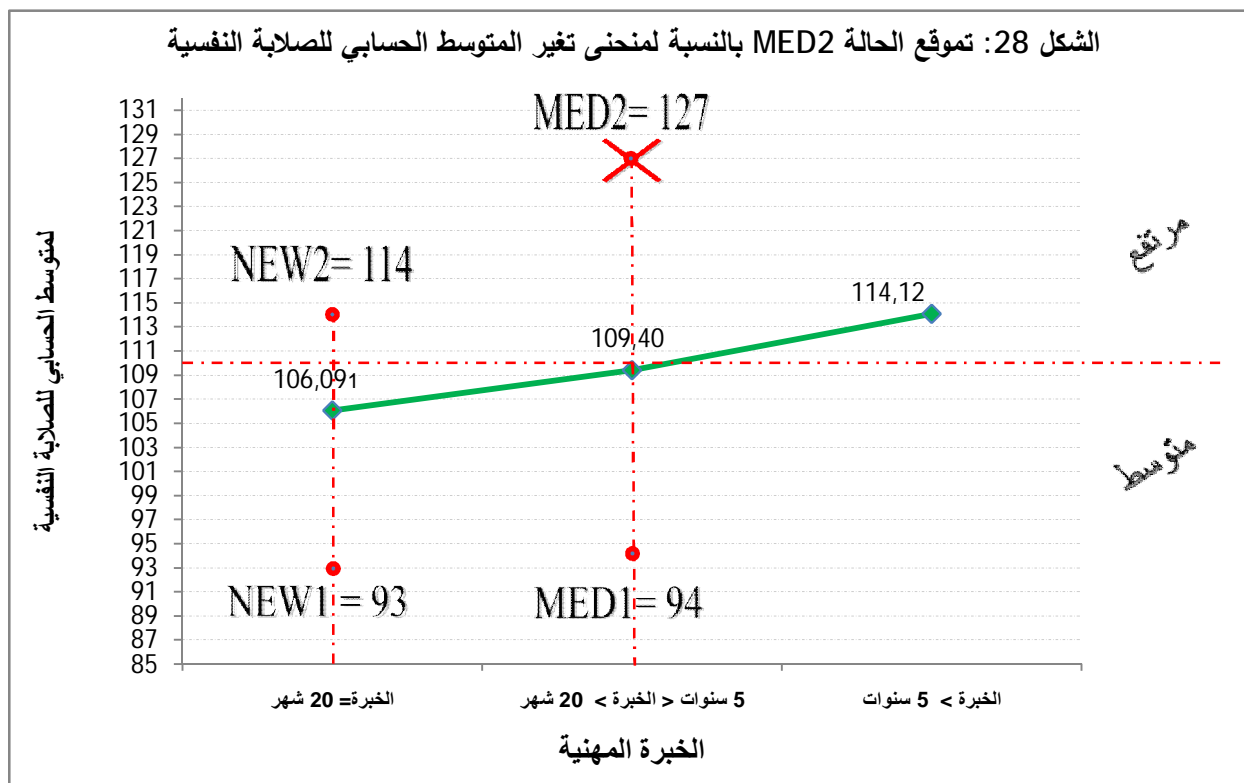
بصفة كبيرة، رغم ذلك فالحالة MED1 تشعر بالذنب حيال بعض المواقف في تدخلاته مثل

قوله: "كيم حبيت دير، بصح تبقى تحس بلي عندك دور مرة على مرة ما تديروش مليح"،

بمعنى -افعل ما شأت، يبقى الإحساس بأنك لم تفعل ما يجب فعله في بعض الأحيان- ما يوحي بعدم الاستعمال الجيد لقواعد تدخلات الحماية المدنية.

7-3-4- الحالة MED2:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أكبر صلابة نفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 20 شهرا وأقل من 5 سنوات.



يتضح من المنحنى أن الحالة MED2 التي تعبر عن القيمة الحدية العليا المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذي خبرة تساوي 20 شهرا، وقدرت قيمتها 114 درجة على المقياس، رغم أنها قريبة نوعا ما إلى المتوسط الحسابي المقدر بـ 109.40، إلا أنها انتقلت إلى المستوى المرتفع لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-4-1- عرض نتائج المقياس للحالة MED2:

جدول رقم (14): جدول نتائج الحالة MED2:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	127	الصلابة النفسية
42	39	46		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	77	استراتيجيات التعامل
22	23	32		
الإفراط	التطفل	التجنب	14	تأثير الحدث الصدمي
07	07	00		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة MED2 تحصل على 127 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المرتفع للمتغير، وبالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة ما بين 20 شهرا و 5 سنوات (الجدول 10: جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية ص-149-) يتضح عدم تناسب الحالة MED2 في متوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت ب 109.406 بمعنى أنه في المستوى المتوسط للمتغير، أما بالنسبة لبعد الالتزام، يتضح تناسب حيث قدرت قيمة البعد عند الحالة ب 46 درجة، وكان المتوسط الحسابي يساوي 39.343 ما يعني أن القيمتين تنتميان إلى المستوى المرتفع للبعد، أما بعد التحكم يظهر فيه عدم التناسب فالمتوسط الحسابي للبعد قدر ب 33.187 ما يعني المستوى المتوسط للبعد بينما كانت القيمة المتحصل عليها عند الحالة

MED2 تساوي بـ39 ما يشير إلى المستوى المرتفع للبعد، أما فيما يخص بعد التحدي يتبين عدم تناسب الحالة MED2 مع المتوسط الحسابي للبعد حيث كانت قيمة هذا الأخير تساوي 36.875 ما يشير إلى المستوى المتوسط للبعد بينما كانت القيمة المتحصل عليها من طرف الحالة تعادل 42 ما يعني المستوى المرتفع للبعد.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة MED2 تحصل على 77 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المرتفع للمتغير، حيث أنه لا يتناسب مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 20 شهرا وأقل من 5 سنوات (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية ص-146-)، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل بـ 70.316 ما يعادل المستوى المتوسط للمتغير ما لا يتماشى مع الحالة MED2، ولكن يظهر تناسب بالنسبة لمختلف أبعاد استراتيجيات التعامل، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل بـ30.545 وقدرت درجة الحالة المتحصل عليها 32 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعدي الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي فقد كان المتوسط الحسابي يعادل 20.6، 19.17 على التوالي و قدرت درجات الحالة MED2 بـ 23، 22 للبعدين على التوالي ما يبين تناسب البعدين في المستوى المتوسط.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة MED2، تحصل على 14 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي والتي تشير إلى المستوى المنخفض للمتغير، ما يبين عدم تناسب الحالة مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر ب 25.522 ما يعني المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 20 شهرا وأقل من 5 سنوات (الجدول 08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية ص-143-)، كذلك بعد التجنب حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد ب 12.2 ما يعني المستوى المتوسط للبعد وكانت درجة الحالة المتحصل عليها معدومة 00 درجة ما يشير إلى المستوى المنخفض للبعد، وهذا ما يوضح عدم التناسب في البعد، أما بعد التطفل فقد كان المتوسط الحسابي يقارب 7.483 ما يعني المستوى المنخفض للبعد بينما تحصلت الحالة MED2 على درجة 07 ما يعني المستوى المنخفض للبعد ما يوضح التناسب في البعد، أما في ما يخص بعد الإفراط يتضح من الجدول أن درجة الحالة MED2 تساوي 07 بينما المتوسط الحسابي للبعد يعادل 5.839 ما يعني أن القيمتان تتواجدان في المستوى المنخفض ما يوضح تناسب في البعد بين الحالة MED2 والمتوسط الحسابي للبعد.

7-3-4-2- عرض نتائج المقابلة للحالة MED2:

أعزب يبلغ من العمر 27 سنة، التحق بالمهنة برغبة منه حيث صرح أنه أحب وظيفة الحماية المدنية منذ صغره كون المهنة تعطيه فرص لیساعد الناس، ويجدها مناسبة له حتى اليوم، أي بعد أربع سنوات من العمل حيث صرح أيضا انه قادر على تحمل مسؤوليات هذه المهنة والشيء الوحيد

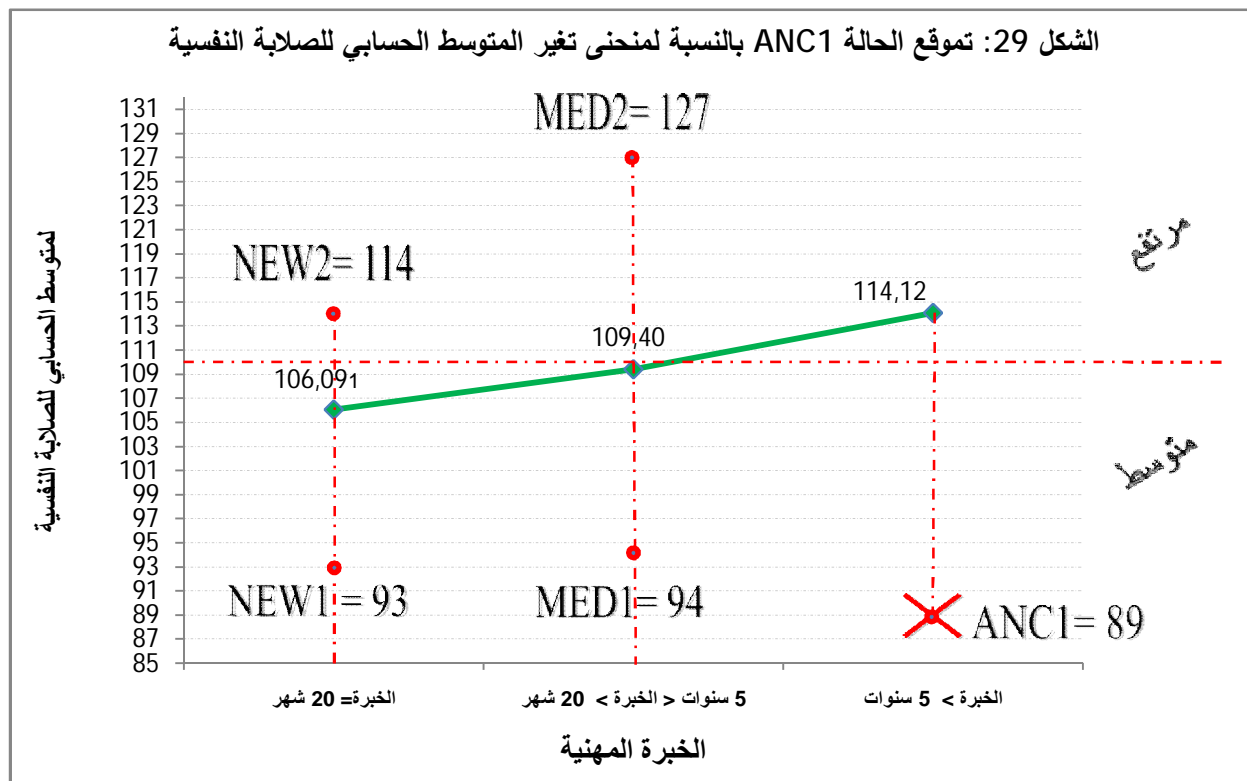
الذي يجد صعوبات فيه هو عدم احترام الناس للحماية المدنية في بعض الأحيان. كان المظهر العام للحالة جيد، وتعابير الوجه جيدة وفي مكانها، يتكلم بصوت متوسط، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، فكان جد متعاون، وطريقة كلامه فصيحة. كان جد مرتاح أثناء المقابلة وعند تطبيق المقاييس، وظهرت فيه رغبة أن يجعل الباحث في أكثر ارتياح ممكن، كما كان يبحث دائما على الكلمة المناسبة محاولا إعطاء الإجابة المناسبة قدر المستطاع، فتحدث عن التدخلات بكل التزام.

لقد شهدت الحالة MED2 الكثير من الأحداث الصدمية، لكن ميزت الحالة أحد الأحداث عن غيرها باعتباره الأكثر تأثيرا، حيث تمثل الحدث في إخراج جثة غريق وكان على الحالة القيام بالإسعافات الأولية، وعند قيامه بالإنعاش الاصطناعي إذ بالجثة تقيء داخل فم الحالة MED2، ما دفع به إلى عدم الأكل لمدة تزيد عن 6 أيام حيث استدعى الأمر دخوله المستشفى، لا تزال الحالة تعيد معايشة الحدث الصدمي طبقا لمثيرات الحدث ما يوضح ذلك قوله: "كي نشم ريحة الكاشير ولا القيا نتدبرس ونحس كشلغ L'action هذيك راهي تتعاود"، بمعنى -عندما أشم رائحة المرتدلا أو القيء يصبح في حالة غريبة وكأنه يعيش الحدث الصدمي لمرة أخرى- وكان عليه من الصعب القيام بالإنعاش الاصطناعي في الفترات الأولى التالية للحدث، لكن تناقصت الحدة بمرور الوقت، أما بالنسبة لمختلف الأحداث الأخرى فظهر عند الحالة MED2 قوة و ذكاء في مواجهتها فهو يستعمل الأحداث الصدمية السابقة لاكتساب الخبرة لتنمية و تجويد الاستراتيجيات المستعملة و يتضح ذلك في قوله: " كي تشوكيك عفسة معنتها، تخدم فيك و تولي صحيح" بمعنى -عندما يواجه الفرد حدث يصدمه يعني أن لديه ضعف و التعرض للحدث يجعلك أقوى مما كنت- ما يعكس المستوى المرتفع للصلاية النفسية للحالة، رغم تجنب الحالة MED2

وضعيات الإنعاش الاصطناعي إلا انه لا يظهر عليه تأنيب الضمير، يظهر ذلك أكثر في قوله: "إذا سلك صافي أنا ، اذا كشما صرالو نقولو مكتوب" بمعنى -إذا أنقذت الضحية فالفضل يعود إلى الحالة MED2، أما إذا حدث شيء سيء للضحية فالسبب هو القدر-، ومن جهة أخرى يظهر نشاط و طابع تنشيطي لدى الحالة MED02 حيث تبين أنه جد نشيط في الديبريفينغ و يحرص كثيرا على فعل ذلك بعد كل تدخل وهذا ما يسمح للحالة من العمل بارتياح مجسدا قواعد الحماية المدنية بطريقة راقية.

7-3-5- الحالة ANC1:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أقل صلابة نفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5سنوات.



يتضح من المنحنى أن الحالة ANC1 تعبر عن القيمة الحدية السفلى المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذي خبرة أكثر من 5 سنوات، وقدرت قيمتها 89 درجة على المقياس ما يعني المستوى المتوسط لمتغير الصلابة النفسية ، وهي بعيدة نوعا ما على المتوسط الحسابي المقدر بـ114.121 ما يشير إلى المستوى المرتفع لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-5-1- عرض نتائج المقياس للحالة ANC1:

جدول رقم (15): جدول نتائج الحالة ANC1:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	89	الصلابة النفسية
29	30	30		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	59	استراتيجيات التعامل
10	16	33		
الإفراط	التطفل	التجنب	27	تأثير الحدث الصدمي
03	09	15		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة ANC1 تحصل على 89 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المتوسط للمتغير، حيث أن توزع الدرجات على الأبعاد الثلاث كان معتدل أي أنه (الالتزام =30، التحكم=30، التحدي=29) كلها في المستوى المتوسط.

بالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكبر من 5 سنوات (الجدول 10: جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية ص-149-) يتضح عدم تناسب الحالة ANC1 مع المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت بـ 114.121 بمعنى أنه المستوى المرتفع للمتغير، كذلك بعدي الالتزام والتحدي اللذان قدرا عند الحالة بـ 30 و 29 على التوالي ما يعني أنهما في المستوى المتوسط بينما كان المتوسط الحسابي لبعد الالتزام يساوي 41.242 وكان المتوسط الحسابي لبعد التحدي يعادل 38.818 حيث تشير القيمتين إلى المستوى المرتفع للبعدين ما يعني عدم تناسب الحالة ANC1 في البعدين، أما فيما يخص بعد التحكم قدر المتوسط الحسابي بـ 34.063 ما يعني المستوى المتوسط للبعد و كانت القيمة المتحصل عليها للحالة تساوي 30 درجة ما يعني المستوى المتوسط ذلك ما يبين تناسب الحالة ANC1 مع المتوسط الحسابي في بعد التحكم.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة ANC1 تحصل على 59 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المتوسط للمتغير، حيث أنه لا يتناسب مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية ص-146-)، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل بـ 75.03 ما يعادل المستوى المرتفع للمتغير ما لا يتماشى مع الحالة ANC1، رغم ذلك يتضح تناسب في بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل حيث قدر المتوسط الحسابي بـ 32.575 وقدرت درجة الحالة

المتحصل عليها 33 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال فقد كان المتوسط الحسابي يعادل 20.878 وقدرت الدرجة المتحصل عليها من طرف الحالة ANC1 بـ 16 ما يشير إلى أن القيمتين تنتميان إلى المستوى المتوسط للبعد ما يوضح التناسب، أما بعد البحث عن السند الاجتماعي فقد كان المتوسط الحسابي يعادل 21.575 ما يعني المستوى المتوسط بينما قدرت درجة الحالة ANC1 المتحصل عليها بـ 10 ما يشير إلى المستوى المنخفض للبعد وهذا يبين عدم التناسب في بعد البحث عن السند الاجتماعي.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة ANC1، تحصل على 27 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي ما يشير إلى المستوى المتوسط للبعد ما يتناسب مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر بـ 27.181 ما يعني أنه في المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات (الجدول 08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية ص-143-)، أما بالنسبة للأبعاد يتضح تناسب كلي فيها، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد التجنب للبعد بـ 10.424 وكانت درجة الحالة المتحصل عليها تعادل 15 ما يعني أنها متناسبان وينتميان إلى المستوى المتوسط للبعد، كذلك بعد التطفل والإفراط فقد كان المتوسط الحسابي يقارب 9.909، 6.848 على التوالي ما يعني المستوى المنخفض للبعدين بينما تحصلت الحالة ANC1 على درجة 09، 03 على التوالي ما يعني المستوى المنخفض للبعد ما يوضح التناسب في البعدين.

7-3-5-2- عرض نتائج المقابلة للحالة ANC1:

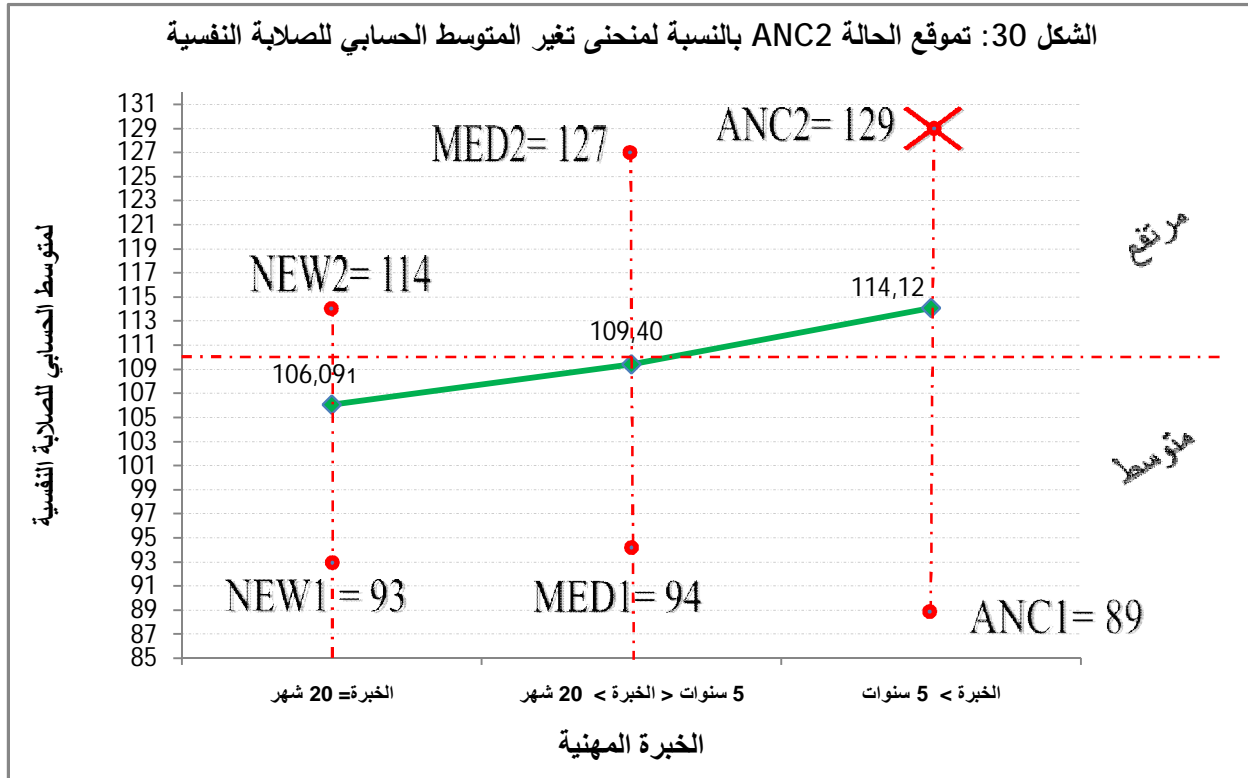
متزوج يبلغ من العمر 36 سنة في صحة جيدة، كان سبب الالتحاق بالمهنة مادي حيث كان مجبر على العمل بعد فصله من مكان عمله السابق كحارس في مؤسسة، حيث أن المظهر العام للحالة كان جيد وتعايير وجهه عادية، يتكلم بصوت منخفض، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، فهو متعاون ومتفتح، ومن خلال المقابلة كان يبدو عليه الارتياح، وكان كثير استعمال الإشارات عند التحدث.

عاشت الحالة ANC1 الكثير من الأحداث الصدمية وتمثل الحدث الأكثر قوة على نفسيته في انتزاع جثة صبي وضعه أبوه في الطاجين (أنية تستعمل لطبخ الخبز التقليدي)، اتضح من كلامه أنه وجد صعوبة كبيرة في تجاوز الحدث حيث استعمل سلوك وكلمات مؤثرة للتعبير على قوة الحدث فمثال ذلك (نزع القبعة مباشرة بعد سماع سؤال المقابلة، استعمال فترات سكوت كثيرة أثناء المقابلة). اتضح أيضا أن الحدث قد أحدث تغييرا في حياته حيث أن ANC1 يرى نفسه أقوى وذلك قبل الالتحاق بجهاز الحماية المدنية ما يعكس الصلابة النفسية المتدنية نسبيا. وتبين أن الحالة تعيد معايشة الحدث طبقا لمثيرات تمكن من التعرف على الكثير منها قصد تجنبها والتعامل معها مثل قوله: "...كنت نشوف الدخان يخرج من راسو..." بمعنى—كنت أرى الدخان يخرج من رأسه- و في نفس الوقت كان يستعمل يده وكأنه يعانق الطفل ما يوحي إلى إعادة معايشة الحدث، ومن جهة أخرى، يظهر تأنيب الضمير عند الحالة في قوله: "...مكانش منها ما تخمش بلي كان ايلاق تدير حاجة خلاف على واش درت.."

بمعنى -من المستحيل عدم التفكير بأنه كان ينبغي عليك فعل شيء آخر أثناء التدخل ليكون الوضع أحسن مما فعلت- ما يوحى إلى سوء استعمال قواعد تدخلات الحماية المدنية. اتضح أن الحالة ANC1 يجب السكوت والحدة في معظم الوضعيات ما يوضح النتائج المتدنية المتحصل عليها بالنسبة للسند الإجتماعي، فهو يحضر في جلسات الديبريفنغ لكن بالترام الصمت و بأدنى مشاركة.

6-3-7- الحالة ANC2:

هي الحالة التي تبين من المقياس أنها أكثر صلابة نفسية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات.



يتضح من المنحنى أن الحالة ANC2 التي تعبر عن القيمة الحدية العليا المتحصل عليها بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية لفئة أعوان التدخلات ذي خبرة أكثر من 5 سنوات، وقدرت قيمتها 129 درجة على المقياس، رغم أنها بعيدة نوعا ما على المتوسط الحسابي المقدر بـ114.12، إلا أنها في المستوى المرتفع لمتغير الصلابة النفسية.

7-3-2-1- عرض نتائج المقياس للحالة ANC2:

جدول رقم (16): جدول نتائج الحالة ANC2:

أبعاد المتغيرات			الدرجة الكلية للمتغير	المتغيرات
التحدي	التحكم	الالتزام	129	الصلابة النفسية
44	41	44		
البحث عن السند الاجتماعي	الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال	الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل	77	استراتيجيات التعامل
16	22	39		
الإفراط	التطفل	التجنب	12	تأثير الحدث الصدمي
02	07	03		

تظهر نتائج الجدول أن الحالة ANC2 تحصل على 129 درجة في مقياس الصلابة النفسية ما يعني أنه في المستوى المرتفع للمتغير، وبالمقارنة مع نتائج الدراسة العرضية لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكبر من 5 سنوات (الجدول 10): جدول نتائج التغيرات في الصلابة النفسية وأبعادها للدراسة العرضية (ص-149-) يتضح تناسب الحالة ANC2 في متوسط الحسابي للدرجة الكلية للصلابة التي قدرت بـ 114.121 بمعنى أنه في المستوى المرتفع

للمتغير، يتضح كذلك تناسب في بعد الالتزام، حيث قدرت قيمة البعد عند الحالة بـ 44 درجة، وكان المتوسط الحسابي يساوي 41.242 ما يعني أن القيمتين تنتميان إلى المستوى المرتفع للبعد، أما بعد التحكم يظهر فيه عدم التناسب فالمتوسط الحسابي للبعد قدر بـ 34.067 ما يعني المستوى المتوسط للبعد بينما كانت القيمة المتحصل عليها عند الحالة ANC2 تساوي 41. ما يشير إلى المستوى المرتفع للبعد، أما فيما يخص بعد التحدي يتبين تناسب الحالة ANC2 مع المتوسط الحسابي للبعد حيث كانت قيمة هذا الأخير تساوي 38.818 ما يشير إلى المستوى المرتفع للبعد وكانت القيمة المتحصل عليها من طرف الحالة تعادل 44 ما يعني المستوى المرتفع للبعد.

أما بالنسبة لاستراتيجيات التعامل يتضح من الجدول السابق أن الحالة ANC2 تحصل على 77 درجة في مقياس استراتيجيات التعامل ما يعني المستوى المرتفع للمتغير، حيث أنه يتناسب مع المتوسط الحسابي لفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات (الجدول 09: جدول نتائج التغيرات في استراتيجيات التعامل وأبعادها للدراسة العرضية ص-146-)، حيث قدر المتوسط الحسابي لاستراتيجيات التعامل بـ 75.03 ما يعادل المستوى المرتفع للمتغير ما يتماشى مع الحالة ANC2، ويظهر تناسب كلي لمختلف أبعاد استراتيجيات التعامل، حيث قدر المتوسط الحسابي لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل بـ 32.575 وقدرت درجة الحالة المتحصل عليها 39 ما يعني أن كلاهما في المستوى المرتفع للبعد، كذلك بالنسبة لبعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي فقد كان المتوسط

الحسابي يعادل 20.878، 21.57 على التوالي و قدرت درجات الحالة ANC2 بـ 22، 16 للبعدين على التوالي ما يبين تناسب البعدين في المستوى المتوسط.

فيما يخص تأثير الحدث الصدمي فقد تبين من الجدول أن الحالة ANC2، تحصل على 12 درجة في مقياس تأثير الحدث الصدمي والتي تشير إلى المستوى المنخفض للمتغير، ما يبين عدم تناسب الحالة مع المتوسط الحسابي للمتغير المقدر بـ 27.181 ما يعني المستوى المتوسط للمتغير الخاص بفئة أعوان التدخلات ذوي خبرة أكثر من 5 سنوات (الجدول 08: جدول نتائج التغيرات في تأثير الحدث الصدمي وأبعاده للدراسة العرضية ص-143-)، كذلك بعد التجنب حيث قدر المتوسط الحسابي للبعد بـ 10.424 ما يعني المستوى المتوسط للبعد وكانت درجة الحالة المتحصل عليها تساوي 03 درجة ما يشير المستوى المنخفض للبعد وهذا ما يوضح عدم التناسب في البعد، أما بعد التطفل فقد كان المتوسط الحسابي يقارب 9.909 ما يعني المستوى المنخفض للبعد بينما تحصلت الحالة ANC2 على درجة 07 ما يعني المستوى المنخفض للبعد ما يوضح التناسب في البعد، أما في ما يخص بعد الإفراط يتضح من الجدول أن درجة الحالة ANC2 تساوي 02 بينما المتوسط الحسابي للبعد يعادل 6.848 ما يعني أن القيمتان تتواجد في المستوى المنخفض ما يوضح تناسب في البعد بين الحالة ANC2 والمتوسط الحسابي للبعد.

7-3-2-2- عرض نتائج المقابلة للحالة ANC2:

متزوج أب لثلاثة أطفال، يبلغ من العمر 40 سنة منها 12 سنة خبرة، هو في صحة جيدة، رغب في الالتحاق بالمهنة ومازال يرغب فيها حيث يجدها مناسبة له وقادر على تحمل مسؤولياتها. لقد كان مظهر العام للحالة وتعابير وجهه عادية، يتكلم بصوت متوسط، يظهر الكثير من الاحترام في تعاملاته، فهو متعاون ومتفتح، ومن خلال المقابلة كان يبدو عليه الارتياح، وكان كثير استعمال الإشارات عند التحدث.

تعرض الحالة ANC2 إلى الكثير من الأحداث الصدمية الخطيرة إثر تدخلاته، ولكن الحدث الذي ترسخ في ذاكرته كان عبارة عن حادث مرور تمثل في اصطدام شاحنة بعمود إشارة مرورية كان فيها الضحية مع أبيه الذي نجا، فعند وصول الحالة ANC2 للتدخل إذ يرى الضحية منتصب القامة في مكانه وعينيه مفتوحتين وكأنه ينظر بطريقة عادية، في حين كان أبوه يبكي ويردد اسمه "عبد المالك".

كان الحادث قوي على نفسية الحالة إلى حد تذكر حتى اسم الضحية، ولكن يظهر وكأن الحالة استمدت القوة من الحدث الصدمي أكثر ففي قوله: "... كان قاعد يخزر فيا... " بمعنى - كان جالسا وهو ينظر إلي- يتحدث عن الضحية وكأنها كانت حية، ما يوحي على أنه تمت حفظ الصورة في ذاكرته على هذا النحو ليستمد قوة أكثر لمواجهة المستقبل. أما بالنسبة لإعادة معايشة الحدث الصدمي لم تظهر إلا في قوله: "... كي تكون l'accident تشبهلها بزاف لي نتفكر... " بمعنى-أتذكر الحادث عندما أواجه حادث مرور يتشابه بصفة كبيرة مع الحدث الصدمي-، و يظهر من الحالة أنه يتمتع بصلابة نفسية عالية تبعا لثقته بالنفس عند الكلام

والتحكم في مختلف المواضيع الخاصة به. يظهر من الحالة ANC2 تحكم في استعمل استراتيجيات التعامل على سبيل المثال تعبيره عن اتخاذ قرار مابين (إنقاذ حياة الضحية أولى من سلامة الجسد عند ضيق الوقت) و(أخذ الوقت الكافي لإنقاذ جثة الضحية سليمة). بالنسبة لإستراتيجيات التعامل يقول: "...كي يكون عندي مشكل لازم ندير التصعيد باش يفري..." بمعنى -عندما يكون عندي مشكل عادة ما ألجأ لخلق مشكل آخر ما يمكنني من حل مشاكلي-. يتضح غياب كلي لتأنيب الضمير حيث يقول: "... كي تكون ناقص خبرة تحس وتقول مدرتش مليح خدمتك، mais كي تفهم تولي تقول هذا الأجل" بمعنى -إن نقص الخبر المهنية تجعل عون التدخل يحس بتأنيب الضمير ولكن مع الوقت يتوصل العون إلى إدراك وتفسير ذلك بالقدر أو الأجل- ما يوحى إلى استعمال قواعد التدخل للإسعاف بامتياز، وحتى فيما يخص الديبريفينغ، فالحالة ANC2 جد حيوي اجتماعي يتقن فن الكلام والمداعبة الاجتماعية ما يؤيده أكثر في تنشيط الديبريفينغ بعد كل تدخل ما يسهل تجاوز الأحداث الصدمية بصفة أسهل.

7-4 - مناقشة النتائج:

7-4-1- مناقشة نتائج الدراسة الطولية:

من تحليل نتائج الدراسة الطولية وبالاستناد على الشكل رقم (9، ص 125) أين تبين تناقص في شدة تأثير الحدث الصدمي خاصة في الفترة الممتدة من 5 إلى 10 أشهر خبرة، ما يشير إلى المواجهات الأولى للأحداث الصدمية، والسبب المباشر يعود إلى بعدي التطفل والتجنب مقارنة ببعدي الإفراط كما هو موضح في الأشكال رقم (10،11،12)، وهذا لا يتفق مع دراسة (دخان نبيل كامل والحجار بشير ابراهيم، 2006) أين وضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى الدراسي في الضغوط بين المستوى الأول والمستوى الرابع لعينة من الطلبة و كان ذلك لصالح المستوى الرابع ما يتعاكس أصلاً مع الدراسة الحالية، ويرجع ذلك إلى التعرض للأحداث الصدمية يجعل عون الحماية المدنية يشعر بالخطر وفي كل مرة يتجاوز ذلك يجعل الحدث الصدمي التالي أقل حدة ما يدعم ذلك دراسة (Jurriaan Bos & all, 2004) أين بين مدى انتشار الشكاوى الصحية والإعاقات الجسدية و الصعوبات النفسية في مهنة الحماية المدنية. وللتقليل من شدة تأثير الحدث الصدمي كان على أعوان التدخلات الزيادة من استراتيجيات التعامل كما هو موضح في الشكل رقم (13، ص 130) أين زاد استعمال استراتيجيات التعامل بوتيرة كبيرة في الفترة التي توافق 5-10 أشهر خبر، وكانت زيادة بعدها لكن بوتيرة أقل، وبالمقارنة بين أبعاد استراتيجيات التعامل كما هو موضح في الأشكال رقم (14،15،16) يعود السبب المباشر لزيادة كبيرة في بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل

حيث زاد البعد بتواتر كبير في الفترة (5-10 أشهر)، أين احتاج أعوان التدخلات إلى استعمال استراتيجيات للتقليل من شدة الأحداث الصدمية على نفسياتهم وكان توجيههم أكثر إلى الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل، ما يوافق دراسة (Gerson M., 1998) أين بين قدرة الفرد على مواجهة الإجهاد بمختلف المهارات.

إن طبيعة عمل أعوان التدخلات تكمن في مواجهة الأخطار و تقديم يد المساعدة للمجتمع وهذه المواجهة هي ما سمح بتطوير استعمال استراتيجيات التعامل بصفة كبيرة جدا وخلال فترة قصيرة ما يوافق خاصة الفترات الأولى لالتحاق عون التدخلات بالمهنة. ومن جهة أخرى فالتعرض للأحداث الصدمية بصفة مستمرة دفعت أعوان التدخلات لتطوير استراتيجيات قصد التحكم في انفعالاتهم، وهذا ما أكد عليه Cohen (1989) من خلال اعتباره لمميزات الوضعية الضاغطة من طبيعة الضغط النفسي، درجة التهديد التي يعبر عنها، وكذا المدة التي يشملها الضغط النفسي، كلها عوامل من شأنها تحديد طبيعة الاستراتيجيات سواء تلك التي يستعملها الفرد بغرض التصدي والتعامل مع الضغط النفسي من خلال تسيير أو تنفيذ حل للمشكل الذي يعود إليه الضغط.

كما قد يستعمل الفرد استراتيجيات تهدف إلى خفض حدة الانفعالات، فإذا كانت الوضعية قابلة للتغيير و التطور فإن الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل تكون أكثر استعمالا، في حين أن الاستراتيجيات المتمركزة حول خفض الضغط الانفعالي تكون مفضلة ويلجأ إليها إذا كانت الوضعية غير قابلة للتعديل أو الضبط أو التحكم (طايبي نعيمة، 2007: 108).

أما فيما يخص الصلابة النفسية فلقد تماشى المتغير بمنطق التوازي مع استراتيجيات التعامل فقد كان تواتر زيادة الصلابة النفسية في الفترة (5-10 أشهر) كبيرا بالمقارنة مع الفترة (10-15-20 شهرا) كما هو موضح في الشكل رقم (17 ص 135) حيث زاد اعتقاد أعوان التدخلات في فاعليتهم وقدرتهم على استخدام مصادرههم النفسية والبيئية المتاحة لكي يواجهوا بفاعلية الأحداث الضاغطة، ويتضح أنه في (النقطة 5 أشهر الى 10 أشهر) اكتسب الأعوان صلابة نفسية كبيرة في وقت قصير ما يوافق المراحل الأولى لالتحاقهم بالمهنة وبعدها استمر التطور لكن بوتيرة أقل، يعود سبب ذلك إلى بعد الالتزام في الدرجة الأولى و التحدي في الدرجة الثانية كما هو موضح في الأشكال رقم (18،19،20)، ما يدعم ذلك دراسة (تتهيد عادل فاضل البيرقدار، 2011: 39-47) حيث بين فروق دالة احصائيا في مستوى الصلابة النفسية حسب متغير الصف الدراسي لدى طلبة الصف أول ورابع وكان ذلك لصالح الصف الرابع، حيث بين بشكل عام بأن الطلبة ذوي الصفوف المنتهية (الرابعة) لهم القدرة على تخطي العقبات التي تواجههم والقدرة على تنفيذها ولديهم القدرة على المثابرة والتطوير والتقدم حين الانتهاء من حل هذه العقبات والمشكلات والشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين والمبادرة في المساعدة وهذا يأتي مما تعلموه خلال السنوات الأربع في الدراسة والانخراط مع أفراد المجتمع أكثر من ذويهم في الصف الأول. حيث تتفق نتائج هذه الدراسة أيضا مع دراسة (دخان نبيل كامل والحجار بشير ابراهيم، 2006).

7-4-2- مناقشة نتائج الدراسة العرضية:

من تحليل نتائج الدراسة العرضية والتحقق من الفرضيات التنبؤية المتولدة من الدراسة الطولية وبالاستناد إلى الجدول رقم (08 ص 143) و الشكل رقم (22 ص 144) أين تبين استمرارية التناقص في شدة تأثير الحدث الصدمي في الفترة الممتدة بين 20 شهر و 5 سنوات خبرة، ما يشير إلى نجاح مواجهات أعوان التدخلات مع للأحداث الصدمية في هذه الفترة، حيث يمكن إرجاع ذلك إلى تميز أعوان التدخلات بمرونة في التعامل مع الأحداث الصدمية وتأييد ذلك دراسة (Hamilton L.McCubbin et al. 1997:46) أين وضح أن الممارسات إيجابية تضيف إلى مكونات الشخصية عوامل تزيد من مرونتها، بحيث تجعلها قادرة على مواجهة الأحداث الصادمة ما يسمح بنمو واستمرار التفاعل في الحياة بشكل إيجابي.

ولكن تبين زيادة في شدة تأثير الحدث الصدمي في الفترة أكثر من 5 سنوات خبرة، حيث يعود السبب المباشر إلى بعد التطفل الذي زاد بدوره وبعد التجنب الذي لم يتناقص، وهذا يعني أن أعوان التدخلات نجحوا في التعامل مع الأحداث الصدمية إلا أن هذه الأخيرة تترك آثار في نفسية أعوان التدخلات وتراكم هذه الآثار تنتج ضغط داخلي، حيث يتفق ذلك مع دراسة (تنهيد عادل فاضل البيرقدار، 2011: 39-47) ودراسة (دخان نبيل كامل والحجار بشير ابراهيم، 2006) حيث وجدوا فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في مستوى دراسة الإجهاد وضغط البيئة الجامعية بسبب المستوى الأكاديمي لصالح المستوى الأكاديمي الرابع.

بالاستناد إلى الجدول رقم(09 ص 146) و الشكل رقم (23 ص147) أين اتضحت استمرارية الزيادة في استراتيجيات التعامل لتصل إلى المستوى المرتفع للمتغير حيث يعود سبب ذلك إلى تركيز أعوان التدخلات على تطوير الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل لتجاوز الأحداث الصدمية، وهذا يتماشى مع دراسة (فواز أيوب المومني ورافع عقيل الزغول، 2011: 405) أين أشارت نتائج الدراسة إلى أن أبرز استراتيجيات التعامل المستخدمة من قبل الناجين والأسر المتضررة من تفجيرات فنادق عمان جاءت بدرجة متوسطة، وذلك على جميع أبعاد استراتيجيات التعامل، باستثناء بعد حل المشكلات جاء بدرجة مرتفعة. فإن التعرض للأحداث الصدمية بصفة مستمرة تدفع أعوان التدخلات لتطوير استراتيجيات قصد تجاوز الحدث لكن الآثار المتبقية من ذلك يستوجب استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال للتحكم في انفعالاتهم والبحث عن السند الاجتماعي لتجاوز الضغوط الداخلية حيث كان ذلك غير كاف بالنسبة لأعوان التدخلات الذين تزيد خبرتهم على 5سنوات وهذا ما يفسر الزيادة في شدة تأثير الحدث الصدمي.

وفيما يخص الصلابة النفسية التي استمرت في التزايد لتصل إلى المستوى المرتفع للمتغير كما هو موضح في الجدول رقم(10 ص 149) و الشكل رقم (24 ص150)، حيث يعود سبب ذلك لتزايد بعد الالتزام وبعد التحدي اللذان بلغا المستوى المرتفع للبعدين، حيث أن أعوان الحماية المدنية يتبعون نظام شبه عسكري ما يعزز تعاقدهم النفسي والتزامهم تجاه أنفسهم وتجاه عملهم في مواجهة الأخطار ما يفسر زيادة في بعد الالتزام خاصة في المراحل الأولى

للاتحاق بالمهنة، والقدرة على تقديم المساعدة هو تحدي أعوان التدخلات لإنجاز عملهم ومواجهة الأحداث بفاعلية والحفاظ على صحتهم النفسية ما يفسر التزايد في البعد. وما يؤيد ذلك دراسة (Kobasa, Puccetti, Maddi, 1985) أين تمت الإشارة إلى أن من لديه مستوى عال من الالتزام فإنه ينعكس على اعتقاده بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين ، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته في إنجاز عمله ، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه. بينما توصلت نتائج دراسة (Pagana, 1970) إلى أن طلاب كلية الطب ذوي الصلابة النفسية المرتفعة نظروا إلى خبراتهم الدراسية على أنها تخلق لديهم نوعا من التحدي وليس التهديد، أما الأفراد ذوي الصلابة المنخفضة كانت الخبرات التي يتعرضون إليها تشكل لهم نوعا من التهديد (الشربيني، هانم أبو الخير، 2005)، وهذا ينطبق على أعوان تدخلات الحماية المدنية. ولقد وصف بيرجر (Burger, 1992) الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من التحكم بأنهم يحاولون حل المشكلات الصعبة والتي تشكل نوعا من التحدي، بينما الأفراد الذين ليس لديهم رغبة في التحكم لا يميلون إلى تحدي أنفسهم في مواجهة المشكلات الصعبة (خالد بن محمد، 2012: 125) وهذا لا يتفق مع نتائج دراستنا حيث أن اعتقاد أعوان التدخلات أنه ليس لديهم قدرته على التحكم فيما يواجهون من أحداث، فتدخلهم يكون بعد حدوث الحدث ما جعل بعد التحكم ثابت في المستوى المتوسط، ما لا يتفق بدوره مع دراسة (عباس مدحت) (2010) الذي اعتبر الفرد الذي يتميز بقدر من التحكم يعتقد أن لو كافح وحاول فإنه بذلك لديه احتمال قوي في التأثير في النواتج التي تحدث من حوله.

7-4-3- مناقشة نتائج الدراسة الكيفية:

7-4-3-1- الحالة NEW1:

من تحليل الجدول رقم (11 ص 153) يتبين أن الحالة NEW1 لها مستوى متوسط من الصلابة النفسية ونفس المستوى لكل بعد، حيث تستعمل أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع، رغم ذلك فتأثير الحدث الصادم هو في المستوى المتوسط قريبة جدا للوصول إلى المستوى المرتفع ويرجع السبب إلى بعدي (التجنب والتطفل) اللذان كان لهما تأثير كبير على الحالة.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة NEW1 تحتاج إلى الوقت الكافي للتعامل مع الحدث الصدمي الذي يعيشه، ولكن طبيعة العمل لا تسمح بذلك، كون أن عون التدخلات يعمل 48/24 ساعة لذلك فهو غير كاف، حيث يكون على الحالة التعامل مع حدث صدمي جديد دون تجاوز الحدث الصدمي السابق، ما يفسر الدرجة العالية المتحصل عليها في بعدي (التجنب والتطفل) وعدم استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي، فضيق وقت التعامل مع الأحداث الصدمية دفع بالحالة لإعطاء الأولوية لاستعمال و تطوير استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل.

شعرت الحالة NEW1 بالذنب تجاه بعض المواقف أثناء تدخلاته لتقديم المساعدة، ما يعني أنه لم يتبع قواعد تدخلات الحماية المدنية وبالأخص الأوامر العشر لرجال الحماية المدنية وهو انعكاس لبعد الالتزام والتحدي. وكان سبب الانضمام إلى المهنة هو البحث عن

العمل، ما يعكس بعد التحدي، وذلك لأن التحدي الأول للحماية المدنية هو القيام بعملهم بأفضل الطرق.

7-4-3-2- الحالة NEW2:

من تحليل الجدول رقم (12 ص 157) يتبين أن الحالة NEW2 تتمتع بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية ونفس المستوى لبعدي (الالتزام والتحدي) ومستوى متوسط في بعد التحكم، حيث تستعمل أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع، أما تأثير الحدث الصادمي، فهو في المستوى المنخفض، حيث أن التطفل هو البعد الذي له درجة عالية ولكن في المستوى المنخفض في البعد. وبالمقارنة مع الحالة NEW1 يتضح الفرق الجوهرى في بعد التحدي للصلابة النفسية وبعد التجنب لتأثير الحدث الصدمي، حيث تعتبر الزيادة في بعد التحدي سبب بلوغ الصلابة النفسية المستوى المرتفع ما قلل من تأثير الحدث الصدمي وبعد التجنب على حد سواء.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة NEW2 تحتاج إلى الوقت الكافي للتعامل مع الحدث الصدمي الذي يعيشه، ولكن طبيعة العمل لا تسمح بذلك، كون أن عون التدخلات يعمل 48/24 ساعة لذلك فهو غير كاف، حيث يكون على الحالة التعامل مع حدث صدمي جديد دون تجاوز الحدث الصدمي السابق، ولكن المستوى المرتفع للصلابة النفسية وبعدي الالتزام والتحدي مكنت الحالة من استعمال واحترام القواعد العشر لرجال للحماية المدنية ما ساعد على تجاوز الأحداث الصدمية رغم ضيق وقت التعامل معها، ما يوافق نفس عمل

استراتيجيات المتمركزة حول الانفعال، والمشاركة في الديبريفنج debriefing وفي استخلاص المعلومات بعد كل تدخل حل مكان بعد البحث عن السند الاجتماعي، وبعد تنظيم البعدين السابقين لم يتبق إلا بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل الذي ركز عليه وطوره، يتضح من ذلك أن الحالة NEW2 قامت بتنظيم استراتيجيات التعامل حسب الأحداث الصدمية المتكررة والوقت الضيق المتوفر لديها ما يعد سبب في انخفاض درجة تأثير الحدث الصادم وارتفاع الصلابة النفسية.

لم تشعررت الحالة NEW2 بالذنب تجاه مختلف المواقف أثناء تدخلاته لتقديم المساعدة، ما يعني الالتزام بتتبع القواعد العشر لرجال الحماية المدنية، وهو انعكاس لبعد الالتزام والتحدي. وكان سبب الانضمام إلى المهنة هو نبل وظيفة الحماية المدنية، وتقديم المساعدات بأحسن الأشكال يمثل التحدي الأول لرجل الحماية المدنية ما يعكس بعد التحدي، حيث لا يمكن تحقيق ذلك دون حب الوظيفة.

7-4-3-3- الحالة MED1:

من تحليل الجدول رقم (13 ص 162) يتبين أن الحالة MED1 لها مستوى متوسط من الصلابة النفسية ونفس المستوى لكل بعد، ولكن استعمال استراتيجيات التعامل كان في المستوى المرتفع، حيث استعملت أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع، فتأثير الحدث الصادم هو في المستوى المنخفض حيث أن بعد التجنب هو من كان له تأثير كبير على الحالة. وبالمقارنة مع الحالة NEW1 وNEW2

يتضح الفرق الجوهرى فى بعد التحدى، كان البعد منخفض عند NEW1 ما تسبب فى زيادة بعد التجنب ما يطابق الحالة MED1 وكان بعد التحدى مرتفع عند NEW2 ما تسبب فى انخفاض التجنب.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة MED1 تحتاج إلى الوقت الكافى للتعامل مع الحدث الصدمى الذى يعيشه، ولكن طبيعة العمل لا تسمح بذلك، كون أن عون التدخلات يعمل 48/24 ساعة لذلك فهو غير كاف، حيث يكون على الحالة التعامل مع حدث صدمى جديد دون تجاوز الحدث الصدمى السابق، ما يفسر الدرجة العالية المتحصل عليها فى بعد (التجنب)، رغم المستوى المرتفع استراتيجيات التعامل عند الحالة MED1 لم يظهر استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعى، فضيق وقت التعامل مع الأحداث الصدمية دفع بالحالة لإعطاء الأولوية لاستعمال و تطوير استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل.

شعرت الحالة MED1 بالذنب تجاه بعض المواقف أثناء تدخلاته لتقديم المساعدة، ما يعنى أنه لم يتبع القواعد تدخلات الحماية المدنية وهو انعكاس لبعد الالتزام والتحدى. وكان سبب الانضمام إلى المهنة مادى، ما يعكس بعد التحدى، وذلك لأن التحدى الأول للحماية المدنية هو القيام بعملهم بأفضل الطرق.

4-3-4-7- الحالة MED2:

من تحليل الجدول رقم (14 ص 167) يتبين أن الحالة MED2 تتمتع بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية ونفس المستوى لمختلف أبعاد المتغير (الالتزام، التحكم والتحدي)، حيث تستعمل أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع و الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي قريبة جدا من المستوى المرتفع، أما تأثير الحدث الصادمي، فهو في المستوى المنخفض، حيث أن بعد التجنب معدوم. وبالمقارنة مع الحالة MED1،NEW2،NEW1 يتضح الفرق الجوهرى في بعد الالتزام، التحكم و التحدي للصلابة النفسية ، حيث تعتبر الزيادة في هذه الأبعاد هي سبب بلوغ الصلابة النفسية المستوى المرتفع ما قلل من تأثير الحدث الصدمي وبعدي التجنب والتطفل على حد سواء.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة MED2 تحتاج إلى الوقت الكافي للتعامل مع الحدث الصدمي الذي يعيشه وبالأخص عند التعامل مع حدث صدمي جديد من نوعه حيث يتضح استعمال الخبرات الصدمية السابق كمصدر قوة لكن بشرط أن يتم تجاوزها بشكل جيد ليتم استعمال نقاط ضعف وقوة الخبرة الصدمية لمواجهة الأحداث الصدمية المشابهة لها ما يدعم ذلك دراسة (فواز أيوب المومني ورافع عقيل الزغول، 2011: 406-407) التي أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة امتلاك الناجين لاستراتيجيات التعامل، تعزى لأثر الخبرة الصدمية، وكانت الفروق لصالح فئة من لديهم خبرة صدمية سابقة.

والمستوى المرتفع للصلابة النفسية وبعدي الالتزام والتحدي مكنت الحالة من استعمال واحترام القواعد العشر لرجال للحماية المدنية ما ساعد على تجاوز الأحداث الصدمية رغم ضيق وقت التعامل معها، حيث أن الحالة تتعامل مع نوع الحدث وليس الحدث بحد ذاته ما سمح باستغلال الوقت الضيق بأحسن الطرق لتنظيم كيفية استعمال استراتيجيات التعامل، لقد استعملت الحالة MED2 القواعد العشر لرجال للحماية المدنية لتحل مكان الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال، واستعملت والمشاركة في الديبريفنج debriefing وفي استخلاص المعلومات بعد كل تدخل لتحل مكان بعد البحث عن السند الاجتماعي، حيث تدعم ذلك دراسة (Bion, W.R. 1961)، حيث اقترح علاجاً جماعياً لفئة المصدومين كطريقة علاجية تساعدهم على تجاوز معاناتهم النفسية. وبعد تنظيم البعدين السابقين لم يتبق إلا بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل الذي ركز عليه وطوره. يتضح من ذلك أن الحالة MED2 قامت بتنظيم استراتيجيات التعامل حسب الأحداث الصدمية المتكررة والوقت الضيق المتوفر لديها ما يعد سبباً في انخفاض درجة تأثير الحدث الصادم وارتفاع الصلابة النفسية.

لم تشعر الحالة MED2 بالذنب تجاه مختلف المواقف أثناء تدخلاته، حيث أن تدخلات الحالة لتقديم يد المساعدة لا يكون إلا بعد وقوع الحدث، وهو يعطي للأشياء وللأحداث المعنى إيجابي، لكنه يتهم النظام بعدم تنظيم جولات وحملات تحسيسية كافية لتوعية الناس لفهم كيفية حماية أنفسهم وكيف يساعدون على تقليل الأحداث (مثل حوادث المرور) بمعنى الوقاية أفضل من التدخل وهذا هو انعكاس البعد التحكم للصلابة النفسية. كان سبب الانضمام إلى الوظيفة

هو مساعدة الناس، وتقديم المساعدات بأحسن الأشكال يمثل التحدي الأول لرجل الحماية المدنية ما يعكس بعد التحدي، حيث لا يمكن تحقيق ذلك دون حب الوظيفة.

7-4-3-5- الحالة ANC1:

من تحليل الجدول رقم (15 ص 172) يتبين أن الحالة ANC1 لها مستوى متوسط من الصلابة النفسية ونفس المستوى لكل بعد، وكان استعمال استراتيجيات التعامل في المستوى المتوسط، حيث استعملت أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع، فتأثير الحدث الصادم هو في المستوى المتوسط حيث أن بعد التجنب هو من كان له تأثير كبير على الحالة. وبالمقارنة مع الحالة NEW1، NEW2، MED1، MED2 يتضح الفرق الجوهرى في بعد الالتزام التحدي للصلابة النفسية، حيث لم يظهر أي تطور للبعدين ما تسبب في زيادة ملحوظة لبعد التجنب ما يطابق الحالة MED1 وكذلك بعد الافراط لتأثير الحدث الصدمي.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة ANC1 تحتاج إلى الوقت الكافي للتعامل مع الحدث الصدمي الذي يعيشه، ولكن طبيعة العمل لا تسمح بذلك، كون أن عون التدخلات يعمل 48/24 ساعة لذلك فهو غير كاف، حيث يكون على الحالة التعامل مع حدث صدمي جديد دون تجاوز الحدث الصدمي السابق، ما يفسر الدرجة العالية المتحصل عليها في بعد (التجنب)، كان مستوى استراتيجيات التعامل عند الحالة ANC1 متوسط واستعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال والبحث عن السند الاجتماعي كان قليل جدا بالمقارنة

مع الخبرة المهنية التي تفوق 5 سنوات، فضيق وقت التعامل مع الأحداث الصدمية دفع بالحالة لإعطاء الأولوية لاستعمال و تطوير استعمال الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل.

شعرت الحالة ANC1 بالذنب تجاه الكثير من المواقف أثناء تدخلاته لتقديم المساعدة، ما يعني أنه لم يتبع قواعد تدخلات الحماية المدنية، وهو انعكاس لبعد الالتزام والتحدي. ولم تتذكر أصلاً سبب الانضمام إلى المهنة، حيث ظهر لديها بعض الندم في الالتحاق بالوظيفة، ما يعكس بعد التحدي و الالتزام وذلك لأن التحدي الأول للحماية المدنية هو القيام بعملهم بأفضل الطرق.

7-4-3-6- الحالة ANC2:

من تحليل الجدول رقم (16 ص 177) يتبين أن الحالة ANC2 تتمتع بمستوى مرتفع من الصلابة النفسية ونفس المستوى لمختلف أبعاد المتغير (الالتزام، التحكم والتحدي)، حيث تستعمل أكثر الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ما سمح لها بتطوير البعد للوصول إلى المستوى المرتفع و الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال قريبة جداً من المستوى المرتفع، لكن البحث عن السند الاجتماعي كان قليلاً مقارنة بالخبرة المهنية رغم أنه في المستوى في المستوى المتوسط للبعد، أما تأثير الحدث الصادمي، فهو في المستوى المنخفض، حيث أن بعد التطفل هو البعد الذي له درجة عالية ولكن في المستوى المنخفض في البعد وذلك نتيجة قلة تطور استراتيجيات البحث عن السند الاجتماعي. وبالمقارنة مع الحالة NEW1، NEW2، MED1، MED2، ANC1، يتضح الفرق الجوهري في بعد الالتزام، التحكم و التحدي

للصلابة النفسية ، حيث تعتبر الزيادة في هذه الأبعاد هي سبب بلوغ الصلابة النفسية المستوى المرتفع ما قلل من تأثير الحدث الصدمي وبعدي التجنب والتطفل على حد سواء.

من تحليل المقابلة النصف موجهة يتضح أن الحالة ANC2 تحتاج إلى الوقت الكافي للتعامل مع الحدث الصدمي الذي يعيشه وبالأخص عند التعامل مع حدث صدمي جديد من نوعه حيث يتضح استعمال الخبرات الصدمية السابق كمصدر قوة ليتم استعمال نقاط ضعف وقوة الخبرة الصدمية لمواجهة الأحداث الصدمية المشابهة لها.

والمستوى المرتفع للصلابة النفسية وبعدي الالتزام والتحدي مكنت الحالة من استعمال واحترام القواعد العشر لرجال للحماية المدنية ما ساعد على تجاوز الأحداث الصدمية رغم ضيق وقت التعامل معها، حيث أن الحالة تتعامل مع نوع الحدث وليس الحدث بحد ذاته ما سمح باستغلال الوقت الضيق بأحسن الطرق لتنظيم كيفية استعمال استراتيجيات التعامل، لقد استعملت الحالة MED2 القواعد العشر لرجال للحماية المدنية لتحل مكان الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال، و كان نقص في استعمال المشاركة في الديبريفينج debriefing وفي استخلاص المعلومات بعد كل تدخل ما يفسر نتيجة بعد البحث عن السند الاجتماعي، وبعد تنظيم البعدين السابقين لم يتبق إلا بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل الذي ركز عليه وطوره، يتضح من ذلك أن الحالة ANC2 قامت بتنظيم استراتيجيات التعامل حسب الأحداث الصدمية المتكررة والوقت الضيق المتوفر لديها ما يعد سبب في انخفاض درجة تأثير الحدث الصادم وارتفاع الصلابة النفسية.

لم تشعر الحالة ANC2 بالذنب تجاه مختلف المواقف أثناء تدخلاته، حيث أن تدخلات الحالة لتقديم يد المساعدة لا يكون إلا بعد وقوع الحدث، ظهرت لديه رغبة كبيرة في أن يجد طريقة لمساعدة الناس قبل وقوع الأحداث السيئة فالأمر يتعلق بالوقاية وهذا هو عكس البعد التحكم. كان سبب الانضمام إلى الوظيفة هو فعل الخير، وتقديم المساعدات بأحسن الأشكال يمثل التحدي الأول لرجل الحماية المدنية ما يعكس بعد التحدي، حيث لا يمكن تحقيق ذلك دون حب الوظيفة.

7-4-4-4- أوجه الشبه و أوجه الاختلاف:

7-4-4-4-1- أوجه الشبه لأعوان التدخلات الذين لديهم أدنى درجة في الصلابة

النفسية:

هناك تشابه في الخصائص بين الحالات MED1،NEW1 وANC1 (أعوان التدخلات

الذين لديهم أدنى درجة في الصلابة النفسية) وتمثل ذلك في:

1. مستوى متوسط في الصلابة النفسية: (تتراوح أبعادها بين 29 و 32) وهذا يعني أنه لم تكن هناك زيادة كما هو موضح في دراسة الحالات ما يفسر الدراسة الطولية، دراسة العرضية.
2. مستوى متوسط لتأثير الحدث الصدمي.
3. بعد التجنب لمتغير تأثير الحدث الصدمي كان في المستوى المتوسط و(يتراوح بين 13 و15) وهذا يعني أنه مرتفع نسبيا في المستوى المتوسط حيث لم يكن هناك انخفاض كما هو موضح في الدراسة الطولية، دراسة العرضية ودراسة الحالات.

4. الشعور بالذنب: كان لدى الحالات الثلاثة شعور بالذنب أثناء التدخلات لتقديم يد المساعدة أو مع الزملاء.

5. اختيار العمل: لم يختاروا العمل لخصائصه.

6. القواعد العشر لرجال للحماية المدنية: لم تنفذ القواعد العشرة بشكل جيد.

7-4-4-2-أوجه الشبه لأعوان التدخلات الذين لديهم أعلى درجة في الصلابة

النفسية

هناك تشابه في الخصائص بين الحالات MED2،NEW2 وANC2 (أعوان التدخلات

الذين حصلوا على أعلى الدرجات في الصلابة النفسية):

1. مستوى مرتفع في الصلابة النفسية وكل أبعادها، ونقصد أن هناك زيادة في المستوى

العالي كما هو موضح في الدراسات السابقة (الدراسة الطولية ودراسة المقطع العرضي).

2. بعدي الالتزام و التحدي في المستوى المرتفع للبعدين.

3. مستوى منخفض لتأثير الحدث الصدمي وكل أبعاده.

4. بعد التجنب لتأثير الحدث الصدمي منخفض نسبيا في المستوى المنخفض للبعد.

5. كان بعد التطفل لتأثير الحدث الصدمي مرتفع نسبيا في المستوى المنخفض للبعد.

6. الغياب التام للشعور بالذنب.

7. اختيار العمل: اختاروا العمل لخصائصه ؛ للمخاطرة بحياتهم لمساعدة الناس.

8. القواعد 10 من مكافحة الحرائق: أنها تنفذ جيدا 10 قواعد مكافحة الحرائق.

9. يشاركون بفاعلية في استخلاص المعلومات بعد كل تدخل.

7-4-4-3-أوجه الشبه للحالات الستة (06):

هناك تشابه في الخصائص بين MED2، NEW2، ANC1، MED1، NEW1

وANC2 أي أعوان التدخلات الذين لديهم أدنى درجة في الصلابة النفسية وأعوان التدخلات الذين حصلوا على أعلى الدرجات في الصلابة النفسية وذلك كالتالي:

1. استخدام الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل في المستوى المرتفع للبعد.
2. استخدام الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال واستراتيجيات البحث عن السند الاجتماعي في المستوى المتوسط.

3. كان بعد الافراط لتأثير الحدث الصدمي منخفض نسبيا في المستوى المنخفض للبعد.

4. قلة الوقت للتعامل مع الأحداث الصادمة.

7-4-4-3-أوجه الاختلاف بين (ANC1،MED1،NEW1) و (ANC2،MED2،NEW2):

يوجد اختلاف بين الخصائص لدى (ANC1،MED1،NEW1) وهم أعوان التدخلات الذين

حصلوا على أدنى الدرجات في الصلابة النفسية و (ANC2،MED2،NEW2) وهم أعوان التدخلات

الذين حصلوا على أعلى الدرجات في الصلابة النفسية وذلك موضح في الجدوا التالي:

جدول رقم (17): جدول أوجه الاختلاف بين أعوان التدخلات الذين لديهم أدنى درجة

في الصلابة النفسية وأعوان التدخلات الذين لديهم أعلى درجة في الصلابة النفسية:

أعوان التدخلات الذين حصلوا على أعلى الدرجات في الصلابة النفسية (ANC1،MED1،NEW1)	أعوان التدخلات الذين حصلوا على أعلى الدرجات في الصلابة النفسية (ANC2،MED2،NEW2)
مستوى متوسط في الصلابة النفسية وبعدها بالكامل..	مستوى مرتفع في الصلابة النفسية وبعدها بالكامل.
مستوى متوسط لتأثير الحدث الصدمي	مستوى منخفض لتأثير الحدث الصدمي وكل أبعاده.
بعد التجنب لمتغير تأثير الحدث الصدمي مرتفع نسبيا في المستوى المتوسط للبعد.	بعد التجنب لمتغير تأثير الحدث الصدمي منخفض نسبيا في المستوى المنخفض للبعد
شعور الحالات بالذنب	غياب الشعور بالذنب
اختيار المهنة لأغراض أخرى لا تخدم خصائص الوظيفة	اختيار المهنة لخصائصها
سوء استعمال لقواعد تدخلات الحماية المدنية.	احترام و استعمال جيد للقواعد تدخلات الحماية المدنية خاصة الأوامر العشرة.
يكونون حاضرون في الديبريفنج debriefing بعد كل تدخل لكن بدون مشاركة.	يشاركون بفعالية في الديبريفنج debriefing وفي استخلاص المعلومات بعد كل تدخل.

7-5- الاستنتاج العام:

من كل ما سبق، نستنتج أن أعوان تدخلات الحماية المدنية طوروا استراتيجياتهم للتعامل مع الأحداث الصادمة، مما أدى إلى تطوير صلابتهم النفسية.

كان هناك اختلاف في وتيرة التطور في استراتيجيات التعامل والصلابة النفسية، ففي الأشهر العشرين الأولى لالتحاق أعوان التدخلات بالمهنة كان تأثير الأحداث الصدمية مرتفع نسبياً، الأمر الذي قادهم إلى تطوير استراتيجيات للتعامل مع تأثير الأحداث الصدمية على نفسياتهم والتقليل من حدتها، حيث ركزوا بالتحديد على تطوير الاستراتيجيات المتمركزة حول حل المشكل ليتطور البعد من المستوى المتوسط إلى المستوى المرتفع خلال وقت قصير ما أدى بدوره إلى ارتفاع بوتيرة كبيرة في الصلابة النفسية وبالتحديد بعد الالتزام الذي تطور من المستوى المتوسط إلى المستوى المرتفع خلال نفس الفترة.

مع مرور الوقت وفي الفترة ما بين 20 شهر و5 سنوات لالتحاق أعوان التدخلات بالمهنة ما يعني زيادة في رصيد التعامل مع الأحداث الصدمية، استمر تطور استراتيجيات التعامل والصلابة النفسية لكن بوتيرة أقل، بالمقابل استمر التناقص في شدة تأثير الحدث الصدمي. أما في المرحلة الثالثة، عندما تفوق خبرة أعوان التدخلات 5 سنوات ما يوافق زيادة في رصيد التعامل مع الأحداث الصدمية، استمر تطور استراتيجيات التعامل والصلابة النفسية، رغم ذلك فقد ظهر ارتفاع في شدة تأثير الأحداث الصادمة على نفسية أعوان التدخلات.

ما يفسر ذلك هو أن أعوان التدخلات في هذه المرحلة يواجهون الحدث الصادمي على

مستويين (داخليًا وخارجيًا):

✓ حدث داخلي: وهو الأحداث الصدمية الماضية التي عاشها عون التدخل ولم يتمكن من التعامل معها بشكل كلي، ما يترك بقايا آثارها في نفسية العون وتراكم هذه البقايا تشكل ضغط.

✓ الحدث الخارجي: وهو الوضعية الصعبة التي تكمن في حادث التدخل الذي يعيشه عون التدخل وقته الحاضر.

مما سبق يتضح تحقق فرضية الدراسة التي تنص على أن التعرض للأحداث الصدمية يسمح بتطوير استراتيجيات للتعامل مع الوضع، ما يؤدي إلى ارتفاع في مستوى الصلابة النفسية وبالتالي انخفاض التأثير بالأحداث الصدمية لدى أعوان الحماية المدنية، بصفة جزئية وهذا يتوافق جزئياً مع دراسة كوياسا (1979) ، والتي أظهرت أن الصلابة النفسية هي متغير نفسي يقلل من تأثير الأحداث المجهدة على الصحة البدنية والعقلية للفرد. فالأشخاص الذين لديهم الكثير من الصلابة النفسية يتعرضون للإجهاد ولا يمرضون لأنهم أكثر مقاومة وانضباط وقيادة وكفاءة واستباقية ونشاط وواقعية.

لذا تسمح هذه الدراسة بإضافة منظور الوقت والخبرة السابقة التي يمكن أن تزيد من شدة تأثير الأحداث الصدمية أو التقليل منها وذلك حسب كيفية استعمال استراتيجيات التعامل، فلقد تبين في هذه الدراسة أنه تم توجيه الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل التي كانت في المستوى المرتفع نحو الحادث الصدمي الخارجي، وتوجيه الاستراتيجيات المتمركزة حول

الانفعال واستراتيجيات البحث عن السند الاجتماعي التي كانت في المستوى المتوسط للتعامل مع الحدث الصدمي الداخلي المثار من طرف الحدث الخارجي ما يفسر ارتفاع في شدة تأثير الأحداث الصادمة في هذه الفترة.

خاتمة

بعد الدراسة النظرية والتطبيقية لموضوع " استراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية وعلاقتها بالصلابة لدى أعوان الحماية المدنية" الذي هدف إلى تفسير التغيرات في مستويات الصلابة النفسية في ضل التغير في عدد ومستوى قوة الأحداث الصدمية بمراعاة استراتيجيات التعامل مع هذه الأحداث عبر منظور الزمن، حيث أجريت هذه الدراسة انطلاقاً من الفرضية التي نصت على أن التعرض للأحداث الصدمية يسمح بتطوير استراتيجيات للتعامل مع الوضع، ما يؤدي إلى ارتفاع في مستوى الصلابة النفسية وبالتالي انخفاض التأثير بالأحداث الصدمية لدى أعوان الحماية المدنية، وللتحقق من الفرضية اعتمدنا في بحثنا على المنهج المختلط (التصميم التفسيري). وبعد تحليل ومناقشة النتائج على ظل التناول النظري توصلنا إلى مايلي: تحقق فرضية البحث بصفة جزئية، ما يفسر إخلاف تعامل أعوان الحماية المدنية مع مختلف الأحداث العنيفة التي قد تؤدي إلى صدمة نفسية أو تزيد من صلابتهم النفسية وذلك حسب كيفية استعمال استراتيجيات التعامل.

توصیيات

التوصيات:

نوصي بتركيز الدراسة على الاستعمال الكيفي لاستراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية وبالتحديد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال واستراتيجيات البحث عن السند الاجتماعي، قصد التوصل إلى انشاء برنامج تدريبي يعمل على ترقية هذه الاستراتيجيات لدى أعوان الحماية المدنية لحماية المدنيين من أخطار الأحداث الصدمية.

كما نوصي بفتح مجال لدراسات أخرى على أعوان الحماية المدنية المتمثلة في:

- أثر الأحداث الصدمية على التوظيف النفسي لدى أعوان الحماية المدنية

- أثر التكفل النفسي والسند الاجتماعي لدى أعوان الحماية المدنية

و بخصوص التوصيات المقترحة الخاص بهذه الفئة :

- ضرورة اهتمام الجهات المعنية بالحالة النفسية لأعوان الحماية المدنية وذلك بتوفير

الأخصائيين النفسانيين.

- ضرورة إجراء تربيصات و أيام دراسية لأعوان الحماية المدنية بالإتفاق مع الجامعة قصد

إثراء معارفهم والتعامل مع الضغوط بأحسن طريقة ممكنة خاصة في مجال الصدمة

النفسية.

المراجع

1- قائمة المراجع باللغة العربية:

1. أمال محمود عبد المنعم، (2006)، الإرشاد النفسي الأسري مواجهة الضغوط النفسية لدى أسر المتخلفين عقليا، مكتبة زهران الشرق، القاهرة، مصر، الطبعة الأولى.
2. اديب محمد الخالدي، (2009)، الصحة النفسية، دار وائل، ط3، عمان -الأردن.
3. أحمد حسين الرفاعي، (2005)، مناهج البحث العلمي-تطبيقات إدارية و اقتصادية-، دار وائل للنشر، عمان، رام الله، ط4.
4. الرفاعي عزة، (2003)، الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها. رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس ،كلية الآداب ، جامعة حلوان : القاهرة.
5. السيد عبد المنعم،(2007)، أبعاد الذكاء الإنفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية، مجلة الإرشاد، العدد 21، 157-201.
6. الشربيني، هانم أبو الخير، (2005)، الاتجاه نحو الغش الدراسي وعلاقته بالصلابة النفسية والشعور بالذنب لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، المنصورة 2(59)، 382 - 348.
7. جلول قنيفي، (2004)، الطاعو و الانضباط و تأديب الموظف، بدون طبعة.
8. جيهان محمد، (2002)، دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة ، كلية الأدب ، قسم علم النفس

9. حسن مصطفى عبد المعطي، (1994)، ضغوط أحداث الحياة و أساليب مواجهتها، المجلة المصرية للدراسات النفسية.
10. حسن مصطفى عبد المعطي، (2003)، منهج البحث الإكلينيكي: أسسه وتطبيقاته. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
11. حكيمة أيت حمودة، (2006)، دور وسمات الشخصية وإستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغط النفسي والمرضي، دكتورة دولة في علم النفس العيادي جامعة الجزائر.
12. حمادة عمر وعبد اللطيف، (2002)، الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة. مجلة الدراسات النفسية ، العدد الثاني
13. حياة سالمى، (2010)، فقدان التوازن النفسي و عدم القدرة على إرسان الأحداث الصدمية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بوزريعة، الجزائر.
14. خالد بن محمد، (2012) ، الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.
15. دخان نبيل كامل، الحجار بشير ابراهيم، (2006)، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الاسلامية ، المجلد 14، العدد 2 ، ص 369-398، غزة.
16. رشيد زرواتي، (2002)، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية ، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.

17. زينب نوفل أحمد راضي، (2008)، الصلابة النفسية لدي الامهات شهداء إنتفاضة الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، دار وائل ،الاردن.
18. طايبي نعيمة، (2007)، التعامل مع الضغط النفسي عند المصابات بمرض القلب والمصابات بالداء السكري، جامعة الجزائر.
19. طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، إستراتيجية إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، ط1.
20. عباس مدحت، (2010)، الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدوانى لدى معلمي المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية، مجلد 26، 168-233.
21. عبد الرحمن سي موسى، رضوان زقار، (2002) الصدمة والحداد عند الطفل والمراهق،جمعية علم النفس للجزائر، الجزائر.
22. عبد العزيز المجيد محمد، (2005)، سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
23. عبد الله محمد الفوزان، (2007)، مؤتمر الدفاع الوطني الواحد والعشرون، السعودية.
24. عبدالمنعم عبد الله حسيب، (2005)، مقدمة في الصحة النفسية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، القاهرة، بدون طبعة.
25. عثمان يخلف، (2001)، علم النفس الصحة، الأسس النفسية و السلوكية للصحة، دار الثقافة للطباعة و النشر و التوزيع، الدوحة، قطر، ط1.
26. عماد مخيمر، (1996)، إدراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، المجلد السادس، العدد الثاني، القاهرة، مصر.

27. عماد مخيمر ،(1997)، الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية ، متغيرات وسطية في العلاقة بين الضغوط وأعراض الإكتئاب لدى الشباب الجامعي ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد السابع عشر ، المجلد السابع.
28. عماد مخيمر ، (2002)، مقياس الصلابة النفسية، مكتبة الانجلو المصرية.
29. عمار بوحوش، (2007)، مناهج البحث العلمي و طرق اعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الساحة المركزية، بن عكنون، الجزائر، ط4.
30. فاروق السيد عثمان،(2001)، القلق و إدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
31. فواز أيوب المومني ورافع عقيل الزغول، (2011)، استراتيجيات التعامل لدى الناجين والأسر المتضررة من تفجيرات فنادق عمان، دراسات، العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 38، العدد 201، 391-411.
32. لطفي عبد الباسط ابراهيم، (1987)، مقياس عملية تحمل الضغط، ط 1، كلية التربية، جامعة الملوفية، لقاهرة، مصر.
33. محمد أحمد النابلسي،(1991)، الصدمة النفسية علم النفس الحروب والكوارث، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
34. محمد بن صالح، (1993) الدفاع المدني في الحرب و السلم، دار النشر بالمركز العربي للدراسات الأمنية و التدريب،الرياض.
35. مريامة حنصالي، (2013)، المقاربة النظرية لإحدى سمات الشخصية المناعية: الصلابة النفسية، مجلة علوم الانسان والمجتمع، العدد 08، الجزائر.

36. مصطفى حجازي، لابلونش وبونتاليس، (2002)، معجم مصطلحات التحليل النفسي، ترجمة مصطفى حجازي، المؤسسة الجامعية، ط 3، بيروت.
37. معروف محمد، (2013)، استراتيجيات التعامل مع الإحتراق النفسي عند أساتذة التعليم الثانوي، كلية العلوم الاجتماعية، وهران الجزائر.
38. (الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية العدد 17 ، 17 مارس 1997).

2- قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

39. Bergeret J. (1982) , Psychologie pathologique, théorique et clinique, édition Masson, Paris.
40. Bion, W.R. (1961), Experiences in Groups, London, Tavistock.
41. Brillon, P. (2010) ,Comment aider les victimes souffrant de stress post-traumatique – guide à l'intention des thérapeutes, 4^e édition, Montréal, Québec.
42. Chland C. (2005), l'entretien clinique, France quercy à cahors ,france.
43. Cousson, F. (1996), Bruchon-Schweitzer, M., Quintard, B., & Nuissier, J. Analyse multidimensionnelle d'une échelle de coping: validation française de la W.C.C. (Ways of Coping Checklist). Psychologie Française, 41(2), 155–164
44. Crocq. L. (2007), Traumatisme psychique, prise en charge des victimes. Elsevier, Masson, Paris.
45. DAMIANI. C (1997), Les victimes, violences publiques et crimes privés, Bayard, Paris.
46. Dantchev, N (1998), Stratégie de "coping" et "Pattern A", coronorogène , revue de médecine psychosomatique n° 17/18-1989, p 23-100-106.
47. De Clercq .M et Lebigot. F (2011), Les traumatismes psychiques. Masson, Paris.
48. Debray, R. (1983), L'équilibre psychosomatique: organisation mental des diabétiques. Paris: Dunod.

49. Eliane F. et al (2005), émotion et traumatisme "Le corps et la parole", Masson, Paris.
50. Fediad. P (1974) , Dictionnaire de la psychanalyse. Larousse. Canada.
51. Ferragut E. et all (2006), Emotion et traumatisme « le corps et la parole ». Masson, Paris.
52. Ferreri, M (1992), Le Stress de la psychologie de l'approche thérapeutique , Paris.
53. Ferreri, M et al (2002), Travail, stress et adaptation »,Elsevier, Paris.
54. Funk s.c 1992).Hardiness: arevieweftheory and research«healthpsychology vol«11NOS: 335-345.
55. Ganellen , R. J. Blarney (1984) Hardiness and Social support as moderators of the effects of life stress , jounal of personality and social psychology , v. 47(1), P; 156 – 163 .
56. Gerson , M. (1998) The relation ship between hardiness , coping skills and stress in gradnatc student's UMI published Doctoral dissertation , adler school of professional psychology .
57. Grand Dictionnaire de la psychologie (2002) ; édition Larousse, Paris.
58. Green, A. (1982) Après coup, l'archaïque. In nouvelle revue de psychanalyse, 26, 195-215.
59. Hamilton L. McCubbin et al, (1997)." Families Under Stress: What Makes Them Resilient. American Association of Family and Consumer Sciences" Commemorative Lecture delivered by Hamilton. June 22 1997, in Washington,
60. Horowitz, M.J., Wilner, M. & Alvarez, W. (1979). Impact of Events Scale: A measure of subjective stress. Psychosomatic Medicine, 41(3), 209-218.
61. Ikhlef, A (1994), Stress and illness the protectives affects of coping efficacy, revue algérienne n°06, 1994, p 295.
62. Jolly A. (2002) ,Stress et traumatisme, approche psychologique de l'expérience d'enseignants victimes de violence, Edition de l'université de Reims, France.
63. Jurriaan Bos&all (2004), Risk of health complaints and disabilities among Dutch firefighters, Int Arch Occup Environ Health, Springer-Verlag,77: 373–382

64. Kedia. M et Sabouraud-Seguin . A (2008), psycho traumatologie, Dunod.
65. kitchener, BA & Jorm, AF (2002), Mental Health First Aid Manual. Centre for Mental Health Research, Canberra.
66. Kobasa S.C. (1979). Stressful life events , Journal personality and Social Psychology. 37-111.
67. Kobasa, S.C., Maddi,S.R, Paccetti, M.C & Zola,M.A., (1985) Effect tiveness of Hardiness, Exercise and Social Support AS Resources Against Illness, Journal of Psychosomatic Research, No.29, 525-533.
68. Kobasa, s.c.,maddi,s.r.,kahn, s.(1982). Hardiness and health. A prospective syudy. Journal of personalty and social psychology,vol 42,168-177.
69. L.Bailly (1996) ,Les catastrophes et leurs conséquences psychosomatique chez l'enfant , paris, EST.
70. Lambert, V,A, Lambert, C,E & Yamse, H, (2003).Psychological hardiness, workplace and related stressreduction strategies, Journal of Nursing and Heath Sciences,No 5,181-184.
71. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer.
72. Lebigot, f. (2005) ,Traiter les traumatismes psychiques:clinique et prise en charge. Collection psychothérapie, Paris :Dunod.
73. Lopez G. (1995),Victimologie clinique, PUF, Paris.
74. Maddi. S.R. (2004). Hardiness: An operatinalization of Existential Courage, Journal of HumanisticPsychology 44(3) 279-298.
75. Nataliya V. Ivankova and Sheldon L. Stick (2007). Students' Persistence in a Distributed Doctoral Program in Educational Leadership in Higher Education: A Mixed Methods Study. Research in Higher Education, 48(1), 93-135.
76. Paulhan I et al, (1994), Le jour de coping, traduction et validation française de l'échelle de Vitaliano et al , médico psychologie.

77. Paulhan, I et Bourgois, M (1995), Stress et coping, les stratégies d'ajustement à la diversité , PUF, Paris.
78. Petot .D (2008), L'évaluation clinique en psychopathologie de l'enfant.2ème ed, Dunod, Paris.
79. Pierre Marty (1976), Les mouvements individuels de la vie et la mort, Masson, Paris.
80. Reuchlin.M (1998), Les méthodes en psychologie, Casbah,Alger.
81. Roger Pierron (1983), l'agression c'est les autres, édition Bordas, Paris.
82. ROISIN J. (1995), Considérations sur le traumatisme. In Le Bulletin Freudien n°25, pp.85-98.
83. RUTTER M (1990), Psychological resilience and protective mechanisms, in J. ROLF. A. MASSEN ; D. CICCHETTI andprotective factors in the éveloppement of psychopathology, cambridge university press.
84. Schweitzer et Dentzer (1994), Introduction à la Psychologie de la santé , PUF ,Paris .
85. Servant D. (2005), gestion du stress et de l'anxiété,Masson , paris
86. Weiss, D.S., & Marmar, C.R. (1997), The Impact of Event Scale-Revised. In J.P. Wilson, & T.M. Keane (Eds.), Assessing Psychological Trauma and PTSD: A Practitioner's Handbook (pp. 399-411). New York: Guilford Press.

الملاحق

ملاحق المقاييس في الصورة الأصلية لها

الملحق رقم 01: المقياس الأصلي للصلابة النفسية (مخيم، 2002):

أمامك عدد من العبارات التي تمثل رؤيتك في مواجهة عدد من المواقف، والمطلوب منك:

أن تقرا كل عبارة بعناية ثم تضع علامة (X) في إحدى الخانات الثلاث المقابلة للعبارة:

- فإذا كانت العبارة تنطبق عليك دائماً فضع علامة (X) تحت خانة تنطبق دائماً.

- وإذا كانت العبارة تنطبق عليك أحياناً فضع علامة (X) في خانة تنطبق أحياناً.

- وإذا لم تنطبق العبارة عليك فضع علامة (X) أمام لا تنطبق أبداً.

ونأمل إلا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها مع ملاحظة انه لا توجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة.

ولك الشكر

م	العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق أبداً
1	مهما كانت العقبات فإنني استطيع تحقيق أهدافي			
2	اتخذ قراراتتي بنفسى ولا تملى علي من مصدر خارجي			
3	اعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد علي مواجهة تحدياتها.			
4	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
5	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدرتي على تنفيذها .			
6	اقتحم المشكلات لحظها ولا انتظر حدوثها			
7	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها.			
8	نجاحي في أموري (عمل - دراسة ... الخ) يعتمد علي مجهودي وليس علي الحظ أو الصدفة.			
9	لدى حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا اعرفه.			

10	اعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله.
11	الحياة فرص وليست عمل وكفاح.
12	اعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تتطوي علي مشكلات استطيع أن أواجهها.
13	لدى قيم ومبادئ معنية التزم بها وأحافظ عليها.
14	اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه.
15	لدى قدرة علي المثابرة حتى انتهى من حل أي مشكلة تواجهني.
16	لا يوجد لدى من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها
17	اعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيبي.
18	المشكلات تستنفر قواي وقدرتي علي التحدي.
19	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه .
20	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ.
21	اشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث
22	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.
23	اعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دوراً هاماً في حياتي
24	عندما احل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.
25	اعتقد أن " البعد عن الناس غنيمة "
26	استطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.
27	اعتقد أن مواجهة المشكلات اختيار لقوة تحملي وقدرتي علي المثابرة.
28	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر.
29	اعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط
30	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي
31	أبادر بعمل أي شيء اعتقد انه يخدم أسرتي أو مجتمعي.
32	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي.
33	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدراتي علي حلها.
34	اهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وإحداث.
35	اعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها
36	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.
37	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها.

			38	أومن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة " .
			39	أعتقد أن الحياة التي لا تتطوي علي تغيير هي حياة مملة وروتينية.
			40	أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم.
			41	أعتقد أن لي تأثير قوى على ما يجرى حولي من أحداث.
			42	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي .
			43	اهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن
			44	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية.
			45	التغير هو سنة الحياة والمهم وهو القدرة على مواجهته بنجاح.
			46	أغير قيمي ومبادئي إذا دعت الظروف لذلك .
			47	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث.

الملحق رقم 02: المقياس الأصلي لاستراتيجيات التعامل
(Cousson ,1996) – (Ways of Coping Check List -Revised) –

Instruction :

Pense à une situation relationnelle difficile que tu as vécu dernièrement, et indique parmi les stratégies suivantes lesquelles tu as adopté pour faire face à cette situation.

N°	Items	NON	PLUTOT NON	PLUTOT OUI	OUI
1	J'ai établi un plan d'action et je l'ai suivi.				
2	J'ai souhaité que la situation disparaisse ou finisse.				
3	J'ai parlé à quelqu'un de ce que je ressentais.				
4	Je me suis battu(e) pour ce que je voulais.				
5	J'ai souhaité pouvoir changer ce qui est arrivé.				
6	J'ai sollicité l'aide d'un professionnel et j'ai fait ce qu'on m'a conseillé.				
7	J'ai changé positivement, en mieux.				
8	Je me suis senti(e) mal de ne pouvoir éviter le problème .				
9	J'ai demandé des conseils à une personne digne de respect et je les ai suivis.				
10	J'ai pris les choses une par une.				
11	J'ai espéré qu'un miracle se produirait.				
12	J'ai discuté avec quelqu'un pour en savoir plus au sujet de la situation.				
13	Je me suis concentré(e) sur un aspect positif qui pourrait apparaître après.				
14	Je me suis culpabilisé(e).				
15	J'ai contenu (gardé pour moi) mes émotions.				
16	Je suis sorti(e) plus fort(e) de la situation.				
17	J'ai pensé à des choses irréelles ou fantastiques pour me sentir mieux.				
18	J'ai parlé avec quelqu'un qui pouvait agir concrètement au sujet du problème.				
19	J'ai changé des choses pour que tout puisse bien finir.				
20	J'ai essayé de tout oublier.				
21	J'ai essayé de ne pas m'isoler.				
22	J'ai essayé de ne pas agir de manière précipitée ou de suivre la première idée.				
23	J'ai souhaité pouvoir changer d'attitude.				
24	J'ai accepté la sympathie et la compréhension de quelqu'un.				
25	J'ai trouvé une ou deux solutions au problème.				
26	Je me suis critiqué(e) ou sermonné(e).				
27	Je savais ce qu'il fallait faire, aussi j'ai redoublé d'efforts et j'ai fait tout mon possible pour y arriver.				

الملحق رقم 03: المقياس الأصلي لتأثير الحدث الصدمي:

(Weiss, & Marmar, 1997) – Impact of Event Scale - Revised (IES-R) –

Instruction:

Below is a list of difficulties people sometimes have after stressful life events. Please read each item, and then indicate how distressing each difficulty has been for you DURING THE PAST SEVEN DAYS with respect to (.....your problem.....), that occurred on (.....date.....). how much were you distressed or bothered by these difficulties?

Sr. No	Statement	Not at all	A little bit	Moderately	Quite a bit	Extremely
1.	Any reminder brought back feelings about it					
2.	I had trouble staying asleep.					
3.	Other things kept making me think about it.					
4.	I felt irritable and angry.					
5.	I avoided letting myself get upset when I thought about it or was reminded of it.					
6.	I thought about it when I didn't mean to					
7.	I felt as if it hadn't happened or wasn't real					
8.	I stayed away from reminders about it.					
9.	Pictures about it popped into my mind.					
10.	I was jumpy and easily startled.					
11.	I tried not to think about it.					
12.	I was aware that I still had a lot of feelings about it, but I didn't deal with them.					
13.	My feelings about it were kind of numb.					
14.	I found myself acting or feeling like I was back at that time.					
15.	I had trouble falling asleep.					
16.	I had waves of strong feelings about it.					
17.	I tried to remove it from my memory.					
18.	I had trouble concentrating.					
19.	Reminders of it caused me to have physical reactions, such as sweating, trouble breathing.					
20.	I had dreams about it.					
21.	I felt watchful and on-guard.					
22.	I tried not to talk about it					

ملاحق استثمارية تكيف وتحكيم المقاييس

جامعة محمد لمين دباغين – سطيف 2-

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
 قسم علم النفس و علوم التربية و الأروثونيا
 تخصص : علم النفس الصحة L.M.D دكتوراه
 مؤسسة التوطين: وحدة بحث تنمية الموارد البشرية

استمارة تحكيم مقاييس

إشراف : الأستاذ لحسن بوعبد الله
 الباحث : بن سالم ايدير idir.hope@live.fr

الأستاذة(ة) الفاضل(ة)

تحية طيبة وبعد...

في إطار إتمام متطلبات أطروحة الدكتوراه (ل م د) في علم النفس الصحة يقوم الباحث بدراسة تحت عنوان: " استراتيجيات التعامل مع الأحداث الصدمية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى أعوان تدخلات الحماية المدنية"، حيث تمت صياغة إشكالية الموضوع كالتالي :

• هل التعرض لأحداث الصدمية يطور استراتيجيات للتعامل معها ما يؤدي إلى تغيرات في مستويات

الصلابة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية ؟

الأمر الذي يتطلب تكييف مقياس الصلابة النفسية، مقياس استراتيجيات التعامل ، مقياس التأثر بالحدث الصدمي لتناسب مع البيئة الجزائرية .

• لذا نلتمس من سيادتكم التحكيم وإبداء رأيكم على أبعاد و بنود الاختبار المقدم لسيادتكم.

ولسيادتكم فائق التحية والتقدير.

اسم المحكم :

الدرجة العلمية :

الجامعة :

التخصص :

الملحق رقم 04: تحكيم مقياس الصلابة النفسية

مقياس الصلابة النفسية ل(مخيمر، 2002). وهي أداة تعطي تقديراً كمياً لصلابة الفرد النفسية.

الصلابة النفسية : هي اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي: "الالتزام، التحكم، والتحدي".

1- بعد الالتزام: هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله.

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي	لم تتغير			
	التعديل				
02	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	لم تتغير			
	التعديل				
03	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها	لم تتغير			
	التعديل				
04	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله	لم تتغير			
	التعديل				
05	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها	لم تتغير			
	التعديل				
06	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها	لم تتغير			
	التعديل				
07	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه	لم تتغير			
	التعديل				
08	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة	لم تتغير			

			التعديل
		أعتقد أن " البعد عن الناس أمر جيد "	09 أعتقد أن " البعد عن الناس غنيمة"
			التعديل
		لم تتغير	10 اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر
			التعديل
		لم تتغير	11 أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي
			التعديل
		لم تتغير	12 أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث
			التعديل
		الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نعيشها	13 الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها
			التعديل
		لم تتغير	14 أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم
			التعديل
		لم تتغير	15 أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن
			التعديل
		لم تتغير	16 أغير قيمي ومبادئي إذ دعت الظروف لذلك
			التعديل

2- بعد التحكم: هو اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له. فالتحكم يمثل تصرف الفرد كما لو كان له القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة.

الرقم	العبرة الأصلية	العبرة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقبس	يحذف	تعاد صياغته
01	اتخذ قراراتي بنفسي ولا تُملى علي من مصدر خارجي	لم تتغير			

			لم تتغير	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكدًا من قدراتي على تنفيذها	02
					التعديل
			لم تتغير	نجاحي في أموري (عمل - دراسة .. الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة	03
					التعديل
			لم تتغير	الحياة فرص وليست عمل وكفاح	04
					التعديل
			لم تتغير	اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه	05
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيطي	06
					التعديل
			لم تتغير	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ	07
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دوراً هاماً في حياتي	08
					التعديل
			لم تتغير	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	09
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط	10
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	11
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها	12
					التعديل
			أؤمن بالمثل الشعبي " القليل من حظ خير من قنطار شطارة"	أؤمن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة"	13
					التعديل
			لم تتغير	أعتقد أن لي تأثير قوي على ما يجري حولي من أحداث	14

				التعديل
			لم تتغير	15
				التعديل

3- بعد التحدي : التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة ، وتقبلها بكل ما فيها من مستجدات سارة أو ضارة، باعتبارها أمورا طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه ، مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية.

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	اعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها	لم تتغير			
					التعديل
02	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها	لم تتغير			
					التعديل
03	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه	لم تتغير			
					التعديل
04	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها	لم تتغير			
					التعديل
05	لدي قدرة على المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني	لم تتغير			
					التعديل
06	المشكلات تستنفر قواي وقدراتي على التحدي	لم تتغير			
					التعديل
07	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث	لم تتغير			
					التعديل
08	عندما أحل مشكلة أحد متعة في التحرك لحل	لم تتغير			

التعديل	مشكلة أخرى			
09	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على المثابرة	لم تتغير		
التعديل				
10	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي	لم تتغير		
التعديل				
11	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها	لم تتغير		
التعديل				
12	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	لم تتغير		
التعديل				
13	أعتقد أن الحياة التي لا تتطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية	لم تتغير		
التعديل				
14	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي	أهاب تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي		
التعديل				
15	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح	لم تتغير		
التعديل				
16	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث	لم تتغير		
التعديل				

الملاحظات :

إذا كانت لديك أي ملاحظة أو اقتراح عن الموضوع يمكن كتابتها.

.....

.....

.....

الملحق رقم 05: تحكيم مقياس تأثير الحدث الصدمي

مقياس تأثير الحدث الصدمي لـ (Weiss, & Marmar, 1996).
Impact of Event Scale - Revised (IES-R) Weiss, & Marmar, 1996.

وهي أداة تعطي تقديرًا كمياً لشدة التأثير بحدث صدمي، وذلك بقياس الاستجابة الموضوعية لذلك الحدث الأليم ضمن ثلاثة أبعاد.

1- بعد التطفل (Intrusion): وهو إعادة معايشة الحدث الصدمي بمختلف الطرق : (الأفكار والأفكار الدخيلة، والكوابيس، والمشاعر الدخيلة) .

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	Any reminder brought back feelings about it	كل ما يذكرني بالحدث يوقظ مشاعر حوله			
					التعديل
02	I had trouble staying asleep	واجهت صعوبة في النوم			
					التعديل
03	Other things kept making me think about it.	أشياء أخرى دفعتني للتفكير في الحدث باستمرار			
					التعديل
04	I thought about it when I didn't mean to.	فكرت في الحدث دون قصد مني			
					التعديل
05	Pictures about it popped into my mind.	صور الحدث فرضت نفسها على تفكيري			
					التعديل
06	I found myself acting or feeling like I was back at that time.	وجدت نفسي أتصرف أو أشعر وكأنني أعيد معايشة الحدث			
					التعديل
07	I had waves of strong feelings about it.	اجتاحني موجات من الأحاسيس القوية ذات علاقة بالحدث			
					التعديل

			I had dreams about it.	08
			حلمت أحلاما ذات علاقة بالحدث	التعديل

2- بعد التجنب (avoidance): و هو أي محاولة الابتعاد بكل الأشكال عن الحدث: (تجنب المشاعر، المواقف والأفكار التي لها علاقة بالحدث)

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	I avoided letting myself get upset when I thought about it or was reminded of it.	تجنبت الاستياء عند التفكير في الحدث أو عند تذكره			
					التعديل
02	I felt as if it hadn't happened or wasn't real..	شعرت وكأن الحدث لم يحدث أو لم يكن حقيقيا .			
					التعديل
03	I stayed away from reminders of it.	ابتعدت على كل ما يذكرني بالحدث			
					التعديل
04	tried not to think about it.	حاولت أن لا أفكر في الحدث			
					التعديل
05	I was aware that I still had a lot of feelings about it, but I didn't deal with them.	أدركت بأنه لا يزال لدي الكثير من المشاعر المتعلقة بالحدث مازلت أعيشها			
					التعديل
06	My feelings about it were kind of numb.	كانت مشاعري تجاه الحدث تشعرني بالجمود أو بنوع من التخدير			
					التعديل
07	I tried to remove it from my memory.	حاولت إبعاد الحدث عن ذاكرتي			
					التعديل
08	I tried not to talk about it.	حاولت أن لا أتكلم عن الحدث			
					التعديل

3- بعد الإفراط Hyperarousal: هو الإفراط في الاستجابة : (الغضب والتهيج ، يقظة مفرطة، صعوبة في التركيز).

الرقم	العبرة الأصلية	العبرة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	I felt irritable and angry.	شعرت بالانزعاج والغضب.			
					التعديل
02	I was jumpy and easily startled.	كنت سهل الفزع و سهل الذهول			
					التعديل
03	I had trouble falling asleep.	واجهت صعوبة في الخلود إلى النوم			
					التعديل
04	I had trouble concentrating.	واجهت صعوبة في التركيز			
					التعديل
05	Reminders of it caused me to have physical reactions, such as sweating, trouble breathing, nausea, or a pounding heart.	تذكر الحدث سبب لي ردود الفعل الجسدية، مثل التعرق، مشاكل في التنفس، الغثيان أو تسارع نبضات القلب.			
					التعديل
06	I felt watchful and on-guard.	أحسست أنني على استعداد دائم لحدث آخر			
					التعديل

الملاحظات :

إذا كانت لك أي ملاحظة أو اقتراح عن الموضوع يمكن كتابتها.

الملحق رقم 06: تحكيم مقياس استراتيجيات التعامل

مقياس استراتيجيات التعامل ل(Cousson ,1996). وهي أداة تعطي تقديرًا كميًا لاستراتيجيات التعامل.

استراتيجيات التعامل: عبارة عن الجهود المعرفية و السلوكية الموجهة نحو السيطرة على المتطلبات الداخلية و الخارجية التي تهدد الفرد أو تتجاوز حدود إمكانياته و نحو التخفيف من تأثيرها أو نحو تحمله.

1- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل: وهو يشير إلى الجهد المبذول لإدارة المشكل و حله وهي استراتيجيات تظهر في حالة المواجهة أو التخطيط.

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو كيفية	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	J'ai établi un plan d'action et je l'ai suivi.	وضعت خطة عمل و اتبعتها.			
					التعديل
02	Je me suis battu(e) pour ce que je voulais.	كافحت لتحقيق ما أردته.			
					التعديل
03	J'ai changé positivement	تغيرت إلى الأحسن.			
					التعديل
04	J'ai pris les choses une par une	تناولت الأمور واحدة بواحدة			
					التعديل
05	Je me suis concentré sur un aspect positif qui pourrait apparaitre après.	ركزت على جانب ايجابي كان بإمكانه الظهور فيما بعد			
					التعديل
06	Je suis sorti plus fort de la situation.	خرجت أكثر قوة من الموقف			
					التعديل
07	J'ai changé des choses pour que tout puisse bien finir.	غيرت أمور حتى ينتهي كل شيء بشكل جيد			
					التعديل
08	J'ai essayé de ne pas agir de manière précipitée ou de suivre la première idée.	حاولت عدم التصرف بتسرع أو إتباع أول فكرة خطررت لي			

التعديل			
09	J'ai trouvé une ou deux solutions au problème	وجدت حلاً أو حلين للمشكلة	
10	Je savais ce qu'il fallait faire, aussi j'ai redoublé d'efforts et j'ai fait tout mon possible pour y arriver	عرفت ما ينبغي القيام به، فضاعفت مجهوداتي و بذلت كل ما بوسعي للوصول إلى ما أردت	

2- بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال: تهدف إلى تسوية الانفعالات التي لها علاقة بالظاهرة الضاغطة حيث تعبر عن إستراتيجيات معرفية لا تغير من الوضعية ، إلا أنها تساهم في تغيير سلوك الفرد.

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	J'ai souhaité que la situation disparaisse ou finisse	تمنيت أن يختفي الوضع أو ينتهي			
التعديل					
02	J'ai souhaité pouvoir changer ce qui est arrivé.	تمنيت لو استطعت تغيير ما حدث			
التعديل					
03	Je me suis senti mal de ne pouvoir éviter le problème.	تضايقت لعدم قدرتي على تجنب ما حدث			
التعديل					
04	J'ai espéré qu'un miracle se produirait	تمنيت لو حدثت معجزة			
التعديل					
05	Je me suis culpabilisé.	انبت نفسي			
التعديل					
06	J'ai pensé à des choses irréelles ou fantastiques pour me sentir mieux	فكرت في أمور خيالية أو جميلة لكي أشعر بالتحسن			
التعديل					
07	J'ai essayé de tout oublier.	حاولت نسيان كل شيء			
التعديل					
08	J'ai souhaité pouvoir changer d'attitude.	تمنيت لو استطعت تغيير موقفي			
التعديل					
09	Je me suis critiqué(e) ou sermonné(e).	انتقدت نفسي أو وبختها			
التعديل					

3- البحث عن السند الاجتماعي: البحث عن الوسائل، المعلومات، مخطط للتدخل..... الخ. هذه الأخيرة تسمح بمواجهة الموقف عن طريق المجهودات المعرفية و السلوكية للتوصل إلى حل.

الرقم	العبارة الأصلية	العبارة مترجمة أو مكيفة	قرار التحكيم		
			يقيس	يحذف	تعاد صياغته
01	J'ai parlé à quelqu'un de ce que je ressentais.	حدثت شخصا على ما أحسست به			
					التعديل
02	J'ai sollicité l'aide d'un professionnel et j'ai fait ce que l'on m'a conseillé.	التمست المساعدة من أخصائي و اتبعت نصائحه			
					التعديل
03	J'ai demandé des conseils à une personne digne de respect et je les ai suivis.	طلبت نصائح من شخص يستحق الاحترام و اتبعت نصائحه			
					التعديل
04	J'ai discuté avec quelqu'un pour en savoir plus au sujet de la situation.	تحدثت مع شخص لأعرف أكثر عن الوضع			
					التعديل
05	J'ai contenu (gardé pour moi) mes émotions.	لم أعبر عن مشاعري			
					التعديل
06	J'ai parlé avec quelqu'un qui pouvait agir concrètement au sujet du problème.	تحدثت مع شخص قادر على التصرف بطريقة صحيحة حيال المشكلة.			
					التعديل
07	J'ai essayé de ne pas m'isoler	حاولت أن لا أعزل نفسي			
					التعديل
08	J'ai accepté la sympathie et la compréhension de quelqu'un.	تقبلت تعاطف و تفهم شخص آخر.			
					التعديل

الملاحظات :

إذا كانت لك أي ملاحظة أو اقتراح عن الموضوع يمكن كتابتها.

.....

.....

.....

.....

ملاحق المقاييس في صورتها النهائية

البيانات الشخصية

التاريخ :/...../.....

الرقم :

تاريخ الالتحاق بالمهنة:/...../.....

ملاحظة: إن هذه المعلومات ستبقى سرية ، و يتم استعمالها لغرض البحث العلمي فقط.

الملحق رقم 07: مقياس استراتيجيات التعامل في صورته النهائية

1

-التعليمية :

أمامك عدد من العبارات التي ستمثل وجهة نظرك و التي تفيدنا لغرضالبحث العلمي ، و نأمل منك قراءة كل عبارة بعناية ثم وضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك .

نأمل ألا تترك أي عبارة من دون أن تجيب عليها ، مع ملاحظة أنه لا يوجد عبارة صحيحة و أخرى خاطئة ، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة .

صف حدث صدمي أو وضعية ضاغطة عشتها في الشهر الأخير.

- وصف الحدث :

.....

.....

.....

.....

.....

- تشير العبارات التالية إلى طرق التعامل مع مشكلة ما . بينمدىاستعمالكلها للتعامل مع الحدث أوالوضعيةالتي وصفتها للتو، و ذلك بوضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك .

الرقم	العبارة	لا	إلى حدما لا	إلى حدما نعم	نعم
1	وضعت خطة عمل واتبعتها.				
2	تمنيت أن يختفي الوضع أو ينتهي.				
3	حدثت شخصا على ما أحسست به.				
4	كافحت لتحقيق ما أردته.				
5	تمنيت لو استطعت تغيير ما حدث.				
6	التمست المساعدة من أخصائي و اتبعت نصائحه.				
7	تغيرت إلى الأحسن.				
8	تضايقت لعدم قدرتي على تجنب ما حدث.				
9	طلبت نصائح من شخص يستحق الاحترام و اتبعت نصائحه.				
10	تناولت الأمور واحدة بواحدة.				
11	تمنيت لو حدثت معجزة.				
12	تحدثت مع شخص لأعرف أكثر عن الوضع.				
13	ركزت على جانب ايجابي كان بإمكانه الظهور فيما بعد.				
14	انبت نفسي.				
15	احتفظت بمشاعري لنفسي.				
16	خرجت أكثر قوة من الموقف.				

الرقم	العبارة	لا	إلى حدا لا	إلى حدا نعم	نعم
17	فكرت في أمور خيالية أو جميلة لكي أشعر بالتحسن.				
18	تحدثت مع شخص قادر على التصرف بطريقة صحيحة حيال المشكلة.				
19	غيرت أمور حتى ينتهي كل شيء بشكل جيد.				
20	حاولت نسيان كل شيء.				
21	حاولت أن لا أعزل نفسي.				
22	حاولت عدم التصرف بتسرع أو عدم إتباع أول فكرة خطرت لي.				
23	تمنيت لو استطعت تغيير موقفي.				
24	تقبلت تعاطف وتفهم شخص آخر.				
25	وجدت حلا أو حلين للمشكلة.				
26	انتقدت نفسي أو وبختها.				
27	عرفت ما ينبغي القيام به، فضاغت مجهوداتي وبذلت كل ما بوسعي للوصول إلى ما أردت.				

الملحق رقم 08: مقياس تأثير الحدث الصدمي في صورته النهائية

2- التعليم:

تشير العبارات التالية إلى صعوبات واجهها أشخاص بعد تعرضهم لحدث صادم ، من فضلك اقرأ كل عبارة وبين مدى تطابقها مع المعانات التي عشتها إذا كنت قد تعرضت لحدث صادم خلال الشهر الماضي، وذلك بوضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك وإذا لم يحدث شيء عليك وضع الإشارة في الخانة "لا تنطبق أبدا" .

الرقم	العبارة	لا تنطبق أبدا	تنطبق قليلا	تنطبق أحيانا	تنطبق كثيرا	تنطبق دائما
1	كل ما يذكرني بالحدث يوقظ مشاعر حوله.					
2	واجهت صعوبة في النوم أو صعوبة الاستمرار في النوم.					
3	أشياء أخرى دفعتني للتفكير في الحدث باستمرار.					
4	شعرت بالانزعاج والغضب.					
5	تجنبت الاستيلاء عند التفكير في الحدث أو عند تذكره.					
6	فكرت في الحدث دون قصد مني.					
7	شعرت وكأن الحدث لم يحدث أو لم يكن حقيقيا.					
8	ابتعدت على كل ما يذكرني بالحدث.					
9	صور الحدث فرضت نفسها على تفكيري.					
10	كنت سهل الفزع و سهل الذهول.					
11	حاولت أن لا أفكر في الحدث.					
12	أدركت بأنه لا يزال لدي الكثير من المشاعر المتعلقة بالحدث ولم أتجاوزها، لكنني لم أتعامل معها.					

الرقم	العبارة	لا تنطبق أبد	تنطبق قليلا	تنطبق أحيانا	تنطبق كثيرا	تنطبق دائما
13	كانت مشاعري تجاه الحدث تشعرني بالجمود أو بنوع من التخدير .					
14	وجدت نفسي أتصرف أو أشعر وكأنني أعيد معايشة الحدث.					
15	واجهت صعوبة في الخلود إلى النوم.					
16	اجتاحتي موجات من الأحاسيس القوية ذات علاقة بالحدث.					
17	حاولت إبعاد الحدث عن ذاكرتي.					
18	واجهت صعوبة في التركيز.					
19	تذكر الحدث سبب لي ردود الفعل الجسدية، مثل التعرق، مشاكل في التنفس، الغثيان أو تسارع نبضات القلب.					
20	حلمت أحلاما ذات علاقة بالحدث.					
21	أحسست أنني كثير اليقظة والاحتراس.					
22	حاولت أن لا أتكلم عن الحدث.					

الملحق رقم 09: مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية

3- التعليم :

تمثل العبارات التالية وجهة نظرك، ضع علامة (√) في الخانة التي تناسبك.

الرقم	العبارة	لا تنطبق أبداً	تنطبق أحياناً	تنطبق دائماً
1	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي .			
2	اتخذ قراراتي بنفسى ولا تُملى علي من مصدر خارجي.			
3	اعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها.			
4	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم.			
5	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدراتي على تنفيذها.			
6	أقتحم المشكلات لحظها ولا أنتظر حدوثها.			
7	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها.			
8	نجاحي في أموري (عمل - دراسة ..الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة.			
9	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه.			
10	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله.			
11	الحياة فرص وليست عملاً وكفاحاً.			
12	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها.			
13	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها.			
14	اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه.			
15	لدي قدرة على المناورة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني.			
16	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها.			

الرقم	العبارة	لا تنطبق أبداً	تنطبق أحياناً	تنطبق دائماً
17	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيبي.			
18	المشكلات تستنفر قواي وقدراتي على التحدي.			
19	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه.			
20	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ.			
21	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث.			
22	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.			
23	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دوراً هاماً في حياتي.			
24	عندما أحل مشكلة أحد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى.			
25	أعتقد أن " البعد عن الناس أمر جيد " .			
26	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي.			
27	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي و قدرتي على المثابرة.			
28	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر.			
29	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط.			
30	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي.			
31	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي.			
32	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي.			
33	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.			
34	أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث.			
35	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها.			
36	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي.			
37	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نعيشها.			
38	أؤمن بالمثل الشعبي " القليل من الحظ خير من قنطار شطارة".			

الرقم	العبارة	لا تنطبق أبدا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما
39	أعتقد أن الحياة التي لا تتطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية.			
40	أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم.			
41	أعتقد أن لي تأثير قوي على ما يجري حولي من أحداث.			
42	أهاب تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي.			
43	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن.			
44	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية			
45	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح.			
46	أغير قيمي ومبادئي إذ دعت الظروف لذلك .			
47	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث .			

الملحق رقم 10:
محاوَر المَقابِلة النصف موجهة

محاوَر المقابِلة النصف موجهة:

1- محور الأحداث الصدمية (المعاش الصدمي):

- أحكي لي على الحادث أو التجربة الخطيرة التي أثرت فيك بزاف في حياتك؟
- كيف كانت ردة فعلك؟
- ماذا كنت تريد فعله أثناء الحادث و لم تفعله؟
- هل استطعت تجاوز الحدث وكيف كان تجاوزك؟
- ما هو الحدث الخطير الذي احدث تغير في حياتك؟

2- محور المعاش النفسي ونظرة المفحوص لنفسه قبل و بعد الحدث :

- أحكي لي كيف كنت قبل الحدث؟
- كيف عشت الحدث؟
- كيف ترى نفسك الآن؟
- كيف عشت الأحداث التالية للحدث؟

3- محور تأثير الحدث الصدمي:

- كيف تصف أثر الحدث عليك و على أحاسيسك و الأفعال اللائردية
- كيف كان تأثير الحدث على حياتك و من أي جانب؟ ... بالنسبة للجانب الجسدي،
النفسي الشخصية و السلوك؟
-

بعد التطفل (Intrusion)

- صف لي الطرق المختلفة التي تجعلك تعيش الحدث مرات أخرى؟

- بعد التجنب (avoidance)

- ماهي الطرق التي تستعملها لعدم تذكر الحدث ؟

- أين تكمن العلاقة بين (الخوف و القلق) و مهنتك؟

بعد الإفراط Hyperarousal

- كيف تستجيب للمؤثرات الخارجية؟

- هل هناك فرق في تحكّمك في القلق و الغضب قبل الحدث و بعده ؟ كيف؟

4-محور التعامل مع أحداث الحياة :

- هل استطعت تجاوز الحدث وكيف كان تجاوزك ؟

بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل

كيف يمكنك وصف مختلف مواجهاتك للصعوبات و المشاكل ؟ كيف تتعامل معها؟

بعد الاستراتيجيات المتمركزة حول الانفعال

- هل تشعر بالرضى على نفسك؟ لماذا؟

- ماذا عن إحساسك بتأنيب الضمير في بعض تصرفاتك بعد الحادث؟

البحث عن السند الاجتماعي

- هل احتجت للتحدث مع شخص ما عن الوضع ؟ كيف كان ذلك؟

- كيف تصف علاقتك مع أفراد المجتمع؟

5- محور القوة النفسية:

- ماذا يمكن أن تقول على مكانة الحياة، الحب و السعادة في حياتك ؟

- هل تستطيع تحمل حادث آخر؟ لماذا؟

- كيف كانت قوتك النفسية و الجسدية قبل و بعد الحدث؟

بعد الالتزام

- ما بين هواياتك و الأشياء التي كنت تحب فعلها في وقت الفراغ ، كيف كنت تفعل ذلك

و كيف تفعله بعد الحدث؟

- ماذا تعني لك الحياة ؟

بعد التحكم

- هل بإمكانك تحمل مسؤولية كل ما حدث لك وما جعلك تكون هذا الإنسان اليوم ؟ كيف

ولماذا ؟

بعد التحدي

- كيف هي تفاعلاتك مع مختلف أحداث الحياة؟

- ما هو انطباعك لمختلف تغيرات الحياة التي تحدث لك ؟

- كيف تكون ردت فعلك عندما تواجه صعوبة في إيجاد مشكلة تواجهها؟

ملخص:

الهدف من الدراسة: تتبع التغيرات في مستويات (الصلابة النفسية ، استراتيجيات العامل وتأثير الحدث الصدمي) لأعوان تدخلات الحماية المدنية عبر منظور الزمن. أيضا، تحديد وتوضيح العلاقات بين المتغيرات. **منهج الدراسة: المنهج المختلط (تصميم التفسيري).**

تم جمع البيانات الكمية وتحليلها أولاً باستخدام المنهج الوصفي، حيث تم تقسيمها إلى جزئين (دراسة طولية وأخرى عرضية)، متبوعة بجمع وتحليل البيانات الكيفية باستخدام المنهج العيادي. **عينة من الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة الكمية من (99) عون تدخلات الحماية المدنية، أما الدراسة الكيفية فقد تكونت مجموعة البحث من (06) حالات، حيث تم اختيارهم من نتائج الدراسة الطولية والعرضية. **نتائج الدراسة:**

مكنتنا الدراسة الطولية من تعقب التغيرات في المتغيرات خلال العامين الأولين من الانضمام أعوان تدخلات الحماية المدنية إلى المهنة، أما الدراسة العرضية فقد مكنتنا من التحقق من استمرارية العلاقة بين المتغيرات لأكثر من عامين من الخبرة المهنية لتصل حتى 25 سنة.

فسرت نتائج الدراسة الكيفية عدم التناسق المتوصل إليه في نتائج (الدراسة الطولية ودراسة العرضية) ، حيث تبين أن أعوان تدخلات الحماية المدنية يستعملون الاستراتيجيات المتمركزة حول المشكل أكثر للتعامل مع الأحداث الصدمية، ولكن بعد 5 سنوات من الخبرة المهنية، يواجهون الحدث الصدمي على مستويين (داخلياً وخارجياً). **الكلمات المفتاحية:**

الصلابة النفسية ، استراتيجيات العامل، تأثير الحدث الصدمي، أعوان الحماية المدنية.

Abstract :

Purpose of the Study: The purpose of this study is to track the changes in the levels of (psychological hardiness, coping strategies and impact of traumatic event) of firefighters through the perspective of time. Also, identifying and explaining relationships between variables.

Approach of the study: mixed method: Sequential Exploratory Design.

The quantitative data is collected and analyzed first by using descriptive analytical approach, it has been divided into 2 parts; (longitudinal study and cross-sectional study), then followed by qualitative data collection analysis using Clinical approach.

Sample of the study:

For the quantitative study the sample consists of (99) firefighters. For the qualitative study the sample consists of (06) firefighters, they have been selected by choosing (2) firefighters who had the highest and lowest score in the scale of psychological hardiness from every section.

Results of the study:

The longitudinal study enabled us to track changes in variables of the study during the first two years of joining firefighters the profession. The cross-sectional study enabled us to check the continuity of the relationship between variables for more than two years of professional experience up to 25 years.

The results of the qualitative study explain the Incompatibility between results of longitudinal study and cross-sectional study. it was it was concluded that firefighters use more the coping focused on problem to deal with the traumatic events, but after 5 years of experience they face the traumatic event on two levels (internally and externally).

Keywords:

Psychological hardiness, coping strategies, impact of traumatic event, firefighters.