

## ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب

### الجامعة المعرضين لخطر الصدمة

أ.د. أحمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان

أستاذ علم النفس التربوي - كلية التربية - جامعة الزقازيق

أ.د. سمية أحمد محمد الجمال

أ.د. وليد السيد أحمد خليفة

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

أستاذ ورئيس قسم علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي

كلية التربية - جامعة الزقازيق

كلية التربية - جامعة الأزهر - بالدقهلية

أشرف رجب حسن إبراهيم

مدرس مساعد بقسم علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي

كلية التربية - جامعة الأزهر - بالدقهلية

#### المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى محاولة التعرف على مستوى ضغوط ما بعد الصدمة، وعلاقتها بفاعلية الذات، ودراسة الفروق بين الذكور والإناث والجامعة والفرقة الدراسية والتخصص في ضغوط ما بعد الصدمة، وإمكانية التنبؤ بضغط ما بعد الصدمة من فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة، وتكونت عينة البحث من (٤٢٧) طالباً بجامعتي الزقازيق والأزهر، وتمثلت أدوات البحث في مقياسين هما مقياس ضغوط ما بعد الصدمة (Davidson, et al (١٩٩٥) (ترجمة الباحث)، ومقياس فاعلية الذات (Jerusalem & Schwarzer (1995) (ترجمة الباحث)، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون، واختبار (ت)، وتحليل الانحدار البسيط، أسفرت النتائج أن مستوى انتشار ضغوط ما بعد الصدمة لدى العينة الكلية متوسط، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنس (ذكر، أنثى) والجامعة (الزقازيق، والأزهر) في ضغوط ما بعد الصدمة، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص (النظري، العلمي) لصالح التخصص العلمي، وبين الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة) لصالح الفرقة الرابعة في ضغوط ما بعد الصدمة، كما يمكن التنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من درجات فاعلية الذات لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.

الكلمات المفتاحية: ضغوط ما بعد الصدمة - فاعلية الذات - المعرضين لخطر الصدمة - طلاب الجامعة.

## Post-traumatic stress and its relationship to self-efficacy among university students at risk of trauma

The current research aims to try to identify the level of post-traumatic stress, and its relationship to self-efficacy, and to study the differences between (males and females, university, class, specialization) in post-traumatic stress, and the possibility of predicting post-traumatic stress from self-efficacy among university students. The research sample consisted of (427) students from the Universities of Zagazig and Al-Azhar, and the research tools were represented in the researcher's translation of two scales: the post-traumatic stress scale Davidson, et al(1995), and the Jerusalem & Schwarzer (1995) self-efficacy scale, using a correlation coefficient of Pearson, (t) test, and simple regression analysis. The results revealed that the level of post-traumatic stress prevalence in the total sample is medium, and there is a statistically significant negative correlation at the level (0.01) between the total score of the post-traumatic stress scale and the total score of the self-efficacy scale. There are no statistically significant differences between gender (male, female) and the university (Zagazig, Al-Azhar) in post-traumatic stress, while there are statistically significant differences between specialization (theoretical, scientific) in favor of scientific specialization, and between the study group (first, fourth) in favor of the fourth group in post-traumatic stress, and the degrees of post-traumatic stress can be predicted from the degrees of self-efficacy among students at risk of trauma.

**Keywords:** Post-Traumatic Stress - Self-Efficacy - Students at Risk of Trauma- University Students.

## المقدمة :

يتأثر طلاب الجامعة بالأحداث الضاغطة من حولهم، وهذا يفرض الحاجة للمراقبة الآنية لحالتهم النفسية، فهم الأكثر إدراكاً لتلك الأحداث عن غيرهم الأقل منهم في المراحل الدراسية المختلفة، نتيجة لكثرة تفاعلهم مع الواقع المعاش، وقد يؤدي الفشل في تفادي تلك الضغوط لانهايار صحتهم النفسية حتى بعد انتهاء تلك الاحداث، والتي ينتج عنها ما يسمى بضغط ما بعد الصدمة.

وتظهر ضغوط ما بعد الصدمة في أنها رد فعل متأخر أو ممتد لحدث أو إجهاد ذي طابع يحمل صفة التهديد او الكارثة الاستثنائية، سواء أكان هذا الحدث من فعل الإنسان كالحروب، والأزمات الاقتصادية، أو من فعل الطبيعة كالزلازل والأعاصير، وهي بالتالي تهدد أمن الفرد النفسي، وتسبب له الخوف والقلق والانسحاب والتجنب، وتؤدي إلى الإخلال بتوازنه النفسي والاجتماعي والبدني والعقلي(عادل العدل، ٢٠٢١، ٢٧٦؛ Tanga et al. 2020,5؛ Carmassi et al. 2020,11؛ Cohen et al. 2010,9).

ولا شك أن الأفراد يمرون دائماً بالعديد من الصدمات والأحداث التي تؤثر عليهم فيما بعد، فالعالم دائماً في صراع من أجل البقاء، وفي كل صراع هناك نجاحات وانتكاسات أو إخفاقات، فليست حياة الانسان في رفاهية تامة ولا ضغوط مستمرة، غير انه هو من يقرر كيف يواجه تلك الضغوط الصادمة، وفقاً لمستوى فاعلية ذاته.

ووفقاً للدراسة الاستطلاعية (<https://forms.gle/qKxmKcNjuBqbnrXW8>)

التي قام به الباحث على(٤٠٢) طالباً في المراحل التعليمية الثلاثة(الثانوية - الجامعية - الدراسات العليا)، للتعرف على الأحداث الصادمة والمسببة لضغوط ما بعد الصدمة، وتم صياغة سؤالين الأول (سؤال محدد) وكان كالتالي " أعزائي الطلاب قد تعرضتم مؤخراً(العام الماضي) لبعض الأحداث المثيرة الصادمة التي أثرت سلباً على حياتكم وقد يكون منها ما يلي" وتم اعطاؤهم (٩) أحداث مختلفة، والسؤال

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعزبين لكظر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد احمد خليفة، أ.د. شمية احمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم

الثاني (سؤال مفتوح) وكان ينص على " أحداث أخرى صادمة قد تعرضت لها مؤخراً، الرجاء كتابتها بصورة محددة ومختصرة"، وتوصلت النتائج إلى أن هناك عدد من الأحداث الصادمة والأكثر تكراراً مثل (وفاة قريب، أو ضغوط مدرسية/ أكاديمية، أو مرض الشخص أو قريبه، والتنمر بأنواعه، والضغوط الاقتصادية، والمشاكل العائلية، أو الرسوب في أحد المواد الدراسية، أو انفصال الوالدين، أو الضغوط الاسرية، وجائحة كورونا، أو حادث سيارة، أو الحرمان من الالتحاق بكلية ما، والتعرض للخيانة من الأصدقاء، والعنف الأسري).

وفي ذلك يوضح عادل العدل (٢٠٢١، ٢٨٠) أن ضغوط ما بعد الصدمة تتمثل في ثلاثة أشكال، الأول: الشكل الحاد: وهو يبدأ مباشرة بعد حدوث الصدمة، ويستمر لفترة تصل إلى ستة أشهر، وإمكانات الشفاء منه كبيرة. الثاني: الشكل المزمن: وفي هذا النوع تستمر الأعراض أكثر من ستة أشهر، وتحتاج لفترة أطول من العلاج. الثالث: الشكل المتأخر: ولا تظهر الأعراض في هذا الشكل مباشرة بعد حدوث الصدمة، بل تمر في فترة كمون (ركود) قد تمتد إلى أشهر أو سنوات، ويحتاج لعلاج طويل ومعقد.

ويتوقف مستوى الإصابة بضغط الصدمة على " طبيعة الصدمة، وعمر الفرد، ونوعه، وجنسيته، سماته الشخصية، وعوامل أخرى كالأسرة والمجتمع، والتنشئة النفسية في مرحلة الطفولة" (Salas et al, 2017,58).

ويشير (Bandura, 2023, 12) أن معتقدات فاعلية الذات تؤثر على الأهداف والتطلعات، والتحفيز الذاتي والمثابرة في مواجهة الشدائد والصعوبات، وتشكل توقعات النتائج فأولئك الذين لديهم إحساس منخفض بالفاعلية يعجزون عندما يواجهون صعوبات وأن جهودهم غير مجدية ويتوقف على الفور عن المحاولة مرة أخرى، بينما يعتقد أولئك الذين يتمتعون بحس عالٍ من فاعلية الذات أنه يمكن التغلب على العقبات من خلال التطوير الشخصي والمثابرة. في مواجهة الصعوبات فهم يقاومون حتى النهاية وفي حالة المحن يظلون يتصفون بالمرونة، كما تؤثر على جودة الحياة



الانفعالية والتعرض للتوتر والاكئاب، فهم من يحددون الخيارات التي يتم اتخاذها في لحظات القرارات المهمة. يمكن للعامل المرتبط بسلوك الاختيار أن يؤثر بعمق على مجرى الحياة، ويحدث هذا لأن العوامل الاجتماعية التي تعمل في البيئات المختارة تستمر في تعزيز المهارات والقيم وأنماط الحياة من نوع معين.

ولفاعلية الذات self efficacy دوراً رئيساً في ردود فعل تجاه الضغوط والتعامل مع المواقف المهددة، والأشخاص ذوي فاعلية الذات العالية يميلون إلى أن يكونوا أكثر إيجابية، ويستخدمون استراتيجيات المواجهة لحل المشكلات، بينما الأشخاص الذين يعانون من ضعف الثقة بالنفس يميلون إلى تبني استراتيجيات التكيف السلبية أو الانفعالية، مما يشير إلى أن فاعلية الذات العالية يمكن أن تكون وسيلة أساسية للتغيير الإيجابي الشخصي، والشعور المنخفض بالسيطرة يمكن أن يضع الناس تحت رحمة المواقف (Jian, et al. 2022,7).

وتأتي أهميتها في حماية الطلاب من الآثار الضارة للصدمة، وتعزيز التعافي من المحن المؤلمة، وقضاء حياتهم، بسبب الاحداث الصادمة، فهي عملية تساعدهم على التمكين والحماية والتحكم فيما يفكرون فيه، وتنظيم انفعالاتهم وتأثيرات مشاعرهم، وتؤدي إلى الوصول لمستوى عال من الرفاه الانفعالي وخفض أثار الصدمة، وتزيد من مرونتهم الأكاديمية، وعلى العكس فإن المستوى المنخفض من فاعلية الذات وعدم القدرة على التحكم في الأفكار والانفعالات، يؤديان إلى تفاقم التوتر والأفكار الصادمة التي تطرح في الوعي، فعندما تكون التهديدات غير قابلة للإدارة، تتضخم خطورتها، ويوجد صعوبة في التنظيم الانفعالي، وزيادة القلق والضغوط، وضعف بالوظائف العقلية (Bandura, 1997,72،؛ Cantrell, 2016, 32،؛ Chung, et al. 2013،؛ 1034؛ 2-3، Jian, et al. 2022).

وفي هذا يشير (Bandura 1997) إلى أن فاعلية الذات هي ثقة الفرد بقدرته على تنفيذ مهمة أو مسؤولية محددة مهما كانت صعبة أو مرهقة عليه، وتحقيق

## ذغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عنده، أ.د.وليد العبد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

مستويات مميزة من الأداء لتحقيق النتائج الأكاديمية المرجوة، وحدد أن معتقدات الفرد عن ذاته تتحدد بثلاثة ابعاد هي: حجم الفاعلية: وتتحدد من خلال صعوبة الموقف، العمومية: ويقصد بها انتقال فاعلية الذات من موقف ما الى مواقف متشابهة، القوة: حيث تدفع المعتقدات القوية الفرد للمثابرة في مواجهة المواقف الصعبة والمعقدة، بينما يكون الفرد ذو المعتقدات الضعيفة أكثر قابلية للتأثر بما يلاحظه (السيد حسانين، إبراهيم عبدالواحد، ٢٠٢٠، ٣٥١ - ٣٥٢).

ويوضح السيد أبوهاشم (٢٠٠٥، ١٠) أن اعتقاد الفرد في فاعلية ذاته يجعله أكثر اهتماماً بالأعمال والأنشطة المختلفة، والاستغراق فيها، ويضع لنفسه أهدافاً بعيدة المدى، ويبدل الجهد في مواجهة الفشل وينظر إلى المهام الصعبة على أنها مصدر للتحدي وأكثر مرونة في تعاملاته وينسب نجاحه لذاته، بينما ينسب الفشل إلى عدم كفاية المعلومات أو المجهود المبذول.

وهذا يتفق مع ما أشار اليه Bandura (1993,118) أن فاعلية الذات تنظم الأداء البشري من خلال العمليات المعرفية والدافعية والانفعالية، وعند مواجهة الأحداث السيئة فإن الذين يحتفظون بالاعتقاد بأنهم قادرون على ضبط أفكارهم، هم الأكثر ميلاً إلى المثابرة في جهودهم، كما أن مرتفعي فاعلية الذات هم أيضاً أكثر ميلاً إلى نبذ ورفض الأفكار السلبية عن أنفسهم، وقدراتهم أكثر من ذوي الإحساس بعدم فاعليتهم الشخصية.

ومن الضروري دراسة الاثار الناجمة عن الأحداث التي يعايشها أو يشاهدها الفرد والعمل على اقتراح استراتيجيات تكيفية مناسبة للتعامل مع نتائج الصدمات على الفرد والتي تظهر بعد فترة قريبة أو بعيدة من التعرض للصدمة (Cohen et al, 2010,9; Carmassi et al, 2020,11; Hall, Border 2020; Tanga et al, 2020,5; Mathilde et al 2020).

مما سبق يمكن تأسيس فكرة البحث تلك على مبررات عدة، تتعلق بقصور الفرضيات بشتى أنواعها في الاقتراب من واقع العلاقات بين المتغيرات المدروسة، والتراث السيكلوجي، وقد ساهم هذا في إثارة دافعية الباحث في محاولة لسد هذه الثغرة وتقديم رؤية جديدة نسبياً لتفسير علاقة المتغيرين معاً لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.

### مشكلة البحث:

يعيش الكثير من الطلاب في ظروف غير مناسبة، ساعدتهم على الإحساس بالتوتر والضغط، وهم أكثر عرضة للإصابة بضغط ما بعد الصدمة فهم يواجهون عقبات عدة يجب التغلب عليها أثناء تعليمهم، ويتعين عليهم أن يكونوا قادرين على التغلب على تلك الضغوط بفاعلية، وعند ضعف القدرة في التغلب على تلك العقبات يزيد الضغط النفسي، وقد يكون للضغوط تأثير ايجابي طالما أن الضغط الذي يعاني منه لا يزال ضمن حدود القدرات الفردية.

وقد تشكلت مشكلة البحث الحالي من خلال عدد من المداخل أو المبررات المرتبطة بها، سواء من خلال الخبرة الميدانية، والدراسة الاستطلاعية، والبحث في التراث السيكلوجي ممثل في ندرة البحوث التي تناولت المتغيرات والتناقض بينهما في النتائج، وتوصيات البحوث السابقة فيما يتعلق بالمتغيرات "التابعة والمستقلة والوسيلة" والعينة، وأيضاً الواقع والظواهر الطارئة فيه، ويمكن توضيحهما كالتالي:

١. الخبرة الميدانية للباحث أثناء التدريس (الجزء العملي) لطلاب كلية التربية بالدقهلية جامعة الأزهر، حيث وجد أن الكثير من الطلاب يواجهون مشكلات عديدة تمثلت في تأثير الضغوط المتزايدة سواء الاكاديمية أو الصحية من حولهم، مما أدى لعدم قدرتهم على تحديد الطرق المناسبة للتعبير عن انفعالاتهم بصورة جيدة نتيجة انخفاض فاعليتهم وقدرتهم على مسايرة الواقع بصورة ايجابية وتحدي قدراتهم للاجتهد والوصول لمستوى جيد من البحث والدراسة،

**ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د. أحمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د. وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنة إبراهيم**

ومن ثم كثرت لديهم الانفعالات غير المبررة، الأمر الذي يدعو إلى إجراء البحث الحالي.

٢. إجراء الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال اللينك

<https://forms.gle/qKxmKcNjuBqbnrXws> للتعرف على الأحداث

الصادمة (ضغوط ما بعد الصدمة) التي يعاني منها الطلاب في المراحل التعليمية الثلاثة (الثانوية - الجامعية - الدراسات العليا)، ومعرفة الفروق بين المراحل الثلاثة في تلك الأحداث، وتم تطبيق تلك الدراسة على (٤٠٢) طالب بالمراحل التعليمية الثلاثة (الثانوية - الجامعية - الدراسات العليا)، وتم صياغة سؤالين الأول (سؤال محدد) وكان كالتالي "أعزائي الطلاب قد تعرضتم مؤخراً لبعض الأحداث المثيرة للصدمة التي أثرت سلباً على حياتكم وقد يكون منها ما يلي" وتم إعطاؤهم (٩) أحداث مختلفة، والسؤال الثاني (سؤال مفتوح) وكان ينص على "أحداث أخرى صادمة قد تعرضت لها مؤخراً، الرجاء كتابتها بصورة محددة ومختصرة، وتوصلت النتائج إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين طلاب المراحل الثلاثة في تلك الأحداث لصالح المرحلة الأعلى، كما عبر الطلاب عن (٤٢) حدثاً صادماً في السؤال المفتوح، وكان الأكثر تكراراً ما يلي (وفاة قريب، أو ضغوط مدرسية/ أكاديمية، أو مرض الشخص أو قريبه، والتنمر بأنواعه، والضغوط الاقتصادية، والمشاكل العائلية، أو الرسوب في أحد المواد الدراسية، أو انفصال الوالدين، أو الضغوط الأسرية، وجائحة كورونا، أو حادث سيارة، أو الحرمان من الالتحاق بكلية ما، والتعرض للخيانة من الأصدقاء، والعنف الأسري).

٣. ندرة البحوث العربية التي بحثت العلاقات بين كل من ضغوط ما بعد الصدمة

وفاعلية الذات، فلم تحظ تلك المتغيرات باهتمام كبير في البحوث العربية - في حدود إطلاع الباحث -، كما لم يجد الباحث دعماً من البحوث السابقة في البيئة العربية بشكل عام والمصرية بشكل خاص في تحديد العلاقة بين المتغيرات

المراد بحثها معاً، مما يشير للحاجة لمزيد من البحوث للتعرف على هذه العلاقة في البيئة العربية وخاصة المصرية.

٤. **التناقض في نتائج البحوث التي درست العلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات** فلقد أشار بحث كل من (Chung, et al. 2013,1033) ؛ Devlin, et al, 2022,؛ Shakra, 2022& Chung ؛ Cantrell, 2016,34 Rudwan, Al-Owidha, ؛ et al. 2020,329، Gallagher؛ 188 (Jian, et al., 2022,2-3 ؛ 2021,35) وجود علاقة ارتباطية سالبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات، وقلق كورونا (Kasapoğlu, 2022,1) مما يشير إلى أن المستويات العالية من فاعلية الذات تقلل من احتمالية التعرض للضغوط ما بعد الصدمة. بينما توصل بحث (Chung, Shakra, 2022) الي أنه لا يوجد علاقة ارتباطية بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات، الأمر الذي يدعو إلى إجراء البحث الحالي كمبرر للكشف عن تلك التناقضات في العلاقة بين متغيرات البحث الحالي.

٥. **توصيات البحوث السابقة بدراسة متغيرات البحث الحالي** فلقد أوصى بحث كل من (صلاح محمد، ٢٠٢١، ٣٥٠ ؛ Cantrell, 2016,34 ؛ Weinkam , 2013,58) بدراسة ضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب الجامعة من جنسيات متباينة عربية وأجنبية، وأشار بحث (عادل العدل، ٢٠٢١، ٢٧٨) بالرغبة الملحة لإجراء الكثير من البحوث حول ضغوط ما بعد الصدمة التي أحدثتها جائحة كورونا، وهذا يشير لأهمية تناول تلك المتغيرات معاً وفقاً للطرق المنهجية والاحصائية المقترحة.

٦. **وفيما يرتبط باختيار العينة من طلاب الجامعة فهذا ما أشارت إليه الدراسة الاستطلاعية الأولى التي اجراها الباحث، والتي اشارت إلى أن طلاب الجامعة هم الأكثر إدراكاً للضغوط من حولهم، فضلاً عما توصل اليه (صلاح محمد، ٢٠٢١، ٣٤٠) أن مستوى انتشار ضغوط ما بعد الصدمة لدى الطلبة ٧٧.٥٩٪ في الجامعات**

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنة إبراهيم**

العربية كان مرتفعاً. ولهذا فلقد أشار بحث كل من (Kray, et al. 2020, 16) ؛ Cantrell, 2016, 34 ؛ Warchoř, Genova, et al., 2022, 4 ؛ (2022) بدراسة متغيرات البحث الحالي لدى طلاب الجامعة، وهذا ما أوصت به راند عبدالشفيع وآخرون (٢٠١٨، ٥٣٨) بدراسة ضغوط ما بعد الصدمة لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.

٧. وفيما يتعلق بالواقع المعاش فإن العالم يعيش في أزمات متتالية، أثرت على الجميع بصفة عامة وعلى الطلاب بصفة خاصة، نتيجة للتحليلات المختلفة لتلك الازمات التي يستمعون اليها من متخصصين وغيرهم، فأصابتهم الحيرة والتشتت والشعور بالإخفاق الدائم لقوة تلك لأحداث الضاغطة، مما أثرت بقصد أو بغير قصد على ضعف قدرتهم على استيعاب تلك الاحداث والتفاعل معها بنجاح. وفي هذا الصدد يشير (Warchoř, et al., 2022, 428) لدور العبء النفسي الذي تفرضه الازمات التي يتعرض لها الافراد، فقد يكون له تأثير دائم على الرفاهية الانفعالية للأفراد الذين يواجهونها نتيجة لعدم القدرة على السيطرة التامة على تلك الازمات.

وفي ضوء ندرة البحوث التي تناولت المتغيرين معاً، والرغبة في توضيح طبيعة العلاقات بينهم مما يمكن أن يساهم في فهمها بشكل أفضل، لذا ظهرت الحاجة للإجابة على التساؤلات التالية:

١. ما مستوى ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة بجامعة الأزهر والزقازيق؟
٢. هل تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف النوع "ذكور وإناث" لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة؟
٣. هل تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف الجامعة (الزقازيق والأزهر) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة؟
٤. هل تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف نوع التخصص (النظري والعلمي) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة؟

٥. هل تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف الفرقة الدراسية (الأولى

والرابعة) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة؟

٦. ما طبيعة العلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى طلاب

الجامعة المعرضين لخطر الصدمة؟

٧. ما إمكانية التنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من درجات فاعلية الذات

لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة؟

#### أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي للكشف عن مستوى ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى أفراد العينة من طلاب بجامعة الأزهر والقزاقية، والفروق بين الذكور والإناث ونوع الجامعة والفرقة الدراسية والتخصص في ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لديهم، بالإضافة للكشف عن طبيعة العلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات، وإمكانية التنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من درجات فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة.

#### أهمية البحث:

قد تساعد نتائج البحث الحالي في:

١. تقديم إطاراً نظرياً حديثاً لضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى

طلاب الجامعة.

٢. تشخيص الطلاب المعرضين لخطر الصدمة ودور فاعلية الذات وانعكاساتها

على ضغوط ما بعد الصدمة لمساعدتهم على تفادي تأثير تلك الضغوط.

٣. الاستفادة من نتائج البحث الحالي ومقترحاته وتوصياته البحثية في مجال

البحث العلمي لبناء برامج تدريبية لخفض ضغوط ما بعد الصدمة من

خلال تنمية فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة.

#### مصطلحات البحث:

- ضغوط ما بعد الصدمة post-traumatic stress : ويعرف الباحث ضغوط ما بعد الصدمة (PTS) بأنها حالة نفسية ضاغطة نتيجة التعرض لخبرة انفعالية مؤلمة أو مشاهدتها أو الاستماع إليها، متمثلة في التجنب المستمر للأحداث والذكريات المرتبطة بالحدث الصدمي، وردود الفعل والاستثارة العالية، ومعاودة التفكير به في مواقف مشابهة. ووفقاً لمقياس Davidson, et al (1995) والذي يتبناه البحث الحالي فإنها تتكون من الأبعاد التالية:
  ١. استعادة الخبرة الصادمة: تظهر في إعادة التفكير في الموقف الصادم مرة أخرى.
  ٢. تجنب الخبرة الصادمة: بذل المزيد من الجهد للابتعاد عن كل ما يرتبط بالموقف الصادم.
  ٣. الاستثارة: وتشير لمستوى تأثر الطلاب بالمواقف الصادمة التي تعرضوا لها.

- فاعلية الذات self efficacy:

ويتبنى الباحث تعريف (1995) Jerusalem&Schwarzer والذي يشير لاعتقاد الفرد بقدرته على أداء مهام جديدة أو صعبة، أو التعامل مع الشدائد والمشكلات. وهو مفهوم أحادي البعد.  
الإطار النظري للبحث

#### أولاً: ضغوط ما بعد الصدمة Post-traumatic stress:

مُنذ أن خُلِق الإنسان والأحداث الصادمة جزءاً من حياته، فهو في كبد "ضغط ومشقة" دائماً وقد يكون هذا هو الأصل في حياته، بل قد تكون صفة للحياة التي يعيش فيها، وفيها قد يواجه الإنسان أحياناً ما قد لا يطاق كالتهديد الوجودي، وقوة وعنف الطبيعة مثل الزلازل التي تفقده الأهل والمال والولد، والأوبئة التي تنتشر



في فترات قصيرة تسبب له الرعب والخوف على مصير حياته، وقد تثير تلك الأحداث الصادمة ضغوطاً نفسية ومعرفية وجسدية وانفعالية لديه، وقد ينتج عنها الشعور بالعجز والارتباك، أو لا يشعر بأي شيء على الإطلاق ويتوقف إدراكه، لكن غالباً ما يكون للصدمة النفسية Psychological trauma التي تحدث في وقت مبكر من حياة الشخص آثار بعيدة المدى وتستمر لفترات كبيرة في حياته قد تتجاوز الشهور والسنوات.

ومصطلح صدمة ترجمة للكلمة اليونانية (Trauma) بمعنى "جرح" ولقد تغير المصطلح على مدى السنوات والعقود الماضية، لكن كانت الفكرة الأساسية وما زالت، أنها تمثل الصدمة الجسدية، وهي أن الصدمة تجرح روح الإنسان وتؤدي إلى جرح نفسي (Markus, et al, 2022,4).

فقد يؤدي فقدان المفاجئ لشخص عزيز، أو مرض يهدد الحياة، وسوء المعاملة الوالدية، والرسوب في الدراسة، وضعف المستوى الاقتصادي وعدم القدرة على تلبية مطالب الحياة إلى زيادة العبء والضغط النفسي على استراتيجيات المواجهة لدى الفرد، فيفقد قدرته على التصدي وتجاوز تلك الصدمات التي لها صفة الفجأة والقوة عليه، وتؤدي لإصابته بضغوط ناتجة عن ضعف قدرته على التناغم الإيجابي مع تلك الصدمات، وتعرف تلك الضغوط بـ(ضغوط ما بعد الصدمة).

وظهرت بداية ضغوط ما بعد الصدمة بصورة صريحة من خلال الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية الإصدار الثالث (DSM-III(1980)، لتشخيص مجموعة من الأفراد المصابين بصدمة نفسية، ولا سيما قدامى المحاربين، وظهر باسم "متلازمة ما بعد فيتنام"، كما وصفتها منظمات المحاربين القدامى وعلماء النفس، وتم تغييرها فيما بعد باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (Silva, et al, 2003, 334; Wallace, et al, 2020, 39).

ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاحلية الذات لدى طلاب الجامعة المعزيين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

ويفرق Satapathy (2022,154) بين اضطراب ما بعد الصدمة وضغوط ما بعد الصدمة كما يلي:

أولاً: اضطراب ما بعد الصدمة **Post-traumatic stress disorder**؛ وهو أكثر حدة واستمرارية ويؤثر على الأداء البيولوجي والاجتماعي والمهني للأفراد، يسبقه أعراض ضغوط ما بعد الصدمة، كما أنه هو حالة يتم تشخيصها طبياً ويجب معالجتها من قبل الأطباء.

ثانياً: ضغوط ما بعد الصدمة **Post-traumatic stress**؛ تتحسن أعراضه وفقاً لشدة الصدمة التي يتعرض لها الفرد، وأن معظم الأفراد الذين يعانون من ضغوط ما بعد الصدمة قد لا يصابون باضطراب ما بعد الصدمة، ولا يتطلب تدخل طبي، ويساعد الدعم النفسي والتربوي على خفض أعراضه، وهو المراد تناوله بالبحث الحالي.

لذلك يطلق Satapathy (2022,154) على الضغط الناجم عن الصدمة التي يتعرض لها الفرد اسم ضغوط ما بعد الصدمة **Post-traumatic stress (PTS)** وهو استجابة شائعة وغالباً ما تكون قابلة للتوافق مع أي موقف ضاغط، وإن ضغوط ما بعد الصدمة يعتبر رد فعل للصدمة التي تعترض الأفراد وليس اضطراباً عقلياً يصيب الأفراد.

والبحث الحالي يهتم ببحث ضغوط ما بعد الصدمة بمفهومها النفسي والتربوي، وباعتباره رد فعل للصدمة النفسية شديدة الأثر على الطلاب" مثل وفاة شخص عزيز لديه أو التعرض لمرض أو حدوث كوارث طبيعية..."، والتي تعترضه وتؤثر على انفعالاته التي لا يمكن السيطرة عليها، وانعدام ثقته تجاه الآخرين، وتمكن مشاعر اليأس منه، والابتعاد عن إقامة صداقات مع غيره.

### ❖ تعريف ضغوط ما بعد الصدمة :

بالبحث عن ضغوط ما بعد الصدمة يتضح وجود تباين بالبحوث الأجنبية في تناولها لهذا المصطلح فالبعض تناوله ( Post-traumatic stress disorder: PTSD) كما في بحث كل من (Lamon, et al (2022)، وبحث Moukhtar, et al(2021)، وبحث Song, et al(2020)، وبحث Tian, et al(2014)، والبعض تناوله بـ (post-traumatic stress injury: PTISI) كما في بحث Wallace, et al (2020,39)، بينما تناوله البعض بـ (Post-traumatic Stress: PTS) كما في بحث Catala, et al (2021)، وبحث Curfman, et al (2018)، وبحث Lamon, et al (2022)، وبحث Liang, et al (2021)، وبحث Satapathy (2022)، وفقاً لما تم الإشارة إليه سابقاً فإن البحث الحالي سيعتمد على مصطلح Post-traumatic Stress.

وعلى الرغم من تناول المصطلحين (PTSD) بالبحوث العربية بنفس المعنى تقريباً دون التفريق بينهما " كما تم الإشارة سابقاً"، غير أن الترجمات التي قدمها الباحثون العرب في مجالات عدة من بينها مجال التربية وعلم النفس لم تحظ باتفاق بينهم، فلقد ترجمه أمجد موسى (٢٠٢١) بـ (اضطراب كرب ما بعد الصدمة)، بينما ترجمته سليمة طاجين وكتيبة بوشيشة (٢٠٢٢) بـ (الاضطرابات النفسية التالية للصدمة)، وترجمته فاتن الحاج (٢٠١٩) بـ (اضراب ما بعد الضغوط الصدمية)، وترجم له حنان دسوقي (٢٠٢٢) بـ (اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة)، بينما ترجمته نعيمة محمد وآخرون (٢٠١٥)، وبحث عادل العدل (٢٠٢١) بـ (ضغوط ما بعد الصدمة) وتلك الترجمة هي الأقرب لطبيعة البحث الحالي.

كما يمكن ترجمة المقطع (Post-) بترجمات عدة منها (وراء، خلف، بعد)، وقد تكون الترجمة الأفضل وفقاً لسياق البحث الحالي هي " ما بعد"، والذي يشير لحدوث رد فعل للصدمة يظهر في الضغط النفسي، وعليه يستخدم البحث ترجمة

**ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد السيد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم**

ضغوط ما بعد الصدمة للمصطلح (Post-traumatic Stress) والتي سيعتمد عليها البحث الحالي.

وفي الأدب السيكولوجي لضغوط ما بعد الصدمة (PTS) يظهر تباين في وجهات نظر الباحثين عند تعريفه، وفقاً للمجال الذي يتم تناوله فيه والهدف منه، فقد يعرف بأنه حالة state نفسية / عقلية، أو أنه ضغط نفسي، أو أنه استجابة انفعالية للأحداث Emotional Response، ويمكن للبحث الحالي تصنيف تلك التعريفات كما يلي:

أ- تعريف ضغوط ما بعد الصدمة كحالة نفسية/عقلية:

يعرفها (Asalگوو, et al (2015,482) أنها حالة عقلية منهكة تحدث بعد مأساة أو خبرة مؤلمة، مثل الاعتداء، والكوارث الطبيعية، والحرب، وحوادث السيارات أو الطائرات.

في حين أن (Wallace, et al (2020,39) يعرفها بأنها حالة ناتجة عن الصدمة مرتبطة باستخدام وتكاليف الرعاية الصحية العالية، فضلاً عن الإعاقة النفسية طويلة المدى.

ب- تعريف ضغوط ما بعد الصدمة كضغط نفسي:

حيث تعرفها (DSM-V (2013,271) أنها ضغط نفسي ينجم عن تعرض الفرد لحدث صادم مؤلم من خلال معايشة الحدث أو مشاهدته، يتخطى حدود المألوف، كالتعرض لموت حقيقي أو تهديد كالحروب، ومشاهدة أحداث القتل، والتعرض للتعذيب، أو الاعتداء بأنواعه.

بينما يشير (Rewar, et al (2015,133) أنها ضغط عقلي معقد له مكونات نفسية وانفعالية، ناتج عن التعرض لأحداث صادمة مفردة أو متكررة موجودة في الحرب، والهجمات الإرهابية، والكوارث الطبيعية أو التي يسببها الإنسان، والاعتداءات الشخصية العنيفة والحوادث.

ويعرفها (Song, et al (2020,2) بأنها ضغط عقلي منهك يحدث بعد التعرض لأحداث مؤلمة يؤدي هذا إلى تدخل في الوظائف الشخصية والعائلية، مما يتسبب في تهديد كبير لحياة الأفراد وصحتهم العامة.

ج- تعريف ضغوط ما بعد الصدمة كاستجابة انفعالية للأحداث:

حيث يعرفها (Ehlers & Clark (2000,319 بأنها رد فعل شائع للأحداث الصادمة مثل الاعتداء أو الكوارث أو الحوادث الشديدة. تشمل اعراضه إعادة خبرة حدث مرغوب فيه بشكل متكرر، والتخدير الانفعالي، وتجنب المثيرات (بما في ذلك الأفكار) التي يمكن أن تكون بمثابة تذكير بالحدث.

ويعرف (Tian, et al (2014,1) ضغوط ما بعد الصدمة بأنها سلسلة من الاستجابات الانفعالية المزمنة لحدث أو موقف مؤلم يتضمن ضغطاً بيئياً شديداً، مع أعراض إعادة الخبرة والتجنب والإثارة المفرطة.

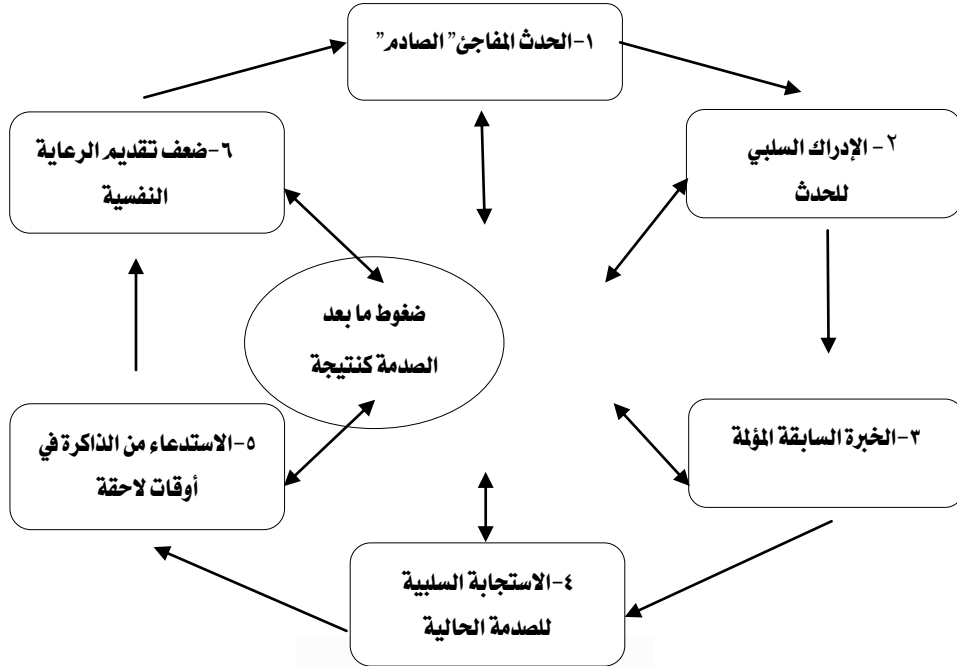
بينما يعرفها عادل العدل (٢٠٢١، ٢٨٤) على أنها عبارة عن أعباء زائدة تثقل كاهل الفرد نتيجة مروره بأزمات وتوترات، وظروف صعبة وقاسية يتعرض لها في حياته اليومية.

وعليه فإن القارئ الجيد للأدب السيكلوجي لضغوط ما بعد الصدمة يجد أن هناك شبه اتفاق بين الباحثين في تناولهم لها بأنها ضغط نفسي أو عقلي يحدث نتيجة لخبرة أو حدث مؤلم، وأن الاستمرارية في ظهور أعراضه لفترات محددة أحد شروطه، وكذلك اكتسابه لصفة التهديد والانهاك النفسي والعقلي الشديدين، وأن أسبابه واضحة ومحددة ومعروفة حيث يمكن تحديد الحدث الذي تسبب في الخوف وردود الفعل المفاجئة الشديدة لفترات طويلة، وتجنب المثيرات التي تذكر الفرد بالحدث الصادم، وهذا ما قد يفرق بين ضغوط ما بعد الصدمة وبين القلق والتوتر كحالة وسمة ناتجتين عن موقف أو حالة نفسية قد تكون محددة، وقد تكون مجهولة وغير معروفة حتى للفرد ذاته، والتي سرعان ما تنتهي دون حدوث اضرار نفسية كبيرة، ولا ترتبط عادة بأحداث تسبب الخوف المفاجئ ولا تهدد الحياة كما هو الحال بالنسبة لضغوط ما بعد الصدمة.

## ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د. أحمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د. وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أ.شرف رجب حسنة إبراهيم

بينما يوجد تباين في وجهات نظر الباحثين عند تسميته هل هو ضغوط أو اضطراب ما بعد الصدمة، وعلى الرغم من أن البحوث العربية تناولت "الضغوط والاضطراب" بمعنى واحد غير أنهم لم يحددوا المبرر في تبني مسمى دون آخر، ولم يتطرقوا للتفريق بينهم، على الرغم من أن البحوث الأجنبية فرقت بينهم، وكان لكل مسمى المنطلقات التي يتعمد عليها، فالبحوث التي تناولته "اضطراب ما بعد الصدمة PTSD" فكانت تهدف للتدخل العلاجي لأثاره، وكانت أكثر في المجال الطبي، والطبي النفسي، والسيولوجي من المجال النفسي التربوي، بينما البحوث التي أطلقت عليه "الإصابة بضغوط ما بعد الصدمة PTST" كانت تتناوله لدى العسكريين وقدامى المحاربين حتى أنهم كانوا أصحاب الرغبة في تغيير المسمى من اضطراب إلى إصابة ضغوط ما بعد الصدمة، وتناولته بحوث أخرى بـ "ضغوط ما بعد الصدمة PTS" وكانت هي التسمية الأكثر في المجال النفسي والتربوي لدى الطلاب والفئات المختلفة، بالإضافة لمحاولة تقليل الأثر الناتج عن كلمة اضطراب وما قد يترتب عليها من البعد والخجل عن طلب الدعم النفسي والطبي نتيجة للوصمة الاجتماعية التي قد يشعر بها الفرد، وأمتد الاختلاف في أن ضغوط ما بعد الصدمة حالة نفسية وعقلية، أم ضغط نفسي وعقلي، أم استجابة للانفعالات، أم نتيجة للعبء الزائد والخبرة الانفعالية المؤلمة.

والبحث الحالي يقترح تناول ضغوط ما بعد الصدمة باعتباره نتيجة يمكن أن تتأثر بمتغيرات سلوكية ونفسية أخرى، وليس كعملية تؤثر في متغيرات أخرى، وله مراحل مختلفة بداية من الحدث المفاجئ والشديد والمنهك الذي يصدم الفرد عند التعرض له، والادراك السلبي له وعدم استقباله وتفسيره بالطريقة الصحيحة، والخبرة السابقة المؤلمة تجاهه التي تعرض لها الفرد بنفسه أو شاهدها من قبل ولم يعالجها منذ حدوثها، ثم استجابة الفرد للضغط والتوافق معه دون مقاومته، ثم الاستدعاء من الذاكرة عند تكرار الحدث في مواقف محاكية للموقف الأصلي، وعند ضعف الرعاية النفسية المقدمة والتميز الخاطئ في الذاكرة سيعود الضغط الصادم من جديد، كما يوضح الشكل التالي.



شكل (١) مراحل ضغوط ما بعد الصدمة

وعليه ومن خلال النموذج المعرفي والإصدار التشخيصي الإحصائي الخامس (DSM-V) يمكن تعريف ضغوط ما بعد الصدمة (PTSD) على أنها حالة نفسية ضاغطة نتيجة التعرض لخبرة انفعالية مؤلمة أو مشاهدتها أو الاستماع إليها، وتظهر أعراضه في التجنب المستمر للأحداث والذكريات المرتبطة بالصدمة، وردود الفعل والاستثارة العالية، ومعاودة التفكير بها في مواقف متشابهة والتغير السلبي في الإدراك. ويتكون من الأبعاد التالية (الاستثارة العالية Hyperarousal، والإححام Intrusion).

#### ❖ أبعاد ضغوط ما بعد الصدمة:

يأتي الاهتمام بتناول ودراسة المتغيرات النفسية بدرجة التأثير التي تحدثه وخاصة في المجال التعليمي التربوي، ولعل ضغوط ما بعد الصدمة هو أحد تلك المتغيرات التي تحدث أثراً كبيراً على الجميع، والذي بدء الاهتمام به منذ عام (١٩٨٠) عندما تم تناوله في الدليل التشخيصي (DSM-III) وتم تطويره في باقي الإصدارات

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسه إبراهيم**

حتى الإصدار الحالي (DSM-V) والذي أهتم بتناوله بصورة تفصيلية أكثر من ذي قبل، ووضع له عدة معايير لتشخيصه وقياسه (الإقحام "إعادة الخبرة"، المزاج السلبي، التجنب، والإثارة) وكانت تلك الأبعاد "المعايير" هي المنطلق الأساس لتحديد أبعاده في عدد كبير من البحوث النفسية، والجدول (١) يوضح تلك الأبعاد:

**جدول (١) أبعاد ضغوط ما بعد الصدمة من واقع البحوث والدراسات**

م	البحث	الفقرات	الأبعاد
١	حنان دسوقي (٢٠٢٢، ٣٨٧ - (٣٩٠)	٢٥	استعادة موقف الخبرة الصادمة، أفكار لا تكييفية حول خبرة الصدمة، القابلية للاستثارة المرتبطة بموقف الصدمة، تجنب التفكير في الصدمة.
٢	راندا عبدالشفيق وآخرون (٢٠١٨، ٥٧٢)	٢٩	استعادة موقف الصدمة، تجنب التفكير في موقف الصدمة، تغيرات سلبية معرفية ومزاجية مرتبطة بموقف الصدمة، القابلية للاستثارة.
٣	عادل العدل (٢٠٢١، (٢٨٤)	٤٠	الضغوط الاستراتيجي (الأمني) ، والنفسية، والاقتصادية، والدراسية.
٤	عماد علي وآخرون (٢٠١٩، ١٧)	٦٦	إعادة الخبرة الصادمة، التجنب، الإثارة الزائدة.
٥	فاتن الحاج (٢٠١٩، ٣٣٠ - (٣٣١)	٣٤	الأعراض السلوكية، والوجدانية، والحسية، والتخيلية السلبية ما بعد الضغوط الصدمية ، الأفكار اللاعقلانية، العلاقات البيئشخصية، الاعتماد على المهدئات.
٦	محمد الشريفي (٢٠٢١، ٢٩٤)	١٨	استعادة الخبرة الصادمة، تجنب الخبرة الصادمة، الاستثارة.
٧	مرام العموش، سهيلة بنات (٢٠٢٢، ١٤٩)	٢٢	مجال الخبرة بالحدث الصادم، التغيرات في الإدراك والمزاج، الاستثارة، التجنب.



م	البحث	الفقرات	الأبعاد
٨	نعيمة بص وآخرون (٢٠١٥، ٤٤٩)	٤٥	الاضطرابات الانفعالية، الاضطرابات الاجتماعية، تجنب التفكير في الصدمة، الشعور بتكرار الحدث، الاعراض الجسمية.
٩	Ayers, et al (2018,1)	٢٩	إعادة أعراض الخبرة، التجنب، الإدراك السلبي والمزاج، الاستثارة العالية، مدة الأعراض، ضائقة كبيرة أو ضعف، ومعايير الاستبعاد أو أسباب أخرى
١٠	Davidson, et al (1995)	١٧	استعادة الخبرة الصادمة، تجنب الخبرة الصادمة، الاستثارة
١١	Foa, et al (2018, 40)	٢٠	الإحكام، والتجنب، والتغيرات في الإدراك والمزاج، وزيادة الإثارة والتفاعل.
١٢	Rachma& Febrianti (2021, 282)	٢٠	التطفل، والتجنب، والتغيرات السلبية في الإدراك والمزاج، التغيرات في الاستثارة الجسدية والتفاعلية المفردة
١٣	Weathers, et al (2013,2-1)	٢٠	إعادة الخبرة (الاعراض الاقحامية) re-experiencing - التجنب avoidance - التغيرات السلبية في الادراك negative alterations in cognitions and المزاج mood - الاستثارة العالية (تغير ردود الفعل)

ويتضح من الجدول السابق أن ضغوط ما بعد الصدمة مفهوم نفسي متعدد الأبعاد، بالإضافة أنه متشابه في كثير من البحوث، وقد يكون السبب في ذلك هو اعتماد الكثير من البحوث على الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية بالإصدارات الثلاثة (DSM-III- DSM-IV- DSM-V) في تحديد ابعاده، ولعل مقياس Davidson, et al(1995) يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة في البيئة العربية وهو المقياس الذي يعتمد عليه البحث الحالي في جمع البيانات.

### ❖ مستوى انتشار ضغوط ما بعد الصدمة :

لضغوط ما بعد الصدمة قدرة على الانتشار بين عدد كبير من الأفراد داخل المجتمعات دفعة واحدة، كما هو الحال في حالة الأحداث المؤلمة الكبرى مثل الهجمات الإرهابية أو الحروب أو الكوارث الطبيعية، بينما يمكن أن تؤثر الضغوط أيضاً على الأشخاص بشكل فردي، كما هو الحال في حالة الاعتداء الجنسي أو حوادث السيارات، فإن القدرة في التأثير على مناطق بأكملها وأعداد كبيرة من الأفراد في وقت واحد قد تخلق حاجة لتقليل وقت العلاج مع تعظيم النتائج للأفراد، بما يسمح لهم بمستوى الرعاية التي يحتاجون إليها بناءً على شدة مجموعة الأعراض الخاصة بهم (Draper & Ghiglieri, 2011,77).

وفقاً لمعايير الإصدار الرابع من الدليل التشخيصي لضغوط ما بعد الصدمة (DSM-IV) أنه ينتشر بصورة كبيرة بين الشعوب، وكانت أعلاها بأمريكا ثم يقل انتشاره في أوروبا ومعظم دول آسيا وأفريقيا وأمريكا اللاتينية، وأن احتمال التعرض للإصابة بضغوط ما بعد الصدمة قد يختلف وفقاً للثقافات، كما قد يختلف انتشاره وفقاً للعمر، وقد تختلف أعراضه والسيطرة النسبية للأعراض المختلفة بمرور الوقت، وتختلف مدتها، فقد يحدث الشفاء في غضون (٣) أشهر تقريباً، بينما تظل الأعراض لدى بعض الأفراد لمدة تزيد عن ١٢ شهراً وأحياناً لأكثر من ٥٠ عاماً، وقد يحدث تكرار الأعراض وتكثيفها استجابةً للتذكير بالصدمة الأصلية، أو ضغوطات الحياة المستمرة، أو الأحداث المؤلمة التي تم التعرض لها حديثاً، وقد يؤدي تدهور الأداء المعرفي والعزلة الاجتماعية لتفاقم أعراضه لدى عدد كبير من الأفراد البالغين (DSM-V, 2013,276-277).

ويضيف (Miao, et al(2018,1,3) أن انتشار ضغوط ما بعد الصدمة تختلف باختلاف مجموعة المصابين، والأحداث المؤلمة التي حدثت، وطريقة القياس

المستخدمة، ومع ذلك يمكن أن تظهر ضغوط ما بعد الصدمة في أي مرحلة من مراحل الحياة وفي أي مجموعة سكانية.

ووفقاً للبحوث التي تعرفت على نسبة انتشاره فقد بلغت (66.6%) (ن=٥٩٠) كما في بحث أمجد موسى (٢٠٢١، ٥٢٤٠)، و(49%) (ن=٣٦١) محمد الشريفي (٢٠٢١، ٢٨١)، و(20,3%) (ن=٦٤) Chang & Park (2020,1)، وتوصل بحث Charmsil, et al (2020,1,3) أن (٥) طلاب من أصل (٥٦) طالباً بنسبة (٨.٩٪) يصابوا بضغط ما بعد الصدمة بعد شهر واحد من الحادث، بينما يتعافى اثنان منهم بعد ستة أشهر، وان كل (٦) طلاب من أصل (٥٦) طالباً بنسبة (١٠.٧٪) لديهم ضغوط ما بعد الصدمة في ستة أشهر، وأن (٢) من الطلاب من أصل (٤٠) طالباً بنسبة (٥٪) لديهم ضغوط ما بعد الصدمة في عام واحد بعد الحادث، بينما بلغت نسبة انتشاره (53%) (ن=١٣٢٣) كما في بحث Kakaje, et al (2020,2) و(46.٣%) (ن=٨٠) كما في بحث Løkkegaard, et al (2017,353) و(31,6%) (ن=١٨) كما في بحث Syifa' Amini & Arsy (2022,34) و(2,7%) (ن=٢٥٠١) كما في بحث Tang, et al (2020,1) و(57%) (ن=١٤٨٨) كما في بحث Wolmer, et al (2011,340).

وعليه يتضح - ندرة البحوث العربية - التي حددت نسبة انتشار ضغوط ما بعد الصدمة بالرغم من أهمية تلك الخطوة في تحديد حجم المشكلة بوضوح على أرض الواقع، وبإمعان النظر في تلك النسب يتضح أن هناك اختلافاً فيما بينها على مستوى الثقافات والبيئات، فالبحوث العربية توصلت لنسبتين مختلفتين على الرغم أنهم في نفس العام، فأحدهم توصل أن النسبة بلغت (66.6%) والأخرى (49%) بفارق (١٧,٦٪) وهو فارق كبير بينهم، كذلك اختلفت البحوث الأجنبية فكانت أعلى نسبة (57%) وأقلها كانت (20,3%) بفارق (٣٦,٧٪) وهو أيضاً تناقضاً قائماً فيما بينهم، كما أن ضغوط ما بعد الصدمة في البيئة العربية بلغت نسبتها (66.6%) في عام (٢٠٢١) بينما تنخفض تلك النسب بالبحوث الاجنبية بواقع (53%) في

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفحلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد احمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم

عام (20٢٠) بفارق (13,6%) لصالح البحوث العربية في نفس العام تقريباً، وهذا يخالف ما اشار إليه الإصدار الرابع من الدليل التشخيصي لضغوط ما بعد الصدمة (DSM-IV) أنه ينتشر بصورة كبيرة بأمريكا ثم يقل انتشاره في أوروبا ومعظم دول آسيا وأفريقيا وأمريكا اللاتينية.

وقد يكون - الاختلاف - ناتج عن التمثيل غير الصحيح لعينات البحوث، وارتباط بعض البحوث بتناول صدمات عامة مثل الكوارث الطبيعية والحروب والأزمات الصحية (COVID-19)، وهذا ما يرفع نسبة انتشاره بها، بينما قد تنخفض لدى البحوث الأخرى لتناولها صدمات نوعية محددة، فضلاً عن الفروق الثقافية والعمرية بين أفراد العينة وأيضاً المستوى التعليمي والأكاديمي والقدرة على استيعاب ما يواجههم من صدمات ومواقف ضاغطة وطرق القياس الصحيحة، جميعها متغيرات قد تؤثر على تحديد نسبة انتشار ضغوط ما بعد الصدمة.

ولا شك أن ضغوط ما بعد الصدمة لها القدرة على الظهور في جميع المراحل العمرية في حياة الأفراد، فقد تكون الصدمة الأولى ليس فقط في مرحلة الطفولة كما أشارت بعض البحوث، بل قد تكون بدايتها منذ الميلاد والصرخة الأولى للمولود بنزوله مجتمع جديد بالنسبة له، ثم تأتي الصدمة الثانية عند الفطام والاعتماد على نفسه، ثم تظهر صدمة أخرى عند التحاقه بالمدرسة (الحضانة) وترك المجمع الأسري ومشاركة آخرين له في مكان لا يعرف عن الإثنين شيء، وقد تكون الصدمات التالية لذلك في شكل الرسوب في أحد المواد الدراسية، أو في التعامل معه والاساءة إليه من قبل الوالدين والمعلمين والاقربان، أو الاعتداء والتنمر عليه، ثم تكبر الصدمات مع تقدم الطالب في العمر وتحمله المسؤولية سواء لنفسه أو للآخرين، وقد تكون الصدمة الأكبر في حياة الطالب هي وفاة قريب له أو عزيز عليه، ويقدر قوة الصدمة وإدراكها في مختلف المراحل العمرية (حيث يختلف إدراك الطفل للحدث الصادم عن المراهق والبالغ) وعدم القدرة على مواجهتها وعلاج أثرها يكون مستوى الإصابة بضغط ما بعد الصدمة.

### ❖ أهمية دراسة ضغوط ما بعد الصدمة :

تأتي أهمية دراستها باعتبارها أحد نقاط الضعف لدى الأفراد، وأن التعرف عليها جيداً سوف يساعد على تحديد أشكال التدخل المبكر لتشخيصها وخفض آثارها، فكلما أكتشفت مبكراً زادت فرص النجاة من عواقبها، ودراسة ضغوط ما بعد الصدمة يفضل أن تهتم بدراسة الآثار النفسية والعصبية والفسولوجية التي تتركها الصدمات، وليس الصدمة في حد ذاتها، فهي معلومة ومحددة لكن تختلف آثارها باختلاف الأشخاص والزمان والمكان.

ويشير كل من (Hendawy, et al, و De Young, et al(2014,9) و (2020,172,179) ليس كل شخص واجه أحداثاً صادمة تتطور لضغوط ما بعد الصدمة، وعادة ما تبدأ الأعراض مباشرة بعد الصدمة أو حتى في غضون (٣) أشهر بعد الحدث الصادم وإن بعضها تبدأ في الظهور بعد سنوات قليلة، ويجب أن تقاوم لأكثر من شهر، وأن تكون شديدة بما يكفي للتدخل ليتم اعتبارها ضغوط ما بعد الصدمة، وقد يتعافى بعض الأشخاص في غضون (٦) أشهر بينما تستمر الأعراض لدى أشخاص آخرين لسنوات أخرى، وأنه ضغط عقلي ونفسي شائع بين أنواع مختلفة من الشعوب والذين يحتاجون إلى الكثير من الاهتمام والرعاية المهنية والعلاج النفسي.

بينما يشير (Liang, et al(2021,362) أنه على الرغم من الآثار السلبية لضغوط ما بعد الصدمة على الأفراد؛ قد يوفر أيضاً فرصة للنمو الفردي، وهذا ما يتفق مع (Seo & Lee(2020,250) من وجود ارتباط بين ضغوط ما بعد الصدمة ونمو ما بعد الصدمة post traumatic growth.

مما سبق ومن خلال عرض ضغوط ما بعد الصدمة بالبحث الحالي تتلخص أهمية دراسته لدى الطلاب في أنها تساعد الباحثين في التعرف على النقاط التالية :

١- أن من تعرض لحدث صادم ليس شرطاً أن يصاب بضغوط ما بعد الصدمة لقدرته على تجاوزها.

**منغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسه إبراهيم**

٢- أن أعراضه قد تبدأ بالظهور من (١- ٣) شهور في الحالات العادية، وتبقى لسنوات في الحالات الحادة.

٣- تأكيد فاعلية الرعاية النفسية لخفض آثاره النفسية سواء القلق والذكريات المؤلمة والتغيرات في الأفكار والانفعالات والإدراكات وسلوكيات وأداء الأفراد، وتجنب الأقران والبيئة المرتبطة بالحدث الصادم.

٤- أهمية تجنب الأخصائيين النفسيين من الإصابة به عند التعامل مع الطلاب المعرضين للإصابة به.

٥- إمكانية حدوث انتكاسات بعد التعافي بسبب الذكريات والخبرات المؤلمة، ونقاط الضعف لدى الطالب كنقص الأداء الأكاديمي والمهارات الاجتماعية، وشدة وفجائية الصدمة.

٦- أهمية متابعة الأشخاص الذين تعرضوا لصدمة لمدة ٣ شهور حتى ظهور الأعراض لتقديم الرعاية.

٧- تلعب الفروق الفردية دوراً مهماً بين الطلاب في ظهور الأعراض لتباينهم في ردود فعلهم للصدمة.

٨- أن كل من العمر، والجنس، والمستوى الثقافي الشخصي والمجتمعي، والعلاقات مع الآخرين وخاصة مقدمي الدعم النفسي، وتكرار التعرض للصدمة دون علاج، ومهارات التوافق، والإدراك، والحساسية الانفعالية للأحداث الصادمة جميعها عوامل تحدد درجة تأثير الصدمة.

٩- أن للصدمة أثراً إيجابياً على عكس المعتاد وهو ما يسمى بـ(نمو ما بعد الصدمة) والذي يساعد الطلاب على كيفية تفاعلي عواقبه والتطور والنمو وتحويل

المحن التي تعرضوا لها لمنح ايجابية في حياتهم، وإقامة علاقات ايجابية مع الآخرين وأداء المهام الأكاديمية وتفاذي عواقب ضغوط ما بعد الصدمة.

#### ❖ العوامل ذات العلاقة بضغط ما بعد الصدمة :

تناول الباحثين ضغوط ما بعد الصدمة في مجالات مختلفة لدى الطلاب الذين تعرضوا لكوارث طبيعية وصحية تهدد حياتهم، والذين فقدوا شخص قريب لديهم أو تعرضوا لصدمة تؤثر عليهم في مراحل عمرية وتعليمية مختلفة، كل ذلك أدى لزيادة الرغبة في التعرف على العوامل النفسية والديموغرافية المرتبطة به كالتالي:

#### أولاً: العوامل النفسية ذات العلاقة بضغط ما بعد الصدمة :

١- العوامل ذات العلاقة الارتباطية الموجبة بضغط ما بعد الصدمة:

وجدت علاقات ارتباطية موجبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وبين كل من إساءة المعاملة في مرحلة الطفولة أحمد إبراهيم وآخرين(٢٠٢٢،٢)، وصدمة COVID-19 والقيم الإسلامية خالد العفيضان وعبد الحميد أمين(٢٠٢٠،٥٤١)، والقلق والاكتئاب حسن العشري وأحمد أحمد(٢٠١٩،٧٦٣)، والضيق النفسي واستجابات التفكك سليمة طاجين وكتيبة بوشيشة(٢٠٢٢،١٣٥)، وقلق المستقبل عادل العدل(٢٠٢١،٢٧٥)، التمر المدرسي(9, 2021), Andreou, et al، والسلوك الانتحاري، (Chou, et al, 2020,50)، ومستوى الغضب (8, 2020), Kakaje, et al، والوصمة الذاتية-Self Stigma (6, 2022), Lewis, et al، اللوم والشعور بالذنب Miao, et al(2018,2)، ونمو ما بعد الصدمة Seo & post-Traumatic Growth، والتجنب واليقظة المفرطة hyper vigilance (246, 2020), Lee، والتأثيرات (7,9, 2022).al,

٢- العوامل ذات العلاقة الارتباطية السالبة بضغط ما بعد الصدمة :

وجدت علاقة ارتباطية سالبة بين ضغوط ما بعد الصدمة والمشاركة الاجتماعية مرام العموش وسهيله بنات(٢٠٢٢،١٣٩)، والدعم الاجتماعي (8, 2020), Kakaje, et al، Rachma & Febrianti(2021,282)، والتفكير الإبداعي، والمرونة Liang, et al(2021,362)، والتوجه نحو المستقبل (1257, 2022), Olin, et al، والتأثيرات

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاحلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عنده أ.د.وليد العبد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم**

المتبادل للإدراك ودعم الأقران (Rachma & Febrianti, 2021, 282)، والرضا عن الحياة (Zanon, et al (2016, 1)، وقبول الذات (Zhao, et al, 2019, 9).

**ثانياً: علاقة ضغوط ما بعد الصدمة ببعض المتغيرات الديموغرافية:**

أ - النوع:

فيما يتعلق بعلاقة ضغوط ما بعد الصدمة والنوع فلقد توصل بحث كل من أحمد إبراهيم وآخرون (٢٠٢٢، ٢)، حسن العشري وأحمد أحمد (٢٠١٩، ٧٦٣)، عادل العدل (٢٠٢١، ٢٧٦)، مرام العموش وسهيلة بنات (٢٠٢٢، ١٣٩)، Wolmer, et al (2011, 340) لوجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط ما بعد الصدمة لصالح الذكور، بينما توصل بحث كل من محمد الشريفي (٢٠٢١، ٢٨١)، Andreou, e al, (2021, 9)، Rachma & Febrianti (2020, 172) Schick, et al (2021, 284)، Yarseah, et al (2022, 1)، لوجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط ما بعد الصدمة لصالح الاناث. ويشير بحث كل من أمجد موسى (٢٠٢١، ٥٢٧٦)، خالد العفيصان وعبدالحميد أمين (٢٠٢٠، ٥٤١)، Chang & Park (2020, 1) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط ما بعد الصدمة. ترجع للنوع.

ب - المرحلة التعليمية:

وفيما يتعلق ببحث ضغوط ما بعد الصدمة لدى الطلاب وفقاً للمراحل التعليمية، فقد تم تناوله لدى طلاب المرحلة الابتدائية كما في بحث كل من نعيمة بص وآخرون (٢٠١٥، ٤٤٩)، وبحث (Wolmer, et al (2011, 342)، وتناوله بحث كل من فاتن الحاج (٢٠١٩، ٣١٢)، وبحث (Kakaje, et al (2020, 3) لدى طلاب المرحلة الإعدادية، بينما تناوله بحث كل من أحمد إبراهيم وآخرون (٢٠٢٢، ٢)، وبحث عماد علي وآخرون (٢٠١٩، ٤) لدى طلاب المرحلة الثانوية والمعافين سمعياً. كما تم تناوله لدى طلاب المرحلة الجامعية كما في بحث كل من حنان دسوقي (٢٠٢٢، ٣٥١)، وبحث خالد العفيصان وعبدالحميد أمين (٢٠٢٠، ٥٤١)، وبحث حسن العشري وأحمد حسنين (٢٠١٩، ٧٦٣)، وبحث راندا عبدالشفيق وآخرون (٢٠١٨،



(٥٢٠)، وبحث عادل العدل (٢٠٢١، ٢٨٣)، وبحث محمد الشريفي، (٢٠٢١، ٢٨١)، وبحث Rachma & Febrianti (2021, 282)، وبحث Andreou, e al (2021,9)، وبحث Tang, et al (2020,2)، وبحث Zanon, et al (2016,1)، وتناوله بحث محمد الشريفي (٢٠٢١، ٢٨١) لدى مرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا وتوصل لوجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغوط ما بعد الصدمة لصالح مرحلة البكالوريوس.

ومن خلال عرض العوامل النفسية ذات العلاقة بضغوط ما بعد الصدمة يتضح تنوعها وتعدد المجالات التي ترتبط بها سواء العوامل المرتبطة بعلاقة الفرد في محيطه الأسري والاجتماعي وما يمكن أن يقدموه له من دعم نفسي، وعلاقته بذاته وتقبلها وبقدرته على التفكير الإبداعي الذي يساعده على تجاوز الضغوط الصادمة بأفكار غير تقليدية، بينما يؤدي تكرار التفكير والقلق من المستقبل ولوم الفرد لنفسه باستمرار والاعتداء اللفظي من خلال التنمر سواء المدرسي أو الإلكتروني لضعف مناعته النفسية على التصدي للصدمة التي تواجهه.

كما يلاحظ تناقضاً بين البحوث في علاقته بالنوع فعلى الرغم أن الـ (DSM-5) أشار أن الإناث هم أكثر عرضة للإصابة بالصدمة مقارنة بالذكور غير أن بعض الأبحاث اشارت للعكس، وقد يرجع إصابة الإناث بضغوط ما بعد الصدمة ناتج عن حساسيتهم الانفعالية للمواقف، وقدرتهم على الإدراك الدقيق للموقف الصادم والتركيز في كل جوانبه، وضعف قدرتهم على إدارة انفعالاتهم بصورة صحيحة عند التعرض للصدمة، وضعف مستوى خبرتهم في التعامل مع مواقف حياتية مختلفة مثل الذكور.

#### ❖ طرق قياس ضغوط ما بعد الصدمة :

تختلف ضغوط ما بعد الصدمة في قياسها عن المتغيرات النفسية الأخرى، وذلك لأنها تحدث نتيجة لعوامل أخرى، أحدها والسبب الأكبر فيها هو الحدث الصادم، والذي قد تظهر أعراضه في وقت مبكر، وقد تتأخر لسنوات، ولذلك ظهر تفاوت بين الباحثين في قياسه من خلال المدى بين التعرض للصدمة وفترة قياسه،

## ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاحلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عنده أ.د.وليد العبد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسه إبراهيم

والطريقة المستخدمة في قياسه (طريقة التقرير الذاتي، وطريقة المقابلة الشخصية) وكلاهما يعتمد على معايير الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية بإصدارته المختلفة ومنها الإصدار الخامس (DSM-5) الذي تناول ضغوط ما بعد الصدمة بالتفصيل.

### أولاً: الفترة "المدى" بين ظهور الأعراض والقياس:

يظهر تباين البحوث فيما بينها في مدة قياس ضغوط ما بعد الصدمة، فمن البحوث تقيمه بعد التعرض للصدمة بـ(٣) شهور كما في بحث (Wolmer, et al (2011,340)، والبعض قيّمه بعد (٥) شهور كما في بحث (Zanon, et al (2016,1)، بينما تم قياسه في بحث (Rachma& Febrianti (2021,283) بعد (٨) أشهر من التعرض للحدث الصادم، وقيّمه بحث (Seo& Lee (2020, 246) بعد التعرض للصدمة بـ(١٨) شهر، بينما كان المدى بين التعرض للصدمة وقياس أثرها (٣) سنوات كما في بحث (Tian, et al,2014,1).

وبالاعتماد على المعايير السابقة الخاصة بـ(DSM) تم استخدام الطرق

التالية في قياس ضغوط ما بعد الصدمة:

### أولاً: طريقة التقرير الذاتي Self-report:

استخدمت تلك الطريقة في الكثير من البحوث من خلال الاعتماد على مقياس كل من أحمد إبراهيم وآخرين (٢٠٢٢، ٣٤)، وبحث حنان دسوقي (٢٠٢٢، ٣٨٧ - ٣٩٠)، وبحث راندا عبدالشفيق وآخرون (٢٠١٨، ٥٧٢)، وبحث عماد علي وآخرون (٢٠١٩، ١٧)، وبحث فاتن الحاج (٢٠١٩، ٣١٢)، وبحث مرام العموش وسهيلة بنات (٢٠٢٢، ١٤٩)، وبحث (Kakaje, et al (2020,3)، وبحث (Syifa' Amini, Arsy (2022,34)، وبحث (Tang, et al (2020,2)، وبعضها أعتمد على الإصدار الرابع والخامس من معايير (DSM).

أ- مقاييس اعتمدت على معايير الإصدار الرابع (DSM-4):

فلقد تم الاستعانة بالإصدار الرابع كما في بحث كل من De Young, et al (2014,10)، وبحث (Kumpula, et al(2017,7)، وبحث (Kakaje, et al(2020)، وبحث (O'Leary, et al(2020,120)، وبحث (Tian, et al(2014,1)، وبحث (Wolmer, et al,2011, 342).

ب- مقاييس اعتمدت على معايير الإصدار الخامس (DSM-5):

فلقد تم الاستعانة به كما في بحث كل من Asnaani, et al(2021,357)، وبحث (Chang& Park(2020,5)، وبحث (Chou, et al(2020,49)، وبحث (Curfman, et al(2018,1)، وبحث (Lewis, et al(2022,3)، وبحث (Olin, et al,2022,1254).

ثانياً: طريقة المقابلة:

استخدم بحث (Ehlers& Clark(2000,336) المقابلة لهدفين الأول: تقييم ضغوط ما بعد الصدمة وتحديد الموضوعات المعرفية التي تساعد في تقديم العلاج له فيما بعد بجانب استخدام المقاييس الملائمة، وفيها يُطلب من الأفراد بتذكر الحدث الصادم والنظر في أسوأ الأشياء فيه أو أكثر اللحظات إيلاماً بالنسبة له، وكذلك الصور المتطفلة واللحظات التي ينفصل فيها الأفراد، وإن طبيعة الانفعالات السائدة مثل (الشعور بالذنب أو الغضب أو الخزي أو الحزن أو الخوف) هي أيضاً دليل على إدراك الافراد، والتي تشير لعواقب الصدمة، كما يتم سؤال الافراد عن الاعراض الأكثر إزعاجاً أو صعوبة منذ وقوع الحدث واستكشاف معتقداتهم حول مستقبلهم وسلوك الآخرين، وفي الحالات الحادة، يحاول المعالج تحديد أحداث ما بعد الصدمة التي ربما تكون قد غيرت معنى الصدمة الأصلية، لتحديد الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية، وأنه من المفيد الاستفسار عن الكيفية التي يحاول بها الافراد نسيان الأحداث، وما هي الطريقة الأفضل في التعامل مع الصدمة، وما الذي يتجنبونه، وكيف يتعاملون مع التدخلات الإقحامات، والهدف الثاني: هو التوصل لوصف

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

طبيعة ذاكرة الصدمة والتدخلات الإقحامات التلقائية بما فيها القضايا الرئيسية ومدى وجود فجوات في الذاكرة، وما إذا كان تسلسل الأحداث يبدو مشوشاً ومدى جودة الذاكرة في التعامل مع التدخلات ومكوناتها الحسية والحركية، وتصبح بعض هذه المعلومات واضحة تماماً فقط عند بدء شكل من أشكال إعادة الحياة.

كما استخدمها بحث (Lewis, et al (2022,3) من خلال سؤال المصابين بضغط ما بعد الصدمة عما إذا كانوا قد مروا بحدث صادم، وإذا كان الأمر كذلك، فقد طلب منهم تقديم مزيد من المعلومات لتوضيح أعراض الضغوط الناتجة عن حدث صادم، وتم ذلك عن طريق طرح السؤال التالي: ما هو أسوأ حدث مؤلم تعرضت له في حياتك؟ وتم مقارنة النتائج بمعايير الدليل التشخيصي (DSM-5).

وعليه يتضح أن الوسائل المستخدمة في قياس ضغوط ما بعد الصدمة متشابهة تقريباً، وأن أغلب الباحثين اتفقوا على طريقة التقرير الذاتي الأكثر انتشاراً، وقد يكون الاتفاق على تعريف نتيجة اعتماد الباحثون على مصدر واحد عند تناول ضغوط ما بعد الصدمة وهو الدليل التشخيصي بإصداراته المختلفة (DSM-3-4-5) في تعريفه وطرق تشخيصه وقياسه.

### ❖ الآثار السلبية المترتبة على ضغوط ما بعد الصدمة :

قد يكون الأمر المقبول في دراسة ضغوط ما بعد الصدمة هو وجود فاعلية للتدخلات النفسية والعلاجية لخفض آثاره النفسية على الطلاب، لكن حتى يتم خفضه بالشكل فعال فإنه قد يترك آثاراً شديدة لها صفة الحدث الصادم من خلال انتشارها الواسع كالأزمات الصحية (COVID-19)، حادث سيارة، وفاة قريب وغيرهم من المواقف الصادمة، وتكون درجة التأثير وفقاً لقدرة على المواجهة، وقد تسوء آثاره عند فشل العلاج وحدوث الانتكاسات.

فالأفراد الذين يعانون من ضغوط ما بعد الصدمة هم أكثر عرضة للاكتئاب، أو الضغوط ثنائية القطب، أو القلق، أو ضغوطات تعاطي المخدرات (DSM-5, 2013, 281)، وإذا تُرك ضغوط ما بعد الصدمة دون تدخل، فقد يكون مهدداً للحياة، لأنه غالباً ما يرتبط بتعاطي المخدرات والاكتئاب الشديد واضطرابات في الذاكرة (Rewar, et al, 2015, 133).

وأن استجابات الوالدين لحدث صادم قد تلعب دوراً مهماً بشكل خاص في التعافي النفسي للطفل الصغير المصاب بضغط ما بعد الصدمة، غير أنهم معرضون لخطر الإصابة بضغط ما بعد الصدمة والقلق والاكتئاب بعد صدمة طفلهم (De Young, et al, 2014, 16).

كما أن تأثيره يمتد للنمو العقلي في مرحلة المراهقة إلى مرحلة البلوغ، ومع ذلك، فإن المرونة والقدرة على التحكم المعرفي في هذه الفئة العمرية قد تحمل وعداً خاصاً لتدخلات التدريب المعرفي، بالإضافة لتأثيره على الأفراد نفسياً وجسدياً، ويسبب لهم المعاناة وضغوطات الأسرية، والمخاطر الاجتماعية (Miao, et al, 2018, 6; Schweizer, et al, 2017, 87).

وتتعدى عواقبه بالتأثير على الفرد وشعوره بالقلق والعنف والعدوان مع الآخرين وانخفاض الكفاءة الاجتماعية، وضعف شديد للأداء والوظائف الاجتماعية والمهنية والتعليمية، الغضب، والتدخين وإدمان مشاهدة التلفزيون والإنترنت عندما لا يتم التدخل العلاجي (فاتن الحاج، ٢٠١٩، ٣١٧؛ Kakaje, et al, 2020, 2, 8).

كما يؤثر على الأداء العقلي والمعرفي للأفراد، وقد تؤدي تجربة الأحداث المؤلمة إلى متلازمة ما بعد الصدمة، مما يؤدي بدوره إلى عجز في التفكير الإبداعي، وعلى إدراك الأفراد وضعف في الذاكرة العاملة، وسرعة منخفضة في معالجة المعلومات، وتبديل غير مرن لنمط الانتباه (Liang, et al, 2021, 368).

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم

وتهدد ضغوط ما بعد الصدمة الأمن النفسي للفرد، وتسبب له الخوف والتوتر والانسحاب وتجنب المواقف وعدم مواجهتها، والإخلال بتوازنه النفسي والاجتماعي ومناعته الجسمية والصحية، ويكون الفرد مخدر العواطف، والشعور بالذنب أمام معاناة المجتمع، إضافة إلى مشاعر الخوف من تكرار الكوارث والأزمات بإشكالها المختلفة سواء أكاديمية أو اقتصادية أو اجتماعية (عادل العدل، ٢٠٢١، ٢٩٠ - Syifa' Amini & Arsy, 2022, 36: ٢٩١).

وتظهر الاستجابات النفسية للصدمة التي تحدث للأطفال في سن المدرسة في شكل أفكار مضطربة حول الحادث، وصعوبة النوم، والكوابيس، والعواطف غير المستقرة، وصعوبة التركيز، وإذا كان الطالب يعاني من صعوبة في التركيز، فقد يتداخل ذلك مع أنشطة التدريس والتعلم مما يؤدي إلى انخفاض تحصيل الطلاب (Rachma & Febrianti, 2021, 281).

بالإضافة أن الأفراد الذين يعانون من ضغوط ما بعد الصدمة لديهم ندرة في التعزيز الإيجابي ويظهرون انخفاض في القدرة على التفكير المستقبلي عند صنع القرار (Olin, et al, 2022, 126).

مما سبق يتضح أن مستوى تأثيرات أي حادث صادم يعتمد على نوع الصدمة وخطورتها، وكيفية مواجهتها، وأن لضغوط ما بعد الصدمة آثاره السلبية المتعددة على الطلاب بمستويات مختلفة، سواء على المستوى الشخصي أو الأسري بالإضافة لتأثيره على المستوى التعليمي والنفسي عليهم، ويمكن تلخيص تلك الآثار وفقاً لما تم عرضه كالآتي:

- ١- الآثار السلبية لضغوط ما بعد الصدمة على مستوى الشخصي للفرد: فهي تعرضهم للاكتئاب والقلق وتعاطي المخدرات والعنف والاعتداء على الآخرين وإدمان الانترنت، والتدخين وتسبب لهم المعاناة والضعف والأسرية، بالإضافة لطريقة التفكير.
- ٢- الآثار السلبية لضغوط ما بعد الصدمة على مستوى الأسرة:

أن الأسرة التي يصاب أحدها بضغط ما بعد الصدمة قادرة على تقديم الدعم النفسي له غير أنهم معرضين للإصابة به نتيجة لتعرضهم السلبي للمصاب، بالإضافة للضعف في علاقة أفراد الأسرة بسبب العزلة التي يلجأ إليها المصاب بضغط ما بعد الصدمة، وفقدان الثقة، والتواصل، وانخفاض الكفاءة الاجتماعية والتوصل لحلول للمشاكل التي قد تواجههم، فضلاً عن ضعف إنتاجية تلك الأسر لانشغالها فترات طويلة بمتابعة المصاب بضغط ما بعد الصدمة.

٣- الآثار السلبية لضغوط ما بعد الصدمة على المستوى التعليمي:

حيث تؤدي لضعف شديد للأداء والوظائف والمهنية والتعليمية من خلال تكرار الأفكار المتناقضة حول الحادث، وصعوبة النوم، والكوابيس، والانفعالات غير المستقرة، وصعوبة التركيز، وإذا كان الطالب يعاني من صعوبة في التركيز مما يؤدي لانخفاض تحصيل الطلاب.

٤- الآثار السلبية لضغوط ما بعد الصدمة على المستوى النفسي:

حيث تؤثر على الأمن النفسي، وتجنب المواقف وعدم مواجهتها، والإخلال بتوازنه النفسي والاجتماعي وتضعف مناعته النفسية، ويكون الفرد مخدر العواطف، والشعور بالذنب، إضافة إلى مشاعر الخوف من تكرار الكوارث والأزمات، وضعف التعزيز الإيجابي ويظهرون انخفاضاً في القدرة على التفكير المستقبلي.

## ثانياً: فاعلية الذات Self efficacy:

الطلاب دائماً في حاجة للمساعدة على عيش حياة يشعرون فيها بالقدرة على مواجهة الصعاب والضغط وما يشجعهم على بذل المزيد من الجهد والمثابرة في تحقيق أهدافهم الممثلة في التقدم والنجاحات المستمرين سواء الحياتية أو الأكاديمية بدرجة تضعهم على الطريق الصحيح لتحقيق أهدافهم الحالية والمستقبلية، وإدارة واستثمار قدراتهم وإمكاناتهم بطريقة فاعلة والإيمان بها، وذلك لا يتحقق إلا بمستوى مرتفع من فاعلية الذات وهي أحد المتغيرات النفسية الإيجابية الأكثر أهمية لذلك.

❖ تعريف فاعلية الذات:

بالبحث عن فاعلية الذات في البحوث الأجنبية يتضح أن الباحثين وصفوها بمسميات متباينة وفقاً لكل مجال الذي تُبحث فيه، حيث أُطلق عليها فاعلية الذات التكنولوجية (Technological self-efficacy Rahman, et al (2023,1)، Computer self- efficacy (Saville & Foster (2021,1)، وفاعلية الذات للحاسب الآلي- Computer self- efficacy (Zay & Kurniasih (2023,113)، وفاعلية الذات الهندسية (Chen, et al (2023,64)، وفاعلية الذات للرياضيات (Mathematics self-efficacy Yesuf, et al (2023,1)، وفاعلية الذات العامة (General self-efficacy Suh, et al (2023,62)، وفاعلية الذات العددية (Numeric self-efficacy Peters & Shoots- Reinhard (2022,792)، وفاعلية الذات لتواصل الاجتماعي (Social media communication self-efficacy Pekkala & van Zoonen (2022,67)، بينما أغلب البحوث تستخدم مصطلح فاعلية الذات self efficacy فقط ويتم تحديدها بدقة أثناء بناء أداة القياس المناسبة، وهذا ما سوف يعتمد عليه البحث الحالي.

وعلى الرغم من توحيد المصطلح الأجنبي بالبحوث العربية (self efficacy) بالإضافة للمجال الدقيق التي تُبحث فيه أو بصفة عامة، غير أن الترجمات التي قدمها الباحثون العرب تباينت قليلاً، فلقد تُرجم في بعض البحوث على أنها "الكفاءة الذاتية" بإضافة "أداة التعريف" فائزة مزارى، ووسيلة بن عامر (2022، 427)، ودون أداة التعريف "كفاءة الذات" يوسف الغامدي (2022، 539)، بينما ترجمه البعض "فاعلية الذات" أميرة الدق (2021، 643) "وذهب آخرون أنه" الفاعلية الذاتية" بإضافة أداة التعريف إيناس جوهر (2022، 221)، ودون "أداة التعريف" فاعلية الذات" مي علي (2021، 1)، ويستخدم البحث الحالي ترجمة فاعلية الذات للمصطلح الأجنبي (self efficacy) دون وضع علامة (-) بين المقطع (self



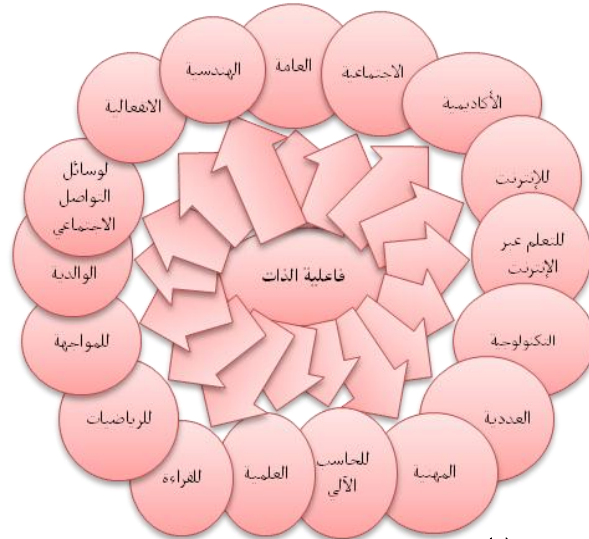
والمقطع (efficacy) لأنها تغير المعنى وتغير ترجمة المصطلح من فاعلية الذات إلى الذات الفاعلة، بالإضافة أن هذا تماشياً مع طريقة كتابتها من قبل (Bandura). ويعرف Bandura فاعلية الذات على أنها معتقدات "Beliefs" الأفراد حول قدراتهم على إنتاج وتنفيذ العمل المطلوب بمستويات معينة من الأداء والتأثير على الأحداث التي تؤثر على حياتهم، وتحدد كيف يشعرون ويفكرون ويتصرفون وينجزون ويحفظون أنفسهم (Bandura, 1977, 193; Bandura, 1994a, 1; Bandura, 1997, 3; Bandura, 1998, 624; Bandura, 2002, 2; Bandura, 2013, 147; Bong & Clark, 1999, 149). ويتفق مع Bandura بحث كل من (Alammar, et al, 2022, 4; Bohrnstedt, et al, 2020, 173; Chen, et al, 2023, 65; Macklem, 2020, 202; Orakcı, et al, 2023, 2; Paavola, 2019, 78; Simamora & Saragih, 2019, 62; Sun, et al, 2022, 3; Zelenak, 2020, 42).

ويتفق كل من إحسان حجازي (٢٠١٧، ٤٤٢)، و Lipke (2020, 4713) بأنها اعتقاد الطلاب في فاعليتهم وقدرتهم على مواجهة المواقف والمشكلات التي تعترضهم سواء داخل المدرسة أو خارجها. ويرى كل من (Buessey, et al (2020, 2) و Sharma & Kumra (2022, 2)، و (Syabania, et al (2023, 020002-1)، و Zhou, et al (2019, 3) أنها اعتقاد الأفراد بإمكانية أداء سلوك معين بنجاح مع مواجهة العقبات. ويشير إليها (Laouni (2023, 8) أنها قناعة الفرد وثقته في قدراته على امتلاك الدافع والموارد المعرفية والسلوكية ولإجراءات اللازمة لأداء مهام معينة بنجاح.

وعليه ومن خلال عرض تعريفات فاعلية الذات العامة يتضح أن هناك شبه اتفاق بين الباحثين في تعريفهم لفاعلية الذات وفقاً لكل مجال تحدث فيه، وقد يكون هذا نتيجة إتياعهم لمصدر محدد "Bandura" والنظرية المعرفية الاجتماعية أو نظرية التعلم الاجتماعي".

## منغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسه إبراهيم

ويظهر توافق الباحثين في تناولهم لفاعلية الذات في التأكيد على أهمية اعتقاد وإيمان الطلاب بذاتهم حتى يكونوا ذو فاعلية ذاتية مرتفعة، وأن معتقداتهم قد تكون متعددة المجالات " معرفية أو سلوكية أو انفعالية"، وأهمية امتلاك القدرة والإمكانات التي تساعدهم على تجاوز المهام، والتعرف على السبل والطرق المختلفة لأداء ومواجهة الصعاب، والتنوع في المهام والمشكلات التي تواجههم وفقاً لكل مجال من مجالات فاعلية الذات، كما لا بد وأن تتحدي تلك المهام قدراتهم حتى يتولد لديهم الرغبة في التصدي لها، والشعور بالثقة بالنفس والمثابرة وبذل الجهد لمواجهة العقبات والمهام الصعبة، وأهمية وجود نتائج إيجابية تؤثر بالإيجاب على اعتقادهم في قدراتهم وإمكاناتهم، وتنمية قدرتهم على تغيير أنماط التفكير والدافعية التي تتوافق مع الموقف الذي يستدعي مواجهته وتحفيز فاعليتهم والتي تتنوع وفقاً لكل جانب يتم اعتقاد الفرد بقدرته فيه، كما يوضح الشكل التالي:



شكل (٢) مجالات فاعلية الذات من واقع البحوث الاجنبية

وقد يكون هذا التنوع الواضح في مجالات فاعلية الذات مصدره هو الاعتماد على ما أشار إليه (Bandura, 2006,307) وما أتفق معه (Vaughan- Johnston & Jacobson, 2020,376) على أن معتقدات فاعلية

الذات يمكن أن تكون محددة جداً مثل فاعلية الذات للحاسب الآلي أو عامة جداً مثل التعرف على فاعلية الذات بصفة عامة، ولا يمكن للأفراد أن يكونوا ذو فاعلية ذاتية في كل المجالات، الأمر الذي يتطلب اتقان مجالات عدة من مجالات الحياة البشرية، فيختلف مستوى فاعلية ذات لأفراد وفقاً للمجال الذي يطورون فيه فاعليتهم الذاتية بصورة محددة عن غيره من المجالات، وأن فإن نظام الاعتقاد الفعال ليس سمة عامة يشترك فيها الجميع بل مجموعة متباينة من المعتقدات الذاتية المرتبطة بمجالات محددة.

#### ❖ أبعاد فاعلية الذات:

يمكن عرض أبعاد فاعلية الذات في البحوث العربية والأجنبية التي تناولتها، سواء كمفهوم نفسي أحادي البعد أو متعدد الأبعاد من خلال الجدول التالي:

جدول (٢) أبعاد فاعلية الذات من واقع بعض البحوث والدراسات

م	البحث	الفقرات	الأبعاد
١	إيناس جوهر (٢٠٢٢) ٢٧٤، - ٢٧٦)	٢٤	الفاعلية الشخصية، الخبرات المسيطرة، فسيولوجية فاعلية الذات.
٢	عادل العدل (٢٠٠١، ١٤٢ - ١٤٤)	٤٢	أحادي البعد (ثنائي القطب)
٣	فاتن الرواحنة ورامي اليوسف (٢٠٢١، ١٤٠،	٣٠	حجم الفاعلية، والعمومية، والقوة أو الشدّة.
٤	فاطمة عبدالعزیز (٢٠٢١، ١٢٦،	٣٢	الإدراك المعرفي للمقدرات الشخصية، والثقة بالنفس، والمثابرة، والتحكم في ضغوط الحياة
٥	مي علي وآخرون (٢٠٢١) ١٧، - ١٦)	٥٢	المثابرة، والمبادرة، والثقة بالنفس، والمواجهة الإيجابية

منعوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

م	البحث	الفقرات	الأبعاد
6	Caprara, et al (2013,105)	١٥	إدارة الغضب، والانزعاج واليأس، والحزن والخوف والعار، والإحراج والشعور بالذنب.
٧	Chen, et al (2001,62-77)	٨	المستوى أو الحجم، والقوة، والعمومية.
٨	Jerusalem & (1995) Schwarzer	١٠	وهو مقياس أحادي البعد

ويتضح من الجدول أن فاعلية الذات مفهوم نفسي يمكن تناوله كمفهوم أحادي البعد أو متعدد الأبعاد، بالإضافة أن بعضها" الأبحاث التي اعتمدت على أبحاث Bandura" متشابهة في كثير من البحوث، وقد يكون السبب في ذلك هو اعتماد الكثير من البحوث على تفسير فاعلية الذات من خلال النظرية المعرفية الاجتماعية، فضلاً عن انتشار استخدام مقياس (Jerusalem & Schwarzer(1995 وهو المقياس الذي يقوم عليه البحث الحالي.

#### ❖ أهمية دراسة فاعلية الذات:

يشير كل من Bandura(1994b, 26) و Bandura(1997,3)، و Bandura(2023, 12) و Bandura(2013, 147)، و Berte, et al(2021، و Lippke(2020, 4714) و Lippke(2020, 165) لقدرة فاعلية الذات لتأثيرها على مسارات المهام التي يختار الأفراد القيام بها، ومقدار الجهد الذي يبذله في مساعي معينة، والمدة التي سيستمرون فيها في مواجهة العقبات والإخفاقات، ومدى قدرتهم على مواجهة الشدائد، والتأثير على جوانب مختلفة للفرد كالتالي:

١- المعرفي: تؤثر على قدرة تفكير الأفراد سواء التفاوض أو التشاؤم، التعزيز الذاتي أو هدم الذات.

٢- الدافعي: تؤثر على الهدف الذي يتحدى الأشخاص الذي وضعوه لأنفسهم، ومقدار الجهد الذي يستثمرونه في المسعى، ومثابرتهم في مواجهة الصعوبات والنعسات.

٣- الانفعالي: تؤثر على قدراتهم على التكيف ونوعية حياتهم الانفعالية وتعرضهم للتوتر والاكئاب، ويؤدي انخفاضها بأنهم لا يديرون المواقف بفعالية على الرغم من أنهم يعرفون ما يجب عليهم فعله ويمتلكون المهارات المطلوبة لذلك.

كما تؤدي فاعلية الذات للتغيير والتنمية في سلوكيات الطلاب، ويعد تعلم مهارة جديدة أكثر واقعية من الآراء المتضاربة حول قدراته، وتعطي صورة ذاتية أكثر واقعية من التعليقات أو التصورات المجردة من الآخرين، وتساعد الطلاب ليكونوا أكثر كفاءة في دراستهم وحل مشاكلهم الأكاديمية، وتنمية مهاراتهم الاجتماعية (Clanton, 2015, 113).

فالأفراد ذو معتقدات فاعلية الذات المرتفعة على استعداد لأخذ زمام المبادرة في المجالات المرتبطة، وبذل الجهد إذا لزم الأمر، والمثابرة طالما أنهم يؤمنون بفعاليتهم، وفي المواقف التي يحتمل أن تكون مجهدة تنتج ضغوطاً ذاتية أقل لدى الأفراد ذوي فاعلية الذات المرتفعة، ومع ذلك، في حين أن فاعلية الذات تعمل كحاجز ضد الضغوط النفسية، غير أنها يمكن أن تؤدي أيضاً إلى ضغوط "بشكل غير مباشر" بقدر ما يمكن أن يدفع الأفراد الطموحين بشكل مضطرب إلى تحمل مسؤوليات أكثر مما يمكنهم تحمله بكميات كبيرة (فاطمة عبدالعزیز، ٢٠٢١، ١١٥، 13813; 2015, Flammer).

بالإضافة أن الأفراد الذين يرون أنهم يتمتعون بقدر أكبر من فاعلية الذات هم أكثر استمرارية في أداء المهام، وأكثر نجاحاً، وأقل إحباطاً، فهي تتأثر بعدد كبير من المتغيرات المتعلقة بالفروق الفردية، وطبيعة المهمة التي يتم تنفيذها، وطريقة تنظيمها (Kemp, 2016, 200).

**ذغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد احمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

ويتعدى تأثيرها على الوالدين وتعزيز دورهم تجاه الأبناء وتنمية قدرتهم الفطرية على أن يكونوا أكثر اجتهاداً وثقة في قدراته مجتهداً وواثقاً في قدرتهم وتنمية فاعليتهم، وتنمية ثقتهم في إداء المهام التنافسية في المجالات المختلفة، ويحافظون على تركيزهم على تقييم مكونات المهمة (Paavola,2019,76,78).

كما تؤثر على درجة الشعور بالقلق العام، وتعمل على تنمية قدرة الطلاب على تعلم الرياضيات وخفض قلق تعلمها (Zhang, & Wang (2020, 7)، وتحسين النواحي الصحية لديهم وخفض درجة القلق والتوتر (Sharma & Kumra(2022,2)، وتنمية الرضا عن الحياة لدى الأشخاص الذين يعانون من ضعف في الحركة (Rogowska, et al(2020,1)، والشعور بالثقة في قدرة الفرد، والفضول لمعرفة المزيد والرغبة في الانخراط في المهام التي يُنظر إليها على أنها تحديات بدلاً من المهام ذات الاهتمام العام (Malureanu, et al(2021,4)، كما تساعد فاعلية الذات على منع تسرب الطلاب من المدرسة وتحسين أدائهم وخبراتهم الأكاديمية (Supervía, et al(2022,1)، ويؤثر ضعف فاعلية الذات للطلاب على التعرض للتنمر الإلكتروني (Schunk, et al(2022,1)، كما تعمل كدافع للمعلمين لتطوير علاقات شخصية مع الطلاب (Chang, et al(2022,3).

ويانتشار أنواع جديدة نسبياً من التعلم (التعلم عن بعد Distance learning، التعلم عبر الإنترنت Online learning) والتي ظهرت بوضوح أثناء كوفيد- ١٩ فقد تيسر فاعلية الذات في تبني أحدهم وفقاً لمستواهم (Casinillo(2023,77)، وأن الطلاب ذوي فاعلية الذات المرتفعة سيشاركون بسهولة وبشكل متكرر في الأنشطة المتعلقة بالتكنولوجيا والتي قد تستمر لفترة طويلة في حين أن الأشخاص ذوي فاعلية الذات المنخفضة يميلون إلى الهروب من التكامل التكنولوجي، وتجنب استخدامها أو التحدث عنها بسهولة أمام الآخرين (Laouni, 2023, 8).

وعليه يتضح أن أهمية دراسة فاعلية الذات تنبع من قدرتها على التأثير على الطالب وعلى مجالات أكاديمية، وتكنولوجية، واجتماعية ولعل المجال الانفعالي يشترك مع جميع المجالات السابقة كما يوضحها الشكل التالي:



شكل (٣) تأثير فاعلية الذات على المجالات المختلفة

ومن خلال الشكل (٣) يتضح أن فاعلية الذات قد تؤثر على الطالب نفسه حيث تنمي لديه التحدي والمثابرة وبذل الجهد دون انتظار آراء الآخرين فيه، والتعرف على نقاط قوته ودعمها ونقاط ضعفه وتحديها للقيام بما يضعفه، كذلك تؤثر على الكثير من المتغيرات النفسية في مجالات كثيرة، بداية من المجال الأكاديمي من تحسين رضا الطلاب عند الدراسة وقبول المحتوى التعليمي، والرغبة في تكليفهم بمهام أكاديمية تتحدى قدراتهم وامكانياتهم والعمل على وضع توقعات ذاتية مرتفعة للقيام بها، وحماية مشاعرهم وانفعالاتهم من التأثير بالضغوط الأكاديمية وغيرها، بالإضافة للمجال للتكنولوجي ودورها في جعل الطلاب أكثر تفاعلاً معها، وتنمية الرغبة في التدريب على كل جديد فيها يخدمهم في مجالهم الأكاديمي وغيره، والرغبة في التعرف على طرق الوقاية من التنمر الإلكتروني، والحفاظ على أمنهم السيبراني، وكذلك تؤثر في المجال الاجتماعي ودورها في تنمية العلاقات بين أفراد المجتمع ومساعدة الطلاب في أدراك دوره تجاه أسرته ومجتمعه والحفاظ عليهما وإقامة علاقات طيبة مع أفرادها.

### ❖ العوامل ذات العلاقة بفاعلية الذات :

ترتبط فاعلية الذات بالكثير من المتغيرات النفسية وقد يكون هذا الارتباط موجباً أو سالباً، وبالمتغيرات الديمغرافية، بالإضافة أن لفاعلية الذات وارتباطها بتلك المتغيرات القدرة على إحداث تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين متغيرات مختلفة من خلال الدور الوسيط بين المتغيرات، ويمكن توضيح تلك العوامل المرتبطة بها كما يلي:

أولاً: العوامل النفسية ذات العلاقة الارتباطية بفاعلية الذات:

#### ١- العوامل ذات العلاقة الارتباطية الموجبة بفاعلية الذات:

وجدت علاقات ارتباطية موجبة بين فاعلية الذات وبين كل من التوافق النفسي والاجتماعي أميرة الدق (٢٠٢١، 643)، والذكاء الانفعالي والتوافق المهني حنان عبد الرحمن (٢٠٢١، ٢٧٤)، الدفاع السيبراني البناء (Buessey, et al (2020,1)، و التحصيل الأكاديمي (Wood, et al و Hanham, et al (2021,1)، واليقظة العقلية (Sharma& Kumra(2022,1)، والمشاركة في العمل (Sun, et al(2022,1)، والأداء الأكاديمي والمرونة الأكاديمية (Supervía, et al(2022,1)، ومحو الأمية البيئية (Syabania, et al(2023, 020002-1)، والاهتمام بالرياضيات وتحصيلها (Zhang, & Wang, 2020, 6).

#### ٢- العوامل ذات العلاقة الارتباطية السالبة بفاعلية الذات :

وجدت علاقات ارتباطية سالبة بين فاعلية الذات وبين كل من الضغوط النفسية أميرة الدق (٢٠٢١، 643)، والضغوط الأكاديمية المتصورة (Şuteu (2023,166)، والدفاع السيبراني العدواني (Buessey,et al (2020,1)، والقلق الأكاديمي (Purwanti, et al (2020,276)، والقلق والتوتر والاكتئاب (Sharma& Kumra,2022,1).



ثالثاً: علاقة فاعلية الذات ببعض المتغيرات الديموغرافية:

أ- النوع:

فيما يتعلق بعلاقة فاعلية الذات والنوع فلقد توصل بحث كل من حنان عبدالرحمن (٢٠٢١، ٢٧٤)، وبحث (Céspedes, et al (2021,1)، وبحث (Li, et al (2023, 9)، وبحث (Purwanti, et al (2020,276) لوجود فروق ذات دلالة احصائية في فاعلية الذات في النوع لصالح الذكور. بينما توصل بحث (Berte, et al (2021,162)، وبحث (Jayesh & Thomas (2022,81) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في فاعلية الذات لصالح النوع.

ب - المرحلة التعليمية:

وفيما يتعلق ببحث فاعلية الذات لدى الطلاب وفقاً للمراحل التعليمية، فقد تم تناولها لدى طلاب المرحلة الابتدائية كما في بحث كل من فاطمة عبدالعزيز (٢٠٢١، ١٢٤)، وبحث (Zhou, et al (2019,1)، وبحث (Zhou, et al (2020,1)، وتناولها بحث كل من (Wood, et al (2022,149)، وبحث (Zhang, et al (2020,1) & Wang, (2020,1) لدى طلاب المرحلة الإعدادية، كما تناولها بحث كل من حنان عبدالرحمن (٢٠٢١، ٣٠٢)، وبحث (Hull, et al (2021, 302)، وبحث (Schunk, et al (2022,1)، وبحث (Supervía, et al (2022,1)، وبحث (Syabania, et al (2023, 020002-1) لدى طلاب المرحلة الثانوية.

بينما تم تناولها لدى طلاب المرحلة الجامعية كما في بحث كل من (Berte, et al (2021,162)، و (Jiang, et al (2023,1)، و (Kryshko, et al (2022,1)، و (Kryshko, et al (2021,466)، و (Hong, et al (2021,302)، و (Hull, et al (2021,302)، و (Kryshko, et al (2022,1)، و (Li, et al (2023,1)، و (Maduakor, et al (2022,297)، و (Pan (2021,1)، و (Şuteu (2023,166)، و (Matteucci & Soncini (2021,1)، و (Wang et al (2022,1)، و (Purwanti, et al (2020,276)، و (Wang et al (2023,107).

**ذغوط ما بعد الصدمة وحلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

و(1,2023), Zhang, et al، بينما تناوله بحث كل من (4,2022), Chang, et al، و(1,2023), Orakcı, et al، و(1,2022), Sökmen& Sarıkaya لدى المعلمين، وعن الفروق في فاعلية الذات وفقاً للصفوف والمراحل الدراسية توصل بحث كل من (9,2023), Li,et al وبحث(162,2021), Berte, et al أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في فاعلية الذات وفقاً للمراحل التعليمية وعمر الطالب.

وعليه يتضح أن فاعلية الذات ترتبط بالكثير من المتغيرات سواء الأكاديمية(التحصيل الأكاديمي، والاهتمام بتعلم الرياضيات وتحصيلها، والذغوط الأكاديمية المدركة، والقلق الأكاديمي والمرونة والأداء الأكاديمي، والتفاعل بين محتوى المتعلم والتفاعل بين المعلم والمتعلم، واستراتيجيات التعلم المنظم ذاتياً)، والاجتماعية(التوافق النفسي والاجتماعي المهني، والمشاركة في العمل، ومحو الأمية البيئية، والرضا الوظيفي)، والانفعالية(الذكاء الانفعالي، والذغوط النفسية والقلق والتوتر والاكئاب وتجنب التعلق والرفاهية النفسية) والسيبرانية" Cyberpsychology"(الدفاع السيبراني البناء والعدواني، والإيذاء والتنمر الإلكتروني، واستخدام الإنترنت)، والديموغرافية فتم تناولها بين الذكور والإناث ولم تتفق البحوث في أي اتجاه تكون الفروق، وفي المراحل التعليمية تم تناولها بصورة أكبر لدى طلاب المرحلة الجامعية، ونتيجة لتلك المؤشرات على ارتباطها بمتغيرات عدة، وضعف وضوح الفروق في النوع، وتناولها لدى طلاب الجامعة؛ فسيتم تناول فاعلية الذات في البحث الحالي للتعرف على مدى ارتباطها بذغوط ما بعد الصدمة.

❖ طرق قياس فاعلية الذات:

يشير كل من(307,2006), Bandura وبحث(14,2012), Bandura، وبحث(376,2020), Vaughan- Johnston& Jacobson أن معتقدات فاعلية الذات يمكن أن تكون محددة جداً مثل فاعلية الذات للحاسب الآلي أو عامة

جداً مثل التعرف على فاعلية الذات بصفة عامة، ولا يمكن للأفراد أن يكونوا ذو فاعلية ذاتية في كل المجالات، الأمر الذي يتطلب اتقان مجالات عدة من مجالات الحياة البشرية، فيختلف مستوى فاعلية لأفراد وفقاً للمجال الذي يطورون فيه فاعليتهم الذاتية بصورة محددة عن غيره من المجالات، وأن فإن نظام الاعتقاد الفعال ليس سمة عامة يشترك فيها الجميع بل مجموعة متباينة من المعتقدات الذاتية المرتبطة بمجالات محددة، وأن المقاييس متعددة المجالات تستطيع أن تكشف عن أنماط أكثر عمومية لدى الطلاب ذو الفاعلية الذاتية أكثر من المقاييس أحادية المجال كما تؤدي المقاييس المحددة بالمحتوى التي تقيس فاعلية الذات في مجالات معينة إلى فائدة تنبؤية أكبر، وكلما كانت أكثر تحديداً، كان ذلك أفضل.

وبالاطلاع على الأدب السيكولوجي لفاعلية الذات وجد أن هناك تفاوتاً في التحديد المشار إليه سابقاً، فعلى سبيل المثال يوجد الكثير من البحوث تشير لفاعلية الذات الأكاديمية، وعند قياسها تستخدم أدوات قياس لفاعلية الذات العامة، لكن يوجد اتفاق بين الباحثين على طريقة قياسها من خلال طريقة التقرير الذاتي، من خلال بناء عدد من المقاييس أهمها كالتالي:

#### ١- مقياس فاعلية الذات العامة General Self-efficacy Scale:

وهو مقياس أحادي البعد يقيس فاعلية الذات العامة، من Jerusalem & Schwarzer(1995) وتم ترجمة هذا المقياس إلى (٣٢) لغة حول العالم، وهو مقياس نفسي مكون من (١٠) عناصر تم تصميمه لتقييم المعتقدات الذاتية للتعامل مع مجموعة متنوعة من المتطلبات الصعبة في الحياة. تم تطوير المقياس في الأصل باللغة الألمانية، وتم تبنيه في بحث كل من (Casinillo (2023, 88)، وبحث Céspedes, Jiang, et al (2021,3)، وبحث(Jayesh& Thomas (2022,81)، وبحث Li, et al (2023, 5)، وبحث(Maduakor, et al (2023,3)، وبحث(Rogowska, et al (2022,40)، وبحث(Quintero, et al (2022,304)، وبحث(al,2020,1).

ذغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

٢- مقياس فاعلية الذات العامة الجديد New General Self-Efficacy Scale (NGSE):

مقياس فاعلية الذات العامة الجديد مكون من (٥) مفردات تقيس حجم وقوة وعمومية  
الفاعلية الذاتية للأفراد من إعداد (Chen, et al (2001,62,77) وتم تبنيه في بحث  
كل من (Ilyas, et al(2020, 198) وبحث(Sharma& Kumra, 2022,2).

٣- مقياس فاعلية الذات (ESS) self efficacy scale:

وهو مقياس مكون من (١٥) مفردة تتوزع على الأبعاد التالية (إدارة الغضب، والانزعاج  
والياس، والحزن والخوف والعار، والإحراج والشعور بالذنب) من إعداد Caprara, et  
al (2013,105) وتم تبنيه في بحث(Schunk, et al, 2022,1).

وعليه يتضح أن هناك تقارب بين الباحثين في قياسهم لفاعلية الذات من خلال  
الاعتماد على طريقة التقرير الذاتي، وهي الأكثر انتشاراً في قياسها وأن  
مقياس (فاعلية الذات العامة General Self-efficacy Scale) من إعداد  
(Jerusalem & Schwarzer(1995) هو الأهم من بين تلك المقاييس ويظهر هذا  
في تمتعه بخصائص سيكومترية جيدة، وترجمته إلى (٣٢) لغة حول العالم ويمكن  
الحصول على هذا المقياس بنسخه المتعددة وترجماته المتباينة من خلال هذا  
الرابط(<http://userpage.fu-berlin.de/~health/selfscal.htm>). وهو  
المقياس الذي يتبناه البحث الحالي.

رابعاً: العلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات:

فقد توصل بحث(Cyniak-Cieciura,et al(2015,18,25) إلى أنه في وقت  
بعد الصدمة قد تؤثر أعراض ضغوط ما بعد الصدمة على مستوى فاعلية الذات  
وتتوسط هذه العلاقة الإدراك السلبي لما بعد الصدمة عن الذات، ويؤدي الانخفاض  
الكبير في أعراض ضغوط ما بعد الصدمة بعد عملية العلاج(بغض النظر عن نوع

العلاج) إلى تقليل الإدراك السلبي بعد الصدمة عن الذات وزيادة فاعلية الذات العامة، وقد يكون التفاوت في هذا التأثير مرتبطاً بنوع الصدمة.

ويشير (Blackburn& Owens(2015,219) أن فاعلية الذات ترتبط بانخفاض شدة ضغوط ما بعد الصدمة، وأن التركيز على تعزيز الفاعلية الذاتية قد يساعد في تقليل مستويات ضغوط ما بعد الصدمة وأعراض الاكتئاب بعد الصدمة. ويذكر (Shakespeare-Finch, et al(2015,549) أن فاعلية الذات وتلقي الدعم الاجتماعي من المرجح أن يكونا مهمين لتعزيز الرفاهية النفسية والعقلية مما يسهل الاستجابة الإيجابية بعد الصدمة.

ويشير (Sripada, et al(2016,3) أن زيادة فاعلية الذات تعمل كآلية لعلاج وخفض ضغوط ما بعد ما بعد الصدمة إذا كانت التغييرات معرفية منها زيادة الإحساس بفاعلية الذات، المرتبطة بتخفيف الأعراض في ضغوط ما بعد الصدمة، وترتبط أيضاً بتغييرات التنظيم الانفعالي في وظائف المخ بما يتوافق مع الفاعلية المتزايدة.

ويذكر (Bateman& Morgan(2017,3) أن معتقدات فاعلية الذات قد تؤثر على العوامل المرتبطة بالتعرض لضغوط ما بعد الصدمة.

ويضيف (Kumpula, et al(2017,13-16) أن أحد التفسيرات المحتملة لسبب مساهمة الإدراك المرتبط بفاعلية الذات في تخفيف أعراض ضغوط ما بعد الصدمة، هو ارتباطها بخفض أعراض التجنب والقلق، علاوة على ذلك، وقد يكون الأمر كذلك عندما تصبح المعتقدات عن الذات أقل سلبية، فإن التخفيضات اللاحقة في التجنب تساهم في انخفاض المعتقدات السلبية تجاه الآخرين.

ويشير (Titcombe-Parekh, et al(2018,58-59) لوجود ارتباط بين المستويات المنخفضة من فاعلية الذات وضغوط ما بعد الصدمة، وأن فاعلية الذات يمكن تعزيزها تجريبياً في الموضوعات الصحية للمصابين بضغوط ما بعد الصدمة، كما أن زيادة مستواها يحسن الأداء في المهام المعرفية والانفعالية وحل المشكلات، كما تساعد فاعلية الذات في التأقلم أو التكيف مع المواقف الصادمة، ويؤدي ذلك إلى

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرّضين لخطر الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنة إبراهيم

تحسين الأداء في العمليات المعرفية والانفعالية التي قد تساعد في التعافي من ضغوط ما بعد الصدمة.

ويذكر (LaRocca, et al(2018,9) أن الأسس المعرفية لضغوط ما بعد الصدمة والاكئاب تشمل معتقدات منخفضة الفاعلية، علاوة على ذلك، فإن الإحساس بالفاعلية لا يتوافق إلى حد كبير مع مشاعر اليأس وانعدام القيمة التي غالباً ما تصاحب الاكئاب، في حين أن الفاعلية قد تكون متسقة إلى حد ما مع أعراض ضغوط ما بعد الصدمة وفرط اليقظة والرغبة في السيطرة.

وتوصل بحث (Adams, et al(2019,2,15) إلى أن انخفاض مستوى فاعلية الذات يؤدي لضغوط ما بعد الصدمة، بالإضافة أن الفاعلية الذاتية قد تكون أكثر أهمية لتوفير الدعم الاجتماعي ومواجهة شدة أعراض ضغوط ما بعد الصدمة، وأن أولئك الذين لا يتمتعون بفاعلية الذات قد يكونون أقل ثقة في قدرتهم على التعامل مع العمليات العاطفية والمعرفية المؤلمة الناتجة عن إجهاد ما بعد الصدمة، وهم أكثر عرضة للإصابة بضغط ما بعد الصدمة والاكئاب بعد الصدمة.

كما يشير بحث (Bidzan, et al(2020,6) أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين أعراض ضغوط ما بعد الصدمة والشعور بفاعلية الذات والخوف من الإصابة بـ COVID-19 والقلق بشأن عواقب COVID-19، بينما لم تكن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات أعراض ضغوط ما بعد الصدمة والنوع.

ويوضح (Hoeltherhoff & Chung(2020,1,15) أن فاعلية الذات ترتبط سلبياً بقلق الموت والأمراض النفسية المصاحبة، ولكن ليس لضغوط ما بعد الصدمة، وأن فاعلية الذات تعمل على القلق من الموت والاعتلال النفسي المصاحب، ولكن ليس لضغوط ما بعد الصدمة. فهي تعد أحد آليات التأقلم ووسيلة للوقاية من قلق الموت وتعزيز المرونة تجاهه.

وتوصل بحث (Zacchaeus (2020, 856-858) لوجود علاقة ارتباطية سالبة بين فاعلية الذات وأعراض ضغوط ما بعد الصدمة، وأن فاعلية الذات العالية

تعمل على خفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى الناجين من الصدمات، ويمكن القول إن المسار النفسي للناجين من الصدمة يؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية لا يمكن تفسيره جيداً دون النظر للسياق الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد، ويمكن فهم المسارات النفسية التي تعقب الضغط الصادم أو أحداث الحياة المجهدة بشكل أفضل من خلال استكشاف العوامل النفسية والاجتماعية ومنها الفاعلية الذاتية.

ويذكر (Crapolicchio, et al(2021,10) أهمية أن تساهم المجتمعات والمؤسسات في زيادة الفاعلية الذاتية، والتي هي المفتاح لمنع ضغوط ما بعد الصدمة.

ووفقاً لبحث (Sakamoto, et al(2021,٢٣١٨) فإنه من الممكن أن يكون استهداف الفاعلية الذاتية للأعراض المرتبطة بالانفعال والتركيز على تعزيز المواجهة المركزة على العمل أمراً مهماً بشكل خاص للمعرضين لضغوط ما بعد الصدمة، كما أن زيادة الفاعلية الذاتية واستخدام أساليب المواجهة المركزة على العمل يمكن أن تقلل من عبء الأعراض وتحسن نوعية الحياة لهؤلاء الأفراد.

ويذكر (Zhou, et al(2021,١١) من خلال الأساس المنطقي للنظرية المعرفية الاجتماعية للتعافي من ضغوط ما بعد الصدمة، تنبأت فاعلية الذات بالحد من أعراضه من خلال التأثير الوسيط للتكيف الذي يركز على المشكلة، وتعتبر استراتيجيات التأقلم التي تركز على المشكلة وفاعلية الذات محورية للتدخل لمنع أو تخفيف أعراض ضغوط ما بعد الصدمة.

كما يرى (Morison& Benight(2022,3) أن الأفراد ذو فاعلية الذات المرتفعة هم أكثر استخداماً لاستراتيجيات التكيف والحفاظ على الدور النشط في تشكيل بيئتهم لتسهيل التعافي، بينما يؤدي انخفاضها إلى أن تكونوا أكثر حساسية للتهديدات البيئية المحتملة، والشعور بالخوف من تلك التهديدات، وعليه فإن التأثير المنخفض لفاعلية الذات يتمثل في ضعف الأداء وزيادة شدة أعراض ضغوط ما بعد الصدمة.

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم**

ويشير (Vander Velden, et al(2022,1) أن البالغين الذين وقعوا ضحايا بعد تفشي المرض يعانون من ضغوط ما بعد الصدمة، وأعراض القلق والاكتئاب، ومشاكل الصحة العقلية العامة، نتيجة لانخفاض فاعلية الذات في التأقلم.

وتوصل (Suteu(2023,166) أن الضغوط الأكاديمية المتصورة مرتبطة سلباً بفاعلية الذات، وأن الطلاب ذو المستويات المرتفعة من التوتر لديهم مستويات أقل من فاعلية الذات وأولئك الذين لديهم مستويات أعلى من فاعلية الذات الأكاديمية يعانون من مستويات أقل من الضغوط الأكاديمي المتصور.

وعن البحوث التي تناولت العلاقة بين فاعلية الذات وضغوط ما بعد الصدمة، والبحث عن العلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بينهم، يشير بحث كل من (Adams, et al(2019, 2)، وبحث (Chrosniak& Riskind(2018، وبحث (Mahoney, et (2020,1)، وبحث (Hoelterhoff& Chung, (2020,1)، وبحث (Sakamoto, et al (2021, 2318)، وبحث (al(2021, 2-4)، وبحث (Titcombe-Parekh, et al(2018,59)، وبحث (Zacchaeus(2020, 856) إلى ندرة البحوث التي تناولت فاعلية الذات للتعامل مع التهديد النفسي المحتمل، وأن هناك حاجة شديدة للتعرف على أثرها الايجابي على ضغوط ما بعد الصدمة، فهي أحد العوامل الإيجابية للبحث في ضغوط ما بعد الصدمة، بالإضافة أنها قد تساعد في إشراك العمليات المعرفية التكيفية للتعالي منه، بالإضافة لتنمية التنظيم الانفعالي والوظائف التنفيذية ولها تأثيرات على التغيرات العصبية المرتبطة بضغط ما بعد الصدمة، وأنها يمكن أن تسهل إعادة الصياغة المعرفية من أجل تعزيز حل المشكلات الأكثر تكيفاً والقدرة على التفكير المستقبلي، علاوة على ذلك، تستخدم كأداة وقائية محتملة لتعزيز الصمود.

وفيما يتعلق بعينة البحوث التي تناولت ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات، فقد تم بحثهم لدى طلاب الجامعة كما في بحث كل من (Hoelterhoff & Chung(2020,1)، وبحث (Mahoney, et al(2022,1)، ولدى المحاربين القدامى



كما في بحث كل من (LaRocca, et al(2018,1)، وبحث Bidzan, et al (2020,1)، ولدى أفراد الرعاية الصحية والناجين من الحوادث كما في بحث (Cyniak-Cieciura,et al, 2015,21).

وفيما يتعلق بقياس ضغوط ما بعد الصدمة فقد تم قياسه بالاعتماد على معايير الدليل التشخيصي والاحصائي للضغوطات النفسية والعقلية (DSM-٥)، وعليه تم بناء العديد من الأدوات، بينما تنوعت أدوات قياس فاعلية الذات، ويمكن عرضهم في الجدول التالي:

جدول (٣) المقاييس التي تناولت ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات من واقع

البحوث التي تناولتهم

م	البحث	ضغوط ما بعد الصدمة	فاعلية الذات
1	Adams, et al (2019,9)	DSM-IV Weathers, et al (1993)	GSES: Schwarzer & Jerusalem (1992)
2	Bateman & Morgan (2017,13)	IESR: Juczyński & Ogińska-Bulik (2009)	Schwarzer & Jerusalem (1992)
3	Bidzan, et al (2020,4)	DSM- 5 (APA, 2013)	Schwarzer & Jerusalem (1992)
5	Cyniak-Cieciura, et al, (2015,22)	PTSD-C Zawadzki, et al (2002)	Schwarzer & Jeruzalem (1995)
6	Devlin, et al (2022,4)	Weathers, et al (1993)	Nicholas (1989)
7	Jian, et al (2022,3)	Smith, et al (2003)	Zhang & Schwarzer (1995)

### فروض البحث:

تماشياً مع الإطار النظري للبحث وتساؤلاته، والبحوث والدراسات السابقة،

يمكن صياغة فروض البحث كالتالي:

**ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د. أحمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د. وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنة إبراهيم**

١. مستوى ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة بجامعة الأزهر والزقازيق متوسط.
٢. لا تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف النوع (ذكور - إناث) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.
٣. لا تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف الجامعة (الزقازيق - الأزهر) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.
٤. لا تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف نوع التخصص (النظري - العلمي) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة.
٥. لا تختلف درجات ضغوط ما بعد الصدمة باختلاف الفرقة الدراسية (الأولى والرابعة) لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة ؟
٦. توجد علاقة ارتباطية سالبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة.
٧. لا يمكن التنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من درجات فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة.

**إجراءات البحث:**

• **منهج البحث:**

اتبع الباحث المنهج الوصفي لأنه يتناسب مع أهداف البحث من حيث دراسة الظاهرة ووصفها وصفاً دقيقاً وجمع البيانات وتبويبها وإعطاء وصف للمتغيرات موضوع البحث والكشف عن العلاقات الارتباطية والقدرة التنبؤية والفروق المختلفة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة بجامعة الزقازيق والأزهر.

• **عينة البحث:**

**أولاً: العينة الاستطلاعية (عينة التحقق من الخصائص السيكومترية):**

تكونت عينة البحث الاستطلاعية من الطلاب المعرضين لخطر الصدمة من جامعتي الزقازيق والأزهر المقيدين بكلية (التربية جامعة الزقازيق، التربية

جامعة الأزهر بالدقهلية) خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الأكاديمي

٢٠٢٢/٢٠٢٣، وبلغ حجمها (١٤٠) طالباً بجامعة الزقازيق والأزهر.

ثانياً: العينة النهائية (عينة التحقق من صحة فروض البحث):

تم اشتقاق عينة البحث النهائية بصورة قصدية من الطلاب المعرضين لخطر

الصدمة من جامعتي الزقازيق والأزهر المقيدين بكلية خلال الفصل الدراسي

الثاني للعام الأكاديمي ٢٠٢٢/٢٠٢٣، وبلغ حجمها (٤٢٧) طالباً من

أصل (٨٢٠) طالب وطالبة، حيث تم اختيار الطلاب الذين تعرضوا لصدمة

والبالغ عددهم (٥٦٧) طالباً وطالبة، اشتق منهم (١٤٠) طالباً لحساب

الخصائص السيكومترية، و(٤٢٧) طالباً لاختبار الفروض، بينما تم

استبعاد (٢٥٣) طالب وطالبة الذين لم يقروا بتعرضهم لحدث صادم من قبل.

جدول (٤) توصيف العينة الأساسية للبحث

المجموع	العدد	المتغير	
		٤٢٧	١٦٧
	٢٦٠	الأزهر	
٤٢٧	٢٢٣	ذكر	النوع
		أنثى	
٤٢٧	٢٤١	نظرية	نوع الكلية
		عملية	
٤٢٧	٩٨	الأولى	الفرقة
		الثانية	
		الثالثة	
		الرابعة	
٤٢٧		المجموع الكلي	

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

وللتعرف على الصدمات التي تعرض لها طلاب الجامعة تم إجراء دراسة الاستطلاعية عليهم، وتوصلت الدراسة أن هناك عدد من الأحداث التي أصابتهم بالصدمة والتي تعرضوا لها في الفترة الأخيرة (عام ماضي)، والجدول التالي يمثلها على الترتيب، والتي سيعتمد عليها في تشخيص الطلاب المعرضين لخطر الصدمة، وكانت تلك الأحداث كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٥) الأحداث الصادمة التي تعرض لها عينة البحث في العام الماضي

م	الحدث الصادم	الع	الحدث الصادم	ال	الحدث الصادم	العدد
1	وفاة قريب	٦٣	12	٩	٢٣	٢
2	ضغوط أكاديمية	٢٩	13	٩	٢٤	٢
3	مرض الشخص/قريبه	٢٦	14	٩	٢٥	٢
4	التنمر بأنواعه	٢٧	15	٩	٢٦	١
5	ضغوط اقتصادية	٢٥	١٦	٨	٢٧	١
5	مشاكل عائلية	٢٥	١٧	٦	٢٨	١
7	رسوب في مادة	١٥	١٨	٦	٢٩	١
8	انفصال الوالدين	١٤	١٩	٥	٣٠	١
9	ضغوط أسرية	١٣	٢٠	٤	٣١	١
0	جائحة كورونا	١٠	٢١	٤	٣٢	١
1	حادث سيارة	١٠	٢٢	٣	٣٣	١

وقبل الاستجابة على المقياس عرضت الفقرة التالية للطلاب " فيما يلي مجموعة من المفردات المرتبطة بالحدث(الأحداث) الصادم الذي تعرضت له خلال العام الماضي، وأن كل مفردة توضح التغيرات التي ظهرت عليك خلال تلك الفترة وحتى الآن، وتم الاستجابة عليها وفقاً للتدرج الخماسي (تنطبق تماماً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة صغيرة، لا تنطبق تماماً).

● أدوات البحث: للتحقق من فروض الدراسة وتحقيق أهدافها، تم استخدام المقاييس التالية:

١- مقياس ضغوط ما بعد الصدمة (Davidson, et al(1995)ترجمة الباحث):

٢- مقياس فاعلية الذات (Jerusalem & Schwarzer(1995)ترجمة الباحث):

وفيما يلي وصف للإجراءات التي قام بها الباحث لحساب الخصائص السيكومترية لكل أداة من تلك الأدوات.

أولاً: مقياس ضغوط ما بعد الصدمة (Davidson, et al(1995)ترجمة الباحث):  
يهدف المقياس لقياس مستوى ضغوط ما بعد الصدمة لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة، وقام معد المقياس بحساب ثباته من خلال الاتساق الداخلي(الفاكرونباخ) وبلغت نسبتها(0.99)، وصدق المحك ويتكون المقياس من(١٧) مفردة، تتوزع على ثلاثة عوامل(استعادة الخبرة الصادمة، تجنب الخبرة الصادمة، الاستثارة)، وإعادة تطبيق المقياس وبلغت قيمته الارتباط(0.86)، والتجزئة النصفية بلغت(0.61)، وتم حساب الصدق من خلال صدق المحك مع مقياس الاضطرابات النفسية الناتجة عن مواقف صادمة لدى ضحايا الاغتصاب، والمحاربين وتوصل لارتباط موجب قوي(0.88).

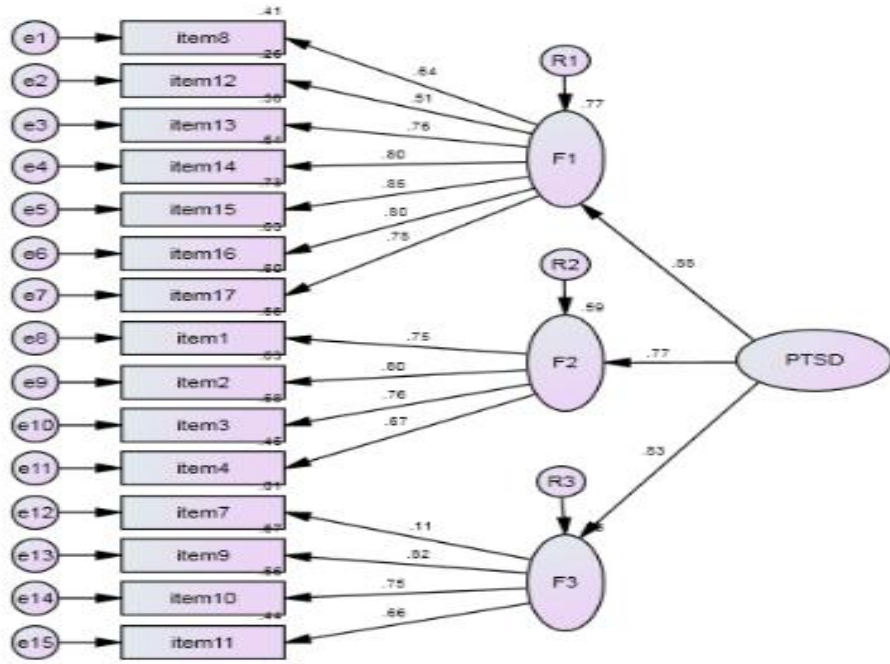
الخصائص السيكومترية للبحث الحالي:

١- العرض على المحكمين:

تم عرض المقياس بعد ترجمته على الأساتذة المتخصصين في اللغة الإنجليزية بقسم علم النفس التربوي (التعليمي)، وذلك لإبداء الرأي حول جودة ترجمة مفردات المقياس، واجراء التعديلات التي يرونها مناسبة، كما تم الترجمة العكسية للمقياس من العربية الي اللغة الإنجليزية للمقياس.

٢- التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis

للتأكد من الصدق البنائي قام الباحث بإجراء التحليل العاملي التوكيدي (تفسير ارتباطات بين متغيرات كامنة من الدرجة الأولى) باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V 23، حيث تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي من على العينة الاستطلاعية، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة "ت" ودلالاتها، وشكل (٥) يوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي، ويوضح جدول (٦) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي:



شكل (٥) الأناضج المسأخرج للأسلأس العاسلأ الأسكأس من الأسرأس الأسأس لضفوط ما بعد الصأس

أسول (٦) معاسلأس الأسأسار اللامأسأسأس والمأسأسأس للأسلأس العاسلأ الأسكأس

لضفوط ما بعد الصأس

أسلأس الأسأس	معاسلأس الأسأسار المأسأسأس	أسأسأسأس وأسأسأسأس	الأسأس المأسأس	معاسلأس الأسأسار اللامأسأسأس	العواسل	المأسأسأس
	.878			1.000		العاسل الأسول
***	.769	5.358	.170	.913		العاسل الأسأس
.248	.827	1.156	.117	.135		العاسل الأسأس
	.641			1.000	F1	item8
***	.514	5.484	.141	.772	F1	item12
***	.759	7.612	.144	1.097	F1	item13
.003	.802	7.941	.141	1.121	F1	item14
***	.853	8.313	.156	1.299	F1	item15

\* أسلأس الأسأس أسأس ٠,٠١

ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د.شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنه إبراهيم

المضردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	وقيمة"ت" ودلالاتها	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
item16	F1	1.200	.152	7.894	.796	***
item17	F1	1.167	.151	7.738	.775	
item1	F2	1.000			.750	.002
item2	F2	1.157	.132	8.796	.795	***
item3	F2	1.020	.120	8.471	.762	***
item4	F2	.836	.111	7.501	.674	***
item7	F3	1.000			.108	***
item9	F3	9.106	7.767	1.173	.820	
item10	F3	7.921	6.765	1.171	.750	***
item11	F3	7.235	6.196	1.168	.663	***

يتضح من جدول (٦) أنه تم حساب التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية للعوامل المكونة لضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة، وقد أكدت النتائج أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة، كما أظهرت النتائج أن معاملات الانحدار المعياري قيمها مقبولة.

كما تم التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح من خلال حساب مؤشرات المطابقة والتي أظهرت جميعها حسن مطابقة النموذج المقترح ، والتي تم تحديدها وفقاً لما أشار إليه السيد أبوهاشم (٢٠٢٣، ١) وكذلك مستوى ودرجة قبول القرار، والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لضغوط ما

بعد الصدمة

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين قيم $X^2$ ودرجات الحرية (CMIN)	2.232	أقل من (٥)	مقبول
٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٨٤٠	٠ إلى ١	مقبول



٣	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٣١	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٩٧	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٨٩٩	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر توكر لوييس (TLI)	٠,٨٧٦	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٩٨	٠ إلى ١	مقبول

باستقراء الجدول (٧) يتضح أن قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة بعد الاستغناء عن قيمة مربع كاي (X<sup>2</sup>)، وبالتالي تم الاعتماد على قيمة Chi-Square إلى درجات الحرية حيث كانت قيمتها أقل من (٥) حيث بلغ (٢,٢٣٢) وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر حيث يفترض ألا تزيد هذه القيمة عن (٥)، ويتضح أيضاً أن جميع قيم مؤشرات المطابقة الأخرى جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة كما هو في الجدول.

أ- ثبات مفردات مقياس ضغوط ما بعد الصدمة:

تم حساب الثبات بعد حذف المفردات (غير الصادقة والتي لم تتشعب على مكونات مقياس ضغوط ما بعد الصدمة)، باستخدام طريقة ألفا لـ "كرونباخ" لمفرداته (في حالة حذف درجة المفردة من البعد الذي تنتمي إليه المفردة (If Item Deleted)، وكانت المفردات المحذوفة في حساب الصدق رقم (٥,١٠)، ثم تم إعادة ترتيب العبارات للمرحلة التالية، والجدول رقم (٨) يبين ثبات مقياس ضغوط ما بعد الصدمة ومفرداته.

جدول رقم (٨) معامل ثبات الفا كرونباخ عند حذف المفردة لمكونات مقياس ضغوط

ما بعد الصدمة

العامل الأول		العامل الثاني		العامل الثالث	
المفردة	معامل الفا مع حذف المفردة	المفردة	معامل الفا مع حذف المفردة	المفردة	معامل الفا مع حذف المفردة

ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبيد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

.779	5	.820	١	.883	٦
.461	7	.776	٢	.894	10
.521	8	.763	٣	.869	11
.587	9	.786	٤	.863	12
				.856	13
				.865	14
				.867	15
.676		.832		.888	

ويتضح أن معاملات ثبات ألفا لـ "كرونباخ" (في حالة حذف درجة المفردة من البعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة) أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة ما عدا المفردات رقم (١٠) من العامل الأول، والعبارة رقم (٥) من البعد الثالث حيث أن معامل ألفا لهما أكبر من معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، وهذا يعنى أن جميع باقي مفردات المقياس ثابتة؛ حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للمقياس، وبالتالي تم الإبقاء على باقي مفردات مقياس ضغوط ما بعد الصدمة وعددها (١٣) مفردة.

الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات العبارات والدرجة الكلية

للبعد والمقياس وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (٩) الاتساق الداخلي بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للبعد والمقياس

ارتباط البع د	الارتبا ط بالبعد	رقم الفقر ة	البع د	ارتباط البع د	الارتبا ط بالبعد	رقم الفقر ة	البع د	ارتباط البع د	الارتبا ط بالبعد	رقم الفقر ة	البع د
.815**	.871*	7	تجنب الخبرة الصادمة	.818**	.830*	1	استعادة الخبرة الصادمة	.924**	.709*	6	الاستشارة
	.832*	8			.856*	2			.786*	11	
	.794*	9			.816*	3			.825*	12	
					.755*	4			.861*	13	
									.814*	14	
									.801*	15	

من الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفرد والدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس جميعها دالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي لجميع مفردات المقياس.

#### الصورة النهائية للمقياس:

تفيد إجراءات تقدير الخصائص السيكومترية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة أنه يتضمن (١٣) مفردة تتوزع على (٣) أبعاد، وأعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (٦٥)، وأقل درجة يمكن الحصول عليها إلى (١٣)، وتصحح جميع العبارات في اتجاه واحد (السلبى) والمقياس بعد الترتيب النهائي للمفردات أصبح كالتالي.

ذغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد احمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم

جدول(١٠) الصورة النهائية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة

المفردات	البعد
١٠- ٩- ٨- ٧- ٦- ٥	الاستثارة
٤- ٣- ٢- ١	استعادة الخبرة الصادمة
١٣- ١٢- ١١	تجنب الخبرة الصادمة

ثانياً: مقياس فاعلية الذات (Jerusalem & Schwarzer(1995) (ترجمة الباحث)

يهدف هذا المقياس إلى تقدير فاعلية الذات العامة، ويتكون المقياس من (١٠) مفردات موزعة على عامل واحد (أحادي البعد)، وقام معد المقياس بحساب ثبات المقياس عن طرق معامل الفاكرونباخ والذي تراوحت قيمته من (0.٧٥ إلى 0.90)، وتم حساب الصدق من خلال صدق المحك مع مقياس تقدير الذات وكان معامل الارتباط إيجابي بين مقياس فاعلية الذات والأبعاد الفرعية لمقياس تقدير الذات وانحصرت بين (0.49-0.40-0.52)، ومن خلال الصدق التنبؤي حيث قام بتطبيقه بعد عام على نفس العينة، وانتهى بالتحليل العاملي الاستكشافي الذي أسفر عن وجود عامل واحد أطلق عليه فاعلية الذات العامة.

الخصائص السيكومترية لمقياس فاعلية الذات بالبحث الحالي:

ب- صدق المقياس:

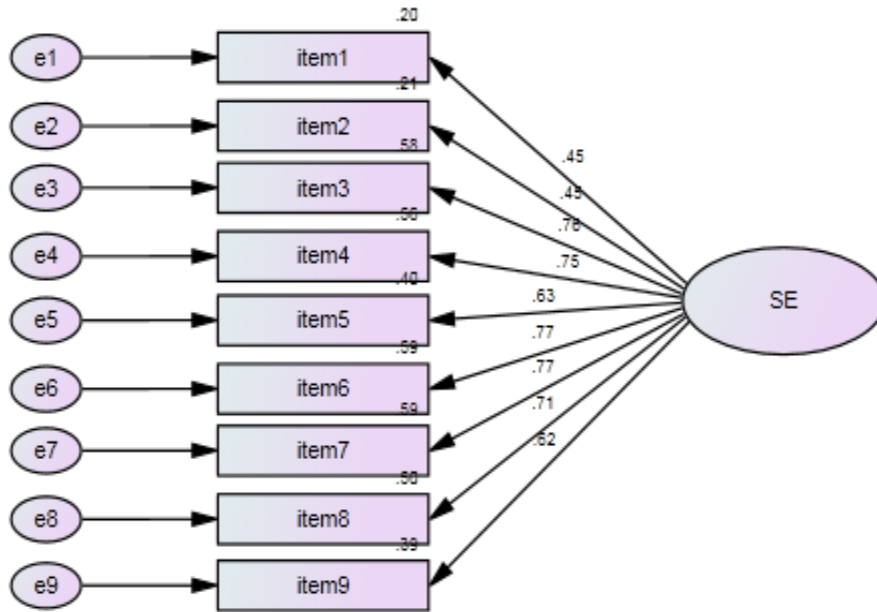
١- العرض على المحكمين:

تم عرض المقياس بعد ترجمته على الأساتذة المتخصصين في اللغة الإنجليزية بقسم علم النفس التربوي (التعليمي)، وذلك لإبداء الرأي حول جودة ترجمة مفردات المقياس، وأجراء التعديلات التي يرونها مناسبة، كما

تم الترجمة العكسية للمقياس من العربية الي اللغة الإنجليزية للمقياس، وتم تعديل المفردات (٣،١٠) لتناسب مع الثقافة المصرية<sup>١</sup>.

## ٢- التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis

للتأكد من الصدق البنائي قام الباحث بإجراء التحليل العاملي التوكيدي (تفسير ارتباطات بين متغيرات كامنة من الدرجة الأولى) باستخدام برنامج التحليل الإحصائي AMOS V 23، حيث تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي على العينة الاستطلاعية، وتم حساب كل من معاملات الانحدار المعيارية ومعاملات الانحدار اللامعيارية والخطأ المعياري وقيمة "ت" ودلالاتها، وشكل (٧) يوضح النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية، ويوضح جدول (١١) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية المستخرجة من التحليل العاملي التوكيدي:



شكل (٦) الأنموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية لفاعلية

الذات

<sup>١</sup> ويتقدم الباحث بجزيل الشكر إلى د. محمد حسنين، د. مصطفى يوسف بقسمي علم النفس التعليمي والمناهج وطرق التدريس بكلية التربية جامعة الأزهر بالدقهلية.

منعوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

جدول (١١) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي من

الدرجة الثانية لفاعلية الذات

المضردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	قيمة "ت" ودلالاتها	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
item1	SE	1.000			.445	
item2	SE	1.085	.274	3.956	.455	***
item3	SE	1.917	.378	5.068	.760	***
item4	SE	1.812	.359	5.041	.749	***
item5	SE	1.620	.344	4.708	.632	***
item6	SE	1.822	.358	5.090	.770	***
item7	SE	1.839	.362	5.082	.766	***
item8	SE	1.674	.339	4.942	.710	***
item9	SE	1.457	.312	4.674	.622	***

يتضح من جدول (١١) أنه تم حساب التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية

للعوامل المكونة للصدمة النفسي لدى طلاب الجامعة، وقد أكدت النتائج أن جميع

معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى ٠,٠١، كما

أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري وجميعها قيم مقبولة، وبالتالي فإن

التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية لفاعلية الذات الخاص بالعينة

الاستطلاعية دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

كما تم التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح من خلال حساب مؤشرات

المطابقة والتي أظهرت جميعها حسن مطابقة النموذج المقترح، والتي تم تحديدها

وفقاً لما أشار إليه السيد أبوهاشم (٢٠٢٣، ١) وكذلك مستوى ودرجة قبول القرار،

والجدول (١٢) يوضح ذلك.

\* مستوى الدلالة عند ٠,٠١

جدول (١٢) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لفاعلية

الذات

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين قيم $\chi^2$ ودرجات الحرية (CMIN)	٣,٠٨٧	أقل من (٥)	مقبول
٢	مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٨٩٣	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٥٠	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٩٩	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	٠,٨٩٣	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر توكير لويس (TLI)	٠,٨٥٥	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٩١	٠ إلى ١	مقبول

باستقراء الجدول (١٢) يتضح أن قيم مؤشرات المطابقة جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة بعد الاستغناء عن قيمة مربع كاي ( $\chi^2$ )، وبالتالي تم الاعتماد على قيمة Chi-Square إلى درجات الحرية حيث كانت قيمتها أقل من (٥) حيث بلغ (٣,٠٨٧) وهي قيمة جيدة، تقع في المدى المثالي للمؤشر حيث يفترض ألا تزيد هذه القيمة عن (٥)، ويتضح أيضاً أن جميع قيم مؤشرات المطابقة الأخرى جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة كما هو في الجدول.

ت- ثبات مفردات مقياس فاعلية الذات:

تم حساب الثبات للدرجة الكلية (ن = ٩ مفردات)، بعد حذف المفردة رقم (٢) في الصدق الاستكشافي، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط المصحح بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمقياس، وبلغت قيمة معامل الثبات للعامل (٠,٨٧٢). وتلك القيمة لمعامل الثبات تشير إلى أنه يتمتع بمستوى مقبول من الثبات، والجدول رقم (١٥) يبين ثبات الدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات ومفرداته.

منعوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبيد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنة إبراهيم

جدول رقم (١٣) معامل الثبات عند حذف المفردة ومعامل

الارتباط المصحح لمكونات مقياس فاعلية الذات

المفردة	معامل الفا مع حذف المفردة	معامل الارتباط المصحح
١	.874	.422
٢	.875	.420
٣	.850	.696
٤	.850	.697
٥	.860	.590
٦	.848	.719
٧	.849	.707
٨	.855	.644
٩	.860	.591
معامل الفا .872		

ويتضح أن معاملات ثبات ألفا لـ "كرونباخ" (في حالة حذف درجة المفردة من البعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة) أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة ما عدا المفردات رقم (٢) حيث إن معامل ألفا لها أكبر من معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، وهذا يعنى أن جميع باقي مفردات المقياس ثابتة؛ حيث إن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلى للمقياس، وبالتالي تم الإبقاء على باقي مفردات مقياس فاعلية الذات وعددها (٨) مفردة.



### الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين فقرات العبارات والدرجة الكلية للمقياس (أحادي البعد) وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول (١٤) الاتساق الداخلي بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس

المفردة	1	2	3	4	5	6	7	8	9
معامل الارتباط	.539**	.545**	.777**	.774**	.695**	.790**	.782**	.731**	.687**

\*\* دالة عند مستوى 0.01

من الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفرد ودرجة المقياس جميعها دالة احصائياً عند مستوى (٠.٠١)، مما يدل على الاتساق الداخلي لجميع مفردات المقياس.

### الصورة النهائية للمقياس:

تفيد إجراءات تقدير الخصائص السيكومترية لمقياس فاعلية الذات أنه يتضمن (٨) مفردات، وأعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (٤٠) أقل درجة يمكن الحصول عليها إلى (٨)، ويصحح في الاتجاه الإيجابي، والمقياس أحادي البعد.

نتائج فروض البحث ومناقشتها وتفسيرها:

### أولاً: نتائج اختبار الفرض الأول:

والذي ينص على (مستوى ضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب جامعتي الزقازيق والازهر بالكلية النظرية والعملية المعرضين لخطر الصدمة متوسط)، وللإجابة على هذا الفرض تم استخدام برنامج (SPSS21) وبحساب المتوسطات الحسابية والمتوسط الوزني، وتم تقسيم المستوى إلى ثلاث فئات (منخفض، متوسط، مرتفع) بدلاً من خمس فئات طبقاً للمقياس وذلك لسهولة تحديد المستوى، وتم القيام بالتالي:

∴ درجات كل عبارة من عبارات المقياس تمتد من (١:٥) يكون (المدى = ٥ - ١ = ٤)، ولتقسيم العينة إلى ثلاث فئات يكون طول الفئة (٤ ÷ 3 = 1.33).

∴ تكون حدود الفئات ثلاث فئات كما يوضحها الجدول رقم (١٧) التالي:

ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبيد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنة إبراهيم

جدول ( ١٥ ) فئات حساب المتوسط الوزني

الدرجة	الفئة
درجة المستوى	من ١: أقل من ٢.٣٤
مستوى منخفض	من ٢.٣٤: أقل من ٣.٦٧
مستوى متوسط	من ٣.٦٧: ٥
مستوى مرتفع	

والجدول التالي يوضح تلك المتوسطات ودرجة مستوى الأبعاد الثلاثة لضغوط ما بعد الصدمة بالإضافة لترتيب كل بعد من حيث مستوى انتشاره بين الطلاب، كما يلي:

جدول(١٦) مستوى ضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر

الصدمة

الترتيب	المستوى	المتوسط الوزني	المتوسط الحسابي	البعد
الثالث	متوسط	2.82	16.93	الاستشارة
الأول	متوسط	3.28	13.13	استعادة الخبرة الصادمة
الثاني	متوسط	2.87	8.63	تجنب الخبرة الصادمة
متوسط		٢.٩٧	38.70	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق أن مستوى ضغوط ما بعد الصدمة كدرجة كلية وأبعاد متوسط لدى طلاب جامعتي الزقازيق والأزهر، ولعل تلك النتيجة تتفق مع ما توصل إليه بحث كل من أمجد موسى (٢٠٢١)، ومحمد الشريف (٢٠٢١)، و hang& Park (2020)، و Løkkegaard, و Kakaje, et al (2020)، و Charnsil, et al(2020)، و et al (2017)، و Syifa' Amini& Arsy (2022)، و Tang, et al (2020)، و Wolmer, et al(2011) حيث توصلوا لمستوى متوسط لضغوط ما بعد الصدمة في بحوثهم.

ويمكن تفسير المستوى المتوسط الذي حصل عليه أفراد العينة من طلاب الجامعات قد يرجع لأمرين الأول وهو أن العينة تم اشتقاقها بشكل قصدي بعد توجيه سؤال لهم يشير بأنهم تعرضوا لصدمة ما في العام الماضي ومن توافرت فيه الشروط تم اعتباره من الطلاب المعرضين للصدمة، بينما الأمر الثاني وهو أن المجتمع المصري والعالم أجمع لديه خبرات انفعاليه سيئة لما تعرض له الفترة السابقة بأحداث صادمة شديدة الأثر عليهم وعلى الجميع، حيث انتشار جائحة كورونا COVID-19 وما تعرض له الطلاب من حرمان من الذهاب للجامعات، أو فقدان أحد الأقارب بسبب الإصابة بالفيروس، أو التعرض للإصابة به والتعافي منه فيما بعد، واندازات الحذر التي يشعر بها الطلاب بين الحين والآخر من عودة المخاوف وغيرها، بالإضافة أن طلاب الجامعة هم أكثر ادراكاً لتلك الصدمات عن غيرهم ممن أقل منهم في المرحلة العمرية، فضلاً عن الحساسية الانفعالية التي يتميز بها طلاب تلك المرحلة ما بين المراهقة المتأخرة والبلوغ، فهم فيهما يروا أن كل حدث غير معتاد هو تهديد لحياتهم وحياة من يحبون، وقد يرجع ذلك لضعف بنيانهم النفسي والعقلي وضعف قدراتهم على التعمق في فهم ما يحدث وطرق تقبله، بالإضافة لقضاء اغلب طلاب الجامعات أوقات طويلة على مواقع التواصل الاجتماعي حيث سرعان ما تنتشر الإشاعات غير الحقيقية وغير المبنية على واقع حقيقي فيصابوا بالذعر والصدمة من أحداث قد تكون في بدايتها أو لم تحدث من قبل بسبب تقبلهم واستهوائهم للإشاعات دو التحقق منها.

#### ثانياً: نتائج اختبار الفرض الثاني:

والذي ينص على (لا توجد علاقة ارتباطية دلالة احصائياً

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

عند مستوى ( $\alpha=0.05$ ) بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى الطلاب المعرضين لخطر الصدمة)، ولاختبار الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين وحساب مستوى الدلالة، كما يوضح الجدول (١٩) التالي:

جدول (١٧) معاملات الارتباط بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات

فاعلية الذات		المتغير
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	
.000	-.193**	ضغوط ما بعد الصدمة

يتضح من الجدول رقم (١٧) رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل والذي يشير لوجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين الدرجة الكلية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية لمقياس فاعلية الذات عند مستوى (0.000) لدى طلاب جامعتي الزقازيق والأزهر المعرضين لخطر الصدمة، وتتفق تلك النتيجة مع ما توصل اليه بحث كل من Adams, et al(2019,2) ، Bateman& Cyniak-Cieciura,et ، Blackburn& Owens(2015)، Morgan(2017) Shakespeare-Finch, et al(2015)، Kumpula, et al (2017)، al(2015) Titcombe Parekh, et ، Şuteu(2023)، Sripada, et al (2016) ، al(2018) حيث توصلوا لوجود علاقة ارتباطية سالبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات لدى الطلاب.

ويمكن تفسير العلاقة الارتباطية السالبة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات، في أن فاعلية الذات تساعد الطلاب على أن يكونوا أكثر اهتمام بإداء مهماتهم ومواجهة مشكلاتهم والخروج الآمن من الازمات التي تواجههم وتعترض حياتهم، فهي المنطلق الذي يمكن من خلاله مساعدة الطلاب على مواجهة الضغوط والعمل على إيجاد حلول لمشكلاتهم الانفعالية، كما أن طلاب المرحلة الجامعية ترتفع فاعليتهم الذاتية من

خلال الأدوار المكلفون بها سواء في الاسرة أو في المجتمع، كما أصبح من اليسير على بعضهم بذل المزيد من الجهد والمثابرة في تخطي ما يواجهون، وعليه فإن هذا يشير أنه كلما ارتفع مستوى فاعلية الذات لدى الطلاب مكنهم ذلك من خفض تعرضهم لخطر الصدمة.

ثالثاً: نتائج اختبار الفرض الثالث: .

والذي ينص على (لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات طلاب جامعتي الزقازيق والأزهر من الذكور والإناث بالتخصصات العملية والنظرية المعرضين لخطر الصدمة في ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات)، ولاختبار الفرض تم استخدام اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين، والجداول التالية توضح المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة بين متوسطي درجات الطلاب وفقً لتغيرات (الذكور/الإناث - الزقازيق/الأزهر - النظرية/العملية - الفرقة الأولى/الفرقة الرابعة) كل عينة على حده، وذلك كالتالي:

أولاً: الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث في ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية:

جدول (١٨) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث مقياس

ضغوط ما بعد الصدمة (ن=٤٢٧)

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ضغوط ما بعد الصدمة	ذكور	223	3.0121	.95397	.817	.414 غير دالة
	إناث	204	2.9385	.89981		

وباستقراء الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) غير دالة إحصائياً، في الدرجة الكلية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة، مما يشير إلى لقبول الفرض الصفري بعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مقياس ضغوط ما بعد الصدمة.

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبيد احمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

ثانياً: الفروق بين متوسطي درجات طلاب التخصصات النظرية والعملية على مقياس ضغط ما بعد الصدمة:

جدول (١٩) نتائج اختبار(ت) للفروق بين متوسطات درجات طلاب التخصصات النظرية والعملية على مقياس ضغط ما بعد الصدمة

المتغير	نوع التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ضغط ما بعد الصدمة	نظري	241	2.8873	.90783	-2.282	.023
	عملي	204	3.0931	.94362		دالة

وباستقراء الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) دالة إحصائياً، في الدرجة الكلية لمقياس ضغط ما بعد الصدمة، مما يشير لوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين طلاب الكليات النظرية والعملية، لصالح طلاب الكليات العملية، مما يشير إلى رفض الفرض الصفري والموافقة على الفرض البديل بأنه توجد فروق بين طلاب الكليات النظرية والعملية على مقياس ضغط ما بعد الصدمة.

ثالثاً: الفروق بين متوسطي درجات طلاب جامعتي الزقازيق والأزهر على مقياس ضغط ما بعد الصدمة:

جدول (٢٠) نتائج اختبار(ت) للفروق بين متوسطات درجات طلاب جامعتي الزقازيق

والأزهر على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة

المتغير	الجامعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ضغوط ما بعد الصدمة	الزقازيق	178	2.9896	.96835	-0.021	.983 غير دالة
	الأزهر	238	2.9877	.86911		

وباستقراء الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) غير دالة إحصائياً، في الدرجة الكلية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة، مما يشير لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً للجامعة (الزقازيق والأزهر)، مما يشير إلى لقبول الفرض الصفري بعدم وجود فروق بين طلاب جامعتي الزقازيق والأزهر في مقياس ضغوط ما بعد الصدمة.

رابعاً: الفروق بين متوسطي درجات طلاب الفرق الأولى والرابعة على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة:

جدول (٢١) نتائج اختبار(ت) للفروق بين متوسطات درجات طلاب الفرق الأولى

والرابعة على مقياس ضغوط ما بعد الصدمة

المتغير	الفرقة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ضغوط ما بعد الصدمة	الأولى	98	2.8226	.85896	-2.437	.016 دالة
	الرابعة	130	3.1118	.90770		

وباستقراء الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) دالة إحصائياً، في الدرجة الكلية لمقياس ضغوط ما بعد الصدمة، مما يشير لوجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين طلاب الفرق الأولى والرابعة لصالح

## ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعزيين لكظم الصدمة أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د.وليد العبد احمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنه إبراهيم

الفرقة الرابعة، مما يشير إلى لقبول الفرض الصفري بعدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مقياس ضغط ما بعد الصدمة.

النتائج مع ما توصل إليه بحث كل من أمجد موسى (٢٠٢١، ٥٢٧٦)، خالد العفيصان وعبدالحميد أمين (٢٠٢٠، ٥٤١)، (Chang & Park, 2020, 1) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في ضغط ما بعد الصدمة لصالح النوع.

وتختلف مع ما توصل إليه بحث كل من أحمد إبراهيم وآخرون (٢٠٢٢، ٢)، حسن العشري وأحمد أحمد (٢٠١٩، ٧٦٣)، عادل العدل (٢٠٢١، ٢٧٦)، مرام العموش، سهيلة بنات (٢٠٢٢، ١٣٩)، (Wolmer, et al, 2011, 340) لوجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغط ما بعد الصدمة في النوع لصالح الذكور، بينما توصل بحث كل من محمد الشريفي (٢٠٢١، ٢٨١)، (Schick, et Andreou, e al, 2021, 9)، Yarseah, et al, (2020, 172) Rachma & Febrianti (2021, 284)، (al, 2022, 1) لوجود فروق ذات دلالة احصائية في ضغط ما بعد الصدمة في النوع لصالح الاناث.

كما توصلت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من الذكور والإناث في ضغط ما بعد الصدمة، وهذا قد يرجع أن البحث قائم على صدمات عامة تم تحديدها من خلال سؤال عام للطلاب جميعاً، وتنوعت الصدمات ما بين وفاة قريب أو مرض أو حادث أو رسوب في مادة دراسية خلال عام مضى، لذا فالصدمات كانت عامة وربما يتعرض لها الجنسين معاً، دون الاعتماد على صدمات نوعية قد يتعرض لها جنس أو نوع دون آخر، فضلاً أن بعض طلاب قد يكونوا أكثر قدرة على التحكم في إدارة انفعالاتهم وأكثر قدرة على التحمل الانفعالي، وهنا تم قبول الفرض الصفري بصورة جزئية.

ويمكن تفسير أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من طلاب التخصصات النظرية وطلاب التخصصات العملية في ضغط ما بعد



الصدمة لصالح طلاب التخصصات العملية، فهم أكثر مشقة في دراستهم ولديهم من الضغوط الاكاديمية الكثير، سواء من حضور المحاضرات واجراء التجارب، لذلك قد يكونوا أكثر حساسية من اقرانهم من طلاب التخصصات النظرية، بالإضافة أن طلاب التخصصات العملية لديهم شعور بأهمية ما هم فيه وهذا يضعفهم احياناً لدرجة الانكسار أمام المواقف الصادمة، وقد يكتسبوا من دراستهم ما لم يكتسبه طلاب التخصصات النظرية من الدقة في كل شيء والتركيز في أدق التفاصيل، وهذا ما قد يجعلهم أكثر حساسية للتعرض للصددمات المتتالية والإصابة بضغط ما بعد الصدمة، وهنا تم رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل.

كما توصلت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من طلاب جامعة الزقازيق وطلاب جامعة الأزهر في ضغوط ما بعد الصدمة، وقد يرجع ذلك إلى أن البحث طبق على طلاب كلية تربية جامعة الزقازيق وجامعة الأزهر بتخصصاتهما العلمية والنظرية وهذا يكون متشابهاً لحد كبير، بالإضافة لاشتراك طلاب الجامعتين في كثير من الخصائص الحياتية التي تنتشر بالقرب من مقر جامعة الزقازيق وكلية التربية جامعة الأزهر بالدقهلية فهما بنفس النطاق الجغرافي تقريباً، فضلاً عن أن الصدمات واحدة حتى لو تنوع الأفراد المعرضين للصدمة، ودرجة التعرض لها قد تكون واحدة، لكن يختلف الأفراد في درجة تحملها.

ويمكن تفسير الفرض الثالث بأجزائه والتي توصلت نتائجه أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من طلاب الفرقة الأولى وطلاب الفرقة الرابعة في ضغوط ما بعد الصدمة لصالح طلاب الفرقة الرابعة ولذلك فقد يكون طلاب الفرقة الرابعة أصبحوا أكثر دراية وأكثر ارتباطاً بمجريات الأمور، وأكثر ادراكاً لما يدور حولهم من مواقف، فهم أصبحوا قادرين على تحمل مسؤولية الأسرة وانفسهم في بعض الأحيان، فضلاً عن عمل الغالبية منهم في

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة**  
**أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان ، أ.د.وليد العبد أحمد خليفة ، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال ، أشرف رجب حسنه إبراهيم**

أماكن مختلفة مما اكتسبهم قدرة أكبر على معاشية المواقف الصادمة أكثر من طلاب الفرقة الأولى الأقل عمراً وخبرة، وأكثر ارتباطاً بالأسرة وحياة المراهقة والتهور في التفكير وتيقن الأمور، وهنا تم قبول الفرض البديل ورفض الفرض الصفري الذي يشير لعدم وجود فروق بين طلاب الفرقة الأولى والرابعة.

**رابعاً : نتائج اختبار الفرض الرابع :**

والذي ينص على (لا يمكن التنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من درجات فاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة)، ولاختبار الفرض تم حساب معامل الانحدار الخطي البسيط للتنبؤ بدرجات ضغوط ما بعد الصدمة من فاعلية الذات، والجدول رقم (٢٢)، (٢٣)، (٢٤) توضح نتائج تحليل الانحدار. جدول (٢٢) نتائج تحليل الانحدار للعلاقة بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات

**الذات**

الخطأ المعياري في التنبؤ	معامل التحديد المصحح	معامل التحديد R <sup>2</sup>	معامل الارتباط المتعدد R	العينة
11.85	.035	.037	0.193 <sup>a</sup>	العينة الكلية

يتضح من الجدول (٢٢) أن قيمة معامل الارتباط (R) تساوي (0.193<sup>a</sup>) وقيمة مربع معامل الارتباط المتعدد (معامل التحديد R<sup>2</sup>) تساوي (0.037). أي أن حوالي 7% من حجم التباين في الدرجة الكلية لضغوط ما بعد الصدمة يمكن تفسيره بمعلومية فاعلية الذات، بينما (93%) من التباين المفسر في ضغوط ما بعد الصدمة قد يرجع لتغيرات أخرى غير معلومة لم يتم إدراجها في معادلة الانحدار، بالإضافة إلى أن تلك النسبة (7%) توضح درجة العلاقة بين فاعلية الذات وضغوط ما بعد الصدمة. كما يتضح أن قيمة معامل التحديد المصحح تساوي (0.035) وهي قيمة قريبة من معامل التحديد R<sup>2</sup> وهذا يشير إلى ثبات معادلة الانحدار التي تم التوصل لها،

ويلاحظ أيضاً أن قيمة الخطأ المعياري في التنبؤ تساوي (11.85258) وهي المدى الذي سوف يتذبذب فيه المتغير المتنبأ به في معادلة الانحدار. وبالنظر إلى الجدول (٢٢) فيلاحظ أن درجة معامل التحديد المصحح والتي تساوي (0.035). قريبة جداً من قيمة معامل التحديد التي تساوي (0.037). مما يشير إلى أن مقدار التقلص الذي يحدث في قيمة مربع معامل الارتباط المتعدد عند الانتقال من استخدام عينة ذات حجم معين إلى عينة كبيرة أكثر لا نهائياً يعتبر ضئيلاً، وهو ما يشير إلى أن معادلة الانحدار التي تم التوصل إليها أكثر ثباتاً، ويكون لدينا قدرًا نسبيًا من الدقة في التنبؤ إذا استخدمنا هذه المعادلة مع عينات أخرى مستمدة من المجتمع الأصل لعينة البحث الحالي.

جدول (٢٣) نتائج تحليل الانحدار عند بحث تأثير فاعلية الذات على ضغوط ما بعد

الصدمة

العينة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
العينة الكلية	الانحدار (المتنبأ به)	2312.05	1	2312.05	16.45	.000
	بواقي الانحدار	59705.57	425	140.48		
	الكلية	62017.63	426			

يتضح من الجدول (٢٣) وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوى (0.000) لفاعلية الذات على ضغوط ما بعد الصدمة للطلاب المعرضين لخطر الصدمة من جامعتي الزقازيق والأزهر، حيث بلغت مجموع مربعات التباين المنسوب إلى الانحدار أو إلى المتنبأ به يساوي (2312.053) وهي القيمة التي تُعزى إلى فاعلية الذات كمنبئة بضغوط ما بعد الصدمة في حين كان مجموع مربعات التباين المنسوب إلى بواقي الانحدار أو خطأ التنبؤ يساوي (59705.577) وهي القيمة التي تُعزى إلى الخطأ أو متغيرات أخرى غير

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسه إبراهيم**

معلومة، بالإضافة إلى أن قيمة ف (16.458) كانت مقبولة وذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.000).

جدول ( ٢٤ ) معاملات الانحدار عند التنبؤ بضغط ما بعد الصدمة من فاعلية الذات

مستوى الدلالة	قيمة ت	المعاملات غير المعيارية		المتغير المستقل	العينة
		المعاملات المعيارية	(المعامل البائي) B		
.000	19.089		2.557	48.809	العينة الكلية
.000	-4.057-	-0.193	.092	-.373	الذات

يتضح من الجدول (٢٤) أن قيمة ت لمعاملات الانحدار غير المعيارية والمعيارية وقيمة الثابت للمعاملات غير المعيارية دالة إحصائياً عند مستوى (0.000) مما يشير لإسهام فاعلية الذات في التنبؤ بضغط ما بعد الصدمة، حيث بلغت قيمة بيتا (-,373).

كما يتضح من الجدول إمكانية صياغة معادلة الانحدار غير المعيارية والتي تعبر عن العلاقة الخطية بين ضغوط ما بعد الصدمة كمتغير تابع واليقظة العقلية كمتغير مستقل كالآتي: ضغوط ما بعد الصدمة = 48.809 - 373. (فاعلية الذات). ويمكن صياغة معادلة الانحدار المعيارية كالآتي: ضغوط ما بعد الصدمة = 193. (فاعلية الذات).

ويمكن تفسير هذا النبؤ المنطقي في أن فاعلية الذات لها تأثير إيجابي على ضغوط ما بعد الصدمة، وأنه كلما زادت فاعلية الذات انخفضت خطورة تعرض الطلاب لضغوط ما بعد الصدمة، وتساعد على زيادة الثقة في النفس، وفي قدراته على مواجهة كافة المتاعب والمواقف والأحداث، كما

تزدادا ثقته في القدرة على التعافي السريع من آثار ما يتعرض له من صدمات حقيقية كموت قريب وغيره.

• **توصيات البحث:**

من خلال ما توصل إليه البحث من نتائج يقترح الباحث عدد من التوصيات كالتالي:

- ١- تدريب الأبناء والطلاب على البحث عن الأسباب التي تقف خلف كل ما يتعرضون له وليس الاستسلام الكامل للمواقف الانفعالية السلبية.
- ٢- تضمين المناهج الدراسية والأكاديمية العديد من الطرق والوسائل التي تساعد الطلاب في التعرف على طرق الحماية والمواجهة للأثار النفسية والانفعالية غير الإيجابية التي تتركها الصدمات على الأفراد.
- ٣- تعليم وتدريب الأبناء والطلب بأن العديد من المواقف الصادمة هي واجبة الحدوث لكن يختلف المكان والزمان والأشخاص حتى يكونوا على استعداد لمواجهةها، حتى وإن تعثروا قليلاً.
- ٤- بث الروح الإيجابية في حياة من يتعرض لحدث صادم مع البعد عن استخدام اللوم وما شابه.
- ٥- إقناع المعرض لخطر الصدمة بأننا نختلف عن بعضنا ولكل من قدراته الخاصة على تحمل ما قد يواجهه دون المقارنة مع غيره من الأصدقاء.
- ٦- أهمية الإرشاد النفسي والأسري للطلاب المعرضين لخطر الصدمة ولأسرهم.
- ٧- مساعدة الطلاب في تجنب عن القلق والاكتئاب وتعاطي المخدرات، من خلال الندوات التي تعقدها الجامعات بصفة مستمرة وبمساعدة وسائل الإعلام المختلفة.
- ٨- مساعدة الطلاب في تجنب العنف والاعتداء على الآخرين وإدمان الإنترنت، من خلال تأكيد الدور الذي يقوم به الوالدين في الأسرة من المراقبة الواعية لسلوكيات أبنائهم.

ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

• البحوث المقترحة:

من خلال الإطار النظري وما توصل إليه البحث من نتائج يقترح الباحث  
عدد من البحوث المستقبلية التالية:

١. مستوى انتشار ضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب الجامعة: دراسة عبر  
ثقافية مقارنة.

٢. ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها باليقظة العقلية والصمود النفسي لدى  
الطلاب المعرضين للصدمة.

٣. التنبؤ بضغوط ما بعد الصدمة من التمكين النفسي والتنظيم الانفعالي  
الطلاب الناجين من الزلازل.

٤. البنية العاملية لضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب الجامعة.

٥. نمذجة العلاقات بين ضغوط ما بعد الصدمة وفاعلية الذات والتحكم  
الانتباهي لدى طلاب ما قبل الجامعة.

٦. فاعلية برنامج تدريبي قائم على فاعلية الذات في ضغوط ما بعد الصدمة  
لدى الطلاب ذوي الاضطرابات الانفعالية.

## ثامناً: المراجع :

### أولاً: المراجع العربية:

إحسان شكري عطية حجازي(٢٠١٧). التنبؤ بالاحترق التعليمي من ضغوط الحياة وفاعلية الذات لدى تلاميذ المدارس الحكومية والخاصة بالصفين الأول والثاني الإعدادي. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (٩٠)، ٤٨٥-٤٣٥.

أحمد مصطفى الشحات إبراهيم، نجوى شعبان محمد صوان، محمد السيد عبدالرحمن، أسامة رفعت إبراهيم(٢٠٢٢). خبرات الإساءة في الطفولة وعلاقتها باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى طلاب المرحلة الثانوية. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، (٢٥)، ١- ٤٨.

أمجد عايد موسى(٢٠٢١). اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من الفلسطينيين ومحاولة تشخيص طرق أخرى للمواجهة. *المجلة التربوية، جامعة الكويت*، (٩١)، ٥٢٣٨- ٥٢٩٢.

أميرة محمد محمد الدق(٢٠٢١). فعالية الذات العامة كمتغير معدل للعلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي لدى عينة من المصريين والنازحين السوريين. *دراسات نفسية*، ٣١، (٤)، ٦٤٣ - ٧٠٨.

إيناس سيد علي عبدالحميد جوهر(٢٠٢٢). تنمية اليقظة العقلية لخفض الضغوط المدركة وتحسين الفاعلية الذاتية لدى عينة من معلمات رياض الأطفال. *المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة المبكرة ببورسعيد*، (٢٢)، ٢٢١ - ٣١٠.

حسن عبدالسلام العشري، أحمد حسانين أحمد(٢٠١٩). دور أعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة في التنبؤ بكل من القلق والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة مصراتة الليبية بعد أحداث ثورة ١٧ فبراير. *المجلة العلمية بكلية الآداب، جامعة مصراتة*، ٢، (٣٤)، ٧٦٢ - ٨٠٤.

حنان أحمد عبدالرحمن(٢٠٢١). فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والديموغرافية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس ومعاونتهم ببعض الجامعات المصرية: دراسة تنبؤية فارقة. *مجلة التربية، جامعة الأزهر*، ٢، (١٩٢)، ٢٧٣ - ٣٤٢.

**ضغط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د. أحمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان، أ.د. وليد العبد أحمد خليفة، أ.د. شمية أحمد محمد الجمال، أشرف رجب حسنة إبراهيم**

حنان فوزي أبو العلاء دسوقي (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب  
ضغط ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا ١٩ - COVID من طلبة  
الجامعة. مجلة كلية التربية، ١٩، (١١٢)، ٣٥١ - ٤٠١.

خالد بن إبراهيم العفيصان، عبد الحميد حسن حاج أمين (٢٠٢٠). اضطرابات ضغط  
ما بعد صدمة جائحة كورونا وعلاقته بالقيم الإسلامية لدى طلبة كلية التربية  
بجامعة المجمعة. مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية، (٤)، ٥٣٩ -  
٦٠٧.

راندا عبدالله الشفيق، محمد شعبان أحمد، محمد عبدالعال أحمد الشيخ  
(٢٠١٨). البناء العاملي لمقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة لدى طلبة الجامعة.  
مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ٥، (٩)، ٥٢٠ - ٥٤٠.

سليمة طاجين، وكتيبة بوشيشة (٢٠٢٢). تقييم الاستجابة النفسية الفورية أثناء  
مواجهة وباء كوفيد - ١٩ ودورها كمنبئ بالاضطرابات النفسية التالية للصدمة  
لدى مهني الصحة. مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، جامعة الجزائر، ١٣، (١)، ١٣٥ -  
١٤٨.

السيد الشبراوي أحمد حسنين، إبراهيم سيد أحمد الواحد (٢٠٢٠). نمذجة  
العلاقات السببية بين المشاركة الأكاديمية والكفاءة الذاتية والأداء الأكاديمي لدى  
طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٣، (١٨٨)، ٣٤٨ - ٣٨٧.

السيد محمد أبو هاشم (٢٠٠٥). مؤشرات التحليل البعدي Meta - Analysis  
فاعلية الذات في ضوء نظرية باندورا. كلية التربية، مركز البحوث التربوية، جامعة  
الملك سعود، (٢٣٨)، ١ - ٨٧.

السيد محمد أبو هاشم (٢٠٢٣). مؤشرات جودة المطابقة للصدق البنائي وتطبيقاتها في  
البحوث النفسية العربية. المجلة العربية للقياس والتقويم، ٤، (٧)، ١ - ٢٥.  
صلاح محمد محمود محمد (٢٠٢١). اسهامات المناعة النفسية المنبئة بالتغلب على  
اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا (COVID-19) مجلة



العلوم التربوية والدراسات الإنسانية، جامعة تعز فرع التربية - دائرة الدراسات العليا والبحث العلمي، ١٩، ٣٥٥ - ٣٠٢.

عادل محمد محمود العدل (٢٠٢١). ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بعد جائحة كورونا كوفيد - ١٩ "COVID-19". المجلة العربية للأدب والدراسات الإنسانية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والأدب، ١٦، ٢٧٥ - ٢٩٦.

عادل محمد محمود العدل (٢٠٠١). تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطرة. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٢٥، (١)، ١٢١ - ١٧٨.

عماد أحمد حسن علي، محمد عبدالعظيم أحمد سيد، عفاف محمد أحمد محمود جعيس (٢٠١٩). أثر برنامج علاجي في خفض كرب ما بعد الصدمة لدى المراهقين المعاقين بصريا بمدينة أسيوط. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٥، (٢)، ١ - ٢٢.

فاتن حمد مفضى الرواحنة، ورامي محمود اليوسف (٢٠٢١). أثر برنامج تدريبي مستند إلى نموذج برسيلي لما وراء الذاكرة في تحسين مستوى الفاعلية الذاتية لدى طلبة الصف الخامس الأساسي في الأردن. مجلة الأندلس، ٨، (٣٢)، ١٢٣ - ١٦٤.

فاتن محمد الحاج (٢٠١٩). أثر التدريب على برنامج للعلاج الانتقائي في خفض حدة أعراض اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية لدى الطالبات الوافدات المعرضات لصدمة من النوع الأول من المرحلة المتوسطة بمدينة بريدة. مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٣٥، (٧)، ٣١١ - ٣٥١.

فاطمة عمر عبدالعزيز، عزة صالح الألفي، وماجي وليم يوسف (2021). تنمية فاعلية الذات لتحسين طيب الحياة الذاتية لدى طالبات الجامعات. مجلة بحوث، جامعة عين شمس، ١، (٤)، ١١٤-154.

فايزة مزارى، ووسيلة بن عامر (٢٠٢٢). المرونة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى التلميذ المراهق: دراسة ميدانية بثانوية أول نوفمبر ببلدية دار الشيوخ ولاية الجلفة. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، ١١، (١)، ٤٢٧ - ٤٥٤.

**ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عنده أ.د.وليد العبد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم**

محمد بن أحمد حسن الشريف(٢٠٢١). اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ضل جائحة كوفيد - ١٩ لدى عينة من طلبة جامعة الباحة. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*،(١٣٩)، ٢٧٩ - ٣٠٤.

مرام فرحان العموش، سهيلة محمد بنات(٢٠٢٢). اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالمشاركة الاجتماعية لدى عينة من ضحايا التعذيب البالغين اللاجئين في الأردن. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*،٦،(٢٩)، ١٣٨- ١٦٥.

مي فاروق محمد علي، حمدي محمد ياسين، هدى نصر محمد مصطفى(٢٠٢١). القراءة مدخل لتحسين فاعلية الذات لذوي صعوبات تعلم القراءة لتلاميذ المرحلة الابتدائية. *مجلة بحوث*،٧،(١)، ٣٣-١.

نعيمة عمر محمد، عواطف إبراهيم أحمد شوكت، ماجي وليم يوسف(٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في خفض ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي. *مجلة البحث العلمي في الآداب*،٢،(١٦)، ٤٣٥- ٤٦٦ .  
يوسف بن سعيد بن سعد الغامدي(٢٠٢٢). مهارات التفكير الناقد وعلاقتها بأبعاد كفاءة الذات الفقهية لدى طلاب المرحلة المتوسطة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*،١٥،(٣)، ٥٣٩- ٥٦٥.

**ثانياً: المراجع الأجنبية :**

(الإنجليزية، الفرنسية، الألمانية، الاسبانية، العبرية، الفارسية، البرتغالية،

الاندونيسية، الإيطالية):

Adams, S. W., Bowler, R. M., Russell, K., Brackbill, R. M., Li, J., & Cone, J. E. (2019). PTSD and comorbid depression: Social support and self-efficacy in World Trade Center tower survivors 14–15 years after 9/11. *Psychological trauma: theory, research, practice, and policy*, 11, (2),1-29. <https://doi.org/10.1037/tra0000404>

Alammar, M. A., Ram, D., Alwarthan, H. A., Almutairi, F. A., & Alobaidi, A. M. (2022). Relationships of academic

expectation stress & self-efficacy, efficacy for self-regulated learning with academic performance during Covid pandemic. *International Journal of Health and Allied Sciences*, 11, (1), 17.132-138. <https://doi.org/10.5569/278-344X.1018> □

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington, VA, American Psychiatric Association. Washington, DC London, England.

Andreou, E., Tsermentseli, S., Anastasiou, O., & Kouklari, E. C. (2021). Retrospective accounts of bullying victimization at school: Associations with post-traumatic stress disorder symptoms and post-traumatic growth among university students. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 14, (1), 9-18. <https://doi.org/10.1007/s40653-020-00302-4>

Asalgoo, S., Jahromi, G. P., Meftahi, G. H., & Sahraei, H. (2015). posttraumatic stress disorder (PTSD): Mechanisms and possible treatments. *Neurophysiology*, 47(6), 482-489. <https://doi.org/10.1007/s11062-016-9559-9>

Asnaani, A., Narine, K., Suzuki, N., Yeh, R., Zang, Y., Schwartz, B., Mannarino, A., Cohen, J., Foa, E. B. (2021). An Innovative Mobile Game for Screening of Pediatric PTSD: a Study in Primary Care Settings. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 14(3), 357-366. <https://doi.org/10.1007/s40653-020-00300-6>

Ayers, S., Wright, D. B., & Thornton, A. (2018). Development of a measure of postpartum PTSD: the city birth trauma scale. *Frontiers in psychiatry*, 9, (409), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00409>

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change, 84, (2), 191–215.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-295X.84.2.191>

Bandura, A. (1993). Perceived self –efficacy in cognitive psychologist development and functioning, *Educational Psychologist*, 28, (2), 117-148.

Bandura, A. (1994a). *Self-efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press.  
<http://happyheartfamilies.citymax.com/f/SelfEfficacy.pdf>

Bandura, A. (1994b). *Social Cognitive Theory and Exercise of Control over HIV Infection*. In: DiClemente, R.J., Peterson, J.L. (eds) *Preventing AIDS. AIDS Prevention and Mental Health*. Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1193-3\\_3](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1193-3_3)

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W.H. Freeman and Company.  
<https://psycnet.apa.org/record/1997-08589-000>

Bandura, A. (1998) Health promotion from the perspective of social cognitive theory, *Psychology & Health*, 13(4), 623-649.  
<http://dx.doi.org/10.1080/08870449808407422>

Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Asian journal of social psychology*, 2(1), 21-41.  
<https://doi.org/10.1111/1467-839X.00024>

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual review of psychology*, 52(1), 1-26.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>

Bandura, A. (2002). Social foundations of thought and action. in David F. Marks(Ed.), *The Health Psychology Reader*. SAGE Publications Ltd, <https://dx.doi.org/10.4135/9781446221129>

Bandura, A. (2006). *Guide for constructing self-efficacy scales*. In: Urdan, T., & Pajares, F. (Eds.). *Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5(1), 307-337. <http://ravansanji.ir/files/ravansanji-ir/21655425BanduraGuide2006.pdf>

Bandura, A. (2012). *Social cognitive theory*. (Vols. 1-1). SAGE Publications Ltd, <https://dx.doi.org/10.4135/9781446249215>

Bandura, A. (2013). *The role of self-efficacy in goal-based motivation*. In E. A. Locke & G. P. Latham (Eds.), *New developments in goal setting and task performance*. <http://library.lol/main/8C000DD34E3ADCAAAD9794417B1D246F>

Bandura, A. (2023). *Adolescenti e autoefficacia: il ruolo delle credenze personali nello sviluppo individuale*. Edizioni Centro Studi Erickson [.https://www.orientamentoirreer.it/sites/default/files/materiali/bandura%20Adolescenti%20anteprima.pdf](https://www.orientamentoirreer.it/sites/default/files/materiali/bandura%20Adolescenti%20anteprima.pdf)

Bandura, A., & Wood, R. (1989). Effect of perceived controllability and performance standards on self-regulation of complex decision making. *Journal of personality and social psychology*, 56(5), 805-814. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?Repidrep1&type=pdf&doi=a5989e20385c9972919084a9ed357b103625aeb9>

Bateman, A., & Morgan, K. A. (2017). The postinjury psychological sequelae of high-level Jamaican athletes: Exploration of a posttraumatic stress disorder–self-efficacy

conceptualization. *Journal of sport rehabilitation*, 28(2), 1-33.  
<https://doi.org/10.1123/jsr.2017-0140>

Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2021). Internet addiction and perceived self-efficacy among university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 162-176. [https://doi.org/10.1007/s\\_11469-019-00160-8](https://doi.org/10.1007/s_11469-019-00160-8)

Bidzan, M., Bidzan-Bluma, I., Szulman-Wardal, A., Stueck, M., & Bidzan, M. (2020). Does self-efficacy and emotional control protect hospital staff from COVID-19 Anxiety and PTSD symptoms? psychological functioning of hospital staff after the announcement of COVID-19 Coronavirus Pandemic. *Frontiers in psychology*, 11, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.552583>

Blackburn, L., & Owens, G. P. (2015). The effect of self efficacy and meaning in life on posttraumatic stress disorder and depression severity among veterans. *Journal of clinical psychology*, 71(3), 219-228. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.

Bohrnstedt, G.W., Zhang, J., Park, B.J., Ikoma, S., Broer, M., Ogut, B. (2020). *Mathematics Identity, Self-efficacy, and Interest and Their Relationships to Mathematics Achievement: A Longitudinal Analysis*. In: Serpe, R.T., Stryker, R., Powell, B. (eds) *Identity and Symbolic Interaction*. Springer, Cham. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.

Bong, M& Clark, R, E. (1999) Comparison between self-concept and self-efficacy in academic motivation research, *Educational Psychologist*, 34:3, 139-153. <http://dx.doi.org/10.1207/s15326985ep34031>

Buessey, K., Luo, A.; Fitzpatrick, S., & Allison, K. (2020). Defending victims of cyberbullying: the role of self- efficacy and moral disengagement, *Journal of School Psychology*,78,1-12. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.11.006>

Cantrell, A. M. (2016). Understanding posttraumatic stress and academic achievement: Exploring attentional control, self-efficacy, and coping among college students. *Masters Theses & Specialist Projects*

Caprara, G. V., Di Giunta, L., Pastorelli, C., & Eisenberg, N. (2013). Mastery of negative affect: A hierarchical model of emotional self-efficacy beliefs. *Psychological Assessment*,25(1),105–116.<https://doi.org/10.1037/a0029136>

Carmassi C, Foghi C, Dell'Oste V, Cordone A, Bertelloni C, Buic E., Dell'Oss L (2020) PTSD symptoms in healthcare workers facing the three corona virus outbreaks: What can we expect after the COVID-19 pandemic. *Psychiatry Research Volume 292*, 1-23.

Casinillo, L. F. (2023). Modeling Students' Self-Efficacy in Mathematics during the Covid-19 Pandemic. *Canadian Journal of Family and Youth. Le Journal Canadien de Famille et de la Jeunesse*, 15(1),77-89. <https://doi.org/10.29173/cjfy29902>

Catala, P., Suso-Ribera, C., Marin, D., & Peñacoba, C. (2021). Predicting postpartum post-traumatic stress and depressive symptoms in low-risk women from distal and proximal factors: a biopsychosocial prospective study using structural equation modeling. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 303(6),1415-1423. <https://doi.org/10.1007/s00404-020-05857-z>

Céspedes, C., Rubio, A., Viñas, F., Cerrato, S. M., Lara-Órdenes, E., & Ríos, J. (2021). Relationship between self-

concept, self-efficacy, and subjective well-being of native and migrant adolescents. *Frontiers in Psychology*, 11,1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.620782>

Chang, C. F., Hall, N. C., Lee, S. Y., & Wang, H. (2022). Teachers' social goals and classroom engagement: The mediating role of teachers' self-efficacy. *International Journal of Educational Research*, 113.1-12. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2022.101952>

Chang, M. C., & Park, D. (2020). Incidence of post-traumatic stress disorder after coronavirus disease. *In Healthcare*, 8, (4).1-7. [10.3390/healthcare8040373](https://doi.org/10.3390/healthcare8040373)

Charnsil, C., Narkpongphun, A., & Chailangkarn, K. (2020). Post-traumatic stress disorder and related factors in students whose school burned down: Cohort study. *Asian journal of psychiatry*, 51.1-4. [10.1016/j.ajp.2020.102004](https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102004)

Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational research methods*, 4(1), 62-83. <https://doi.org/10.1177/1049442810141004>

Chen, X. Y., Usher, E. L., Roeder, M., Johnson, A. R., Kennedy, M. S., & Mamaril, N. A. (2023). Mastery, models, messengers, and mixed emotions: Examining the development of engineering self-efficacy by gender. *Journal of Engineering Education*. 112:64–89. <https://doi.org/10.1002/jee.20494>

Chou, P. H., Ito, M., & Horikoshi, M. (2020). Associations between PTSD symptoms and suicide risk: A comparison of 4-factor and 7-factor models. *Journal of psychiatric research*, 129, 47-52. [10.1016/j.jpsychires.2020.06.004](https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.06.004)



Chrosniak, L.D., Riskind, J.H. (2018). *Exploring Potential Links Between Looming Vulnerability and Post-traumatic stress disorder*. In: Riskind, J. H., & Rector, N. A. (eds). *Looming vulnerability: Theory, research and practice in anxiety*. Springer, New York, NY. <https://doi.org/10.1007/978-1-4939-8782-514>□

Chung, M. C., & Shakra, M. (2022). The association between trauma centrality and posttraumatic stress among syrian refugees: The impact of cognitive distortions and trauma-coping self-efficacy. *Journal of interpersonal violence*, 37(3-4), 1852-1877.

Chung, M. C., Allen, R. D., & Dennis, I. (2013). The impact of self-efficacy, alexithymia and multiple traumas on posttraumatic stress disorder and psychiatric co-morbidity following epileptic seizures: A moderated mediation analysis. *Psychiatry research*, 210(3), 1033-1041.

Clanton Harpine, E. (2015). *Is Self-Efficacy More Important than Self-Esteem?* In: *Group-Centered Prevention in Mental Health*. Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-19102-77>

Cohen, J.A., Bukstein. O., & Walter, H. (2010). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with posttraumatic stress disorder, *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*;49:414 30.

Crapolicchio, E., Vezzali, L., & Regalia, C. (202٠). “I forgive myself”: The association between self-criticism, self-acceptance, and PTSD in women victims of IPV, and the buffering role of self-efficacy. *Journal of community psychology*, 49(2), ١٠- ١٤. <https://doi.org/10.1002/jcop.22454>

Curfman, S. E., Austin, G. P., & Nicholas, J. S. (2018). Post-traumatic stress and academic performance among entry-level doctoral physical therapy students in a human anatomy cadaver dissection course. *Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*, 16(3),1.1-14. [.nova.edu/i\\_jahsp/vol16/iss3/1](http://nova.edu/i_jahsp/vol16/iss3/1)

Cyniak-Cieciura, M., Popiel, A., & Zawadzki, B. (2015). General self-efficacy level and changes in negative posttraumatic cognitions and posttraumatic stress disorder (PTSD) symptoms among motor vehicle accident survivors after PTSD therapy. *Stud. Psychol*, 53, 18-29. <http://dx.doi.org/10.2478/V10167-010-0117-8>

Danziger, R. (2016). عورרות رگشیت، عیبود میدع رگشی وهفرعت קשב  
והיפראקטיביות בקרב בוגרים  
(Dissertation).<https://www.proquest.com/dissertations-theses/-עוררות-רגשית-עיבוד-מידע-רגשי-והפרעת-theses/docview/2633848872/se-2>

Davidson, J. R. T., Book, S. W., & Colket, J. T. (1995). Davidson Self-Rating PTSD Scale. Available from Multi-Health Systems, Inc, 908.

De Young, A. C., Hendrikz, J., Kenardy, J. A., Cobham, V. E., & Kimble, R. M. (2014). Prospective evaluation of parent distress following pediatric burns and identification of risk factors for young children and parent posttraumatic stress disorder. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 24(1), 9-17. <https://doi.org/10.1089/cap.2013.0066>

Devlin, A., Casey, S., Williams, S., & Giummarra, M. J. (2022). Association of fear-avoidance and self-efficacy on pain disability in individuals with co-morbid post-traumatic stress

and chronic pain. *Journal of Health Psychology*, 27(1), 188-198. <https://doi.org/10.1177/1359105320947819>

Draper, C., Ghiglieri, M. (2011). *Post-traumatic stress disorder*. In: Draper, C., O'Donohue, W. (eds) *Stepped Care and e-Health*. Springer, New York, NY. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6510-3\\_5](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6510-3_5)

Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, 38 (4), 319-345. خطأ مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.

Flammer,A.(2015).*Self-Efficacy*.[http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.250\\_33-2](http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.250_33-2)

Foa, E. B., Asnaani, A., Zang, Y., Capaldi, S., & Yeh, R. (2018). Psychometrics of the Child PTSD Symptom Scale for DSM-5 for trauma-exposed children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(1),38-46. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1350962>

Gallagher, M. W., Long, L. J., & Phillips, C. A. (2020). Hope, optimism, self-efficacy, and posttraumatic stress disorder: A meta-analytic review of the protective effects of positive expectancies. *Journal of Clinical Psychology*, 76(3), 329-355.

Genova, H. M., Lancaster, K., Myszko, Z., Morecraft, J., Leddy, J., Smith, A., ... & Lengenfelder, J. (2022). Emotional Processing Intervention (EMOPRINT): A Blinded Randomized Control Trial to Treat Facial Affect Recognition Deficits in Multiple Sclerosis. *Multiple Sclerosis and Related Disorders*.

Hall, S. & Border, S. (2020), “Online Neuroanatomy Education and Its Role During the Coronavirus Disease 2019 (covid – 19) Lockdown”, World Neurosurgery, *Article in press*.

Hanham, J., Lee, C. B., & Teo, T. (2021). The influence of technology acceptance, academic self-efficacy, and gender on academic achievement through online tutoring. *Computers&Education*,172.1-

14.<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104252>

Hendawy, O.M., Alharbi, K.S., Parmbi, D.T.G., Alshammari, M.S., Shah, M.A. (2020). *Post-traumatic stress disorders (PTSD)*. In: Mathew, B., Thomas Parambi, D.G. (eds) *Principles of Neurochemistry*. Springer, Singapore. [https://doi.org/10.1007/978-981-15-5167-3\\_9](https://doi.org/10.1007/978-981-15-5167-3_9)

Hoelterhoff, M., & Chung, M. C. (2020). Self-efficacy as an agentic protective factor against death anxiety in PTSD and psychiatric co-morbidity. *Psychiatric Quarterly*, 91(1), 165-181. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09694-5>

Hong, F. Y., Chiu, S. I., Huang, D. H., & Chiu, S. L. (2021). Correlations among classroom emotional climate, social self-efficacy, and psychological health of university students in Taiwan. *Education and Urban Society*, 53(4), 446-468. <https://doi.org/10.1177/0013124520931458>

Hull, D.M., Ferguson, S.L., Fagan, M.A., Brown, E.A. (2021). *Positive Youth Development in Jamaica: Latent Growth of Self-Efficacy and Youth Assets*. In: Dimitrova, R., Wiium, N. (eds) *Handbook of Positive Youth Development*. Springer Series on Child and Family Studies. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-70262-5\\_20](https://doi.org/10.1007/978-3-030-70262-5_20)

Ilyas, S., Abid, G., & Ashfaq, F. (2020). Ethical leadership in sustainable organizations: The moderating role of general self-efficacy and the mediating role of organizational trust. *Sustainable Production and Consumption*, 22, 195–204. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.

Jayesh, S & Thomas, S. (2022). The Differences in Self-Efficacy, Self-Confidence, And Life Satisfaction Among Young Adults by Gender and Their Relationships. 8. 81-88. <https://www.researchgate.net/publication/367310484>

Jian, Y., Hu, T., Zong, Y., & Tang, W. (2022). Relationship between post-traumatic disorder and posttraumatic growth in COVID-19 home-confined adolescents: The moderating role of self-efficacy. *Current Psychology*, 1-10. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02515-8>

Jiang, X., Zhang, H., Wang, T., & Zhang, C. (2023). The association of self-control, self-efficacy, and demographic characteristics with home-based E-learning behavior in nursing and midwifery undergraduates: A cross-sectional study under the COVID-19 epidemic. *Nurse Education Today*, 120.1-6. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105628>

Kakaje, A., Al Zohbi, R., Alyousbashi, A., Abdelwahed, R. N., Aldeen, O. H., Alhalabi, M. M., Ghareeb, A & Latifeh, Y. (2020). Post-traumatic stress disorder (PTSD), anger and mental health of school students in Syria after nine years of conflict: a large-scale school-based study. *Psychological medicine*, 52(10), 1-17. <https://doi.org/10.1017/S0033291720003761>.

Kasapoğlu, F. (2022). The Relationship Among Spirituality, Self-Efficacy, COVID-19 Anxiety, and Hopelessness During

the COVID-19 Process in Turkey: A Path Analysis. *Journal of Religion and Health*, 1-19.

Kemp, S. (2016). *Learned Helplessness, Locus of Control, Self-Efficacy*. In: Was Communism Doomed? Palgrave Macmillan, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-32780-89>

Kray, J., Ritter, H., & Müller, L. (2020). The interplay between cognitive control and emotional processing in children and adolescents. *Journal of Experimental Child Psychology*, 193, 1-18. 104795.

Kryshko, O., Fleischer, J., Grunschel, C., & Leutner, D. (2022). Self-efficacy for motivational regulation and satisfaction with academic studies in STEM undergraduates: The mediating role of study motivation. *Learning and Individual Differences*, 93, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102096>

Kumpula, M.J., Pentel, K.Z., Foa, E.B., LeBlanc, N.J., Bui, E., McSweeney, L.B., Knowles, K., Bosley, H., Simon, N.M. & Rauch, S.A.M. (2017). Temporal sequencing of change in posttraumatic cognitions and PTSD symptom reduction during prolonged exposure therapy. *Behavior Therapy*, 48(2), 156-165. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.02.008>□

Lamon L, De Hert M, Detraux J, Hompes T (2022). Depression and post-traumatic stress disorder after perinatal loss in fathers: A systematic review. *European Psychiatry*, 65(1), e72, 1–12 <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2326>□

Laouni, N. E. (2023). School Principals' Self-Efficacy beliefs and Level of Technology Integration in Moroccan Public Schools. *International Journal of Educational Leadership and*

*Management*, 11(1).1-37.

<http://dx.doi.org/10.17583/ijelm.9154>

LaRocca, M. A., Scogin, F. R., Hilgeman, M. M., Smith, A. J., & Chaplin, W. F. (2018). The impact of posttraumatic growth, transformational leadership, and self-efficacy on PTSD and depression symptom severity among combat Veterans. *Military Psychology*, 30(2), 1-13. <https://doi.org/10.1080/08995605.2018.1425073>

Lewis, C., Zammit, S., Jones, I., & Bisson, J. I. (2022). Prevalence and correlates of self-stigma in Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). *European Journal of Psychotraumatology*, 13(1).1-10. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2087967>. □

Li, N., Yang, Y., Zhao, X., & Li, Y. (2023). The relationship between achievement motivation and college students' general self-efficacy: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1031912>

Liang, Y., Zheng, H., Cheng, J., Zhou, Y., & Liu, Z. (2021). Associations between posttraumatic stress symptoms, creative thinking, and trait resilience among Chinese adolescents exposed to the Lushan Earthquake. *The Journal of Creative Behavior*, 55(2), 362-373. <https://doi.org/10.1002/jocb.460>

Lippke, S. (2020). *Self-Efficacy*. In: Zeigler-Hill, V., Shackelford, T.K. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.



LoBue, V., Pérez-Edgar, K., & Buss, K. A. (Eds.). (2019). *Handbook of emotional development*. Springer Nature Switzerland. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-17332-6>

Løkkegaard, S. S., Egebæk, S. A. B., & Elklit, A. (2017). Are trauma and post-traumatic stress disorder connected to psychiatric comorbidity in Danish pre-schoolers? *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 10(4), 353-361. <https://doi.org/10.1007/s40653-017-0146-z>

Macklem, G.L. (2020). *Self-Efficacy and Goal Setting*. In: Brief SEL Interventions at School. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-65695-9\\_10](https://doi.org/10.1007/978-3-030-65695-9_10)

Maduakor, E.C., Chukwuorji, J.C., Amanambu, P.N., Ifeagwazi, C.M. (2022). *Adult Attachment and Well-Being in the Medical Education Context: Attachment Style Is Associated with Psychological Well-Being Through Self-Efficacy*. In: Schutte, L., Guse, T., Wissing, M.P. (eds) *Embracing Well-Being in Diverse African Contexts: Research Perspectives. Cross-Cultural Advancements in Positive Psychology*, vol 16. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-85924-4\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-030-85924-4_13)

Mahoney, C. T., Cestodio, V., Porter, K. J., & Marchant, K. M. (2022). The moderating roles of emotion regulation and coping self-efficacy on the association between PTSD symptom severity and drug use among female sexual assault survivors. *Psychological trauma: theory, research, practice, and policy*.1-7. <http://dx.doi.org/10.1037/tra0001194>

Mahoney, C. T., Lynch, S. M., & Benight, C. C. (2021). The indirect effect of coping self-efficacy on the relation between sexual violence and PTSD symptoms. *Journal of interpersonal violence*, 36(21-22), 1-18. [doi.org/10.1177/0886260519881525](https://doi.org/10.1177/0886260519881525)



Malureanu, A., Panisoara, G., & Lazar, I. (2021). The relationship between self-confidence, self-efficacy, grit, usefulness, and ease of use of elearning platforms in corporate training during the COVID-19 pandemic. *Sustainability*, 13(12).1-20.

<https://doi.org/10.3390/su13126633>

Markus J. Pausch, Sven J. Matten (2022). *Trauma and Trauma Consequence Disorder*. In Media, Management and Public. Springer Wiesbaden.. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح. □

Mathilde M.H, Masfety V.K, Joel D.S (2020) Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement *Comprehensive Psychiatry* Volume 102.

Matteucci, M. C., & Soncini, A. (2021). Self-efficacy and psychological well-being in a sample of Italian university students with and without Specific Learning Disorder. *Research in Developmental Disabilities*, 110.1-11. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2021.103858>

Miao, X. R., Chen, Q. B., Wei, K., Tao, K. M., & Lu, Z. J. (2018). Posttraumatic stress disorder: from diagnosis to prevention. *Military Medical Research*, 5(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s40779-018-0179-0>

Morison, M., & Benight, C. C. (2022). Trauma Coping Self-Efficacy Mediates Associations Between Adult Attachment and Posttraumatic Stress Symptoms. *Frontiers in Psychology*, 13.1-14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.799608>

Moukhtar NM, Almutairi ZM, Jamjoom RH, Alamri SM, Alamry AM, Asiri MA, Alshahrani, S, S. Almutairi, AM. Al Zaher, A, Z. Aloudah, K, M. (2021). Post-Traumatic Stress

Disorder Diagnostic and Management Approach.  
*Pharmacophore*, 12(6).6-9.  
<https://doi.org/10.51847/2b8HGJyh9L>

O’Leary, B. Shih, C.H. Chen, T. Xie, H. Cotton, S, A. Xu, K, S. Rajendra Morey, R. Xin Wang, X. & Enigma-Psychiatric Genomics Consortium PTSD Workgroup (2020). *Classification of PTSD and Non-PTSD Using Cortical Structural Measures in Machine Learning Analyses—Preliminary Study of Enigma-Psychiatric Genomics Consortium PTSD Workgroup*. In: Mahmud, M., Vassanelli, S., Kaiser, M.S., Zhong, N. (eds) Brain Informatics. BI 2020. Lecture Notes in Computer Science. Springer, Cham. [10.1007/978-3-030-9277-6\\_11](https://doi.org/10.1007/978-3-030-9277-6_11) □

Olin, C. C., McDevitt-Murphy, M. E., Murphy, J. G., Zakarian, R. J., Roache, J. D., Young-McCaughan, S., Litz, B. T., Keane, T. M., & Peterson, A. L., for the Consortium to Alleviate PTSD. (2022). The associations between posttraumatic stress disorder and delay discounting, future orientation, and reward availability: A behavioral economic model. *Journal of Traumatic Stress*, 35, 1252–1262.  
<https://doi.org/10.1002/jts.22820>

Orakcı, Ş., Göksu, D. Y., & Karagöz, S. (2023). A mixed methods study of the teachers' self-efficacy views and their ability to improve self-efficacy beliefs during teaching. *Frontiers in psychology*, 13.1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1035829>

Paavola, E. (2019). *The Role of Secure Attachment, Self-Efficacy, Social Support, Stress, and Community Engagement in Peaceful Parenting*. In: Njoku, M.G.C., Jason, L.A., Johnson, R.B. (eds) The Psychology of Peace Promotion. Peace Psychology Book Series. Springer, Cham. خطأ! مرجع الارتباط التشعبي غير صالح.

صالح.

Pan, X. (2023). *Study on the Relationship Between Emotional Regulation Self-efficacy and Fatigue in the Sedentary Population*. In: Long, S., Dhillon, B.S. (eds) *Man-Machine-Environment System Engineering. MMESE 2022. Lecture Notes in Electrical Engineering*, vol 941. Springer, Singapore. <https://doi.org/10.1007/978-981-19-4786-516>

Pekkala, K., & van Zoonen, W. (2022). Work-related social media use: The mediating role of social media communication self-efficacy. *European Management Journal*, 40(1), 67-76. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2021.03.004>

Peters, E., & Shoots-Reinhard, B. (2022). Numeracy and the motivational mind: the power of numeric self-efficacy. *Medical Decision Making*, 42(6), 729-740. <https://doi.org/10.1177/0272989X221099904>

Purwanti, I. Y., Wangid, M. N., & Aminah, S. (2020). *Self-Efficacy and Academic Anxiety of College Students*. In 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019). <https://dx.doi.org/10.2991/assehr.k.200814.060>

Quintero, J. A. M., Santos, J. A. F., & Valencia, A. D. G. (2022). Approaches between Self-Efficacy and Self-Fulfilling Prophecy, Perspectives from Education. *Journal of Educational and Social Research*, 12(6).37-51. <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0143>

Rachma, H., & Febrianti, T. (2021). Faktor Determinan Sosial Risiko Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pasca Kejadian Bencana Tsunami Selat Sunda. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 280-286. <http://dx.doi.org/10.26630/jk.v12i2.2148>

Rahman, M.K., Bhuiyan, M.A., Mainul Hossain, M. and Sifa, R. (2023), "Impact of technology self-efficacy on online

learning effectiveness during the COVID-19 pandemic", *Kybernetes*, Vol. ahead-of-print No. ahead-of-print.1-9. <https://doi.org/10.1108/K-07-2022-1049>

Rewar S, Mirdha D, Rewar P (2015) Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD): An Overview. *International Journal of Behavioral Research & Psychology (IJBRP)*, 3(6), 133-138. doi: <http://dx.doi.org/10.19070/2332-3000-1500024>

Rogowska, A. M., Zmaczyńska-Witek, B., Mazurkiewicz, M., & Kardasz, Z. (2020). The mediating effect of self-efficacy on the relationship between health locus of control and life satisfaction: A moderator role of movement disability. *Disability and Health Journal*, 13(4),1-8. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.100923>

Rudwan, S. J., & Al-Owidha, S. M. A (2021). Comparison of COVID-19-related Post-traumatic Stress, Self-efficacy, and Mental Health in Three Arab Countries. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 11(4): 65-77.

Sakamoto, M. S., Merritt, V. C., Jurick, S. M., Crocker, L. D., Hoffman, S. N., & Jak, A. J. (2021). Self-efficacy and coping style in Iraq and Afghanistan-era veterans with and without mild traumatic brain injury and posttraumatic stress disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 77(10), 2306-2322. <https://doi.org/10.1002/jclp.23154>

Satapathy, S. (2022). *Psychological Trauma, Adolescence, and Post-traumatic stress disorder*. In: Patra, S. (eds) *Adolescence in India*. Springer, Singapore. [https://doi.org/10.1007/978-981-16-9881-1\\_8](https://doi.org/10.1007/978-981-16-9881-1_8)

Saville, J. D., & Foster, L. L. (2021). Does technology self-efficacy influence the effect of training presentation mode on

training self-efficacy? *Computers in Human Behavior Reports*, 4.1-7. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100124>

Schick, M. R., Weiss, N. H., Contractor, A. A., Suazo, N. C., & Spillane, N. S. (2020). Post-traumatic stress disorder's relation with positive and negative emotional avoidance: The moderating role of gender. *Stress and Health*, 36(2), 172-178. <https://doi.org/10.1002/smi.2920>

Schunk, F., Zeh, F., & Trommsdorff, G. (2022). Cybervictimization and well-being among adolescents during the COVID-19 pandemic: The mediating roles of emotional self-efficacy and emotion regulation. *Computers in human behavior*, 126.1-12. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107035>

Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). *Generalized Self-Efficacy scale*. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON. <http://userpage.fu-berlin.de/~health/selfscal.htm>

Schweizer, S., Samimi, Z., Hasani, J., Moradi, A., Mirdoraghi, F., & Khaleghi, M. (2017). Improving cognitive control in adolescents with post-traumatic stress disorder (PTSD). *Behaviour research and therapy*, 93, 88-94. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2017.03.017>

Seo, H., & Lee, O. (2020). Mediating role of post-traumatic stress disorder in post-traumatic growth in adults who experienced the 2017 Pohang earthquake. *Journal of affective disorders*, 263, 246-251. [10.1016/j.jad.2019.11.162](https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.162)

Shakespeare-Finch, J., Rees, A., & Armstrong, D. (2015). Social support, self-efficacy, trauma and well-being in

emergency medical dispatchers. *Social Indicators Research*, 123(2), 549-565. [doi.org/10.1007/s11205-014-0749-9](https://doi.org/10.1007/s11205-014-0749-9)

Sharma, P. K., & Kumra, R. (2022). Relationship between mindfulness, depression, anxiety and stress: Mediating role of self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 186. 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111363>

Silva, R. R., Cloitre, M., Davis, L., Levitt, J., Gomez, S., Ngai, I., & Brown, E. (2003). Early intervention with traumatized children. *Psychiatric Quarterly*, 74(4), 333-347. <https://doi.org/10.1023/A:1026035426446>

Simamora, R. E., & Saragih, S. (2019). Improving Students' Mathematical Problem Solving Ability and Self-Efficacy through Guided Discovery Learning in Local Culture Context. *International Electronic Journal of Mathematics Education*, 14(1), 61-72. <https://doi.org/10.12973/iejme/3966>

Sökmen, Y., & Sarikaya, İ. (2022). The mediating role of self-efficacy between emotional intelligence and job satisfaction of primary school teachers. *European Review of Applied Psychology*, 72(4), 1-9. خطأ! مرجع الارتباط الشعبي غير صالح.

Song, K., Xiong, F., Huang, A., & Zhang, H. (2020). Effects of different PTSD modeling methods on fear and depressive behavior in rats: a protocol for systematic review and network meta-analysis. *Research Square*. 1-11. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-40984/v1>

Sripada, R. K., Rauch, S. A., & Liberzon, I. (2016). Psychological mechanisms of PTSD and its treatment. *Current psychiatry reports*, 18(11), 1-7. <https://doi.org/10.1007/s11920-016-0735-9> □

Suh, H. N., Nelson, B. M., Goergen, J. L., Clinton, L., & Osborne, A. (2023). The Role of Model Minority Stereotype on General Self-Efficacy and Depressive Symptoms. *The Counseling Psychologist*, 51(1), 62-83. <https://doi.org/10.1177/00110000221130016>

Sun, N., Zheng, Q., Li, L., Zhu, H., Liu, X., Zhou, S., & Han, H. (2022). A model of abusive supervision, self-efficacy, and work engagement among Chinese registered nurses: The mediating role of self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 13.1-10. <https://doi.org/10.3389%2Ffpsyg.2022.962403>

Supervía, U. P., Bordás, S. C., & Robres, Q. A. (2022). The mediating role of self-efficacy in the relationship between resilience and academic performance in adolescence. *Learning and Motivation*, 78.1-8. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2022.101814>

Şuteu, L. (202٣). *Self-efficacy and perceived academic stress in prospective elementary teachers*. In I. Hosu, L. Culic & A. Voinea (Eds.), *Entrepreneurship Through Digital Transformation and Social Changes* (pp. 166-174). *Presa Universitară Clujeană*. <https://www.researchgate.net/publication/367207433>

Syabania, K., Muhdhar, M. H. I. A., Landriany, E., Setiawan, N. R., Nugraha, B. A., & Mardiyanti, L. (2023). The link between self-efficacy and environmental literacy of students. In *AIP Conference Proceedings*, 2569 (1) .020002-1 -020002-6. <https://doi.org/10.1063/5.0112433>

Syifa'Amini, A., & Arsy, G. R. (2022). Gambaran Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Lansia Pasca Positif Covid-19. *Nursing Information Journal*, 2(1), 34-40. <https://doi.org/10.54832/nij.v2i1.279>



Tang, W., Hu, T., Hu, B., Jin, C., Wang, G., Xie, C., Chen, S & Xu, J. (2020). Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home-quarantined Chinese university students. *Journal of affective disorders*, 274, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.009>□

Tian, Y., Wong, T. K., Li, J., & Jiang, X. (2014). Posttraumatic stress disorder and its risk factors among adolescent survivors three years after an 8.0 magnitude earthquake in China. *BMC public health*, 14(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-1073>

Titcombe-Parekh, R. F., Chen, J., Rahman, N., Kouri, N., Qian, M., Li, M., ... & Brown, A. D. (2018). Neural circuitry changes are associated with increasing self-efficacy in posttraumatic stress disorder. *Journal of psychiatric research*, 104, 58-64. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.06.009>

Van der Velden, P. G., Contino, C., Das, M., Leenen, J., & Wittmann, L. (2022). Differences in mental health problems, coping self-efficacy and social support between adults victimised before and adults victimised after the COVID-19 outbreak: population-based prospective study. *The British Journal of Psychiatry*, 220(5), 1-7. <https://doi.org/10.1192/bjp.2021.226>

Vaughan-Johnston, T. I., & Jacobson, J. A. (2020). Self-efficacy theory. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Models and Theories*, 375-379. <https://doi.org/10.1002/9781119547143.ch62>

Wallace, D., Jallat, E., & Jetly, R. (2020). Post-Traumatic Stress Disorder or Post-Traumatic Stress Injury: What's in a



name? *Journal of Military and Veterans Health*, 28(1), 39-44.  
[https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.07980\\_5034525323](https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.07980_5034525323)

Wang, Y., Cao, Y., Gong, S., Wang, Z., Li, N., & Ai, L. (2022). Interaction and learning engagement in online learning: The mediating roles of online learning self-efficacy and academic emotions. *Learning and Individual Differences*, 94.1-10. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102128>

Warchoł-Biedermann, K., Bugajski, P., Budzicz, Ł., Ziarko, M., Jasielska, A., Samborski, W., ... & Mojs, E. (2022). Relationship between stress and alexithymia, emotional processing and negative/positive affect in medical staff working amid the COVID-19 pandemic. *Journal of Investigative Medicine*, 70(2), 428-435.

Weathers, F.W., Litz, B.T., Keane, T.M., Palmieri, P.A., Marx, B.P., & Schnurr, P.P. (2013). *The PTSD Checklist for DSM-5 (PCL-5)*. Scale available from the National Center for PTSD at [www.ptsd.va.gov](http://www.ptsd.va.gov).

Weinkam, T. (2013) Emotion Regulation and Posttraumatic Stress Disorder: Cognitive Reappraisal, Suppression, Emotional Clarity, And Self-Efficacy (*Doctoral dissertation, Palo Alto University*). □

Wolmer, L., Hamiel, D., & Laor, N. (2011). Preventing children's posttraumatic stress after disaster with teacher-based intervention: A controlled study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 50(4), 340-348. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2011.01.002>

Wood, C., Tramontano, C., Hemsley, S. (2022). *Self-efficacy in the classroom: The Roles of Motivation, Positivity and*

منغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعينيه لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبيد أحمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنة إبراهيم

*Resilience*. In: Khine, M.S., Nielsen, T. (eds) *Academic Self-efficacy in Education*. Springer, Singapore.  
[https://doi.org/10.1007/978-981-16-8240-7\\_9](https://doi.org/10.1007/978-981-16-8240-7_9)

Yarseah, D. A., Ezeani, E. S. U., Ogunsanmi, J. O., Agboola, S. M., Ogunleye, T. S., & Ahmed, A. N. (2022). The pathway to the development and maintenance of PTSD among healthcare workers in the first five months of the Covid-19 pandemic in Ekiti State, Nigeria. *Research square*.1-19.  
<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-1601068/v1>

Yesuf, Y. M., Kebede, S. A., Zewdu, A., & Gebru, D. M. (2023). Predictors of high school students' mathematics self-efficacy in Addis Ababa: The importance of educational expectations. *Frontiers in Psychology*,13.1-11.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.927757>

Zacchaeus, E. A. (2020). The Relationship between Social Support, Self-Efficacy and PTSD Symptoms among Trauma Survivors in Nigeria's Niger Delta region. *International Journal of Science and Research (IJSR)* .9(12), 856-865.  
<http://dx.doi.org/10.21275/SR201209151130>

Zanon, C., Hutz, C. S., Reppold, C. T., & Zenger, M. (2016). Are happier people less vulnerable to rumination, anxiety, and post-traumatic stress? Evidence from a large scale disaster. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 29.1-7.  
<https://doi.org/10.1186/s41155-016-0038-4>

Zay, D. A., & Kurniasih, M. D. (2023). Exploring Math Anxiety Towards the Students' Computer Self-Efficacy in Learning Mathematics. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 12(1), 113-124. <https://doi.org/10.31980/mosharafa.v12i1.1621>

Zelenak, M. S. (2020). Developing self-efficacy to improve music achievement. *Music Educators Journal*, 107(2), 42-50.

خطأ! مرجع الارتباط الشعبي غير صالح.

Zhang, D., & Wang, C. (2020). The relationship between mathematics interest and mathematics achievement: Mediating roles of self-efficacy and mathematics anxiety. *International Journal of Educational Research*, 104.1-9.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101648>

Zhang, Z., Maeda, Y., Newby, T., Cheng, Z., & Xu, Q. (2023). The effect of preservice teachers' ICT integration self-efficacy beliefs on their ICT competencies: The mediating role of online self-regulated learning strategies. *Computers & Education*, 193. 1-15. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2022.104673>

Zhao, Y., An, Y., Sun, X., & Liu, J. (2019). Self-acceptance, post-traumatic stress disorder, post-traumatic growth, and the role of social support in Chinese rescue workers. *Journal of loss and trauma*, 25(3), 264-277. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1672935>

Zhou, D., Du, X., Hau, K. T., Luo, H., Feng, P., & Liu, J. (2019). Teacher-student relationship and mathematical problem-solving ability: mediating roles of self-efficacy and mathematical anxiety. *Educational Psychology*, 40(4), ١٨- ١٩.  
<https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1696947>

Zhou, D., Liu, J., & Liu, J. (2020). The effect of problematic Internet use on mathematics achievement: The mediating role of self-efficacy and the moderating role of teacher-student relationships. *Children and Youth Services Review*, 118.1-7.  
<https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105372>

منغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة المعرضين لخطر الصدمة  
أ.د.احمد عبدالرحمن إبراهيم عثمان أ.د.وليد العبيد احمد خليفة أ.د. شمية أحمد محمد الجمال أشرف رجب حسنه إبراهيم

---

Zhou, T., Guan, R., & Sun, L. (2021). Perceived organizational support and PTSD symptoms of frontline healthcare workers in the outbreak of COVID- 19 in Wuhan: The mediating effects of self- efficacy and coping strategies. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 13(4), 745-760.  
<https://doi.org/10.1111/aphw.12267>