مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (40) العدد (2)2018
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (40) No. (2) 2018

اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية
دراسة تشخيصية على عينة من طلبة جامعة البعث

د. لينا بطيخ [1]
د. كنان هزيم [2]

(تاريخ الإيداع 12 / 12 / 2017. قبل للنشر في 20 / 3 / 2018)

□ ملخّص □

هدف البحث إلى كشف العلاقة بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة لدى عينة من طلبة جامعة البعث. وتكوّنت عينة البحث من (509) طالباً وطالبةً من طلبة السنة الأولى في كلية التربية- جامعة البعث ومن اختصاصات مختلفة، استخدم الباحثان قائمة الخبرات الصادمة، ومقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة إعداد: حنا ،2016 ومقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد: سليمان الريحاني، 1985

وأظهرت نتائج البحث

1-نسبة انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث (48,85%)

2-نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة البحث (37,5%)

3-وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عينة البحث

4-وجود فرق دال إحصائياً بين الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والفرق لصالح الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة

5-عدم وجود فرق دال إحصائياً بين الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في الأفكار اللاعقلانية

الكلمات المفتاحية: اضطراب الضغط ما بعد الصدمة- الأفكار اللاعقلانية

[1] – مدرسة – قسم الإرشاد النفسي – كلية التربية – جامعة البعث – حمص- سورية
[2] مدرس – قسم الإرشاد النفسي – كلية التربية – جامعة البعث– حمص- سورية

مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (40) العدد (2)2018
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (40) No. (2) 2018

Post-traumatic stress disorder and its relation to irrational thoughts University studentOn a sample of Al Baath --Diagnostic study

Dr. Lina Batikh[3]
Dr. Kinan Hazim [4]

(Received 12 / 12 / 2017. Accepted 20 / 3 / 2018)

□ ABSTRACT □

Research aimed to reveal the relationship between PTSD and irrational thoughts in a sample of Ba'ath University students, Consisted the research sample of (509) male and female students of the first year of the Faculty of Education - Baath University and from difference specialties, Use the two researchers a list of traumatic experiences, and test of PTSD, prepared by Hanna, 2016 and test irrational beliefs prepared by Suleiman alryhany the two test are reliable and had a good degree of validity and reliability

The results showed

1-. Post-traumatic stress disorder prevalence among the study sample (48,85%)

2- the prevalence of irrational ideas among the study sample (37.5%).3 - There is statistical significance correlational relationships between PTSD and irrational thoughts in the study sample.

4. There are statistically significant differences between students who saw traumatic experience and students who experienced traumatic experience in PTSD and the difference for students who saw the traumatic experience.

5- There are no statistical significance differences between students who saw shocking experience and students who have experienced traumatic experience in irrational ideas.

Keywords : Post-traumatic stress disorder - Irrational thoughts

[3] **Assistant Professor, Psychological Counseling Department. Faculty of Education. Al-Baath University.**
[4] **Assistant Professor, Psychological Counseling Department. Faculty of Education. Al-Baath University.**

مقدمة:

إن الضغوط والأزمات والشدائد والكوارث قديمة قدم وجود الإنسان على الأرض، بعضها طبيعي كالزلازل والبراكين والأعاصير والفيضانات، والبعض الآخر وهو الأشد والأعنف من صنع البشر(كالأسر، الاعتقال، الخطف، التعذيب ... وغيرها)، والوقائع والأحداث والتاريخ يؤكد أن ما صنعه وسببه الإنسان من الكوارث والأحداث نتيجة الحروب التي خاضها على مر التاريخ يفوق ما هو ناتج عن فعل الطبيعية، و ما يتعرض له الشعب السوري منذ عدة سنوات هو خير مثال على ذلك؛ الأمر الذي كان له مجموعة من الانعكاسات السلبية على الشعب السوري بكافة شرائحه والتي أدت إلى تشتيت ملايين السوريين داخل سورية وخارجها ومقتل وجرح عشرات الآلاف منهم.

ومن دون أدنى شك فإن افتقاد الأمان وعدم الاستقرار وتفاقم ظواهر العنف والاغتيال والخطف والنزاع المسلح والعنف المستمر في سوريا؛ هيأ الأوضاع للوصول إلى المعاناة وظهور العديد من الاضطرابات النفسية لعل أكثرها انتشاراً هو اضطراب الضغط مابعد الصدمة، ويظهر اضطراب الضغط ما بعد الصدمة في كل المراحل العمرية وهذا ما أكدته دراسة سونيفا ووكسر وبردمت، في الولايات المتحدة حيث بلغ معدل انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة 7,8% في مختلف الأعمار،كما أظهرت الدراسات التي أجريت على الأفراد المعرضين للخطورة من الجنود والمقاتلين وضحايا العنف معدلات انتشار ضغوط ما بعد الصدمة تتراوح بين 3% الى 58% **(شاهين،2008،ص:15)**، وفي سياق متصل فقد أكدت أدبيات علم النفس أن أكبر صدمة يمكن للفرد أن يتلقاها هي تلك المواجهة المفاجئة والغير متوقعة المصاحبة للتهديد أو مواجهة الموت فهذه المفاجئة تدفعه إلى التفكير المستمر باحتمال نهاية حياته في أي لحظة. ومن هنا يعتبر تفكير الفرد من أهم العوامل التي تدفع وتساهم باستمرارية اضطراب ضغط ما بعد الصدمة حيث غالباً ما يصبح تفكيره سلبي وتشاؤمي و تجتاحه موجة من الأفكار اللاعقلانية والتي تعمل على سيطرة الاضطراب عليه واستمراه فترة طويلة من الزمن،وربما يكون السبب في زيادة حدة أي اضطراب نفسي عند شخص وانخفاضه عند آخر يعود إلى طبيعة الإدراك عنده وطريقة التفكير العقلاني أو اللاعقلاني التي يتبناها الشخص ويفسر الأحداث من خلالها؛ حيث يرى إليس (**Elies,1997**) أن هناك مجموعة من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية وما يلحق بها من افتراضات تكون هي المسؤولة عن معظم الاضطرابات النفسية،ذلك لأنه عندما يتقبل الناس الاضطرابات والانحرافات التي تنطوي عليها الأفكار اللاعقلانية فإنهم يميلون لكي يصبحوا مكبوتين– عدوانيين– دفاعيين– قلقين– شاعرين بالذنب وغير فعالين، أما إذا حاولوا أن يساعدوا أنفسهم على التخلص من تلك الأفكار اللاعقلانية فلا يمكن أن يقعوا ضحية الاضطرابات النفسية **(طاهر، 1995،ص:2)**. و يشير إليس إلى أن التفكير اللاعقلاني يتخذ شكل التشويه المعرفي أو الإدراك المشوه للذات وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد، وأن النزعة للاتجاه اللاعقلاني تظهر بوضوح في مرحلة الرشد. **(maddi,1996,p:171)**. أي أن الفرد الذي عايش صدمة ما في حياته وأودت به نحو اضطراب ضغط ما بعد الصدمة سوف ينتقل إلى مرحلة من التفكير اللاعقلاني.

وبناءً على ما سبق ، وانطلاقاً من افتراض أن الإنسان هو الذي يخلق إلى حد كبير مشكلاته بطريقته اللاعقلانية في التفكير، ومن ثم فهو قادر على التقليل من حدة هذه المشكلات من خلال التفكير العقلاني. جاء البحث الحالي لدراسة اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلبة جامعة البعث.

مشكلة البحث:

يواجه الإنسان في حياته اليومية ضغوطاً متعددة وأحداثاً خارجة عن إرادته تخلق لديه صعوبات ومشكلات تجعله بوضع غير اعتيادي ويسبب له التوتر أو تشكل لديه تهديد يفشل في السيطرة عليه. وتعرضت الجمهورية العربية

السورية منذ أكثر من 7 سنوات لحرب وأزمة غير اعتيادية أدت إلى العديد من الأحداث الصدمية كالتفجيرات، الخطف، القتل، التهجير، الدمار...الخ. هذه الأحداث كلها مواقف خطرة تقع خارج حدود الخبرة الإنسانية الاعتيادية وتسبب العديد من الاضطرابات والضغوط ومنها اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وذكر عبد الخالق، (**1998، 290**) أن الحرب أكبر مصادر الإصابة باضطراب الضغط ما بعد الصدمة؛ ويظهر اضطراب الضغط ما بعد الصدمة على هيئة رد فعل طويل المدى نتيجة التعرض للأحداث الصادمة المهددة للحياة ويمكن تشخيصها إذا ما استمرت مظاهر الاضطراب الرئيسية المتمثلة في إعادة تمثيل الخبرة المؤلمة والتجنب والحذر الشديد والاستثارة الدائمة؛ وفي العادة يؤثر هذا الاضطراب على مجمل حياة الفرد النفسية والاجتماعية **(إبراهيم وعسكر،1999: 69)** وبما أن مدى فعالية الفرد في التأقلم مع الصدمة يعتمد على عوامل مختلفة منها العوامل الشخصية والقدرات المعرفية.

(Martskvishvili , 2011,P 87)

فقد يكون لتفكير الفرد وتقويمه للحدث دوراً مهماً في التأثير على استجابته ويفسر الاتجاه العقلاني الانفعالي حدوث الضغوط من خلال معتقدات الفرد وتفاعله مع الأحداث حيث أكد أليس أن الأحداث بحد ذاتها لا تخلق الاضطراب وإنما المعتقدات والأفكار هي التي تسهم في نشوء الاضطراب (**Elies, 2004**) كما أكد (**Dietritch,2001**) في دراسته أن العوامل الذاتية وتقويم الفرد للحدث تلعب دوراً مهماً في التأثير على استجابة الفرد لأي حادث؛ فتطور أعراض ضغوط ما بعد الصدمة قد تنتج عن طريق إدراك الفرد للحدث عند وقوعه وليس بسبب الحدث نفسه فعندما يعتقد الفرد مثلاً أنه عاجز عن التعامل مع الحدث الصادم قد يؤدي هذا الاعتقاد إلى تطوير أعراض اضطراب الضغط ما بعد الصدمة أما اعتقاد الفرد أنه قادر على معالجة الحدث والتعايش معه يخفف من هذه الضغوط،

وطلبة الجامعة من شرائح المجتمع السوري التي تضررت من الأحداث بشكل كبير؛ حيث تهدد مستقبلهم الدراسي والحياتي؛ نتيجة تعرض الجامعات السورية ومن ضمنها جامعة البعث للهجوم بالقذائف واستشهاد العشرات من الطلبة الجامعيين؛ إضافة إلى التهجير. ومن خلال عمل الباحثان التدريسي في الجامعة ومن خلال احتكاكهما اليومي بالطلبة، إلى جانب اهتمامهما البحثي و التشخيصي في مجال الاضطرابات النفسية، لاحظا على الطلبة أعراض الضغط النفسي الشديد وقد ترجع هذه الأعراض إلى الظروف التي يمرون بها سواء التي ترتبط بالوضع التعليمي أو بحياتهم الشخصية أو التي ترتبط بالأحداث التي يتعرضون لها بشكل يومي بسبب الحرب والتي تعيقهم عن وضع أهداف لمستقبلهم إضافة إلى العوائق التي تمنعهم من تحقيق هذه الأهداف كما ويمكن أن تؤدي هذه العوائق إلى معتقدات وأفكار غير منطقية لا تساعدهم على تحقيق هذه الأهداف وتسبب لهم ضغوطاً وهذا ما أكدته دراسة طاهر(1995) والتي أجريت على عينة من طلبة الجامعة حيث أظهرت وجود علاقة بين الضغوط النفسية والأفكار اللاعقلانية وبالرغم من التأكيد على دور الأفكار اللاعقلانية في نشأة الاضطرابات النفسية ومنها اضطراب الضغط ما بعد الصدمة إلا أن الباحثان وجدا قلة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية واضطراب الضغط ما بعد الصدمة كما وجدا أنه وبالرغم من اهتمام الدول العربية التي تعرضت للحروب بدراسة اضطراب الضغط ما بعد الصدمة كدراسة **(كواد،2001)** ودراسة **(جاسم، 2013)** في العراق والتي اهتمت بدراسة مستوى الاضطراب ودراسة الكبيسي والأسدي **(2007)** في العراق ودراسة (خضر وثابت، 2007) في فلسطين إضافة على دراسة (**Hafsted 2014**) في النرويج حيث اهتمت هذه الدراسات بدراسة نسب انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة إلا أن اضطراب الضغط ما بعد الصدمة في سوريا لم يلق الاهتمام الكافي وخاصة بالنسبة لطلبة الجامعة

انطلاقاً مما سبق تتبلور مشكلة البحث وتتحدد بالسؤال التالي:

ما العلاقة بين اضطراب ضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة البعث؟

أهمية البحث وأهدافه:

تأتي أهمية البحث:

1- أهمية الموضوع الذي تناوله وهو اضطراب الضغط ما بعد الصدمة، وأهمية دراسة هذا الاضطراب وخاصة في ظل الظروف التي تشهدها سوريا من جراء الأزمة والظروف الصعبة التي تحيط بالطلبة الجامعين.

2-اهتمام العاملين والباحثين في مجال الدعم النفسي بالأطفال الذين تعرضوا لصدمات ولم يكن هناك الاهتمام الكافي بفئة الطلبة الجامعين.

3- قلة الدراسات على المستوى المحلي التي تناولت اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالتفكير اللاعقلاني.

4-تناول البحث الحالي تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وفق معايير DSM-5؛في حين أن أغلب الدراسات تحدده من خلال ارتفاع الدرجات على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

5- قد تقدم نتائج البحث الحالي إضافة علمية جديدة إلى الرصيد المعرفي من خلال إلقاء الضوء على بعض المتغيرات ذات العلاقة باضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

6- قد تفيد نتائج البحث بتقديم معلومات عن نسب انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة على المستوى المحلي لدى عينة من طلبة الجامعة.

7- قد تساعد نتائج البحث الحالي العاملين في المجال النفسي في تحديد نوعية البرامج الإرشادية والعلاجية لطلبة الجامعة المصابين باضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

8- قد تلفت نتائج البحث الحالي نظر العاملين في الحقل النفسي لإجراء دراسات لاحقة تتناول تأثير الصدمات على فئات أخرى.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تعرف:

- نسب انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث.
- نسب انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة البحث.
- العلاقة بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة و الأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عينة البحث.
- الفرق في درجات اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم والذين شاهدوا الخبرة الصادمة.
- الفرق في درجات الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة البحث الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم والذين شاهدوا الخبرة الصادمة.

مصطلحات البحث النظرية والإجرائية

اضطراب الضغط ما بعد الصدمة:

أزمة تنتج عن التعرض لحدث صادم وتميز بأن الشخص يبادره الشعور بأنه يعيش الصدمة ويتجنب ما يذكره بها ويزداد التوتر والتيقظ وردود الفعل الحادة تجاه الأحداث الضاغطة. **(اليونيسيف، 1995، ص: 78)**

وعرف المعجم الطبي النفسي **(2008)** اضطراب الضغط ما بعد الصدمة بأنه مجموعة حوادث شديدة الوطأة على النفس مثل كارثة طبيعية أو حرب أو حادث مرعب ومن أعراض الحالة ارتجاج ذهني للصدمة والصور وأفكار الشؤم المرتبطة بها ومعاودة ظهور الأحداث السيئة في الأحلام إضافة إلى خدر النفس مصحوب بانخفاض شعور الشخص بالعالم المحيط به وحذر مفرط واستجابة إجفاليه مبالغة و لا يتم تشخيص الحالة هذه إلا إذا استمرت مدة شهر على الأقل. **(ربيرأرثر، ريبر، 2008، ص: 497)**

التعريف الإجرائي : هو الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة المستخدم في البحث الحالي.

الأفكار اللاعقلانية: هي تلك الأفكار التي تؤديإلى انفعالات سلبية وغير مفيدة والخروج باستنتاجات أو استدلالات غير مفيدة حول الأحداث وهي تتعدى البيانات المتوافرة حول الحدث.

(Bond, Dryden and Briscoe, 1999, p:560)

كما عرف الموسوي الأفكار اللاعقلانية: بأنها نمط من أنماط التفكير يستخدم فيها الفرد تعبيرات مطلقة لا تتوافق مع الحقيقة الواقعية للذات والآخرين، ويتجلى هذا التفكير في شعور الإنسان بالقلق الزائد وميله إلى التعصب لآرائه الصارمة وتجنب المشكلات والابتعاد عن المسؤولية والمجازفة واسترضاء الناس وطلب التأثير والقبول منهم **(الموسوي، 2005، ص: 97)**

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على مقياس الأفكار اللاعقلانية المستخدم في البحث الحالي.

والمقصود بالدراسة التشخيصية في البحث الحالي اعتماد معايير DSM-5 لتحديد اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

أسئلة البحث وفرضياته

-أسئلة البحث

1- ما نسبة انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث؟

2- ما نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة الدراسة؟

فرضيات البحث :

- الفرضيّة الأولى: لا توجد علاقة ارتباط دلالة إحصائيّاً بين الدرجات على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والدرجات على مقياس الأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عيّنة الدراسة.

- الفرضيّة الثّانية: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائيّة بين متوسط درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم وبين متوسط درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

– الفرضيّة الثّالثة: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائيّة بين متوسط درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم وبين متوسط درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة على مقياس الأفكار اللاعقلانية.

خامساً: حدود البحث:

الحدود البشرية: طلبة السنة الأولى في كلية التربية جامعة البعث.

الحدود المكانية: جامعة البعث

الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات البحث في الفصل الدراسي الثاني لعام 2016–2017

الحدود الموضوعية: تتحدد بالأدوات المستخدمة في هذا البحث، وهي مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة إعداد:(حنا،2016) ومقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد (الريحاني،1985)

الإطار النظري:

مفهوم اضطراب الضغط ما بعد الصدمة:

إن كلمة ضغط ليست كلمة نفسية بل تم استعارتها من العلوم الفيزيائية حيث قام العالم هانز عام 1950 بنقل هذا المصطلح من مجال العلوم الفيزيائية إلى مجال العلوم الإنسانية على أساس إبراز حقيقة مؤداها أن الجسم البشري حين يتعرض لأحد المواقف الضاغطة فإن استجابة الجسم تكون مجهدة، وما لم ينتبه إليها ستكون مدمرة والضغط هو أي مطلب أو تغير يحتم على المنظومة البشرية (العقل والجسم والروح) مواجهته والتصدي له، أما الصدمة فهي تشير إلى المواقف التي يكون الفرد فيها في حالة من العجز وفي الوقت نفسه يكون معرضاً لخطر جسيم وتشير الصدمة بهذا المعنى إلى الأحداث التي تتضمن الموت والإصابة و التي تؤدي إلى احتمالات الوفاة والإصابة، وتتضمن الصدمة أيضاً أحداثاً على درجة كبيرة من شدة الرعب يفوق أي قدرة إنسانية على تحملها أو مواجهتها كالكوارث الطبيعية (الزلازل والبراكين والأعاصير) والكوارث التي هي من صنع البشر كالحروب والاغتصاب، وقد تتضمن أيضاً الصدمة ضحايا حوادث السيارات والطرق والجرائم وما قد يخبره الفرد فيها من مشاهد الموت أو الإصابة مما قد يؤدي إلى نشأة اضطراب الضغط ما بعد الصدمة **(الشيخ،2010،ص: 23)** . ولابد من الإشارة إلى أن عبارة اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لم تكن موجودة في قاموس الطب النفسي قبل عام 1980 غير أنها بدأت تدريجياً في الظهور عقب انتهاء الحرب العالمية الثانية حيث اكتشفت بعض الأعراض النفسية على الجنود في ميادين الحرب وهذا ما تم تعميمه بعد ذلك على ما يحدث عقب الكوارث والصدمات الكبيرة في الحياة والتي تشمل مجموعات كبيرة من الناس. **(طه، 2012، ص: 8)**

ومن الأسماء التي كانت توصف بها جملة الأعراض التي تعقب الأحداث الصدمية أو الصدمات النفسية حسب تسلسلها التاريخي (صدمة القنابل، عصاب البدن– رهاب الصدمة– الاضطراب الوضعي العابر– متلازمة صدمات الاغتصاب– متلازمة الناجون– الصدمة العصبية– اضطراب الضغط ما بعد الصدمة **(حنا، 2016،ص:30)**

ويرد هذا الاضطراب في الطبعة الرابعة المعدلة للدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات النفسية والعقلية DSM I– TR –2000ضمن اضطرابات القلق والتي تشمل كل من الرهاب Phobia او القلق والقلق العام Anxiety Generalizedوالوسواس القهري Obsessive Compulsiveواضطراب الضغط ما بعد الصدمة

Posttraumatic Stress Disorderبينما يرد في الدليل التشخيصي والاحصائي الخامس للاضطرابات النفسية والعقلية DSM-5, 2013,

في فئة الاضطرابات المتعلقة بالصدمة و الإجهاد – Trauma- and Stressor Related Disorders

اضطراب الضغط ما بعد الصدمة Posttraumatic Stress Disorder

اضطراب الضغط الحاد Acute Stress Disorder

اضطراب التأقلم Adjustment Disorder

الاضطرابات المتعلقة بالصدمة والإجهاد المحددة الأخرى Other Specified Trauma and Stressor Related Disorders

الاضطرابات المتعلقة بالصدمة و الإجهاد غير المحددة Unspecified Trauma and Stressor Related Disorders(**الحمادي، 2014 ، ص: 198**)

ويعتبر وجود الحدث الصادم شرط ضروري للإصابة باضطراب الضغط ما بعد الصدمة ويكون هذا الحادث فجائي مما يتسبب في الخوف الشديد مما يجعل الفرد عاجز عن مواجهة الخطر غير المحتمل والقلق والإثارة الشديدة (**Arms worth- Holday,1993,p:50**)

واعتمد الباحثان على محكات5_DSMفي تشخيص اضطراب PTSS

تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة:

تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى فرد يعني أن هذا الفرد قد مر بخبرة حدث يحتوي على تهديد لحياة الفرد نفسه أو لحياة شخص أخر أو لسلامته الجسدية وهذا الفرد استجاب لهذا للحدث بخوف شديد وعجز أو رعب.

أولاً: التشخيص التصنيفي لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة:

ورد في DSM-5 مجموعة من المعايير ،هذه المعايير تطبق للبالغين والمراهقين والأطفال الأكبر من 6

A- التعرض لاحتمال الموت الفعلي أو التهديد بالموت أو لإصابة خطيرة أو العنف الجنسي عبر واحد (أو أكثر) من الطرق التالية:

1- التعرض مباشرة للحدث الصادم.

2- المشاهدة الشخصية للحدث عند حدوثه للآخرين.

3- المعرفة بوقوع الحدث الصادم لأحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء المقربين في حالات الموت الفعلي أو التهديد بالموت لأحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء المقربين فالحدث يجب أن يكون عنيفاً أو عرضياً.

4- التعرض المتكرر أو التعرض الشديد للتفاصيل المكروهة للحدث الصادم (على سبيل المثال أول المستجيبين لجمع البقايا البشرية ضباط الشرطة الذين يتعرضون بشكل متكرر لتفاصيل الاعتداء على الأطفال).

ملاحظة لا يتم تطبيق المعيار A4 إذا كان التعرض من خلال وسائل الإعلام والتلفزيون والأفلام أو الصور إلا إذا كان هذا العرض ذا صلة بالعمل.

B- وجود واحد (أو أكثر) من الأعراض المقتحمة التالية المرتبطة بالحدث الصادم والتي بدأت بعد الحدث الصادم

1- الذكريات المؤلمة المتطفلة المتكررة وغير الطوعية عن الحدث الصادم.

ملاحظة : في الأطفال الأكبر من 6 سنوات قد يتم التعبير عن طريق اللعب المتكرر حول مواضع أو جوانب الحدث الصادم.

2- أحلام مؤلمة متكررة حيث يرتبط محتوى الحلم أو الوجدان في الحلم بالحدث الصادم.

ملاحظة: عند الأطفال قد يكون هناك أحلام مخيفة دون محتوى يمكن التعرف عليه.

3- ردود فعل تفارقية (على سبيل المثال (Flashbacks) ومضات الذاكرة حيث يشعر الفرد أو يتصرف كما لو كان الحدث الصادم يتكرر (قد تحدث ردود الفعل هذه بشكل متواصل حيث التعبير الأكثر تطرفاً هو فقدان للوعي بالمحيط).

ملاحظة: في الأطفال قد يحدث إعادة تمثيل محدد للصدمة خلال اللعب.

4- الإحباط النفسي الشديد أو لفترات طويلة عند التعرض لمنبهات داخلية أو، خارجية والتي ترمز أو تشبه جانباً من الحدث الصادم.

5- ردود الفعل الفيزيولوجية عند التعرض لمنبهات داخلية أو خارجية والتي ترمز أو تشبه جانباً من الحدث الصادم.

C- تجنب ثابت للمحفزات المرتبطة بالحدث الصادم وتبدأ بعد وقوع الحدث الصادم كما يتضح من واحد مما يلي أو كليهما.

1- تجنب و جهود لتجنب الذكريات المؤلمة والأفكار أو المشاعر أو ما يرتبط بشكل وثيق مع الحدث الصادم.

2- تجنب أو جهود تجنب عوامل التذكير الخارجية (الناس ، الأماكن، الأحاديث، الأنشطة الأشياء ، المواقف) التي تثير الذكريات المؤلمة والأفكار أو المشاعر عن الحدث أو المرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم.

D- التعديلات السلبية في المدركات والمزاج المرتبطين بالحدث الصادم والتي بدأت أو تفاقمت بعد وقوع الحدث الصادم كما يتضح من اثنين أو أكثر مما يلي:

1- عدم القدرة على تذكر جانب هام من جوانب الحدث الصادم (عادة بسبب النساوة التفارقية ولا يعود لعوامل أخرى مثل إصابات الرأس والكحول أو المخدرات).

2- المعتقدات سلبية ثابتة ومبالغ بها أو توقعات سلبية ثابتة ومبالغ بها حول الذات والآخر أو العالم (على سبيل المثال أنا سيء، لا يمكن الوثوق بأحد، العالم خطير بشكل كامل، الجهاز العصبي لدي دمر كله بشكلٍ دائم).

3- المدركات الثابتة والمشوهة عن سبب أو عواقب الحدث الصادم والذي يؤدي بالفرد إلى إلقاء اللوم على نفسه.

4- الحالة العاطفية السلبية المستمرة(على سبيل المثال الخوف والرعب والغضب والشعور بالذنب والعار).

5- تضاؤل بشكل ملحوظ للاهتمام أو للمشاركة في الأنشطة الهامة.

6- مشاعر بالنفور والانفصال عن الآخرين.

7- عدم القدرة المستمرة على اختبار المشاعر الإيجابية (على سبيل المثال، عدم القدرة على تجربة السعادة والرضا، أو مشاعر المحبة).

E- تغييرات ملحوظة في الاستثارة ورد الفعل المرتبط بالحدث الصادم والتي تبدأ أو تتفاقم بعد وقوع الحدث الصادم كما يتضح من اثنين أو أكثر مما يلي:

1- سلوك متوتر ونوبات الغضب (دون ما يستفز أو يستفز بشكل خفيف) والتي عادة ما يعرب عنها بالاعتداء اللفظي أو الجسدي تجاه الناس أو الأشياء

2- التهور أو سلوك تدميري للذات

3- التيقظ المبالغ فيه

4- استجابة عند الجفل مبالغ بها

5- مشاكل في التركيز

6- اضطراب النوم(على سبيل المثال: صعوبة في الدخول للنوم أو البقاء نائماًأو النوم المتوتر

F- مدة الاضطراب (معايير(B,C,D,E)، أكثر من شهر واحد.

G- يسبب الاضطراب إحباطا سريريا هاما او ضعفا في الأداء في المجالات الاجتماعية والمهنية أو غيرها من مجالات الأداء الهامة الأخرى.

H- لا يعزى الاضطراب إلى التأثيرات الفزيولوجية لمادة (مثل الأدوية والكحول) أو حالة طبية أخرى.

(الحمادي، 2014 ، ص: 112-116)

ثانياً: التشخيص الفارقي

اضطرابات التأقلم : قد تحدث بعد الصدمة ولكنها غالباً ما تنتهي لوحدها إذا ما تم معالجتها والتعامل معها بشكل ملائم.

اضطراب الكرب الحاد: يحدث ويختفي خلال أربع أسابيع من حدوث الصدمة؛ ويستمر لمدة لا تقل عن اليومين وإذا استمرت الأعراض بعد الأربعة أسابيع يجب عندها تغيير التشخيص إلى اضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

القلق والاكتئاب: كلاً منهما بشكل رد فعل شائع يلي الصدمة؛ وقد يتواجدون كمرض مشارك لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

اضطراب الوسواس القهري : وهو بعكس اضطراب الكرب التالي للصدمة حيث يظهر فيه أفكار اقتحامية غير مرتبطة بالصدمة وهي تعتبر بشكل عام غير ملائمة ولا ترتبط باستعادة تجربة الصدمة الفعلية.

الاضطرابات الذهانية: وفيها يخلط بين استعادة صورة الحادث وبين الهلوسات والأوهام وغيرها من الاختلالات الإدراكية التي تحدث في بعض الاضطرابات الذهانية ولكن محتواها يرتبط مع التجربة الصادمة

العوامل التي تزيد من احتمالية الإصابة باضطراب الضغط ما بعد الصدمة

1- **التعرض السابق لصدمة:**كالإهمال والإساءة الجسدية والإساءة الجنسية وابتعاد من يقوم بالعناية بالفرد

2- **التعرض طويل الأمد للصدمة** : حيث أن التعرض لحدث واحد مثل حادث السيارة ينتج عنه استجابات مختلفة عن التعرض لعدد من السنوات لحدث ما كالعنف المنزلي، وكلما ازدادت مدة التعرض كلما أصبحت عملية التحسن أكثر تعقيداً وصعوبة.

3- حميمية التعرض: أي أن الحدث الذي يحدث مباشرة للفرد أو يحدث لشخص آخر أمامه لديه آثار مختلفة عن الحدث الذي يصيب شخصاً آخر أو يتم إخبار الفرد عنه فيما بعد؛ أي كلما كان التعرض للحدث أكثر قرباً أو حميمية كان أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات المتعلقة بالصدمة.

4-مشاكل سلوكية انفعالية سابقة : كالقدرة على الانتباه- فرط النشاط- محاربة القوانين وعدم اتباعها تاريخ سابق من الاكتئاب والقلق جميعها عوامل تجعل الاستجابة أكثر تعقيداً.

استجابة القائمين بالعناية بالفرد بعد التعرض للصدمة أي ما إذا كان المحيطين بالفرد يحترمون حق الفرد بهذه الاستجابة أو يلومون الفرد على استجابته أو ما إذا كانوا قادرين على توفير الراحة وإعادة الأمان له. **(باسك وآخرون، 2012،ص:6)**

كما أشارت نتائج دراسات كل من تيلر وديفيدسون أن من عوامل الإصابة باضطراب الضغط ما بعد الصدمة وجود أمراض نفسية في العائلة، تدني المستوى الاقتصادي عند الأهل، سوء معاملة الشخص منذ الطفولة وتعرضه للأذى الجسدي والاعتداء الجنسي قبل سن الخامسة عشرة، اضطراب السلوك عند الشخص منذ الولادة ، فقدان الثقة بالنفس في مرحلة المراهقة، انفصال الوالدين أو الطلاق قبل سن العاشرة وبالأخص عند الفتيات ، وجود أمراض جسدية تبعث عن القلق، انخفاض المستوى التعليمي والمعرفي عند الأهل والشخص المصاب، تعاطي الكحول والمخدرات قبل حدوث الصدمة **(عن يعقوب، 1999، ص: 56)**

الأفكار اللاعقلانية:

الأفكار اللاعقلانية هي خلل يصيب تفكير المريض بحيث يخرج عن تفكير الشخص العادي والتفكير السليم والمألوف، ويرى إليس صاحب نظرية العلاج العقلاني الانفعالي أن التفكير اللاعقلاني يتخذ شكل التشويه المعرفي أو الإدراك المشوه و اللاواقعي للذات، وللأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد وأن النزعة للاتجاه العقلاني تظهر بوضوح في مرحلة الرشد، وربما بعد ذلك ويتطلب ذلك الكثير من الجهد من جانب الفرد الذي يحمل أفكاراً لاعقلانية وربما يحتاج إلى مساعدة علاجية **(maddi, 1996, p:171)**. ويؤكد إليس أن السّبب وراء الانفعال هو أفكار الفرد واعتقاداته حول الأحداث فالنّاس يخلقون لأنفسهم مشكلاتٍ نفسية من خلال حديثهم مع ذواتهم ومن خلال تحويل تفضيلا تهم إلى حاجات ملحة فمثلاً: هناك فرق بين الجملة العقلانية التي تقول: إنني أفضل أن يكون دخلي مرتفعاً والمعتقد اللاعقلاني الذي يقول: يجب أن أحصل على دخل مرتفع، فالمعتقدات قد تكون عقلانية تؤدي إلى انفعالات معتدلة الشدة وتعتبر صحية أو غير عقلانية تؤدي إلى انفعالات شديدة تقود إلى الاضطراب وتعوق الوصول إلى الأهداف أو الشعور بالرضا والسعادة **(Todd &Bo hart, 1999)**، وطبقاً لنموذج A.B.Cلإليس فإن الانفعالات والمشاعر لا تسببها الأحداث والأعمال حتى الأعمال السيئة لكنها تحدث نتيجة للأفكار التي لدينا عن تلك الأعمال، حيث يرى إليس أن العاقبة الانفعالية المضطربة **C** ليست ناتجة مباشرة عن الحدث المحرك **A**، ولكن يخلقها إلى حد كبير نظام معتقدات الفرد الغير عقلانيّة **B**، وهذه المعتقدات اللاعقلانيّة هي سبب الاضطراب النفسي **(أبو شعر، 2007، ص: 9)** ووفقا لهذا النموذج فان الاضطراب الانفعالي ينشأ ويتطور بسبب نموذج أو أكثر من الأخطاء المعرفية وهي الإدراكات والاستنتاجات المشوهة للواقع والتقييمات المشوهة والمبالغ فيها وهذه كلها عبارة عن عمليات معرفية تسهم في الحالة الانفعالية للفرد وينظر العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي لهذه الظواهر المعرفية الثلاث باعتبارها مرتبطة نفسيا ومنطقيا بصميم الأفكار اللاعقلانية اللاشعورية والتي تشبه البناء المعرفي والتي تمثل مفتاح عملية الفهم لدى الفرد، وقد قام إليس بتطبيق نظرية **ABC** في العلاج العقلاني الانفعالي في ميدان العلاقات بين الأشخاص والاضطرابات الانفعالية والعلاج النفسي. وقد حدد إليس في كتابة العقل والانفعال في العلاج النفسي (1977) إحدى عشرة فكرة اعتبرها لاعقلانية ووردت هذه الأفكار بمفاهيم ومصطلحات عديدة في كتاباته وهي تنطوي على المعاني نفسها مثل: غير منطقيّة **illogical** خاطئة **Mistaken**ودوجماتيّة **Dogmatic**وغير واقعية**Unrealistic** أو غير معقولة**Unreasonable(شاهين؛ حمدي، 2008، ص: 25)**.

وتتدرج الأفكار اللاعقلانية تحت ثلاث ضروريات أو إلزاميات أساسية ولكل منها تشعباتها وتعاريفها الخاصة والتي يرى إليس أنها ليست معرفية فقط ولكنها سلوكية وانفعالية أيضاً، وهي جزء من أهداف الفرد والأحداث الفعالة والمعتقدات والنتائج، كما أنها مصدر للاختلال الوظيفي العقلي وعد إليس أن الأفكار الإحدى عشر اللاعقلانية ما هي إلا اشتقاقات من الوجوبيات الثلاثة وتشمل الأنماط التالية من المطالب:

1- المطالب المتعلقة بالذات Demands- About Self مثل يجب أن أعمل بطريقة جيدة وأنال الرضا والاستحسان وإلا فأنا شخص بلاقيمة وهذا المطلب من المحتمل أن يؤدي إلى الشعور بالهلع والقلق والاكتئاب.

2- المطالب التي تتعلق بالآخرين Demands About Otherويعبر عنها بالعبارات التالية يجب أن يعاملني الاخرون بشكل محترم وبلطف ومثلما أريدهم أن يعاملوني وإذا لم يفعلوا ذلك فإن المجتمع والعالم يجب أن ينتقدوا ويلاموا ويعاقبوا وهذا المطلب من المتوقع أن يؤدي إلى مشاعر الغضب والسلوك العدواني والانطواء.

3- المطالب المتعلقة بالحياة وشروط الحياة Demands About ويعبر عنها الاعتقاد التالي يجب أن تسير الأمور كما أريد لها أن تسير وبالتالي أصل لما أريد براحة وبسرعة وسهولة وظروف الحياة أقل من تلك التي يجب أن أعيش فيها وهذا المطلب من المحتمل أن يؤدي إلى الانشقاق عن الذات وانخفاض القدرة على تحمل الإحباط.

((Ellis,2003,P:186; McGimn,1997,p:310)

خصائص الأفكار اللاعقلانية

تتميز الأفكار اللاعقلانية بمجموعة من الخصائص التي تميزها عن الأفكار العقلانية:

1- **متصلبة:**تقاوم الأفكار اللاعقلانية التغير على الرغم من وجود المنطق والدليل الذي يقتضي تغييرها ومتى تكون معتقدات الناس متصلبة أو مطلقة فإن استجاباتهم إلى المواقف الضاغطة من المحتمل أن تكون غير مرنة وبدلاً من التوافق مع تلك المواقف يحاول هؤلاء الناس باستماته إجبار الواقع على أن يتناسب مع معتقداتهم الثابتة.

2-**لا منطقية:** إذ تتخذ شكل الاستنتاجات اللامنطقية المستمدة من المعتقدات العقلانية لدى الشخص؛ وبهذا فإن الشخص يعتقد بعقلانية أنه من المرغوب أن يتلقى ثناء بارز من آخر ثم يستنتج بلا منطقية أن مثل هذا الثناء يعد ضروريا بشكل مطلق.

3- **لا تطابق مع الواقع:** على سبيل المثال الشخص الذي يعتقد أنه فاشل يكون من الواضح أنه يتمسك باعتقاد لا يتطابق مع الواقع أي أنه سوف يفشل في كل شيء يفعله ولن ينجح في أي شيء.

4-اللاتجريب (بدون تجربة): أي أن الأفكار اللاعقلانية ليست مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد من حيث الدقة والصدق بل تحدث بطريقة تلقائية كما لو كانت انعكاسية من دون أي تأمل أو استدلال مسبق وتتمتع بنوع من الاستقلالية.

5- التكرار: حيث تتكرر الأفكار اللاعقلانية لدى الفرد مرات ومرات بأسلوب لاشعوري ويساعد على ذلك الضغوط الخارجية والداخلية التي تجعل لدى الفرد ميلاً قوياً تجاه تكرار الأفكار الخاذلة للذات.**(عن مغربل، ص14)**

الدراسات السابقة:

- دراسة حسن والجمالي 2003 في سلطنة عمان

العنوان: الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالمتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلاب جامعة السلطان قابوس.

الهدف: دراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية بين طلاب كلية التربية، وتحديد تأثير الجنس على الانتشار، تحديد العلاقة بين الأفكار اللاعقلانيّة وبعض الاضطرابات الانفعالية مثل(الاكتئاب، سمة القلق، قلق الاختبار، الاغتراب)، وهل يمكن التنبؤ بالأفكار اللاعقلانية من خلال هذه الاضطرابات.

العيّنة: تكونت من 204 طالباً وطالبةً من جامعة السلطان قابوس.

الأدوات: مقياس الأفكار اللاعقلانية للريحاني، ومقياس بيك للاكتئاب، ومقياس قلق الاختبار من إعداد (الزهار) للعربية، ومقياس الاغتراب الذي أعده أمير والحسن.

النّتائج: تنتشر الأفكار اللاعقلانية بنسبة (10,29)% في حدها الأدنى، و(48,5)% في حدها الأعلى، غياب أثر الجنس في الأفكار اللاعقلانية، ووجود علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات الانفعالية، ويمكن التنبؤ بالاضطرابات الانفعالية من خلال الأفكار اللاعقلانية.

دراسة Cerro chi, 2004 في أستراليا

بعنوان: العلاقة بين أفكار الاختلال الوظيفي للمعتقدات والمؤشرات الإيجابيّة والسلبيّة للسّعادة دراسة نقديّة مسحيّة لدراسة المعتقدات المتداولة.

Relationships between dysfunctional beliefs positive and negative indices of well–being– A critical evaluation of the common beliefs survey.

الهدف: معرفة أثر اختلال المعتقدات اللاعقلانيّة في المؤشّرات الإيجابيّة والسّلبيّة للسّعادة.

العيّنة: تكوّنت من (457) طالباً من طلاب جامعة المونجوغ في أستراليا.

النّتائج: إن مستوى السّعادة مرتبط بالمعتقدات الذاتيّة المرتبطة بالنّجاح والاستحسان، كذلك هناك بعض المعتقدات التي تعكس توقعّات مرتفعة على الأحداث والأفراد، إن المعتقدات القابلة للتّغيّر تتنبّأ بإمكانيّة التغيّر بنسبة (14%) في التّباين بالمؤشرات السلبيّة بينما (7,3%) بالمؤشّرات الإيجابيّة.

دراسة رتيب 2011 في دمشق

العنوان: الفوبيا الاجتماعية لدى طلبة الصف الأول الثانوي وعلاقتها بالمعتقدات اللاعقلانية في ضوء متغيرات الجنس ومكان الإقامة والمستوى الاقتصادي

الهدف: التعرف على العلاقة بين الفوبيا الاجتماعية والمعتقدات اللاعقلانية لدى طلبة الصف الأول الثانوي في ضوء بعض المتغيرات

العينة: تكونت من (207) طالباً وطالبةً من طلاب الصف الأول الثانوي في محافظة دمشق

الأدوات: مقياس الفوبيا الاجتماعية ومقياس المعتقدات اللاعقلانية من إعداد الباحثة

النتائج: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفوبيا الاجتماعية والمعتقدات اللاعقلانية كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفوبيا الاجتماعية والمعتقدات اللاعقلانية لدى طلبة الصف الأول الثانوي وفقاً لمتغيرات الجنس ومكان الإقامة والمستوى الاقتصادي

– دراسة الكبيسي والأسدي 2007 في العراق

العنوان: اضطراب الضغوط الصدمية لدى طالبات كلية التربية للبنات

الهدف: التعرف على مدى انتشار اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية من حيث كونه اضطراب جزئي أو كامل لدى طالبات كلية التربية للبنات والكشف عن نوع الاضطراب – حاد– مزمن– متأخر

العينة: تكونتمن 300 طالبة

الأدوات: مقياس الكبيسي لقياس اضطرابات ما بعد الضغوط الصدمية

النتائج: تعرض 187 طالبة إلى أحد أنواع الأحداث الصدمية أي نسبة 62 % ، إصابة 118 طالبة باضطراب ضغط ما بعد الصدمة بشكل كامل أي بنسبة 39% إصابة 37 طالبة باضطراب ضغط ما بعد الصدمة بشكل جزئي أي بنسبة 12% إصابة طالبة واحدة باضطراب الضغط الحاد بنسبة 0,08%

إصابة 115 طالبة باضطراب الضغط المزمن بنسبة 97%(**عن مجيد ،2011)**

– دراسة خضر و ثابت 2007 في فلسطين

العنوان: الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة في قطاع غزة

الهدف: التعرف على مستوى الخبرات الصادمة عند طلبة الجامعات الفلسطينية في غزة جراء ممارسات الاحتلال وعلاقتها ببعض متغيرات الصحة النفسية مثل كرب ما بعد الصدمة – القلق–الاكتئاب.

الأدوات: مقياس غرة للخبرات الصادمة، مقياس كرب ما بعد الصدمة لدافيسون، مقياس أعراض القلق والاكتئاب لهوبكنز

العينة : 195 ذكور و165 إناث

النتائج: أظهرت أن 51,4 من الذكور تعرضوا للصدمة مقابل 48,6% من الإناث أعراض القلق والاكتئاب لدى الإناث أكثر من الذكور

– دراسة شاهين وحمدي 2008 في فلسطين

العنوان: العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة في فلسطين وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفضها.

الهدف: معرفة العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة والتعرف على فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض مستوى ضغوط ما بعد الصدمة

العينة: تكونت من 249 طالباً وطالبةً منهم 119 ذكور و130 إناث من طلبة الجامعة وعينة الدراسة التجريبية 60 طالباً وطالبةً

الأدوات : مقياس الريحاني للأفكار العقلانية واللاعقلانية – مقياس ضغوط ما بعد الصدمة من إعداد الباحثان

النتائج: وجود علاقة ارتباط بين درجة التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية

تبين من الدراسات السابقة الاهتمام الذي حظي به اضطراب الضغط ما بعد الصدمة في البلاد العربية التي تعرضت للحروب حيث تناولت بعض الدراسات اضطرب الضغط كمتغير مستقل كدراسة الكبيسي والأسدي، 2007 أو علاقته ببعض المتغيرات كدراسة خضر وثابت، 2007

كما تناولت الدراسات السابقة الأفكار اللاعقلانية بالدراسة كدراسة(**رتيب، 2011)** ودراسة**(الجمالي،2003)**

كان هناك ندرة في الدراسات التي تناولت اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية وهذا ما تناوله البحث الحالي بالدراسة إضافة إلى اعتماد البحث الحالي في تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة على معايير DSM–5

منهج البحث وإجراءاته:

استخدم الباحثان في الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي، ويعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً أو كمياً. فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها وعلاقتها مع الظواهر الأخرى، ويعتبر هذا الأسلوب الأكثر استخداماً في الدراسات الإنسانية **(عبيدات،2003 ،247)**.

مجتمع البحث:

لغرض اختيار عيّنة البحث تم تحديد مجتمع البحث المتمثل بطلبة السّنة الأولى في كلية التربية من جميع الاختصاصات للعام الدّراسي2016-2017كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(1) توزيع أفراد المجتمع الأصلي

الاختصاص	معلم صف	مناهج	إرشاد نفسي	رياض أطفال	المجموع الكلي
العدد	1800	1300	1240	750	5090

عينة البحث:

تم سحب العينة من المجتمع الأصلي بطريقة العينة العشوائية الطبقية النسبية، حيث بلغت نسبة العينة من المجتمع الأصلي 10%، وقد اختارت الباحثان من كل اختصاص فرعي من كلية التربية(المجتمع الأصلي) نسبة تتناسب مع حجم كل اختصاص، بعد ذلك تم توزيع أفراد العينة إلى مجموعات فرعية وفق الاختصاص بطريق الاختيار العشوائي البسيط، بعد ذلك قام الباحثان بتطبيق قائمة الخبرات الصادمة على العينة المكونة من (509) طالباً وطالبةً وتم استبعاد الطلبة الذين لم يتعرضوا لخبرة صادمة والبالغ عددهم(116) طالب وطالبة، بعد ذلك تم تطبيق مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة على الطلبة الذين تعرضوا لخبرات صادمة والبالغ عددهم (393)، بعد ذلك تم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية على أفراد العينة الذين تم تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لديهم وفق معايير DSM-5 والبالغ عددهم (192) طالباً وطالبةً (94) طالباً وطالبةً شاهدوا الحدث الصادم و(88)طالباً وطالبةً عاشوا الحدث الصادم بأنفسهم ويبين الجدول التالي توزيع أفراد عينة البحث.

جدول (2) يوضّح توزيع أفراد عيّنة البحث الأساسيّة حسب التخصص الدراسي

الاختصاص	معلم صف	مناهج	ارشاد نفسي	رياض أطفال	المجموع الكلي
العدد	180	130	124	75	509

تم تشخيص عينة الطلاب الذين لديهم اضطراب الضغط ما بعد الصدمة بالاعتماد على معايير DSM-5 وهي:

1- أن يتحقق المعيار Aلدى الطالب وهو أن يكون قد تعرض لخبرة صادمة بإحدى الطرق ، التعرض المباشر للحدث الصادم أو المشاهدة الشخصية للحدث عند حدوثه للآخرين

2- أن يحصل على درجة واحدة على الأقل في المعيار B

3- أن يحصل على درجتين في المعيار C

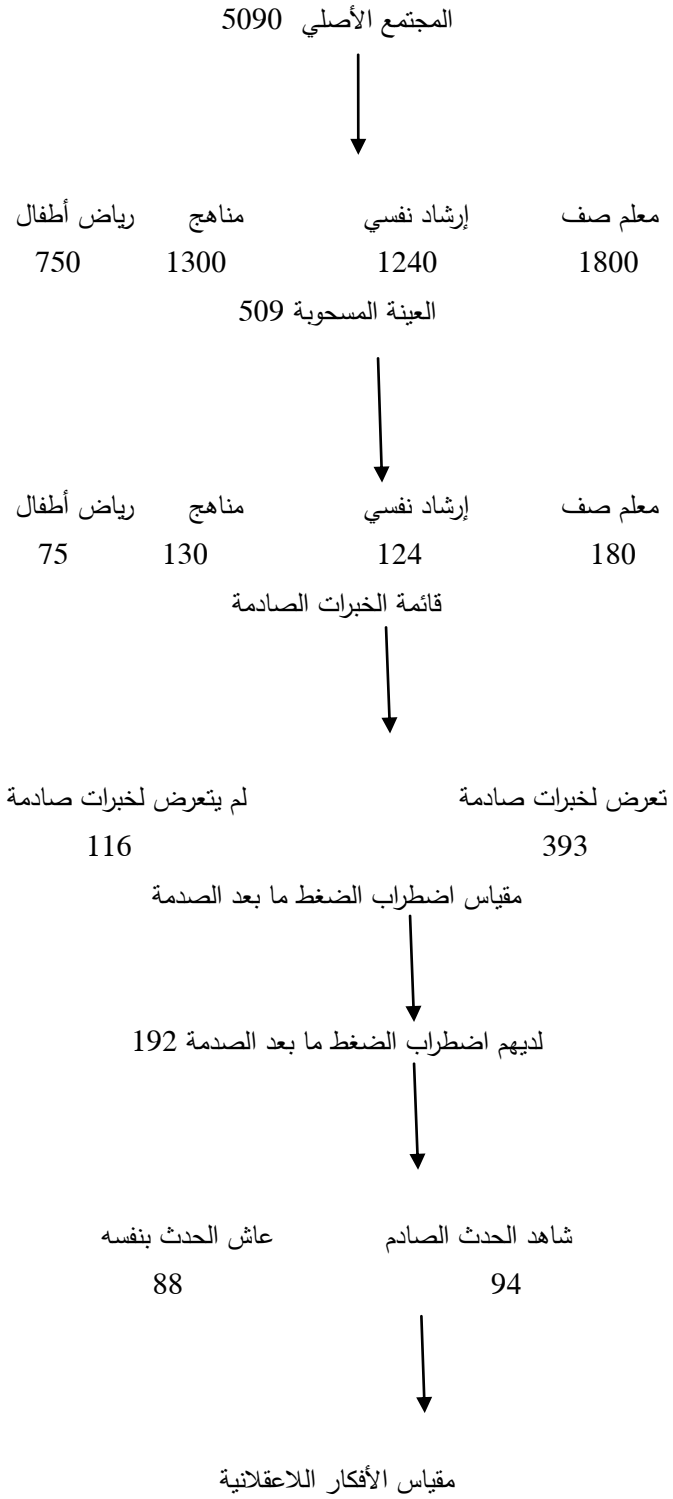
4- أن يحصل على درجتين أو أكثر في المعيار D

5- أن يحصل على درجتين أو أكثر في المعيار E

أن تكون هذه الأعراض في المعايير,D,E,B, C مستمرة لأكثر من شهر

ويوضح الشكل التالي مراحل شخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة:

الشكل(1) خطوات اختيار عينة البحث



أدوات البحث:

من أجل تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة استخدم الباحثان قائمة الخبرات الصادمة ومقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة إعداد (حنا، 2016).

قائمة الخبرات الصادمة :حيث قام الباحث بإعداد قائمة الخبرات الصادمة والتي تتكون من مجموعة من العبارات يجب أن تتحقق فيها عدة شروط هي:

- عبارات تصف أحداث وتجارب أو خبرات خطيرة مر بها الفرد خارجة عن نطاق تحمله
- ترافق مع شعور بالخوف الشديد أو العجز أو الرعب
- تعرض لها الفرد بطريقة مباشرة أو غير مباشرة (بنفسه أو كشاهد) منذ فترة زمنية بأكثر من شهر واحد تتحول بموجبه من صدمة إلى خبرة صادمة

الغرض من القائمة هو التعرف على الطلبة الذين تعرضوا لخبرات صادمة للمتابعة في تطبيق مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة تكونت القائمة من 10 عبارات وصيغة الإجابة على هذه الأسئلة لم يحدث معي- حدث معي (بنفسي- كشاهد) **مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة:** قام الباحث ببناء المقياس في ضوء معايير الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية والعقلية (DSM-5,2013)، يتضمن المقياس صفحة التعليمات التي تتضمن توضيح للمقياس وشرح خيارات الإجابة والتأكيد على ضرورة الإجابة على جميع العبارات و يتكون المقياس من 22 بنداً موزعة على خمسة أبعاد هي:

الأعراض المقتحمة المرتبطة بالحدث الصادم وتغطيه الفقرات 1-2-3-4-5

التجنب الثابت للمحفزات المرتبطة بالحدث الصادم وتغطيه الفقرات 6- 7

التعديلات السلبية في المدركات والمزاج وتغطيه العبارات 8-9-10-11-12-13-14

التغيرات الملحوظة في الاستثارة وردات الفعل وتغطيه العبارات 15-16-17-18-19-20

التدني في المهارات الاجتماعية والمهنية وتغطيه العبارات 21-22

خيارات الإجابة هي غالبا- أحيانا – نادرا- لا أبدا

وتمثلها الدرجات 3-2-1-0

الدراسة السيكومترية للمقياس

1 - الصدق:صدق المحكمين: حيث قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الأساتذة والمدرسين في كلية التربية وأجرى تعديل على العبارات التي لم تحصل على موافقة 80 % من المحكمين، وأبقى على العبارات التي حصلت على 80% من آراء المحكمين.

الصدق التمييزي: اعتمد الباحث أعلى 25% وأدنى 25% من درجات المفحوصين بعد أن رتبت تصاعدياً وتم اختبار الفروق عن طريق اختبار(ت) وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (3) يوضّح نتائج اختبار (ت) للتّحقق من الصّدق التّمييزي لمقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

أبعاد المقياس	المجموعة الأعلى ن= 30		المجموعة الأدنى ن= 30		ت المحسوبة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
	م	ع	م	ع				
الأعراض المقتحمة المرتبطة بالحدث الصادم	7.93	1.363	17.19	1.67	28.539	58	0.000	دال

تجنب المحفزات المرتبطة بالحدث الصادم	3.43	0.971	7.87	0.341	23.962	58	0.000	دال
التعديلات السلبية في المدركات والمزاج	9.03	0.928	19.26	2.129	24.175	58	0.000	دال
التغيرات الملحوظة في الاستثارة	8.77	1.278	18.35	2.058	2.771	58	0.000	دال
التدني في المهارات الاجتماعية والمهنية	2.00	1.101	6.13	1.056	21.401	58	0.000	دال
الدرجة الكلية	35.67	4.122	64055	3.863	28.284	58	0.000	دال

يبين الجدول رقم(3) أن القيمة الاحتمالية لـ ت المحسوبة لجميع أبعاد مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة، والدرجة الكلية أصغر من (0,05)؛ وهذا يشير إلى وجود فروق بين متوسط درجات المجموعتين مما يعني أن المقياس يتمتع بصدق تمييزي.

الاتساق الداخلي: تم حساب ارتباط درجة كل بند مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الارتباط لبنود البعد الأول مع الدرجة الكلية للبعد بين ** 0.458- **0.718

وتراوحت معاملات الارتباط لبنود البعد الثاني مع الدرجة الكلية للبعد بين **0.763- **0.855

وتراوحت معاملات الارتباط لبنود البعد الثالث مع الدرجة الكلية للبعد بين **0.281- **0.655

وتراوحت معاملات الارتباط لبنود البعد الرابع مع الدرجة الكلية للبعد بين **0.476- **0.709

وتراوحت معاملات الارتباط لبنود البعد الخامس مع الدرجة الكلية للبعد بين **0.544- **0.586

وتراوحت معاملات الارتباط لكل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس بين ** 0.410- **0.855وهي معاملات دالة إحصائيا عند مستوى دلالة 0.001

2- الثبات تم حساب الثبات بالإعادة وبلغت معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للأبعاد من الأول حتى الخامس على التوالي **0.473-**0.663-**0.692-**0.586-**0.676-ومعامل ثبات الدرجة الكلية **0.817 وهي معاملات ثبات دالة عند مستوى دلالة 0.01

الثبات بالتجزئة النصفية: حيث اعتمد الباحث تقسيم المقياس غلى قسمين متكافئين وحساب معامل الارتباط بين القسم الأول والثاني وبلغ معامل الثبات وفقا لمعادلة سبيرمان 0.768

كما بلغ معامل الثبات ألفا كرونباخ للمقياس 0.832مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات مما يجعله صالح لقياس ما وضع لقياسه

- الدراسة السيكومترية للمقياس في البحث الحالي:

تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من 44 طالب وطالبة لإجراء الدراسة السيكومترية

الصدق التمييزي: اعتمد الباحثان أعلى 25% وأدنى 25% من درجات المفحوصين بعد أن رتبت تصاعدياً وتم اختبار الفروق عن طريق اختبار(ت) وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (4) يوضّح نتائج اختبار (ت) للتّحقق من الصّدق التّمييزي لمقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

أبعاد المقياس	المجموعة الأعلى ن= 11		المجموعة الأدنى ن= 11		ت المحسوبة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
	م	ع	م	ع				
الأعراض المقتحمة المرتبطة بالحدث الصادم	12.09	1.136	6.55	1.214	11.064-	20	0.000	دال
تجنب المحفزات المرتبطة بالحدث	6.00	0.000	2.45	0.522	22.517-	20	0.000	دال

الصادم								
التعديلات السلبية في المدركات والمزاج	15.82	0.401	9.82	0.874	12.050-	20	0.000	دال
التغيرات الملحوظة في الاستثارة	15.27	1.679	7.09	0.701	14.917-	20	0.000	دال
التدني في المهارات الاجتماعية والمهنية	4.82	0.751	2.18	0.405	10.253-	20	0.000	دال
الدرجة الكلية	49.55	3.616	33.09	1.700	13.659-	20	0.000	دال

يبين الجدول رقم (4) أن القيمة الاحتمالية لـ ت المحسوبة لجميع أبعاد مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية أصغر من (0,05) وهذا يشير إلى وجود فروق بين متوسط درجات المجموعتين لصالح المجموعة الأعلى مما يعني أن المقياس يتمتع بصدق تمييزي.

الاتساق الداخلي: تم حساب درجة كل بعد من أبعاد مقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة بالدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الارتباط وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (5) معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد مقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية على المقياس

البعد	أبعاد مقياس العنف	الدرجة الكلية
1	الأعراض المقتحمة المرتبطة بالحدث الصادم	0.442**
2	تجنب المحفزات المرتبطة بالحدث الصادم	0,502**
3	التعديلات السلبية في المدركات والمزاج	0,787**
4	تغيرات ملحوظة في الاستثارة وردات الفعل	0,883**
5	التدني في المهارات الاجتماعية والمهنية	0,589**

يبين الجدول رقم (5) أن معاملات ارتباط درجات أبعاد اضطراب ضغط ما بعد الصدمة بالدرجة الكلية للمقياس معاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01).

الثبات بالإعادة: أعيد تطبيق المقياس على العينة السيكومترية المؤلفة من(44) طالب وطالبة بعد اسبوعينمن التطبيق الأول ثم حسب معامل الارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم(6) معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس اضطراب الضغط

ما بعد الصدمة والدرجة الكلية للمقياس في التطبيق الأول والتطبيق الثاني (ن= 44)

البعد	أبعاد مقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة	معامل الارتباط
1	الأعراض المقتحمة المرتبطة بالحدث الصادم	0,650**
2	تجنب المحفزات المرتبطة بالحدث الصادم	0,735**
3	التعديلات السلبية في المدركات والمزاج	0,534**
4	تغيرات ملحوظة في الاستثارة وردات الفعل	0,371*
5	التدني في المهارات الاجتماعية والمهنية	0,569**
	معامل ثبات الدرجة الكلية الدرجة الكلية	

يبين الجدول رقم(6) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة معاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,05

الثبات بالتجزئة النصفية : ولحساب الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة طبق على عينة الدراسة السيكومرية للمقياس؛ وقسمت بنود المقياس إلى بنود فردية وبنود زوجية؛ ثم حسب معامل الارتباط

بين درجات المفحوصين على بنود الاختبار الفردية وبنود الاختبار الزوجية، وكانت نتائج الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (7) قيم معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة ن= 44

ألفا كرونباخ(ج1)	ألفا كرونباخ(ج2)	ثبات نصف الاختبار	ثبات الاختبار الكلي وفقاً لمعادلة سبيرمان	ثبات الاختبار الكلي وفقاً لمعادلة جتمان
0.645	0.422	0.575	0.730	0.719

وبلغ معامل الثبات ألفا كرونباخCornbrash's– Alphaللدرجة الكلية لمقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة (0.717).

– اختبار الأفكار العقلانيّة واللاعقلانيّة– إعداد: سليمان الريحاني 1985

يتكوّن المقياس من اثنين وخمسين فقرة تعبّر عن أفكار ومبادئ واتّجاهات يؤمن بها البعض أو يرفضها بشكلٍ مطلق، وهي تمثل ثلاث عشرة فكرّة لاعقلانيّة تقيسها هذه الفقرات هي إحدى عشرة فكرة لإليس وأضاف إليها الريحاني فكرتين تتناسب مع طبيعة المجتمع العربي(الريحاني، 1985) وتتمثّل كل فكرة في أربع فقرات نصفها إيجابي يتّفق مع الفكرة ونصفها سلبي يختلف عن الفكرة والمفحوص يجيب بنعم عندما يوافق على العبارة ويقبلها ويجيب بلا عندما لا يقبل العبارة ويرفضها وقد أعطيت الدرجة(2) للإجابة التي تدل على قبول المفحوص للفكرة اللاعقلانيّة التي تمثّلها الفقرة والدّرجة (1) إذا كانت الإجابة لا التي تدل على رفضه لها. وبذلك تتراوح الدّرجة الكليّة على المقياس ما بين (52) في حدّها الأدنى وهي تعبّر عن رفض المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانيّة التي يمثّلها الاختبار أو درجة عالية من التّفكير العقلانيّ و(104) في حدّها الأعلى وهي درجة تعبّر عن قبول المفحوص لجميع الأفكار اللاعقلانيّة التي يمثّلها الاختبار أو عن درجة عالية من التّفكير اللاعقلاني.

صدق الاختبار: قام الريحاني باستخراج دلالة الصّدق المنطقي للاختبار عن طريق استخدام أسلوب التّحكيم وذلك باتفاق 90% من المختصّين بعلم النّفس والإرشاد كما يتّصف الاختبار بدلالات صدق تجريبيّة تمثّلت في قدرة الاختبار على التّمييز بين الأسوياء والعصابيين، أما بالنسبة للصدق العاملي فقد تمثّل بنتائج التّحليل العاملي لأبعاد الاختبار وقد أمكن استخلاص أربعة عوامل فسّرت معظم تباين أجزاء الاختبار (0,05).

ثبات الاختبار: فيما يتعلّق بثبات الاختبار فقد تمَّ استخراج معامل الثّبات بطريقة الاختبار وإعادته حيث تراوحت معامّلات الثّبات لأبعاد الاختبار الثّلاثة عشر ما بين 0,45و0,83 وبمتوسط قدره 0,70 كما حسب معامل ثبات الاختبار على أساس الدّرجة الكليّة وبلغ 0,85، كذلك تم حساب معاملات الثّبات بطريقة الاتّساق الدّاخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ وتمَّ الحصول على معاملات ثبات لأبعاد الاختبار تراوحت قيمتها بين (0,54) و(0,92) وهي تدل على ثبات الاختبار **(الريحاني، 1985)**.

تم إجراء دراسة سيكو مترية للمقياس بما يتناسب مع البيئة السورية (بطيخ ، 2010) ومن خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أساتذة ومدرسي كليّة التّربية في جامعة البعث وجامعة دمشق للأخذ برأيهم في وضوح العبارات تم حذف إحدى الأفكار اللاعقلانية التي أضافها الريحاني وهي الفكرة (13) والتي تشير إلى تعامل الرجل مع المرأة على أسس المساواة حيث أشار أغلب المحكّمين إلى أنَّها حالة ثقافية لا يمكن وضعها كأساس أو معيار لفكرة غير عقلانيّة، وبالتالي أصبح المقياس يتكوّن من 48 عبارة تمثّل 12 فكرة لاعقلانيّة.وهي :

1– من الضّروري أن يكون الشّخص محبوباً أو مرضيّاً عنه من كل المحيطين به. وتمثلها العبارات (1–13، 25، 37)

2- يجب على الفرد أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يعتبر نفسه بسببه ذا قيمة وأهميّة. تمثلها العبارات التالية (2، 14، 26 ، 38)

3- بعض النّاس شّر وأذى وعلى درجة عالية من الخسّة والجبن وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ. وتمثلها العبارات التالية (3، 15، 27، 39)

4- إنّه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنّى الفرد. وتمثلها العبارات التالية: (4، 16 28، 40)

5- المصائب والتعّاسة تعود أسبابها إلى الظّروف الخارجيّة والتيّ ليس للفرد عليها سيطرة. وتمثلها العبارات التالية (5، 17، 29، 41)

6- الأشياء الخطرة أوالمخيفة هي أسباب الهّم الكبير والانشغال الدائّم للفكر وينبغي أن يتوقعها الفرد دائماً وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها. وتمثلها العبارات التالية(6، 18، 30، 42)

7- الأسهل للفرد أن يتجنّب بعض المسؤوليات وأن يتحاشى مواجهة الصّعوبات بدلاً منمواجهتها. وتمثلها العبارات التالية: (7، 19، 31، 43)

8- يجب أن يعتمد الشّخص على آخرين، ويجب أن يكون هناك شخص أقوى منه لكي يعتمد عليه. وتمثلها العبارات التالية : (8، 20، 32، 44)

9- الخبرات والأحداث الماضية هي المحدّدات الأساسيّة للسّلوك الحاضر والمؤثّرات الماضية لا يمكن استئصالها. وتمثلها العبارات التالية (9، 21، 33، 45)

10- ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات. وتمثلها العبارات التالية (10، 22، 34، 46)

11- هناك دائماً حل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصّل إليه وإلا فإنّ النّتائج سوف تكون خطيرة. وتمثلها العبارات التالية (11، 23، 35، 47)

12- على الفرد أن يكون رسميا وجديا في تعامله مع الاخرين وتمثله العبارات التالية (12، 24، 36، 48)

كما تم تعديل صياغة بعض العبارات بما يتناسب مع آراء السادة المحكمين كالآتي:

جدول (8)يبين تعديلات مقياس الأفكار اللاعقلانية بناء على آراء المحكمين

العبارة	قبل التعديل	بعد التعديل
1	لا أتردد أبداً في التّضحية برغباتي في سبيل إرضاء الآخرين	أضحي برغباتي في سبيل إرضاء الآخرين
22	لا يمكن للفرد أن يتخلّص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك،	يصعب على الفرد أن يتخلّص من تأثير الماضي حتى وإن حاول ذلك

كما تم حساب الصدق التمييزي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة (23,010-) و مستوى الدّلالة لـ ت المحسوبة =(0,000)أصغر من (0,05) وهذا يشير إلى وجود فروق بين متوسط المجموعتين لصالح فئة الطّلبة ذوي الدّرجة المرتفعة ما يعني أن المقياس يتمتّع بصدق تمييزي.

كما تم حساب الاتّساق الدّاخلي: من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجات كل فكرة من أفكار مقياس الأفكار اللاعقلانيّة مع الدّرجة الكليّة للمقياس. وبلغت معاملات الارتباط بين** 0,192-**0,503وهي معاملات دالة إحصائيا عند مستوى 0,01 ، و تمَّ حساب الثّبات بطريقة ألفا كرونباخ حيث بلغ معامل الثّبات(0,67).

الدراسة السيكومترية للمقياس في البحث الحالي

تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من 56 طالب وطالبة لإجراء الدراسة السيكومترية

-**الصدق التميزي:** تم الاعتماد على أعلى 25% وأدنى 25% من درجات المفحوصين وتم اختبار الفروق عن طريق اختبار (ت) وكانت النتائج كالآتي:

جدول (9) يوضّح نتائج اختبار (ت) للتّحقق من الصّدق التّمييزي لمقياس الأفكار اللاعقلانية

المجموعة الأعلى ن= 14		المجموعة الأدنى ن= 14		ت المحسوبة	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
م	ع	م	ع				
60,23	1,363	76,21	3,215	17,027	54	0,000	دالة

يبين الجدول رقم(9) أن قيمة ت المحسوبة = (17,27)عند مستوى دلالة(0,000) وهي أصغر من (0,05) وهذا يشير إلى وجود فروق بين المجموعتين مما يعني أن المقياس يتمتع بصدق تمييزي.

-**الاتساق الداخلي:** وتم حساب معاملات الارتباط بين درجات كل فكرة من أفكار مقياس الأفكار اللاعقلانية مع الدرجة الكلية للمقياس وتراوحت معاملات الارتباط بين ** 0.312و **0,693 وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0,05.

الثبات بالإعادة: أعيد تطبيق المقياس عل عينة الدراسة السيكومترية بعد ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بيرسون لقياس الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني وبلغ معامل الارتباط 0,514 وهو دال عند مستوى 0,05.

الثبات بالتجزئة النصفية : بعد تطبيق المقياس على عينة الدراسة السيكومترية تم تقسيم بنوده إلى بنود زوجية وبنود فردية وحساب معامل الارتباط بين درجات المفحوصين على البنود الزوجية ودرجاتهم على البنود الفردية وكانت نتائج الاختبار بالتجزئة النصفية كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(10)قيم معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس الأفكار اللاعقلانية ن= 56

ألفا كرونباخ (ج1)	ألفا كرونباخ(ج2)	ثبات نصف الاختبار	ثبات الاختبار وفقا لمعادلة سبيرمان	ثبات الاختبار وفقا لمعادلة جتمان
0,611	0,622	0,616	0,763	0,761

نتائج البحث

السؤال الأول:ما نسبة انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث؟

لحساب نسبة الانتشار تم تحديد الطلبة الذين تم تشخيص اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لديهم وحساب النسبة المئوية من عدد الطلبة الذين تعرضوا لخبرات صادمة كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(11)النسبة المئوية لانتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

العدد	عدد الطلبة الذين تم تشخيص اضطراب الضغط ما بغد الصدمة	النسبة المئوية
393	192	%48,85

يتضح من الجدول رقم (11) أن نسبة انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى أفراد عينة البحث هي 48,85% وهي نسبة عالية،تقاربت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (الكبيسي والأسدي، 2017) التي أظهرت أن نسبة انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة بشكل كامل 39%

وقد يرجع ذلك الى الأوضاع غير الاعتيادية التي فرضتها الأزمة على طلبة الجامعة وتعرضهم الدائم للضغوط الناتجة عن الأحداث الصدمية كالفقدان، التفجيرات، أصوات الرصاص...الخ. استمرار هذه الظروف لأكثر من ست سنوات على التوالي ويضاف إلى ذلك وسائل التواصل الاجتماعي والبرامج التلفزيونية التي طغى عليها مظاهر العنف

والترهيب.هذه المشاهدات تسبب إعادة إحياء الخبرات الصادمة،كما أن غياب الدعم والعلاج النفسي المناسب لهذه الفئة قد يكون من أسباب انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة،فعمل المنظمات الرسمية وغير الرسمية يركز بشكل أساسي على الأطفال وهو عمل غير مستمر وغير كافي لعلاج الصدمات ولا يلبي حاجات طلبة الجامعة للدعم والمساندة.

السؤال الثاني: ما نسبة انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد عينة البحث؟

للتعرف عل نسب انتشار الأفكار اللاعقلانية تم الاعتماد على الرباعيات

جدول(12)النسبة المئوية لانتشار الأفكار اللاعقلانية

العدد	عدد الطلبة الذين لديهم أفكار لاعقلانية حسب الربيع الثالث	النسبة المئوية
192	72	%37,5

يتضح من الجدول رقم (12)أن الأفكار اللاعقلانية تنتشر لدى طلبة الجامعة أفراد عينة البحث بنسبة 37,5% وهي نسبة ليست بقليلة، وقد يرجع ذلك إلى الظروف الغير اعتيادية التي يعيشها الشعب السوري والتي طالت جميع الشرائح بما فيهم طلبة الجامعة حيث عانى طلبة الجامعة من العديد من المشكلات سواء المرتبطة بدراستهم أو بظروفهم المعيشية أو الشخصية ؛ ونظراً لعدم قدرة الكثير من الطلبة على إيجاد بدائل موضوعية للتعامل مع هذه الظروف ونظراً لضعف إمكاناتهم وقلة الوسائل المساعدة في ظل الظروف التي تشهدها سورية لكيفية التعامل مع هذه المشكلات؛ وعدم قدرتهم الإحاطة بها بشكل كامل هذا قد يجعلهم يفكرون بذاتهم وبالآخر بطريقة سلبية، وقد يرجع ذلك أيضاً إلى أساليب التنشئة والعلاقات والمفاهيم المرتبطة بالكمال والحق والتعاطف التي تشكلها منظومة القيم التي تؤيدها الظروف الاجتماعية التي يعيشها الطالب في حياته الاجتماعية والأسرية؛ وفي سعيه لكسب محبة الجميع واستحسانهم ورضاهم وهي من الأمور الأكثر أهمية والتي يحاسب الفرد عليها في المجتمع في نهاية المطاف كثرة استخدام هذه المفاهيم يولد أرضا خصبة لتكوين الأفكار اللاعقلانية حيث تتحول هذه الأفكار إلى معايير مرجعية يستند إليها الطالب في الحكم على الأحداث(**الموسوي،2005,123**)

وتتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة**(حسن والجمالي، 2003)** التي أشارت إلى أن الأفكار اللاعقلانية تنتشر في حدها الأدنى بنسبة 10,29% وبحدها الأعلى بنسبة 48,5%.

الفرضيّة الأولى: "توجد علاقة ارتباط دالّة إحصائيّاً بين الدّرجات على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والدّرجات على مقياس الأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عيّنة الدراسة ."

للتحقّق من صحة هذه الفرضيّة تمَّ حساب معامل الارتباط بيرسون**Pearson Correlation** بين درجات أفراد عيّنة الدراسة على مقياس اضطراب الضغط ما بعد الصدمة ومقياس الأفكار اللاعقلانيّة وقد بلغت قيمة الارتباط بينهما(*0,101) كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(13)معامل ارتباط بيرسون بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عيّنة الدراسة

	الأفكار اللاعقلانيّة	اضطراب الضغط ما بعد الصدمة
الأفكار اللاعقلانيّة	1	0,101*
		0,23
	192	192
اضطراب الضغط ما بعد الصدمة	0,101*	1
	0,023	
	192	192

يتضح من الجدول رقم (13) وجود ارتباط دال إحصائيّاً بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة لدى أفراد عيّنة البحث حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون (*0,101) وهو معامل دال إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0,05)، مما تقدّم يتبيّن لنا وجود علاقة ارتباط موجبة دالّة إحصائياً بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة، يمكن تفسير وجود علاقة ارتباط بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلانيّة إلى أن الأفراد في الاستجابة المضطربة للأحداث الضاغطة ليسوا مضطربين من الحوادث لكن يزعجون أنفسهم باعتناقهم أفكار متصلبة ومتطرفة حول الأشياء ،واضطراب المشاعر والانفعالات التي يعيشها الفرد تكون غالباً مرتبطة بأخطاء في محتوى التفكير والمعتقدات الشخصية للشخص المضطرب وهذا ما يتفق مع ما ذكره اليس (Ellis, 1997) بأن الضغوط والتوترات بأنواعها وأشكالها المختلفة تنشأ وتستمر نتيجة الأفكار اللاعقلانية حيث يتبنى الفرد أهدافاً غير واقعية بل ومستحيلة ويفسر الأحداث بصورة مبالغ فيها في كثير من الأحيان كنتيجة للتفسير والتعامل اللاعقلاني مع هذه الأحداث.

اتفقت نتيجة هذه الفرضية مع نتائج دراسة (شاهين وحمدي، 2008) التي تشير إلى وجود علاقة ارتباط بين اضطراب الضغط ما بعد الصدمة والأفكار اللاعقلاينة.

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم وبين متوسط درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة على مقياس اضطراب ضغط ما بعد الصدمة.

للتّحقّق من صحة هذه الفرضيّة تمَّ اختبار الفروق بين درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم وبين درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة باستخدام اختبار (ت- ستودنت) وكانت النّتائج كما هو موضّح في الجدول التالي:

جدول (14) يبيّن نتائج اختبار (ت- ستودنت) بين الطلبة الذين شاهدوا لخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في اضطراب ضغط ما بعد الصدمة

الطلبة الذين شادوا الخبرة الصادمة		الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم		Tستودنت	درجة الحرية	القيمة الاحتماليةSig	القرار
م	ع	م	ع				
43.03	7,875	39,97	6,899	2,842-	190	0,005	دال

يتّضح من الجدول رقم(14) أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت(- 2,842) وهي دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (0,05) حيث كانت قيمة مستوى الدّلالة (0,005) أصغر من(0,05) وبذلك يوجود فروق بين الطلبة الذين شاهدوا لخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في اضطراب ضغط ما بعد الصدمة؛ والفرق لصالح الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الشخص الذي عاش الخبرة الصادمة بنفسه كحالات الوفاة يختبر الحدث بكل انفعالاته فهو يعيش مراحل الحداد بدءاً بالإنكار وانتهاءً بالتقبل والتعايش مع الحدث وقد يلجأ إلى آليات للتعايش مع الحدث لتخفيف الألم والضغط الذي يسببه له فقد يلجأ إلى رعاية الآخرين والانضمام إلى منظمات إنسانية هذا يساعده على تخفيف الألم والمعاناة الناتجة عن الحدث الصادم؛ أما الشخص الذي شاهد الحدث الصادم كالتفجيرات مثلاً قد يعيش القلق الناتج عن معاودة الخبرة والذي يعد مكوناً رئيسياً من مكونات اضطراب الضغط ما بعد الصدمة؛ والتي تتمثل في التفكير الإقحامي باعتباره آلية معرفية تشير إلى الحضور المفاجئ والتلقائي واللاإرادي لصور بصرية أو

انفعالات كدرة مرتبطة بالحدث الصدمي. وقد يرجع ذلك إلى أن الدعم والمساندة تقدم للأشخاص الذين عاشوا الأحداث الصادمة أكثر من الأشخاص الذين شاهدوها ؛وخاصة إذا لم يطلب الشخص المساعدة، وفي فترة الجامعة تظهر حاجة لدى الطالب إلى الاستقلال، وهذا ما يجعله يتردد في طلب المساعدة والدعم من الأهل أو الأشخاص المقربين منه، وبذلك يخفي الضغوط التي يواجهها ومشاعر الألم، ونقص الدعم والمساندة هو عامل مساعد في حدوث اضطراب الضغط ما بعد الصدمة.

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم وبين متوسط درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة على مقياس الأفكار اللاعقلانية.

للتّحقّق من صحة هذه الفرضيّة تمَّ اختبار الفروق بين درجات الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة بأنفسهم و بين درجات الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة على مقياس الأفكار اللاعقلانية و باستخدام اختبار (ت- ستودنت) وكانت النّتائج كما هو موضّح في الجدول التالي:

جدول (15) يبيّن نتائج اختبار (ت- ستودنت) بين الطلبة الذين شاهدوا لخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في الأفكار اللاعقلانية

الطلبة الذين شاهدوا الخبرة الصادمة		الطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة		Tستودنت	درجة الحرية	القيمة الاحتماليةSig	القرار
م	ع	م	ع				
69,88	6,201	68,31	7,213	1,691	190	0,092	غير دال

يتّضح من الجدول رقم(15) أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت(1,691) وهي غير دالّة إحصائيّاً عند مستوى الدّلالة (0,05) حيث كانت قيمة مستوى الدّلالة (0,092) أكبر من(0,05)؛ وبذلك لا يوجد فروق بين الطلبة الذين شاهدوا لخبرة الصادمة والطلبة الذين عاشوا الخبرة الصادمة في الأفكار اللاعقلانية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بالاستناد إلى الأطر النظرية حيث يرى Epstein أن هناك ثلاث معتقدات شخصية تفسر موقف الإنسان السوي من العالم الخارجي هذا- العالم هو مصدر الخير والانشراح، -لهذا العالم قيمة ومعنى يمكن التحكم به، -الأنا لها قيمتها وأهميتها الخاصة، ويؤكد (يعقوب،) 1999 أن تلك المعتقدات موجودة لدى الشخص السوي الذي يثق في افتراضاته العادية بخصوص الواقع الذي يعيش في فهو لا يتصور بأنه سوف يتعرض لفشل محتوم أو كارثة تخرج عن نطاق المعقول وعندما تقع الكارثة تتحطم الآمال والمعتقدات ويشعر الشخص بالذهول أو النقمة أو اليأس وهذا يجعله يستجيب بطريقة سلبية، ويؤكد المعرفيون أن وراء التصرفات الانفعالية السلبية مجموعة من التصورات والمعتقدات اللاعقلانية والتي من خلالها ينظر الفرد إلى الحياة (**الشناوي،1994,13**)، ويؤكد (**Wagener, etal,1994**)أن تبني الفرد تفسيراً غير عقلانياً للأحداث البيئية يحد من قدرته على إدارة مصادره الذاتية والبيئية في مواجهة الأحداث فيميل لتضخيم الأحداث والتعميم الزائد لخبرات الفشل وتوقع الكوارث.

الاستنتاجات والتوصيات:

- إجراء المزيد من الدراسات لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة وعلى فئات مختلفة.
- الاهتمام بالمشكلات النفسية للطلبة الجامعين وأن تكون هناك فرق دعم نفسي اجتماعي في الجامعات.
- إجراء برامج علاجية لخفض أعراض اضطراب الضغط ما بعد الصدمة الذي زاد انتشاره في سنوات الحرب.

-إجراء دراسات مسحية لتحديد نسب انتشار اضطراب الضغط ما بعد الصدمة لدى فئات مختلفة خلال الأزمة وذلك نظراً لعدم توافر إحصائيات دقيقة في سوريا حول الاضطراب

-اهتمام العاملين في مجال ادعم النفسي الاجتماعي بقديم الدعم والمساندة للطلبة الجامعين لأنهم تعرضوا لصدمات كغيرهم من شرائح المجتمع السوري

-تأهيل كوادر متخصصة لتقديم الدعم والعلاج للأشخاص المصابين باضطراب الضغط ما بعد الصدمة

-ضرورة أن يكون في الجامعة مختصين نفسين لمساعدة الطلبة للتخفيف من آثار الضغوط التي يعانون منها خلال الحرب وبشكل يومي قبل أن تتطور هذه الضغوط إلى اضطراب الضغط ما بعد الصدمة

-أن يكون هناك برامج ترفيهية ضمن الجامعة مما يساعد الطلبة في خف التوتر وتخفيف التفكير المستمر بالأحداث الضاغطة التي يمرون بها

المراجع:

- أبو شعر، عبد الفتاح: *الأفكار اللاعقلانيّة من حيث علاقتها بالقلق والتوجه الشخصي لدى عينة من الشباب الجامعي*. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق.2007

- باسك، ايلين؛ ليكسو، كريستين؛ فولك، كاثرين: *فهم اضطراب الصدمة لدى الأطفال (ترجمة المركز الوطني لتشرد الأسرة)* . المركز الوطني لتشرد الأسرة.2012

-إبراهيم ، عبد الستار ؛عسكر، عبدالله: *علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسي* : القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية. 1999

- ثابت، عبد العزيز ؛محمود صيدم، رياض خضر: *الصدمات النفسية للاحتلال وأثرها على الصحة النفسية للطلبة في قطاع غزة. مجلة العلوم النفسية*، المجلد (4) العدد (13) 2007 ص:5-16

- جاسم،أحمد لطيف (2013) :*اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى تلاميذ المدارس الابتدائية*.مجلة الآداب، بغداد العدد(106) 2013 ص:609- 652

- الحمادي، أنور: *الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات العقلية DSM- 5*. الطبعة الأولى، بيروت، الدار العربية للعلوم.2014

- حسن، عبد الحميد؛ الجمالي، فوزية: *الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس*. مجلة العلوم التربوية، الدوحة ع (4) 2003 ص: 195

- حنا، طارق:*اضطراب الضغط ما بعد الصدمة وعلاقته بالذكاء الانفعالي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في ظل الأزمات*. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة البعث.2016

- الريحاني،سليمان: *تطوير اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية . مجلة دراسات العلوم التربوية* ،عمان، الجامعةا لأردنية، مجلد (12) ع (11) 1985ص: 77-95

- رتيب، ناديا : *الفوبيا الاجتماعية لدى طلبة الصف الأول الثانوي وعلاقتها بالمعتقدات اللاعقلانية في ضوء متغيرات الجنس، ومكان الإقامة والمستوى الاقتصادي* ، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس ، العدد (1)، المجلد (9) 2011 ص: 240-248

–ريبير أرثر،ريبر، ايميلي : *المعجم النفسي الطبي* . ترجمة عبد العلي الجسماني وعمار الجسماني . الطبعة الأولى، بيروت. الدار العربية للعلوم. 2008

– شاهين، أحمد شاهين؛ حمدي، محمد نزيه: " *العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عيّنة من طلاب جامعة القدس المفتوحة في فلسطين وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفضها* ". مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد(14) 2008 ص:11–63.

– الشيخ ، منال حسن: *فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف من بعض أعراض اضطراب الضغوط التالية للصدمة النفسية لدى الأطفال الذين تعرضوا لحوادث الطرق*. رسالة دكتوراه ، كلية التربية، جامعة دمشق.2010

– الشناوي، محمد محروس:*نظريات الإرشاد والعلاج النفسي*. القاهرة، دار غريب.1994

– طاهر، شوبو عبد الله ملا : *الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها* . رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية. بغداد.1995

– طه، محمد شعبان: *اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالتوجه للإنجاز والهناء النفسي الاجتماعي لدى عينة من مصابي ثورة 25 يناير* 2011. رسالة ماجستير ، جامعة المينا ، مصر 2012

– عبد الخالق، أحمد:*الصدمة النفسية* . الطبعة الأولى ، مجلس النشر العلمي ، الكويت.1998

12–عبيدات، ذوقان: *البحث العلمي مفهومه وأدواته وأساليبه*. دار إشراقات للنشر والتوزيع.2003

–كواد، طه حميد : *اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية والعنف لدى طلبة الإعدادية* . مجلة البحوث التربوية والنفسية ، جامعة الانبار ، العراق، العدد (32) 2011ص 72– 107

–– الموسوي ، نعمان محمد: *تحليل مضمون التفكير اللاعقلاني للطلبة الجامعيين باستخدام الصيغة العربية لقائمة المعتقدات اللاعقلانية*.المجلة التربوية، الكويت ع(75) 2005ص: 91–127.

– مجيد، سوسن شاكر: *اضطرابات الضغوط ما بعد الصدمية التي يعاني منها أعضاء هيئة التدريس في الجامعات العراقية*. مجلة الفتح – بغداد العدد (47) 2011.

– مغربل، بشرى: ال*أفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من طلاب الحلقة الثانية في التعليم الأساسي*. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق. 2010

– اليونيسيف: *مساعدة الطفل الذي يعاني من الصدمة النفسية* – دليل العاملين الاجتماعين والصحيين ولمعلمي مرحلة ما قبل المدرسة ، المكتب الإقليمي في الشرق الأوسط وشمالي إفريقيا ، عمان، الأردن.1995

– يعقوب، غسان: *سيكولوجيا الحروب والكوارث ودور العلاج النفسي*، الطبعة الأولى، بيروت– دار الفارابي.1999

– American psychiatric association: *Diagnostic and Statistical Manual Disorders*. Th4- Ed . Text rev. Washington , DC. American, Psychiatric association copyright with permission.(2000)

- ARMSWORTH , M. *Holiday, M.: The effects of psychological trauma on children and adolescents* . Journal of ConsolingDevelopment . V. (72) (1993) pp : 94-59

- BOND, F. Dry don, W.Briscoe, R., :*Testing to Mechanisms By Which Rational Beliefs May Effect The Functionally of in Freeness British* , Journal of Medical Psychology. V.(72) N. (4). (1999). pp:557-569

- CAROCHE , J.: *Relationships Between Dysfunction Beliefs and Negative Indices of Well-Being- A critical Evaluation of The Common Beliefs Survey*. Journal of Rational . Emotive and Cognitive- Behavior Therapy. V.(92), No.(3) (2004) p.p:171-188.

- DIETRICH, A. M.*: Risk Factors Related Disorder Theoretical Treatment And Research Implications* . Traumatology . No (7) (2001)pp: 23-50

- Ellis,:*Early Theories And Practices ofRational EmotiveBehavior Therapy and How They HavebeenAugmented And Revised During The Last Three Decades.* Journal of Rational Emotive , Cognitive- Behavior Therapy , V.(21)N.(3) (2003)pp:219-244

- Ellis:*Rational Emotive Behavior Therapy***:** It Works for me , it can work for you. London. Prometheus Book(2004)

HAFSTED, Gertrud Sofie , PTSD Prevalence And Symptom Structure of DSM-5 Criteria in Adolescents And Young Adults Surviving the 2011 Shooting in Norway ScienceDirect ,Journal Of Affective Disorders, December(2014)PP: 40–46

- MADDI, S.:*Personality Theories Broke, ColePublishing Company,* Six Edition California.(1996)

- McGINN, K.A: Interview; : *Albert Ellis on Rational Emotive Behavior Therapy.*American Journal of Psychotherapy. V.(51) N.(3)(1997) PP: 309-316.

-Martskishvili, K .(2011) : *Relationship Between Emotional Intelligence And Post Traumatic Stress* , Henrico Boll Foundation, South Caucasus Regional Scholarship Program MeFor young Social Adaptation academies in the south Caucasus observing transformation strategies in the south Caucasus collection of selected Articles .PP85-205

-TODD ,I . bohart , I .:*Foundation Of Clinical And Counseling Psychology* , New York, Longman (1999)

-WAGENER, et, al:*Stress Counseling Theory And Practice ACautionary Review.* Journal of Counseling and Envelopment . V.(73) N.(1)(1994) PP: 1-15