مدى إسهام كل من الألكسثيميا ومعنى الحياة في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين

in The contribution of alexithymia and the meaning of life predicting post-traumatic growth among Syrian refugees

إعداد

د. مهند عبد المحسن العيدان

Muhannad A. AlEdan

اختصاصي العلاج النفسي - عيادة خاصة – الكويت

د. السيد مصطفى راغب الأقرع

Elsayed M. R. Elakraa

اختصاصي العلاج النفسي - وزارة التربية – الكويت

Doi: 10.21608/jasep.2024.353508

استلام البحث : ٩ / ٢ /٢٠٢٤

قبول النشـــــر: ٢٢ / ٢ / ٢٠٢٤

العيدان، مهند عبد المحسن و الأقرع، السيد مصطفى راغب (٢٠٢٤). مدى إسهام كل من الألكسثيميا ومعنى الحياة في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين. ***المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية***، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر،٨(٣٨) أبريل ، ٧٣٣ – ٧٥٨.

http://jasep.journals.ekb.eg

مدى إسهام كل من الألكسثيميا ومعنى الحياة في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية لمعرفة مدى إسهام كل من الألكسثيميا ومعنى الحياة في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين، وتكونت عينة البحث من (N=157 [105 ذكر، 52 أنثى]) من اللاجئين السوريين في عدة دول. تراوحت أعمارهم بين (16-60) سنة، بمتوسط (34.9) عاماً وانحراف معياري (9.1) عاماً، طُبق عليهم المقياس الشخصي لتقدير شدة الصدمة، ومقياس تورنتو للألكسثيميا واستبانة معنى الحياة، وقائمة نمو ما بعد الصدمة، وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباطاً موجبا لنمو ما بعد الصدمة مع وجود المعنى والبحث عن المعنى وتقييم الدعم، وارتباطاً سالباً لها مع الألكسثيميا وتقييم شدة الصدمة، وتقييم شدة المخاطر، كما لم تظهر فروق في نمو ما بعد الصدمة تعزى لمتغير الجنس أو وجود عمل حالي، بينما توجد فروق تعزى لمتغير التعليم في اتجاه ذوي التعليم فوق الجامعي، ووجود أثر لتفاعل عاملي الجنس والعمل في اتجاه الإناث ذوات التعليم فوق الجامعي، وتبين أن الألكسثيميا ووجود المعنى والعمر تمثل متغيرات دالة إحصائياً تسهم في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة.

الكلمات الدالة: الانفعالات، الأزمات، قوة الشخصية، النمو الروحي

Abstract:

The current study aimed to find out the extent of the contribution of each of the Alexithymia and the meaning of life in predicting the post-traumatic growth of the Syrian refugees, The research sample comprised of (N=157 [105 males, 52 females]) of the Syrian refugees in several countries, their ages ranged between (16-60) years old, with an average of (34.9) years and a standard deviation of (9.1) years, They answered a subjective measures to estimate the severity of trauma experienced by refugees, prepared by the second researcher, and the Toronto Alexithymia Scale (TAS-20), and the Meaning of Life Questionnaire (MLQ), & Post Traumatic Growth Inventory (PTGI).The results concluded that there is a positive correlation of post-traumatic growth with the existence of meaning, the

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

search for meaning and evaluation of support, and a negative correlation with alexithymia, assessment of the severity of trauma, and assessment of the severity of risks. It was found that alexithymia, meaning, and age are statistically significant variables that contribute to predicting post-traumatic growth.
Keywords: Emotions, crises, Strength of Personality, spiritual growth.

المقدمة:

تعد الحروب ومناطق النزاع المسلح من المناطق التي يغلب على أهلها تعرضهم للصدمات النفسية، ولا شك أن الأزمة السورية أثرت على الناس بطرق متنوعة. ولذا نجد أن الصدمات التي تحدث بفعل البشر تكون أكثر احتمالاً لإحداث كرب ما بعد الصدمة مقارنة بالكوارث الطبيعية، فربما أن هذه الأحداث أكثر ألماً لأنها تتحدى أفكاراً إيجابية عن البشرية مثل محبة الخير (كرينج وجونسون ونيل وديفسون، 2015)، ويزداد شعور الفرد المصاب باضطراب كرب ما بعد الصدمة بالضغوط والشعور المحبط، ففي جوهر تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة هناك حدث صادم يقع خارج الفرد، على عكس الضعف أو الخلل داخل الفرد (سعد وجمعة وفتح الله، 2021)، وتشير (راجا، 2019) إلى أنه يمكن أن تؤثر الأحداث المؤلمة التي تهدد بالوفاة أو بإصابة خطيرة في المرضى بعد فترة طويلة من انتهاء المعاناة، وقد يعاني الناس من الحدث مباشرة مثل أن يصابوا بجروح خطيرة أو بشكل غير مباشر مثل أن يشهد المرضى جريمة قتل؛ فالخوف الشديد أو العجز أو الرعب الذي واجهوه في أثناء الحدث الصادم يمكن أن يطاردهم.

ويعد نمو ما بعد الصدمة أحد المفاهيم الحديثة، ويمكن وصفه بـأنه تغيرات إيجابية ناتجة عن الصراع مع أحداث الحياة الضاغطة والمرهقة للغاية (Calhoun & Tedeschi, 1999)، وهو إحدى النتائج لاستجابات الصمود حيال الأحداث السلبية، ولقد اختبر النمو كما يظهر في الاستجابة للإصابة بعد الأمراض الخطيرة؛ إذ يمكن أن تتغير رؤية التحولات العملية البنائية مثل إيجاد معنى إيجابي أو إيجاد منفعة، وكذلك إعادة تفسير الأحداث السلبية بصورة مُرضية (دن وأسوات وإليوت، 2018)، فللصدمات جوانب إيجابية رغم جانب الضغط والمعاناة، وجوانب أخرى تمنح الفرد القوة وتؤدي به إلى إحداث تغيرات إيجابية لدية وفي حياته، وترفع من قدرته على الصمود أمام المتاعب التي تواجهه (خطاب ومحمد، 2021)، وفي سياق معرفي يظهر

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

نمو ما بعد الصدمة باعتباره نتيجة لجهد معرفي يعيد تحديد المعتقدات التي زعزعتها الصدمة وإعادة إدراك الذات للآخرين والعالم، كما يشير إلى استيعاب الصعوبات والضيق المعاش لمواجهة ومقاومة تبعاتها بالاعتماد على مصادر شخصية وعلائقية وروحية (Calhoun & Tedeschi, 2004)، كما يشير إلى إدراك الفرد حدوث تغيرات كبرى في حياته كنتيجة لأحداث الحياة التي تثير التحدي (ليشنر وتنين وأفليك، 2018)، وفيه يتم بناء مخططات معرفية جديدة يمكن أن توفر معنىً جديداً للحياة، ومزيداً من المرونة في مواجهة الصدمات المستقبلية (أدينغتون وتيدسكي وكالهون، 2022)، وقد أصبحت معظم الآلام النفسية تنبع من رعب العجز أو فائض الإمكانات؛ بسبب فقدان الإطار الإدراكي والمعيار الأساسي لتقويم خيارات الحياة واستراتيجياتها، بعد أن كانت تصدر عن رعب الذنب بسبب كثرة الكوابح، وخشية التهمة بكسر قواعد المجتمع (الوهيبي، 2021).

وقد تختلف مستويات نمو ما بعد الصدمة باختلاف الظروف المحددة، وتؤدي عملية النمو للعديد من التغيرات المحتملة في المعتقدات الأساسية، وتغييرات في العلاقات مع الآخرين، والتعرف على الاحتمالات الجديدة لمسارات الحياة، والتطور الروحي، أو فهم أكبر للقضايا الوجودية، وتقدير أكبر للحياة، والاعتراف بالقوة الشخصية (أدينغتون وتيدسكي وكالهون، 2022)، ويُعَبِر بعد زيادة تقدير الحياة عن إدراك الفرد لحدوث تحول كبير وكيفية التعامل مع الحياة اليومية وتقدير لحظات الحياة والهدف منها والشعور بأهميتها مع ترتيب الأولويات، ويُعَبِر بُعد العلاقات مع الآخرين عن إدراك الفرد لحدوث تغيرات إيجابية في التعامل مع الآخرين بتعميق الصلات والتقارب معهم وتقدير قيمتهم، وحماية الذات من التعرض للإيذاء من الآخرين، ويُعَبِر بُعد قوة الشخصية عن إدراك الفرد لحدوث تغيرات إيجابية في الذات والإحساس بجوانب القوة في الشخصية والثقة في الذات وجدارتها وقدرتها على إدارة الضغوط ومواجهتها في المواقف المختلفة والمحتملة مستقبلاً، ويُعَبِر بُعد التنمية الروحية والدينية عن إدراك الفرد لحدوث تغيرات إيجابية في المعتقدات الروحية من خلال زيادة الإحساس بالمعنى وتعميق الإيمان والقيم الروحية والحفاظ عليها، ويُعَبِر بعد الفرص الجديدة عن إدراك الفرد للفرص الجديدة والفوائد المحتملة والتي قد تنتج في المواقف الصادمة (يونس، 2018؛ وزكراوي، 2020؛ وخطاب ويونس، 2021).

كما أن التحرر النافع من المشاعر يعيد التوازن، ويكون الفرد مستعداً بشكل أفضل للاستجابة لحالة الطوارئ التالية (سعد وزملاؤه، 2021)، وأنَّ كبْت المشاعر يُكَبِّد الشخص ثمناً غير مرئي من التفاعلات الجسمانية الضارة (جريوالد وسالوفي،

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

2017)، وتعبر المشاعر عن نجاح الإنسان أو محنته، إذ أنها تقع في كل من العقل والجسد، فقد تكون المشاعر أمراً كاشفاً لحال الحياة داخل الإنسان باعتباره وحدة كاملة (فروش، 2015)، وأن الحياة بدون انفعالات ستكون دون معنى؛ فهي أمر جوهري للحياة الإنسانية، لذا نقرنها بالمشاعر التي نكون في حالة وعي بها (كرينجلباخ، 2015)، لذا نجد أن الألكسثيميا ترتبط باضطراب ما بعد الصدمة وتنبئ به كما في دراسة عبد الله (2015)، وفي دراسة Eichhorn, Brähler, Franz, Friedrich & Glaesmer (2014) أن الناجين من خمس تجارب مؤلمة أو أكثر كان لديهم درجات أعلى بكثير من الألكسثيميا، وأن أعراض ما بعد الصدمة (التجنب/الخدر) تتوسط بين عدد التجارب المؤلمة والألكسثيميا.

وتشمل السمات البارزة للألكسثيميا بأنه صعوبة وصف وتحديد المشاعر الذاتية، وأسلوب تفكير موجه للخارج (Taylor, Bagby & Parker, 1994, 1997)، ويشير الجانب الثالث إلى تفضيل التفكير الموجه للخارج، بمعنى تركيز الفرد على تفاصيل الموقف مقابل التركيز على أفكاره ومشاعره (أفريل، 2018)، فالمصابون بالألكسثيميا ليس لا يجدون الكلمات لوصف مشاعرهم فحسب، وإنما لا يستطيعون إدراك مشاعرهم على الإطلاق (كوتر، 2010)، وثبتت فاعلية العلاج المرتكز على الانفعالات والعلاج الآدلري، والعلاج بالرسم أجريت على لاجئات سوريات في الأردن (الدهمشي والشريفين، 2019؛ السيوف، 2019).

ومن جانب آخر يعد وجود المعنى في الحياة عاملاً قوياً لبلوغ العافية وتجاوز تبعات الصدمات التي مر بها في حياته، وأن معنى الحياة يختلف من إنسان إلى آخر ومن يوم إلى آخر، فما يهم إذاً ليس للحياة معنى بشكل عام، ولكن بالأحرى المعنى الخاص لحياة شخص في لحظة معينة، فلا ينبغي للمرء أن يبحث عن مجرد معنى للحياة، فلكل شخص وظيفته أو رسالته الخاصة في الحياة وعليه القيام بمهمة ملموسة تتطلب الإنجاز (فرانكل، 2020)، ومن جهة أخرى فالمآسي في حد ذاتها لا معنى لها، ومع ذلك فاستجابتنا للمآسي يمكن أن توفر معنى للأبد (مارشال، 2022)، وقد تكون الأزمات هي التي توجد المعنى، أو بلفظ أدق تجعل الإنسان ينتبه للمعنى من حياته، إذ وجد يالوم أن الأفراد الذين يعانون من مرض ميؤوس منه قد وجدوا معنى في حياتهم أبعد مما كان قبل مرضهم (شارف، 2022)، فالمعنى هو مخطط وإطار نستمد منه نظاماً هرمياً للقيم، والقيم تمدنا ببرنامج عمل نسلك في الحياة وفقاً له، فالقيم لا تخبرنا فقط لماذا نعيش؛ بل وكيف نعيش (ماي ويالوم، 2015)، وأن العلاقات بالآخرين هي أهم مصدر للمعنى (ستيجر، 2018)، والجانب الروحاني هو الذي يجعل الإنسان إنساناً، وغالباً ما يوجد المعنى لديه (Frankl, 1954).

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

والإنسان لا يستطيع أن يعيش إلا إذا عرف معنىً لحياته، والذي ما هو إلا شيء ناقص وغير منته، بل إننا نستطيع أن نقول إن المعنى لا يمكن أن يكون على صواب دائماً، وعلى هذا فإن مملكة المعاني ما هي إلا مملكة للأخطاء (آدلر، 2005)، فمن تفتقد حياتهم للمعنى يعنون أن حياتهم تفتقد للمدلول، وافتقاد المدلول يعني افتقاد الغاية والجوهر والهدف والجودة والقيمة والاتجاه، فهؤلاء لا يقصدون أنهم عاجزون عن فهم الحياة، ولكنهم يقصدون أنهم لا يملكون شيئاً يعيشون من أجله، فليس المقصود أن وجودهم غامض وأجوف، ولكن إدراك هذا الخواء يتطلب قدراً كبيراً من التفسير، ومن ثم قدراً كبيراً من المعنى (إيجلتون، 2014).

وجاءت العديد من الدراسات التي تناولت متغيرات البحث بالدراسة، ومنها ما قام به عبد الله (2015) بدراسة سعت للكشف عن طبيعة العلاقة بين الألكسثيميا واضطراب كرب ما بعد الصدمة، والتنبؤ بالألكسثيميا في ضوء مستوى اضطراب كرب ما بعد الصدمة، وتكونت عينة البحث من (N=259) طالب من طلاب الدراسات العليا، وتوصلت النتائج إلى أن مستويات الألكسثيميا واضطراب كرب ما بعد الصدمة منخفضة جداً لدى العينة، كما وُجدت فروق في مستوى الألكسثيميا وأبعادها الفرعية عدا بُعد التفكير الموجة للخارج في ضوء متغير العمر، كما وُجدت فروق في كل الألكسثيميا واضطراب كرب ما بعد الصدمة وأبعادهما الفرعية في ضوء مستويات التعرض للأحداث الصدمية، ووجود علاقة دالة إحصائياً بين كل من الألكسثيميا واضطراب كرب ما بعد الصدمة، وأمكن التنبؤ بمستوى الألكسثيميا في ضوء اضطراب كرب ما بعد الصدمة من خلال المعادلة التنبؤية.

وتناولت دراسة جنكيز وإرجون وكاكيتشي (Cengiz, Ergun & Cakici, 2019) العلاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة ونمو ما بعد الصدمة والمرونة النفسية لدى اللاجئين السوريين، وتكونت عينة البحث من (N= 310)، طبق عليهم مقياس تأثير الأحداث، واستبانة هارفارد للأحداث القسم الأول، وجرد النمو بعد الصدمة، ومقياس كونر – ديفيدسون للمرونة النفسية، وأظهرت النتائج أن نمو ما بعد الصدمة كان أعلى لدى أولئك الذين لديهم اضطراب كرب ما بعد الصدمة، وأن المرونة النفسية ونمو ما بعد الصدمة مرتبطان إيجابياً، ويظهر تحليل الانحدار أن المرونة النفسية تعزز نمو ما بعد الصدمة.

واستكشفت دراسة وين وزملاؤه (Wen et al., 2020) مستويات نمو ما بعد الصدمة والعوامل المرتبطة بها بين اللاجئين السوريين البالغين الذين يعيشون في إسطنبول، وتكونت العينة من (N= 768) طبق عليهم مقياس النمو بعد الصدمة، وأظهرت النتائج مستوىً معتدلاً من نمو ما بعد الصدمة عند (55.94%)، وارتبط

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

نمو ما بعد الصدمة باضطراب ما بعد الصدمة عكسياً، وارتبط نمو ما بعد الصدمة مع التقدم في السن، والتعليم الأقل، والأمراض الجسدية، وايداع في مستشفى للطب النفسي ارتبطت بانخفاض نمو ما بعد الصدمة، في حين ارتبط ارتفاع مستوى التعليم بارتفاع نمو ما بعد الصدمة.

وهدفت دراسة براسيتيا ومهدي وأتيكا (Prasetya, Muhdi, & Atika, 2020) إلى تحليل العلاقة بين تجربة الصدمة السابقة، ونمو ما بعد الصدمة، واستراتيجية التكيف للاضطرابات النفسية بين اللاجئين، وتكونت العينة من (N= 97)، وكشفت النتائج عدم وجود ارتباط بين استراتيجيات التكيف وخبرات الصدمة والاضطرابات النفسية، ولم تكن هناك علاقة ذات دلالة بين التجارب الصادمة السابقة ونمو ما بعد الصدمة، بينما توجد علاقة كبيرة بين استراتيجية التكيف ونمو ما بعد الصدمة.

وفي دراسة أوزدمير، وكيرلي، وأسوغلو (Özdemir, Kırlı & Asoglu, 2021) التي هدفت للتحقق من الارتباط بين جودة النوم والاكتئاب ونمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين، وتكونت عينة البحث من (N= 72) لاجئاً سورياً يراجعون العيادات النفسية، طبق عليهم مقياس بيك للاكتئاب، وجرد نمو ما بعد الصدمة، ومؤشر جودة النوم، وأظهرت النتائج أن جميع المشاركين لديهم درجات مختلفة من نمو ما بعد الصدمة، ولم تظهر فروق بين الجنسين في نمو ما بعد الصدمة، وتوسطت جودة النوم في الارتباط بين شدة أعراض الاكتئاب والتعرض للصدمات.

وهدفت دراسة آكار وزملاؤه (Acar, 2021) لتحديد التجارب المؤلمة، وضغوط ما بعد الهجرة، واستراتيجيات التكيف المرتبطة بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين، وتكونت العينة من (N= 528)، تراوحت أعمارهم بين 18-77 عاماً، وتدعم النتائج الحالية أن التجارب الصادمة السابقة وضغوط ما بعد الهجرة كانت مرتبطة بشكل غير مباشر بنمو ما بعد الصدمة، كما أظهرت النتائج الارتباط بين التجارب الصادمة وضغوط ما بعد الهجرة ونمو ما بعد الصدمة قد تم تفسيره من خلال وجود استراتيجيات التكيف التي يمكن تقديمها في التدخلات النفسية والتدخلات النفسية والاجتماعية لتعزيز نفسية إيجابية.

مشكلة الدراسة:

تزيد الصدمات التي تحدث بفعل البشر من احتمالية حدوث كرب ما بعد الصدمة مقارنة بالكوارث الطبيعية، وربما أن هذه الأحداث أكثر ألماً لأنها تتحدى أفكاراً إيجابية عن البشرية مثل محبة الخير (كرينج وزملاؤه، 2015)، وتشتمل تلك

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

الأحداث الانخراط في القتال والمواجهات أو التعرض للكوارث، سواء الطبيعية كالأعاصير، أو من صنع البشر مثل حوادث السيارات الشديدة (راجا، 2019)، إلا أن قدرة الفرد على النمو ما بعد الصدمة يقلل من أثار تلك الصدمات ويعمل على إعادة بناء ذاته ، وقد أكدت العديد من الدراسات قدرة الأفراد النازحين من مناطق الصراع على النمو بعد الصدمة كما في دراسات Cengiz et al., 2019; Wen et al., 2020; Prasetya, 2020).

وقد تعمل بعض العوامل على خفض قدرة الأفراد على النهوض والنمو بعد الصدمات، ومن بين تلك العوامل انخفاض القدرة والمهارة على التعرف على المشاعر والتعبير عنها أو ما يصطلح عليه بالألكسثيميا وهو ما أشارت (عبد الله، 2015)، وفي (Eichhorn et al., 2014).

وعلى الجانب الآخر تبين البحوث أن وجود المعنى في الحياة أحد أهم العوامل المنبئة بخفض تبعات الصدمات وتحسين جودة الحياة، فالمآسي في حد ذاتها لا معنى لها، والمعاناة الإنسانية في الرد عليها حقيقية، ومع ذلك فاستجابتنا للمآسي يمكن أن توفر معنى للأبد (مارشال، 2022)، ولذا سعت الدراسة الحالية لمعرفة دور هاذين العاملين في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى النازحين الذين تعرضوا للصدمات، ورغم وجود العديد من الدراسات التي سعت لبحث دور متغير الألكسثيميا أو معنى الحياة لدى المتعرضين للصدمات أو نمو ما بعد الصدمة، إلا أن بحث دورهما المشترك التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى النازحين السوريين لم يسبق بحثه حسب علم الباحثان وهو ما دفعهما لبحث دور أحد عوامل المخاطرة وأحد عوامل الوقاية في التنبؤ بمتغير هما في مجال علم نفس الصدمات والحروب وهو النمو بعد الصدمة.

أسئلة الدراسة:

سعت الدراسة الحالية للإجابة على التساؤلات التالية:

هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين درجات نمو ما بعد الصدمة وكل من الألكسثيميا ووجود المعنى والبحث عن المعنى وقوة الصدمة، والدعم والمخاطر لدى اللاجئين السوريين؟

هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات ما بعد الصدمة تعزى لتفاعل العوامل الديموغرافية (الجنس، التعليم، وجود عمل).

هل تسهم متغيرات الألكسثيميا ووجود المعنى والبحث عن المعنى والعمر وإدراك شدة الصدمة والمخاطر المتوقعة والدعم المتوقع في التنبؤ بصورة دالة إحصائياً بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين؟

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية لمعرفة مدى إسهام كل من الألكسثيميا ومعنى الحياة في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين ومعرفة العلاقة بين متغيراتها ومدى التفاعل بينها.

أهمية الدراسة:

تتمحور أهمية الدراسة الحالية في التعرف على مدى تأثير الألكسثيميا ووجود معنى للحياة في نمو ما بعد الصدمة، وخصوصاً الصدمات الناتجة عن الحروب والعيش في مناطق النزاع العسكري، ومعرفة العلاقة بين متغيراتها. ومن الناحية العملية تتأكد أهمية الدراسة في وضع برامج علاجية تسعى للتعافي من الألكسثيميا أو خفض أعراضها، وإيجاد معنى للحياة لدى المتعرضين للحروب والصدمات لتسريع نمو ما بعد الصدمة لديهم.

مصطلحات الدراسة:

نمو ما بعد الصدمة: يقصد به أن الصدمات لها جوانب إيجابية رغم جوانب الضغط والمعاناة، وجوانب القوة تمنح الفرد القوة وتؤدي به إلى إحداث تغيرات إيجابية لديه وفي حياته، وترفع من قدرته على الصمود أمام المتاعب التي تواجهه (خطاب ومحمد، 2021).

الألكسثيميا: عدم القدرة على تحديد المشاعر، ومشاركتها مع الآخرين، وعدم القدرة على تمييز مشاعر الشخص عن أحاسيسه الجسدية المرافقة للحالة العاطفية، ونمط تفكير موجه نحو الخارج، وغياب المعتقدات الداخلية والخيال، إضافة إلى وجود مستوى منخفض من التعبير عن العواطف، كما تعد عجزاً في نظام الاستجابة العاطفية، ومستوى التنظيم الانفعالي (Parker, Taylor & Bagby, 2001).

معنى الحياة: وهو اعتقاد الناس أن حياتهم لها أهمية وأنها تنمو وتتجاوز الحاضر الزائل (الأقرع، 2021).

وتعرف جميع هذه المفاهيم والمصطلحات إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقاييس المستخدمة في الدراسة الحالية.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها.

عينة الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة الحالية من السوريين النازحين من أماكن استقرارهم في سوريا الى بلاد مجاورة أو مناطق إيواء اللاجئين داخل سوريا، وتكونت العينة

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

من (157)، تراوحت أعمارهم بين (16 إلى 60) عاماً بمتوسط (34.9) عاماً وانحراف معياري (9.1) عاماً، وتم اختيارها بالطريقة المتيسرة؛ إذ تم الحصول على العينة عبر الجمعيات العاملة على رعاية اللاجئين السوريين في كل من تركيا والأردن ومصر ولبنان وداخل سوريا، وطبقت الدراسة في النصف الأول من عام (2022)، والجدول التالي يعرض وصفاً للعينة من حيث الجنس، وأماكن الإقامة، والتعليم، والعمل الحالي.

جدول (1) وصف عينة الدراسة

المتغير / الفئة		التكرار	%
الجنس	ذكر	105	66.9
	أنثى	52	33.1
المستوى التعليمي	ثانوي أو اقل	54	34.4
	جامعي	82	52.2
	فوق الجامعي	21	13.4
الوضع المهني	لا أعمل	64	40.8
	أعمل	93	59.2

أدوات الدراسة:

أولاً: المقياس الشخصي لتقدير شدة الصدمة التي تعرض لها اللاجئين: استخدم مقياساً تقديرياً من (5) نقاط لتقدير شدة الصدمة التي تعرض لها الفرد التي أدت الى نزوحه من أماكن استقراره، وذلك بالإجابة على الأسئلة التالية: كيف تقدر قوة تأثير الصدمة أو الصدمات التي تعرضت لها على حياتك، وما درجة تقييمك للدعم الذي تتلقاه حالياً، وما درجة تقييمك للمخاطر والمشكلات التي تواجهك حالياً على مقياس من (1-5) حيث تشير الدرجة (1) إلى صدمة خفيفة جداً وتشير الدرجة (5) إلى صدمة شديدة جداً.

ثانياً: قياس الألكسثيميا: تم استخدام مقياس تورنتو (TAS-20) الذي أعده باجي وزملاؤه (Bagby, Parker, & Taylor, 1994)، ويتكون المقياس من (20) عبارة، وتتوزع الإجابات على مدرج خماسي، وتتراوح درجة المقياس بين (20 - 100)، ويحتوي على ثلاث مقاييس فرعية: صعوبة تحديد المشاعر، وصعوبة وصف المشاعر، والتفكير الموجه للخارج. ويتمتع المقياس في صورته الأصلية بمستوى مناسب من صدق البناء والصدق التمييزي والصدق التقاربي، كما يتمتع بمستوى جيّد من ثبات الإعادة وثبات الاتساق الداخلي يفوق (80.) للمقياس ككل (Bagby et al.,1994).

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

ومن الدراسات التي تمت على البيئة الكويتية ما قام (العيدان وطاهر، 2021) حيث بلغ معامل ثبات ألفا لكرونباخ للمقياس الكلي (.68)، وبعد صعوبة تحديد المشاعر (.70)، وبعد صعوبة وصف المشاعر (.30)، وبعد التفكير الموجه للخارج (.16).

وبالدراسة الحالية تم التحقق من خصائص صدق البناء الداخلي بمعرفة معامل ارتباط أبعاد المقياس بدرجته الكلية، كما تم حساب ثبات المقياس بمعامل ألفا كرونباخ وقد جاءت جميع معاملات الارتباط بين المقياس وأبعاده دالة إحصائياً، وكذلك جاء معامل الثبات الكلي (.85) وتراوحت للأبعاد بين (.87 إلى .37) ويبين جدول (2) الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية.

جدول (2) مؤشرات صدق البناء والثبات لمقياس الألكسثيميا

البعد	العلاقة مع المقياس الكلي	معامل ثبات ألفا لكرونباخ
صعوبة تحديد المشاعر	.898**	.872
صعوبة وصف المشاعر	.852**	.775
التفكير الموجه للخارج	.637**	.376
المقياس الكلى		.853

**دالة عند مستوى 0.01

ثالثاً: قياس معنى الحياة: تم استخدم استبيان معنى الحياة MLQ الذى أعده Steger, Frazier, Oishi & Kaler (2006) والذي قام الأقرع (2021) بترجمته والتحقق من خصائصه السيكومترية، ويتكون المقياس من 10 عبارات، تقيس بعدين منفصلين لمعنى الحياة؛ البعد الأول يقيس وجود المعنى في الحياة، والبعد الثاني يقيس البحث عن معنى للحياة، وتتوزع الإجابات على مدرج سباعي، وتتراوح الدرجة على كل بعد بين (7-35)، وقد قام معدوا الاستبيان بالتحقق من صدقه العاملي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي وحصلوا على مؤشرات بين المقبولة إلى المرتفعة لجودة البناء العاملي للاستبيان، وتحقق معدوا الاستبيان من ثباته باستخدام معامل ألفا كرونباخ وحصلوا على قيم ثبات تراوحت بين 82. إلى 86. وبلغت قيمة الثبات بإعادة التطبيق بعد مرور شهر من التطبيق الأول 0.7 (Steger et al., 2006).

وقام الأقرع (2021) بالتحقق من صدق الاستبانة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي للتأكد من ملاءمة نموذج العوامل المكونة للاستبيان جاءت المؤشرات دالة على حسن المطابقة جميعها في الحدود المقبولة والجيدة، وتم التحقق من ثبات المقياس

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

باستخدام معامل ألفا حيث تراوحت لبعد وجود المعنى (0.749)، ولبعد البحث عن المعنى (0.735).

وفي الدراسة الحالية تم التأكد من ثبات بُعَديَّ الاستبانة باستخدام معامل ألفا وبلغت قيمة بُعد وجود المعنى (0.833)، وبلغت قيمة بُعد البحث عن المعنى (0.834) وهي قيمة دالة على توفر الثبات لبُعدي الاستبانة.

رابعاً: مقياس نمو ما بعد الصدمة: الذي أعده تيديشى وكاليهون Tedeschi & (Calhoun, 1996)، ترجمة الصمادي وسمّور (2021)، ويتكون المقياس من (21) فقرة تقيس خمسة أبعاد للنمو الإيجابي بعد الصدمة وهي: الإمكانات الجديدة، والتواصل مع الآخرين، وقوة الشخصية، والتغير في المجال الروحي، وتقدير الحياة، وتتم الإجابة على المقياس وفقاً لمدرج ليكرت سداسي التقدير يأخذ القيم (0 إلى 5) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مؤشرات النمو الإيجابي بعد الصدمة.

وقام تيديسكي وكالهون بالتحقق من صدق وثبات المقياس؛ وبلغت قيمة الاتساق الداخلي للمقياس (0.9). وبلغ ثبات إعادة الاختبار بعد شهرين على المقياس الأصلي (0.71) (Tedeschi, & Calhoun, 1996). وفى البيئة العربية حصل المقياس على معاملات ارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية تراوحت بين الأبعاد والدرجة الكلية بين (0.57 إلى 0.81) وحصلا على معامل ثبات ألفا لكرونباخ للمقياس الكلي (0.82) وللأبعاد بين (0.7 إلى 0.77) وهي معاملات دالة ومطمئنة للتطبيق (الصمادي وسمور، 2021).

وفى الدراسة الحالية تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بحساب العلاقة بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس وحساب معامل ثبات ألفا، وقد جاءت معاملات الارتباط بين المقياس دالة إحصائياً، وبلغ معامل ألفا الكلي (0.90) وتراوحت للأبعاد بين (0.613 الى 0.78) ويبين (جدول 3) مؤشرات صدق البناء والثبات للمقياس.

جدول (3) مؤشرات صدق البناء والثبات لمقياس نمو ما بعد الصدمة

البعد	العلاقة مع المقياس الكلى	معامل ثبات الفا لكرونباخ
قوة الشخصية	.806**	.784
الإمكانات الجديدة	.889**	.791
العلاقات المتطورة	.848**	.747
النمو الروحي	.437**	.613
تقدير الحياة	.808**	.723
المقياس الكلى		.91

**دالة عند مستوى 0.01

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

النتائج والمناقشة

السؤال الأول: هل توجد علاقة ارتباطية بين درجات نمو ما بعد الصدمة وكل من الألكسثيميا ووجود المعنى والبحث عن المعنى وقوة الصدمة، والدعم الاجتماعي والمخاطر لدى اللاجئين السوريين؟

استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب طبيعة العلاقة الارتباطية بين نمو ما بعد الصدمة ومتغيرات الدراسة وجدول (4) يوضح النتائج.

جدول (4) معاملات الارتباط بين نمو ما بعد الصدمة وبين متغيرات الدراسة

البعد	المقياس الكلي	قوة الشخصية	الإمكانات الجديدة	العلاقات المتطورة	النمو الروحي	تقدير الحياة
وجود المعنى	.565**	.505**	.559**	.403**	.243**	.447**
البحث عن المعنى	.134*	.062	.077	.133*	.081	.183*
صعوبة تحديد المشاعر	-.531**	-.483**	-.451**	-.497**	-.136*	-.355**
صعوبة وصف المشاعر	-.454**	-.457**	-.418**	-.318**	-.191**	-.353**
التفكير الموجه للخارج	-.358**	-.320**	-.310**	-.257**	-.110	-.369**
مقياس الألكسثيميا الكلي	-.553**	-.526**	-.489**	-.436**	-.188**	-.437**
قوة الصدمة	-.226**	-.237**	-.277**	-.156*	.047	-.139*
الدعم	.328**	.232**	.306**	.313**	.180*	.202**
المخاطر	-.174*	-.210**	-.153*	-.151*	-.001	-.088

**دالة عند مستوى 0.01

تبين نتائج الجدول السابق وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين وجود المعنى والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده وتراوحت قيم الارتباط بين (0.565 إلى 0.243)، ووجود علاقة إيجابية بين البحث عن المعنى والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وبعدى العلاقات المتطورة، وتقدير الحياة وتراوحت قيم الارتباط بين (0.183 إلى 0.133)، ووجود علاقة سالبة بين بعد صعوبة تحديد المشاعر والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده وتراوحت قيم الارتباط بين (-0.531 إلى -0.136)، ووجود علاقة سالبة بين بعد صعوبة وصف المشاعر والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده وتراوحت قيم الارتباط بين (-0.457 إلى -0.191)، ووجود علاقة سالبة بين بعد التفكير الموجه للخارج والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده عدا النمو الروحي وتراوحت قيم الارتباط بين (-0.369 الى -0.257)، ووجود علاقة سالبة بين المقياس الكلي للألكسثيميا وبين المقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده وتراوحت قيم

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

الارتباط بين (-0.553 الى -0.188)، ووجود علاقة سالبة بين تقييم شدة الصدمة والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده عدا النمو الروحي وتراوحت قيم الارتباط بين (-0.277 إلى -0.139)، ووجود علاقة موجبة بين تقييم الدعم المقدم حالياً وبين والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده وتراوحت قيم الارتباط بين (0.328 إلى 0.182)، ووجود علاقة سالبة بين تقييم شدة المخاطر حالياً والمقياس الكلي لنمو ما بعد الصدمة وجميع أبعاده عدا النمو الروحي وتقدير الحياة وتراوحت قيم الارتباط بين (-0.210 إلى -0.151).

وتعد الإصابة بالألكسثيميا عاملاً معيقاً للتواصل مع المشاعر بدرجة مؤثرة للبناء الانفعالي المتوازن، إذ تمثل الصعوبة في فهم المشاعر والتواصل من خلالها ومن خلال مفرداتها مع الذات والآخرين مانعاً لإعادة نمو ما بعد الصدمة لاحتياج النمو للوعي بالانفعالات المصاحبة للأزمة والتعبير عنها بطرق واعية ناضجة، ثم يعيد بناءها مرة أخرى، وإيجاد المعنى في الحياة وفق الظروف التي يعيشها اللاجئون بعد تعرضهم لصدمات متتابعة يعد عاملاً مهماً لإعادة النمو بعد التعرض للصدمات، فإن كان التكوين النفسي للفرد لديه القدرة على توليد معنى لحياته وإعادة هيكلة حياته وتحديد أهداف للحياة وبناء علاقات اجتماعية آمنة تسهم بنمو عام في حياته بعد الصدمات، وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Abood et al., 2020) ، بينما تختلف عن نتائج دراسة (Prasetya et al., 2020)، ودراسة (Tomaszek et al., 2021)

السؤال الثانى: هل يوجد فروق في درجات نمو ما بعد الصدمة تعزى لتفاعل العوامل الديموغرافية (الجنس، التعليم، وجود عمل).

أستخدم تحليل التباين متعدد الاتجاه للتعرف على أثر تفاعل العوامل الديموغرافية على نمو ما بعد الصدمة والجدول (5) يبين النتائج.

جدول (5) تحليل التباين لأثر العوامل الديموغرافية على نمو ما بعد الصدمة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
النموذج المصحح	7568.59	10	756.859	5.699	.000
العمل	610.18	1	610.189	4.595	.034
الجنس	228.92	1	228.922	1.724	.191
التعليم	2307.50	2	1153.751	8.688	.000
العمل x الجنس	687.45	1	687.455	5.176	.024
العمل x التعليم	575.14	2	287.573	2.165	.118
الجنس x التعليم	590.92	2	295.465	2.225	.112
العمل x الجنس x التعليم	4.47	1	4.475	.034	.855
النموذج المصحح	26825.30	155			

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

تظهر نتائج الجدول (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات نمو ما بعد الصدمة تعزى للفروق على الجنس، ووجود عمل حالي حيث كانت قيمة ف غير دالة إحصائياً، بينما تبين وجود فروق دالة عند مستوى (0.05) تعزى للفروق في التعليم في اتجاه ذوي التعليم فوق الجامعي، ووجود أثر لتفاعل عاملي الجنس والعمل في اتجاه الإناث ذوي التعليم فوق الجامعي.

ولا شك أن نمو ما بعد الصدمة يتأثر وفقاً للعوامل الأخرى التي تعتري حياة الفرد، إذ يلعب مستوى التعليم والعمر والأمان المالي في اللحظة الحالية المتمثل في وجود عمل، وتتفاعل في ما بينها، وتختلف هذه النتائج مع دراسة (Rizkalla & Segal, 2018) التي وجدت علاقة بين نمو ما بعد الصدمة زاد مع ارتفاع الدخل ومساعدة المنظمات غير الحكومية، بينما تتفق مع دراسة (Wen et al., 2020) وارتبط انخفاض نمو ما بعد الصدمة مع التقدم في السن، والتعليم الأقل، بينما ارتبط ارتفاع مستوى التعليم بارتفاع نمو ما بعد الصدمة، ولم تجد دراسة (Özdemir et al., 2021) فروق بين الجنسين في نمو ما بعد الصدمة.

السؤال الثالث: هل تسهم متغيرات: الألكسثيميا ووجود المعنى والبحث عن المعنى والعمر وإدراك شدة الصدمة والمخاطر المتوقعة، والدعم المتوقع في التنبؤ بصورة دالة إحصائياً بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين؟

استخدم تحليل الانحدار المتعدد في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة من المتغيرات المنبئة والجدول (8) يوضح النتائج.

جدول (6) تحليل الانحدار المتعدد للعوامل المنبئة بنمو ما بعد الصدمة

المتغيرات المنبئة	المعامل البائي	الخطأ المعياري	قيمة بيتا	قيمة ت	الدلالة
الثابت	88.784	8.524		10.416	.000
الألكسثيميا	-.441	.079	-.390	-5.569	.000
وجود المعنى	.548	.114	.334	4.816	.000
البحث عن المعنى	.145	.097	.088	1.495	.137
قوة الصدمة	.457	.846	.034	.540	.590
الدعم	1.143	.916	.079	1.247	.214
المخاطر	-.842	.806	-.064	-1.045	.298
العمر	-.312	.090	-.215	-3.456	.001
قيمة $ر^2$ = 0.49 قيمة ف= 20.7					

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

جاءت معاملة التنبؤ دالة إحصائياً حيث كانت قيمة ف للتباين بالمعادلة دالة إحصائياً، وتبين قيمة معامل التأثير أن المتغيرات المنبئة يعزى إليها (50%) من تباين درجات نمو ما بعد الصدمة وهي درجة مرتفعة، وتبين أن الألكسثيميا ووجود المعنى والعمر تمثل متغيرات دالة إحصائياً تسهم في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى اللاجئين السوريين ويمكن التعبير عن ذلك بالمعادلة التالية: نمو ما بعد الصدمة = 88.784 + (الألكسثيميا X 441.-) + (وجود المعنى X 548.) + (العمر X - 312.).

وتأتى نتائج السؤال الثالث لتبين أهمية ودور عوامل البناء النفسي الإدراكية والانفعالية في تهيئته وتيسير قدرته على التعافي من الصدمات أو في تشكيلها لعوامل خطورة تقلل من قدرته على التعافي وإعادة بناء حياته بعد الصدمة، كما بينت أن هذه العوامل تعمل بصورة أفضل في مراحل ارتقائية عمرية عن مراحل أخرى، وأكدت النتائج أن دور العوامل الفردية النفسية في نمو ما بعد الصدمة ذا أثر جوهري يفوق عوامل سياقية مثل شدة الصدمة أو قوة الدعم المقدم أو شدة المخاطر الحالية، فقد جاء وجود معنى في الحياة لدى الأفراد في المرتبة الأولى من حيث نسبة الإسهام في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة، وتؤكد هذه النتيجة حقيقة ما أثبته فرانكل أن قدرة الفرد على إيجاد المعنى وتغيير وجهة تفكيره العقلية هي عامل حاسم في النجاة والتعافي والنمو (فرانكل، 2020). وبينت النتائج أن هذه القدرة على إيجاد المعنى وتوجيه للقيم الاتجاهية التي تعيد اكتشاف وبناء أهداف الحياة، تحتاج الى أشخاص لديهم قدرة على فهم وتحديد ووصف انفعالاتهم، لكون هذه القدرة هي التي تيسر قراءة الخبرة الداخلية للفرد بصورة واعية وبالتالي توجيه هذه الطاقة الانفعالية في مسار نمائي وليس العكس، فمن الطبيعي أن من يجد صعوبة في قراءة وفهم الخبرة الداخلية الذاتية أن يصعب عليه فهم الخبرات الحياتية القاسية وإيجاد معنى لها، فدائماً ما كانت الانفعالات هي الميسر للإدراك المعرفي الذاتي والخبراتي، وقد أكدت ذلك نتائج السؤال الثاني إذ وجدت علاقة عكسية بين وجود المعنى والألكسثيميا، كما أكدته العديد من الدراسات التي بينت ارتباط انخفاض القدرة على الوعي والوصف للمشاعر بالمعاناة كالقلق والاكتئاب والكرب النفسي (العيدان، 2019)، وجاءت النتائج لتؤكد أن العمر يلعب دوراً في القدرة على التعافي من الصدمات والنمو، ويمكن تفسير ذلك في ضوء ارتباط العمل بالقدرة القدرة على تحمل الظروف المعيشية الصعبة، أو الحالة الصحية للفرد.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

التوصيات:

وفى ضوء ما خرجت به الدراسة من نتائج يتبين دور عاملي وجود المعنى والألكسثيميا في التهيئة والاستعداد للنمو بعد الصدمات، وما يتطلب مزيداً من البحوث على عينات تعرضت لأنواع مختلفة من الصدمات في عينات غير اللاجئين، مثل التعرض للأمراض الخطيرة والأوبئة العامة في المجتمع.

والأخذ بعين الاعتبار للعاملين في المجال العيادي من التركيز على إيجاد المعنى والتدريب عليه ليسهل على المرضى النمو في حياتهم بعد تعرضهم للصدمة، إذ أن وجود الصدمات أمر لا يتم باختيار الفرد، ولكن النمو بعده قد يكون عملية اختيار.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

المراجع:

آدلر، آلفرد (2005). *معنى الحياة*. (ترجمة عادل نجيب بشري)، القاهرة: المجلس القومي للترجمة.

أدينغتون، إليزابيت ل. وتيديسكي، ريتشارد ج. وكالهون، لورانس ج. (2021). *منظور النمو في كرب ما بعد الصدمة. في وود، أليكس م. وجونسون، جوديث (محرر) مصنف وايلي في علم النفس الإيجابي الإكلينيكي* (تحرير أحمد عمرو عبد الله، ترجمة أحمد عمر عبد الله، أحمد صابر الشركسي، راقية جلال الدويك)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

أفريل، جيمس (2018). *الإبداع (الانفعالي) نحو جعل الانفعالات الحياشة روحانية*. في لوبيز شين، وسنايدر س. (محرران) دليل علم النفس الإيجابي (ترجمة: صفاء الأعسر)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

الأقرع، السيد مصطفى راغب (2021). دور معنى الحياة كعامل وسيط بين التدين والرضا عن الحياة لدى الطلبة الجامعيين في دولة الكويت. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية*، جامعة السلطان قابوس، مجلد (15)، عدد (1)، صفحة (168-183).

إيجلتون، تيري (2014). *معنى الحياة: مقدمة قصيرة جداً*. (ترجمة شيماء طه الريدي). القاهرة: دار هنداوي

جريوالد، ديزي وسالوفي، بيتر (2017). *الشعور بالذكاء: علم الذكاء العاطفي*. في ساندر، دافيد (محرر) سطوة العواطف (ترجمة: طلعت مطر)، القاهرة: دار رؤية.

جونسون، شيري ل. ونيل، جون م. وكرينج، آنّ م. وديفسون، جيرالد س. (2015). *علم النفس المرضي*. (ترجمة: أمثال هادي الحويلة وفاطمة سلامة عياد وهناء شويخ وملك جاسم الرشيد ونادية عبد الله الحمدان). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

خطاب، محمد أحمد محمود ومحمد، إبراهين يونس (2021). قائمة نمو ما بعد الصدمة الأسس النظرية والخصائص السيكومترية إعداد كالهون وتيدسكي (ترجمة وتقنين). *مجلة الإرشاد النفسي*، العدد 68، ج 1، 319-384.

دن، دانا س. اسوات، جيتيندرا، إليوت، تيموثي ر. (2018). *السعادة، الصمود، النمو الإيجابي في أعقاب الإصابة بعجز جسمي: قضايا للفهم، والبحث، والتدخل العلاجي*. في لوبيز شين، وسنايدر س. (محرران) دليل علم النفس الإيجابي (ترجمة: صفاء الأعسر)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

الدهمشي، أنور السموحي والشريفين، أحمد (2019). فاعلة العلاج المرتكز على الانفعالات والعلاج الآدلري في خفض مستوى الألكسثيميا لدى اللاجئات السوريات، *دراسات، العلوم التربوية*، 46، العدد3، ص ص: 426 – 443.

راجا، شيلا (2019). *دليل عملي تكاملي لعلاج الصدمة النفسية واضطراب كرب ما بعد الصدمة*. (ترجمة محمد نجيب الصبوة)، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

زكراوي، حسينة (2020). نمو ما بعد الصدمة: المنطلقات المفاهيمية والنظرية. *مجلة التمكين الاجتماعي*، 2، (4)، 132-145.

ستيجر، ميشيل ف. (2018). *المعنى في الحياة*. في لوبيز شين، وسنايدر س. (محرران) دليل علم النفس الإيجابي (ترجمة: صفاء الأعسر)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

سعد، مراد علي عيسى وجمعة، أميمة مصطفى كامل وفتح الله، محمد محمد (2022). *اضطرابات الصدمة وضغوط ما بعد الصدمة: التشخيص والإدارة والعلاج*. عمّان: دار الفكر.

السيوف، فاتن عيسى (2020). فاعلية العلاج بالرسم في خفض الألكسثيميا لدى اللاجئات السوريات، *مجلة العلوم النفسية*، 6، (3)، 265 – 289.

شارف، ريتشارد اس (2022). *نظريات العلاج والإرشاد النفسي: قضايا ومفاهيم* (ترجمة حيدر لازم الكناني وأثير عداي القريشي). ط2، بغداد: دار مكتبة عدنان.

الصمادي، دلال، وسمور، قاسم. (2021). القدرة التنبؤية لإدارة الذات في نمو ما بعد الصدمة لدى الطلبة اللاجئين السوريين الدارسين في المدارس الأردنية. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، 17 (1)، 77-92.

عبد الله، بكر محمد سعيد (2015). الألكسثيميا وعلاقتها باضطراب إجهاد ما بعد الصدمة في ضوء متغيري العمر والأحداث الصدمية لدى طلاب الدراسات العليا: دراسة سيكومترية، *مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر*. 34، (3/165)، 151-65

العيدان، مهند عبد المحسن (2019). الألكسثيميا (alexithymia) وعلاقتها بالاكتئاب والقلق والتوتر. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*. 8 (6)، 14-25.

العيدان، مهند عبد المحسن وشاطر، نعيمة طاهر (2021). الألكسثيميا (Alexithymia) وعلاقتها بمفهوم الذات لدى السجناء مرتكبي جرائم العنف

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

والجرائم المالية، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، جامعة البحرين، 22 (4)، 407-434.

فرانكل، فيكتور إميل (2020). *الإنسان والبحث عن المعنى: التسامي بالذات كظاهرة إنسانية*. (ترجمة عبد المقصود عبد الكريم)، الجبيل: دار صفحة سبعة.

فروش، ستيفن (2015)، *المشاعر*. (ترجمة: عبد الله عسكر)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

كرينجلباخ، مورتن (2015). *مركز اللذة، ثق في فطرتك*. (ترجمة: أحمد موسى)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

كوتر، بيتر (2010). *الحب والكره والحسد التحليل النفسي للانفعالات*. (ترجمة: سامر جميل رضوان)، العين: دار الكتاب الجامعي.

ليشنر، سوزان سي وتنين، هاوارد وأفليك، جلين (2018). *إيجاد النفع والنمو*. في لوبيز شين، وسنايدر س. (محرران) دليل علم النفس الإيجابي (ترجمة: صفاء الأعسر)، القاهرة: المركز القومي للترجمة.

مارشال، ماريا (2022). *منظور المعنى دليل للمبادئ الأساسية للعلاج بالمعنى لفيكتور فرانكل*. (ترجمة محمد محمد عودة)، القاهرة: دار إغناء.

ماي، رولو ويالوم، إرفين (2015). *مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي*. (ترجمة عادل مصطفى). القاهرة: دار رؤية.

الوهيبي، عبد الله بن عبد الرحمن (2021). *معنى الحياة في العالم الحديث*. لندن: مركز تكوين.

يونس، إبراهيم (2018). *نمو ما بعد الصدمة: النظرية والقياس والممارسة*. القاهرة: دار يسطرون.

Abdullah, Bakr Muhammad Saeed (2015). Alexithymia and its relationship to post-traumatic stress disorder in light of the variables of age and traumatic events among graduate students: a psychometric study. Journal of the Faculty of Education - Al-Azhar University. (In Arabic). 34, (3/165), 65-151

Abood, M. H., Alaedein, J. M. & Gazo, A. M. (2020). Alexithymia and Perceived Social Support Among a Sample of Syrian Refugee Students in Jordan. *Psychology and education journal*. 57 (3). **DOI:** https://doi.org/10.17762/pae.v57i3.25

Acar, B., Acar, İ. H., Alhiraki, O. A., Fahham, O., Erim, Y., & Acarturk, C. (2021). The Role of Coping Strategies in Post-

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

Traumatic Growth among Syrian Refugees: A Structural Equation Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(16), 8829. MDPI AG. Retrieved from http://dx.doi.org/10.3390/ijerph18168829

Addington, Elizabeth L. Tedeschi, Richard J. Calhoun, Lawrence J. (2021). A growth perspective in post-traumatic stress disorder. In Wood, Alex M. Johnson, Judith (ed.) Wiley's Workbook of Clinical Positive Psychology (edited by Ahmed Amr Abdullah, translated by Ahmed Omar Abdullah, Ahmed Saber Al-Sharkasy, Rakia Jalal Al-Dweik), (In Arabic). Cairo: The Anglo-Egyptian Library.

Adler, Alfred (2005). The meaning of life. (Translated by Adel Naguib Bushra), (In Arabic). Cairo: The National Council for Translation.

Al-Aqra', Mr. Mustafa Ragheb (2021). The role of the meaning of life as a mediating factor between religiosity and life satisfaction among university students in the State of Kuwait. Journal of Educational and Psychological Studies, Sultan Qaboos University, (In Arabic). Volume (15), Number (1), Page (168-183).

Al-Dahmashi, Anwar Al-Samohi, and Al-Sharifin, Ahmed (2019). The effectiveness of emotion-based therapy and Adlerian therapy in reducing the level of alexithymia among Syrian refugee women, Dirasat, Educational Sciences, (In Arabic). 46, Issue 3, pp. 426-443.

Al-Eidan, Muhannad Abdel Mohsen (2019). alexithymia(alexithymia)And its relationship to depression, anxiety, and stress. The specialized international educational journal. (In Arabic). 8 (6), 14-25.

Al-Eidan, Muhannad Abdel Mohsen and Shater, Naima Taher (2021). Alexithymia and its relationship to the self-concept of prisoners who commit violent crimes and financial crimes, Journal of

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

Educational and Psychological Sciences, University of Bahrain, (In Arabic). 22 (4), 434-407.

Al-Smadi, Dalal, and Samour, Qassem. (2021). The predictive ability of self-management in post-traumatic growth among Syrian refugee students studying in Jordanian schools. The Jordanian Journal of Educational Sciences, (In Arabic). 17 (1), 77-92.

Alsyouf, Faten Issa (2020). The effectiveness of drawing therapy in reducing alexithymia among Syrian refugee women, Journal of Psychological Sciences, (In Arabic). 6, (3), 265-289.

Al-Wahaibi, Abdullah bin Abdul Rahman (2021). The meaning of life in the modern world. (In Arabic). London: Takween Centre.

Avril, James (2018). Creativity (emotional) towards making the raging emotions spiritual. In Lopez, Chin, and Snyder S. (Eds) Handbook of Positive Psychology (Translated by: Safaa Al-Asar), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. (1999). *Facilitating Posttraumatic Growth: A Clinician's Guide* G. New York: Routledge.

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The foundations of posttraumatic growth: new considerations. *Psychological Inquiry*,15(1), 93-102.

Cengiz I., Ergun D., & Çakıcı E. (2019). Posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth, and psychological resilience in Syrian refugees: Hatay, Turkey. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 20(3), 269–276.

Cotter, Peter (2010). Love, hate and envy psychological analysis of emotions. (Translated by: Samer Jamil Radwan), (In Arabic). Al-Ain: University Book House.

Dunn, Dana S. Aswat, Jitendra, Elliot, Timothy R. (2018). Happiness, resilience, and positive growth following physical disability: issues for understanding, research, and treatment intervention. In Lopez, Chin, and Snyder S. (Eds) Handbook of Positive Psychology (Translated by: Safaa Al-Asar), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

Eagleton, Terry (2014). The meaning of life: a very short introduction. (Translated by Shaima Taha Al-Raidi). (In Arabic). Cairo: Dar Hindawi

Eichhorn S, Brähler E, Franz M, Friedrich M, Glaesmer H. (2014). Traumatic experiences, alexithymia, and posttraumatic symptomatology: a cross-sectional population-based study in Germany. *Eur J Psychotraumatol*. 27;5. doi: 10.3402/ejpt.v5.23870. PMID: 25206956; PMCID: PMC4149745.

Frankl VE. The Concept of Man in Psychotherapy. *Proceedings of the Royal Society of Medicine*. 1954;47(11):975-980. doi:10.1177/003591575404701115

Frankl, Victor Emil (2020). The human being and the search for meaning: self-transcendence as a human phenomenon. (Translated by Abd al-Maqsud Abd al-Karim), (In Arabic). Jubail: Dar, page seven.

Frosch, Stephen (2015), sentiments. (Translated by: Abdullah Askar), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

Grewald, Daisy and Salovey, Peter (2017). Feeling Smart: The Science of Emotional Intelligence. In Sander, David (Editor), The Power of the Emotions (Translation: Talaat Matar), Cairo: Dar Roya.

Güzel Ozdemir, Pinar & Kirli, Umut & Asoglu, Mehmet. (2021). Investigation of the Associations between Posttraumatic Growth, Sleep Quality and Depression Symptoms in Syrian Refugees. *Eastern Journal of Medicine*. 26. 265-272. 10.5505/ejm.2021.48108.

https://doi.org/10.3390/ijerph18042164

Johnson, Sherry L. and Neil, John M. denjNg, Ann M. and Davison, Gerald S. (2015). Psychopathology. (Translation: the likes of Hadi Al-Huwailah, Fatima Salama Ayad, Hana Shuwaikh, Malak Jassim Al-Rasheed, and Nadia Abdullah Al-Hamdan). (In Arabic). Cairo: The Anglo-Egyptian Library.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

Khattab, Muhammad Ahmad Mahmoud and Muhammad Ibrahim Younis (2021). List of Posttraumatic Growth Theoretical Foundations and Psychometric Characteristics by Calhoun and Tedeske (translation and codification). Journal of Psychological Counseling, (In Arabic). No. 68, Part 1, 319-384.

Kringelbach, Morten (2015). The center of pleasure, trust your instinct. (Translated by: Ahmed Musa), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

Lechner, Suzanne C. and Dragon, Howard and Affleck, Glenn (2018). Finding benefit and growth. In Lopez, Chin, and Snyder S. (Eds) Handbook of Positive Psychology (Translated by: Safaa Al-Asar), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

Marshall, Maria (2022). The Meaning Perspective A guide to the basic principles of Viktor Frankl's meaning therapy. (Translated by Muhammad Muhammad Odeh), (In Arabic). Cairo: Dar Ighnaa.

May, Rollo and Yalom, Ervin (2015). An introduction to existential psychotherapy. (Translated by Adel Mustafa). (In Arabic). Cairo: Dar Roya.

Prasetya, E. C., Muhdi, N., & Atika, A. (2020). Relationship between previous traumatic experience, post-traumatic growth, coping strategy to mental health state on refugees in sidoarjo camp. *Systematic Reviews in Pharmacy*, *11*(5), 750-754. https://doi.org/10.31838/srp.2020.5.108

Raja, Sheila (2019). An integrative practical guide to the treatment of psychological trauma and post-traumatic stress disorder. (Translated by Muhammad Naguib Al-Sabwa), (In Arabic). Cairo: The Anglo-Egyptian Bookshop.

Rizkalla, N., & Segal, S. P. (2018). Well-Being and Posttraumatic Growth Among Syrian Refugees in Jordan. *Journal of traumatic stress*, 31(2), 213–222. https://doi.org/10.1002/jts.22281

Saad, Murad Ali Issa and Jumaa, Omaima Mustafa Kamel and

Saad, Murad Ali Issa and Jumaa, Omaima Mustafa Kamel and Fathallah, Muhammad Muhammad (2022). Traumatic disorders

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

and post-traumatic stress: diagnosis, management, and treatment. (In Arabic). Amman: Dar Al-Fikr.

Scharf, Richard S (2022). Theories of psychological treatment and counseling: issues and concepts (translated by Haider Lazim Al-Kinani and Atheer Aday Al-Quraishi). (In Arabic). 2nd edition, Baghdad: Adnan Library House.

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.

Steger, Michelle F. (2018). meaning in life. In Lopez, Chin, and Snyder S. (Eds) Handbook of Positive Psychology (Translated by: Safaa Al-Asar), (In Arabic). Cairo: The National Center for Translation.

Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1997). *Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge: Cambridge University Press.

Tedeschi, Richard G, & Calhoun, Lawrence G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9(3), 455.

Tomaszek, A., Wróblewska, A., Zdankiewicz-Ścigała, E., Rzońca, P., Gałązkowski, R., Gozdowska, J., Lewandowska, D., Kosson, D., Kosieradzki, M., & Danielewicz, R. (2021). Post-Traumatic Growth among Patients after Living and Cadaveric Donor Kidney Transplantation: The Role of Resilience and Alexithymia. *International journal of environmental research and public health*, *18*(4), 2164.

Wen, K., McGrath, M., Acarturk, C., Ilkkursun, Z., Fuhr, D. C., Sondorp, E., Cuijpers, P., Sijbrandij, M., Roberts, B., & STRENGTHS consortium (2020). Post-traumatic growth and its predictors among Syrian refugees in Istanbul: A mental health population survey. *Journal of migration and health*, *1-2*, 100010. https://doi.org/10.1016/j.jmh.2020.100010

Younes, Ibrahim (2018). Posttraumatic growth: theory, measurement, and practice. (In Arabic). Cairo: Dar Yastroun.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472

Zakrawy, Hasina (2020). Posttraumatic growth: conceptual and theoretical starting points. Journal of Social Empowerment, (In Arabic). 2, (4), 132-145.

ISSN: 2537-0464 eISSN: 2537-0472