

## أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات

ختام علي الضمور\*

أ.د. محمد السفاسفة

### ملخص

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية، على عينة بلغت (30) طالبة ممن سجلن أعلى الدرجات على مقياس أعراض ما بعد الصدمة، وأدنى الدرجات على مقياس الرضا عن الحياة، وتم تقسيمهن مناصفة على مجموعتين تجريبية وضابطة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس أعراض ما بعد الصدمة، ومقياس الرضا عن الحياة، حيث تم التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما، كما تم بناء برنامج إرشادي تكون من (14) جلسة إرشادية بواقع جلستين أسبوعياً ولمدة (60) دقيقة للجلسة الواحدة، وأشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة، كما أشارت النتائج إلى استمرار أثر البرنامج على القياس المؤجل، وخلصت الدراسة إلى توصيات من أهمها: ضرورة الاهتمام بتقديم الخدمات الإرشادية للطلبة اللاجئيين وذويهم لتخفيف أعراض ما بعد الصدمة وتنمية مستوى الرضا عن الحياة.

**الكلمات الدالة:** البرنامج الإرشادي، أعراض ما بعد الصدمة، الرضا عن الحياة، الطالبات اللاجئات السوريات.

\* المدرسة النموذجية، جامعة مؤتة، الأردن.

\*\* كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، الأردن.

تاريخ تقديم البحث: 2018/11/19 م.

تاريخ قبول البحث: 2019/5/9 م.

© جميع حقوق النشر محفوظة لجامعة مؤتة، الكرك، المملكة الأردنية الهاشمية، 2020 م.

## **The Impact of a Counseling Program on Reducing the Symptoms of Posttraumatic Stress Disorder and Developing Life Satisfaction among Syrian Refugee Female Students**

**Khitam Ali Al-Dmour**

**Mohammed Al-Safasfeh**

### **Abstract**

This study aimed at identifying the impact of a counseling program on reducing the symptoms of Posttraumatic stress disorder and developing life satisfaction among the Syrian refugee female students in Al-Karak governorate in the Hashemite kingdom of Jordan. The study sample consisted of (30) female students who were selected to verify the efficacy of the program from the students that achieved the highest scores on the scale of Posttraumatic stress disorder symptoms and the least scores on the scale of life satisfaction; those were distributed randomly to the control group and the experimental group. The researchers developed two scales in order to measure the symptoms of Posttraumatic stress disorder and life satisfaction, and verified their validity and reliability. The researchers also designed a program based on selective counseling, which consisted of (14) counseling sessions, each one of them lasted for (60) minutes and was held twice a week. The results showed that there were statistically significant differences between the mean performance of the two groups regarding the Posttraumatic stress disorder as well as life satisfaction in the positive direction in favor of the experimental group for the post measurement, while the results showed that there were no statistically significant differences between the post and follow-up applications regarding the Posttraumatic stress disorder as well as life satisfaction for the experimental group, indicating the continuous impact of the counseling program. The study concluded with a number of recommendations, including the necessity of giving more attention for providing the counseling services for the refugee students and their parents so as to develop life satisfaction considering the current circumstances that they experience.

**Keywords:** A counseling program, Posttraumatic stress disorder symptoms, life satisfaction, Syrian refugee female students.

## المقدمة والخلفية النظرية:

شهدت المنطقة العديد من الأزمات التي عصفت بها وهزتها، وقد تمثلت بالصراعات المسلحة في الدول المجاورة للمملكة الأردنية الهاشمية، وخاصة في دولة سوريا، مما أدى إلى وجود ضحايا القتل والتشرد والنزوح، ولجوء عدد كبير جداً إلى الدول المجاورة، مجبراً هؤلاء الناس على ترك منازلهم وأوطانهم ومغادرتها إلى دول مجاورة، حاملين معهم مشاعر الخوف والقلق والحزن والألم، فخبرات اللجوء تحمل في طياتها الكثير من المعاناة، وخاصة عندما يرافقها فقد أشخاص يشكلون أهمية لدى الفرد من نواحٍ مادية أو عاطفية، وفقدان السكن والملاد الآمن، إضافة إلى أنها تشكل عبئاً اقتصادياً كبيراً ومتزايداً على الدول المستضيفة لهؤلاء اللاجئين؛ حيث أن تقديم الخدمات للاجئين يُثقل كاهل البنية التحتية الوطنية والأوضاع الاقتصادية والخدمات الأساسية لهذه الدول، خاصة المملكة الأردنية الهاشمية في ضوء تزايد الأعداد على قدرة المملكة الأردنية على توفير الخدمات اللازمة لهم.

ولعل من احد أهم الخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الأفراد في الحروب هي الصدمات أو الأزمات، خاصة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، والتي تؤثر سلباً على الصحة النفسية؛ حيث تكمن خطورة هذه الأعراض في أن الاستجابة للحدث الصادم تكون مرجأة؛ أي لا تظهر إلا بعد فترة زمنية، قد تمتد لأشهر بعد التعرض للحدث الصادم، ولا يحدث فيها شفاء سريع، حيث يتزايد انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة تزايداً لافتاً للنظر بسبب انتشار الحروب والكوارث والحوادث، وتشير التقارير والإحصائيات إلى أن نسبة انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة في المناطق الحدودية التي يوجد فيها نزاعات مسلحة يبلغ (45%) (Awad, 2016).

ويُظهر الأفراد قدرات مختلفة على مواجهة الأزمات والأحداث الصادمة والتكيف معها تبعاً لعوامل نفسية، واجتماعية، وبيولوجية، وهذه العوامل معا تسهم في تقرير ما إذا كان الأفراد سيتكيفون مع الصدمات أم سيواجهون مشاكل نفسية بوثنى و ميلفن (Boothby & Melvin, 2007).

ولعل تأثر الأطفال بالتجارب القاسية والأحداث الصادمة يعد أكبر من تأثر البالغين؛ وذلك لنقص المهارات المتوفرة لديهم لمواجهة هذه الضغوط، كما أن الأزمات التي يتعرض لها الأطفال تجعلهم أكثر عرضة لعوامل الخطر من غيرهم الببلاوي (Al-Beblawi, 2012).

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

ويعاني الأطفال خاصة خلال الحروب والصراعات المسلحة من العديد من المشاكل والأزمات،  
نتيجة رؤية ومعايشة مشاهد العنف والقتل والدمار والتهجير، مما يشعرهم بحالة من الخوف والفرع  
وعدم الشعور بالأمن، ويحتاج الأطفال في هذه المرحلة إلى أشخاص يتقون بهم ويساعدونهم على  
التعامل مع هذه الأوضاع الجديدة غير المألوفة لديهم ريتشمان (Richman,1999).

يضاف إلى ذلك أن نزوح الأطفال ولجوءهم يعد عاملاً خطراً؛ لما يتعرض له هؤلاء الأطفال  
من احتمالات التعرض للقتل، أو الاستغلال الجنسي، أو الاختطاف، أو سوء التغذية، أو قلة الرعاية  
الصحية أو التعليمية، ويحملون معهم ذكريات مؤلمة لأشخاص يموتون ويقتلون، ومنازل تهدم  
النمس (Al-Nams, 2014) و (Al-Ghazali, 2012).

ويجد اللاجئون السوريون صعوبات كبيرة في إعالة أنفسهم وأطفالهم، مما يؤثر سلباً في تعليم  
أبنائهم في مدارس ذات مواصفات معينة، إضافة إلى أن مستوى الخدمات المقدمة ما زال ناقصاً  
ومحبطاً في بعض الأحيان، وبعض اللاجئين أصبحوا مقيمين غير شرعيين ومعرضين لخطر  
الاحتجاز والترحيل، الأمر الذي ربما ترك أثراً واضحاً في مستوى رضاهم عن الحياة، حيث أن هذه  
الفئة فقدت الكثير من مقومات الرضا عن الحياة من شعور بالأمن والاستقرار والحصول على حد  
معين من الخدمات، فمن المظاهر التي تشير إلى الرضا عن الحياة: العلاقات الاجتماعية،  
والطمأنينة، والشعور بالأمن، والاستقرار الاجتماعي، والتقدير الاجتماعي؛ حيث أن الرضا عن  
الحياة هدف يسعى إليه الأفراد كل حسب تقديراته الغزالي (Al-Ghazali, 2012).

ولعل الأطفال والنساء هم الفئة الأكثر معاناة، بما تجره الحروب والأزمات من مشاعر بالخوف  
والعجز وانعدام الأمن، باعتبارهم الحلقة الأضعف، الأمر الذي يجلب مزيداً من التوتر والضغط  
والتخبط، وقد يؤثر على رضاهم عن الحياة بجوانبها المختلفة، خاصة لدى اليافعين الذين فقدوا  
الدعم والاستقرار والرعاية والكثير من الخدمات الأساسية، في ظل ظروف التشريد الإجباري، مما  
دعا إلى وجود حاجة ملحة لوضع برامج إرشادية تساعد على مواجهة هذه التحديات والظروف  
القسرية، وتقودهم إلى نمو سليم بشكل أكثر استقرار، ولذلك جاءت الدراسة الحالية.

## تفسير اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة

ذكر كرينغ وجونسون ودافيسون ونيل (Kring, Johnsons, Davison & Neale, 2015) أن اضطراب ما بعد الصدمة أصبح معترفاً به في التصنيفات الطبية النفسية، حيث تم وصفه بالدليل التشخيصي الإحصائي (DSM-111-R, 1987) بأنه أي حادثة تكون خارج مدى الخبرة المعتادة للفرد، تسبب له الكرب النفسي، وتكون استجابة الضحية أو المصدوم تتضمن الخوف الشديد والرعب والشعور بالعجز، فيما نبهت نسخة (DSM-1V-1997) إلى ضرورة التمييز ما بين الاضطراب ما بعد الضغوط الصدمية (PTSD) وبين اضطراب الضغط الحاد (Acute Stress Disorder)، حيث يستعمل اضطراب الضغط الحاد لوصف الحالة التي يكون فيها تماثل سريع للشفاء من ضغط الحدث الصادم، فيما يستعمل اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية (PTSD) لوصف الحالة التي لا يحصل فيها شفاء سريع من هذا الضغط، وسُمي في بداياته بأسماء مرتبطة بالحروب نسبة إلى أنه ارتبط أصلاً بحرب فيتنام.

وأورد تصنيف منظمة الصحة العالمية WHO الخاصة بالاضطرابات العقلية والسلوكية (ICD-10) اضطراب ما بعد الضغوط الصادمة ضمن الفئة الخاصة بالعُصاب والاضطرابات ذات العلاقة بالضغوط الجسمية والمظهر، وتصنف ضمن الفئة الفرعية الخاصة بردود الفعل نحو الضغط الحاد واضطرابات التكيف والتي تشمل خمس أنواع كما حددتها (World Health Organization, 1992) وهي:

- 1 - ردة فعل الضغط الحاد Acute stress reaction
- 2 - اضطراب ما بعد الضغوط الصادمة post-traumatic stress disorder
- 3 - اضطرابات التوافق Adjustment disorder
- 4 - ردود فعل أخرى نحو الضغط Other reaction to sever stress الحاد
- 5 - غير محددة Unspecified

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

### معايير تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة:

حددت الرابطة الأمريكية للطب النفسي (APA) في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM5) المعايير التشخيصية لاضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) كرينغ وجونسون ودافيسون ونيل (Kring et al., 2015) كالآتي:

1- تعرض الفرد لموت حقيقي، أو تهديد بالموت، أو تعرضه لإصابة خطيرة، أو لعنف جنسي، بطريقة أو أكثر مما يلي: التعرض شخصياً، أو مشاهدة الحدث شخصياً، أو العلم بأن الوفاة من جراء العنف، أو الوفاة في الحادث، أو التهديد بالموت قد حدث عن قرب، أو التعرض بصورة متكررة، أو التعرض الشديد لتفاصيل بغیضة للحدث، وليس من خلال تقارير الإعلام.

2- أحد الأعراض المتداخلة التالية على الأقل:

أ- ذكريات تطفلية مؤلمة مكروهة للصدمة، أو لدى الأطفال لعب متكرر يخص موضوعات الصدمة.

ب- أحلام مفزعة مرتبطة ومتكررة بالحادث.

ج- تفاعلات مفككة مثل استرجاع الأحداث، حيث يشعر أو يفعل وكان الصدمات تتكرر، ولدى الأطفال إعادة تمثيل الصدمة أثناء اللعب.

د- نشاط فسيولوجي مكثف ومفزع، واستجابة لمفكرات عن الصدمة.

3- عرض واحد على الأقل من أعراض التجنب التالية:

أ- التهرب من المفكرات الداخلية للصدمة.

ب- التهرب من المفكرات الخارجية للصدمة.

4- تغييران على الأقل من التغيرات السلبية التالية في المفاهيم والمزاج:

أ- عدم القدرة على تذكر جانب مهم من الصدمة.

ب- معتقدات أو توقعات سلبية مستمرة مفرطة عن ذات الفرد، أو الآخرين، أو العالم.

- ج- لوم مفرط مستمر للنفس، أو الآخرين عن الصدمة.
- د- حالة انفعالية سلبية مستمرة، أو لدى الأطفال أصغر من 7 سنوات مزيد من العواطف السلبية المتكررة.
- هـ- اهتمام، أو مشاركة قليلة ملحوظة في الأنشطة المهمة.
- و- شعور بالانفصال، أو النفور من الآخرين، أو في الأطفال أقل من 7 سنوات تراجع اجتماعي.
- ح- عدم قدرة مستمرة على مواجهة الانفعالات الإيجابية.
- 5 - تغييران على الأقل في الإثارة ورد الفعل
- أ- سلوك هياجي أو عدواني.
- ب- يقظة مفرطة.
- ج- ردود فعل مفاجئة مبالغ فيها.
- د- مشاكل في التركيز.
- هـ- اضطراب في النوم.
- 6- تبدأ الأعراض وتتفاقم بعد الصدمة، أو الصدمات، وتستمر شهرا على الأقل.
- 7- بين الأطفال أقل من 7 سنوات، تتطلب الأعراض معايير 1، 2، 3، ولكن فقط واحد من الأعراض سواء في 3 أو 4.

### الرضا عن الحياة Life- Satisfaction

يعد مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم المتعلقة بعلم النفس الايجابي، وقد حظي هذا المفهوم باهتمام علماء النفس ودراساتهم منذ سبعينيات القرن الماضي، ويعرف الرضا عن الحياة بأنه كيفية تقييم الأفراد وحكمهم على حياتهم من وجهة نظرهم الخاصة في اتجاهين:

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

الأول: معرفي: تتمثل في تقييم حياتهم بشكل عام، أو جوانب محددة منها مثل الرضا المهني أو الرضا الزوجي.

الثاني: تقييم الأفراد لحياتهم بناءً على تكرار الأحداث السارة أو غير السارة التي تسبب لهم مشاعر السعادة، والفرح، أو مشاعر القلق والتوتر، وبالتالي يكون الرضا عن الحياة بدرجات متفاوتة بين الأفراد بافوت ودينير (Pavot & Diener, 1993).

### محددات الشعور بالرضا عن الحياة:

يعد الشعور بالرضا من المكونات الأساسية للسعادة، ويختلف الناس في درجة تقديرهم لمدى رضاهم عن الحياة بشكل عام، حيث الشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ والتأمل لمدى حسن سير الأمور، ويمكن تفسير الاختلافات في الشعور بالرضا عن الحياة بين الناس بعدة عوامل أرجايل (Argyle, 1997) كالآتي:

#### 1- تأثير الظروف الموضوعية على الشعور بالرضا

فالأشخاص المستقرون في زواجهم، ولديهم عمل مشوّق، وصحتهم جيدة، أكثر شعوراً بالسعادة والرضا عن الحياة من الآخرين، كما أن هناك أنشطة ممتعة لا ترتبط بإشباع الحاجات، ولكنها تعطي الكثير من الشعور بالرضا.

#### 2- خبرة الأحداث السارة

الشعور بالرضا لا يتأثر دوماً بالظروف الموضوعية، فهو يتأثر أيضاً بخبرات الأحداث السارة التي تولد مشاعر إيجابية، فوجود الأفراد في حالة مزاجية جيدة، يزيد من فرصة تعبيرهم عن شعورهم بالرضا عن الحياة ككل.

#### 3- الطموح والانجاز

يزيد الشعور بالرضا عندما تقترب الطموحات من الإنجازات، وزيادة الشعور بالكفاءة، ونُقوّم الطموحات على المقارنة بالآخرين أو خبرة الفرد السابقة.



#### 4-المقارنة مع الآخرين

تعتمد كيفية إصدار الأفراد للأحكام أو التقديرات على فهمهم لمعنى الدرجات على مقاييس التقدير هذه، ويحتمل أن تكون التقديرات الذاتية للشعور بالرضا عن الحياة معتمدة على المقارنة بالآخرين، بينما يعتمد تقدير السعادة على الحالات المزاجية المباشرة.

#### مشكلة الدراسة وأسئلتها،

أشارت تقارير مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين (UNHCR, 2014) إلى أن ثلثي اللاجئين السوريين في الأردن يستقرون خارج المخيمات الدولية ويتوزعون في المجتمعات الحضرية والريفية في كافة أنحاء المدن الأردنية، ويواجه هؤلاء اللاجئين تحديات تتراوح ما بين تأمين نفقات المعيشة والحصول على خدمات أساسية، إلى التأقلم مع المجتمع الجديد والتعامل مع الأسى والضيق النفسي والاجتماعي، وكذلك أشارت نتائج بعض الدراسات مثل دراسة ثابت والبحيبي وفوستانس (Thabet, Al-Bahaisi, & Fustance, 2014)، ودراسة النميس (Al-Nams, 2014)، ودراسة عوض (Awad, 2016)، إلى أن سماع أصوات ودوي الانفجارات، ومشاهد الدمار تثير في نفوس الأطفال الرعب والذعر والخوف، إضافة إلى مشاهدة قتل أو إصابة احد أفراد أسرهم، الأمر الذي يعرضهم لمستوى مرتفع من اليأس والبؤس والذعر والتشتت، كما تم القيام بدراسة استطلاعية تم خلالها مقابلة مجموعة من المعلمين والمعلمات الذين يقومون بمهمة التدريس لمجموعة من الطالبات اللاجئات السوريات، وتم توجيه أسئلة تتعلق بهؤلاء الطالبات من حيث وجود أعراض تختلف عن الطلبة الآخرين، وكانت الإجابات: أن الكثير من الطالبات اللاجئات لديهن شرود (تشتت) في الحصة، إضافة إلى سرعة الاستئارة الانفعالية، والإغراق في البكاء لمدته طويلة بالنسبة للطالبات الأخرى عند أي موقف مثير للتوتر، إضافة إلى مشاعر اللامبالاة تجاه الأحداث المحيطة بهن، والجفلة بشكل مبالغ فيه عند حدوث أي شيء مفاجئ، ولا يثير نفس رد الفعل عند الطالبات الأخرى، ولديهن مشاعر بالتشاؤم وعدم الأمل، وعليه فإن مشكلة الدراسة تحددت في بناء برنامج إرشادي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات.

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

### أسئلة الدراسة:

جاءت هذه الدراسة للإجابة عن الأسئلة الآتية:

- 1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )، بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة تعزى للبرنامج الإرشادي؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )، بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي في تنمية مستوى الرضا عن الحياة تعزى للبرنامج الإرشادي؟
- 3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )، بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي والتتبعي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات؟

### أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى مستوى انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة ومستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات اللاجئات السوريات، كما هدفت إلى استقصاء أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة، وتنمية الرضا عن الحياة لدى عينة من الطالبات اللاجئات السوريات.

### أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

انبثقت أهمية هذه الدراسة من أهمية وخطورة الأعراض التي تصيب الأفراد عقب التعرض للأحداث الصادمة، وخاصة الحروب، وما تخلفه من مأسى مثل: القتل، وفقدان الأمن والمأوى والمعيّل والدعم الاجتماعي، والتشريد والتهجير القسري، والتي كلها عوامل قد تسهم في انخفاض شعور الفرد بالرضا عن الحياة.

كما انبثقت الأهمية من أهمية الفئة التي تناولتها هذه الدراسة، وهن الطالبات المهجرات، وما لديهن من مشاعر سلبية نتجت عن تشردهن وتهجيرهن، وأهمية الفئة العمرية، والتي تقع ضمن تصنيفات عديدة أنها مرحلة الطفولة، حيث في هذه المرحلة يكون الفرد معتمدا على الآخرين في تلبية معظم احتياجاته، وتكوين هوية خاصة به.

### الأهمية التطبيقية:

تتبع الأهمية التطبيقية من خلال أن هذه الدراسة توفر برنامجاً قد يطبق على فئات أخرى، لمساعدتهم في تخطي أعراض اضطراب ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة، وفي توفير بعض البيانات والمعلومات التي ربما يستخدمها المخططون والمسؤولون في وزارة التربية والتعليم والمنظمات الداعمة والراعية لشؤون اللاجئين في رسم السياسات لتقديم الدعم والمساندة لدى أفراد هذه العينة.

### حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية بالآتي:

- 1- المجال البشري: تحدد الدراسة بالطالبات اللاجئات السوريات الإناث بين الفئة العمرية 12-15 سنة، والدارسات في مدارس مديريات التربية والتعليم \_ الكرك.
- 2- المجال الزمني: الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2017/2018.
- 3- المجال المهني: تتحدد نتائج الدراسة في ضوء المنهج المستخدم وهو المنهج (شبه التجريبي).  
التعريفات والمفاهيم الإجرائية: تضمنت الدراسة المصطلحات الآتية:

- أعراض اضطراب ما بعد الصدمة: استجابة متأخرة لحادث، أو موقف ضاغط جدا ذي طبيعة تهديدية كارثية، ويسبب كربا نفسيا لكل من يتعرض له تقريبا، من قبيل كارثة من صنع الإنسان، أو معركة، أو حادثة خطيرة، أو مشاهدة موت الآخرين، أو أن يكون الفرد ضحية تعذيب، أو اغتصاب، أو جريمة أخرى، وتكون الاستجابة على شكل خوف شديد، أو عجز، أو رعب، ونتيجة لذلك يصاب الشخص بأعراض مثل: القلق، والاستئثار لم تكن موجودة لديه قبل التعرض للصدمة (American Psychiatric Association, 2000). ويعرف إجرائيا

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

لغايات هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس أعراض  
اضطراب ما بعد الصدمة المعد لأغراض هذه الدراسة.

- الرضا عن الحياة: وهو عملية الحكم التي يُقدّر الشخص من خلالها نوعية حياته على أساس  
مجموعة من المعايير المتفردة الخاصة به جلمان، هيننر، وفورلونج ( Gilman, Huebner & Furlong, 2009). ويعرف إجرائياً أنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على  
مقياس الرضا عن الحياة المعد لأغراض هذه الدراسة.

- البرنامج الإرشادي Counseling Program هو برنامج مخطط، ومنظم، في ضوء أسس  
علمية، ويشتمل على مجموعة من الأساليب، والأنشطة المصممة، والمخطط لها، والتي تهدف  
إلى إحداث تغيير إيجابي في الجانب النفسي، والاجتماعي، ومساعدة الأفراد على تحقيق النمو  
السوي، والقيام بالاختيار الواعي والمتعل، لجميع من تضمهم المؤسسة وليامسون وروبينسون  
(Williamson, and Robinson, 2006) وزهران (Zahran, 2005). ويعرف إجرائياً  
لغايات هذه الدراسة بأنه مجموعة من الجلسات الإرشادية وعددها (14) جلسة، مستند إلى  
الإرشاد الانتقائي التقني، مدة كل منها (60) دقيقة، تطبق على أفراد المجموعة التجريبية بواقع  
جلستين أسبوعياً.

- الطالبات اللاجئات السوريات: وهن اللاجئات السوريات واللاتي غادرن بلادهن بشكل قسري  
بسبب الخوف الذي له ما يبرره، من التعرض للاضطهاد بسبب العرق، أو الدين، أو الانتماء  
إلى فئة اجتماعية معينة، أو بسبب الآراء السياسية، ولا يستطعن أو لا يرغبن في العودة لذلك  
البلد بسبب الخوف، واللاتي مازلن على مقاعد الدراسة الغزالي (Al-Ghazali, 2012).  
ويعرف إجرائياً لغايات هذه الدراسة: بأنه مجموع الطالبات اللاجئات السوريات، والدارسات  
في المدارس الحكومية والخاصة في محافظة الكرك في الفصل الدراسي الأول من العام  
الدراسي 2018/2017 ضمن الفئة العمرية (12-15) سنة.

### الدراسات السابقة:

أجري العديد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، وسيتم ترتيبها من الأقدم إلى الأحدث زمنياً حسب إجرائها، وحسب متغيرات الدراسة.

فقد أجرى أوكلان وماكمولين وشانون ورافيرتي وبلانك (O'Callaghan, McMullen, Rafferty & Black, Shannon, 2013) دراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر العلاج المعرفي السلوكي المركز على الصدمة للفتيات الكونغوليات المتأثرات بالحرب والمستغلات جنسياً لتقييم كفاءة العلاج المعرفي السلوكي المركز على الصدمة، في التقليل من ضغوط ما بعد الصدمة، والاكنتاب والقلق، وزيادة السلوك المرغوب لدى عينة عددها (52) من الفتيات المصدومات بالحرب في جمهورية الكونغو، واللواتي تعرضن لهول الحرب والاستغلال الجنسي، وتراوحت أعمارهن ما بين (12- 17) سنة، واللواتي تم توزيعهن عشوائياً على مجموعتين، تجريبية (26) فتاة، والضابطة (26) فتاة، وتم عمل مقابلات تقييم لعمل الخط القاعدي، وأشارت النتائج إلى وجود انخفاض ذي دلالة إحصائية في أعراض ضغوط ما بعد الصدمة، والاكنتاب، والقلق، وزيادة في السلوك المرغوب لصالح المجموعة التجريبية، وذلك على القياس البعدي والتتبعي.

كما أجرى ضمرة وأبو عيطة (Damra & Abu Eita, 2014) دراسة هدفت إلى مقارنة أثر برامج علاجية قائمة على التدخلات المركزة على الصدمة والموسيقى في خفض مستويات أعراض قلق ما بعد الصدمة لدى أطفال الحروب، وتكونت عينة الدراسة من (48) طفلاً سورياً تراوحت أعمارهم ما بين (10 - 12) سنة وتم توزيعهم قصدياً على (4) مجموعات (مجموعة العلاج بالموسيقى، ومجموعة العلاج المركز على الصدمة، ومجموعة العلاج بالموسيقى والمركز على الصدمة، والمجموعة الضابطة)، وتم استخدام قائمة قلق ما بعد الصدمة للأطفال لتقييم مستويات قلق ما بعد الصدمة لأفراد الدراسة، وأشارت النتائج إلى فعالية البرامج العلاجية المستخدمة في خفض أعراض إعادة تذكر خبرة الحدث الصادم، والتجنب، والاستنارة الانفعالية الزائدة لدى المجموعة التجريبية، مقارنة بالمجموعة الضابطة، وذلك على المقياس البعد، كما أشارت النتائج أيضاً إلى فاعلية البرنامج التكاملي (العلاج المركز على الصدمة+ العلاج بالموسيقى) في خفض أعراض قلق ما بعد الصدمة مقارنة بكل من مجموعة العلاج المركز على الصدمة ومجموعة العلاج

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

بالموسيقى، ولم تظهر النتائج فروقاً ذات دلالة ما بين المجموعات في بعض الأعراض النفسية الأخرى.

كما أجرى ستيفنسن (Stevenson, 2008) دراسة هدفت إلى معرفة أثر التدريب على الذكاء الانفعالي في الرضا عن الحياة، وتألفت عينة الدراسة من (155) فرداً بمرحلة المراهقة المبكرة والمتأخرة تم تقسيمهم إلى مجموعتين، ضمت المجموعة التجريبية (84) طالباً، والمجموعة الضابطة (71) طالباً، وتم استخدام مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الرضا عن الحياة، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما أشارت إلى أن تنمية الذكاء الانفعالي تشعر الفرد بالرضا عن حياته، وتزيد من قدرته على التواصل لتحقيق الهدف.

وأجرى المدهون (Al-Madhoun, 2009) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي لخفض الضغوط النفسية وتحسين مستوى الرضا عن الحياة لطلبة جامعة فلسطين بغزة، وتألفت عينة الدراسة من (28) طالباً أعمارهم بين (18- 21) سنة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بالتساوي، وتم استخدام مقياس مواقف الحياة الضاغطة إعداد زينب شقير، ومقياس الرضا الحياتي للدسوقي، والبرنامج الإرشادي الذي طبق على المجموعة التجريبية، وقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية على القياس البعدي، بين درجات المجموعة التجريبية، والمجموعة الضابطة على مقياس الرضا الحياتي لصالح المجموعة التجريبية.

كما أجرى الزيادات وجبريل (Al-Ziadat & Jbril, 2015) دراسة هدفت إلى فحص فاعلية البرنامج التدريبي للذكاء الانفعالي في تحسين الرضا عن الحياة لدى مسيئ استخدام العقاقير، وتألفت العينة من (30) شخصاً من مسيئ استخدام العقاقير من الحاصلين على الدرجات المنخفضة على مقياس الرضا عن الحياة، تم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين تجريبية وضابطة وقد خضعت المجموعة التجريبية إلى البرنامج التدريبي المكون من (17) جلسة، وقد استخدمت الدراسة الأدوات التالية (البرنامج التدريبي للذكاء الانفعالي، مقياس الرضا عن الحياة)، وأشارت النتائج إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا عن الحياة بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية على المقياس البعدي، وخالصة استعراض الدراسات السابقة أنها تناولت متغيري

الدراسة بالتعرف إلى مستوياتها وعلاقتها بمتغيرات أخرى ضمن برامج إرشادية، وجاءت الدراسة الحالية مختلفة في أنها تعرفت إلى فاعلية برنامج يربط بين هذين المتغيرين لدى هذه الفئة، وهذا ما يميز هذه الدراسة.

#### أفراد الدراسة:

بلغ عدد مجتمع الدراسة (240) طالبة لاجئة سورية، منها (30) طالبة لغايات حساب الخصائص السيكومترية للمقياسين.

كما تم تطبيق المقياسين أعراض ما بعد الصدمة ومقياس الرضا عن الحياة على (210) طالبة لاجئة في القياس القبلي، واختيار العينة القصدية (30) طالبة لاجئة ممن سجلن أعلى الدرجات على مقياس أعراض ما بعد الصدمة وأدنى الدرجات على مقياس الرضا عن الحياة، وتم تقسيمهن مناصفة إلى مجموعتين، تجريبية وضابطة.

التكافؤ وفقاً لمتغير أعراض ما بعد الصدمة و متغير الرضا عن الحياة.

#### جدول (1) اختبار (ت) للعينات المستقلة للكشف

عن الفروقات بمستويات أداء أفراد المجموعتين (الضابطة، التجريبية) في التطبيق القبلي

لمقياس أعراض ما بعد الصدمة ومقياس الرضا عن الحياة

المصدر	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الكلية لأعراض ما بعد الصدمة	تجريبية	4.07	0.12	28	0.331	0.743
	ضابطة	4.05	0.15	28	-0.635	0.530
الكلية	تجريبية	1.78	0.51	28	-0.635	0.530
	ضابطة	1.86	0.15	28	-0.635	0.530

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

تشير البيانات الواردة بالجدول (1) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  
الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي أداء المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس القبلي لمقياس  
أعراض ما بعد الصدمة ومقياس الرضا عن الحياة مما يشير إلى تكافؤ أفراد المجموعتين قبل البدء  
في تطبيق البرنامج.

#### أدوات الدراسة:

#### أولاً: مقياس أعراض ما بعد الصدمة

تم تطوير مقياس أعراض ما بعد الصدمة حسب الخطوات الآتية:

أولاً: تم الاطلاع على عدد من الدراسات والأدب النظري في مجال اضطراب ما بعد الصدمة وهي:  
بول (Poal, 1990) وبارلو (Barlow, 2000) و (Al-Sheikh & Barakat) 2011)،  
والدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية (DSM5)، والشقيرات  
(Al-shukairat, 2016) و (Awad, 2016).

ثانياً: تم تحديد أربعة أبعاد تضمنت ما يلي:

البعد الأول: إعادة الخبرة الصادمة، البعد الثاني: تجنب الخبرة الصادمة، البعد الثالث: فرط  
الحساسية والاستثارة، البعد الرابع: الشعور باليأس.

ثالثاً: تم اشتقاق فقرات لهذه الأبعاد، بحيث تناسب الطالبات في المرحلة العمرية من (12 - 15)  
سنة، وكان عدد الفقرات (38) فقرة، مصاغة بالاتجاه الإيجابي، علماً بأن احتمالات الاستجابة  
لهذه الفقرات تنحصر بالدرجة الكلية بين (38 - 190).



## الصدق والثبات

### أولاً: الصدق

تم التحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

#### 1 - صدق المحتوى

للتحقق من صدق المحتوى لمقياس أعراض ما بعد الصدمة ومدى ملاءمته لتحقيق أهداف الدراسة الحالية تم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة المحكمين من أساتذة الجامعات الأردنية من ذوي الخبرة والاختصاص بمجال الإرشاد النفسي والتربوي، والقياس والتقويم، وعلم النفس، والتربية الخاصة وعددهم (10)، وطلب إليهم إبداء رأيهم فيها من حيث مدى انتماء كل فقرة للبعد الذي تندرج تحته، ومن حيث الصياغة اللغوية، ومناسبة الفقرة للموضوع، ووضوح الفقرات، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يروونه مناسباً، وتم الاعتماد على المعيار المتمثل بنسبة اتفاق (80%) فما فوق لإبقاء الفقرة أو حذفها أو تعديلها، وقد تم الأخذ بمقترحات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة والتي تضمنت إعادة صياغة لبعض الفقرات والأخذ بمقترحاتهم للصياغة المعدلة.

#### 2- صدق البناء الداخلي

تم التحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس وذلك على عينة قوامها (30) طالبة لاجئة من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة الكلية، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0,30 - 0,88)، وجميعها كانت ذات دلالة عند مستوى دلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )، وكذلك معاملات الارتباط بين الفقرة مع البعد وتراوحت ما بين (0,33 - 0,82)، وجميعها كانت ذات دلالة عند مستوى دلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )، وهي مقيم مناسبة لأغراض هذه الدراسة.

#### 4- ثبات مقياس أعراض ما بعد الصدمة:

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتي معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، وطريقة الإعادة (Test Retest) ويفارق زمني مدته أسبوعان على عينة بلغت (30) طالبة، وبلغ معامل

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

الثبات بطريقة (Test Retest) (تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار) (0,88) وباستخراج معامل  
كرونباخ ألفا (0,90)، وهي قيم مناسبة لأغراض هذه الدراسة.

### تصحيح المقياس:

تم التعامل مع مستوى الدرجة على المقياس حسب الآتي:

الدرجة (2,33) فأقل متدني

الدرجة (2,34 - 3,67) متوسط

الدرجة (3,68) فأكثر عالٍ

علما بأن فقرات المقياس كلها ايجابية.

مقياس الرضا عن الحياة

تم تطوير المقياس بالسير بالخطوات التالية:

1 - تم الاطلاع على عدد من الدراسات والأدب النظري في مجال الرضا عن الحياة وهي:  
أرجايل (Argyle, 1997) وهينز (Huebner, 2001) وإسماعيل (Ismail, 2011) وإبراهيم  
(Ibrahim, 2011).

2 - تم تحديد أربعة أبعاد بالصورة الأولى ومن (37) فقرة وكل الفقرات إيجابية، والأبعاد هي:  
البعد الأول: البعد الاجتماعي، البعد الثاني: رضا الفرد عن إمكانياته وخصائصه وقدراته. البعد  
الثالث: البعد الأسري، البعد الرابع: الرضا عن المستقبل.

3 - تم صياغة الفقرات بحيث تناسب الطالبات اللاجئات السوريات في الفئة المستهدفة في  
هذه الدراسة، علماً بأن احتمالات الاستجابة لهذه الفقرات تنحصر بها الدرجة الكلية  
بين (37 - 185).

## الصدق والثبات:

تم التحقق من صدق المقياس بالطرق الآتية:

### 1. صدق المحتوى:

للتحقق من صدق المحتوى لمقياس الرضا عن الحياة ومدى ملائمته لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، تم عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة المحكمين وعددهم (10) من أساتذة الجامعات الأردنية من ذوي الخبرة والاختصاص بمجال الإرشاد النفسي والتربوي، والقياس والتقويم، وعلم النفس، والتربية الخاصة، وطلب إليهم إبداء رأيهم فيه من حيث: مدى انتماء كل فقرة للبعد الذي تندرج تحته، ومن حيث الصياغة اللغوية، ومناسبة الفقرة للبيئة، ووضوح الفقرات، وإضافة أو تعديل أو حذف ما يرونه مناسباً، وكان عدد الفقرات في المقياس بصورته الأولية (37) فقرة، وتم الاعتماد على المعيار المتمثل بنسبة اتفاق (80%) فما فوق لإبقاء الفقرة أو حذفها أو تعديلها، وقد تم الأخذ بمقترحات المحكمين وإجراء التعديلات المطلوبة والتي تضمنت إعادة صياغة لبعض فقرات المقياس.

### 2. صدق البناء الداخلي

تم التحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس وذلك على عينة قوامها (30) طالبة لاجئة من مجتمع الدراسة ومن خارج العينة، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة الكلية حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0,33 - 0,81)، وجميعها كانت ذات دلالة عند مستوى دلالة  $(\alpha \geq 0,05)$ ، وكذلك معاملات الارتباط بين الفقرة مع البعد وتراوحت ما بين (0,42 - 0,83)، وجميعها كانت ذات دلالة عند مستوى دلالة  $(\alpha \geq 0,05)$ ، وهي مقيم مناسبة لأغراض هذه الدراسة.

### 4- ثبات مقياس الرضا عن الحياة:

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتي معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، وطريقة الإعادة (Test Retest) وبفارق زمني مدته أسبوعان على عينة بلغت (30) طالبة، وبلغ معامل الثبات بطريقة (Test Retest) (تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار) (0,90) وباستخراج معامل كرونباخ ألفا (0,88)، وهي قيم مناسبة لأغراض هذه الدراسة.

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

### تصحيح المقياس:

تم التعامل مع مستوى الدرجة على المقياس حسب الآتي:

الدرجة (2,33) فأقل متدني

الدرجة (2,34 - 3,67) متوسط

الدرجة (3,68) فأكثر عالٍ

علما بأن فقرات المقياس كلها ايجابية.

### البرنامج الإرشادي

تم بناء البرنامج الإرشادي المكون من (14) جلسة إرشادية، بواقع جلستين في الأسبوع لمدة (60) دقيقة حيث تم استخدام الأساليب الإرشادية التالية:

التقدير، النمذجة، لعب الدور، الحديث الذاتي، وقف التفكير، إعادة البناء المعرفي، استخدام الدعابة، المهارات الاجتماعية والتدريب على توكيد الذات، المناقشة والحوار، التعزيز. العقد السلوكي، التعريض، التنفس العميق، الاسترخاء العضلي، التخيل، الواجب البيئي، حل المشكلات، التخطيط للحياة، التنفيس الانفعالي.

وقد تم استخدام هذه الأساليب المتعلقة بالتدخل الإرشادي لخفض أعراض ما بعد الصدمة، وتنمية الرضا عن الحياة.

### إجراءات الدراسة:

تمت الدراسة حسب الخطوات الآتية:

1 - تم تطوير أدوات الدراسة بالرجوع إلى الأدب النظري، وقد تم التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما.

2 - تم تحديد عينة الدراسة من خلال تطبيق المقياسين على (210) طالبة لاجئة سورية، ثم تم حصر (30) طالبة وهن اللواتي سجلن أعلى الدرجات على مقياس أعراض ما بعد

الصدمة، وأقل الدرجات على مقياس الرضا عن الحياة، وتم أخذ الموافقات اللازمة من الطالبات اللجئات وأولياء أمورهن خطياً للاشتراك بالبرنامج، وتم توزيعهن إلى مجموعتين (ضابطة وتجريبية).

3- تم بناء البرنامج الإرشادي الخاص بالدراسة بالرجوع إلى الأدب النظري السابق.

4- تم بناء البرنامج الإرشادي الذي تكون من (14) جلسة إرشادية ويواقع (60) دقيقة للجلسة الواحدة، وتطبيقه خلال الفترة الزمنية (22 / 10 / 2017 إلى 6 / 12 / 2017)، وإجراء القياس البعدي بعد انتهاء البرنامج، واستخراج النتائج.

5 - تم إجراء القياس التبعي للمجموعة التجريبية بعد (3) أشهر من إنهاء البرنامج واستخراج النتائج.

#### عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية على القياس البعدي في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة تعزى للبرنامج الإرشادي؟".

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين المصاحب (ANCOVA) أحادي الاتجاه، وذلك لمقارنة مستوى أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس أعراض ما بعد الصدمة في التطبيق البعدي وفقاً لمتغير المجموعة (ضابطة، تجريبية)، واعتبار مستوى الأداء في التطبيق القبلي (قبل تنفيذ البرنامج الإرشادي) هو المتغير المصاحب (متغير الضبط)، والجدولان (2) (3) يوضحان نتائج ذلك:

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

**جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أداء أفراد المجموعتين (الضابطة،  
التجريبية) في التطبيق البعدي لمقياس أعراض ما بعد الصدمة**

الخطأ المعياري	الوسط الحسابي المعدل	القياس البعدي		القياس القبلي		المجموعة	المجال
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
0.08	1.85	0.31	1.85	0.22	4.22	تجريبية	إعادة الخبرة الصادمة
0.08	4.11	0.33	4.11	0.22	4.19	ضابطة	
0.11	1.83	0.50	1.83	0.23	4.20	تجريبية	تجنب الخبرة الصادمة
0.11	4.15	0.34	4.15	0.28	4.11	ضابطة	
0.08	1.88	0.39	1.89	0.31	4.01	تجريبية	فرط الحساسية والاستئثار
0.08	3.90	0.31	3.89	0.22	3.99	ضابطة	
0.11	1.58	0.33	1.58	0.36	3.85	تجريبية	الشعور باليأس وعدم القدرة
0.11	4.04	0.46	4.04	0.43	3.92	ضابطة	
0.07	1.78	0.32	1.79	0.12	4.07	تجريبية	الكلي
0.07	4.05	0.16	4.05	0.15	4.05	ضابطة	

بالرجوع للمتوسطات الحسابية المعدلة في الجدول (2)، يظهر أن المتوسط الحسابي المعدل  
لأعراض ما بعد الصدمة ككل لدى أفراد المجموعة التجريبية (1.78)، ومتوسط المجموعة الضابطة  
(4.05)، مما يشير إلى أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

**جدول (3) تحليل التباين المصاحب أحادي الاتجاه (ANCOVA) لفحص دلالة الفروق بين أفراد المجموعتين (الضابطة، التجريبية) في القياس البعدي لمقياس أعراض ما بعد الصدمة**

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	حجم الأثر مربع آيتا
إعادة الخبرة الصادمة	المجموعة	38.114	1	38.114	367.164	0.000*	0.93
	الخطأ	2.803	27	0.104			
	الكلي	307.677	30				
	الكلي المصحح	41.026	29				
تجنب الخبرة الصادمة	المجموعة	39.369	1	39.369	211.644	0.000*	0.88
	الخطأ	5.022	27	0.186			
	الكلي	313.843	30				
	الكلي المصحح	45.461	29				
فرط الحساسية والاستثارة	المجموعة	30.492	1	30.492	291.271	0.000*	0.91
	الخطأ	2.826	27	0.105			
	الكلي	284.210	30				
	الكلي المصحح	33.647	29				
الشعور باليأس وعدم القدرة على التعبير	المجموعة	45.071	1	45.071	270.308	0.000*	0.90
	الخطأ	4.502	27	0.167			
	الكلي	286.053	30				
	الكلي المصحح	49.844	29				
الكلي	المجموعة	38.433	1	38.433	612.540	0.000*	0.95
	الخطأ	1.694	27	0.063			
	الكلي	295.415	30				
	الكلي المصحح	40.134	29				

\*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $\alpha \leq 0.05$

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

يشير الجدول (3) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى الدلالة  $0.05 \leq \alpha$ ) بين متوسطي أداء المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس أعراض ما بعد الصدمة ككل، وذلك بعد ضبط الأداء القبلي، وبالرجوع للمتوسطات الحسابية المعدلة في الجدول (22) يظهر أن المتوسط الحسابي المعدل لأعراض ما بعد الصدمة ككل لدى أفراد المجموعة التجريبية (1.78)، ومتوسط المجموعة الضابطة (4.05)، مما يشير إلى أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية، كما يؤكد حجم الأثر المحسوب والذي بلغت قيمته (0.95) والذي يشير وحسب تصنيف "كوهين" إلى وجود أثر كبير للبرنامج الإرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة لدى الطالبات اللاجئات السوريات.

وتظهر النتائج أيضاً وفيما يتعلق بالأبعاد وجود فروقات دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة، وعلى مستوى كل بعد من هذه الأبعاد، ولصالح أفراد المجموعة التجريبية، وبحجم أثر تراوحت قيمه بين (88.0 - 93.0)، وهو يدل وحسب تصنيف كوهين على وجود أثر كبير للبرنامج الإرشادي في تخفيض أعراض ما بعد الصدمة لدى الطالبات اللاجئات السوريات، وهذا يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي، حيث أثبت البرنامج فاعليته في خفض أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى المجموعة التجريبية، وربما يرجع فاعلية البرنامج الانتقائي إلى أن الانتقائية تركز على أنه ليس هناك طريقة واحدة تصلح مع جميع الأفراد، بل تشجع على الانتقاء التقني من كافة الأطر النظرية، بما يحقق مصلحة الأفراد، ويقودهم إلى تحقيق الصحة النفسية والالتزان النفسي. مع ضرورة المعرفة بالتوجه النظري، وإتقان استخدام التقنيات العائدة لكل نظرية، والانتقال بين الفنيات في نسق متناسب ومناسب للحالة المستهدفة إرشادياً، وظهرت فاعلية البرنامج أيضاً في خفض أعراض ما بعد الصدمة في جميع الأبعاد الأربعة التي تم توجيه أهداف البرنامج إليها (إعادة الخبرة الصادمة، وتجنب الخبرة الصادمة، وفرط الحساسية والاستثارة، والشعور باليأس وعدم القدرة على التغيير)، وقد كان لتنوع الفنيات المستخدمة من أطر نظرية مختلفة بما يناسب أهداف البرنامج دوراً فاعلاً في إظهار هذه النتيجة، حيث كان يتم تدريب الطالبات اللاجئات على المهارات والفنيات الجديدة مثل: التفرغ الانفعالي، والاسترخاء العضلي، والتعريض، والحديث الذاتي الإيجابي، وغيرها من المهارات، والتأكد من إتقان هذه المهارات والفنيات عن طريق تنوع الأنشطة في إيصال المهارة أو الفنية، والتأكيد على نقل أثر هذا التعلم على المواقف الحياتية الأخرى التي تطرأ دون تخطيط لها أو توقع،



وبحسب ما أشار إليه ريتشمان (Richman, 1999)، فإن الأفراد في هذه المرحلة العمرية بحاجة إلى أشخاص يقدمون لهم الدعم والرعاية، ويستطيعون الثقة بهم، وهذا يتفق مع المبادئ الإرشادية التي تم الاتفاق عليها في بداية البرنامج الإرشادي، وتم العمل على تحقيقها، وقد كان لتشابه المشكلات لدى الطالبات اللاجئات ومعايشة نفس الظروف تقريبا، دورًا كبيرًا في زيادة الألفة بينهن، وزيادة الدافعية لتحقيق أهداف البرنامج، والتعاون مع الباحثة، وزيادة الوعي بأهمية معالجة هذه المشكلة؛ لانعكاسها على مجالات الحياة الأخرى، واتفقت نتائج الدراسة مع نتائج دراسة اوكلانغان

وماكمولين وشانون ورافيرتي وبلانك ( Callaghan, McMullen, Shannon, Rafferty, ) (O' & Black, 2013) واتفقت نتائج الدراسة الحالية أيضًا مع نتائج دراسة ضمرة وأبو عيطة

(Damra & Abu Eita, 2014).

السؤال الثاني: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية على القياس البعدي في تنمية مستوى الرضا عن الحياة تعزى للبرنامج الإرشادي".

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين المصاحب (ANCOVA) أحادي الاتجاه، وذلك لمقارنة مستوى أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس الرضا عن الحياة في التطبيق البعدي وفقا لمتغير المجموعة (ضابطة، تجريبية)، واعتبار مستوى الأداء في التطبيق القبلي (قبل تنفيذ البرنامج الإرشادي) هو المتغير المصاحب (متغير الضبط)، والجدولان (4) (5) يوضحان نتائج ذلك.

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

**جدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أداء أفراد المجموعتين  
(الضابطة، التجريبية) في القياس البعدي لمقياس الرضا عن الحياة**

الخطأ المعياري	الوسط الحسابي المعدل	القياس البعدي		القياس القبلي		المجموعة	المجال
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
0.080	4.10	0.40	4.10	0.54	1.82	تجريبية	البعد
0.080	1.80	0.21	1.80	0.30	1.84	ضابطة	الاجتماعي
0.104	4.09	0.51	4.08	0.48	1.57	تجريبية	رضا الفرد عن
0.104	1.61	0.23	1.62	0.26	1.73	ضابطة	إمكانياته
0.108	4.16	0.42	4.17	0.68	2.21	تجريبية	رضا الفرد عن
0.108	2.38	0.39	2.37	0.31	2.42	ضابطة	حياته الأسرية
0.089	4.01	0.42	4.01	0.46	1.52	تجريبية	الرضا عن
0.089	1.52	0.24	1.52	0.27	1.47	ضابطة	المستقبل
0.059	4.09	0.28	4.09	0.51	1.78	تجريبية	الكلي
0.059	1.82	0.16	1.83	0.15	1.86	ضابطة	

بالرجوع للمتوسطات الحسابية المعدلة في الجدول (4) يظهر أن المتوسط الحسابي المعدل لمستوى الرضا عن الحياة ككل لدى أفراد المجموعة التجريبية (4.09)، ومتوسط المجموعة الضابطة (1.82)، مما يشير إلى أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

جدول (5) تحليل التباين المصاحب أحادي الاتجاه (ANCOVA) لفحص الفروق بين أفراد المجموعتين (الضابطة، التجريبية) في التطبيق البعدي لمقياس الرضا عن الحياة

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	حجم الأثر مربع آيتا
البعد الاجتماعي	المجموعة	39.592	1	39.592	409.227	0.00*	0.93
	الخطأ	2.612	27	.097			
	الكلية	303.153	30				
	الكلية المصحح	42.314	29				
رضا الفرد عن إمكانياته	المجموعة	44.432	1	44.432	278.362	0.00*	0.91
	الخطأ	4.310	27	.160			
	الكلية	293.457	30				
	الكلية المصحح	50.010	29				
رضا الفرد عن حياته الأسرية	المجموعة	22.810	1	22.810	132.755	0.00*	0.83
	الخطأ	4.639	27	.172			
	الكلية	349.570	30				
	الكلية المصحح	28.783	29				
الرضا عن المستقبل	المجموعة	46.270	1	46.270	391.163	0.00*	0.93
	الخطأ	3.194	27	.118			
	الكلية	279.664	30				
	الكلية المصحح	50.086	29				
الكلية	المجموعة	38.031	1	38.031	724.657	0.00*	0.96
	الخطأ	1.417	27	.052			
	الكلية	302.392	30				
	الكلية المصحح	39.825	29				

\*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $\alpha \leq 0.05$

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

تشير البيانات الواردة بالجدول (5) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية (عند مستوى الدلالة  $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطي أداء المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لمقياس الرضا عن الحياة ككل، وذلك بعد ضبط الأداء القبلي، وبالرجوع للمتوسطات الحسابية المعدلة في الجدول (4) يظهر أن المتوسط الحسابي المعدل لمستوى الرضا عن الحياة ككل لدى أفراد المجموعة التجريبية (4.09)، ومتوسط المجموعة الضابطة (1.82)، مما يشير إلى أن الفروق لصالح المجموعة التجريبية، كما يؤكد حجم الأثر المحسوب والذي بلغت قيمته (0.96)، والتي تشير وحسب تصنيف "كوهين" إلى وجود أثر كبير للبرنامج الإرشادي في تنمية مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات.

كما تظهر النتائج وفيما يتعلق بالأبعاد وجود فروقات دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة، وعلى مستوى كل بعد من هذه الأبعاد، ولصالح أفراد المجموعة التجريبية، وبحجم أثر تراوحت قيمه بين (83.0- 93.0)، وهو يدل وحسب تصنيف كوهين على وجود أثر كبير للبرنامج الإرشادي في تحسن مستوى الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات. وأثبت البرنامج فاعلية في تنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات، ويمكن تفسير فاعلية البرنامج إلى أنه اشتمل على تعليم مهارات تزيد من الرضا عن الحياة مثل: تأكيد الذات، والإيجابية، وحل المشكلات، والتخطيط للحياة، وغيرها من المهارات التي تخدم هدف البرنامج، وتساعد على تحقيقه، حيث ركز البرنامج في أهدافه على تعليم هذه المهارات لتنمية الرضا عن الحياة، وكذلك كان للإرشاد الجمعي دوره الفاعل في تنمية هذه المهارات وتثبيتها لدى الطالبات اللاجئات، فالظروف المتشابهة التي عاشتها اللاجئات، رفع مستوى الألفة والترابط بينهن، ورفع مستوى درجة الوعي لديهن لأهمية البرنامج، كما كان لتنوع الأنشطة، وإتاحة الفرصة للنقاش بين الطالبات دور كبير في إظهار هذه النتيجة، وربما كان للتعرف على بعض المنظمات الداعمة للاجئين والزراعية لشؤونهم وتقديم المعونات لهم، دور في التخفيف من وطأة الشعور بالتشرد، وتوفير بعض الخدمات الضرورية. وكذلك تظهر فاعلية البرنامج في أنه تطرق للعديد من مجالات الرضا عن الحياة، مثل: الرضا عن الحياة الاجتماعية، والحياة مع الأسرة، والرضا عن الذات، والإمكانات والخصوصيات، والرضا عن المستقبل، واشتمل على أنشطة تلامس الحياة اليومية، وتزيد من الخبرات السارة، وتركز على إثارة التفكير في الجوانب الإيجابية في الحياة، وأهمية التخطيط للمستقبل، والاستفادة من

الفرص المتاحة لتحسين نوعية الحياة، وزيادة توافق الفرد مع ذاته، ومع الآخرين، ونظريته تجاه المستقبل، ويتفق بذلك مع ما أشار إليه أرجايل (Argyle, 1997). وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة ستيفنسن (Stevenson, 2008)، كما اتفقت مع نتائج دراسة المدهون (Al-Madhoun, 2009)، كما اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الزيادات وجبريل (Al-Ziadat, & Jbril, 2015).

السؤال الثالث: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين متوسطات أداء أفراد المجموعة التجريبية على القياس البعدي والتتبعي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات؟

**جدول (6) اختبار (ت) للعينات المرتبطة للكشف عن الفروقات بين القياس البعدي والتتبعي لمقياس أعراض ما بعد الصدمة لدى أفراد المجموعة التجريبية**

الأبعاد	التطبيق	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
إعادة الخبرة الصادمة	البعدي	1.85	0.31	14	0.998	0.335
	التتبعي	1.84	0.29			
تجنب الخبرة الصادمة	البعدي	1.83	0.50	14	2.00	0.065
	التتبعي	1.82	0.49			
فرط الحساسية والاستثارة	البعدي	1.89	0.39	14	1.666	0.118
	التتبعي	1.88	0.39			
الشعور باليأس وعدم القدرة	البعدي	1.58	0.33	14	1.83	0.088
	التتبعي	1.56	0.33			
الكلي	البعدي	1.79	0.32	14	1.91	0.071
	التتبعي	1.77	0.32			

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة، للكشف عن دلالة وجود فروقات بين التطبيق البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية، وذلك على مستوى كل بعد من

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

أبعاد مقياس أعراض ما بعد الصدمة، وكذلك البعد الكلي، وكل مستوى من أبعاد الرضا عن الحياة، وكذلك البعد الكلي، والجدولان (6) و (7) يوضحان نتائج ذلك.

تشير البيانات الواردة بالجدول (6) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )، بين القياس البعدي والتتبعي لمقياس أعراض ما بعد الصدمة على أفراد المجموعة التجريبية، مما يشير إلى احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بأثر البرنامج.

وتم استخدام اختبار (ت) للعينات المرتبطة للكشف عن دلالة وجود فروقات بين التطبيق البعدي والتتبعي لأفراد المجموعة التجريبية، وذلك على مستوى كل بعد من أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، وكذلك البعد الكلي، والجدول (7) يوضح نتائج ذلك.

**جدول (7) اختبار (ت) للعينات المرتبطة للكشف عن الفروقات بين القياس البعدي والتتبعي لمقياس الرضا عن الحياة لدى أفراد المجموعة التجريبية**

الأبعاد	التطبيق	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
البعد الاجتماعي	البعدي	4.10	0.40	14	1.96	0.07
	التتبعي	4.08	0.41			
رضا الفرد عن إمكانياته وخصائصه	البعدي	4.08	0.51	14	1.60	0.131
	التتبعي	4.07	0.52			
رضا الفرد عن حياته الأسرية	البعدي	4.17	0.42	14	1.63	0.124
	التتبعي	4.13	0.38			
الرضا عن المستقبل	البعدي	4.01	0.42	14	1.76	0.102
	التتبعي	3.97	0.45			
الكلي	البعدي	4.09	0.28	14	1.99	0.058
	التتبعي	4.07	0.29			

تشير البيانات الواردة بالجدول (7)، إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين القياس البعدي والتتبعي لمقياس الرضا عن الحياة لدى أفراد المجموعة التجريبية، مما يشير إلى احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية بأثر البرنامج. ولقد اتضحت استمرارية أثر البرنامج، وذلك من خلال عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، والمتابعة بعد ثلاثة أشهر، من خلال احتفاظ أفراد المجموعة التجريبية في الأثر، ويمكن عزو ذلك إلى فاعلية الأنشطة والمهارات التي تم تدريب الطالبات عليها، والتأكيد عليهن وتدريبهن على نقل أثر التدريب إلى المواقف الحياتية الأخرى، إضافة إلى أن البرنامج لاس حاجة ملحة لدى الطالبات اللاجئات السوريات في التخفيف من معاناتهن من آثار الحرب، وانعكاسها على رضاهن عن الحياة؛ الأمر الذي زاد من دافعيتهن نحو الاحتفاظ بأثر البرنامج، كما وقد يعزى استمرار أثر البرنامج إلى أن الإرشاد الانتقائي ينوع في أساليبه وفنياته؛ حيث يفترض فردية الفرد، وأن ما يناسب فردا من فنيات ليس بالضرورة أن يناسب فردا آخر، ويأخذ بالاعتبار مدى الاختلاف الواسع بين المسترشدين ومشاكلهم، ويركز على أن لكل مشكلة مجموعة من البدائل الإرشادية، تتفاوت بمدى مناسبتها لكل فرد لحل مشكلته. واتفقت مع دراسة اوكلان وزملائه (O'Callaghan et al., 2013)

#### توصيات الدراسة:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، توصي الباحثة بالآتي:

1. ضرورة تقديم خدمات إرشادية مبكرة للاجئين في المخيمات؛ للحيلولة دون تطور أعراض الصدمة لاضطراب.
2. ضرورة بناء برامج إرشادية مماثلة لفئات طلبة المخيمات واللاجئين، لمساعدتهم في رفع مستوى الرضا عن الحياة.
4. ضرورة تقديم خدمات إرشادية لأولياء الأمور لتبصيرهم بكيفية تقديم الدعم، والمساندة، والرعاية لأبنائهم الذين شهدوا ويلات الحرب؛ حتى لا ينعكس على رضاهم عن الحياة.
5. ضرورة إجراء دراسات تتناول متغيرات أخرى لهذه الفئات مثل: قلق الموت، وقلق المستقبل المهني، ومفهوم الذات.

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

---

## References

- Al-Beblawi, V. (2012). Children in crisis, *Journal of Childhood and Development*, 1 (25), 31-42.
- Al-Ghazali, N. (2012). Report of displaced persons in Syria and Syrian refugees in Lebanon, Jordan, Turkey, Iraq, Egypt, Damascus Center for theoretical studies and human rights.
- Al-Madhoun, A. (2009). Effectiveness of a counseling program to reduce psychological stress and improve the level of satisfaction with life of students of the University of Palestine in Gaza, *Educational Sciences*, Egypt, 17 (2), 332 -367.
- Al-Nams, I. (2014). Children of Syria, assess their situation and their protection efforts, and their care initiatives, Syrian Center for Studies and Research.
- [http://futureofsyria.unhcr\\_arabic.org/born\\_in\\_exite.html](http://futureofsyria.unhcr_arabic.org/born_in_exite.html)[www.ogymoe.com](http://www.ogymoe.com) 20/3/2017.
- Al-Sheikh, M. & Barakat, M. (2011). Methods of dealing with traumatic stress disorder and its relation to some variables, comparative field study in children who were exposed to traffic accidents (9 – 12 years) in Damascus Governorate, *University of Damascus Journal*, 27 (3+ 4), 847 - 887 .
- Al-Shukairat, I. (2016). The impact of a psychosocial support program on improving mental health among a sample of Syrian students in Jordan, Unpublished PhD thesis, University of Jordan: Jordan.
- Al-Ziadat, M. & Jibril, M. (2015). The effectiveness of a training program for emotional intelligence in improving the satisfaction of life among drug abuser, *Educational Sciences Studies*, University of Jordan, 42 (2), 533 – 547.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical annual of mental disorder* (4<sup>th</sup>ed, text revision), Washington. D. C. Author.
- Argyle, M. (1997). *The Psychology of Happiness*, Translated by Faisal Abdul Qader Younes, Dar ghareep for Printing & Publishing: Cairo



- Awad, Y. (2016). A selective counseling program to reduce PTSD in children, Unpublished PhD thesis, Ain-Shams University.
- Barlow, D. (2000). Clinical Reference in Mental Disorder, A Detailed Manual of Treatment, Translation of Safwat Faraj, Cairo: The Anglo-Egyptian Library.
- Boothby, N. & Melvin, H. (2007). Towards Best Practice in School –Based Psychosocial Programming: A survey of Current Approaches, In Refuge Mental Health, edited by Richard Mullica, Nashville: Vanderbilt University press.
- Damra, J. & Abo Eita, S. (2014). The effect of CBT on trauma and music therapy in reducing symptoms of PTSD in a sample of war children, Journal of Educational Science Studies, University of Jordan, 41 (1),101- 114
- Gilman, R., Huebner, S. & Furlong, M. (2009). Handbook of Positive Psychology in Schools, New York: Tylor and Francis.
- Ibrahim, M. (2011). Satisfaction with life and its relation to some psychological variables among university students, Unpublished PhD thesis, Helwan University: Egypt.
- Ismail, A. (2011). Satisfaction with adolescent life and its relationship to family-based methods and satisfaction with school performance the effectiveness of a training program in improving satisfaction with life, Un published PhD thesis, University of Jordan: Jordan.
- Kring, A., Johnsons, S., Davison, G., & Neal, J. (2015). Abnormal Psychology, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disordered (DSM5), Translation Amthal Al-haweleh; Fatima Aiad; Hana Shwik, Malak Al-Rasheed; & Nadia Al-Hamdan, (12<sup>th</sup> ed), Cairo: The Anglo-Egyptian Library.
- Huenber, S. (2001). Manual for the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale, University of South Carolina: Colombia.
- O,Callaghan, P., McMullen, J., Shannon, C., Rafferty , H., & Black, A. (2013). A randomized controlled trail of trauma – focused cognitive behavioral therapy for sexually exploited, war-affected Congolese

أثر برنامج إرشادي في خفض أعراض ما بعد الصدمة وتنمية الرضا عن الحياة لدى الطالبات اللاجئات السوريات  
ختام علي الضمور، محمد السفاسفه

- 
- girls, *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychology*, 9 (1), 120 – 128.
- Pavot, W. & Diener, E. (1993). Review of satisfaction with life scale, *Psychological Assessment*, 5 (2), 164 – 172.
- Poal, P. (1990). Introduction to the theory and practice of crisis intervention. *Quaderns de Psicologia*, 10 (1), 121 – 140.
- Psycho Neuro Therapeute. [www.rvd-psychologue.com](http://www.rvd-psychologue.com) (Cosulte le/03-03-2016, 23:30).
- Richman, N. (1999). How can we help children in conflict situation? Communicate with children, (2<sup>nd</sup> ed), Beirut: Lebanon: Beisan Publishing and Distribution.
- Stevenson, J. (2008). An Assessment of the Neurobiological and Behavioral Changes that Occur During Abstinence Following Chronic Alcohol Drinking, Published Doctoral Dissertation. University of North Carolina, Chapel Hill.
- Thabet, A., Al-Bahaisi, O. & Fustance, P. (2014). Trauma resulting from the Gaza war and its relationship to anxiety, Post Traumatic Stress Disorder and coping methods among Palestinian adolescent, *Arab Journal of Psychiatry*, 25 (1), 71- 82.
- United Nation High Commissioner for Refugees (UNHCR). Country operations profile- Jordan. Accessed August 10, 2014
- Williamson, J., & Robinson, M. (2006). Psychosocial interventions inter rated programming for will-being? *Intervention*, 4(1), 4 – 25.
- World Health Organization. (1992). The ICD-10 Classification of mental and Behavior Disorder: clinical description and guidelines. Geneva: World Health Organization. 147 – 148.
- Zahran, H. (2005). Guidance and counseling, (4<sup>th</sup> ed), Cairo: World of Books.