



اضطرابات الأحداث ما بعد الصدمية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. عامر سعيد الخيكاني

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل

م.د. أم.د. سليمة عبد الله السلطاني

كلية الآداب / جامعة بغداد

م.د. أيمن هاني الجبوري

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة

الملخص

تشكل الحروب مصدراً سلبياً للمجتمع ككل من طلبة وغيرهم يعانون ووطنها ونتائجها السلبية من توترات وقلق قد تربكهم وتشتتهم وهم يؤدون أعمالهم . ومن هنا كان عمل الباحثين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للكشف عما قد تعانيه الطالبات من اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية خصوصاً ممن يسكن المناطق الساخنة التي عانت هذه المعارك والحروب المستمرة . ولمحاولة معرفة ما قد تتمتع بها الطالبات من توافق نفسي اجتماعي إذ هدف البحث إلى التعرف على الآتي :

- 1- اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .
 - 2- العلاقة بين اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- وبعد تحديد المنهج الملائم للبحث وتهيئة المقاييس المطلوبة وتدقيق صلاحيتها تم إستخدامها على (15) طالبة للوصول إلى عدة إستنتاجات هي الآتي :
- تميزت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة باضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية .
 - كانت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة بحدود وسط في سمة التوافق النفسي الاجتماعي .
 - كلما إرتفعت اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية يقابلها ضعف في التوافق النفسي الاجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة .
- ليتم وضع التوصيات التي أسفر عنها البحث الحالي .

الكلمات المفتاحية: (الأحداث الصدمية - التوافق النفسي الاجتماعي)

Post-traumatic events disorders and their relationship to psychosocial adjustment among female students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences

Prof. Ayman Hani Al-Jubouri Prof. Dr. Salima Abdullah Al-Sultani

College of Physical Education and Sports Sciences / University of Kufa College of Arts / University of Baghdad

Summary

Wars constitute a negative source for society as a whole, including students and others who suffer the impact and negative consequences of tensions and anxiety that may confuse and distract them while they perform their work. Hence the work of researchers in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon to reveal what female students may



suffer from post-traumatic events, especially those who live in hot spots that have suffered from these ongoing battles and wars. In order to try to find out what psychological and social compatibility the female students may enjoy, the research aims to identify the following:

-1 Post-traumatic stress disorder and psychosocial adjustment for female students of the College of Physical Education and Sports Science at the University of Babylon.

-2 The relationship between the post-traumatic events strikes and the psychosocial adjustment of female students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.

After defining the appropriate approach to the research, creating the required standards and checking their validity, it was used on (15) students to reach several conclusions as follows:

The fourth stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences of the University of Babylon were distinguished from those who live in hot areas with post-traumatic events.

-The students of the fourth stage in the College of Physical Education and Sports Sciences of the University of Babylon were among those who live in hot areas with moderate limits in the trait of psychosocial adjustment.

-The higher the post-traumatic events disorder, the weaker the psychosocial adjustment of the fourth stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon who live in hot areas.

To put the recommendations that resulted from the current research.

Keywords: (traumatic events - psychosocial adjustment)

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تشكل الحروب مصدراً سلبياً للمجتمع ككل من طلبة وغيرهم يعانون وطئتها ونتائجها السلبية من توترات وقلق قد يربكهم ويشتمهم وهم يؤدون أعمالهم . ومن هنا كان عمل الباحثين في كلية التربية الرياضية بجامعة بابل للتعرف عما قد تعانيه الطالبات خصوصاً من يسكن تلك المناطق الساخنة التي عانت من هذه المعارك والحروب المستمرة .

فضلاً عما سبق ستبدأ بحثها في محاولة جادة للتعرف على ظواهر أخرى مثل التوافق النفسي والاجتماعي الذي تسلط الضوء من خلاله على علاقة واقعية قد تكون موجودة بين الأحداث الصادمة التي تعاني من تواجها هؤلاء الطالبات وبين التوافق النفسي والاجتماعي الذي يتميزون به .

مما سبق ندرك أهمية البحث الحالي في محاولة الكشف عن اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية التي قد تعاني منها طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وكذلك التوافق النفسي والاجتماعي الذي يتميز به فضلاً عن العلاقة التي قد تكون بين هذه المتغيرات للوصول إلى نتائج يعتد بها وعليه من خلالها محاولة علاج أمور كثيرة قد تعاني منها طالبات الجامعة خصوصاً في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . هنالك في المجتمع مصادر كثيرة تشكل تهديداً للأفراد بدنياً ونفسياً مثل الحروب بشكل عام والأوضاع السياسية التي يخضع لها بلد مثل العراق بشكل خاص ومن البديهي أن يكون لها التأثير السلبي الواضح على كل سلوكيات الأفراد سيما في يتعلق بالتوافق النفسي والاجتماعي لهم .



طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل من المؤكد أن يعانين واقعهن الذي يعيشه ومن الآثار التي تخلفها الحروب والظروف الراهنة في البلد وتشكل عدم معرفتها لديهن مشكلة حاولت الباحثون حلها وان كانت تلك هي وجه من هذه المشكلة فوجهها الآخر يكمن في عدم معرفة واقع التوافق النفسي الاجتماعي وإمكانية وجود علاقة ارتباط قد تكون عكسية بين المتغير الأول الذي يُعنى بالأحداث الصدمية وإضطراباتها وبين المتغير الثاني الذي يُعنى بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى هؤلاء الطالبات .

2-1 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على الآتي :

- 1- إضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .
- 2- العلاقة بين إضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

3-1 فرض البحث :

هنالك علاقة عكسية بين آثار ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

4-1 مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل ممن يسكن المناطق الساخنة (القريبة من المعارك والحروب) .
- 2- المجال الزمني : 2016/11/6 – 2017/4/2 .
- 3- المجال المكاني : القاعات الدراسية لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل.

5-1 تحديد مصطلحات البحث :

- 1- الأحداث الصدمية : الصدمة النفسية هو عبارة عن مجموعة من المظاهر أو الأعراض البارزة أو الاضطرابات النفسية ، كالخوف والهلع والقلق والشد والتوتر الشديد والاكئاب وضعف الذاكرة والتشتت التي تعقب فشل الفرد في مواجهة متطلبات الحدث الصدمي . (5 : 80-123)
- 2- التوافق النفسي الاجتماعي : التوافق حالة من التوائم والانسجام بين الفرد وبيئته تبدو في قدرته على ارضاء اغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً ازاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية . ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفاً جديداً او مشكلة مادية او اجتماعية او خلقية او صراعاً نفسياً يناسب هذه الظروف الجديدة . (1 : 470)
- التوافق النفسي : هو عبارة عن تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الفرد إلى أن يغير من سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة وبين البيئة من جهة أخرى . (7 : 73)
- التوافق الاجتماعي : هو توحيد وجهات النظر والآراء والأفكار في المجتمع وتحقيق الحد الأدنى من التفاهم المتبادل المشترك فيما يتعلق بالأوضاع الاجتماعية الجديدة . (7 : 21)

2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

يتضمن هذا الفصل منهج البحث المستخدم والاجراءات التي اتبعت في تحديد مجتمع البحث واختيار العينة واعداد أداة لقياس اضطرابات ما بعد الاحداث الصدمية، واعداد أداة لقياس التوافق النفسي الاجتماعي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل ، واجراء التطبيق النهائي للمقياسين على عينة البحث والخطوات التي اعتمدت في تحليل الاجابات والمعالجات الاحصائية المستخدمة في هذا البحث .

2 - 1 منهج البحث



تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الإرتباطية لملاءمتها وحل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه .

2-2 مجتمع وعينة البحث

تحدد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل ممن يسكن في المناطق التي يسودها نوع من عدم الأمان نتيجة الظروف الراهنة والإرهاب التي يهدد تلك المناطق والتي أسميناها بالمناطق الساخنة وقد بلغ مجتمع البحث (15) طالبة تم أخذهن جميعهن ضمن هذا البحث وبذلك فقد أخذنا المجتمع بأكمله .

2-3 أدوات البحث

تم استخدام أدوات مختلفة للوصول إلى النتائج المتوخاة من البحث الحالي وأبرزها :

- المصادر والمراجع العلمية المحلية والعربية والأجنبية ذات الصلة
- شبكة الأنترنت فيما يخص توفير المعلومات الساندة في هذا البحث .
- حاسبة إلكترونية .
- مقياسي البحث : حيث يتطلب تحقيق أهداف البحث استخدام مقياسين أحدهما لقياس اضطراب ما بعد الأحداث الصدمية والآخر لقياس التوافق النفسي الاجتماعي وكما يأتي :
أ - مقياس اضطراب ما بعد الصدمة النفسية :
وهو مقياس للباحثة (أشواق جرجيس : 2005) يقيس الإضطرابات التي تكون بعد الصدمات النفسية الناتجة عن آثار المعارك والحروب المؤثرة ويتكون من (40) فقرة يجب عنها المفحوصين وفق ثلاث بدائل هي : (كثيراً ، أحياناً ، قليلاً) وتعطى للإجابة بـ (كثيراً) ثلاث درجات وللإجابة بـ (أحياناً) درجتان بينما تكون للإجابة بـ (قليلاً) درجة واحدة فقط .

ب - مقياس التوافق النفسي الاجتماعي :

وهو مقياس للباحثة (أشواق جرجيس : 2005) و يقيس التكيف النفسي والتوافق لدى المفحوصين ومقدرتهم على التناغم والتفاهم الاجتماعي الايجابي ويتكون من (66) فقرة يجب عنها المفحوصين وفق ثلاث بدائل هي : (كثيراً ، أحياناً ، قليلاً) وتعطى للإجابة بـ (كثيراً) ثلاث درجات وللإجابة بـ (أحياناً) درجتان بينما تكون للإجابة بـ (قليلاً) درجة واحدة فقط .

2-4 إجراءات البحث الميدانية :

لتحقيق أهداف البحث قمنا بعدة إجراءات علمية تطبيقية وهي الآتي :

2-4-1 إيجاد الشروط العلمية لمقياسي البحث :

تم إشارة عدد من السادة الخبراء المختصين بعلم النفس الرياضي في جامعة بابل بعد تقديم المقياسين (المشار إليهما) للحصول على صدق المحتوى ، حيث تمت موافقة السادة الخبراء* على جميع فقرات المقياسين المذكورين بالاجماع ، وبذلك تم الحصول على صدق المقياس أما ثبات المقياس

* أ.د. ياسين علوان كلية التربية الرياضية / جامعة بابل

أ.د. حيدر عبد الرضا كلية التربية الرياضية / جامعة بابل

أ.د. هيثم حسين كلية التربية الرياضية / جامعة بابل

أ.د. شيماء علي مديرية التربية الرياضية والفنية / جامعة بابل

أ.م.د. رائد عبد الأمير مديرية التربية الرياضية والفنية / جامعة بابل

أ.م.د. هيثم محمد كلية التربية الرياضية / جامعة بابل



فتم إثباته من خلال إجراء تجربة إستطلاعية وإعادتها وإجراء معامل الارتباط البسيط بين درجات التطبيقين لمقياسي (إضطراب ما بعد الصدمة النفسية) و (التوافق النفسي الإجتماعي) لتكون الدرجتين (0.84) و (0.88) على التوالي هما درجتى الثبات للمقياسين المذكورين وتعدان مؤشراً جيداً للثبات. وبما سبق نتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين المستخدمين حيث يذكر (عبد الخالق) في توضيح الخواص التي يتصف بها المقياس بأن هذه الخواص متعددة أهمها الثبات والصدق، فهما أهم المعالم القياسية للمقياس الموضوعي الجيد. وموضوعية المقياس أو الاختبار تعني وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار وحساب درجات النتائج الخاصة به. (2 : 173)

وفيما يخص وضوح التعليمات والفقرات الخاصة بالاختبار فيشير (خريبط) إلى انه يكون الاختبار موضوعياً إذا كانت أسئلته محددة وإجاباته محددة بحيث يكون للسؤال جواب واحد فقط، لا يترك مجالاً للالتباس. (4 : 72) وهذا ما أقره السادة الخبراء وما تبين من خلال التجربة الاستطلاعية لمقياسي البحث الحالي.

2-4-2 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء تجربة إستطلاعية لمقياسي البحث (إضطراب ما بعد الصدمة النفسية) و (التوافق النفسي الإجتماعي) ففضلاً عن أهداف هذه التجربة في التأكد من ثبات المقياسين ومن الاجراءات العملية لتطبيقهما كانت أيضاً للتخلص مما يسمى بخطأ الخبير (Expert Error) الذي قد يكون من السادة الخبراء لصدق المحتوى. وكانت يوم الأحد بتاريخ 12 / 3 / 2017 على عينة من طالبات المرحلة الثانية والثالثة لكلية التربية الرياضية في جامعة بابل وتم إعادة التجربة على المجموعة نفسها بعد (10) أيام وتحديداً يوم الأربعاء بتاريخ 22 / 3 / 2017.

ومن الجدير بالذكر إن فقرات المقياسين كانت واضحة غير قابلة للالتباس في معانيها وكانت ظروف تطبيق المقياسين جيدة ولم تكن هنالك أية معوقات في ذلك، واستغرقت الإجابة من (15) إلى (20) دقيقة عن كلا المقياسين.

2-4-3 التجربة الرئيسية للبحث :

تم إجراء التجربة الرئيسية للبحث بتطبيق مقياسي البحث على عينة البحث البالغة (15) طالبة من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ممن يسكن في المناطق الساخنة (التي أشرنا إلى طبيعتها آنفاً) وقد كانت في يوم الإثنين 27 / 3 / 2017.

2-5 الوسائل الإحصائية :

لتحقيق أهداف البحث تم استخدام الحقيبة الإحصائية الـ SPSS للوصول إلى نتائج البحث.

3 - عرض نتائج البحث ومناقشتها :

من خلال الإجراءات التي تمت في الفصل الثالث واستخدام الإحصائيات المطلوبة للوصول إلى حل مشكلة البحث وتحقيق أهدافه كان الآتي :

3 - 1 اضطرابات الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل :

بعد التطبيق النهائي لمقياسي البحث وهما (إضطرابات ما بعد الصدمة النفسية) و (التوافق النفسي الإجتماعي) على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية ممن يسكن في المناطق الساخنة تم الحصول على البيانات الآتية :



جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لطالبات التربية الرياضية على مقياسي اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الإجتماعي

متغيرات البحث	وسط حسابي	انحراف معياري	الوسط الفرضي
اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية	102.9333	12.09288	80
التوافق النفسي الإجتماعي	141.4667	10.09732	132

يتبين من الجدول (1) لنا الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بمتغيري البحث اضطرابات الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الإجتماعي المستخرجة من إجابات طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل عن مقياس كل متغير منهما ، وقد بلغ الوسط الحسابي لاضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية (102.93) درجة وهو مؤشر يكاد يكون عالياً إذا أخذنا بنظر الاعتبار أن الوسط الفرضي للمقياس هو (80) درجة فقط مما يطرح أمامنا ظاهرة تتسم بالخطر في طريقة تفكير وتعاطي هؤلاء الطالبات مع الأحداث الصدمية التي كانت بالقرب من مناطق سكناهم والتي تسببت بها المعارك التي شنتها قوى العدوان والتطرف ضد شعبنا العراقي وتحديداً في المناطق التي أشرناها بالساخنة نظراً لحدة الإشتباكات فيها أو بالقرب منها مثل مناطق (جرف الصخر) و (جبلة) و (المسيب) و (القرية العصرية) و (اللطيفية) وجميعها مناطق تابعة لمحافظة بابل . فالانفجارات التي تحدث وتقض مضاجعهم وقد تبعث بهن (بدون أدنى شك) للتفكير السلبي بطبيعة الحياة التي يعشنها من المؤكد أنها تبيت في هذه الإضرابات التي أشرها المقياس الحالي والكشف عن حالات عدم الأطمئنان التي يعشنها . ومن المفيد ذكره هنا إنه ورغم الخطر المؤثر من الدرجة التي تتمتع بها هؤلاء الطالبات بإضرابات الأحداث الصدمية إلا إنها لم تصل للدرجة السيئة جداً والتي فيها تكون الإضرابات قد أثرت على سلوكهن سلبياً بشكل واضح وصريح فأعلى درجة نظرية فرضية على المقياس لهذه الإضرابات هي (140) درجة ومن الواضح بعد هذه الدرجة نوعاً ما عن الوسط الحسابي للطالبات (عينة البحث) .

أما درجة الانحراف المعياري البالغة (12.09) فتؤشر تبايناً ملحوظاً بين الطالبات بعضهم عن بعض وهو أمر طبيعي يرجع لطبيعة نشأة كل منهن والظروف التي تعرضن لها وغير ذلك من الأسباب الشخصية لكل منهن . فقد يرجع سبب ذلك الى الكيفية التي عايش الفرد فيها الكارثة ماذا فعل وماذا كان يجب ان يفعله، مما يجعل منها صدمة نفسية دائمة أو عابرة وان مرجعيتهم النفسية من عقيدة وتقاليد عائلية واجتماعية ومختلف مكنسباتهم التعليمية والثقافية عموماً مكنتهم من التكيف، بفضل توظيف معارفهم الاساسية. (3 : 25) وبملاحظة الوسط الحسابي الذي يصف التوافق النفسي الإجتماعي لطالبات التربية الرياضية نجده من خلال الجدول السابق (141.46) درجة وهو مؤشر في حدود الوسط تقريباً للطالبات في توافقهن النفسي والاجتماعي الذي يتمتعن به من خلال متابعة الوسط الفرضي لمقياس التوافق النفسي الإجتماعي الذي يبلغ (132) درجة فرغم أنهن من طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة التي يتسم منتسبوها من الطالبات بسمات مميزة من التوافق النفسي والاجتماعي والأجواء التضامنية الفاعلة التي تجمعهم ، لذا نرى بأن هذه الدرجة تعبر عن أسباب واقعية سلبية مؤثرة يتعرضن لها جعلتهن غير مميزات بالتوافق النفسي الاجتماعي وموضوع التوافق هو موضوع الصراع بين الذات من ناحية والموضوع من ناحية أخرى وهو ناتج ومحصلة للصراع بينهما. (3 : 47) والتوافق بالمعنى العام يعني العملية التي يلجأ إليها الكائن العضوي ليتمكن من الدخول في علاقة توازن أو انسجام مع البيئة مع ضرورة توافر الشروط لتحقيق هذه العلاقة ويبدأ التوافق بشعور الفرد بحاجة وينتهي بأشباع هذه الحاجة وشعور الفرد بالأمن النفسي والاجتماعي تبدو آثاره في سلوك الفرد المتوافق. أما درجة



الإنحراف المعياري فتجسد حالة قريبة من التشابه الذي يميز هؤلاء الطالبات خصوصاً إذا تذكرنا أن أعلى درجة فرضياً تبلغ (264) وهي قيمة عالية نوعاً ما .

3 – 2 علاقة الارتباط بين اضطراب ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل :

لتحقيق هدف البحث الثاني تم إجراء معامل الارتباط البسيط بين كل من اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي ، كما في جدول (2):

جدول (2)

معامل الارتباط بين اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي

متغيرات البحث	اضطراب الأحداث الصدمية	التوافق النفسي الاجتماعي
اضطرابات الأحداث الصدمية	1	- 0.71*
التوافق النفسي الاجتماعي	- 0.71*	1

من خلال مشاهدة بسيطة للجدول (2) يتبين لنا الارتباط المعنوي (الحقيقي) الموجود بين اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية والتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة اللواتي يعشن في المناطق الساخنة وذلك لتغلب درجة الارتباط المحسوبة والبالغة (0,71) على الدرجة الجدولية لـ (ر) البالغة (0,514) عند درجة حرية (13) وتحت مستوى دلالة 0,05 ، كما نلاحظ أن إشارة الارتباط سالبة وهذا يعني وجود الارتباط العكسي بين المتغيرين المذكورين مما يعني أنه كلما ازدادت اضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية للطالبات ضعف معها التوافق النفسي الاجتماعي لهن وهو أمر طبيعي إذا أدركنا إن معاناة المصابين من الصدمة النفسية تكون من افكار مرعبة مستعصية وذكريات مؤلمة عن الحادث وشعور بالبرود الانفعالي وان الحادث الصدمي الذي يسبب اضطراب ما بعد الصدمة النفسية ينطوي دوماً على تهديد الحياة والإنذار بقرب الموت. ويستذكر المصدومون دوماً حادث الصدمة على نحو كوابيس وإستذكارات مزعجة خلال النهار. وقد يعانون من مشاكل في النوم والكآبة والشعور بالانعزال والبرود العاطفي وانعدام الحس وسرعة الجفلة وقد يتلاشى الاهتمام بالأمور التي اعتادوا على ممارستها وهو أمر بالتأكيد يغالط تماماً واقع التوافق النفسي والاجتماعي الذي يشير إلى حسن النظام الداخلي والتحرر من الضغوط والصراعات والكبت ، أي انسجام البناء الدينامي للفرد وعليه فالعصابي شخص غير متوافق ذلك أن حياته الانفعالية لا تخلو من الصراع . وهناك رابط قوي بين التكيف والتوافق مع إدراك أنه من الممكن أن نجد شخصاً متوافقاً مع سوء تكيف أو شخصاً متكيفاً على حساب توتر داخلي وصراعات نفسية.

وبما سبق يتم تحقيق أهداف البحث الموضوعية ويتم التأكد من صحة فرضيته .

4 – الخاتمة

من خلال عرض ومناقشة نتائج البحث تم الوصول إلى عدة إستنتاجات أهمها الآتي :

- تميزت طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة باضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية .
- طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة بحدود وسط في سمة التوافق النفسي الاجتماعي

* الارتباط معنوي لتغلب الدرجة المحسوبة على الدرجة الجدولية لـ (ر) البالغة (0,514) عند درجة حرية (13) وتحت مستوى دلالة 0,05 .



- كلما إرتفعت إضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية يقابلها ضعف في التوافق النفسي الإجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة .

من خلال استنتاجات البحث يمكن التوصل إلى توصيات مهمة بهذا الشأن منها :

- تحتاج طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل من اللواتي يسكن في المناطق الساخنة إلى برامج إرشادية جديّة لمحاولة التخلص من إضطرابات ما بعد الأحداث الصدمية المسيطرة عليهن .
- من المهم دعم التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي بين الطالبات بشكل عام ولطالبات المرحلة الرابعة في التربية البدنية وعلوم الرياضة على وجه الخصوص .
- ضرورة تعريف الطالبات بشكل عام على أهمية التغلب على حالات الاضطرابات التي تكون جراء الصدمات النفسية التي تعصف بهن وكيفية تطوير التوافق النفسي الاجتماعي لما له من أهمية في خلق التوازن المطلوب لديهن .

المصادر

- 1- أحمد عزت راجح ، اصول علم النفس، الطبعة 11، القاهرة ، دار المعارف ، 1977 .
- 2- أحمد محمد عبد الخالق . استخبارات الشخصية، القاهرة ، دار المعرفة الجامعية ، 1993 .
- 3- اشواق سامي جرجيس . الأحداث الصدمية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلامذة المرحلة الابتدائية ، اطروحة دكتوراه غير منشورة في كلية التربية للبنات /جامعة بغداد ، 2005 .
- 4- ريسان خريبط . مناهج البحث في التربية البدنية ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر جامعة الموصل ، 1987 .
- 5- عبد الفتاح القرشي. الضغوط التي تعرض لها الاطفال الكويتيين خلال العدوان العراقي الكويت، عالم الفكر، مج 22، ع1، 1993.
- 6- محمد ابراهيم محمود العبيدي . أثر العلاج النفسي- الديني في اضطراب ما بعد الصدمة النفسية (اطروحة دكتوراه) جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد، 2003 .
- 7- مصطفى فهمي ، التوافق النفسي الاجتماعي، ط1، القاهرة، مكتبة الخانجي مطبعة المجد ، 1979 .
- 8- نبيل كامل محمد خان . التوافق النفسي المدرسي لدى الطالبات الفلسطينين العائدين من الخارج في المرحلة الاعدادية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي (رسالة ماجستير) الجامعة الاردنية/ كلية التربية ، 1998 .



الملاحق

ملحق (1) مقياس اضطراب ما بعد الأحداث الصدمية : للباحثة أشواق سامي جرجيس

ت	الفقرات	كثيراً	أحياناً	قليلاً
1	تأتيني ذكريات غير مرغوبة عن أحداث الحرب.			
2	اشعر بالتوتر عندما اسمع صوت الانفجارات.			
3	اشعر بالحزن عندما اسمع صوت الانفجارات.			
4	اشعر بالضيق عندما اسمع صوت الطائرة			
5	اشعر بتوتر وانفعال عندما أتذكر أحداث الحرب			
6	أعاني من كوابيس وأحلام مزعجة			
7	استيقظ من النوم بسبب كوابيس تأتيني عن الحرب			
8	انزعج عندما أرى الأسلحة والدبابات			
9	اتألم عندما اسمع حديثاً يدور حول أحداث الحرب			
10	أتجنب المواقف والأشياء التي تذكرني بأحداث الحرب			
11	اشعر بتسارع نبضات قلبي عندما اسمع أصوات الانفجارات			
12	اشعر بضيق التنفس عندما اسمع أصوات الانفجارات			
13	أعرق عندما اسمع أصوات الانفجارات			
14	ارتعش عندما اسمع أصوات الانفجارات			
15	أتجنب الأفكار التي تتعلق بأحداث الحرب			
16	أتجنب المشاعر والأحاديث التي تتعلق بأحداث الحرب			
17	أتجنب النشاطات والأماكن التي تذكرني بأحداث الحرب			
18	أتجنب اللقاء بأشخاص يذكرونني بأحداث الحرب			
19	أعاني من صعوبة تذكر أحداث الحرب			
20	أتجنب النشاطات التي كنت استمتع بها قبل الحرب			
21	لا اشعر بالمتعة عند ممارستي هواياتي الآن			
22	لا ارغب في مشاركة الآخرين نشاطاتهم			
23	اشعر بالغيرة عندما أكون مع عائلتي			
24	لا اشعر بالآلفة مع الآخرين			
25	اشعر بالانفصال عن الآخرين			
26	اشعر بان لا احد يفهمني			
27	أعاني من صعوبة النوم			
28	استيقظ كثيراً خلال النوم (نومي متقطع)			
29	استيقظ مبكراً جداً			
30	لا اخذ كفايتي من النوم			
31	لا استطيع السيطرة على غضبي			
32	اشعر بمشاعر غضب قوية نحو الآخرين			
33	استخدم العنف الجسدي (الضرب بقوة) على الآخرين			
34	اشعر بأني عصبي			
35	أجد صعوبة في التركيز على ما أفعله			
36	أجد صعوبة في التركيز عندما أقوم بواجباتي المدرسية			
37	أكون حذراً لكل شيء وخصوصاً في الأماكن العامة			
38	أكون منتبهاً باستمرار الى كل الأشياء من حولي			
39	أجفل من أي صوت عادي			
40	أجفل عندما يلمسني شخص بصورة مفاجئة			



ملحق (2) مقياس التوافق النفسي الاجتماعي : للباحثة أشواق سامي جرجيس

ت	الفقرات	كثيراً	احياتاً	قليلاً
1	اشعر باحترامي لنفسي			
2	اشعر بانني مثل بقية الناس			
3	اشعر بالخجل من الآخرين			
4	اشعر اني حساس أكثر من اللازم			
5	اعترف بالخطأ الذي ارتكبه			
6	أتضايق عندما يعارضني احد			
7	اشعر بالذنب عند إساءتي لمعاملة الآخرين			
8	اشعر انه ليس لدي القدرة على ضبط النفس			
9	اشعر بانني محبوب من قبل الآخرين			
10	استطيع مواجهة المشكلات بشجاعة			
11	اشعر بانني اختلف في تفكيري عن الآخرين			
12	اشعر بالقلق وعدم الاطمئنان عند غياب والدي			
13	استطيع الاعتماد على نفسي في اداء واجباتي			
14	لدي القدرة على تحمل مسؤولية العمل الذي أقوم به			
15	اشعر بان كل ما حولي لا يثير اهتمامي			
16	اعتقد ان الآخرين لا يعاملونني معاملة حسنة			
17	أرغب في معارضة الآخرين ولو كانوا على حق			
18	اكون حذراً من الناس أكثر من اللازم			
19	اشعر بالسعادة عند وجودي مع أسرتي			
20	اشعر بان اسرتي وراء نجاحي			
21	ينصف تعاملي مع اسرتي بالصراحة			
22	هناك خلافات بيني وبين اخوتي			
23	افضل الابتعاد عن الضيوف عند زيارتهم لنا			
24	اتضايق من تقييد حريتي في البيت.			
25	اشعر ان ظروفنا الاسرية على ما يرام.			
26	اشعر بحنان والدتي.			
27	اتضايق عند البقاء في البيت مدة طويلة .			
28	اشعر الاطمئنان عندما اكون بين افراد اسرتي .			
29	يسعدني تبادل الزيارات مع اصدقائي			
30	اجد من السهولة التعاون مع الآخرين.			
31	يقلقني مرض احد افراد اسرتي			
32	تسعدني زيارة الاقرباء			
33	اشعر انني مراقب من قبل الآخرين			
34	اشعر بالضيق والقلق			
35	اشعر بالخوف			
36	اكون هادئاً في المواقف المحرجة			
37	اتردد في مشاركة اصدقائي لعبهم			
38	أفضل الانفراد بنفسي			
39	اتشاجر مع اصدقائي لاسباب بسيطة			
40	احاول فرض سيطرتي على الآخرين			
41	احاول العبث بممتلكات الآخرين			
42	احاول الاستماع والمرح كالآخرين			
43	اشكو من كره اصدقائي لي			



			أخجل إن تحدثت مع شخص من الجنس الآخر	44
			اشعر ان الناس يسيئون معاملتي	45
			تساعدني المعلمة في حل مشكلاتي	46
			استأذن المعلمة عند التحدث او الخروج من الصف	47
			اشعر ان معظم المعلمين يتقون بي	48
			اعاني من صعوبة فهم بعض المواد الدراسية	49
			افضل التغيب عن المدرسة	50
			يولمني مخالفة الاخرين للتوجيهات والانظمة	51
			يسعدني ان ابقى اكبر وقت ممكن في المدرسة	52
			أرتبك عندما أتحدث أمام التلاميذ في الصف	53
			أذهب الى المدرسة وانا مسرور	54
			يضايقني اصدقائي في المدرسة	55
			اشارك في حفلات المدرسة ونشاطاتها .	56
			اكون هادناً عند خروج المعلم من الصف	57
			اشعر انني محبوب من اصدقائي في المدرسة	58
			اقلق من تفوق اصدقائي في الدراسة علي	59
			احاول العبث بأثاث المدرسة وجدرانها	60
			احاول تمزيق الكتب المدرسية	61
			اتضايق عندما لا استطيع انجاز واجباتي المدرسية	62
			اشعر انني محبوب من قبل المعلمات.	63
			استجيب لأوامر المعلمة وارشاداتها	64
			اشعر بالخرج عند مخالفتي لانظمة المدرسة	65
			اشعر بالخجل او الخوف عندما اتحدث الى المعلمة.	66