



جامعة مؤتة  
كلية الدراسات العليا

أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية  
ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات  
في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية

إعداد الطالبة

سناء خليل السيد

إشراف

الأستاذ الدكتور أحمد الزغاليل

أطروحة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا استكمالاً  
لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه  
في الإرشاد النفسي والتربوي/ قسم الإرشاد والتربية الخاصة

جامعة مؤتة، 2020م

الآراء الواردة في الرسالة الجامعية  
لا تعبر بالضرورة عن آراء جامعة مؤتة



### قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب سناء خليل عبدالجابر السيد  
والموسومة بـ: الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية ومستوى  
التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في  
منطقة الاغوار الاردنية

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراة الإرشاد النفسي و التربوي  
في  
القسم: الإرشاد النفسي و التربوي في تاريخ ٢٠٢٠/٠٥/٢١  
من الساعة ١٢ إلى الساعة ٢ قرار رقم

#### التوقيع

#### أعضاء اللجنة:

مشرفاً ومقرراً

عضواً

عضواً

عضو خارجي

أ.د احمد سليمان عبدالقادر الزغاليل

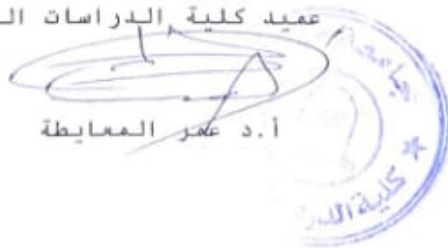
أ.د محمد ابراهيم محمد السفاقة

د. انس صالح ربيع الضلاعين

د. حابس سعد موسى الزبون

عميد كلية الدراسات العليا

أ.د عمر المعاينة



## الإهداء

إلى أبي، ومعلّمي، ومصدر فخري واعتزازي، الدكتور خليل السيّد الذي أعطاني الكثير، وعلمني حب العمل، وزرع داخلي حب التقدّم والنجاح، فكان وما زال عنواناً للتقدم، وحب العطاء، ورمزاً إلى تحقيق الذات والنجاح رغم الصّعوبات والعقبات.

إلى أمي، نبع الحنان، ومثال العطاء، جميلة راشد الجبوسي، التي غمرتني بحبها، ودعمها، وكانت تحفني دائماً بدعائها، وحنانها.

إلى أخي، الدكتور المؤيد خليل السيّد، الذي لم يتوانى يوماً عن تقديم النصّح، والمساعدة، والدعم، فكان الملجأ الذي أُلجأ إليه عند الحاجة، فهو نعم الأخ، ونعم المرشد.

إلى إخواني وأخواتي المعتصم، وسها، ومعتز، وأريج، ومحمّد المنقذ، الذين كانوا شموعاً أستضيء بها أثناء فترة دراستي.

إلى أبنائي، ومصدر سعادتي مظفر، ومعاذ، ورناد، ومحمّد، وهيا إسماعيل الصوفي.

أهدي ما أكرمني الله به من عمل،،،

الباحثة/ سناء خليل السيد

## الشكر والتقدير

قال تعالى: ﴿رَبِّ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا

تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ﴾ (الأحقاف: 15).

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد ﷺ. أحمد الله حمداً كثيراً طيباً على توفيقه، وإعانتته وتيسيره إتمام هذا العمل، وأسأله جلّ وعلا أن يجعله خالصاً لوجهه الكريم، وأن يعفو عن ما به من قصور.

أقدم كلّ الشكر والعرفان إلى أستاذي المشرف الأستاذ الدكتور أحمد الزغاليل، الذي أعطاني الوفير من علمه، وخبرته، وجهده، فكان الأستاذ، والمشرف، والموجه، والداعم.

ويسعدني أن أتقدم بالشكر والتقدير إلى الأساتذة الكرام أعضاء لجنة المناقشة الأستاذ الدكتور محمد السفاسفة، والدكتور حابس الزبون، والدكتور أنس الضلاعين؛ لتكرمهم بمناقشة رسالتي، حيث ستكون لملاحظاتهم أثراً كبيراً في إثراء هذه الدراسة.

وكذلك أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى أساتذتي الذين أضافوا لمعرفتي الكثير خلال رحلتي الدراسية، حيث كانوا مصدراً أنهل منه من العلم، والمعرفة.

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى جميع المؤسسات، والجمعيات الخيرية، والمزارعات في منطقة الأغوار الأردنية لما قدّموه لي من مساعدة، ودعم، وتسهيل الحصول على المعلومة.

الباحثة/ سناء خليل السيد

## فهرس المحتويات

رقم الصفحة	العنوان
أ	الإهداء
ب	الشكر والتقدير
ج	فهرس المحتويات
هـ	قائمة الجداول
ز	قائمة الأشكال
ح	قائمة الملاحق
ط	الملخص باللغة العربية
ي	الملخص باللغة الإنجليزية
1	<b>الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها</b>
1	1.1 المقدمة
3	2.1 مشكلة الدراسة
6	3.1 أهداف الدراسة
6	4.1 الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة
7	5.1 أسئلة الدراسة
7	6.1 التعريفات المفاهيمية والإجرائية
8	7.1 حدود الدراسة ومحدداتها
9	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة</b>
9	1.2 الإطار النظري
9	1.1.2 قطاع الزراعة والمرأة
13	2.1.2 التغيرات المناخية
30	3.1.2 الاضطرابات النفسية
40	4.1.2 التكيف النفسي
48	2.2 الدراسات السابقة

رقم الصفحة	العنوان
61	<b>الفصل الثالث: المنهجية والتصميم</b>
61	1.3 منهج الدراسة
61	2.3 مجتمع الدراسة وعينتها
62	3.3 أدوات الدراسة
86	4.3 إجراءات تطبيق الدراسة
87	5.3 المعالجات الإحصائية
88	<b>الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات</b>
88	1.4 عرض نتائج الدراسة حسب أسئلتها ومناقشتها
99	2.4 مناقشة النتائج
106	3.4 التوصيات
108	المراجع
118	الملاحق

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
62	توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة	1
67	الفقرات الأصلية والفقرات المعدلة لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)	2
70	معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتمية له والدرجة الكلية لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية	3
73	معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية	4
74	معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار وطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس أعراض الاضطرابات النفسية	5
79	الفقرات الأصلية والفقرات المعدلة لمقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS)	6
81	معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتمية له والدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية	7
84	معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية	8
85	معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest) وطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية	9
89	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمعيارية	10



رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
90	لأعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية مرتبة تنازلياً	11
92	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيرات العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية	12
95	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التكيف النفسى لدى النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيرات العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية	13
96	تحليل التباين الثلاثي للاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية	14
96	اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمستوى التعليمي	15
97	اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمنطقة الجغرافية	16
98	تحليل التباين الثلاثي للتكيف النفسى لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية	17
98	اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس التكيف النفسى لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمنطقة الجغرافية	

## قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
20	العلاقة بين علم النفس ومفهوم التغيرات المناخية	1

## قائمة الملاحق

رقم الصفحة	عنوان الملحق	رمز الملحق
119	تعليمات استبانة تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)	أ
120	مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) بصورته النهائية	ب
126	تعليمات استبانة التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS)	ج
127	مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) بصورته الأولية (المرسلة للتحكيم)	د
137	مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS) بصورته النهائية	هـ
141	مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS) بصورته الأولية	و
147	قائمة بأسماء المحكمين	ز

## الملخص

أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية

سناء خليل السيد

جامعة مؤتة، 2020م

هدفت الدراسة الكشف عن أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية، ومستوى التكيف النفسي عند العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية، والكشف عن مستوى أعراض الاضطرابات النفسية والاختلاف في ذلك تبعاً لمتغيرات العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية، ولتحقيق هذه الأهداف تمّ استخدام المنهج الوصفي المسحي، وتكوّنت عينة الدراسة من (535) عاملة في الزراعة من الأغوار الأردنية، وتمّ استخدام مقياسين هما: مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)، ومقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS)، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أعراض اضطراب القلق كان الأكثر شيوعاً، واضطراب الذهان كان الأقل شيوعاً بين العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، وأنّ مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية كان متوسطاً، ومستوى التكيف النفسي متوسطاً أيضاً، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية تعزى لمتغير العمر، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، ولصالح (الأقل من ثانوي)، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية تعزى لمتغير المنطقة الجغرافية، ولصالح (الأغوار الشمالية)، وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي تعزى لكل من العمر، والمستوى التعليمي، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي تعزى لمتغير المنطقة الجغرافية، ولصالح (الأغوار الشمالية)، وكان من أهم توصيات الدراسة هو إعداد وتقديم برامج إرشادية تعمل على زيادة المرونة النفسية، والتكيف النفسي.

الكلمات المفتاحية: الاضطرابات النفسية، التكيف النفسي، التغيرات المناخية، النساء العاملات في الزراعة.

## **Abstract**

### **The Symptoms of Psychological Disorders Resulting from Climate Change and the Level of Psychological Adjustment Among A sample of Women Working in Agriculture in Jordan Valley**

**Sana' Khaleel Assayed  
Mutah University, 2020**

The present study aimed at identifying the level of symptoms of psychological disorders, and the level of psychological adjustment among a sample of ladies working in agriculture in Jordan Valley, and identifying the symptoms of psychological disorders, and to know the differences in means regarding to age, educational level, and geographical area.

The study sample consisted of (535) woman working in agriculture in Jordan Valley, the sample members were subjected to symptoms assessment-45 scale, and coping inventory for stressful situation scale. The findings showed that the most symptoms were for anxiety, and the least for psychoticism, and it also showed that the level of psychological disorders symptoms among the women working in agriculture was moderate, and the level of psychological adjustment was moderate too. The results, also, showed that there is no statistically significant differences in the level of psychological disorders symptoms attributed to age, and there is a statistically significant difference in the level of psychological disorder symptoms attributed to educational level in the group (less than 12<sup>th</sup> grade), and there is statistically significant difference in the level of psychological disorder symptoms attributed to geographical area in the group (northern ghor).

The results of the study also indicated that there is no statistically significant difference in the level of psychological adjustment attributed to age, and to educational level, and it showed also that there is a statistically significant difference attributed to geographical area in the group of (northern ghor).

The study recommended performing counselling programs that increase psychological resilience, psychological adjustment, and psychological immunity against psychological disorders resulting from climate change.

**Key words:** psychological disorders, psychological adjustment, climate change, women working in agriculture.

## الفصل الأول

### خلفية الدراسة وأهميتها

#### 1.1 المقدمة (Introduction)

تلعب المرأة الريفية في كثير من البلدان النامية دوراً أساسياً في عمليات الإنتاج الزراعي، حيث تشير الإحصائيات إلى أنّ (43%) من مجموع القوى الزراعية العاملة في تلك البلدان من سكان المناطق الريفية يعملون في القطاع الزراعي، ممّا يجعل هذه الفئة أكثر الفئات هشاشةً أمام التغيّرات المناخية المتوقعة (البنك الدولي، 2008). وقد أكد ذلك ماننج وكلايتون (Manning & Cayton, 2018) حيث أشارا إلى أنّ النساء في المناطق الريفية أكثر الفئات عرضةً للتأثر بالتغيّرات المناخية من الرجال وذلك لضعف قدرتها على الكسب، ومحدودية قدرتها على تنويع مصادر الدخل وتدني المستوى التعليمي بشكل عام.

لقد أشار تقرير السياسة الوطنية لتغير المناخ في المملكة الأردنية الهاشمية (2012-2020)، فإنّ نسبة سكان الأردن الذين يعتمدون على الزراعة كمصدر دخل تبلغ (20%) من إجمالي السكان، وهم أفقر شريحة من الأردنيين، وتعيش هذه الشرائح الفقيرة من المجتمع في المناطق الأكثر جفافاً في الأردن.

وأشارت الخرابشة (2015) إلى أنّ الزراعة تُعدُّ الركيزة الأساسية للتنمية الريفية، فهي تشكّل مصدر الدخل الرئيسي لآلاف الأسر في المناطق الريفية، وإلى أنّ المرأة تؤدي دوراً مهماً في استدامة الاقتصاد المحلي المعتمد على الزراعة في العديد من المجتمعات.

كما أشارت العديد من الدراسات إلى أنّ القطاع الزراعي هو أكثر القطاعات تأثراً بالتغيّرات المناخية (وزارة البيئة، 2009)، وذلك من خلال ارتفاع درجات الحرارة والجفاف وتراجع الهبوط المطري والفيضانات (Darwin et al. 1995). فحسب تقرير السياسة الوطنية لتغير المناخ في المملكة الأردنية الهاشمية (2012-2020) فإنّ التأثيرات المتوقعة لتغير المناخ على الأردن تتمثل في زيادة متوسط درجة الحرارة من 1-4 درجة مئوية بحلول عام 2050، والجفاف مع انخفاض

15-60% في هطول الأمطار، وزيادة تكرار الظواهر المتطرفة مثل الفيضانات والثلوج والجفاف، وزيادة الاحتياجات المائية للمحاصيل مع انخفاض رطوبة التربة للمحاصيل، وانخفاض مستوى النمو وبالتالي انخفاض العائد من المحاصيل البعلية والمروية، وتدهور الأراضي بسبب الأحداث المناخية الشديدة، وانجراف التربة، وفقدان خصوبة التربة والإنتاجية الزراعية.

وبحسب اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغيير المناخ (1993)، فإنه يمكن تعريف تغير المناخ على أنه تغير في معدل درجات الحرارة والرطوبة، والهطول المطري لبقعة جغرافية معينة على امتداد فترات زمنية متباعدة، وقد يكون هذا التغير سببه طبيعي، أو ناجم عن النشاطات البشرية المختلفة.

لكن يبقى السؤال المطروح: هل للتغيرات المناخية آثاراً سوى تلك الآثار الفيزيائية المعروفة من ارتفاع درجات الحرارة، والفيضانات، والحرائق، وشح الأمطار، وارتفاع منسوب البحار وغيرها؟ لقد أشار أنوغا و يباسام (Acharibasam & Anuga, 2018) أنّ آثار التغيرات المناخية لا بُدّ وأن تستقر في عقل الإنسان وسلوكه. فلا يمكن النظر إلى التغيرات المناخية آنفة الذكر بمعزلٍ عن آثارها النفسية والسلوكية.

كما أنّ حوادث الطقس، والتغيرات المناخية ستؤول إلى حدوث ضغط نفسي، وقلق، وتوتر، كما قد ترتبط بحدوث صراعات بسبب التنافس على الموارد البيئية، وتأثير الهجرات، وترك المنازل الأصلية، التي بالضرورة ستؤدي إلى حالة مزمنة من الضغوط النفسية، وأنّ مؤشرات المناخ المختلفة مثل ارتفاع درجة الحرارة، وحدة الأمطار، ودرجة الجفاف تؤثر على الحالة النفسية للمزارعين (Swim & Stern, 2011).

كما وضّح بادهلي ورفاقه (Padhly, et al., 2015) أنّ الكوارث المناخية مثل الفيضانات، والأعاصير، وارتفاع درجات الحرارة غير المعهوده، وشح الأمطار مرتبطة بزيادة الضغوط النفسية، وزيادة احتمالية حدوث الاضطرابات النفسية العقلية، حيث إنّ الأفراد الذين تعرضوا لكوارث طبيعية من الممكن من أن يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD) واضطرابات سوء التكيف، واضطرابات

سوء المزاج (Adjustment Disorder)، وكذلك من الممكن أن يتعرض الشخص الذي تعرض لكوارث طبيعية إلى اضطراب ثنائي القطب (Bipolar). إنَّ التكيّف النفسي مع الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية يشمل المواءمة بين الشخص وذاته، وذلك بأن يكون الشخص متقبلاً لذاته، سعيداً بها، يشعر بالرضا الذاتي، مع القدرة على تجنب الضغوطات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية والتي تتسبب في ضغوطات اجتماعية واقتصادية، والتي بدورها تكون سبباً في التوتر والقلق، والاحساس بالنقص، وحسب الدراسة الحالية فإن التكيّف النفسي يشمل مجال السلوك المعرفي، ومجال السلوك الانفعالي، ومجال السلوك التجنبي.

كما أنّ التغيّرات المناخية المتمثلة في ارتفاع درجة الحرارة، والجفاف، وزيادة احالات المتطرفة، والصقيع، والفيضانات، هي خطر حقيقي يهدد البشرية جمعاء، وهذه التغيّرات تتسبب في العديد من المخاطر البيئية والتي تؤثر على صحة الانسان الجسدية والنفسية.

## 2.1 مشكلة الدّراسة (Research Problem)

تُعدُّ التغيرات المناخية من المؤثرات المهمة على صحة الإنسان، حيث أصبح من الواضح أنّ التلوث الهوائي لا يؤثر فقط على ظاهرة الاحتباس الحراري بل أيضاً إلى ظهور العديد من المشاكل الصحية البيولوجية، والنفسية، والاجتماعية، والاقتصادية.

فقد لاحظت الباحثة من خلال مراجعة الدّراسات السابقة، والإطّلاع على الواقع المناخي في الأردن، ومن خلال استطلاع الرأي في مناطق الأغوار الأردنية أنّ للتغيرات المناخية المتمثلة في زيادة حدة الجفاف، والتناقص في تساقط الأمطار، وتساقط الأمطار بغزارة شديدة خلال فترة زمنية محدودة، واختلاف مستوى الرطوبة، والارتفاع الشديد في درجات الحرارة، وزيادة موجات الصقيع، له تأثير كبير وواضح على صحة الإنسان البيولوجية، والنفسية، والاجتماعية، والاقتصادية.



وقد أصبح جلياً أنّ التلوث الهوائي لا يؤثر فقط على ظاهرة الاحتباس الحراري، بل ويؤدي أيضاً إلى العديد من المشاكل الصحية، فقد قدّرت منظمة الصحة العالمية (WHO) وقوع 160000 حالة وفاة منذ عام 1950م مرتبطة بصورة مباشرة بالتغيّرات المناخية. وقد أشارت العديد من الدّراسات إلى أنّ التغير المناخي له أثر مباشر على قدرات الدماغ، والذاكرة، والقدرة على التعلم، وظهور حالات الاكتئاب، وزيادة الاضطرابات النفسية عامة.

فمن الناحية البيولوجية، فإنّ التغيّرات المناخية تعمل على زيادة فرص الإصابة في الأمراض التنفسية، والأزمة، وأمراض الجلد، والحساسية، وأمراض القلب، وضربات الشمس، وذلك نتيجة التلوث الهوائي، وعدم مقدرة الأرض على توفير الغذاء إلى الأعداد المتزايدة من السكان، نتيجة انخفاض الموارد المائية.

وأما من الناحية الاجتماعية والاقتصادية فإنّ التغيّرات المناخية تعمل على زيادة الفقر، وانعدام الأمن الغذائي، وانعدام الأمن الاجتماعي، والتنافس على مصادر الغذاء، وزيادة حالات العنف الشخصي، وحالات العنف الاجتماعي، وزيادة الهجرات بين السكان، وذلك بحثاً عن الأمن الاجتماعي والاقتصادي.

وتتسبب الآثار الصحية البيولوجية، والآثار الاقتصادية، والاجتماعية الناتجة عن التغيّرات المناخية بظهور الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب، والقلق، واضطراب ما بعد الصدمة، ويوضّح تقرير الجمعية الأمريكية للصحة العامة American Public Health Association (APHA) إلى أنه تزداد احتمالية إصابة الذين تعرّضوا إلى كوارث طبيعية بالقلق (Anxiety)، والاكتئاب (Depression)، وكرب ما بعد الصدمة (PTSD)، والانتحار (Suicide)، ويؤكد نفس التقرير إلى أنّ 20-25% من الأشخاص الذين تعرّضوا إلى كوارث وتغيرات مناخية كبيرة تزيد احتمالية إصابتهم باضطرابات نفسية.

ومن هنا فإنّ مشكلة الدّراسة تتلخص في الكشف عن أعراض الاضطرابات النفسية، ومستوى التكيف النفسي لدى أكثر الفئات ضعفاً في مواجهة التغير المناخي في أكثر القطاعات هشاشة، وهي فئة النساء العاملات في القطاع الزراعي في منطقة الأغوار الأردنية، حيث إنّ النساء العاملات في القطاع الزراعي معرّضات

أكثر من جميع الفئات الأخرى للتغيرات المناخية مثل الفيضانات والأعاصير، التي ترتبط مع حدوث حالات مرتفعة تعاني من الاضطرابات النفسية، وأنّ مناطق الأغوار الأردنية هي مناطق زراعية بامتياز، ويعتبر القطاع الزراعي البعد الاقتصادي الأهم فيها.

وقد لاحظت الباحثة نتيجة الزيارات الميدانية واللقاءات مع المزارعات أنّ الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية غير واضحة المعالم في الأردن بشكل عام، وفي منطقة الأغوار بشكل خاص، وذلك يعود إلى الأسباب التالية:

1. عدم وجود سجلات رسمية بإحصائيات دقيقة تظهر عدد الذين يراجعون العيادات النفسية نتيجة اضطرابات نفسية معينة.

2. النظرة السلبية المجتمعية تجاه الاضطرابات النفسية مما يجعل الاعتراف بها ومراجعة مختص لعلاجها أمراً سلبياً من وجهة نظر المجتمع.

3. الفقر وتردي الأوضاع الاقتصادية مما يجعل مراجعة العيادات النفسية ضرباً من الترف، مع وجود أولويات كثيرة أخرى عند العائلات الريفية خصوصاً في الأردن.

4. نظرة بعض المجتمعات الريفية الفقيرة إلى المرأة بأنها الجهة التي تتحمل أعباء الأسرة النفسية والعاطفية.

ونتيجة لذلك، فقد عملت هذه الدراسة على وضع اللبنة الأولى في هذا المجال، وذلك بإجراء دراسة مسحية شاملة تغطي جميع مناطق الأغوار، وتحققت من فرضية ظهور أعراض اضطرابات نفسية عند النساء العاملات في الزراعة في مناطق الأغوار الأردنية نتيجة التغيرات المناخية، وطرق التكيف النفسي مع هذه التغيرات المناخية.

ومن الجدير بالذكر، أنّ هذه الدراسة هي أول دراسة علمية محلية في سياق التغيرات المناخية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية، حيث ستساعد صانع القرار وواضعي السياسات في الأردن في رؤية الصورة الكاملة للتغيرات المناخية وآثارها، كما ستكون نتائج الدراسة مرجعاً مهماً يمكن الاعتماد عليه في سن قوانين وتشريعات بيئية جديدة تراعي الأبعاد النفسية للتغيرات المناخية، وكذلك ستكون

الأساس الذي يستند عليه الأخصائيين النفسيين والمرشدين النفسيين في بناء برامج ارشادية في تخفيف أعراض الاضطرابات النفسية، وللتكيف النفسي مع التغيرات المناخية.

### 3.1 أهداف الدراسة (Research Objectives)

هدفت الدراسة الى التعرف على أعراض الاضطرابات السائدة أو الأكثر انتشاراً لدى العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، والتعرف على مستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، ومستوى تكيفهم مع المواقف المسببة للضغوط النفسية واختلافها باختلاف متغيرات العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية.

### 4.1 الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة (Research Significance)

تنبثق أهمية الدراسة الحالية من أهمية الموضوع الذي تناولته، حيث إنَّ الموضوع جديد ولم يتم التطرُّق إليه في السابق، فعند تغير المناخ بارتفاع درجة الحرارة، أو زيادة كمية الأمطار، أو حدوث التغيرات المناخية الأخرى، فإنَّ ذلك يؤدي إلى زيادة العنف الشخصي، وزيادة العنف بين الجماعات، ممَّا يعمل على ظهور العديد من الاضطرابات النفسية عند الأشخاص المتعرضين للتغيرات المناخية، كما تسعى الدراسة للكشف عن مستوى التكيف النفسي عند الأشخاص الذين يتعرضون للتغيرات المناخية.

لقد اُبنقت الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة من أنَّها عملت على توفير بعض البيانات والمعلومات التي يمكن أن يستخدمها صناع القرار والباحثون على التعرف أكثر على أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات النفسية ومستوى التكيف النفسي معها، ممَّا سينعكس على رسم السياسات لمساعدة الفئة المستهدفة في الأردن في التكيف النفسي مع التغيرات المناخية.

## 5.1 أسئلة الدّراسة (Research Questions)

تتحدّد مشكلة الدّراسة في الإجابة على الأسئلة التالية:

- 1- ما أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟
- 2- ما مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟
- 3- ما مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟
- 4- هل توجد فروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى الاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تُعزى إلى كل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟
- 5- هل توجد فروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تُعزى إلى متغير كل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟

## 6.1 التعريفات المفاهيمية والإجرائية: (Conceptual and Procedural Definitions)

### الاضطرابات النفسية:

هي نمط سيكولوجي أو سلوكي ينتج عن الشعور بالضيّق أو العجز الذي يصيب الفرد، ولا يعدّ جزءاً من النمو الطبيعي للمهارات العقلية أو الثقافة (stuart, 2003). وتعرّف إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المزارعة على مقياس الاضطرابات النفسية.

### التغير المناخي:

حسب اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغيّر المناخ (1993م)، فإنه يمكن تعريف تغيّر المناخ على أنه تغيّر في تكوين الغلاف الجوي للأرض، والذي يعزى

بصورة مباشرة أو غير مباشرة إلى النشاط البشري، إضافة إلى التقلب الطبيعي للمناخ على مدى فترات زمنية.

### التكيف:

عملية يسعى فيها الفرد نحو التعديل والتغيير حتى يتم كن من التلاؤم مع متطلبات بيئية، وقد يكون هذا التغيير داخلياً، أو خارجياً، يسعى الفرد من خلاله في التفاعل مع المشكلات، والتحديات، والضغوطات التي تواجهه (رضوان، 2007). ويعرّف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التكيف.

### 7.1 حدود الدراسة ومحدداتها (Research Limitation)

**الحدود المكانية:** اقتصرَت هذه الدراسة على النساء المزارعات في مناطق الأغوار الأردنية.

**الحدود الزمانية:** أُجريت هذه الدراسة على النساء المزارعات في الأغوار الأردنية في النصف الثاني من عام 2019.

**محددات الدراسة:** واجهت الباحثة صعوبات في الوصول إلى مناطق الأغوار الأردنية، حيث إنّ الباحثة تسكن في مدينة عمان، ومن أجل جمع البيانات كان يتطلب منها الذهاب إلى مناطق الأغوار الشمالية، والوسطى، والجنوبية، وتحملّ عناء المواصلات، كذلك كان هناك صعوبة في التعامل مع العينة، حيث إنّ هناك نسبة كبيرة من المزارعات أميّات، الأمر الذي يستدعي الجلوس معهن شخصياً من أجل توضيح وتعبئة فقرات الاستبانة، كذلك كان هناك صعوبة في التنسيق مع المزارعات من أجل لقائهن، حيث إنّهن يعملن من الساعة الثامنة صباحاً إلى الساعة الرابعة مساءً، وأيضاً كانت حرارة الجو من الأمور التي تزيد عملية جمع البيانات صعوبة. وأيضاً كان هناك صعوبة في تحديد مجتمع الدراسة، حيث أنه لا يوجد إحصائيات رسمية بعدد المزارعات في الأغوار الأردنية، وتبين أن معظم النساء المتواجدات في الأغوار الأردنية باختلاف أعمارهن، ومستوياتهن التعليمية، يعملن في الزراعة.

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### 1.2 الإطار النظري

تُعدُّ الزراعة في جميع الدول العربية منها والأجنبية لبنة أساسية للتنمية بأبعادها الاقتصادية والاجتماعية، وفي العقود الماضية تقدّمت لتصبح ركيزة أساسية للتنمية ببعدها البيئي أيضاً، بما يترتب على ذلك من حفاظ على التنوع الحيوي، والاستدامة البيئية، الذي يكفل استدامة الموارد، وحفظ حقوق الأجيال القادمة، وهو ما يحقق مفهوم التنمية المستدامة. فقد بنت جميع الدول، بما فيها المتقدمة منها، إستراتيجياتها الزراعية على هذا الأساس، فلم تعد تتوقف عند البعد الاقتصادي المباشر للزراعة، بل تنظر فيما هو أعمق من ذلك متمثلاً في البعدين الاجتماعي والبيئي للتنمية الزراعية، وارتباطهما مع البعد الاقتصادي.

#### 1.1.2 قطاع الزراعة والمرأة:

يعتمد الاقتصاد القومي للكثير من البلدان النامية على قطاع الزراعة والذي يتصف بأن أدائه أقل ممّا يجب، وأحد الأسباب لذلك هو عدم حصول المرأة على الموارد الكافية والفرص التي تحتاج إليها لتكون أكثر إنتاجاً، حيث إنّ هدف تقليل الفقر المدقع على مستوى العالم مرتبط ارتباطاً وثيقاً بهدف تحقيق المساواة بين الجنسين، حيث يعزّز كل منهما الآخر، ومن ثمّ يجب الاتجاه الى تمكين المرأة في قطاع الزراعة لمكافحة الجوع والفقر المدقع (البنك الدولي، 2013).

وعليه فإنّه يجب جعل النساء عوامل أساسية في التنمية الاقتصادية، حيث أن نقص الاستثمار في النساء يعوق جهود الحد من الفقر، ويضعف جهود التنمية الاقتصادية والاجتماعية (البنك الدولي، 2013).

إنّ مشاركة المرأة في القوة العاملة الزراعية في دول الشرق الأوسط ودول شمال أفريقيا في تزايد مستمر، حيث تمّ زيادة نسبة هذه المشاركة من 34% في الفترة الزمنية 1990-1995 إلى تقريباً 45% في عام 2011، بينما تتناقص

مساهمة الرجل في القطاع الزراعي من 66% إلى 55% ضمن نفس الفترة الزمنية (Martini, 2011).

إن دور المرأة الريفية يزداد كثافةً وظهوراً كلما قلَّت الملكية الزراعية للأسرة، وانخفض دخلها، واعتمدت على العمل العائلي غير مدفوع الأجر، ومن ثمَّ تحملها للكثير من الأدوار والمسؤوليات (منظمة العمل الدولية، 2012).

فقد بيَّنت الخرابشة (2015) أنَّ الزراعة تُعدُّ الركيزة الأساسية للتنمية الريفية، فهي تشكل مصدر دخل رئيسي لآلاف الأسر في المناطق الريفية، كما وتؤدي المرأة دوراً مهماً في استدامة الاقتصاد المحلي المعتمد على الزراعة في العديد من المجتمعات (مردم، 2006). وفي كثير من البلدان النامية تلعب المرأة الريفية دوراً أساسياً في عمليات الإنتاج الزراعي، حيث تقدَّر نسبة مساهمة الزراعة في الناتج المحلي الإجمالي في هذه البلدان ما نسبته 32%، كما وأن 70% من فقرائها يعيشون في المناطق الريفية التي تشكل النساء فيها أغلبية قوة العمل الزراعي، حيث تشير الإحصائيات الصادرة عن البنك الدولي أن هؤلاء النساء يشكلن في المتوسط (43%) من مجموع القوى العاملة الزراعية لدى هذه البلدان (البنك الدولي، 2008).

وتختلف نسبة النساء العاملات في قطاع الزراعة من دولة إلى أخرى، فتبلغ نسبة النساء العاملات في الزراعة لعام 2010 في مصر حوالي 39.3% من مجموع العاملين في الزراعة، وفي الجزائر 32.9%، وفي المغرب 49.1%، وفي السودان 65.1%، وفي الأردن فقد بلغ معدل النساء العاملات في قطاع الزراعة 7.9% (دائرة الإحصاءات العامة، 2010).

وتتراوح مشاركة المرأة في القوى العاملة الزراعية في أمريكا اللاتينية بحدود (20%)، وفي شرق آسيا حوالي (50%)، وفي أفريقيا بحدود (36%) (البنك الدولي، 2008).

تعتبر النساء الفقيرات الأكثر تأثراً بالتغيُّرات المناخية، حيث إنَّ هشاشة الإنسان وتأثره بالمخاطر البيئية وغيرها يعتمد على كمية الموجودات التي يمتلكها،

وبما أنّ النساء هنّ أكثر فئات المجتمع فقراً، حيث 70% من الناس الذين يعيشون على أقل من 1 دولار يومياً من النساء (Aguilar, 2009).

ولا تقتصر مساهمة المرأة على العمل الزراعي فقط، بل تمتد مشاركتها في صنع كثير من القرارات الزراعية، حيث هناك ارتفاع في مستوى مشاركة المرأة الريفية باتخاذ القرارات المتعلقة بزراعة الخضار في منطقة وادي الأردن، وتتأثر هذه المشاركة بأعمار السيدات الريفيات، ومستوياتهن التعليمية، وحجم الملكية، وعدد سنوات الخبرة في زراعة الخضار، ومدى تعرضهن لمصادر المعلومات (الخرابشة، 2015).

ويمكن القول إنّ قدرة المرأة الجسمية، والاقتصادية، والتعليمية، والاجتماعية، وقدرتها على الوصول الى المصادر الطبيعية محدودة، والذي بدوره يعمل على زيادة هشاشة المرأة وتأثرها بالتغيّرات المناخية، وعليه فإن أي استراتيجية تكيف مناخي يجب أن تعمل على تقوية موجودات المرأة.

### دور المرأة في المجتمع الريفي:

إنّ للمرأة الريفية مساهمة فاعلة في الأنشطة الاقتصادية في الريف من خلال الأنشطة والأعمال التي تشترك فيها مع الرجل في مجموع الأعمال الإنتاجية المتعلقة بالزراعة وإدارة المنزل، حيث بلغ معدل النساء العاملات في قطاع الزراعة 7.9 (دائرة الإحصاءات العامة، 2010)، ممّا يؤكد ويوضّح أن للمرأة دور أساسي في تحقيق التنمية في الريف من خلال عملها في الزراعة، بحيث لا ينحصر دورها في تأدية الخدمات المنزلية فحسب، ويمكن تلخيص هذه الأدوار في:

### 1- القيام بالتزويد في الطعام

في معظم المجتمعات الريفية والتي تعتمد في رزقها على الموارد الطبيعية، فإن وظيفة المرأة تزويد الطعام للعائلة، حيث أن المرأة الريفية مسؤولة عن نصف إنتاج العالم من الغذاء، وتقوم بإنتاج 60-80% من الغذاء في الدول النامية (Aguilar, 2009). فهي مسؤولة عن جلب وإدارة المياه في العائلة، كذلك هي المسؤولة عن تحضير وجلب مصادر التدفئة والوقود لتحضير الطعام، فالندرة والصعوبة في تحصيل هذه المصادر يعمل على زيادة الأعباء على المرأة وتحملها



المزيد من المشاق، ومن الممكن أن يؤدي إلى تغيُّب الطالبات عن المدارس (Weissbecker, 2009).

## 2- العناية بالأسرة وتقديم الرعاية الصحية

المرأة هي التي تقوم بتقديم العناية بالمنزل والرعاية الصحية في حالة الإصابة بالأمراض، ومراقبة الصحة العامة لأفراد العائلة، حيث إنَّ زيادة الأمراض في العائلة يعمل على زيادة الابعاء والمسؤوليات على المرأة (Weissbecker, 2009).

## 3- الدعم الاقتصادي للأسرة

تلعب المرأة دوراً اقتصادياً في الاسرة والمجتمع، وذلك من خلال قيامها في الأعمال الزراعية، ومع تأثر القطاع الزراعي بالتغيُّرات المناخية، وقلة توفر الأراضي الزراعية، ومحاولة المرأة إلى تغيير في المحاصيل المزروعة المتلائمة مع تغيُّرات الطقس الحادة فإنَّ دخل المرأة من الزراعة يصبح مهدداً (Weissbecker, 2009).

## 4- مسؤولية المرأة عن العائلة

في ظل تغير الظروف الاقتصادية وتغير سوق العمل الناتج عن التغيُّرات المناخية فإن الرجل يقوم بالبحث عن عمل في أماكن بعيدة، وبالتالي التغييب عن المنزل الى فترات طويلة من أجل الحصول على الرزق، الأمر الذي يزيد من الابعاء على المرأة (Weissbecker, 2009)، حيث إنَّ 80% من الدخل الذي يتم الحصول عليه في الريف الأردني من الإنتاج الحيواني والنباتي يخصص للاستهلاك المنزلي، وأنَّ للمرأة دوراً هاماً ورئيساً في عملية توليد الدخل وتحسين المستوى الغذائي للأسرة، إلا أنَّ قلة حيازة المرأة للممتلكات الزراعية يشكل عائقاً أمام التقدم الإنتاجي في المناطق الريفية (الخرابشة، 2015).

الأعمال الزراعية التي تقوم بها المرأة (الخرابشة، 2015):

- 1- عمليات البذر.
- 2- الترقيع.
- 3- جمع بقايا المحصول.

4- التعشيب.

5- القطف والحصاد اليدوي.

6- فرز المحصول.

7- تعبئة المحصول وتوضيبيه.

8- تتعيم الارض والتسميد.

9- الري.

10- التحميل والتنزيل.

وللمرأة دوراً كبيراً في العمليات التي تحتاج إلى جهد بدني مثل عملية الحرث، أو العمليات التي يلزم فيها استخدام المعدات والآلات الثقيلة والحراثة والتقليم والتطعيم.

هذا بالإضافة الى بعض الأعمال الزراعية التي تقوم فيها المرأة في الدول المنتجة للقطن مثلاً مثل التشتيل، والتفريد، وأيضاً الخاصة بمحصول القمح مثل الدراسات والتدريبية (الخرابشة، 2015).

ومن أبرز التحديات التي تتعرض إليها المرأة المزارعة أنّ هناك عدداً كبيراً من النساء اللواتي يعملن في قطاع الزراعة يشتغلن في أعمال غير مدفوعة الأجر لصالح الاسرة (كعكبان، 2005)

## 2.1.2 التغيرات المناخية: Climate Change

لم تعد التغيرات المناخية مفهوم بعيد، أو تهديد مبهم غير حقيقي، فقد أصبح مفهوم التغيرات المناخية من الحقائق الموجودة، والتي يزيد الوعي بأخطارها حول الكرة الأرضية، خاصة في المناطق التي تتأثر بالتغيرات المناخية، حيث تشمل هذه التغيرات المناخية:

1- زيادة في معدل درجات الحرارة.

2- التغير في الطبيعة النمطية لتساقط الأمطار.

3- التغير في شدة العواصف في الكثير من المناطق.

4- التناقص المتزايد في توفير المياه الصحية في الكثير من المناطق حول العالم.

5- الجفاف.

6- موجات الصقيع (Weissbecker, 2009).

### تعريف التغيرات المناخية:

حسب اتفاقية الأمم المتحدة الإطارية بشأن تغير المناخ المنعقدة عام 1993، فإنه يمكن تعريف تغير المناخ على أنه تغير في المناخ يعزى بصورة مباشرة أو غير مباشرة إلى النشاط البشري، والذي يفضي إلى تغير في تكوين الغلاف الجوي العالمي، بالإضافة إلى التقاب الطبيعي للمناخ على مدى فترات زمنية متماثلة (Aguilar, 2009).

أما بالنسبة إلى مصطلح "الأثار الضارة لتغير المناخ"، فإنه يعني التغيرات التي تطرأ على البيئة الطبيعية أو الحيوية من تغير المناخ والتي لها آثار ضارة كبيرة على تكوين، أو مرونة، أو إنتاجية النظم الإيكولوجية الطبيعية، أو على عمل النظم الاجتماعية، والاقتصادية، أو على صحة الإنسان ورفاهه (وزارة البيئة، 2013).

وتتركز التغيرات المناخية في المحاور التالية:

1. محور تأثير التغيرات المناخية على المياه، ويظهر في تراجع الهطول المطري، وازدياد التبخر، ونقص المياه الجوفية.
2. محور تأثير التغيرات المناخية على الزراعة، ويظهر في تراجع الإنتاجية، وتهديد الأمن الاجتماعي للمجتمعات الزراعية، وزيادة مخاطر الأمن الغذائي، وتغير أنماط الزراعة، والتغير في المحاصيل وتقنيات الري.
3. محور تأثير التغيرات المناخية على التنوع الحيوي ويظهر في تقلص الغابات، وانقراض الحيوانات والنباتات.
4. محور تأثير التغيرات المناخية على المناطق الساحلية، ويظهر في حدوث الفيضانات، وهطول كثيف خلال فترة قليلة، وارتفاع درجة الحرارة، وارتفاع مستويات تراكيز ثاني أكسيد الكربون ودرجة الحموضة، وانخفاض مستوى المياه في البحر الميت.

5. محور تأثير التغيرات المناخية على الصحة العامة، ويظهر في انخفاض كميات الأمطار والمياه للاستخدامات المنزلية، والضربات الشمسية، وارتفاع مستويات نمو الجراثيم، وزيادة نشوء أمراض جديدة، وزيادة في الأمراض التنفسية والربو (وزارة البيئة، 2016)

### أسباب التغيرات المناخية:

يمكن تلخيص مسببات التغيرات المناخية رغم محدوديتها في الأردن مقارنة مع الدول الأخرى إلى (حداد، 2012)

### 1- الصناعات الاستخراجية والتحويلية

ينبعث من محطات تنقية المياه العادمة العديد من الغازات الناتجة عن عمليات التخمير، حيث إنّ هذه الغازات لها تأثيراتها الصحية السلبية بالإضافة إلى الروائح التي تنتشر إلى مسافات بعيدة.

### 2- وسائط النقل

تضاعف عدد السيارات التي تعمل على البنزين إلى أكثر من ستة أضعاف خلال الفترة من عام 1981 إلى 2006، في حين تضاعف عدد السيارات التي تعمل على الديزل أكثر من عشر مرات خلال نفس الفترة، وتزايدت كميات الوقود التي تستهلك من قبل وسائط النقل المختلفة، مما أدى إلى زيادة الانبعاثات إلى الهواء المحيط (وزارة البيئة، 2013).

### 3- السكان

تأثر حجم السكان ونموه في الأردن خلال العقود الستة الماضية بعوامل ديموغرافية وأخرى سياسية واقتصادية، أدت جميعها إلى ارتفاع معدلات النمو السكاني، ولعلّ أهم العناصر المؤثرة بالتغير السكاني هي: المواليد، والوفيات، ومعدل الهجرة. فقد زاد عدد السكان في المملكة من (5.6) إلى (6.675) مليون نسمة من الأردنيين في الفترة من 2006 إلى 2014، إضافة إلى (2.5) مليون نسمة من الجنسيات الأخرى، ليصبح عدد سكان المملكة ما يزيد على تسعة ملايين نسمة (وزارة البيئة، 2013).

لقد اتسعت الفجوة بين معدلات المواليد والوفيات من جهة، وتعرض الأردن إلى تيارات الهجرة القسرية الداخلة، وموجات العمالة الوافدة من الدول العربية المجاورة ودول شرق آسيا إلى ارتفاع معدلات النمو السكاني. وتجدر الإشارة هنا إلى أن الإنجاب بقي يحتل الدور الأكبر في التغير السكاني، فإن معدل الإنجاب الكلي بلغ 3.1 طفل للمرأة في عام 2006، ارتفع إلى 3.6 طفل للمرأة في الأعوام 2007، و2008، ثم ارتفع إلى 3.8 طفل للمرأة في الأعوام 2009، و2010، و2011، ثم انخفض إلى 3.5 طفل للمرأة في الأعوام 2012، و2013، و2014 (وزارة البيئة، 2016).

### مؤشرات التغير المناخي في الأردن:

بيّن حداد (2012) إلى أنّ الأردن عرضة للتأثيرات المناخية الناجمة عن التغير المناخي من خلال المشاهدات والتوقعات لحالات الجفاف، ونقص هطول الأمطار، وانخفاض الإنتاجية الزراعية، ومن المرجح أن يضيف التغير المناخي أعباء إضافية على موارد المياه لنقص هطول الأمطار. وبما أنّ المياه أساسية في حياة الإنسان، فإن جميع النواحي الصحية والاقتصادية والاجتماعية والأنظمة البيئية ستتأثر.

### مؤشر درجات الحرارة:

إنّ معدلات درجات الحرارة السنوية تتجه نحو الزيادة، وهذا مؤشر هام على أثار تغير المناخ الذي يؤثر على الأردن، ويتوقع أن تؤثر هذه الزيادة على معدلات التبخر، والتبخر التنحي للنباتات مما سينعكس سلباً بحسب الدراسات العالمية على قطاع الزراعة عامة بشقيه النباتي والحيواني، وبالتالي سيزيد من تهديدات الأمن الغذائي الأردني؛ نظراً لأن درجات الحرارة هي عامل محدد لطول فصل النمو ونوع النباتات التي يمكن زراعتها. فالحرارة لها أهمية كبيرة في تحديد إنتاج أغلب المحاصيل الزراعية، وقد أدى هذا إلى ظاهرة التخصص في محاصيل محددة في مناطق في مناطق جغرافية محددة، بحيث يحتاج كل محصول إلى درجة حرارة دنيا محددة أثناء فصل النمو، فكل محصول له درجة حرارة مفضلة لنموه، ودرجة حرارة صغرى لا ينمو تحت ظروف أقل منها، ودرجة عظمى لا ينمو إذا زادت

عنها، وكلما كانت درجة الحرارة السائدة في موسم النمو أقرب إلى الدرجة المفضلة كان ذلك أنسب لنمو النباتات، وإذا لم تتوفر درجة الحرارة الكافية فوق الحد الأدنى أثناء فترة النمو فإن المحصول لا ينضج، وعادة يكون النمو بطيئاً عند الحد الأدنى لدرجة الحرارة اللازمة للنبات، كما أن درجة الحرارة إذا تجاوزت الحد الأقصى اللازم فإنها تضر بالنبات (حداد، 2012).

### مؤشر الأمطار:

يعتبر الماء شريان الحياة، فلا توجد حياة للنباتات والحيوانات، ولا لكائن حي دون وجود المياه. وتتأثر مياه الأمطار تأثيراً كبيراً في التغيرات المناخية وتعتبر الأمطار أول ما يتأثر بالتغير المناخي (Haddadin, 2010).

### مؤشر التبخر والنتح:

إن تراكم تبعات وآثار الغازات الدفيئة سيؤدي إلى زيادة في درجات الحرارة بمقدار (1.5-3.0) درجات مئوية مما سيزيد من معدلاً التبخر والنتح بمقدار (180-200) ملم سنوياً، وسيكون مدى تأثير هذا التغير معتدلاً نسبياً على النباتات المختلفة، مما يعمل على انحسار المساحات الخضراء نتيجة ارتفاع معدل الجفاف والذي يؤدي إلى امتداد الأراضي المتصحرة (Haddadin, 2010).

### تأثير التغيرات المناخية على الأردن:

يهدد التزايد المستمر للتغير المناخي استمرارية الحياة على كوكب الأرض، فقد أدى التوجه نحو الصناعة إبان الثورة الصناعية واختراع الآلة البخارية الذي بدأ في النصف الثاني من القرن الثامن عشر وهي الفترة التي تنامي اعتماد الإنسان على الوقود الأحفوري الذي ساهم في ظهور الغازات الدفينة، أو ما يُعرف بالاحتباس الحراري، فقد بلغ معدل الزيادة في درجات الحرارة خلال الخمسين عاماً الأخيرة (2) درجة مئوية تقريباً وهو ما يمثل ضعف معدل الزيادة خلال المائة عام السابقة (أبو دية، 2010).

وحسب وزارة البيئة (2016)، فإن التأثيرات المتوقعة لتغير المناخ على

الأردن كما يلي:

1. زيادة متوسط درجة الحرارة من (1-4) درجة مئوية بحلول عام 2050م.

2. الجفاف أكثر تواتراً مع انخفاض (15-60%) في هطول الأمطار.
3. زيادة الاحتياجات المائية للمحاصيل مع انخفاض رطوبة التربة للمحاصيل.
4. انخفاض موسم النمو، وبالتالي انخفاض العائد من المحاصيل البعلية والمروية.
5. تدهور الأراضي بسبب الأحداث المناخية الشديدة، وانجراف التربة، وفقدان خصوبة التربة، والإنتاجية الزراعية.
6. تغيير في نوعية وكمية المياه من مصادر المياه العذبة.

### التكيف مع التغيرات المناخية:

من المتوقع أن تؤدي النتائج الظاهرية لتغير المناخ إلى تأثيرات واسعة النطاق على الكثير من القطاعات التنموية في الأردن في كثير من المجالات منها مجال الموارد الطبيعية مثل المياه، والزراعة، والتنوع الحيوي، والمناطق الساحلية، إضافة إلى تأثر الصحة العامة، والمناطق الحضرية، بالإضافة إلى التأثيرات الاجتماعية، والاقتصادية المتمثلة في زيادة حدة الفقر، وانتشار البطالة بشكل أوسع نتيجة هجرة العمل الزراعي، وزيادة عدد السكان، وتراجع قدرة الرقعة الزراعية على تلبية احتياجاتها. وهنا يجب العمل على التكيف مع هذه الآثار والتخفيف منها. وحسب وزارة البيئة (2016)، فإن مدى تكيف الأنظمة البشرية والطبيعية مع تغير المناخ يعتمد على عدة عوامل:

- 1- التعرض: إمكانية تأثر الناس، أو سبل المعيشة، أو خدمات، أو موارد بيئية، أو أصول اقتصادية، واجتماعية، وثقافية بالتغيرات المناخية سلباً.
- 2- الهشاشة: القابلية للتعرض للخطر، وتعذر المقاومة، وقلة القدرة على التكيف.
- 3- الآثار: ظهور تأثيرات ظواهر الطقس المختلفة والمناخ المتطرفة، وتغير المناخ على النظم البشرية، والطبيعية وبخاصة التأثيرات على الحياة، وسبل المعيشة، والحالة الصحية، والنواحي الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية.
- 4- المرونة: القدرة على التكيف، والتعايش مع ظاهرة التغير المناخي بحيث يستجيب أو يعيد تنظيم نفسه بما يحافظ على وظيفته الأساسية وهويته.

## أنواع التكيف مع التغيرات المناخية:

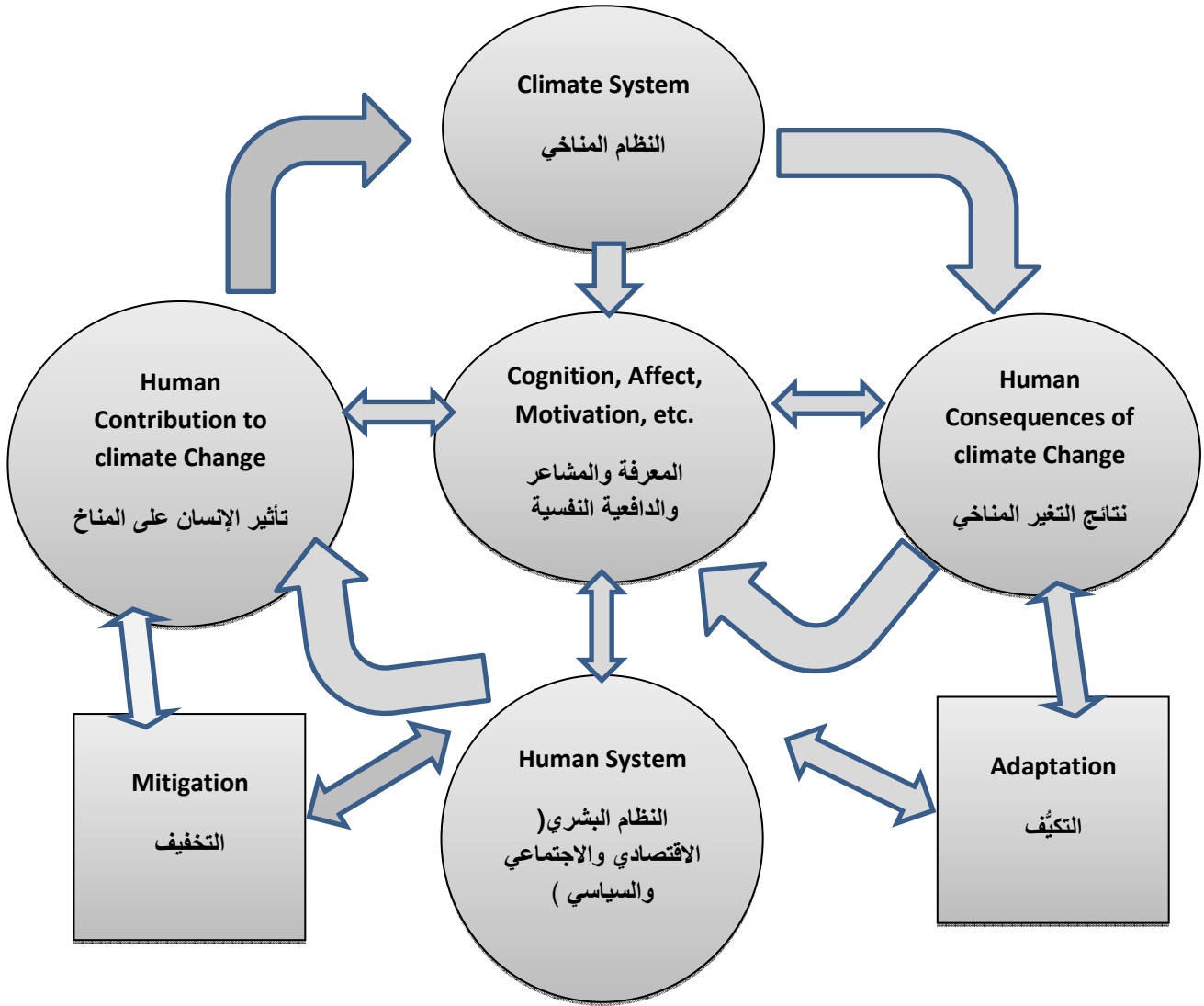
### 1- التكيف الفيزيائي مع التغيرات المناخية والذي يشمل السياسات والاستراتيجيات والتشريعات

إنَّ التكيف يمكن أن يقلل من الضعف والتأثر السلبي في وجه تغير المناخ، ومثال ذلك أنَّ التكيف في قطاع المياه يكون من خلال توسيع نطاق جمع مياه الأمطار، وتطوير تقنيات تخزين المياه وحفظها، وإعادة استخدام المياه، وتحمية المياه، وزيادة كفاءة استخدام المياه والري. التكيف في قطاع الزراعة يكون من خلال تعديل مواعيد الزراعة، وتنوُّع المحاصيل، وتغيير مواقع المحاصيل، وتحسين إدارة الأراضي، وحماية التربة من خلال زراعة الأشجار. التكيف في قطاع الصحة البشرية يكون من خلال خطط العمل الصحية وخدمات الطوارئ الطبية، وتحسين مراقبة ومكافحة الأمراض المتصلة بالمناخ، وتوفير مياه آمنة، وصرف صحي محسَّن. التكيف في قطاع الطاقة يكون من خلال تعزيز البنى الأساسية للنقل والتوزيع فوق الأرض، ومد أسلاك تحت الأرض للمرافق، وكفاءة الطاقة، واستخدام المصادر المتجدَّدة، وتقليل الاعتماد على مصدر وحيد من مصادر الطاقة.

### 2- التكيف النفسي مع التغيرات المناخية

تلعب التغيرات المناخية دوراً كبيراً في التأثير والتأثر في الحالة النفسية للإنسان، حيث أثبتت الدراسات على أنَّ العوامل النفسية التي تشمل مشاعر الإنسان، ودفاعيته، ومعتقداته المعرفية، والتي تتضمن كيف يفهم ويرى الإنسان التغيرات المناخية، والمنظومة البشرية عامة، والتي تتضمن ثقافة وقيم الإنسان، والمؤثرات الاقتصادية، والاجتماعية، تلعب دوراً كبيراً كمسبب في التغيرات المناخية، ودوراً كبيراً أيضاً في التخفيف من التغيرات المناخية. ومن أبرز الدراسات التي ركزت على البعد النفسي للتغيرات المناخية بالرغم من الشح الكبير في هذا المجال، دراسة سويم وستيرن (Swim, et al., 2011)، حيث ركَّز المؤلفان على النموذج المفاهيمي للبعد النفسي للتغيرات المناخية وضرورة وكيفية التكيف معه.





الشكل (1): العلاقة بين علم النفس ومفهوم التغيرات المناخية

المصدر: الشكل مأخوذ من: Psychology's Contributions to Understanding and Addressing Global Climate Change (2011)

يُتضح في الجانب الأيسر من الشكل (1)، بأنَّ الإنسان يؤثر على المناخ من خلال عدة أنشطة (على سبيل المثال حرق الوقود الأحفوري، إزالة الغابات)، حيث تعمل هذه النشاطات على التأثير على البيئة، وبالتالي على تغيير المناخ.

إنَّ هذه الأنشطة، والتي سميت بالأسباب البشرية المسببة للتغير المناخي، هي نتيجة لمجموعة من العمليات الثقافية، والاقتصادية، والظروف السياسية والاجتماعية، كما هو مسمَّى بـ "النظم البشرية" في الشكل (1)، وأيضاً نتيجة

مجموعة كاملة من الاعتبارات النفسية، لاحظ في منتصف هذا الشكل، والتي تشمل الفهم البشري لتغير المناخ، والاستجابات العاطفية لتغير المناخ، والدوافع النفسية. ويمكن الربط بين الاعتبارات النفسية والنظم البشرية؛ لأن الاعتبارات النفسية هي جزء لا يتجزأ من النظم البشرية.

على الجانب الأيمن من الشكل، تؤثر النظم المناخية على الناس من خلال الأحداث التي تغيّر بشكل مباشر الجوانب الأساسية للبيئة، التي تؤثر على البشر وعلى غيرهم من الكائنات الحية.

وعلى سبيل المثال، عندما يطرأ تغيير على نظام العواصف، أو يحصل تأخر في الموسم المطري، فإن ذلك يؤثر على توافر الغذاء والمحاصيل الزراعية، ويؤثر أيضاً على انتشار الأمراض.

العواقب أو النتائج على البشر تكون على حد سواء نفسية (ضغوط نفسية)، واجتماعية (العلاقات بين المجموعات والعلاقات الفردية)، وعواقب اقتصادية، وسياسية.

وردود الفعل على تغير المناخ هو التخفيف والتكيف، كما هو مبين في أسفل الشكل من الزاوية اليمنى واليسرى.

التكيف مع تغير المناخ يشمل معالجة الآثار النفسية والاجتماعية لكل من الأسباب التي تدفع إلى التغيرات المناخية والعواقب المترتبة على تغير المناخ. إن علاقة علم النفس مع التكيف هي علاقة تبادلية تبدأ وتنتهي عند نفس النقطة وذلك من خلال الدمج بين العوامل النفسية التي تشمل الاستجابات العاطفية والتحليل المعرفي وإعادة التشكيل والاستجابات الدفاعية والعاطفية، بالإضافة إلى العمليات الاجتماعية، مثل العلاقات الفردية والعلاقات الجماعية.

### أنواع التغيرات المناخية:

يقسم كلايتون وماننج (Clayton, et al., 2014) التغيرات المناخية إلى:

1. التغيرات المناخية المباشرة: وهي التي تنتج عن تغيرات مناخية حادة وقوية (Acute) مثل الفيضانات، وموجات الحر الشديدة، والأعاصير، وموجات

الصقيع الحادة، وتتسبب في ظهور أعراض اضطرابات نفسية وجسدية على الأفراد.

2. التغيرات المناخية غير المباشرة: وهي تتسبب عن تغيرات مناخية تطويرية، مستمرة، منتشرة، وأقل وضوحاً للأفراد (Chronic) أو (Developmental)، وتتسبب في ظهور أعراض جسدية ونفسية أيضاً على الأفراد، مثل ارتفاع درجة الحرارة، والجفاف، وتلوث الهواء، وتساقط المطر الحاد وغير المنتظم، وموجات الصقيع.

**تأثير التغيرات المناخية على الصحة الجسدية:**

### **(Physical Health Effects of Climate Change)**

ويمكن تقسيم التأثيرات الجسدية (الفسولوجية) للتغيرات المناخية على صحة

الإنسان إلى:

1- تأثيرات صحية جسدية مباشرة للتغيرات المناخية، وذلك جراء التعرض المستمر إلى التغيرات المناخية الحادة مثل التعرض إلى موجات الحر الشديدة، والتعرض إلى الفيضانات التي تتسبب في حوادث كسر العظام، والأزمات التنفسية، وحوادث الغرق، والضربات الشمسية، والحساسية، ويكون تأثيرها أكبر خاصة في المجتمعات غير المجهزة لمواجهة التغيرات المناخية.

2- تأثيرات صحية جسدية غير مباشرة للتغيرات المناخية، وهي تأثيرات أقل وضوحاً، وأكثر انتشاراً للتغيرات المناخية، مثل زيادة انتشار الأمراض الناتجة عن زيادة تكاثر الحشرات، وزيادة انتشار الأمراض نتيجة تلوث الهواء، وانعدام الأمن الغذائي، وصعوبة الوصول إلى المياه النظيفة، والموت المفاجئ نتيجة الارتفاع الشديد لدرجة الحرارة. ومن التأثيرات المباشرة وغير المباشرة على الصحة الجسدية نتيجة التغيرات المناخية التالي: (Clayton, et al., 2014)

1. الإصابات الجسدية نتيجة انهيارات الأبنية أو انهيارات الشوارع.

2. الإصابات الجسدية نتيجة زيادة فرصة حدوث حوادث السير.

3. زيادة فرصة حدوث الغرق.

4. زيادة فرصة التعرّض لإصابات الجهاز التنفسي، وحوادث كسر العظام نتيجة تراكم المياه والفيضانات.

5. زيادة فرصة انتشار الأمراض التي تنتشر نتيجة تراكم المياه، والتي تنتج عن انتشار البعوض والحشرات الأخرى (Water Borne Diseases).

6. تأثر البنية التحتية في المناطق التي تعرّضت إلى فيضانات، من الممكن أن يؤدي إلى انقطاع الكهرباء، وانقطاع المياه، وتأثر شبكات الصرف الصحي، وانقطاع شبكات الإنترنت وشبكات الهواتف الخلوية، والتي كلها أسباب تؤثر على سلامة الأفراد.

7. صعوبة الوصول إلى المراكز الصحية والمستشفيات والذي من الممكن بدوره أن يؤدي إلى إسعاف الحالات المستعجلة والطارئة.

8. ارتفاع درجات الحرارة يزيد من فرص الوفاة المفاجئة، حيث إنّ التعرّض لفترات طويلة إلى درجات حرارة مرتفعة يزيد من فرص الوفاة عند الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب وأمراض الجهاز التنفسي، وأمراض السكري والأزمة. إنّ ارتفاع درجة الحرارة يؤدي إلى الوفاة بشكل متزايد، وتعتبر من أكثر التغيّرات المناخية تأثيراً على صحة الإنسان.

9. زيادة انتشار أمراض الحساسية بأنواعها.

### تأثير التغيّرات المناخية على الصحة النفسية:

#### (Mental Health Impacts from Climate Change)

ترتبط الصحة الجسدية والصحة النفسية مع بعضهما، ويتأثر كل منهما بالآخر، فتأثيرات التغيّرات المناخية الحادة مثل العواصف الشديدة، والتغيّرات التطورية البطيئة للتغيرات المناخية سيؤثران على الصحة النفسية للأفراد، ويعملان على التسبب في التوتر والضغط النفسي عند الإنسان، وهذا ليس فقط نتيجة الموت المفاجئ أو نتيجة الإصابة بالجروح والكسور المفاجئة، ولكن أيضاً نتيجة التوتر والضغط النفسي طويل الأمد، الذي لا تقتصر نتائجه فقط على الناحية الجسمية للأفراد، بل إنها تمتد لتشمل الناحية النفسية.

وحسب روبينز وبيكمان (Rubonis, & Bickman, 1991) فإن الأشخاص الذين تعرّضوا إلى كوارث طبيعية فإنهم من الممكن أن يعانون من الاضطرابات النفسية التالية:

- 1- القلق العام (General Anxiety).
- 2- الرهاب (Phobia).
- 3- الإضطرابات النفسجسمية (السيكوسوماتية) (Somatic Responses).
- 4- الإدمان على الكحول والمواد المخدرة (Substance Abuse).
- 5- الاكتئاب (Depression).
- 6- اضطراب ما بعد الصدمة (Post -Traumatic Disorder).
- 7 - اضطراب الأكل (Eating Disorder).
- 8- التدخين (Smoking).
- 9- الانتحار (Suicide).
- 10- الخوف من المستقبل واليأس (Despair).

وذلك نتيجة الخسارة الاقتصادية وتأثر مصادر الرزق للأفراد.

ويمكن تقسيم التأثيرات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية إلى:

### 1- التأثيرات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية الحادة: (Mental Health Impacts from Acute Climate Change)

إنّ ردود الفعل السريعة والأولية للصدمات عادة ما تكون تلامس العواطف والأحاسيس مثل الإصابة بالغضب، أو الخوف، أو الصدمة التي تنشأ نتيجة تعرض الفرد إلى إصابات شخصية، أو إصابات أو موت لأحد افراد العائلة أو المقربين، وكذلك نتيجة فقدان الممتلكات الشخصية، أو فقدان مصادر الرزق أو العمل. وتختلف قدرة الأفراد على التكيف مع هذه التغيرات المناخية، وقد لا تستطيع فئات معينة من الأفراد في المجتمع على التكيف مع هذه التغيرات المناخية، خاصة الأفراد من الفئات الهشة، مثل النساء والأطفال وكبار السن، مما يؤدي إلى الإصابة لفترة قصيرة أو لفترات طويلة بالضغط النفسي (Stress)، والقلق (Anxiety)، والإدمان على الكحول (Substance Abuse)، والاكتئاب (Depression)، واضطراب ما

بعد الصدمة (Post-Traumatic Stress Disorder)، وفي بعض الحالات إلى الانتحار (Suicide) (Clayton & Manning, 2014).

## 2- التأثيرات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية المتكررة (التطورية):

### (Mental Health Impacts from Chronic Climate Change)

إنَّ التغيرات المناخية الحادة ليست فقط ما يؤثر على الناحية النفسية للإنسان، حيث إنَّ هناك تغيرات مناخية متطورة، ومتكررة، وبطيئة، تؤثر على الناحية النفسية.

### مميزات التغيرات المناخية المتطورة أو المزمنة (Chronic Climate Change) فهي:

1. متطورة أي أنها تبدأ بسيطة وقليلة التأثير وتترايد.
2. واسع الانتشار وتؤثر على عدد كبير من الأفراد.
3. بطيئة في التطور.
4. مستمرة، مع تقدم الزمن.
5. تأثير التغيرات المناخية التطورية تراكمي، حيث إنَّ تأثيرها يتراكم ويؤثر على الفرد وعلى المجتمع (Root, et al., 2003).

المجالات التي تظهر فيها آثار التغيرات المناخية المتكررة (التطورية):

### 1- ارتفاع درجة الحرارة (High Temperature)

إنَّ من أهم التغيرات المناخية التطورية هو ارتفاع درجة الحرارة، حيث إنَّ ارتفاع درجة الحرارة مرتبط بزيادة حالات الانتحار، وزيادة العنف (Preiti, et al., 2007).

وبيَّن رانسون (Ranson, 2012) أنه في الفترة بين 2009-2010 أنَّ التغيرات المناخية المرتبطة بارتفاع درجة الحرارة ستؤدي إلى زيادة حالات الاغتصاب والسطو، كذلك زيادة جرائم القتل، وكذلك بينت دراسة هانسين وآخرون أنَّ هناك زيادة في الحالات المدخلة إلى المستشفيات النفسية عند ارتفاع درجات الحرارة في أستراليا (Hansen, et al, 2008)

إنَّ تأثيرات ارتفاع درجة الحرارة على الناحية النفسية لا يظهر فقط في المناطق الحارة مثل فلسطين وأستراليا، ولكن أيضاً في المناطق الباردة مثل فرنسا وكندا، وتتأثر الناحية النفسية نتيجة ارتفاع درجة الحرارة بشكل أكبر وأسرع عند الأشخاص الأكثر هشاشة والذين لا يتمتعون بصحة نفسية عالية (Basu, et al., 2018).

## 2- الجفاف (Drought)

إنَّ تغيير نمط تساقط الأمطار الذي يحدث نتيجة التغير المناخي يؤدي إلى حدوث الجفاف، فالجفاف يحدث بشكل بطيء ويتطور مع الزمن، ومن الممكن أن يستمر الجفاف أياماً، أشهراً، أو سنوات. ويرتبط الجفاف بالإنتاج الغذائي، والذي بدوره يؤثر على الأمن الغذائي، وترتبط الصحة النفسية بالأمن الغذائي، فكلما زاد الأمن الغذائي تحسنت الصحة النفسية (Jones, 2017).

وحسب دراسة مايكل (McMichael, 2011) فإنَّ ارتفاع درجة الحرارة بمعدل (2 c°) درجتان مئويتان، يعمل على تهديد الأمن الغذائي إلى (2) مليون شخص في العالم.

وهناك العديد من الدراسات التي أكّدت أنه بالإضافة إلى تأثير الجفاف على الأمن الغذائي وما يسببه ذلك من تأثيرات على الصحة النفسية، فإنَّ الجفاف يعمل على إيجاد ضغط نفسي نتيجة الخسائر الاقتصادية، والخسائر في الثروات النباتية والحيوانية (Brown , et al., 2014).

وبيّنت كذلك دراسة باور ورفاقه (Powers, 2015) أنه خلال مواسم الجفاف فإنَّ حالات الانتحار بين المزارعين تزداد، وكذلك نتيجة للضغط النفسي، فإنَّ مناعة الأشخاص المعرضين للجفاف تقل، وبالتالي تزيد فرصة الإصابة بالأمراض الجسدية.

## 3- الهجرة (Migration)

إنَّ من أهم التأثيرات للتغيرات المناخية هي الزيادة في معدل الهجرات، حيث إنَّ معدل الهجرات نتيجة التغيرات المفاجئة في تزايد مستمر (Wolsko, & Marino, 2016).

عندما تتعرض المساكن للفيضانات، وعندما تصبح الأراضي غير صالحة للزراعة نتيجة الجفاف فإن السكان الأصليين سيضطرون للبحث عن مسكن آخر. حيث تبين الدراسات أن هناك حوالي 200 مليون شخص سيهاجر أو سيرحل من مكانه الأصلي نتيجة التغيرات المناخية، وقامت الدراسات بتسمية الهجرات نتيجة التغيرات البيئية بـ (Eco-Migration) (Fritze, et al., 2008). إن الأشخاص المهجرين، يكونون عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية، والأمراض الجسدية نتيجة ترك منازلهم الأصلية، والذهاب إلى أماكن مجهولة، حيث إن الذهاب إلى العيش في مناطق جديدة، وتعلم لغة جديدة، والاندماج في ثقافة جديدة، جميعها أسباب تؤدي إلى الإصابة بالتوتر النفسي (Pumariega, & Roth, 2005).

#### 4- القلق وفقدان السيطرة (Worry and Loss of Control)

إن مفهوم التغيرات المناخية والوعي بتأثيره على صحة الإنسان النفسية والجسدية، أصبح واسع الانتشار، فقد أكدت دراسة بايلي (Bailey, 2010) أن الأشخاص الذين يتعرضون للتغيرات المناخية سيواجهون مشاعر وأحاسيس مثل الإحباط، والخوف، والغضب، والضعف العام. وقد قام البرشت (Albrecht, 2011) بإطلاق مسمى (Eco Anxiety) على القلق المتعلق بماذا سيحدث في المستقبل، والقلق على مستقبل الأجيال القادمة والمشاعر الناتجة عن التغيرات المناخية.

#### 5- العلاقات الاجتماعية

إن تأثير التغيرات المناخية الحادة والتغيرات المناخية التطورية على العلاقات الاجتماعية واضحاً، حيث إنه عندما يحدث ارتفاع كبير في درجات الحرارة، أو فيضانات في منطقة محددة، فقد يضطر الإنسان إلى تغيير مكان سكنه أو إقامته، مما يعمل بالتسبب في الضغط النفسي، والذي ينعكس بدوره على علاقة الأفراد مع عائلاتهم، ومع أصدقائهم وجيرانهم وفي العمل (Carroll, et al., 2009).

كذلك، فقد أكدت دراسة هسيانج وآخرون (Hsiang, et al., 2013) أن معدل الجرائم، وحوادث السرقة، والعنف الجماعي، تزداد مع ارتفاع درجة الحرارة.



إنَّ التغيُّرات المناخية المتمثلة في ارتفاع درجة الحرارة، والتغيُّرات في تساقط الأمطار سيؤدي إلى زيادة العنف والعدائية بين الأفراد، وذلك من جراء التنافس على العمل وعلى مصادر المياه، والغذاء، والرزق، الذي بدوره ينعكس على العلاقات الاجتماعية، ويزيد من معدل ارتكاب الجرائم، هذا بالإضافة إلى أن التغيُّرات المناخية تعمل على زيادة الأعباء الاقتصادية على الأفراد نتيجة تأثر الإنتاج النباتي والحيواني، وفقدان العمل، وفقدان معيل الأسرة مثلاً، والذي بدوره يعمل على خلق الإحباط، واليأس ويولّد الرغبة في إقامة علاقات اجتماعية.

وبيّن هسيانج وآخرون (Hsiang, et al, 2013)، إلى أن هناك علاقة بين

العنف المجتمعي والعنف بين الجماعات والتغيُّرات المناخية.

## 6- المجموعات السكانية الضعيفة (Vulnerable Population)

مع أنّ التغيُّرات المناخية ستمس كل الأفراد دون استثناء، إلا أن هناك فروقاً بين الأفراد في القدرات والكفاءات فالمجموعات السكانية الأكثر ضعفاً وهشاشة للتأثر في التغيُّرات المناخية هي:

### 1- النساء (Women)

تعتبر النساء أكثر تأثراً في التغيُّرات المناخية مقارنة بالرجال؛ لأنّ المرأة تعتبر في الدول النامية من أبرز العاملين في القطاع الزراعي، وبالتالي تكون هي الأكثر عرضة للتأثر بالتغيُّرات المناخية، هذا بالإضافة إلى دورها في تقديم الرعاية لأفراد العائلة، وكذلك دورها في الاهتمام بالأطفال والرضع، والحمل والإنجاب، ممّا يجعلها عرضة للضغوطات النفسية والتوتر الناشئ عن التغيُّرات المناخية. إنّ محدودية دخل المرأة الاقتصادي، يعمل أيضاً على إضعاف قدرتها على التأقلم مع الضغط النفسي، والتوتر الناتج عن التغيُّرات المناخية.

### 2- الأطفال (Children)

يعتبر الأطفال من المتأثرين في الآثار الناتجة من التغيُّرات المناخية وذلك لصغر حجمهم، ولضعف جهاز المناعة لديهم، وأن صغر حجم الأطفال يؤثر على قدرتهم على مقاومة الجفاف، وكذلك فإن شعورهم بالاعتماد على الآخرين يضعف قدرتهم على المقاومة .

ولقد بيّن الموند وكوري (Almond, & Currei, 2010) أنّ المشاكل التي يتعرّض لها الأطفال في طفولتهم، فإنها من المؤكد ستؤثر عليهم عند الكبر، كذلك فإن حالات الإجهاض، وعدم اكتمال النمو تزداد عند ارتفاع درجة الحرارة، كما أنّ الأزمات والصدمات التي يتعرّض لها الأطفال في مرحلة الطفولة، من الممكن أن تؤثر على التحصيل الدراسي وعلى القدرات العقلية لديهم، وقد تؤثر على نشاطهم وسلوكهم في مرحلة المدرسة وما بعد المدرسة.

أمّا بالنسبة للصحة النفسية، فإنه من الممكن أن يتعرّض الأطفال إلى اضطراب ما بعد الصدمة بعد التعرض للكوارث الطبيعية، وكذلك من الممكن أن يصاب الأطفال في الاكتئاب. إنّ الخطورة على صحة الأطفال النفسية نتيجة التغيّرات المناخية ليس فقط نتيجة تعرضهم المباشر للتغيرات المناخية، لكن أيضاً من الممكن أن تتأثر صحة الأطفال النفسية نتيجة تأثير الصحة النفسية للأب، أو الأم، أو لأحد أفراد العائلة.

### 3- المجموعات متدنية الدخل (Low – Income Communities)

إنّ المجموعات ذات الدخل المنخفض من المتوقع تواجدها في المناطق، أو المواقع الجغرافية الضعيفة، أو الأكثر تأثراً في التغيّرات المناخية مثل الوديان، أو بجانب المصانع، والمناطق ذات البنية التحتية الضعيفة، وبالتالي سيكون تأثير هذه المجموعات في التغيّرات المناخية أكبر، كذلك فإنّ المجتمعات الفقيرة، عادةً ما تكون بعيدة عن المراكز الصحية، ولا يوجد لديهم القدرة النفسية على التغيير في الحياة (Upton, 2018). كذلك فإنّ المناطق التي تعتمد على البيئة في تأمين دخل الأسرة مثل المناطق الزراعية هي أكثر عرضة أيضاً للتأثر في التغيّرات المناخية، حيث بيّنت دراسة (Hanigan, et al., 2012) أن المزارعين في أستراليا هم الأكثر عرضة للتأثر في الجفاف.

### 3.1.2 الاضطرابات النفسية

#### تعريفات الاضطراب النفسي:

إنَّ لإنسان يعيش في مجتمع متغير الأطوار، ولا شكَّ أنَّ هذا التطور ألقى على مختلف المجتمعات المتطورة منها والنامية العديد من الأدوار، ممَّا عرَّض أفراد هذه المجتمعات إلى العديد من الدوافع، والحاجات المطلوب إشباعها، والتي بدورها تحافظ على توازن الإنسان النفسي والعاطفي والاجتماعي، الأمر الذي يساعد الفرد على أن يتمتع بالصحة النفسية لكي يستطيع مواجهة، والتعامل مع تغيرات العصر دون التعرض للإصابة بالاضطرابات النفسية (جبل، 2000).

ويؤكِّد الختاتنة (2012) أنَّ الإنسان يتعرَّض في حياته إلى العديد من الضغوط النفسية والمشكلات، فالبعض يستطيع أن يقاوم هذه المشكلات ويتكيف معها ويحافظ على صحة نفسية عالية، والبعض الآخر لا يستطيع أن يتكيف مع هذه المشكلات ويصبح عرضة للإصابة في الاضطرابات النفسية.

إنَّ فهم المؤثرات التي تؤثر على الحالة النفسية والعقلية للإنسان أمر في غاية التعقيد والأهمية، حيث الحالة النفسية تتأثر في الحالة العقلية، والحالة العقلية تتأثر في الحالة النفسية، فهناك من يقسمها حسب أسبابها، وهناك من يقسمها حسب أنواعها وهناك من يقسمها حسب الجانب النظري، وهناك من يطلق على جميع الاضطرابات العقلية والنفسية مصطلح الاضطرابات النفسية، وهناك من يطلق مصطلح الاضطراب النفسي على الاضطرابات العصبية (Neurosis)، وهناك من يطلق مصطلح الاضطرابات العقلية على الأمراض الذهانية (Psychosis). ومن هنا فقد وجدت الباحثة تداخلاً كبيراً في التصنيفات للأمراض النفسية والعقلية، وتبعاً لذلك فستقوم الباحثة بتناول بعض الاضطرابات النفسية بما يخدم محاولة تفسير وتوضيح الاضطرابات التي تتناولها أداة الدِّراسة (SA-45) والتي تتناول قائمة من بعض الاضطرابات النفسية المرتبطة في مشكلة الدِّراسة.

عرَّفت الجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association, 2000) الاضطراب النفسي، بأنه متلازمة نفسية وسلوكية تسبب الشعور بالضيق والتوتر والعجز، وتعمل على زيادة احتمالية تعرُّض الفرد للوفاة، أو

الالام، أو العجز، وتعبر عن خلل في الحالة السلوكية، أو النفسية، أو البيولوجية للفرد.

وعرّفته قطيشات والنل (2009) بأنه يشير إلى حالات سوء التوافق سواء مع النفس، أو مع الجسد، أو مع البيئة الطبيعية، أو الاجتماعية، ويعبر عن هذه الاضطرابات بدرجة عالية من أعراض التوتر، والقلق، والقهر، والإحباط، وليس بالضرورة لها أسباب عضوية، وعادة ما يكون الفرد المضطرب نفسياً متصلاً بالواقع، ضابطاً لسلوكه، قادراً على القيام بواجباته بشكل عام.

ويعرّف حسن (2003) الاضطرابات النفسية أنها اختلالات في الآليات النفسية في التلاؤم والتوافق مع الحياة، وهي أيضاً خلل في الاستجابة لحاجات الفرد الداخلية، وفي التوافق مع الحياة الاجتماعية، والتوافق مع الواقع، فهناك حالات تكون هذه الآليات غير قادرة على التوافق بصورة مزمّنة، أو قد يكون مسار التوافق لم يسير بطريقة ناجحة.

وعرّف رضوان (2007) الاضطرابات النفسية بأنها مجموعة من الأعراض المركبة القابلة للتحديد من الناحية العيادية، وهي تنتج من مجموعة من العوامل النفسية، والاجتماعية، والوراثية، والجسدية، قد تترافق هذه الأعراض اضطراباً في العلاقات الاجتماعية كالسلوك الجانح، والسلوك غير الاجتماعي، والكذب، والعدوان الزائد.

والاضطراب النفسي هو حالات من سوء التوافق مع النفس، أو مع الجسد، أو مع البيئة الطبيعية، أو الاجتماعية، ويظل معها الفرد المضطرب متصلاً بالحياة الواقعية، قادراً على استبصار حالته المضطربة، ضابطاً لسلوكياته إلى حد كبير، قادراً على القيام بواجباته (شريت وحلاوة، 2002).

وقام زهران (1977) بتقسيم الاضطرابات النفسية التي من الممكن أن يصاب فيها الفرد إلى:

**الاضطرابات العصابية (Neurosis):** وهو الشكل غير الحاد من الاضطرابات النفسية، ويمثل الأعراض والسلوكيات التي تظهر على الأشخاص العاديين ولكنها تكون أكثر حدة وأثر تكررراً لدى مرضى العصاب، والعصابي شخص يدرك ما

يحيط به من أمور، ويتعامل مع الآخرين بشكل طبيعي، لكن الاضطراب النفسي يؤثر في حياته، ويؤثر على توافق الإنسان مع نفسه ومع بيئته، وتأخذ أشكال متعددة من أهمها التوتر النفسي، والقلق، والوسواس، والأفعال القسرية الإرادية، والمخاوف المرضية.

**الاضطرابات الذهانية (psychosis):** وهو الشكل الحاد من الاضطرابات النفسية، حيث ينفصل الشخص عن الواقع، والانفعال الشديد، واضطراب في القدرات العقلية، ونقص في البصيرة، وخلل واضح في السلوك، حيث يمكن أن يتصور الذهاني تصورات ليس لها أساس من الصحة، ويمكن ان يسمع أصواتا غير واقعية، ويشم روائح غير موجودة أصلاً وتضعف قدرة الشخص على القيام بالوظائف الحياتية الاعتيادية، وتضعف قدرته على المشاركة في الحياة الاجتماعية.

ويعرّف تشيري (Cherry, 2018) الاضطرابات النفسية بأنها نموذج من الأعراض النفسية والسلوكية، والتي تؤثر على مختلف نواحي الحياة، هذه الاضطرابات تعمل على خلق الضغوط النفسية عند الشخص الذي تظهر عليه هذه الأعراض.

وقد قسم الدليل التشخيصي الرابع في نسخته الرابعة (DSM-IV) الاضطرابات النفسية الى سبعة عشر نوع:

1- اضطرابات عادة ما تشخص للمرة الاولى في مرحلة الرضاعة، أو الطفولة، أو المراهقة.

(Disorder Usually First Diagnosed In Infancy, Childhood, Adolescence).

2- الاضطرابات النفسية الناتجة عن حالة طبية عامة، وغير المصنفة في مكان آخر.

(Mental Disorders Due to a General Medical Condition not Elsewhere Classified)

3- اضطرابات الهذيان، والخرف، وفقدان الذاكرة، والاضطرابات المعرفية الأخرى.

Delirium, Dementia, Amnesic, and other cognitive  
(Disorders)

4- الاضطرابات المتعلقة بتعاطي المواد.

(Substance Related Disorder)

5- الفصام والاضطرابات الذهانية الأخرى.

(Schizophrenia and Other Psychotic Disorders)

6- اضطرابات المزاج .

(Mood Disorders)

7- اضطرابات القلق.

(Anxiety Disorders)

8- الاضطرابات جسدية الشكل.

(Somatoform Disorders)

9- الاضطرابات المفتعلة وغير الحقيقية.

(Factitious Disorders)

10- الاضطرابات الانفصالية.

(Dissociative Disorders)

11- الاضطرابات الجنسية.

(Sexual Disorders)

12- اضطرابات الأكل.

( Eating Disorders)

13- اضطرابات النوم.

(Sleep Disorders)

14- اضطرابات التحكم في النزوات غير المصنفة في مكان آخر .

(Impulse Control Disorders not Elsewhere Classified)

15- اضطرابات التكيف.

(Adjustment Disorder)

16- اضطرابات الشخصية.

(Personality Disorder)

17- حالات أخرى قد تكون محل اهتمام الاخصائي الاكلينيكي.

(Other Conditions that May be a Focus of Clinical Attention)

العوامل المؤثرة في الاضطرابات النفسية:

تنقسم العوامل المسببة للاضطرابات النفسية حسب قطيشتات والتل (2009)

إلى التالي:

1- العوامل المتصلة بالتنشئة الاجتماعية: إنَّ من أهداف التنشئة الاجتماعية إعداد الفرد لمواجهة متطلبات الحياة الاجتماعية، وتعتبر الأسرة النواة الأساسية لنمو الفرد وتطوره، ويبرز دور الوالدين في تنشئة الاطفال، حيث إنَّ الوالدين اللذان لا يشبعان حاجة الأطفال من الحب، والعطف، والحنان، واللذان يتخذان من العقاب الجسدي والنفسي وسيلة للتأديب، وأيضاً الأسر المفككة التي يشيع فيها عدم الاحترام والحب، ستعمل على إيجاد أفراداً يعانون من الاضطرابات النفسية.

2- العوامل الاقتصادية والاجتماعية: إنَّ عدم تحقيق الأمن الاقتصادي المتمثل بحاجة الإنسان إلى المال ليشبع حاجاته من مأكل، ومسكن، ومشرب، يعمل على احتمالية تعرض الإنسان للإصابة بالاضطرابات النفسية، وكذلك إن عدم توفر الأمن الاجتماعي المتمثل بانتماء الفرد إلى أسرة معينة ومنها إلى مجتمع معين، يكفل إيجاد عمل يحقق مصدر دخل، ويكفل تحقيق مبدأ المساواة في الحقوق والواجبات بين أعضاء المجتمع، ويعمل أيضاً على احتمالية تعرض الإنسان للإصابة في الاضطرابات النفسية.

3- العوامل النفسية: إن الصراعات النفسية اللاشعورية، والمشاعر الدونية، وعدم ثقة الفرد في العالم الخارجي، وعدم ثقته بنفسه، وعدم قدرته على المبادرة، والصراع النفسي الناتج عن مواقف الاختيار التي يفشل فيها الفرد في اتخاذ القرار، كلها عوامل تساعد في وجود الاضطرابات النفسية.

4- العوامل الروحية: إنَّ غياب المعارف الدينية الصحيحة، وتوجه الاعتماد والخضوع لأشخاص بدلاً من التوجه لله، وإساءة تفسير مفهوم الرزق من ثروة، وبنون، وقوة، وعقل، تعمل على المساهمة في حدوث الاضطرابات النفسية.

5- العوامل الوراثية: إنَّ احتمالية الإصابة باضطراب نفسي تزيد عند الأفراد الذين يوجد لديهم تاريخ عائلي في الإصابة في الاضطرابات النفسية. ويقسم عبد الله (2011) العوامل التي تسبب الاضطرابات النفسية إلى:

#### 1- العوامل المهيئة (الاستعدادية) Predisposing Factor

وهي العوامل التي تهيأ الفرد وتجعله معرضاً للإصابة في الاضطراب النفسي، مثل العوامل الوراثية، والجسمية، والنفسية، والاجتماعية، مثل المرض الطويل، خبرات الفشل، والاحباط، والحرمان، وأسلوب التربية، فجميع هذه العوامل تضعف قدرة الإنسان وتجعله عرضة للفشل.

#### 2- العوامل المفجرة (المباشرة والأخيرة) Precipitating Factors

وهي العوامل التي تعجل حدوث الاضطرابات النفسية، هذه الاحداث من الممكن أن تكون بسيطة، ولكنها تعمل بصورة قوية في الشخص المهيأ أصلاً لحدوث الاضطراب، لذلك يركز عادة المعالج على الحدث الاخير الذي ظهرت بعده الأعراض المرضية.

### الصحة النفسية Mental Health

إنَّ الصحة النفسية والاضطراب النفسي لا يفهم أحدها إلا بالرجوع إلى الآخر، والاختلاف بين الصحة النفسية والاضطراب النفسي هو اختلاف في الدرجة وليس في النوع (زهران، 1977).

#### مفهوم الصحة النفسية:

عرّف زهران (1977) الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبياً، يكون فيها الفرد متوافقاً شخصياً، وانفعالياً، واجتماعياً، مع نفسه ومع بيئته، ويشعر فيها الفرد بالسعادة، والراحة، ويكون قادراً على استغلال قدراته، وقادراً أيضاً على مواجهة ظروف الحياة، ولها شقان شق نظري عملي يتناول الشخصية، والدوافع، والحاجات،



وأَسباب الأمراض النفسية، وتصحيح المفاهيم الخاطئة، والتوافق، وإعداد وتدريب الأخصائيين، والقيام بالبحوث العلمية، وشق عملي يختص في الوقاية من المرض النفسي وتشخيص وعلاج الأمراض النفسية.

وعرّف عبد الله (2011) الصحة النفسية بأنها التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات المحيطة بالإنسان، وهي حالة انفعالية وسلوكية - إيجابية، وتظهر حد عالٍ من مستوى التكيف النفسي، والاجتماعي، والبيولوجي، عندما يتفاعل الفرد مع ذاته ومع محيطه الخارجي المتمثل بالحياة الاجتماعية والبيئية، وتظهر بالإحساس بالإيجابية والرضا والسعادة. وعرّف فهمي (1979) الصحة النفسية بأنها خلو الإنسان من المرض العقلي والنفسي، وقدرته على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، مما يؤدي إلى تقبل الفرد لذاته، ويرضى عن نفسه.

وقام أيضاً الداھري والعبيدي (1999) بتعريف الصحة النفسية بأنها التوافق بين الوظائف النفسية المختلفة يصاحبها القدرة على مواجهة الأزمات، والإحساس بالإيجابية، والسعادة، والكفاية.

وعرّف كفاي (1999) الصحة النفسية بأنها حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد، ينتج عنها تقبل الذات، وتقبل المجتمع له، ويشعر الفرد نتيجة لذلك بالرضا والكفاية.

### علامات الصحة النفسية ومظاهرها:

المقصود بعلامات الصحة النفسية ومظاهرها، هو أشكال السلوك الذي يقوم به الفرد ويعبر هذا السلوك ووجوده عن درجة الصحة النفسية:

- 1- التكيف بأنواعه المختلفة: التكيف النفسي، البيولوجي، الاجتماعي، البيئي.
- 2- الشعور بالسعادة مع الآخرين: وذلك بتكوين علاقات مع الآخرين قائمة على الحب، والثقة، والانتماء، ووجود السعادة الاسرية، النجاح في العمل، وتقبل الآخرين.

- 3- تحقيق الذات وفهمها: إن معرفة واستثمار نواحي القوة في شخصية الفرد، وتقبل نواحي الضعف، يعمل على أن يتناسب مستوى الطموح مع قدرات

الفرد وإمكاناته، وبالتالي تجنب أن يقع الفرد في صدمات نفسية نتيجة واضطرابات نفسية نتيجة عدم تحقيق الأهداف.

4- مواجهة أزمات الحياة واحباطاتها: حيث إنه كلما زادت قدرة الفرد على

مواجهة الإحباطات، والإخفاقات، كلما كام دليلاً على صحة نفسية عالية.

5- النجاح في العمل: إن نجاح الفرد في عمله، ورضاه عنه، وأدائه للعمل بكفاءة عالية يعتبر مؤشراً على الصحة النفسية.

6- الحساسية الانفعالية: حيث إن الاتزان الانفعالي، والنضج الانفعالي، وتكافؤ

الانفعالات مع المثيرات يعتبر مؤشراً إلى الصحة النفسية، هذا بالإضافة إلى تناسب الاستجابة مع نوع المثير.

7- الإيجابية والاقبال على الحياة: بما أن الفرد يعتبر عضو في المجتمع، فإن

اقباله على الحياة والنظرة الإيجابية يعملان على تقدّم المجتمع وازدهاره.

**النظريات المفسرة للاضطرابات النفسية:**

### **1- النموذج البيولوجي ( The Biological Model )**

يعود تاريخ هذا النموذج إلى الإغريق والرومان في تفسير السلوك المضطرب، وقد تمّ تأييده أيضاً من قبل الصينيين، والغرب من خلال العصور الوسطى، مع أنّ الغرب كانوا ذلك الوقت يسلط الضوء في سبب حدوث الاضطرابات النفسية إلى العوامل الخارجة عن الطبيعة، وإلى السحر، وإلى الأرواح الشريرة والجن، التي اعتبروها هي المسؤولة عن حدوث الاضطرابات النفسية (عبدالرحمن، 2000).

إنّ الفرضية الرئيسية في هذا النموذج هي أن الجهاز العصبي هو المتحكم في جميع سلوكيات وأفكار الفرد المضطربة، وغير المضطربة، لذلك فإن أيّ حدث بيئي، أو تناول لعقاقير تؤثر في وظيفة الدماغ، من الممكن أن تؤثر أيضاً في تفكير الفرد وسلوكه، فمن وجهة نظر هذا النموذج، فإن الاضطرابات النفسية والسلوكيات غير السوية تنشأ من التغيّرات الحاصلة في الجهاز العصبي، والتي تكون نتيجة حدوث أحداث حياتية صادمة، أو تناول لعقاقير، أو تعرّض الإنسان لمواد سامة في

بيئة الفرد، أو التعرُّض لضربة على الرأس، أو الإصابة بمرض معين، أو وجود خلل في الجينات (عبد الرحمن، 2000).

## 2- النموذج السيكدينامي (Psychodynamic Model)

يقوم هذا النموذج على افتراض أن سلوك الإنسان يتأثر بقوة في العمليات النفسية اللاشعورية، حيث إنَّ هناك صراعا بين غرائز الفرد الجنسية، والعدوانية من جهة، وضميره، وعقله، ووعيه لعادات المجتمع، وتقاليده من جهة أخرى، فبالتالي فإن كل فرد يواجه ويكافح لإيجاد طرق مختلفة للتعبير عن هذه الغرائز دون التعرض للعقاب، أو الشعور بالقلق، أو التوتر، وبالتالي فإن الاضطرابات النفسية تحدث نتيجة لهذا الصراع، وهو صراع بين غرائز الفرد ورغباته، وعقله، وأخلاقه، وواقع المجتمع الذي يعيش فيه (الكفيري، 2013).

## 3- النموذج المعرفي (Cognitive Model)

تقوم هذه النظرية على أن الاضطرابات التي تصيب الأفراد ناتجة عن الطريقة التي يفكرون بها، وعمّا يحملون من آراء، ومعتقدات نحو ذواتهم، ونحو المواقف، والضغوطات التي يتعرّضون لها، حيث إنَّ معظم الاضطرابات النفسية تحدث نتيجة المعتقدات والنظرة السلبية التي يحملها المريض عن نفسه التي تتبلور بصوره نهائية عند التقائها مع الخبرات التي يمر بها الشخص (المطارنة، 2006). كذلك فإن منشأ الاضطراب من وجهة نظر هذا النموذج هو نتيجة وجود خلل في الاستنتاجات الخاطئة التي يطورها الفرد، ونتيجة وجود أخطاء في الاستدلال المنطقي لدى الفرد (الشخانية، 2010).

## 4- النموذج السلوكي (Behavioral Model)

يرى أصحاب هذه النظرية أن العوامل البيولوجية، والعوامل الجينية مسؤولة عن التركيب الجسدي لدى الفرد، ومسؤولة عن الاستعداد العام للسلوك، لكن السلوك السوي وغير السوي يتشكّل بموجب تجارب الفرد في بيئته. وتختلف وجهات نظر النظرية السلوكية وفقا لعمليات التعلّم التي تتبناها، فالتعلم الإجرائي يعتمد على العلاقات الوظيفية التي تنشأ بين السلوك والنتائج المترتبة عليه، وبخاصة التعزيز والعقاب، في حين يركز التعلم الإشرطي على العلاقة بين المثيرات والاستجابات،

وتركز نظرية التعلم بالنمذجة على ملاحظة السلوك، وعلاقته بالنتائج المترتبة عليه (الشخانية، 2010). ويرى أيضاً أصحاب هذه النظرية بأن الاضطرابات النفسية والعقلية ينشأ نتيجة سوء توافق نفسي؛ أي أنها استجابة غير مرغوب فيها لموقف مثير، يحدث له تعزيزاً بطريقة غير صحيحة، ويذهب أصحاب هذا النموذج إلى أن الاضطراب النفسي إنما هو سلوك متعلم، ويصبح عادة تلازم الفرد في حياته (المطارنة، 2006).

#### 5- النموذج الإنساني الوجودي (Humanistic-Existential Model)

يتمحور هذا النموذج حول النظرة الإيجابية نحو الذات، وعلى الخبرة الذاتية، وعلى تحقيق الأهداف في الحياة، ويؤكد هذا النموذج أيضاً على النظرة التفاعلية نحو الذات، وأن الإنسان توجد عنده الدافعية الذاتية نحو النمو والتطور الذاتي، ونحو أداء المهمات بفاعلية، وأن الاضطرابات النفسية تنشأ عندما يرفض الإنسان تحمل مسؤولية أفكاره في الحياة ومسؤولية سلوكه أيضاً، أو عندما يكون غير قادر على تحمل هذه المسؤولية، أو عندما يكن هناك تباعد بين صورة الذات عند الفرد وما يرغب أن يكون عليه وهي الذات المثالية (الشخانية، 2010).

#### 6- النموذج الاجتماعي الثقافي (Sociocultural Model)

يرى هذا النموذج أنه من الممكن فهم الاضطرابات النفسية بشكل أدق عندما يؤخذ بعين الاعتبار المحيط الثقافي مثل البيئة، والسياسات الاجتماعية الشاذة، العادات، التقاليد، ونسبة البطالة، الفقر في المجتمع، و نسبة التعليم في المجتمع، فمن وجهة نظر هذه النظرية أن الاضطرابات النفسية تحدث نتيجة الظروف الاجتماعية التي يعيشها الفرد، وتتأثر هذه الاضطرابات بالجنس، والطبقة الاجتماعية، والمستوى الثقافي، فنفسر هذه النظرية مثلاً انتشار الاكتئاب بصورة أكبر عند الإناث منه عند الذكور على أنه انعكاس لنقص الفرص المتاحة لدى الإناث مقارنة مع الفرص المتاحة للذكور (الشخانية، 2010).

#### 7- نموذج الأنظمة العائلية (Family Systems Model)

يركز هذا النموذج على تركيب ودور الأسرة، ويهتم بشكل خاص في دور كل فرد من أفراد الأسرة، وكيفية ردود الأفعال عند حدوث أزمات عند أعضاء

الأسرة، ويركز هذا النموذج على كيفية صنع القرار في الأسرة، ويرى هذا النموذج أن معظم الاضطرابات التي يعاني منها الأفراد في الأسرة هي نتيجة خلل في النظام الكامل للأسرة، وخلل أيضاً في العلاقات الاسرية بين أعضاء الأسرة، فأى خلل في أية عنصر من عناصر الأسرة من المؤكد أنه سيحدث خلل في النظام الكامل للأسرة (الشخانية، 2010).

#### 8- النموذج التكاملية (البيولوجي، السيكلولوجي، الاجتماعي)

(Bio psychosocial Model)

يبين النموذج التكاملية ان النماذج السابقة جميعها تشترك جميعاً في تشكّل السلوك المضطرب، ولا يمكن أن نعتمد على نموذج واحد في تفسير الاضطراب في السلوك، فهناك دور تفاعلي وتكاملي بين العوامل البيئية، والوراثية في تحديد سلوكياتنا والتي تميزنا عن غيرنا، وتلعب خبرات الطفولة دوراً رئيسياً في التأثير على سلوكيات الفرد، حيث إنّ تعرض الطفل إلى الإهمال الزائد، أو الحماية الزائدة، أو الدلال المفرط، كلها عوامل تؤثر في الناحية النفسية والسلوكية لدى الفرد، هذا بالإضافة إلى أن المشاكل الاسرية بين أفراد الأسرة له دور كبير أيضاً في التأثير في نفسية وسلوك الفرد (الكفيري، 2013).

#### 4.1.2 التكيف النفسي (Psychological Adjustment)

إنّ التغيرات المتسارعة في أحداث الحياة في مختلف المجالات من الممكن أن تؤدي أن يشعر الشخص بضغط ناتج عن التغيير في الوضع الحالي والمعمول فيه منذ زمن إلى وضع جديد، الأمر الذي من الممكن ان يؤدي إلى تعرض الشخص إلى الإصابة باضطراب نفسي، والذي بدوره يدفع الفرد إلى العمل على إعادة التكيف مع البيئة المحيطة ومع الظروف الجديدة، ويعتمد هذا التكيف على وجود مهارات، واستعدادات جسمية، واجتماعية، ونفسية، وعقلية، تساعد في عملية التكيف، وتختلف هذه الخصائص والسمات من فرد إلى آخر، والتي يرتبط وجودها بنجاح أو فشل عملية التكيف (Ford–Martin, 2001).

إنَّ مفهوم التكيف هو مفهوم بيولوجي أصلاً، حيث كان هو الأساس إلى نظرية دارون، التي تقوم على الانتخاب الطبيعي، وبقاء الأصلح، فالحيوانات التي استطاعت أن تتلاءم مع بيئتها الطبيعية استمرت في البقاء كالحرباء التي تغير لونها ليتناسب مع البيئة الطبيعية، وكذلك يعتبر نوم الدببة في الشتاء نوع من أنواع التكيف، كذلك فإن الإنسان يعمل باستمرار على التكيف مع بيئته الطبيعية عن طريق ارتداء اللباس المناسب، وأكل الطعام المناسب، والسكن المناسب، كما أطلق علماء البيولوجيا مصطلح تلاؤم أو توافق (Adaptation) على مفهوم التكيف، والذي تم ترجمته من قبل علماء النفس بـ (Adjustment)، حيث إنَّ الإنسان يتلاءم مع بيئته النفسية، والاجتماعية مثلما يتلاءم مع بيئته الطبيعية (بطرس، 2008).

### تعريف التكيف النفسي:

التكيف هو عبارة عن استجابة، أو رد فعل للتغيرات المتوقعة، أو غير المتوقعة والتي تعتبر جزء من الحياة اليومية، ويعتبر التكيف عملية مستمرة، وجهد عقلاي يبذله الفرد كي يتعايش مع البيئة المحيطة وتغيراتها، ويمكن تقسيم انماط التكيف إلى نمطين، وهما التكيف المناسب يؤدي إلى الشعور بالارتياح والاطمئنان، والآخر نمط غير مناسب ويؤدي إلى الاضطرابات النفسية (Yule & Canterbury, 1994).

ويعرّف الهابط (1985) التكيف النفسي بأنه القدرة على التوفيق بين المتطلبات الجسمية المختلفة، والمطالب الشخصية مع القدرة على مواجهة الصعوبات المادية الموجودة في البيئة المحيطة، والاحساس بالحيوية، والراحة، والنشاط.

ويعرّفه أيضاً زهران (1988) بأنه تحقيق وإشباع متطلبات الفرد الرئيسية والثانوية، وبالتالي إلى الوصول إلى حالة من الرضا والسعادة الذاتية.

وأماً الرفاعي (1982) فقد عرّف التكيف بأنه مجموعة من ردود الأفعال التي يعدّل بها الفرد بناءه النفسي، وسلوكه ليستجيب إلى تغيرات بيئية جديدة، أو خبرات جديدة في الحياة.

أمّا كوهن (Cohen, 1994) فقد عرف التكيف بأنه التغيير الذي يحدث استجابة لوضع جديد، أو تغيير جديد في البيئة المحيطة مفاجئ، أو غير مفاجئ. وأمّا اتواتر (Atwater, 1990) فقد عرّف التكيف النفسي بأنه التعديلات التي نعملها على أنفسنا، أو على البيئة المحيطة من أجل القيام بواجباتنا، وتحقيق العلاقات الاجتماعية الناجحة في جميع النواحي، وإشباع حاجاتنا النفسية والجسدية. وعرّفه الخالدي (2015) بأنه عبارة عن عملية تعديل السلوك الذاتي، وتعديل الحالة النفسية، من أجل أن تتلاءم مع البيئة الطبيعية، والاجتماعية المحيطة، والذي يؤدي إلى تحقيق التوازن والرضا النفسي.

ويرى النجار (1997) أن التكيف النفسي هو المواءمة بين الشخص وذاته، وذلك بأن يكون الشخص متقبلاً لذاته، سعيداً بها، يشعر بالرضا الذاتي، مع القدرة على تجنب الضغوطات، والصراعات المرتبطة بالتوتر، والقلق، والاحساس بالنقص، وهناك علاقة بين التكيف النفسي ومدى إشباع الرغبات والحاجات الشخصية.

ويعرّف أركوف (Arkoff, 1968) التكيف بأنه الموازنة بين تحقيق الأهداف، وإشباع الحاجات لدى الإنسان، وبين البيئة المحيطة. وعرّف أيضاً إيستود (Eastwood, 1990) التكيف بأنه هو مجموع التغييرات والتعديلات التي نحدثها في أنفسنا وفي بيئتنا من أجل تحقيق الأهداف، وإشباع الحاجات.

### أبعاد التكيف ومجالاته:

يرى عبد الله (2011) أنه من الممكن تحديد أبعاد التكيف في:

1- التكيف الشخصي (الانفعالي): وهو جانب شخصي يتعلق بذات الفرد وشخصيته، حيث يشمل الرضا الذاتي، والسعادة الذاتية، والتأكيد الذاتي، ويشمل أيضاً إشباع الحاجات الرئيسية مثل (الجوع، والعطش، والجنس، والراحة، والأمومة)، بالإضافة إلى إشباع الحاجات الثانوية مثل (الأمن، والحب، والتقدير، والاستقلال)، ويعتمد على انسجامها وحل صراعاتها، وتناسب قدرات الفرد مع مستوى طموحه وأهدافه.

2- التكيف الاجتماعي: ويشمل تحقيق السعادة مع البيئة المحيطة المتمثلة في (العمل، والأسرة، والمجتمع بشكل عام) مع الالتزام بالقوانين والأنظمة، ويظهر هذا النوع من التكيف الدراسي حيث ينجح الفرد في جميع مراحل الدراسة، وينمو نمواً معرفياً سليماً، ويتجاوز المشكلات الدراسية مثل ضعف التحصيل، ويظهر أيضاً في التكيف الأسري والذي يظهر في التوافق وتحقيق السعادة بين أفراد العائلة، وإقامة علاقة قائمة على المدة والتعاون بين أفراد العائلة، واختيار الشريك المناسب، ويظهر التكيف الاجتماعي كذلك في العمل وهو ما يطلق عليه التكيف المهني، ويتمثل باختيار التخصص المناسب، واختيار العمل المناسب، وتحقيق السعادة، والإبداع، والإنتاجية في هذا العمل.

3- البعد التكاملية: يعتمد هذا البعد على الاندماج بين البعدين الشخصي، والاجتماعي، حيث إنّ العلاقة بين الفرد والمجتمع علاقة تفاعلية تبادلية، فالفرد ينتمي إلى المجتمع ويتفاعل معه، والمجتمع بدوره يشكل للفرد البيئة المناسبة لممارسة النشاطات. ويبين الكبيسي (1988) أن الإنسان يشكل وحدة نفسية واجتماعية واحدة، وأن أي خلل في أية بعد من أبعاد التكيف سيؤدي إلى خلل في عملية التكيف بشكل عام، فعندما يكون الإنسان غير قادر على التكيف مع بيئته الطبيعية فإن ذلك حتماً سيؤثر على حياته الانفعالية والسلوكية.

### العوامل المؤثرة في التكيف:

لقد ذكر عبد الله (2011) بأنّ هناك مجموعة من العوامل تؤثر في عملية التكيف بعضها ذاتي يخص الحالة النفسية، والبيولوجية للفرد، وبعضها يتعلق بالبيئة الاجتماعية والطبيعية للفرد وهي:

#### 1- المهمات النمائية:

وهي المتطلبات التي تحتاجها كل مرحلة نمائية حتى يعيش الفرد بسعادة وأمان، ولكل مرحلة من مراحل النمو المتمثلة في (مرحلة الطفولة، ومرحلة المراهقة، ومرحلة الرشد، ومرحلة الشيخوخة) مطالب نمائية خاصة بها، وكلما



حقق الفرد مطالب المرحلة السابقة، أصبح من السهل تحقيق ونجاح المرحلة اللاحقة، وأنَّ عدم تحقيق مطالب النمو يؤدي إلى سوء التكيف.

ويمكن تقسيم المهمات النمائية حسب عبد الله (2011) إلى:

أ. المهمة النمائية الخاصة في مرحلة الطفولة: وتتمثل في تعلم المشي، والاكل، والكلام، وعمليات الاخراج، واللعب، وتعلم القراءة، والكتابة، وتعلم المهارات الادراكية والتعليمية الأساسية، وتكوين علاقات اجتماعية.

ب. المهمة النمائية الخاصة في مرحلة المراهقة: وتتمثل في النمو الجسمي السليم، والدور الجنسي، وتحمل المسؤولية، وتحقيق الاستقلال، والاختيار المهني.

ج. المهمة النمائية الخاصة في مرحلة الرشد: وتتمثل في تقبل التغيرات الجسدية، واختيار شريك الحياة وتكوين أسرة، والرضا المهني.

د. المهمة النمائية الخاصة في مرحلة الشيخوخة: وتتمثل في تقبل الضعف الجسدي، وتقبل التقاعد، وتكوين علاقات اجتماعية مع كبار السن.

## 2- الدوافع الأولية والثانوية:

الدافع هو حالة داخلية، تتبع من داخل الفرد، تكون مترافقة مع توتر داخلي يوجه الفرد نحو تحقيق هدف معين، عند اشباع الدافع يتم سد الحاجة أو النقص، ويعود الإنسان إلى حالته السوية، والدوافع نوعان، أولية وأحياناً تسمى العضوية، وهي التي تولد مع الفرد، وترتبط مع الغرائز، وهي مشتركة بين الإنسان والحيوان مثل دافع الجوع، والعطش، والجنس، والراحة. تحتل الدوافع الأولية المكانة الأولى في التصنيف الهرمي للدوافع الذي وضعه عالم النفس الأمريكي ماسلو، ولها أهمية كبيرة في التأثير في الشخصية، وعلى الشخص اشباعها قبل الصعود في الهرم لتحقيق الدوافع الأخرى.

أمّا النوع الآخر من الدوافع، فهي الدوافع الثانوية وتسمى بالدوافع النفسية والاجتماعية، وهي التي تكتسب من البيئة الاجتماعية، مثل الحاجة إلى الامن، و الحاجة إلى الانتماء، والحاجة إلى التقدير، والحاجة المعرفة، والحاجة إلى الجمال، والحاجة إلى تحقيق الذات. ان اشباع هذه الدوافع له دور مهم في عملية

التكيف، فإذا فشل الفرد في تحقيق هذه الدوافع أصبح عرضه للإصابة في الاضطرابات النفسية، فعندما يشعر الفرد بالجوع أو عدم الشبع، فإنه من الممكن أن يؤدي ذلك إلى سلوك عدواني لفظي أو جسدي، وعدم اشباع حاجات الطفل من الحب، والحنان قد يؤدي إلى الانطواء، ويصبح عرضة لرفاق السوء.

### 3- العوامل الفيزيولوجية:

تتعلق هذه العوامل ببنية الجسم، وما يحمله من استعدادات وراثية، وأمراض، وتغيرات في الصفات الوراثية، وتتعلق أيضاً بما يتعرض الجسم له من حوادث، وإصابات وأمراض خلال فترة النمو، وإصابات خلال فترة الحمل تؤثر عليه، والتي بدورها تؤثر على عملية التكيف.

### 4- مرحلة الطفولة وخبراتها:

إنَّ الكثير من الاضطرابات النفسية من الممكن ارجاعها إلى مرحلة الطفولة، لأنها من المراحل المهمة في بناء الشخصية، وجميع الخبرات التي يمر بها الطفل في مرحلة الطفولة تظهر في سلوكه وتصرفاته.

### مظاهر التكيف النفسي:

إنَّ مظاهر للتكيف يمكن الاستدلال منها على وجود التكيف النفسي لدى الفرد، ومن أبرزها حسب فهمي (1979):

1- الراحة النفسية: إنَّ لدى الفرد المتمتع بالصحة النفسية قدرة على الصمود أمام الأزمات والشدائد، وكلما ارتفع مستوى الراحة النفسية، ارتفع مستوى التكيف النفسي.

2- تنوع النشاطات: من أهم مظاهر التكيف النفسي لدى الفرد هو تنوع نشاطاته، فلا تقتصر النشاطات على النشاط الفكري مثلاً، بل تتعداه إلى القيام بنشاطات اجتماعية، ورياضية، وعائلية.

3- القدرة على ضبط الذات: تعتبر القدرة على التحكم بالذات، والمتمثلة في القدرة على تأجيل إشباع رغبات معينة، والتحكم في مقدار هذه الرغبات المتحققة من مظاهر التكيف النفسي.

4- إقامة العلاقات الاجتماعية: إن الشخص الذي يتمتع بالتكيف النفسي يكون أكثر ميلاً إلى القيام بعلاقات اجتماعية مع الأقران والأقارب، وتكون هذه العلاقات أكثر نجاحاً.

5- الرغبة في المساعدة وخدمة الآخرين: من علامات التكيف النفسي الرغبة في البذل، والعطاء وذلك لجميع الأفراد المحيطين من أفراد العائلة أو من الاصدقاء، حيث يحاول الشخص تقديم المساعدة إلى أكبر عدد ممكن.

### الاتجاهات النظرية المفسرة للتكيف النفسي:

إن مفهوم التكيف مفهوماً واسعاً، وقد تزايد الاهتمام بتفسير التكيف وتحديداً التكيف النفسي، فقد ظهرت العديد من النظريات التي اهتمت بتفسير التكيف النفسي، وفيما يلي بعض هذه النظريات:

#### 1- اتجاه التحليل النفسي:

وفقاً لفرويد (Frued) فإن الشخصية تتكون من ثلاث مكونات رئيسية: الهو، والأنا، والأنا العليا، حيث تكون جميع هذه المكونات في حالة تنافس من أجل تحقيق الصحة النفسية، ويعمل الهو وفق مبدأ اللذة، والأنا تعمل وفق مبدأ الواقع، والأنا العليا تعمل وفق مبدأ الجانب الأخلاقي والمثل العليا، ويبيّن فرويد أنّ سبب عدم وجود الصحة النفسية هو العوامل البيولوجية، والعوامل البيئية، وكذلك الصراع بين الأنا والأنا العليا، فالشخص حسن التكيف هو الشخص الذي تكون عنده الأنا بمثابة المدير المسيطر على الشخصية تدير فيه التفاعل مع العالم الخارجي، وتراعي الاخلاق والقيم، والحاجات الشخصية، فعندما تسيطر الأنا على الهو والأنا العليا يكون هناك التكيف الحسن، لكن بيّن فرويد أنه من غير الممكن تحقيق كامل إلى الصحة النفسية، وأنّ الإنسان في صراع دائم بين مكونات الشخصية الثلاث، وأنّ سلوك الإنسان تسيطر عليه دوافع لا شعورية (Boeree, 2006).

أمّا فروم (Fromm) فقد تناول التكيف النفسي بطريقة تختلف عن فرويد، فقد رفض تركيز فرويد على العوامل البيولوجية، بينما ركّز فروم على أنّ الإنسان يميل إلى الخير، ولديه الاستعداد إلى الحب، والقيم السامية، وركّز على دور العوامل الاجتماعية والبيئية في تكوين شخصية الفرد، ويبيّن أنّ المجتمع الجيد الحسن يعمل

على تطوير الشخصية الحسنة والإيجابية المتمتعة بالصحة النفسية، بينما المجتمع السوء فهو المسؤول عن تنمية الشخصية المضطربة غير السوية.

ويؤكد أدلر (Adler) أنّ كل فرد يولد ولديه إحساس بالضعف، وقد يزداد هذا الشعور مع وجود نقص في القدرات الجسدية، أو العقلية، لذلك يحاول الفرد التعويض عن هذا الشعور بالنقص بسعيه المتواصل للتفوق والتميز، وعلى الإنسان المتكيف أن يقوم بمهام الحياة الخمسة (Life Tasks)، وهي إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، والقيام بالمساهمة بعمل معين، وتحقيق الألفة والحب، وتقبُّل الذات وتقديرها، وتطوير البُعد الروحي بتنمية الوازع الديني (Corey, 2009).

## 2- الاتجاه الإنساني:

يعدُّ ماسلو (Maslow) وروجرز (Rogers) من أبرز رواد هذه النظرية، حيث يرى ماسلو أنّ الصحة النفسية تتحقق إذا حقق الفرد حاجاته البيولوجية، وحقق حاجته إلى الأمن، وحقق حاجته إلى العلاقات الاجتماعية، وحقق حاجته إلى التقدير، وحاجته إلى تحقيق الذات، أما بالنسبة لروجرز فإنه يرى أنّ الإنسان حر في اختيار سلوكه وقراراته، والإنسان يملك الوعي، والإنسان يميل إلى الخير بطبيعته، والميل إلى الشر هو سلوك طارئ نتيجة تعرض الفرد لظروف قاسية وإحباطات، ويركز روجرز على مفهوم الذات، حيث يرى أنّ مفهوم الذات الإيجابي يجعل من الفرد إنساناً متكيفاً، وأن الإنسان يميل إلى النمو والتطور، والإنسان بطبيعته متعاون، متكيف، يميل إلى تحقيق ذاته (Corey, 2009).

## 3- الاتجاه السلوكي:

تدور وجهة النظر السلوكية حول التعليم، وترى أنّ سلوك الإنسان متعلم، فالفرد يكتسب عاداته خلال من خلال عملية التعلم من الحياة، ويؤكد هذا الاتجاه على أهمية العوامل البيئية التي يتعرض لها الفرد في حياته، حيث إنّ السلوك غير المتكيف يتم تعلّمه بنفس الطريقة التي يتم تعلّم السلوك المتكيف، فالإنسان يقوم بسلوك معين لأنهم تعلّموا أن يقوموا بهذا السلوك عن طريق ربطه بالتعزيز، وتوقفوا عن سلوك معين لغياب التعزيز (الشاذلي، 2001).

#### 4- الاتجاه المعرفي:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أنّ التكيف يعتمد على الطريقة التي يفسّر ويفهم فيها الفرد الأحداث، فالفرد المتكيف يتميز بوجود الأمل، والإيجابية عند مواجهة الأزمات، ويستخدم إستراتيجيات مناسبة في حل المشكلات ومواجهة الضغوط النفسية. إنّ الشخص الذي لا يتمتع بالتكيف، فلا توجد عنده نظرة إيجابية للمستقبل، ولا يوجد عنده الأمل، ولا يتمكن من الاستجابة بفاعلية لمتطلبات البيئة الجديدة، ولا يوجد عنده إستراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية (Sharaf, 2000).

#### 5- الاتجاه الوجودي:

يقوم هذا الاتجاه على أن الشخص القادر على التكيف هو الشخص الذي يستطيع إيجاد معنى لحياته، ويستطيع إيجاد قيمة لوجوده، ويستطيع الإجابة عن الأسئلة مثل: لماذا هو موجود؟ وما الغرض من وجوده (Corey, 1999).

## 2.2 الدراسات السابقة

فيما يلي عرض لبعض الدراسات التربوية التي بحثت الجوانب النفسية المرتبطة بالتغيّرات المناخية المتمثلة بالاضطرابات النفسية، والتكيف النفسي، والتي ترتبط بموضوع الدراسة الحالية:

### أولاً: الدراسات التي تناولت الاضطرابات النفسية

أشارت دراسة فريترز ورفاقه (Fritze, et al., 2008) وهي بعنوان: "الأمل واليأس والتحوّل: تغيّر المناخ وتعزيز الصحة العقلية والرفاهية"، إلى إثبات العلاقة بين الاضطرابات النفسية والتغيّرات المناخية، مثل: تساقط الأمطار، وارتفاع درجة الحرارة، والجفاف، والعواصف، والأعاصير، وأظهرت نتائج الدراسة أنّ التغيّرات المناخية لها تأثير كبير على الناحية الاجتماعية، والاقتصادية، والناحية البيئية، من خلال انتشار العنف في المجتمعات وتأثر الحالة الاقتصادية، وبيّنت الدراسة أيضاً أنّه عند حدوث التغيّرات المناخية مثل تأخر الأمطار، فإن إنتاج المحاصيل الزراعية يصبح أقل، وبالتالي فإنّ الدخل المادي يصبح أقل أيضاً، وتكون هذه الآثار أكثر وضوحاً في المجتمعات الضعيفة والفقيرة وقليلة التعليم.

وأشارت دراسة سويم ورفاقه (Swim, et al., 2011)، وهي بعنوان: "مساهمات علم النفس في فهم ومعالجة تغير المناخ العالمي"، التي انبثقت عن تقرير الجمعية الأمريكية للطب النفسي (APA)، والتي هدفت إلى توضيح البُعد النفسي للتغيرات المناخية، حيث نتج عن الدِّراسة أنَّ علم النفس يساهم في التخفيف من التغيُّرات المناخية، من خلال أولاً دراسة الأسباب التي تدفع الإنسان في القيام بالسلوكيات التي تؤدي إلى التغيُّرات المناخية، وثانياً يساهم علم النفس في شرح وتفسير النتائج التي تنتج عن التغيُّرات المناخية، وثالثاً يساهم علم النفس في التخفيف من التغيُّرات المناخية.

وفي دراسة قام بها أندرسون وديليسي (Anderson and Delisi, 2011) وهي بعنوان: "آثار تغير المناخ العالمي على العنف في البلدان المتقدمة والنامية"، وتمَّ الحصول فيها على بيانات من تقارير أصدرتها الجهات المسؤولة عن الشرطة الفيدرالية في الولايات المتحدة الأمريكية، التي صدرت في الفترة 1950-2008م عن الجرائم العنيفة (معدلات القتل والاعتداء الشخصي لكل 100000 شخص)، والجريمة غير العنيفة (معدلات سرقة المنازل والمركبات لكل 100000 شخص)، مع متوسط درجات الحرارة السنوية المسجلة في الإدارة الوطنية للمحيطات والغلاف الجوي لنفس السنوات، حيث ارتبط متوسط درجات الحرارة السنوية بشكل إيجابي مع معدلات الجريمة العنيفة، ولكن ليس مع معدلات الجريمة الغير العنيفة، وقد قدَّر الباحثون استناداً إلى هذه النتائج، أن زيادة درجة حرارة 1 مئوية في متوسط درجة الحرارة من المرجَّح أن يؤدي إلى زيادة بنسبة (6%) في معدلات الجريمة العنيفة، بما يصل إلى (25000) من الاعتداءات الخطيرة والمميته سنوياً في الولايات المتحدة وحدها.

أجرى ويسبيكر (Weissbecker, 2011) دراسة بعنوان: "الصحة العقلية كحق من حقوق الإنسان في سياق الشفاء بعد الكوارث والصراع" معتمدة على تقرير الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA)، وأشارت نتائج الدِّراسة أنَّ المرأة الريفية تقوم بجمع وإدارة المياه، وإدارة مصادر الوقود من أجل إعداد الطعام، فالصعوبة في تحصيل وتأمين المياه ومصادر الوقود يزيد من الأعباء الملقاة على

النساء، ويؤثر أيضاً على الفتيات والتحاقهن في المدارس، الأمر الذي يعمل على التأثير على الصحة النفسية لديها، كذلك من الممكن أن تتعرض المرأة إلى العنف والخطر عند قيامها بالسير إلى مسافات بعيدة من أجل تأمين المياه والوقود، الذي بدوره يعمل على زيادة تعرّضها إلى الضغط النفسي والعنف، كذلك أشارت الدراسة أنّ المرأة في دول العالم الثالث هي المسؤولة عن تقديم العناية الصحية إلى الأطفال، وإلى الزوج، وإلى كبار السن، ومع ارتفاع درجة الحرارة، وتناقص حصة الفرد من المياه فإنّ حدّة وسرعة انتشار الأمراض قد تزداد، الأمر الذي يعمل على زيادة الأعباء الملقاة على المرأة، كذلك بيّنت الدراسة أنّ المرأة تلعب دور مهم في التأثير على الوضع الاقتصادي للعائلة؛ كونها هي المسؤولة عن الإشراف على عملية الزراعة، فنجاح المحاصيل الزراعية وعدم تعرّضها للجفاف، أو قلة الأمطار يؤثر على دخل الأسرة.

وأجرى ناصير وآخرون (Nasir, et al., 2012) دراسة بعنوان: "الآثار النفسية على ضحايا الفيضانات في جوهور 2007/2006، هدفت إلى معرفة تأثير الفيضانات على أحاسيس، ومشاعر المتعرّضين إلى الفيضانات، في ماليزيا وتحديدًا فيضان "جوهور"، ومدى تأثير أفكار وسلوك الأفراد بحدوث الفيضان، تمّ جمع البيانات بواسطة عمل مقابلات شخصية وجهاً لوجه مع خمسة من المتضرّرين من الفيضان، وأشارت نتائج الدراسة إلى معاناة المتضرّرين من الفيضانات إلى مشاكل نفسية مثل الخوف، والقلق، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، وأكدت الدراسة على حاجة المتضرّرين إلى الدعم النفسي، والاجتماعي من أجل تخفيف الضغط النفسي، والقلق، وأعراض الاضطرابات النفسية الأخرى.

وفي دراسة قام بها هسيانغ ورفاقه (Hsiang, et al., 2013) بعنوان: "قياس تأثير المناخ على الصراع البشري"، التي كانت تهدف إلى التأكد من تأثير سلوك الإنسان العدواني بالتغيّرات المناخية وأجريت في أستراليا، حيث تمّ الرجوع إلى (60) دراسة سابقة، ونتج عن الدراسة أنّ هناك أدلة قوية على أنّ هناك علاقة قوية بين التغيّرات المناخية وسلوك العدوان عند الأفراد، وأشارت أيضاً إلى أنه مع ارتفاع درجة الحرارة المتوقع من (2 إلى 4) درجة بحلول عام 2050 فإنّ هناك

احتمال إلى زيادة العنف الشخصي والمجتمعي في الدول ذات الدخل المنخفض والمرتفع أيضاً.

وبيّنت الدراسة التي قام بها كلايتون وآخرون (Clayton, et al., 2014) كانت بعنوان: "ما وراء العواصف والجفاف: الآثار النفسية لتغير المناخ"، أنّ الحزن الشديد الذي يعقب فقدان شخص نتيجة الأعاصير، أو نتيجة الأحوال الجوية القاسية يؤدي إلى الإصابة باضطرابات نفسية، مثل اضطراب الاكتئاب الحاد (Major Depressive Disorder)، واضطراب كرب ما بعد الصدمة (Posttraumatic Disorder)، والإصابة بالاكتئاب، والقلق، والقيام بأعمال عنف، وزيادة حدوث اضطرابات في العمل وفي الحياة الشخصية.

وأجرى اودمال وآخرون (Udmeale, et al., 2014) دراسة بعنوان: "إدراك المزارعون لآثار الجفاف والتكيف المحلي وتدابير التخفيف الإداري في ولاية ماهاراشترا بالهند"، هدفت إلى فهم تصور مجتمع الريف في ولاية ماهاراشترا في الهند لآثار الجفاف على النشاطات الاجتماعية والاقتصادية و على البيئة المحيطة، تكونت عينة الدراسة من (233) أسرة زراعية، أشارت نتائج الدراسة أنّ انخفاض دخل المزارعين نتيجة انخفاض محصول الحبوب، وانخفاض المحاصيل البستانية، وانخفاض إنتاج الماشية، وفقدان العمل، كانت أكثر الآثار الاقتصادية المباشرة للجفاف، وكذلك أشارت نتائج الدراسة إلى الآثار الاجتماعية مثل هجرة السكان، والآثار على صحة الأطفال وتعليمهم، واليأس والشعور بالخسارة، والصراعات في المجتمع على المياه، وسوء التغذية، كما أشارت إلى إدراك المزارعين إلى الآثار البيئية مثل الزيادة في متوسط درجة الحرارة في الغلاف الجوي، وتدهور غابات المراعي، وتدهور نوعية المياه، والأضرار التي لحقت الموائل السمكية - الحياة البرية، واستنفاد المياه الجوفية.

وأجرى ويلوكس وآخرون (Willox, et al., 2014) دراسة بعنوان: "تغير المناخ والصحة العقلية: دراسة حالة استكشافية من ريغوليت، نوناتسافوت، كندا"، هدفت إلى التعرف على تأثير التغيرات المناخية على الصحة النفسية، وتكونت عينة الدراسة من (67) عضو من أعضاء المجتمع في مدينة ريغوليت في كندا، وأشارت



نتائج الدراسة إلى أنّ التغيرات المناخية تعمل على زيادة الضغط النفسي، وتعمل على زيادة في نسبة تعاطي الكحول والمواد المخدرة، وتعمل على زيادة حدوث كرب ما بعد الصدمة، وكذلك تزيد من احتمالية الإيذاء الشخصي والتفكير في الانتحار.

وأجرى دانج وآخرون (Le Dang, et al., 2014) دراسة بعنوان: "مخاطر المزارعين المتصورة لتغير المناخ والعوامل المؤثرة: دراسة في دلتا نهر الميكونج، فيتنام" هدفت إلى مدى إدراك المزارعين للمخاطر المحتملة والملموسة الناتجة عن التغيرات المناخية لدى المزارعين في منطقة دلتا نهر الميكونج في دولة فيتنام، تكوّنت عينة الدراسة من (598) مزارعاً من منطقة دلتا الميكونج، وأشارت نتائج الدراسة أنّ المخاطر المدركة والملموسة لدى المزارعين تنحصر في تأثير الناتج الزراعي الناتج من التغيرات المناخية، وتأثر الصحة الجسدية الناتج من التغيرات المناخية، وتأثر الدخل الاقتصادي نتيجة التغيرات المناخية كان من أبرز المخاطر الملموسة التي يدركها المزارع.

وقد أشار بادهلي وآخرون (Padhy, et al., 2015) في دراسته وكانت بعنوان: "آثار الصحة العقلية لتغير المناخ" التي أُجريت في الهند، وهدفت إلى إيجاد علاقة بين الجفاف وحالات الانتحار عند المزارعين، وهذه العلاقة تمّ ملاحظتها في الدول المتقدمة والدول النامية على حد سواء، حيث إنّ الخسارة في المحاصيل نتيجة الفيضانات والجفاف غير المتوقع سيؤدي حتماً إلى مشاكل اقتصادية عند المزارعين، وذلك جرّاء ارتفاع أسعار المحاصيل الزراعية، وعدم القدرة على تأمين حاجيات الأسرة، هذا بالإضافة إلى أنّ الفيضانات قد تدفع الأفراد إلى الهجرة إلى مناطق أخرى، والذي يعمل بدوره على زيادة الضغط النفسي على الأفراد المهجرّين، ونتج عن الدراسة أنّ حالات الاكتئاب (Depression) قد تكون منتشرة جداً بين شرائح المزارعين المتأثرين بالتغيرات المناخية وذلك بسبب انخفاض كمية المحاصيل الزراعية، وعدم القدرة على التخطيط الزراعي للأعوام القادمة، وزراعة المحاصيل الزراعية التي تتناسب مع التوقعات المناخية. بالإضافة إلى ذلك بين بادهلي (Padhy, et al., 2015) أنّ هناك علاقة وثيقة بين زيادة الأمراض

البيولوجية والتي تنتشر بفعل الجفاف والغبار، مثل أمراض الجهاز التنفسي، وأمراض القلب، وأمراض الجهاز الهضمي، وأمراض الكلى، والتي بدورها تزيد من حالات القلق (Anxiety)، وأعراض الاكتئاب.

وقد أجرى ليو وآخرون (Liu, et al., 2015) دراسة بعنوان: "التأثيرات المناخية على تخطيط السلوك" هدفت إلى إيجاد علاقة بين التغيرات المناخية في منطقة معينة مثل التغير في درجة الحرارة، والتغير في كمية التساقط المطري، والتغير في درجة الرطوبة، وبين الحالة المزاجية للإنسان وسلوكه وميله للعنف الشخصي أو العنف الذاتي، تكونت عينة الدراسة من سكان (28) مدينة في الصين، واعتمدت منهجية الدراسة على إحصاء عدد مستعملي موقع الكتروني لعمل الحجوزات خلال فترة تمتد إلى (16) شهراً، حيث كان عدد مستخدمي الموقع ما يقارب (20) مليون شخص، وبيّنت الدراسة أنّ قدرة الإنسان على التخطيط والتفكير في المستقبل مؤشراً إلى الصحة النفسية، حيث إنّ الإنسان المتمتع بالصحة النفسية تكون قدرته على التخطيط للمستقبل أعلى، وقد استخدمت الدراسة مقياساً يقيس عدد مرات الدخول على مواقع الإنترنت الخاصة في المطاعم والفنادق والسينما، حيث افترضت الدراسة على أنّ قدرة الإنسان على التخطيط المسبق من أجل عمل الحجوزات يعدّ مؤشراً على الالتزام، والرغبة في إقامة علاقات اجتماعية، ومؤشراً أيضاً على زيادة الإنتاجية، والرغبة في الانتماء إلى الجماعة، وإلى الحد من العنف، أظهرت نتائج الدراسة أنه في المناطق ذات المناخ البارد فإنه عند حدوث انخفاض على درجة الحرارة عن معدلها فإنّ ميل الفرد إلى التخطيط لحياته والذي استدلّ عليه من خلال عمل الحجوزات الالكترونية عبر الانترنت لا يتأثر، ممّا يعني أنّ سلوك الإنسان مستقر مع عدم اختلاف الظروف المناخية، بينما في المناطق الحارة التي تتميز بمناخ حار، فإنه عند انخفاض درجة الحرارة عن معدلها فإنّ ميل الفرد إلى التخطيط لحياته والذي استدلّ عليه من خلال عمل الحجوزات الالكترونية يقل، ممّا يعني أنّ سلوك الإنسان يتغيّر بتغيّر الظروف المناخية.

وأجرى أيضاً إدوارد وآخرون (Edwards, et al., 2015) دراسة بعنوان:

"تأثير الجفاف على الصحة العقلية في أستراليا الريفية والإقليمية" هدفت للكشف

عن تأثير الجفاف على الصحة النفسية، تمّ جمع المعلومات عام 2007، وتكوّنت العينة من (8000) شخص يعيشون في المناطق الريفية والإقليمية في أستراليا، حيث كان جزء كبير من القارة الأسترالية يعاني من الجفاف الشديد، شملت الدّراسة مجموعة كبيرة من سكان المناطق الريفية، بمن فيهم غير المزارعين، وكذلك المزارعين وعمّال المزارع، وأشارت نتائج الدّراسة إلى أنّ الجفاف له آثار سلبية على الصحة النفسية، وأن أكثر الأشخاص تضرراً هم المزارعون وعمّال المزارع، وأشارت أيضاً أنه ليس هناك تأثيرات كبيرة للجفاف على الصحة النفسية للعاملين خارج الزراعة، وأنه كلما كان التأثير الزراعي للجفاف أشد كلما زاد التأثير على الصحة النفسية.

وفي دراسة قام بها عثمان ورفاقه (Othman, et al., 2016)، بعنوان: "اضطراب ما بعد الصدمة ونوعية الحياة بين ضحايا الكوارث الناجمة عن الفيضانات" هدفت إلى التعرف على انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة عند الناجين من الفيضانات، تكوّن مجتمع الدّراسة من الرّجال والنساء الذين تزيد أعمارهم عن (15) سنة في مدينة كيلانتان في ماليزيا، وكان عدد الإناث (89)، وعدد الذكور (60)، وهم من الذين نجوا من الفيضان على السواحل الشرقية الماليزية التي حصلت عام 2014، وتمّ تطبيق الدّراسة على عينة مكونة من (149) شخص، وكانت تنطبق عليهم شروط اختيار العينة، وهي أن تكون أعمار المشاركين أكبر من (15) عام، وأن يتحدّث المشارك باللغة المالية وهي اللغة المتعارف عليها في تلك المنطقة، وأن يكون المشارك مواطن ماليزي ومن سكان مدينة كيلانتان، أظهرت نتائج الدّراسة أنّ هناك فروق إحصائية بين الإناث والرجال في احتمالية الإصابة في كرب ما بعد الصدمة، حيث كانت نسبة تعرّض الإناث أعلى، وكذلك أظهرت الدّراسة إلى وجود القلق، والخوف من المستقبل عند الضحايا الناجين، وذلك بسبب استرجاع الذكريات المؤلمة والخوف من حدوثها مرة أخرى، كذلك أظهرت الدّراسة أنّ ضحايا الفيضان الذين تزيد أعمارهم عن (60) سنة معرّضين بشكل أكبر للإصابة باضطرابات كرب ما بعد الصدمة والاكتئاب أيضاً.

أجرى اوبراديفيش وآخرون (Obradovich, et al., 2018) دراسة بعنوان: "دليل تجريبي على مخاطر الصحة العقلية الناجمة عن تغير المناخ" هدفت إلى تأكيد العلاقة بين الصحة النفسية والتغيرات المناخية، حيث تمّ جمع بيانات الدراسة من سجلات الأرصاد الجوية وسجلات الصحة العقلية المبلّغ عنها في نفس الفترة الزمنية بين الأعوام (2002-2012)، تمّ تطبيق الدراسة على ما يقارب (2) مليون من سكان الولايات المتحدة، ثمّ تمّ أخذ عينات منهم بشكل عشوائي، وقد أشارت نتائج الدراسة أنّ تعرّض الإنسان للظروف الجوية القوية والحادة، وتعرّضه للظروف الجوية المتكرّرة التي تحدث بشكل مستمر يترك أثراً على الصحة النفسية، حيث تبين أنّ التغيّر في درجات الحرارة الشهرية من (25) درجة مئوية و (30) درجة مئوية إلى ما يزيد عن (30) درجة مئوية يزيد من احتمال وجود اضطرابات نفسية بنسبة (0.5%)، وأنّ ارتفاع درجة الحرارة درجة مئوية واحدة لمدة (5) سنوات يعمل على زيادة احتمالية الإصابة في الاضطرابات النفسية بنسبة (2%) بما يتضمّن تأثر الصحة الجسدية نتيجة الإصابة في الأمراض الناتجة عن ارتفاع درجة الحرارة، وتأثر الوضع الاقتصادي، وتأثر العلاقات الاجتماعية، وزيادة نسبة الهجرات.

وأجرى باسو وآخرون (Basu, et al., 2018) دراسة بعنوان: "دراسة العلاقة بين درجة الحرارة الظاهرة وزيارات غرفة الطوارئ المتعلقة بالصحة العقلية في كاليفورنيا" هدفت إلى الكشف عن علاقة التغيّرات المناخية مع زيادة حالات العنف والإيذاء الشخصي، حيث قام مكتب كاليفورنيا للتخطيط والتنمية الصحية بجمع المعلومات خلال الفترة من (2005-2013)، حيث تمّ جمع حالات المرضى التي تمّ إدخالها إلى غرف الطوارئ نتيجة أسباب تتعلق بالصحة النفسية إلى (16) منطقة مختلقة مناخياً في كاليفورنيا، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أنّ زيادة درجة الحرارة خلال الأشهر الدافئة وزيادة درجة الحرارة في الأشهر الباردة يعمل على زيادة عدد الحالات التي يتم إدخالها إلى غرف الطوارئ نتيجة اضطرابات نفسية، وكذلك زيادة في حالات الإيذاء الشخصي، والانتحار، والقتل العمد، وبينت كذلك أنّ الإناث هم من الفئات الأكثر تأثراً في ارتفاع درجات الحرارة.

وقام ثومبسون وآخرون (Thompson, et al., 2018) بإجراء دراسة بعنوان: "الارتباطات بين درجات الحرارة المحيطة العالية وموجات الحرارة ذات النتائج الصحية العقلية: مراجعة منهجية" هدفت إلى بيان تأثير ارتفاع درجة الحرارة المحيطة و حدوث موجات الحرارة على الصحة النفسية، وتحديد إذا ما كان هناك زيادة في حالات المرض وحالات الوفيات نتيجة الارتفاع في درجة الحرارة بين الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية معروفة، واعتمدت منهجية الدراسة على مراجعة منهجية للأدب المنشور باستخدام (MEDLINE) و (Embase) و (PsycINFO) دون حدود جغرافية أو زمنية، وقد تمّ تحديد ست فئات واسعة كمحاور رئيسة للصحة النفسية وارتفاع درجة الحرارة وهي: الانتحار والحرارة، الاضطراب الثنائي القطب والهوس والاكتئاب والحرارة، انفصام الشخصية والحرارة، النفسجسمانية والحرارة، إساءة استخدام الكحول والمواد والحرارة، أشارت نتائج الدراسة أن ارتفاع درجات الحرارة يعمل على التأثير في الصحة النفسية، ويعمل على زيادة مستوى انتشار الاضطرابات النفسية، وإلى أن هناك علاقة كبيرة بين ارتفاع درجات الحرارة وزيادة حالات الانتحار.

وأجرت باشا والخولي (2018) دراسة بعنوان: "دراسة تحليلية لإدراك المزارعين للتغيرات المناخية وتأثيرها على الانتاج الزراعي في محافظة الشرقية" هدفت إلى التعرف على الخصائص العامة للمزارعين في محافظة الشرقية، والتعرف على مستوى إدراك المزارعين لكل من مظاهر وآثار التغيرات المناخية، والتعرف على بعض التوصيات لمواجهة آثار التغيرات المناخية والتأقلم معها لمحصول القمح، وتكونت عينة الدراسة من (288) مزارع، وأوضحت النتائج أن (39.24%) من المزارعين مستوى إدراكهم لمظاهر وآثار التغيرات المناخية منخفض، و(31.94%) مستوى أدراكهم متوسط، و (28.82%) مستوى إدراكهم مرتفع، كما وأوضحت النتائج أن أهم المشكلات التي تواجه المزارعين في مجال زراعة القمح أن العائد من محصول القمح لا يغطي التكاليف الإنتاجية نتيجة انخفاض سعر البيع، وعدم توفر الأصناف المقاومة للتغيرات المناخية، وعدم تقديم الدولة الدعم من أجل مواجهة التغيرات المناخية، وضعف دور الإرشاد في التوعية بالممارسات الخاطئة

المسببة للتغيرات المناخية، وعدم تقديم المعلومات الكافية عن كيفية التأقلم مع التغيرات المناخية.

### ثانياً: الدراسات التي تناولت التكيف النفسي

أجرت داود (Daud,2009) دراسة بعنوان: "استراتيجيات التكيف عند النساء النازحات من أجل تحقيق الأمن الغذائي" هدفت إلى التعرف دور النساء النازحات في غرب وجنوب السودان في توفير الأمن الغذائي على مستوى الأسرة، وكذلك إلى الكشف عن الصعوبات التي تواجه النساء النازحات في توفير الأمن الغذائي، وتكوّنت عينة البحث من (82) نازحة، وقد أشارت نتائج الدراسة بأن جميع النساء النازحات يعشن في فقر شديد، ويعانين من تدني مستوى التعليم، وكذلك يعانين من تحمل أعباء الأسرة مع تدني مستوى الدخل، وعند غياب الزوج أو معيل الأسرة فإن المرأة هي من تتحمل مسؤولية توفير الأمن الغذائي للأسرة بواسطة الانخراط في أعمال مختلفة، وتحمل الأعباء الجسدية والنفسية.

وأجرى أربانانتيكول (Arpanantikul, 2011) دراسة بعنوان: "إدارة نساء تايلاند في منتصف العمر للتوتر والغضب" هدفت إلى التعرف على أساليب إدارة التوتر، والضغط النفسي عند النساء التايلانديات اللواتي في منتصف العمر، واللواتي يسكن في المناطق الحضرية، تكوّنت عينة الدراسة من (20) امرأة تعيش في المناطق الحضرية، وتم جمع البيانات بواسطة المقابلات الشخصية التي تم عملها مرتين من أجل التأكد من دقة الإجابات، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الأساليب التي استخدمتها النساء في إدارة التوتر والضغط النفسي الناتج عن ضغوطات الحياة تحدد في خمسة أساليب وهي أولاً: الصمت والتفكير في أسباب المشكلة وذلك من أجل إعطاء الوقت الكافي للتفكير في ماذا سيحدث لاحقاً، وكذلك من أجل التقييم الذاتي، ثانياً: التسامح والعتو وذلك بإيجاد الأعذار للآخرين والعمل على تجاهل الأسباب المسببة للضغط النفسي والتوتر، ثالثاً: الروحانية وذلك باللجوء إلى الله، والصلاة، والاسترخاء والتأمل من أجل التخلص من التوتر، رابعاً: تغيير عملية التفكير وذلك بأن تكون المرأة أكثر إيجابية، والتوقف عن المقارنة مع الآخرين، خامساً: إيجاد اهتمامات جديدة، حيث تقوم المرأة بعمل جديد وممتع عند التعرض

للضغط النفسي، مثل الذهاب إلى التسوق، أو الذهاب لتناول الطعام، أو الذهاب لزيارة الأصدقاء.

وقد أجرى برمبي وآخرون (Brumby, et al., 2011) دراسة بعنوان: "التقليل من الضغوط النفسية، والسمنة عند مزارعين ومزارعات استراليا بواسطة ممارسة التمارين الرياضية"، هدفت الدراسة الى الكشف عن تأثير ممارسة التمارين الرياضية على التخفيف من الضغوط النفسية وعلى التقليل من السمنة لدى المزارعين في استراليا، تكونت عينة الدراسة من حوالي (100) مزارع ومزارعة، وقد أشارت نتائج الدراسة الى أن ممارسة التمارين الرياضية يعمل على التقليل من الضغوط النفسية المتمثلة في الاكتئاب، والقلق.

وفي دراسة قام بها جن وآخرون (Gunn, et al., 2012) دراسة بعنوان: "الضغوط النفسية لدى المزارعين، و طرق التكيف أثناء الجفاف" هدفت الدراسة الى التعرف على أساليب التكيف أثناء حدوث مواسم الجفاف، وقد تكونت عينة الدراسة من (309) مزارعاً ومزارعة متأثرين بالجفاف من الريف الاستراليين ، وقد أشارت نتائج الدراسة الى أنه من أكثر اليات التكيف النفسي المستخدمة لدى المزارعين والمزارعات هي التقبل، والتخطيط المسبق.

وقد أجرى ديمينزي وآخرون (Deminzi, et al., 2015) دراسة بعنوان: "المواقف الضاغطة، واستراتيجيات التكيف وعلاقتها بالعمر" هدفت الدراسة الى التعرف على استراتيجيات التكيف المستخدمة مع الضغوط النفسية ومدى اختلافها باختلاف العمر، تكونت عينة الدراسة من (153) مشاركا ومشاركة من الأرجنتين، وقد أشارت نتائج الدراسة الى أن الفئة العمرية من (20-45) سنة فضلوا استخدام استراتيجية اعادة البناء المعرفي، واستراتيجية الدعم النفسي من الاقارب، بينما اختارت الفئة العمرية (20-24) سنة استراتيجية تجاهل المشكلة واعتبارها غير موجودة.

ما يميّز هذه الدّراسة عن الدّراسات السابقة، هو تناولها تحدياً أساسياً من أهم التحديات التي تواجه العالم في وقتنا الحالي، وهو تحدي التغيّر المناخي، حيث يشكل التغير المناخي تحدياً كبيراً للبيئة، والاقتصاد، والتنمية، وصحة الانسان، فالتغيّرات المناخية المتطرّفة في ازدياد واضح، فليس هناك بلد محصن من آثار الكوارث المناخية، سواء كان غنياً أم فقيراً. لقد أصبح موضوع التغيّرات المناخية من المواضيع المهمة التي يشهد فيها العالم زخماً كبيراً في كمية الأبحاث، والمؤتمرات، والدّراسات التي تتناولها من الناحية الفيزيائية بدراسة آثارها وطرق التّأقلم والتخفيف منها.

إنّ تأثير التغيّرات المناخية لا يقتصر فقط على البيئة، والمياه، والطاقة، بل يتعداه ليشمل صحة الانسان الجسدية والنفسية، والى التأثير ايضا على النواحي الاجتماعية والاقتصادية.

فمن الناحية النفسية، هناك شحّ واضح في الدّراسات التي تتناول التغيّرات المناخية ببعدها السيكولوجي، بل تكاد تخلو الساحة العربية من دراسات من هذا النوع، حيث تعتبر هذه الدّراسة أول دراسة عربية من نوعها تتناول البعد النفسي للتغيرات المناخية، وذلك بالكشف عن أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية، وطرق التكيّف النفسي معها. وما يميّز هذه الدّراسة أيضاً هو مجتمع الدّراسة، حيث قامت الباحثة بتسليط الضوء على عينة من النساء العاملات في الزراعة، حيث تشكل هذه العينة نسبة كبيرة من نسبة العاملين في الزراعة على المستوى المحلي والعالمي، حيث تعتبر هذه الفئة من أكثر الفئات تضرراً بالتغيّرات المناخية نتيجة لهشاشتها و فقرها وتحملها الكثير من المسؤوليات، ممّا يجعلها الأكثر عرضة للإصابة في الاضطرابات النفسية والأقل قدرة على التكيّف النفسي معها، خاصة أنه نتيجة لزيادة المشاكل التي يتعرض لها القطاع الزراعي محلياً وعالمياً، فقد لجأ الكثير من المزارعين الى العزوف عن مهنة الزراعة والبحث عن مهنة أخرى، وبالتالي فقد ازدياد الاعتماد على النساء في القطاع الزراعي.

إضافة إلى ذلك، فإنّ ما يميّز هذه الدّراسة هو المنطقة الجغرافية التي تجرى فيها، وهي منطقة الأغوار الأردنية، حيث تعتبر الأغوار الأردنية من أبرز المناطق



الزراعية في الأردن، وتعتبر سلة الأردن الغذائية لوفرة إنتاجها من المحاصيل الزراعية في الوقت الذي تعتبر فيه الأغوار الأردنية جيب من جيوب الفقر في الأردن، حيث تعاني مناطق الأغوار الأردنية من ارتفاع معدلات الفقر، وارتفاع البطالة.

## الفصل الثالث

### المنهجية والتصميم

يتناول هذا الفصل وصفاً للإجراءات التي أتبع في تنفيذ هذه الدراسة من حيث وصف مجتمع الدراسة وعينتها، وكيفية اختيارها، كما يتناول هذا الفصل أدوات القياس المستخدمة في هذه الدراسة، وطرق التحقق من صدقها وثباتها، بالإضافة إلى الطرق الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات لاستخراج النتائج.

### 1.3 منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المسحي نظراً لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة، وذلك بغرض دراسة أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية، وذلك من خلال تطبيق مقياسين، هما مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)، ومقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS)، ومن ثم إجراء الإجراءات الإحصائية على البيانات التي تم جمعها.

### 2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع المزارعات في الأغوار الأردنية، بما يشمل المزارعات في الأغوار الشمالية، والأغوار الوسطى، والأغوار الجنوبية، وقد اختيرت عينة الدراسة بطريقة العينة المتيسرة والتي توفرت للبحث تبعاً للموافقة الشخصية على المشاركة في الدراسة، وتجدر الإشارة إلى أنه لا يوجد إحصائيات رسمية تبين عدد العاملات في الزراعة في الأردن، إلا أنه تبين نتيجة الزيارات واللقاءات المتعددة مع المزارعات ومسؤولي الجمعيات الخيرية في المنطقة إلى أن أغلب النساء في الأغوار يعملن في الزراعة، وقد أتبع أسلوب الاتصال الشخصي

بأفراد العينة من خلال الزيارات إلى مواقع الأغوار المختلفة، واللقاء مع المزارعات، وتوزيع الاستبانات عليهم مع شرح البنود شرحاً وافياً، وقد بلغ عدد أفراد العينة في صورتها النهائية (535)، وذلك بواقع (73) من الأغوار الشمالية، و(243) من الأغوار الوسطى، و(219) من الأغوار الجنوبية، ويبين الجدول (1) توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغيرات الدراسة.

### الجدول (1)

توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	مستويات المتغير	العدد	النسبة المئوية
العمر	30 سنة فأقل	191	36%
	من 31 الى 45 سنة	230	43%
	أكبر من 45	114	21%
المستوى التعليمي	أقل من ثانوي	311	58%
	ثانوي	175	33%
	أعلى من ثانوي	49	9%
الأغوار	الأغوار الجنوبية	219	41%
	الأغوار الشمالية	73	14%
	الأغوار الوسطى	243	45%
	المجموع	535	100%

### 3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف هذه الدراسة، تمّ استخدام الأدوات الآتية:

1- مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45).

2- مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS).

وفيما يلي توضيح لإجراءات إعداد أدوات الدراسة، وكيفية التحقق من

مناسبتها لأغراض الدراسة.

## أولاً: مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) (Symptom Assessment -45)

### وصف المقياس بصورته الأصلية:

لتحقيق أهداف هذه الدراسة تمّ استخدام مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) (Symptom Assessment -45)، الذي تمّ إعداده من قبل مؤسسة إستراتيجيك أدفانتاج (Strategic Advantage, Inc)، سنة 1996، ويعتبر من المقاييس المستخدمة عالمياً كونه يتمتع بصدق وثبات عاليين، بالإضافة لكونه يمثل مقياساً قصيراً، وسهل التطبيق، وقليل التكاليف. وتقيس الأداة المكونة من (45) فقرة أعراض الاضطرابات النفسية الموزعة على تسعة مجالات من مجالات الاضطرابات النفسية وهي: القلق، والاكتئاب، والعدائية، والحساسية بين الأشخاص، والوسواس القهري، والهذيان، والقلق المرضي، والذهانيه، والنفسجسمية بواقع خمس فقرات لكل مجال. يتم احتساب الاستجابات على المقياس وفقاً لمقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي: (كبيرة جداً، كبيرة، أحياناً، قليلة، إطلاقاً)، ويجب على كل منها باختيار بديل واحد من الخمسة بدائل، حيث أن (كبيرة جداً=5، كبيرة=4، أحياناً=3، قليلة=2، إطلاقاً=1) (SAI, 2000).

تصحح الإجابات باستخدام مفتاح التصحيح (ملحق أ)، وذلك بعد الحصول على مجموع علامات كل مجال (ملحق د). وقد قام المطارنة (2006) بتعريب مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)، وتقنيه على البيئة الأردنية.

### الخصائص السيكومترية للصورة الأصلية للاستبانة

#### 1- الصدق:

تمّ استخراج دلالات الصدق على المقياس الأصلي بالطرق التالية:

#### أ- صدق المحك التلازمي:

تمّ حساب معامل الارتباط بين أداء المفحوصين على استبانة (SA-45)، وبين أدائهم على قائمة (SCL-90)، ومقياس (BSI) لعينة مكونة من (1498)، من الذكور والإناث، حيث وجد أنّ المجالات في استبانة (SA-45) مرتبطة بما يقابلها

من المجالات في قائمة (SCL-90)، ومقياس (BSI) بمقدار يزيد عن (0.95) باستثناء الذهان التي كان معامل ارتباطها مع الذهان في كل من قائمة (SCL-90) واختبار (BSI) (0.88) و(0.90) على الترتيب (SAI, 2000).

**ب- صدق البناء وتم التأكد منه بثلاثة طرق:**

1- ارتباط الفقرات مع مجالاتها: تمّ تطبيق المقياس على عينات من البالغين، والمراهقين من الذكور، والإناث، وتمّ حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والمجال الذي تنتمي إليه، وكذلك تمّ حساب معاملات الارتباط بين المجالات والدرجة الكلية على القائمة (SAI, 2000).

1.الصدق التمييزي: تمّ تطبيق المقياس على ثلاثة عينات تكوّنت من (586) من الأفراد الذين يعانون من درجة كبيرة من أعراض الاضطرابات النفسية، وعلى (418) فرداً يعانون من درجة متوسطة من أعراض الاضطرابات النفسية، و(490) فرداً ممن يعانون من درجة قليلة من أعراض الاضطرابات النفسية، و(714) فرداً لا تظهر عليهم أعراض للاضطرابات النفسية، وتمّ حساب الفروق بين أداء كل مجموعة على المقياس، وقد أظهرت النتائج أنّ المقياس ميّز بشكل واضح بين هذه المجموعات، حيث كانت العلامات الأعلى للذين يعانون من درجة عالية من الاضطرابات النفسية، يليهم الدرجة المتوسطة من الاضطرابات النفسية، ثمّ الأقل، وأخيراً الأفراد الذين لا تظهر عليهم أية أعراض للاضطرابات النفسية (SAI, 2000).

2.الصدق العملي: تمّ استخدام طريقة المكونات الأساسية، واستخدام التدوير المتعامد، وذلك من أجل جعل التباين المفسر أقصى ما يمكن، حيث تمّ الكشف عن وجود تسعة مجالات للقائمة، تنتسب على كل منها خمسة فقرات (SAI, 2000).

**2- الثبات:**

تمّ حساب الثبات بمفهوم الاتساق الداخلي باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا)، حيث طبقت الاستبانة على أربع عينات من المراهقين، وأربعة عينات أخرى من البالغين تمثل كل عينة مستوى معيناً من الاضطرابات النفسية، وتراوح ثبات

المجالات الفرعية للبالغين من (0.74) إلى (0.85)، وللمراهقين من (0.75) إلى (0.87)، كما تمَّ استخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار (TEST-RETEST)، حيث طبقت المقياس على عينة مكونة من (57) من البالغين منهم (42) من الإناث، و(15) من الذكور ممن لا يراجعون العيادات النفسية، وتمَّ إعادة تطبيق المقياس عليهم بعد أسبوعين، وتمَّ حساب معامل ثبات كل مجال على أساس معامل الارتباط بين أداء أفراد العينة في مرّتي تطبيق المقياس، وتراوح ثبات المجالات بين (0.42) إلى (0.88) (SAI, 2000).

### الخصائص السيكومترية للصورة المقتنة للمقياس على البيئة الأردنية:

قام المطارنة (2006) بتقنين المقياس على البيئة الأردنية، وفقاً للخطوات

التالية:

#### 1- تعريب وتطوير المقياس:

تمَّ ترجمة المقياس من اللغة الانجليزية الى اللغة العربية، كما تمَّ ترجمتها ترجمة عكسية من اللغة العربية إلى اللغة الإنجليزية، وتمَّ عرضها على مختصين في الترجمة والقياس النفسي، وعلم النفس التربوي، والصحة النفسية، للتأكد من دقة الترجمة، ووضوحها، وسلامة اللغة، وانتماء الفقرات الى المجالات.

#### 2- صدق المقياس:

تمَّ التأكد من صدق المقياس بالطرق التالية:

##### أ- صدق المحكمين:

تمَّ عرض المقياس بصورته المترجمة على عدد من المختصين في القياس والتقييم، وعلم النفس التربوي، والارشاد والصحة، حيث تمَّ تعديل بعض الفقرات بناءً على ملاحظات المحكمين، وتم الاحتفاظ بجميع فقرات المقياس.

##### ب- صدق المحك التلازمي:

تمَّ تطبيق المقياس مع قائمة كراون وكريسيب (Cron & Crisp) للإضطرابات النفسية والمكوّنة من خمسة مجالات من مجالات استبانة (SA-45) (القلق، والاكتئاب، والمخاوف، والوسواس القهري، والنفسجسمية) على عينة استطلاعية، وتمَّ حساب معاملات الارتباط بين أداء أفراد العينة على القائمتين

وكانت للقلق (0.50)، وللاكتئاب (0.690)، وللوسواس القهري (0.460)،  
وللمخاوف المرضية (0.690)، وللنفسجسمية (0.70) .

### 3- ثبات المقياس:

تمّ حساب ثبات المقياس ككل والمجالات المكونة لها بطريقتين:

**الأولى:** الثبات بمفهوم الاستقرار عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)، وتراوح ثبات المجالات من (0.610) الى (0.910). وهي كما أشار المطارنه (2005) إلى أنها قيم مقبولة، وهذا يبرر استخدام المقياس في البيئة الأردنية.

**الثانية:** الثبات بمفهوم الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمعرفة مدى الاتساق في الاستجابات لجميع فقرات المقياس وتراوح ثبات المجالات من (0.600) الى (0.860).

**الخصائص السيكومترية لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) في الدراسة الحالية:**

### 1- صدق المقياس:

تمّ استخراج دلالات الصدق للمقياس في الدراسة الحالية بالطرق التالية:

#### أ- الصدق الظاهري أو صدق المحتوى للمقياس:

تم عرض المقياس على (8) من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة مؤتة، وجامعة فيلادلفيا، وجامعة اربد الأهلية، الملحق (ي) يوضح أسماء السادة المحكمين، وطلب منهم بيان مدى مناسبة الفقرات لقياس مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن لتغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية، ومدى وضوح صياغتها اللغوية، واقتراح أي تعديلات يرونها مناسبة، وقد اعتمد معيار اتفاق (80%) من المحكمين على مناسبة الفقرة. حيث تم إجراء بعض التعديلات على بعض فقرات المقياس، والاحتفاظ بجميع الفقرات. والملحق (د) يوضح المقياس بصورته الأولية، والملحق (ب) يوضح المقياس بصورته النهائية بعد التعديل، والجدول (2) يوضح الفقرات بصورتها الأولية والفقرات بعد التعديل.

## جدول (2)

الفقرات الأصلية والفقرات المعدلة لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)

رقم الفقرة	الفقرة بصورتها الأولية	الفقرة المعدلة
<b>1- القلق (Anxiety)</b>		
3	أشعر بالتوتر أو أنني غير قادرة على أشعر بالتوتر عند حدوث تغيرات عمل شيء عند حدوث تغيرات مناخية. مناخية.	أشعر بالتوتر أو أنني غير قادرة على عمل شيء عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أشعر بنوبات من الرهاب أو الفزع عند أشعر بانني غير قادرة على عمل أي حدوث تغيرات مناخية. شيء عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر بنوبات من الرهاب أو الفزع عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>2- الاكتئاب (Depression)</b>		
2	أشعر بالكآبة عند حدوث تغيرات مناخية. أشعر بالرغبة في الجلوس لوحدي.	أشعر بالكآبة عند حدوث تغيرات مناخية.
3	أشعر باللامبالاة في مواجهة الأشياء عند أشعر باللامبالاة عند مواجهة المواقف حدوث تغيرات مناخية. عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر باللامبالاة في مواجهة الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أشعر بتشاؤم من المستقبل عند حدوث أشعر بتشاؤم في المستقبل عند حدوث تغيرات مناخية. تغيرات مناخية.	أشعر بتشاؤم من المستقبل عند حدوث تغيرات مناخية.
5	أشعر أنني لا قيمة لي عند حدوث أشعر أنني عديمة القيمة عند حدوث تغيرات مناخية. تغيرات مناخية.	أشعر أنني لا قيمة لي عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>3- العدائية (Hostility)</b>		
1	أغضب بشكل مفاجئ ولا أتمكن من أغضب بشكل مفاجئ ولا أستطيع ضبط التحكم في ذلك عند حدوث تغيرات نفسي عند حدوث تغيرات مناخية. مناخية.	أغضب بشكل مفاجئ ولا أتمكن من التحكم في ذلك عند حدوث تغيرات مناخية.
2	أشعر برغبة لضرب أو جرح أو إيذاء أشعر برغبة في إيذاء الآخرين بدنياً عند الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية. حدوث تغيرات مناخية.	أشعر برغبة لضرب أو جرح أو إيذاء الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
3	أشعر برغبة لكسر أو تحطيم الأشياء عند أشعر برغبة في كسر الأشياء أو حدوث تغيرات مناخية. تحطيمها عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر برغبة لكسر أو تحطيم الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أدخل في جدل وبشكل متكرر عند أدخل في جدل مع الآخرين عند حدوث حدوث تغيرات مناخية. تغيرات مناخية.	أدخل في جدل وبشكل متكرر عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>4- الحساسية بين الأشخاص (Interpersonal Sensitivity)</b>		
1	أشعر أن الآخرين لا يفهموني أو غير أشعر أن الآخرين لا يفهموني عند متعاطفين معي عند حدوث تغيرات حدوث تغيرات مناخية.	أشعر أن الآخرين لا يفهموني عند حدوث تغيرات مناخية.



رقم الفقرة	الفقرة بصورتها الأولى	الفقرة المعدلة
	مناخية.	
2	أشعر أن الآخرين غير ودودين معي وأنهم لا يحبوني عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر أن الآخرين غير ودودين معي عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أشعر بعدم الراحة عند مراقبة الناس لي أو عندما يتحدثون عني.	أشعر بعدم الراحة عندما يتحدث الآخرون عني عند حدوث تغيرات مناخية.
5	أبدو حريصة شديداً في سلوكياتي ومظهري امام الآخرين.	أحرص أن يكون مظهري لائق أمام الآخرون عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>5- الوسواس القهري (Obsessive Compulsivity)</b>		
4	تلح علي أفكار معينة عند حدوث تغيرات مناخية.	تراودني أفكار معينة وبشكل متكرر عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>6- الهذيان (Paranoid Ideation)</b>		
1	أوجه اللوم للآخرين بمعظم مشاكلي عند حدوث تغيرات مناخية.	عندما أواجه مشكلات أقوم بتوجيه اللوم للآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
2	أشعر بعدم الثقة في الناس عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر بعدم الثقة بالناس عند حدوث تغيرات مناخية.
3	أشعر أنني مراقبة أو يتحدث عني الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر أن الناس يراقبونني عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أشعر أن الآخرين لا يقدرُون إنجازاتي تقديراً ملائماً عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر أن الآخرين لا يقدرُون إنجازاتي عند حدوث تغيرات مناخية.
5	أشعر أن الآخرين سوف يستغلونني إذا سمحت لهم عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر أن الآخرين يقومون باستغلالني عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>7- المخاوف المرضية (Phobic Anxiety)</b>		
1	أشعر بالخوف من المناطق المفتوحة والشوارع عند حدوث تغيرات مناخية.	أشعر بالخوف من الأماكن المفتوحة عند حدوث تغيرات مناخية.
4	أتجنب أشياء معينة أو أماكن أو نشاطات	أتجنب المرور من أماكن معينة عند

رقم الفقرة	الفقرة بصورتها الأولية	الفقرة المعدلة
	لأنها تخيفني عند حدوث تغيرات مناخية. حدوث تغيرات مناخية.	
	<b>8- الذهانية (Psychoticism)</b>	
3	أشعر أنّ الآخرين على دراية بأفكاري أشعر أن الآخرين يعرفون أفكاري	الخاصة عند حدوث تغيرات مناخية. الخاصة عند حدوث تغيرات مناخية.
	<b>9- النفسجسمية (Somatization)</b>	
1	أشعر بأنني متوترة عند حدوث تغيرات	أشعر بتسارع في ضربات القلب عند حدوث تغيرات مناخية.
2	أشعر بنممة في أجزاء من جسمي عند	أشعر بنممة في بعض أعضاء جسمي عند حدوث تغيرات مناخية.
5	أشعر بالثقل في يدي ورجلي عند حدوث	أشعر بالثقل في يدي أو رجلي عند حدوث تغيرات مناخية.

#### ب- صدق البناء:

##### 1- صدق البناء بين الفقرات والأبعاد:

تمّ التحقق من صدق البناء لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية المستخدم في الدراسة الحالية من خلال توزيع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (26) عاملة من العاملات في الأغوار من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها، ثم تمّ إيجاد معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد، وكذلك بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس. والجدول (3) يبيّن هذه النتائج:

### الجدول (3)

معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتمية له والدرجة الكلية لمقياس  
تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	البعد
0.571**	0.804**	1	القلق
0.523**	0.739**	2	
0.589**	0.835**	3	
0.588**	0.713**	4	
0.672**	0.777**	1	الاكتئاب
0.700**	0.769**	2	
0.528**	0.632**	3	
0.541**	0.678**	4	
0.788**	0.864**	5	
0.708**	0.647**	1	العدائية
0.801**	0.784**	2	
0.636**	0.893**	3	
0.571**	0.794**	4	
0.674**	0.837**	5	
0.843**	0.902**	1	الحساسية بين الأشخاص
0.649**	0.798**	2	
0.762**	0.856**	3	
0.849**	0.771**	4	
0.491*	0.742**	1	الوسواس القهري
0.491*	0.754**	2	
0.435*	0.664**	3	
0.759**	0.758**	1	الهديان

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	البعد
0.799**	0.850**	2	
0.531**	0.750**	3	
0.799**	0.799**	4	
0.834**	0.893**	5	
0.543**	0.747**	1	المخاوف المرضية
0.777**	0.884**	2	
0.671**	0.873**	3	
0.611**	0.790**	4	
0.729**	0.812**	5	
0.620**	0.750**	1	الذهانية
0.721**	0.811**	2	
0.553**	0.552**	3	
0.538**	0.764**	4	
0.620**	0.723**	5	
0.678**	0.708**	1	النفسجسمانية
0.597**	0.779**	2	
0.434*	0.702**	3	
0.807**	0.927**	4	
0.483*	0.667**	5	

\*دال إحصائياً عند مستوى 0.05

\*\*دال إحصائياً عند مستوى 0.01

يبين الجدول (3) أنّ معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد القلق تراوحت بين (0.713 و 0.853)، وبين فقرات بعد القلق والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.523 و 0.589). وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد الاكتئاب بين (0.632 و 0.864)، وتراوحت بين فقرات بعد

الاكتئاب والدرجة الكلية للمقياس بين (0.541 و 0.788). وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد العدائية بين (0.647 و 0.893)، وبيّن فقرات بعد العدائية والدرجة الكلية للمقياس بين (0.571 و 0.801). وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد الحساسية بين الأشخاص بين (0.771 و 0.902)، وبيّن فقرات بعد الحساسية بين الأشخاص والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.649 و 0.849). وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد الوسواس القهري بين (0.664 و 0.754)، وبيّن فقرات بعد الوسواس القهري والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.435 و 0.491)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد الهذيان بين (0.750 و 0.893) وبيّن فقرات بعد الهذيان والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.531 و 0.834)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد المخاوف المرضية بين (0.747 و 0.884)، وبيّن فقرات بعد المخاوف المرضية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.543 و 0.777)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد الذهانية بين (0.552 و 0.811)، وبيّن فقرات بعد الذهانية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.538 و 0.721)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد النفسجسمانية بين (0.708 و 0.927)، وبيّن فقرات بعد النفسجسمانية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.434 و 0.807). وهي قيم مناسبة، وتدل على صدق البناء الداخلي لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية، وقد تم حذف الفقرة (3) من بعد القلق وذلك لتدني معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية حيث كانت قيمته (0.166)، وتم حذف الفقرة (5) من بعد الحساسية بين الأشخاص وذلك لتدني معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية حيث كانت قيمته (0.207)، وتم أيضا حذف الفقرة (2) والفقرة (4) من بعد الوسواس القهري وذلك لتدني معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية حيث كانت القيم (0.239) و (0.127).

## 2- صدق البناء بين الأبعاد والدرجة الكلية

تمّ التحقق من صدق البناء لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية المستخدم في الدراسة الحالية من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (4) يبيّن هذه النتائج:

### الجدول (4)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية

	القلق	الاكتئاب	العدائية	الحساسية بين الأشخاص	الوسواس القهري	الهذيان	المخاوف المرضية	الذهانية	النفسجسمانية
القلق	1								
الاكتئاب	0.688**	1							
العدائية	0.667**	0.733**	1						
الحساسية بين الأشخاص	0.634**	0.867**	0.800**	1					
الوسواس القهري	0.365	0.477*	0.396*	0.634**	1				
الهذيان	0.677**	0.773**	0.696**	0.841**	0.686**	1			
المخاوف المرضية	0.397*	0.583**	0.590**	0.672**	0.601**	0.773**	1		
الذهانية	0.603**	0.733**	0.645**	0.699**	0.444*	0.696**	0.677**	1	
النفسجسمانية	0.448*	0.504**	0.575**	0.683**	0.578**	0.707**	0.714**	0.704**	1
المتوسط الكلية للاعراض	0.734**	0.871**	0.842**	0.924**	0.657**	0.920**	0.811**	0.846**	0.791**

\*دال إحصائياً عند مستوى 0.05

\*\*دال إحصائياً عند مستوى 0.01

يبيّن الجدول (4) أنّ معاملات الارتباط بين الأبعاد تراوحت بين (0.365) و(0.867) وبلغ أعلى معامل ارتباط بين بعدي الاكتئاب والحساسية بين الأشخاص (0.867)، وبلغ أقل معامل ارتباط بين القلق والمخاوف المرضية (0.365).

وبيّن الجدول أنّ معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.657 و 0.924)، وبلغ أعلى معامل ارتباط بين بعد الحساسية بين الأشخاص والدرجة الكلية (0.924)، وبلغ أقل معامل ارتباط بين بعد الوسواس القهري والدرجة الكلية للمقياس (0.657)، وهي قيم مناسبة وتدل على صدق البناء بالارتباطات بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس لتشخيص أعراض الاضطرابات النفسية.

## 2- ثبات المقياس:

تمّ التحقق من ثبات مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية المستخدم في الدراسة الحالية من خلال اختيار عينة استطلاعية مكونة من (26) عاملة من العاملات في الأغوار من مجتمع الدراسة، ومن خارج عينتها، وتم إيجاد الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)، وبعد (14) يوم أعيد تطبيق المقياس عليهم، ثم تمّ استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الاختبار وإعادة الاختبار. كما تمّ التحقق من الثبات أيضاً باستخدام طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول (5) يبيّن هذه النتائج:

### الجدول (5)

معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار وطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس أعراض الاضطرابات النفسية

الرقم	الاضطرابات	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي
1	القلق	0.870	0.775
2	الاكتئاب	0.676	0.798
3	العداية	0.768	0.854
4	الحساسية بين الأشخاص	0.747	0.846
5	الوسواس القهري	0.754	0.534
6	الهذيان	0.822	0.869
7	المخاوف المرضية	0.798	0.877
8	الذهانية	0.679	0.774
9	النفسجسمانية	0.671	0.803
	الثبات الكلي للأعراض	0.868	0.965

يبين الجدول (5) معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمقياس الاضطرابات النفسية، وجاء الثبات للمقياس ككل (0.868). في حين تراوحت معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمقياس أعراض الاضطرابات النفسية للأعراض الفرعية بين (0.676 و 0.870)، وهي قيم مناسبة وتدل على ثبات المقياس.

ويبين الجدول معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس أعراض الاضطرابات النفسية، وجاء الثبات للمقياس ككل (0.965). في حين تراوحت معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس أعراض الاضطرابات النفسية للأعراض الفرعية بين (0.534 و 0.877)، وهي قيم مناسبة وتدل على ثبات المقياس.

#### مقياس مستوى الاضطرابات في المقياس:

تكون مقياس أعراض الاضطرابات النفسية في صورته النهائية من (41) فقرة، وتم تدرج الفئات إلى 3 فئات (منخفض، متوسط، مرتفع)، لهذا تم قسمة المدى على 3، حيث تم اعتماد معيار الحكم التالي:

$$\text{المدى} = (\text{أعلى تدرج} - \text{أدنى تدرج}) / \text{عدد الفئات}$$

$$\text{المدى على الفقرة} = 3 / (1-5) = 1.3$$

وعليه فإن المستوى المنخفض يكون من 1 إلى 2.33

والمستوى المتوسط من 2.34 إلى 3.66

والمستوى المرتفع من 3.67 إلى 5

ثانياً: مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (Coping (CISS

.Inventory For Stressful Situations)

وصف المقياس بصورته الأصلية:

لتحقيق أحد أهداف هذه الدراسة، والمتمثلة في قياس مستوى التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية، تم استخدام مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط



النفسية (Coping Inventory For Stressful Situations) (CISS)، حيث تم تطوير المقياس من قبل إندلر وباركر (Endler & Parker, 1999)، ويشتمل المقياس على (48) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد على النحو التالي (الفحماوي، 2005):

1- البعد الأول: السلوك المعرفي، ويتكون من (16) فقرة، وهو يوجه السلوك نحو التكيف مع المشكلة ومحاولة حلها، وتغيير المواقف المسببة للمشكلة بصورة معرفية.

2- البعد الثاني: السلوك الانفعالي، ويتكون من (16) فقرة، وهو يوجه السلوك نحو التكيف مع المشكلة بطريقة عاطفية، بحيث تعبر عن المشاعر، والعواطف، والأحاسيس، بهدف تقليل الضغوط النفسية.

3- البعد الثالث: السلوك التجنبي، ويتكون من (16) فقرة، وهو يشمل النشاطات والأعمال، والتغيرات المعرفية، التي تهدف الى تجنب المواقف المسببة للضغوط النفسية.

يعتبر مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS) من المقاييس التي تتسم بالوضوح والبساطة، إذ إنه مقياس لا يحتاج الى مستويات تعليمية مرتفعة، ومن الممكن تطبيقه بشكل فردي أو جماعي، ويتميز أيضاً بأنه يشتمل على ثلاث أبعاد (الفحماوي، 2005). وتتدرج الإجابة على فقرات المقياس وفقاً لمقياس ليكرت ذو التدرج الخماسي: (كبيرة جداً، كبيرة، أحياناً، قليلة، إطلاقاً)، ويجب على كل منها باختيار بديل واحد من الخمسة بدائل، وفيما يتعلق باحتساب الدرجات، فإنها تُعطى التدرج التالي (5، 4، 3، 2، 1). ويشير الفحماوي (2005) إلى أن "المقياس يتميز بمعاملات ثبات عالية، حيث تراوحت بين (0.66) إلى (0.92) للتكيف الموجه للمهمة باستخدام معادلة كرونباخ الفا من (0.51) إلى (0.73) للتكيف الموجه للمهمة باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار" (ص21)

## الخصائص السيكومترية للصورة المقتنة للمقياس على البيئة الأردنية:

قام الفحماوي (2006) بتقنين المقياس على البيئة الأردنية وذلك من خلال مجموعة من الاجراءات وفقاً للخطوات التالية:

1- **صدق المقياس:** تمّ تقييم صدق المقياس من خلال مجموعة إجراءات تشمل صدق المحكمين، وصدق البناء بنوعيه التقاربي، والتمييزي، هذا بالإضافة إلى التحليل العاملي.

### أ- صدق المحكمين:

تمّ تعريب المقياس ومن ثم عرضه على ذوي الاختصاص في اللغة العربية واللغة الانجليزية، وعرضه على عدد من المحكمين من ذوي الاختصاص في اللغة، والارشاد النفسي، وذلك للتأكد من ملاءمة الفقرات للسمة المراد قياسها، ومن ثم تمّ تعديل الفقرات تبعاً لآراء المحكمين (الفحماوي، 2005).

### ب- صدق البناء:

تمّ التحقق من معاملات صدق البناء من خلال تقييم:

**الصدق التقاربي:** تمّ حساب معاملات الارتباط بين مقياس (CISS) ومقياس التوافق الاجتماعي بأبعاده الخمسة، وقد تراوحت معاملات الارتباط من (0.470) الى (-0.11) (الفحماوي، 2005).

1. **الصدق التمييزي:** تمّ حساب معاملات ارتباط الاستجابات على مقياس (CISS) مع كل من قائمة بيك الثانية للاكتئاب وقد تراوحت معاملات الارتباط من (0.530) الى (0.450)، وقائمة حالة القلق وقد تراوحت معاملات الارتباط من (0.670) الى (0.40) (الفحماوي، 2005).

2- **ثبات المقياس:** تم حساب ثبات الاستقرار بطريقة اعادة الاختبار وتراوحت معاملات الثبات من (0.560) الى (0.750)، وتمّ أيضاً حساب ثبات الاتساق الداخلي لكل مكون فرعي، وتراوحت معاملات كرونباخ الفا من (0.710) الى (0.890) (الفحماوي، 2005).

الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية  
(CISS) في الدراسة الحالية:

### 1- صدق المقياس

تمّ استخراج دلالات الصدق على المقياس في الدراسة الحالية بالطرق التالية:

#### أ- الصدق الظاهري وصدق المحتوى للمقياس:

تم عرض المقياس على (8) من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة مؤتة، وجامعة فيلادلفيا، وجامعة اربد الأهلية، الملحق (ي) يوضح قائمة السادة المحكمين، وطلب منهم بيان مدى مناسبة الفقرات لقياس مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية، ومدى وضوح صياغتها اللغوية، كما وطلب منهم اقتراح أي تعديلات يرونها مناسبة، وقد اعتمد معيار اتفاق 80% من المحكمين على مناسبة الفقرة، والملحق (و) يوضح صورة المقياس بصورته الأولية، والملحق (هـ) يوضح المقياس بصورته النهائية بعد التعديل، والجدول (6) يوضح الفقرات بصورتها الأولية والفقرات بعد التعديل.

## جدول (6)

الفقرات الأصلية والفقرات المعدلة لمقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية  
(CISS)

رقم الفقرة	الفقرة بصورتها الأولية	الفقرة المعدلة
<b>1- مجال السلوك المعرفي</b>		
4	أحدد أولوياتي عند حدوث تغيرات	أحدث نفسي حديثاً ذاتياً ايجابياً لتجاوز المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
6	أحدد مسار ما للعمل ثم أتبعه عند حدوث	أحدد مسار ما للعمل ثم أعمل به عند حدوث تغيرات مناخية.
7	أعمل من أجل فهم المشكلة عند حدوث	أحاول فهم المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
8	أقوم بإجراء تصحيحي على الفور عند	أعدل خططي عند حدوث تغيرات مناخية.
9	أفكر بتلك الاحداث وأتعلم من أخطائي	أتعلم من أخطائي الماضية عند حدوث تغيرات مناخية.
10	أحلل المشكلة قبل الرد عليها عند حدوث	أحلل المشكلة قبل الشروع بحلها عند حدوث تغيرات مناخية.
11	أنظم أولوياتي عند حدوث تغيرات	أعيد ترتيب أولوياتي عند حدوث تغيرات مناخية.
14	أقدم حلاً متنوعاً للمشكلة عند حدوث	أضع بدائل متعددة لحل المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
15	أستخدم المشكلة لإثبات قدرتي في	أحاول السيطرة على المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>2- مجال السلوك الانفعالي</b>		
6	أحدث نفسي أنه في الواقع ليس هناك	أتمنى لو أستطيع تغيير ما شعرت به مشكلة عندي.
11	أتمنى لو أستطيع تغيير ما حدث أو حتى	أتمنى لو أستطيع تغيير ما حدث عند تغيير ما.
12	أقلق مما سأقوم بفعله عند حدوث تغيرات	أشعر بالقلق مما سأقوم بفعله عند حدوث

رقم الفقرة	الفقرة بصورتها الأولية	الفقرة المعدلة
	مناخية.	تغيرات مناخية.
13	أحدث نفسي بأن مثل هذا الموقف لن أشعر بأن ما أعانيه من توتر لن يحدث يحدث ثانية.	أحدث نفسي بأن ما أعانيه من توتر لن يحدث يحدث ثانية عند حدوث تغيرات مناخية.
14	أتأمل في عيوبي عند حدوث تغيرات	أتأمل في عيوبي على عيوبي عند حدوث تغيرات مناخية.
16	أسوء للآخرين بدون ذنب عند حدوث	أسوء للآخرين دون ذنب منهم عند حدوث تغيرات مناخية.
<b>3- مجال السلوك التجنبي</b>		
5	أستمتع بطعامي المفضل أو تناول وجبة	أستمتع بتناول وجبة مفضلة عند حدوث تغيرات مناخية.
6	أخرج لتناول وجبة طعام عادية أو حتى وجبة خفيفة.	أقوم بممارسة هوايتي عند حدوث تغيرات مناخية.
10	أقضي وقتاً ممتعاً مع شخص آخر عند حدوث تغيرات مناخية.	أقضي وقتاً ممتعاً مع صديق عند حدوث تغيرات مناخية.
11	أذهب لأتمشى عند حدوث تغيرات مناخية.	أخرج لأتمشى عند حدوث تغيرات مناخية.
12	أتحدث لبعض الأشخاص الذين أقدر	أتحدث مع صديق أثق به عند حدوث تغيرات مناخية.
13	أتصل بصديق عند حدوث تغيرات مناخية.	أتصل مع بعض الأصدقاء عند حدوث تغيرات مناخية.
14	أشاهد فيلماً سينمائياً أو تلفزيونياً عند حدوث تغيرات مناخية.	أمارس الرياضة بشكل أكبر عند حدوث التغيرات المناخية.
15	أخذ إجازة للتهرب من المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.	أخرج في إجازة للتهرب من المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.

## ب- صدق البناء:

### 1- صدق البناء بين الفقرات والأبعاد

تمَّ التحقق من صدق البناء لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغط النفسية المستخدم في الدراسة الحالية من خلال توزيع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (26) عاملة من العاملات في الأغوار من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، ثم تمَّ إيجاد معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد، وكذلك بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس. والجدول (7) يبيِّن هذه النتائج:

#### الجدول (7)

معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للبعد المنتمية له والدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغط النفسية

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	البعد
0.326*	0.455**	1	السلوك المعرفي
0.308*	0.358*	2	
0.302*	0.697**	3	
0.629**	0.556**	4	
0.431**	0.742**	5	
0.305*	0.707**	6	
0.502**	0.707**	7	
0.515**	0.406**	8	
0.708**	0.505**	9	
0.664**	0.700**	10	
0.822**	0.583**	11	
0.640**	0.558**	12	
0.603**	0.609**	13	
0.687**	0.379*	14	
0.588**	0.702**	1	السلوك الانفعالي

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	البعد
0.581**	0.685**	2	
0.687**	0.671**	3	
0.695**	0.630**	4	
0.520**	0.733**	5	
0.683**	0.818**	6	
0.634**	0.813**	7	
0.619**	0.710**	8	
0.684**	0.879**	9	
0.669**	0.702**	10	
0.710**	0.811**	11	
0.740**	0.754**	12	
0.606**	0.741**	13	
0.752**	0.792**	14	
0.639**	0.631**	15	
0.524**	0.787**	16	
0.580**	0.534**	1	السلوك التجنبي
0.635**	0.650**	2	
0.695**	0.500**	3	
0.436**	0.627**	4	
0.326*	0.708**	5	
0.308*	0.841**	6	
0.302*	0.843**	7	
0.629**	0.883**	8	
0.431**	0.743**	9	
0.305*	0.860**	10	

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع البعد	رقم الفقرة	البعد
0.502**	0.778**	11	
0.515**	0.482**	12	
0.708**	0.438**	13	
0.664**	0.814**	14	
0.822**	0.727**	15	
0.640**	0.658**	16	

\*دال إحصائياً عند مستوى 0.05

\*\*دال إحصائياً عند مستوى 0.01

يبين الجدول (7) أنّ معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد السلوك المعرفي تراوحت بين (0.358 و 0.742)، وتراوحت بين فقرات بعد السلوك المعرفي والدرجة الكلية للمقياس بين (0.302 و 0.822)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد السلوك الانفعالي بين (0.630 و 0.879)، وتراوحت بين فقرات بعد السلوك الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس بين (0.520 و 0.752). وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرة والبعد المنتمية له لبعد السلوك التجنبي بين (0.438 و 0.883)، وتراوحت بين فقرات بعد السلوك التجنبي والدرجة الكلية للمقياس بين (0.302 و 0.822)، وهي قيم مناسبة وتدل على صدق البناء الداخلي لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية، وقد تم حذف الفقرة (4) من البعد المعرفي وذلك لتدني معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية، حيث كانت قيمته (0.270)، وأيضاً تم حذف الفقرة (13) من البعد المعرفي، وذلك لتدني معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية حيث كانت قيمته (0.325).

## 2- صدق الارتباطات الداخلية بين الأبعاد والدرجة الكلية

تمّ التحقق من صدق البناء لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية المستخدم في الدراسة الحالية من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (8) يبين هذه النتائج:



## الجدول (8)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي  
مع المواقف المسببة للضغوط النفسية

	السلوك التجنبى	السلوك الانفعالى	السلوك المعرفى
السلوك المعرفى			1
السلوك الانفعالى		1	0.487**
السلوك التجنبى	1	0.569**	0.547**
المتوسط الكلى	0.896**	0.849**	0.711**

\*دال إحصائياً عند مستوى 0.05

\*\*دال إحصائياً عند مستوى 0.01

يبين الجدول (8) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد تراوحت بين (0.487 و 0.569)، وبلغ أعلى معامل ارتباط بين بعدي السلوك الانفعالي والسلوك التجنبى (0.569)، وبلغ أقل معامل ارتباط بين السلوك المعرفى والسلوك الانفعالي (0.487).

ويبين الجدول أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.711 و 0.896)، وبلغ أعلى معامل ارتباط بين بعد السلوك التجنبى والدرجة الكلية (0.896)، وبلغ أقل معامل ارتباط بين بعد السلوك المعرفى والدرجة الكلية للمقياس (0.711)، وهي قيم مناسبة وتدل على صدق البناء بالارتباطات بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية.

### 2- ثبات المقياس:

تمّ التحقق من ثبات مقياس التكيف النفسي في الدراسة الحالية من خلال اختيار عينة استطلاعية مكونة من (26) عاملة من العاملات في الزراعة في الأغوار من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، وتمّ إيجاد الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest)، حيث تمّ تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، وبعد (14) يوم أعيد تطبيق المقياس عليهم، ثمّ تمّ استخراج معامل

ارتباط بيرسون بين الاختبار وإعادة الاختبار، كما تمّ التحقق من الثبات أيضاً باستخدام طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، والجدول (9) يبيّن هذه النتائج:

### الجدول (9)

معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest) ومعادلة

كرونباخ ألفا لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية

الرقم	السلوك	ثبات إعادة	ثبات الاتساق الداخلي
1	السلوك المعرفي	0.556	0.835
2	السلوك الانفعالي	0.804	0.942
3	السلوك التجنبي	0.948	0.930
	الثبات الكلي للتكيف	0.857	0.952

يبيّن الجدول (9) معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية، وجاء الثبات للمقياس ككل (0.857). في حين تراوحت معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية للاعراض الفرعية بين (0.556 و 0.948)، وهي قيم مناسبة وتدل على ثبات المقياس. ويبيّن الجدول معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية، وجاء الثبات للمقياس ككل (0.952)، في حين تراوحت معاملات الثبات المستخرجة بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لمقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية الفرعية بين (0.835 و 0.942)، وهي قيم مناسبة وتدل على ثبات المقياس.

معيار مستوى التكيف في المقياس:

تكوّن مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية في صورته النهائية في صورته النهائية من (46) فقرة، وقد تم تدرج الفئات إلى 3 فئات

(منخفض، متوسط، مرتفع)، لهذا تم قسمة المدى على 3، لذا تم اعتماد معيار الحكم التالي:

المدى = ( أعلى تدرّيج - ادنى تدرّيج ) / عدد الفئات

المدى على الفقرة =  $3 / (1-5) = 1.3$

وعليه فإن المستوى المنخفض يكون من 1 إلى 2.33

والمستوى المتوسط من 2.34 إلى 3.66

والمستوى المرتفع من 3.67 إلى 5

#### 4.3 إجراءات تطبيق الدراسة:

1. لقد تمّ تحديد مجتمع الدراسة جغرافياً، وهو عينة من المزارعات في الأغوار الأردنية الشمالية، والوسطى، والجنوبية.

2. نتيجة لعدم وجود احصائيات رسمية بعدد المزارعات في منطقة الأغوار الأردنية، تمّ اختيار عينة الدراسة باستخدام أسلوب العينة المتيسرة، وكانت نسبتها مناسبة.

3. تمّ استخدام أداتين للدراسة وهما مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) لقياس أعراض الاضطرابات النفسية، ومقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS) لقياس مستوى التكيف عند العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية.

4. للتأكد من صدق المقياس تمّ عرض المقياسين على (8) أساتذة من الأخصائيين في الارشاد النفسي، وعلم النفس، وطلب منهم أن يبدو ملاحظاتهم على كل سؤال وذلك للتأكد من أن كل سؤال يقيس فعلاً ما وضع لقياسه، وتمّ إيجاد صدق البناء للتأكد من ارتباط الفقرات مع الأبعاد، وارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية، وارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية.

5. تمّ إجراء دراسة استطلاعية للتأكد من ثبات المقياسين، حيث تمّ اختيار ما يقارب (30) مزارعة من منطقة الأغوار الأردنية، وأعطيت لهم أسئلة المقياسين وطلب منهم تعبئة المقياسين بعد تقديم شرحاً وافياً عن التغيرات

المناخية وتوضيح آثارها وارتباطها في أعراض الاضطرابات النفسية التي من الممكن ظهورها.

6. تم تطبيق المقياسين على عينتي الدراسة في مناطق الأغوار الأردنية بما يشمل الأغوار الشمالية، والأغوار الوسطى، والأغوار الجنوبية في ايلول، وتشرين أول، وتشرين ثاني من عام 2019.

7. تم إدخال البيانات لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة لكل سؤال من أسئلة الدراسة، والحصول على النتائج، والخروج بالتوصيات المناسبة.

### 5.3 المعالجات الإحصائية

لقد تمّ استخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة، وتمّ استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

1- للإجابة على السؤال الأول والثاني، تمّ حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لتحديد أعراض الاضطرابات النفسية، ومستوى التكيف النفسي.

2- لحساب الصدق الداخلي والثبات للمقياسين تمّ استخدام معامل ارتباط بيرسون، ومعامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا ( Cronbach Alpha).

3- وللإجابة على السؤال الثالث والرابع، ولتحديد فيما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )، تم استخدام اختبار التباين الثلاثي ( Three Way ANOVA ) لفحص تلك الفروق وفقاً لمتغيرات (العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية). ولمعرفة لصالح من تعود هذه الفروق، تمّ استخدام اختبار شافيه (Schafie) للمقارنات البعدية.

## الفصل الرابع

### عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة في ضوء أسئلتها المطروحة، التي هدفت إلى التعرف على أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية، ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية (الأغوار الشمالية، والأغوار الوسطى، والأغوار الجنوبية)، ومدى الاختلاف في ذلك تبعاً لكل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية.

#### 1.4 عرض نتائج الدراسة حسب أسئلتها ومناقشتها

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟ للإجابة عن هذا السؤال، تمّ استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية والجدول التالي يبين هذه النتائج :

### الجدول ( 10 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمعدية لأعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية مرتبة تنازلياً

الرتبة	الرقم	الاضطرابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1	القلق	3.58	.867
2	5	الوسواس القهري	3.40	1.056
3	7	المخاوف المرضية	3.35	1.038
4	9	النفسجسمانية	3.29	1.071
5	2	الاكتئاب	3.26	.943
6	4	الحساسية بين الاشخاص	3.11	1.083
7	3	العداية	2.83	1.080
8	6	الهذيان	2.83	1.086
9	8	الذهانية	2.81	1.103

يبين الجدول (10) أن أعراض القلق جاء بالرتبة الأولى بمتوسط حسابي (3.54)، وهذا يعني أن أعراض اضطراب القلق من أكثر الاضطرابات شيوعاً وانتشاراً بين العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، تلاه الوسواس القهري بالرتبة الثانية بمتوسط حسابي (3.40)، ثم المخاوف المرضية بمتوسط حسابي (3.35)، ثم النفسجسمانية بمتوسط حسابي (3.29)، ثم الاكتئاب (3.26)، ثم بعد الحساسية بين الأشخاص (3.11)، و ثم العداية والهذيان بمتوسط حسابي (2.83)، في حين جاءت الذهانية بالرتبة الأخيرة بأقل متوسط حسابي (2.81).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار

الأردنية، والجدول (11) يبيّن الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية في الأغوار الشمالية، والوسطى، والجنوبية.

### الجدول ( 11 )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيرات العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية

المتغير	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
العمر	30 سنة فأقل	191	3.04	0.777	متوسط
	من 31 إلى 45 سنة	230	3.20	0.772	متوسط
	أكبر من 45	114	3.21	0.813	متوسط
المستوى التعليمي	أقل من ثانوي	311	3.29	0.722	متوسط
	ثانوي	175	3.05	0.792	متوسط
	أعلى من ثانوي	49	2.56	0.826	متوسط
	الأغوار الجنوبية	219	3.21	0.802	متوسط
المنطقة الجغرافية	الأغوار الشمالية	73	3.31	0.735	متوسط
	الأغوار الوسطى	243	3.04	0.772	متوسط
<b>المجموع</b>		<b>535</b>	<b>3.15</b>	<b>0.785</b>	<b>متوسط</b>

يبيّن الجدول (11) أنّ المتوسط الحسابي لأداء أفراد العينة ككل على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية بلغ (3.15) بانحراف معياري (0.785) وبمستوى متوسط، وهذا يعني أنّ النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية يتقاربن في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الظاهرة عليهن، ويتأثر مستوى هذه الأعراض بالعوامل الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، ويتأثر أيضاً بطبيعة عمل المزارعة من حيث عملها بالأجرة، أو أنها تعمل في مزرعة العائلة، أو أنها تملك مزرعة. أمّا بالنسبة لمتغير العمر، فقد كان متوسط الفئة العمرية (أقل من 30 عام) (3.50) (3.04)، وبانحراف معياري (0.77) وبمستوى متوسط. وبالنسبة للفئة العمرية من (31 إلى

45 سنة)، فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.20) بانحراف معياري (0.772) وبمستوى متوسط. أمّا بالنسبة لأداء أفراد العينة من الفئة العمرية (أكبر من 45 عام)، فقد بلغ المتوسط الحسابي (3.21) بانحراف معياري (0.813) وبمستوى متوسط. ممّا يعني أنّ أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية عند الفئة العمرية (أكبر من 45 عام) كانت الأعلى نسبياً، تليها الفئة العمرية (من 31 إلى 45 عام)، وكانت الفئة العمرية (أقل من 30) هي الأقل في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية بالنسبة الى متغير العمر.

وفيما يتعلّق بمتغيّر المستوى التعليمي لأداء أفراد عينة الدّراسة، وكما تشير النتائج في الجدول (11)، فقد بلغ المتوسط الحسابي لمستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيّر المستوى التعليمي (أقل من ثانوي) (3.29)، بانحراف معياري (0.722)، وجاء بمستوى متوسط، وللمستوى التعليمي (الثانوي) بلغ المتوسط الحسابي (3.05)، وبانحراف معياري (0.792)، وجاء بمستوى متوسط، وللمستوى التعليمي (أعلى من الثانوي) بلغ المتوسط الحسابي (2.56)، وبانحراف معياري (0.826)، وبمستوى متوسط، مما يعني أنّ أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية لأفراد العينة ذوات المستوى التعليمي (الأقل من ثانوي) كانت الأعلى نسبياً، يليها المستوى التعليمي (ثانوي)، وكان المستوى التعليمي (الأعلى من ثانوي) هو الأقل نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية بالنسبة الى متغير المستوى التعليمي.

وبالنسبة إلى متغيّر المنطقة الجغرافية وكما تشير النتائج في الجدول (11)، فقد بلغ المتوسط الحسابي لمستوى أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية لمنطقة (الأغوار الجنوبية) (3.21)، وبانحراف معياري (0.802)، وجاء بمستوى متوسط، ولمنطقة (الأغوار الشمالية) بلغ المتوسط الحسابي (3.31)، وبانحراف معياري (0.735)، وبمستوى متوسط، ولمنطقة (الأغوار الوسطى) بلغ المتوسط الحسابي (3.04)، وبانحراف معياري (0.772)، وجاء بمستوى متوسط، وهذا يعني أنّ أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيّرات المناخية للمنطقة الجغرافية (الأغوار الشمالية) كانت الأعلى



نسبياً، تليها المنطقة الجغرافية (الأغوار الجنوبية)، وكانت المنطقة الجغرافية (الأغوار الوسطى) هي الأقل نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية بالنسبة إلى متغير المنطقة الجغرافية.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية، والجدول (12) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على التكيف مع المواقف المسببة للضغوط النفسية في الأغوار الشمالية، والوسطى، والجنوبية:

#### الجدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيرات العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية

المتغير	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
العمر	30 سنة فأقل	191	3.38	0.670	متوسط
	من 31 الى 45 سنة	230	3.41	0.572	متوسط
	أكبر من 45	114	3.51	0.637	متوسط
المستوى التعليمي	أقل من ثانوي	311	3.46	0.597	متوسط
	ثانوي	175	3.39	0.652	متوسط
المنطقة الجغرافية	أعلى من ثانوي	49	3.31	0.672	متوسط
	الأغوار الجنوبية	219	3.43	0.692	متوسط
	الأغوار الشمالية	73	3.70	0.662	مرتفع
	الأغوار الوسطى	243	3.33	0.513	متوسط
	المجموع	535	3.42	0.623	متوسط

يبين الجدول (12) أنّ المتوسط الحسابي لأداء أفراد العينة ككل على مقياس التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية بلغ (3.42)، وبانحراف معياري (0.623)، وجاء بمستوى متوسط، وهذا يعني أنّ النساء العاملات في

الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية يتقاربن في مستوى تكيفهن مع التغيرات المناخية، فهن يتقاربن في نظرتهم إلى تأثير التغيرات المناخية، وفي طريقة التعامل مع نتائج التغيرات المناخية، وقد يعود ذلك إلى مستوى فهم وإدراك المزارعة إلى مفهوم التغيرات المناخية، وأيضاً إلى المستوى الثقافي والاقتصادي، وإلى عمر النساء العاملات في الزراعة. بالنسبة إلى المتوسط الحسابي لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير العمر للفئة العمرية (أقل من 30 عام) (3.38)، وبانحراف معياري (0.670)، وجاء بمستوى متوسط، ولفئة العمرية (من 31 إلى 45 عام) (3.41)، وبانحراف معياري (0.572)، وجاء بمستوى متوسط، ولفئة العمرية (أكبر من 45 عام) (3.51)، وبانحراف معياري (0.635)، وجاء بمستوى متوسط، مما يعني أن مستوى التكيف النفسي مع التغيرات المناخية عند الفئة العمرية (أكبر من 45 عام) كانت الأعلى نسبياً، تليه الفئة العمرية (من 31 إلى 45 عام)، وكانت الفئة العمرية (أقل من 30) هي الأقل نسبياً في مستوى التكيف النفسي مع التغيرات المناخية بالنسبة إلى متغير العمر . .

وفيما يتعلّق بمتغير المستوى التعليمي لأداء أفراد عينة الدراسة، وكما تشير النتائج في الجدول (12)، فقد بلغ المتوسط الحسابي لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمستوى التعليمي (أقل من ثانوي) (3.46)، وبانحراف معياري (0.596)، وجاء بمستوى متوسط، وللمستوى التعليمي (الثانوي) بلغ المتوسط الحسابي (3.39)، وبانحراف معياري (0.652)، وجاء بمستوى متوسط، وللمستوى التعليمي (أعلى من الثانوي) بلغ المتوسط الحسابي (3.31)، وبانحراف معياري (0.672)، وجاء بمستوى متوسط، ممّا يعني أنّ مستوى التكيف النفسي مع التغيرات المناخية لأفراد العينة ذوات المستوى التعليمي (الأقل من ثانوي) كان الأعلى نسبياً، يليه المستوى التعليمي (ثانوي)، وكان (الأعلى من ثانوي)، الأقل نسبياً في مستوى التكيف مع التغيرات المناخية بالنسبة إلى متغير المستوى التعليمي.

وبالنسبة إلى متغير المنطقة الجغرافية وكما تشير النتائج في الجدول (12)، فقد بلغ المتوسط الحسابي لمستوى التكيف النفسي مع التغيرات المناخية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية، لمنطقة (الأغوار الجنوبية) (3.43)، وبانحراف معياري (0.692)، وجاء بمستوى متوسط، ولمنطقة (الأغوار الشمالية) بلغ المتوسط الحسابي (3.70)، وبانحراف معياري (0.662)، وجاء بمستوى مرتفع، ولمنطقة (الأغوار الوسطى) بلغ المتوسط الحسابي (3.33)، وبانحراف معياري (0.513)، وجاء بمستوى متوسط، مما يعني أن مستوى التكيف النفسي مع التغيرات المناخية للتغيرات المناخية للمنطقة الجغرافية (الأغوار الشمالية) كان الأعلى نسبياً، تليه المنطقة الجغرافية (الأغوار الجنوبية)، ثم (الأغوار الوسطى)، وكان الأقل نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية بالنسبة إلى متغير المنطقة الجغرافية .

**النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروقات ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى الاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم إجراء اختبار تحليل التباين الثلاثي للدرجة الكلية للاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية، والجدول (13) يبين هذه النتائج.

### الجدول (13)

تحليل التباين الثلاثي للاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
العمر	1.481	2	0.740	1.330	0.265
المستوى التعليمي	27.005	2	13.503	24.254	0.000*
المنطقة الجغرافية	7.500	2	3.750	6.736	0.001*
الخطأ	293.942	528	0.557		
<b>الكلية</b>	<b>328.897</b>	<b>534</b>			

\*دال إحصائياً عند مستوى 0.05

يبين الجدول (13) أن قيمة (ف) لمستوى الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للعمر بلغت (1.330)، وهي قيمة غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، أي أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير العمر. كما يبين الجدول (13) أن قيمة (ف) لمستوى الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي بلغت (24.254)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، أي أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي. كذلك يبين الجدول (13) أن قيمة (ف) لمستوى الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية بلغت (6.736)، أي أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية، ولمعرفة لمن تعود الفروق في المستوى التعليمي، تم إجراء اختبار شافيه للمقارنات البعدية، والجدول التالي يبين هذه النتائج:

### الجدول (14)

اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمستوى التعليمي

المستوى التعليمي	ثانوي	أعلى من ثانوي
أقل من ثانوي	0.2465*	0.7291*
ثانوي		0.4826*

\*دال إحصائياً عند مستوى (0.05).

يبين الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تعزى للمستوى التعليمي، وجاءت الفروق بين المستوى التعليمي الأقل من ثانوي والثانوي، وكانت الفروق لصالح المؤهل العلمي الأقل من الثانوي، وكذلك بين المستوى التعليمي الأقل من ثانوي والأعلى من الثانوي، وكانت الفروق لصالح المؤهل العلمي الأقل من الثانوي، وبين المستوى التعليمي الثانوي والأعلى من الثانوي، وكانت الفروق لصالح المؤهل العلمي الثانوي.

كما يبين الجدول (14) أن قيمة (ف) لمستوى الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية بلغت (6.736)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، أي أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية، ولمعرفة لمن تعود الفروق في المنطقة الجغرافية تم إجراء اختبار شافيه للمقارنات البعدية، والجدول التالي يبين هذه النتائج:

### الجدول (15)

اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس الأعراض النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمنطقة الجغرافية

المنطقة الجغرافية	الشمالية	الوسطى
الجنوبية	0.1071-	0.1636
الشمالية		0.2708*

\*دال إحصائياً عند مستوى (0.05).

يبيّن الجدول (15) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تعزى للمنطقة الجغرافية، حيث كانت الفروق بين الأغوار الوسطى والأغوار الشمالية، وكانت الفروق لصالح الأغوار الشمالية. ويبيّن الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاضطرابات النفسية لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تعزى لمنطقة الأغوار، بين الأغوار الوسطى والأغوار الجنوبية، أو بين الأغوار الشمالية والجنوبية.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد فروقات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم إجراء اختبار تحليل التباين الثلاثي للدرجة الكلية للتكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية، والجدول التالي يبيّن هذه النتائج:

#### الجدول (16)

تحليل التباين الثلاثي للتكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تبعاً لكل من العمر والمستوى التعليمي والمنطقة الجغرافية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
العمر	1.153	2	0.577	1.546	0.214
المستوى التعليمي	1.235	2	0.617	1.655	0.192
المنطقة الجغرافية	8.101	2	4.050	10.860	0.000*
الخطأ	196.930	528	0.373		
<b>الكلية</b>	<b>207.325</b>	<b>534</b>			

\* دال إحصائياً عند مستوى 0.05

يبين الجدول (16) أن قيمة (ف) لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للعمر بلغت (1.546)، وقيمة (ف) لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي بلغت (1.655)، وهي قيم غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، أي أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغيري العمر والمستوى التعليمي.

بينما يبين الجدول (16) أن قيمة (ف) لمستوى التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية بلغت (10.860)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)، أي أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية، ولمعرفة لمن تعود الفروق في المنطقة الجغرافية، تم إجراء اختبار شافيه للمقارنات البعدية، والجدول التالي يبين هذه النتائج.

#### الجدول (17)

اختبار شافيه للمقارنات البعدية لمقياس التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمنطقة الجغرافية

المنطقة الجغرافية	الشمالية	الوسطى
الجنوبية	0.2765*	0.0951-
الشمالية		0.3716*

\*دال إحصائياً عند مستوى (0.05).

يبين الجدول (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية تبعاً للمنطقة الجغرافية، وكانت الفروق بين الأغوار الجنوبية والأغوار الشمالية، ولصالح الأغوار الشمالية. كذلك يبين الجدول وجود فروق بين الأغوار الوسطى والأغوار الشمالية، وكانت الفروق لصالح الأغوار الشمالية. ويبين الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض التكيف النفسي لدى النساء المزارعات في الأغوار الأردنية بين الأغوار الوسطى والأغوار الجنوبية.

## 2.4 مناقشة النتائج

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟ أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الأول أن أعراض القلق كانت الأكثر انتشاراً في مناطق الأغوار الأردنية وذلك يعود الى ان التغيرات المناخية تسبب للمزارعة القلق بما سيحدث في المستقبل، وكذلك القلق على مستقبل العائلة، والقلق من توفير الدخل للعائلة، وقد أصبح هناك مفهوم علمي للقلق الناتج عن التغيرات المناخية يسمى (Eco Anxiety)، ويعتبر القلق عرضاً عاماً لجميع الاضطرابات النفسية، ومن المعروف أن اضطراب القلق يعتبر من أكثر الاضطرابات شيوعاً، وينتشر بصورة أكبر عند النساء، وأظهرت النتائج أيضاً أن اضطراب الذهان هو الأقل انتشاراً بين المزارعات، حيث أن نسبة انتشار الذهان عند النساء أقل منها عند الرجال.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟

من خلال استعراض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني، اتضح أن المتوسط الحسابي لأداء أفراد العينة ككل على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية كانت بمستوى متوسط، وذلك حسب معيار مقياس أعراض الاضطرابات النفسية، وهذا يعني أن النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية يتقاربن في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الظاهرة عليهن، ويتأثر مستوى هذه الأعراض بالعوامل الاقتصادية، والاجتماعية، والثقافية، ويتأثر أيضاً بطبيعة عمل المزارعة من حيث عملها بالأجرة، أو أنها تعمل في مزرعة العائلة، أو أنها تملك مزرعة.

وفيما يتعلق بمتغير العمر، فقد أشارت النتائج إلى أن الفئة العمرية (أكبر من 45) كانت الأعلى نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن



التغيّرات المناخية، تليها الفئة العمرية (من 31 إلى 45)، وكانت الفئة العمرية (أقل من 30) هي الأقل نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية، وذلك يعود إلى أنّ الفئات العمرية الأكبر أكثر قدرة على ادراك الفرق في التغيّرات المناخية، حيث إنّ هذه الفئات أكثر قدرة على ملاحظة وادراك التغير في معدل تساقط الأمطار، والجفاف، والصقيع، وتأثيرات الفيضانات، وما يصاحب ذلك من آثار على الجوانب الاقتصادية والاجتماعية.

وفيما يتعلق بمتغير المستوى التعليمي، فقد أشارت النتائج إلى أنّ النساء العاملات في الزراعة ذوات المستوى التعليمي (الأقل من ثانوي) كنّ الأعلى نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية، يليه المستوى التعليمي (الثانوي)، ثم يأتي في المستوى الأقل (الأعلى من ثانوي)، ويمكن تفسير ذلك أنّ لزيادة التعليم، وقضاء وقت أكثر في الدراسة، دوراً في تحقيق الصحة النفسية، وزيادة النظرة الإيجابية للنفس، وتعزيز الثقة بالنفس، وتحقيق الذات، وبالتالي يزداد الوعي بوسائل الخروج من الأزمات النفسية، والذي بدوره يعمل على التقليل من أعراض الاضطرابات النفسية.

وأماً فيما يتعلق بمتغير المنطقة الجغرافية، فقد أشارت النتائج إلى أنّ النساء العاملات في الزراعة في منطقة (الأغوار الشمالية) كنّ الأعلى نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية، تليها المنطقة الجغرافية (الأغوار الجنوبية)، وكانت المنطقة الجغرافية (الأغوار الوسطى) هي الأقل نسبياً في مستوى أعراض الاضطرابات النفسية، وتفسّر الباحثة ذلك بأنّ منطقة الأغوار الشمالية تحتوي على العديد من الوحدات الزراعية المحاذية إلى نهر الأردن، التي تتعرّض باستمرار إلى ارتفاع في منسوب المياه في النهر، وبالتالي غمر المساحات الزراعية بالمياه، وتعريضها إلى الخسائر الاقتصادية، بالإضافة إلى أنّ منطقة الأغوار الشمالية هي من المناطق التي تشكّل نسبة زراعة الحمضيات فيها حوالي (90%)، ويواجه فيها المزارعون مشكلة في تسويق منتوجاتهم، ممّا يعمل على تكديس هذه المحاصيل لفترة طويلة وتلفها أحياناً، وبالتالي التعرّض للخسارة، كذلك أنّ الحمضيات من المحاصيل التي تحتاج إلى ظروف مناخية محدّدة، حيث من السهل تلف زهور الحمضيات إذا

تعرضت لظروف مناخية حادة، وبالتالي خسارة المحصول، وقد اتفقت هذه النتائج مع نتيجة دراسة كلايتون وماننجو وهودج ( Clayton, Manning & Hodge, 2014)، حيث أشارت نتائجها الى أن التوتر النفسي الذي يرتبط بالأحوال الجوية القاسية يؤدي إلى الإصابة باضطرابات نفسية، مثل اضطراب الاكتئاب الحاد (Major Depressive Disorder)، واضطراب كرب ما بعد الصدمة (Posttraumatic Disorder)، والإصابة بالاكتئاب، والقلق، والقيام بأعمال عنف، وزيادة حدوث اضطرابات في العمل وفي الحياة الشخصية، وكذلك تتفق مع دراسة بادهلي، وبانبنجراهي، وباول (Padhy, Sarkar, Panigrahi & Paul, 2015)، حيث أشارت الدراسة إلى أنّ الخسارة في المحاصيل نتيجة الفيضانات والجفاف غير المتوقع سيؤدي حتماً إلى مشاكل اقتصادية عند المزارعين، وذلك جرّاء ارتفاع أسعار المحاصيل الزراعية، وعدم القدرة على تأمين حاجيات الأسرة، هذا بالإضافة إلى أنّ الفيضانات قد تدفع الأفراد إلى الهجرة إلى مناطق أخرى، والذي يعمل بدوره على زيادة الضغط النفسي على الأفراد المهجرين، ونتج عن الدراسة أنّ حالات الاكتئاب (Depression) قد تكون منتشرة جداً بين شرائح المزارعين المتأثرين بالتغيرات المناخية وذلك بسبب انخفاض كمية المحاصيل الزراعية، وعدم القدرة على التخطيط الزراعي للأعوام القادمة، وزراعة المحاصيل الزراعية التي تتناسب مع التوقعات المناخية. بالإضافة إلى ذلك فقد أشارت النتائج الى أنّ هناك علاقة وثيقة بين زيادة الأمراض البيولوجية والتي تنتشر بفعل الجفاف والغبار، مثل أمراض الجهاز التنفسي، وأمراض القلب، وأمراض الجهاز الهضمي، وأمراض الكلى، والتي بدورها تزيد من حالات القلق (Anxiety)، وأعراض الاكتئاب.

**النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية؟**

من خلال استعراض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث، فقد أظهرت النتائج أنّ مستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية جاء متوسطاً، وذلك حسب معيار مقياس التكيف النفسي مع المواقف الضاغطة، وهذا يعني أنّ النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار

الأردنية يتقاربن في مستوى تكيفهن مع التغيرات المناخية، فهنَّ يتقاربن في نظرتهن إلى تأثير التغيرات المناخية، وفي طريقة التعامل مع نتائج التغيرات المناخية، وقد يعود ذلك إلى مستوى فهم وإدراك المزارعة إلى مفهوم التغيرات المناخية، وأيضاً إلى المستوى الثقافي والاقتصادي، وإلى عمر النساء العاملات في الزراعة، فكلها عوامل تؤثر على المرونة النفسية، وعلى مستوى تكيف النساء العاملات في الزراعة مع التغيرات المناخية.

فيما يتعلق بمتغير العمر، فقد أشارت النتائج إلى أنَّ النساء العاملات في الزراعة ضمن الفئة العمرية (أكبر من 45) كنَّ الأعلى نسبياً في مستوى التكيف النفسي، تليها الفئة العمرية (من 31 إلى 45)، وكانت الفئة العمرية (أقل من 30) هي الأقل نسبياً في مستوى التكيف النفسي، ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما زاد العمر نسبياً تكون قدرة النساء على تكوين صداقات وعلاقات اجتماعية أكبر، وتكون النساء أكثر امتلاكاً للخبرات المناسبة للتكيف النفسي، كذلك أنَّ النساء في هذه المرحلة يكنَّ في الغالب أكثر ثقة في النفس، فالمرحلة (أكبر من 45) هي نتاج المراحل السابقة، وهي مرحلة التكامل في مقابل اليأس، فتشعر فيها النساء بالاستقلالية، والثقة بالنفس، وينمو في نفسها مفهوماً إيجابياً عن ذاتها، وتكون فخورة بما حقَّته في حياتها، ممَّا يساعدها أكثر على التكيف مع الظروف الضاغطة.

وفيما يتعلق بمتغير المستوى التعليمي، فقد أشارت النتائج إلى أنَّ المستوى التعليمي (الأقل من ثانوي) كان الأعلى نسبياً في مستوى التكيف النفسي، يليه المستوى التعليمي (الثانوي)، ثمَّ يأتي في المستوى الأقل (الأعلى من ثانوي)، ويمكن تفسير ذلك إلى أنَّ النساء العاملات في الزراعة الأقل تعليماً يكنَّ غالباً أقل إدراكاً إلى الصعوبات والآثار المترتبة على التغيرات المناخية، فهذه الصعوبات والضغوط الحياتية الناتجة عن التغيرات المناخية يمكن تسميتها بـ (محيقات التكيف)، وتعدُّ من أكثر المؤثرات سلبياً على التكيف النفسي، كذلك فإنَّ النساء اللواتي لم يتمنَّ تعليمهن الثانوي، أو اللواتي لم يتمنَّ دراستهم بعد الثانوية عندهن الوقت الكافي لعمل علاقات اجتماعية مما يعمل على تعزيز الجانب الاجتماعي لديهن وخلق جو من التسلية، والإلهاء، وتعبئة وقت الفراغ، وبالتالي أكثر تكيفاً نسبياً.

وأما فيما يتعلق بمتغير المنطقة الجغرافية، فقد أشارت النتائج إلى أن النساء العاملات في الزراعة في منطقة (الأغوار الشمالية) كنّ الأعلى نسبياً في مستوى التكيف النفسي، تليها منطقة (الأغوار الجنوبية)، ثمّ المنطقة الجغرافية (الأغوار الوسطى) وهي المنطقة الأقل نسبياً في مستوى التكيف النفسي، ويمكن تفسير ذلك إلى أن منطقة الأغوار الشمالية قريبة نسبياً من مدينة إربد ومن أسواقها، فكما علمت الباحثة من خلال لقائها مع المزارعات أن النساء في الأغوار الشمالية يزرن مدينة إربد باستمرار، ويعملن علاقات اجتماعية مع النساء في المدينة، ويقمن بالتسوق من أسواق مدينة إربد غالباً، كذلك فإن النساء في الأغوار الشمالية تأثرن باختلاطنهن باللاجئات السوريات المتواجداً بكثرة في مناطق شمال المملكة، حيث تنظر المزارعات لهؤلاء النساء كنموذج في تحمل الضغوطات والتكيف معها.

**النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروقات ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى الاضطرابات النفسية لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تُعزى الى كل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟**

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير العمر على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية عند النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، ويمكن تفسير ذلك بأن جميع الفئات العمرية من النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية يتأثرن بالتغيرات المناخية بنفس الدرجة تقريباً، فالظروف الاجتماعية، والاقتصادية، وواقع الخدمات المقدمة لهن متشابهة إلى حد ما في جميع مناطق الأغوار، فضلاً على أن جميع مناطق الأغوار تعتبر من جيوب الفقر في الأردن.

أما فيما يتعلق بمتغير المستوى التعليمي، فقد كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية في أعراض الاضطرابات النفسية على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، وقد كانت لصالح (الأقل من ثانوي)، وقد يرجع ذلك إلى أن العلم والثقافة التي تكتسبها النساء نتيجة ذهابهن للمدرسة، أو نتيجة إكمالهن دراستهن بعد الثانوية يعمل على زيادة مستوى الوعي لديهن، وبالتالي

تزداد خبراتهم الحياتية، ويزيد الشعور لديهم بالأهمية الذاتية، وتحقيق الذات، وأيضاً تزيد الخبرة لديهم في التغلب على المشكلات والتعامل مع الاضطرابات النفسية.

وأما بالنسبة لمتغير المنطقة الجغرافية، فقد أشارت النتائج إلى وجود فروق في أعراض الاضطرابات النفسية على مقياس أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية، وكانت لصالح النساء العاملات في الزراعة في منطقة (الأغوار الشمالية)، ومن الممكن تفسير ذلك إلى موقع الأغوار الشمالية المحاذي إلى نهر الأردن، والذي يتعرض أحياناً إلى ارتفاع منسوب المياه، وبالتالي الفيضانات التي تعمل على غمر العديد من الوحدات الزراعية في المياه، الذي ينتج عنه تلف المحاصيل الزراعية والتعرض إلى الخسائر الاقتصادية، وبالتالي تأثر النساء العاملات في الزراعة من الناحية النفسية، كذلك فإن وفرة المياه من أجل الري طوال العام من الأمور المهمة، والتي تؤثر على الحالة النفسية للمزارعة، حيث يتم تزويد المناطق الزراعية في الأغوار الشمالية بالمياه من أجل الري من قناة الغور الشرقية التي يتم تغذيتها مباشرة من نهر الأردن، والذي يتأثر بالزيادة والنقصان بكمية الأمطار وارتفاع درجة الحرارة. هذا بالإضافة إلى نوعية الأشجار المزروعة في منطقة الأغوار الشمالية، حيث إنها في الغالب أشجار الحمضيات؛ فأشجار الحمضيات من الأشجار الحساسة في الزراعة، وتحتاج إلى ظروف مناخية محددة خاصة أثناء فترة الإزهار، وتثمر مرة واحدة في السنة، بينما في منطقة الأغوار الجنوبية والوسطى، فإن الأراضي الزراعية تزرع بالخضروات على مدار العام، الأمر الذي يسمح بزراعة الأرض بأكثر من نوع من الخضروات خلال العام، وبالتالي تجنب احتمالية التعرض إلى الضغوط النفسية المترتبة على الخسائر الاقتصادية نتيجة تلف المحصول، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة ناصر، وزماني ، وخيرالدين (Nasir، Khairudin، Zamani، &، 2012)، حيث أشارت الدراسة إلى أن معاناة المتضررين من الفيضانات إلى مشاكل نفسية مثل الخوف، والقلق، والشعور بالوحدة، والاكتئاب، وأكدت الدراسة على حاجة

المتضررين إلى الدعم النفسي، والاجتماعي من أجل تخفيف الضغط النفسي، والقلق، وأعراض الاضطرابات النفسية الأخرى.

النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد فروقات ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) في مستوى التكيف النفسي لدى النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية تُعزى الى كل من العمر، والمستوى التعليمي، والمنطقة الجغرافية؟

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التكيف النفسي على مقياس التكيف النفسي مع الضغوط النفسية تبعاً لمتغير العمر، بمعنى أن جميع النساء العاملات في الزراعة ضمن جميع الفئات العمرية في منطقة الأغوار الأردنية لديهن القدرة على التكيف بدرجة مقاربة نسبياً مع التغيرات المناخية، ويعود ذلك إلى أن جميع النساء في الأغوار الأردنية يتعرضن لظروف اجتماعية واقتصادية متشابهة نسبياً.

كما تشير النتائج أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي على مقياس التكيف النفسي مع الضغوط النفسية تبعاً لمتغير (المستوى التعليمي)، فجميع النساء العاملات في الزراعة لديهن القدرة على التكيف بدرجة مقاربة نسبياً مع التغيرات المناخية، ومن الممكن تفسير ذلك إلى أن النساء العاملات في الزراعة يقضين وقتاً طويلاً في المزارع، ممّا يعطيهم الوقت الكافي للتواصل الاجتماعي مع غيرهن من المزارعات، كذلك فقد لاحظت الباحثة أن العاملات في الزراعة بالرغم من اختلاف مستواهنّ التعليمي يستخدمن وسائل التواصل الاجتماعي من خلال الهاتف، وهذا بدوره يساعدهن على التكيف وتجاوز الضغوط النفسية.

بينما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في التكيف النفسي على مقياس التكيف النفسي مع الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المنطقة الجغرافية لصالح النساء العاملات في الزراعة في منطقة (الأغوار الشمالية)، ويمكن تفسير ذلك إلى أن منطقة الأغوار الشمالية قريبة نسبياً من مدينة إربد ومن أسواقها، حيث تقوم النساء العاملات في الزراعة في التسوق وقضاء حاجاتهن غالباً من أسواق

مدينة إربد، كذلك فإن النساء في منطقة (الأغوار الشمالية) يتأثرن في اختلاطهن مع اللاجئين السوريين المتواجدين بكثرة في مناطق شمال المملكة، بحيث تنتظر النساء في الأغوار إلى هؤلاء النساء كنموذجاً في تحمل الضغوطات وفي التكيف مع الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية الصعبة.

### 3.4 التوصيات:

بعد مراجعة نتائج الدراسة، وتحليلها، ورصد الملاحظات الناتجة من الزيارات الميدانية، ومقابلة المزارعات في مناطق الأغوار الأردنية، وبعد مراجعة الأدب النظري في موضوع الدراسة، فإنه يمكن تقديم التوصيات التالية:

- 1- إنشاء مراكز نفسية متخصصة، في مناطق الأغوار الأردنية تُعنى بالصحة النفسية، وتنتشر الوعي في مجال رعاية الصحة النفسية، سواء من قبل وزارة الصحة، أو وزارة التنمية الاجتماعية.
- 2- نشر الوعي المعرفي بين المزارعات فيما يتعلق بمفهوم التغيرات المناخية، وطرق التقليل من آثار التغيرات المناخية، سواء من قبل وزارة الزراعة، أو وزارة الطاقة، أو مؤسسات المجتمع المدني.
- 3- العمل على نشر الوعي حول مفهوم التغيرات المناخية، وطرق التخفيف من آثارها، وطرق التكيف مع هذه التغيرات المناخية بين الطلاب والطالبات في المدارس في مناطق الأغوار في الأردن.
- 4- عمل دراسات وأبحاث في مجال دراسة البُعد المعرفي والمفاهيمي حول التغيرات المناخية لدى فئات مجتمعية محدّدة، من أجل الرّبط بين الجانب المعرفي حول التغيرات المناخية، وطرق التكيف النفسي معها والتخفيف منها، وذلك لدراسة مدى ارتباط معرفة مفهوم التغيرات المناخية مع درجة التكيف النفسي.

#### الاقتراحات

- 1- إعداد برنامج ارشادي يعمل على التخفيف من اعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية.
- 2- عمل دراسة مسحية تكشف عن أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن الفيضانات في الأغوار الشمالية.



## المراجع

### أ- المراجع العربية:

إبراهيم، سليمان عبد الواحد (2014). الشخصية الإنسانية واضطرابات النفسية " رؤية في إطار علم النفس الإيجابي"، الأردن: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

اتفاقية الامم المتحدة الاطارية بشأن تغير المناخ (1993).

أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2015). الصحة النفسية منظور جديد، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع .

باشا، رانيا حمدي، الخولي، محمد إبراهيم (2018). دراسة تحليلية لإدراك الزراع للتغيرات المناخية وتأثيرها على الإنتاج الزراعي في محافظة الشرقية، مجلة الزقازيق للبحوث الزراعية، 45(6A) ، 2215-2241.

البحيري، عبد الرقيب أحمد (2005). قائمة الأعراض المعدلة، أسيوط: مركز الرشاد.

بطرس، بطرس حافظ (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل. الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

البنك الدولي (2008). تقرير عن التنمية في العالم، واشنطن.

البنك الدولي (2013). تقرير انهاء الفقر المدقع 2030، التقرير السنوي لتعزيز الرخاء المشترك.

أبو تليخ، رباح محمد (2016). أعراض الاضطراب النفسي لدى أصحاب البيوت المهدامة بعد حرب 2014، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة.

أبو جابر، نزار (2011). الأردن والتحدي البيئي، الطبعة الاولى، عمان: دار الشروق للنشر والتوزيع.

أبو دية، أيوب (2008). دليل الاسرة في ترشيد الطاقة وصيانة المنزل، الطبعة الاولى، وزارة الثقافة، مطبعة السفير، عمان.

- أبو دية، أيوب (2010). **الطاقة المتجددة في حياتنا**، الطبعة الأولى، عمان: وزارة الثقافة، مطبعة أروى.
- أبو دية، أيوب (2017). **نهاية العالم على مذبح التغير المناخي**، الطبعة الأولى، عمان: وزارة الثقافة، مطبعة أروى.
- جبل، فوزي محمد (2000). **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**، الإسكندرية: المكتبة الجامعية.
- الجمعية الأمريكية للطب النفسي (2014). **الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع**، الطبعة الرابعة.
- حداد، نزار (2012). **التغير المناخي والأمن الغذائي الأردني**، الطبعة الأولى، عمان.
- حسن، ناصر بوكي (2003). **الصحة والاضطرابات النفسية والسلوكية**، دمشق: دار ابن النفيس.
- الخالدي، أديب محمد (2015). **علم النفس الاكلينيكي في التدخل العلاجي**، الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الختاتنة، سامي محسن (2012). **مقدمة في الصحة النفسية**، الأردن: دار الحامد.
- الخرابشة، فاطمة (2015). **مستوى مشاركة المرأة الريفية في صنع القرارات المتعلقة بمحاصيل الخضار في منطقة وادي الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات**. مجلة جامعة البلقاء التطبيقية، 46(5)، 102-113.
- الداهري، صالح (1999). **الصحة النفسية**، الأردن: دار الكندي للنشر والتوزيع.
- الداهري، محمد صالح حسن والعبيدي، ناظم هاشم (1999). **الشخصية والصحة النفسية**، بغداد: دار الكتب للطباعة والنشر.
- دائرة الإحصاءات العامة (2010). **تقرير حالة الفقر في الأردن - استنادا لبيانات مسح نفقات ودخل الأسرة**، الأردن.
- دائرة الإحصاءات العامة (2002). **الاستراتيجية الوطنية للتنمية الزراعية 2002-2012**، المملكة الأردنية الهاشمية.
- رضوان، سامر (2007). **الصحة النفسية**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

الرفاعي، نعيم (1982). الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف، دمشق: المكتبة الجديدة.

زهران، حامد (1977). الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: عالم الكتب.  
زهران، حامد (1988). الصحة النفسية والعلاج النفسي، القاهرة: دار المعارف.  
الشاذلي، عبد الحميد محمد (2001). التوافق النفسي لدى المسنين، الإسكندرية: المكتبة الجامعية.

الشخانة، أحمد (2010). اساليب الحياة وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من المضطربين نفسياً في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

شريت، أشرف عبد الغني وحلاوة، محمد السيد (2002). الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.  
عبد الرحمن، محمد السيد (2000). علم الأمراض النفسية والعقلية (الأسباب- الأعراض-التشخيص- العلاج)، القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

عبد الله، محمد قاسم (2011). مدخل الى الصحة النفسية، الأردن: دار الفكر ناشرون وموزعون.

الفانك، فهد (1970). القطاع الزراعي في الأردن، الطبعة الأولى، عمان.  
الفحماوي، محمد (2005). اشتقاق الخصائص السيكوماترية لمقاييس التكيف تجاه المواقف المسببة للتوتر لدى الفئة العمرية (18-30) سنة في البيئة الأردنية، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، مؤتة، الكرك.

فهيم، مصطفى (1979). الصحة النفسية، دراسات في سيكولوجية التوافق، القاهرة: مكتبة الخانجي.

قطيشات، نازك عبد الحميد والتل، أمل يوسف (2009). قضايا في الصحة النفسية، عمان: دار كنوز المعرفة العلمية للنشر والتوزيع.

الكبيسي، عبد الكريم عبد جمعة (1988). قياس التكيف الشخصي والاجتماعي لدى الأحداث الجانحين وعلاقته بالمعاملة الوالدية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية.

كعبان، نضال (2005). تحليل واقع المرأة الفلسطينية. وزارة شؤون المرأة، قسم الخطط الاقتصادية، فلسطين.

كفافي، علاء الدين (1999). الارشاد والعلاج النفسي الاسري المنظور النسقي الاتصالي، القاهرة: دار الفكر العربي.

الكفيري، و داد (2013)، بعض الاضطرابات النفسية، أساليب المعاملة الوالدية ومستوى التدين لدى نزيلات مركز إصلاح وتأهيل النساء في الأردن في ضوء بعض المتغيرات، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.

مردم، محمد علي (2008). دور المرأة في الدمج بين الزراعة وحماية البيئة، مرصد البيئة العربية.

المطارنة، خالد (2006). تقنين استبانة تشخيص الاضطرابات النفسية والعقلية على الطلبة الجامعيين في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك، الأردن.

منظمة العمل الدولية (2012). الفباء حقوق المرأة العاملة والمساواة بين الجنسين، الطبعة الثانية، مكتب العمل الدولي.

النجار، محمد (1997). تقدير الذات والتوافق النفسي والاجتماعي، رسالة ماجستير غير منشورة، غزة: الجامعة الإسلامية.

الهابط، محمد السيد (1985). التكيف والصحة النفسية، الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

وحدة إرشاد زراعي وادي الأردن (2014). بيانات غير منشورة، الأردن، المركز الوطني للبحث والارشاد الزراعي.

وزارة البيئة (2013). تقرير السياسات الوطنية لتغير المناخ في المملكة الأردنية الهاشمية (2012-2022)، عمان.

وزارة البيئة (2016). تقرير حالة البيئة في المملكة الأردنية الهاشمية. التقرير الثاني، المملكة الأردنية الهاشمية.

وزارة التخطيط والتعاون الدولي (2011). البرنامج التنموي للأعوام الثلاثة (2012-2014) لمنطقة الأغوار الأردنية، دراسة الواقع الاجتماعي، عمان، الأردن.

ب- المراجع الأجنبية:

ب- المراجع الأجنبية:

Acharibasam, J. W., & Anuga, S. W. (2018). Psychological Distance of Climate Change and Mental Health Risks Assessment of Smallholder Farmers in Northern Ghana: Is habituation a threat to climate change? *Climate Risk Management*.

Aguilar, L. (2009). Women and Climate Change; Vulnerabilities and Adaptive Capacities. In L. Starke (Ed.), *State of The World: Into a warming World. A world watch Institute report on progress towards a sustainable society* (pp.59-62). New York.

Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change: Emerging 'psychotettatic' syndromes. In I. Weissbecker (Ed.), *Climate change and human well-being: Global changes and opportunities* (pp.43-56). New York, NY: Springer.

Almond, D., Currie, J., & National Bureau of Economic Research. (2010). Human Capital Development before Age Five. NBER Working Paper No. 15827. National Bureau of Economic Research. National Bureau of Economic Research. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=ED508916&site=ehost-live>

American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, (4th ed), Text Revision.

American Psychiatric Association (APA) (2014). *Diagnostic and Stastical Manual of Mental Disorders*, (5<sup>th</sup> edition), (DSM5). Washington.

American Psychological Association (2009). Task Force on the Interface between Psychology and Global Climate Change. retrieved from <http://www.apa.org/science/about/publications/climate-change.aspx>.

Anderson, C. A., & Delisi, M. (2011). Implications of global climate change for violence in developed and developing countries. In J. P. Forges, A. W. Kruglanski, & K. D. Williams (Eds.), *The psychology of social conflict and aggression* (pp. 249-265). New York, NY: Psychology Press.

- APA Task Force, (2009). Psychology and Global Climate Change: Addressing a Multi-Faceted Phenomenon of Challenges. American Psychological Association (APA), Task Force on the Interface between Psychology and Global Climate Change. Retrieved from: <https://www.apa.org/science/about/publications/climate-change>.
- Arkoff, A. (1968). *Adjustment & Mental Health*, New York: MCGrow-Hill Book.
- Arpanantikul, M. (2011). Middle-aged Urban Thai Women's Management of Stress and Anger. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 15(4), 323–333.
- Atwater, E. (1990). *Psychology of Adjustment: Personal Growth in a changing World*, Prentice Hall: New York.
- Bailey, I. (2010). Creating a Climate for Change: communicating climate change and facilitating social change – By Susanne C Moser and Lisa Dilling. *Area*, 42(1), 133–134. [https://doi.org/10.1111/j.1475-4762.2009.00933\\_2.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-4762.2009.00933_2.x)
- Basu, R., Gavin, L., Pearson, D., Ebisu, K., & Malig, B. (2018). Examining the Association Between Apparent Temperature and Mental Health-Related Emergency Room Visits in California. *American Journal of Epidemiology*, 187(4), 726–735. <https://doi.org/10.1093/aje/kwx295>
- Boeree, C. G. (2006). Sigmund Freud. Retrieved July 15, 2019: Available on <http://webspace.ship.edu/cgboer/frud.html>.
- Brown, L., Medlock, J., & Murray, V. (2014). Impact of drought on vector-borne diseases -- how does one manage the risk? *Public Health (Elsevier)*, 128(1), 29–37.
- Brumby, S., Chandrasekara, A., McCoombe, S., Torres, S., Kremer, P., & Lewandowski, P. (2011). Reducing psychological distress and obesity in Australian farmers by promoting physical activity. *BMC Public Health*, 11(Suppl 4), 362–368. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-362>
- Carleton, T. A., & Hsiang, S. M. (2016). Social and economic impacts of climate. *Science*, 353(6304), aad 9837-1-and 9837-15.
- Carroll, B., Morbey, H., Balogh, R., & Araoz, G. (2009). Flooded Homes, Broken Bonds, the Meaning of Home, Ssychological Pand their Impact on Psychological Health in a Disaster. *Health & Place*, 15(2), 540–547.
- Cherry, Kendra (2018). A list of Psychological Disorders, very well Mind, retrieved from <http://www.verywellmind.com/a-list-of-psychological-disorders>.
- Clayton, S., Manning, C. M., & Hodge C. (2014). *Beyond storms & Droughts: The psychological impacts of climate change*.

- Washington, DC: American Psychological Association and EcoAmerica.
- Cohen, R. J. (1994). *Psychology of Adjustment: Values, Cultures, and Change*. Boston: Allyn and Bacon.
- Corey, Gerald (2009). *Case Approach to Counseling and psychotherapy*. U.S.A: Thomson-The Stare Long, Books/Cole.
- Darwin, R., Tsigas, M., Lewandrowski, J., & Raneses, A. (1995). "World Agriculture and Climate Change: Economic Adaptations," *Agricultural Economics Reports*, United States Department of Agriculture, and Economic Research Service.
- Daud, K. M. (2009). Coping Strategies of the Displaced Women for Achieving Food Security at the Household Level in Mayo Camp, Khartoum State. *Ahfad Journal*, 26(2), 59–74.
- Deminzi, M. C. R., & Sacchi, C. (2005). Stressful Situations and Coping Strategies in Relation to Age. *Psychological Reports*, 97(2), 405–418. <https://doi.org/10.2466/pr0.97.2.405-418>
- Eastwood, A. (1990). *Psychology of Adjustment: Present Growth in Changing World*, New York: Plentic Hall.
- Edwards, B., Gray, M., & Hunter, B. (2015). The Impact of Drought on Mental Health in Rural and Regional Australia. *Social Indicators Research*, 121(1), 177–194. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0638-2>
- Ford-Martin, P. (2001). *Post Traumatic Stress Disorder*, Gel Encyclopedia of Alternative Medicine.
- Fritze, J. G., Blashki, G. A., Burke, S., & Wiseman, J. (2008). Hope, Despair and Transformation: Climate change and the promotion of mental health and wellbeing. *International Journal of Mental Health Systems*, 2(13). Doi: 10.1186/1752-4458-2-13.
- Gunn, K. M., Kettler, L. J., Skaczkowski, G. L. A., & Turnbull, D. A. (2012). Farmers' stress and coping in a time of drought. *Rural and Remote Health*, 12, 2071.
- Haddadin, M. (2010). Water, A driver of Change, the 15th Jordan Science Week "Science and Technology: Drivers of Change. Agenda.
- Hanigan, I. C., Butler, C. D., Kokic, P. N., & Hutchinson, M. F. (2012). Suicide and drought in New South Wales, Australia, 1970–2007. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109(35), 13950–13955. <https://doi.org/10.1073/pnas.1112965109>
- Hansen, A., Bi, P., Nitschke, M., Ryan, P., Pisaniello, D., & Tucker, G. (2008). The Effect of Heat Waves on Mental Health in a Temperate Australian City. *Environmental Health Perspectives*, 116(10), 1369–1375.

- Hsiang, S., Burke, M., & Miguel, E. (2013). Quantifying the Influence of Climate on Human Conflict. *Science*, 341, 1235367 (2013).  
<https://doi.org/10.1016/j.amepre.2017.04.008>  
<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2008.08.009>  
<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2013.09.006>  
<https://doi.org/10.1126/science.aad9837>  
<https://doi.org/10.1289/ehp.11339>  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone>.
- Jones, A. D. (2017). Food Insecurity and Mental Health Status: A Global Analysis of 149 Countries. *American Journal of Preventive Medicine*, 53(2), 264–273.
- Le Dang, H., Li, E., Nuberg, I., & Bruwer, J. (2014). Farmers' Perceived Risks of Climate Change and Influencing Factors: a Study in the Mekong Delta, Vietnam. *Environmental Management*, 54(2), 331–345. <https://doi.org/10.1007/s00267-014-0299-6>
- Liu, Y., Kostakos, V., & Li, H. (2015). Climatic Effects on Planning Behavior. *PLoS ONE*, 10(5), 1–9.
- Manning, C. & Calyton, S. (2018). *Threats to Mental Health and Wellbeing Associated with Climate Change Resilience, Spirituality and Posttraumatic Growth: Reshaping the Effects of Climate Change*. Springer
- Martini, A. (2011). Empowering Women in the Rural Labor Force with a Focus on Agricultural Employment in the Middle East and North Africa (MENA).
- McMichael, A. J. (2013). Globalization, Climate Change, and Human Health. *The New England Journal of Medicine*, 368(14), 1335–1343. <https://doi.org/10.1056/NEJMra1109341>
- Nasir, R., Ahmad Zamani, Z., & Khairudin, R. (2012). Psychological effects on victims of the Johor Flood 2006/2007. *Asian Social Science*, 8(8), 126-133. <https://doi.org/10.5539/ass.v8n8p126>
- Obradovich, N., Migliorini, R., Paulus, M. P., & Rahwan, I. (2018). Empirical Evidence of Mental Health Risks Posed by Climate change. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 115(43), 10953–10958. <https://doi.org/10.1073/pnas.1801528115>
- Othman, A. Z., Dahlan, A., Borhani, S. N., & Rusdi, H. (2016). Posttraumatic Stress Disorder and Quality of Life among Flood Disaster Victims. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 234(1), 125–134.
- Padhly, S. K., Sarkar, S., Panigrahi, M., & Paul, S. (2015). Mental health effects of climate change. *Indian Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 19(1), 3-7



- Powers, J. R., Dobson, A. J., Berry, H. L., Graves, A. M., Hanigan, I. C., & Loxton, D. (2015). Lack of Association Between Drought and Mental Health in a Cohort of 45-61 Year Old Rural Australian Women. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 39(6), 518–523. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12369>
- Preti, A., Lentini, G., & Maugeri, M. (2007). Global warming possibly linked to an enhanced risk of suicide: Data from Italy, 1974–2003. *Journal of Affective Disorders*, 102(1–3), 19–25. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.12.003>
- Pumariega, A. J., & Rothe, E., (2005). Mental Health of Immigrants and Refugees. *Community Mental Health Journal*, 41(5), 581–597. <https://doi.org/10.1007/s10597-005-6363-1>
- Raetz, W. & Teresa, K. (2002). *Stree & Coping in First Year Student and Gender Schema*. PhD. University of Georgia.
- Ranson, M. (2012). Crime, Weather, and Climate change. Harvard Kennedy School, Associate Working paper series no.8, <http://doi.org/10.2139/ssrn.2111377>.
- Root, T. L., Price, J. T., Hall, K. R., Schneider, S. H., Rosenzweig, C. (2003). Finger Prints of global Warming on Wild Animals and Plants, *Nature*, 421(6918), 57-60.
- Rubonis, A.V., & Bickman, L. (1991). Psychological Impairment in the Wake of Disaster: *The Disaster-Psychopathology Relationship*. *Psychological Bulletin*, 109 3, 384-99.
- Sharaf, R, S. (2000). *Comparisons, Critique and Integration*, (2<sup>nd</sup>), Edition, 599-645. Bemont, CA: Books/Cole.
- Stern, P. C. (1997). *Environmentally Significant Consumption Research Directions*. Washington, D.C.: National Academies Press.
- Stuart, H. (2003). "Violence and Mental Illness: an Overview". *World Psychiatry*. 2 (2): 121–124
- Swim, Janet K; Stern, Paul C; Doherty, Thomas J; Clayton, Susan; Reser, Joseph P; Weber, Elke U; Gifford, Robert; Howard, George S. (2011). *Psychology's contributions to understanding and addressing global climate change*. *American Psychological Association (APA)*.
- Thompson, R., Hornigold, R., Page, L., & Waite, T. (2018). Associations between high ambient temperatures and heat waves with mental health outcomes: a systematic review. *Public Health*, 161, 171–191. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.06.008>
- Udmale, P., Ichikawa, Y., Manandhar, S., Ishidaira, H., & Kiem, A. S. (2014). Farmers' perception of drought impacts, local adaptation and administrative mitigation measures in Maharashtra State, India. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 10(1), 250–269.

- UPTON, J. (2018). Bellwethers of Climate Change. *Audubon*, 120(4), 12–13. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=133356241&site=ehost-live>
- Weissbecker, I. (2009). Mental health as a human right in the context of recovery after disaster and conflict. *Counseling Psychology Quarterly*, 22(1), 77–84.
- Willox, Cunsolo, A., Harper, S., Ford, J., Edge, V., Landman, K., Houle, K., & Wolfrey, C. (2013). Climate change and mental health: an exploratory case study from Rigolet, Nunatsiavut, Canada. *Climatic Change*, 121(2), 255–270.
- Wolsko, C., & Marino, E. (2016). Disasters, Migrations, and the Consequences of Urbanization: What's the harm in getting out of harm's way? *Population & Environment*, 37(4), 411–428. <https://doi.org/10.1007/s11111-015-0248-1>
- Yule, W. & Canterbury, R. (1994). The Treatment of Posttraumatic Stress Disorder in Children and Adolescents, *International Review of Psychiatry*, 6(23), 141-151.

الملاحق

## ملحق (أ)

### تعليمات استبانة تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)

أختي المزارعة:

أكتب فقط في المكان المحدد للكتابة، واقري بحذر جميع التعليمات قبل البدء في الإجابة.

تحتوي هذه القائمة على (45) فقرة، اقري كل فقرة بحذر واختاري البديل المناسب والذي يمثل رأيك عن كل فقرة، تأكدي أن إجابتك قد وضعت في المكان المحدد.

- إذا كنت موافقة بشدة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة صحيحة تماما، فضعي إشارة X تحت البديل (كبيرة جدا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت موافقة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة صحيحة بشكل كبير ، فضعي إشارة X تحت البديل (كبيرة) إزاء الفقرة.
- إذا كنت محايدة بالنسبة الى محتوى الفقرة، أي إذا كنت غير قادرة على اتخاذ القرار، أو إذا كانت الفقرة تحتمل الصحة والخطأ بشكل متساو، فضعي إشارة X تحت البديل (أحيانا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت غير موافقة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة خاطئة فضعي إشارة X تحت البديل (قليلًا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت غير موافقة بشدة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة خاطئة تماما، فضعي إشارة X تحت البديل (اطلاقًا) إزاء الفقرة.

○ اختاري فقط اجابة واحدة لكل فقرة، وأجيب على جميع الفقرات، وتأكدي من اختيارك للإجابة التي تنطبق على حالتك، وإذا أردت تغيير إجابتك، قومي بالشطب على الإجابة القديمة ، وضعي الإجابة الجديدة في الخانة الصحيحة.

أرجو تعبئة المعلومات الواردة في أعلى الصفحة قبل البدء في الإجابة.

## ملحق (ب)

مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) بصورته النهائية



كلية الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45)

العمر:

المستوى التعليمي:

المنطقة الجغرافية:

طبيعة عمل المزارعة:

○ عمل بأجر يومي أو شهري ○ عمل في مزرعة العائلة ○ تملك مزرعة

تقوم الباحثة بإجراء دراسة حول التغيرات المناخية وآثارها على النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، الرجاء قراءة جميع فقرات الفقرات بعناية، ثم ضعي إشارة (X) في المربع الذي يناسب الوصف الأمثل لدرجة انطباق مضمون كل فقرة من الفقرات التالية. التغيرات المناخية: هي حدوث ارتفاع في درجة الحرارة، أو زيادة تساقط الامطار، أو الجفاف، أو الفيضانات، أو حدوث الصقيع، أو زيادة في الهجرات نتيجة التغيرات المناخية.

الباحثة: سناء خليل السيد

الرجاء الإجابة على الأسئلة التالية:

لا نعم

- 1- هل طرأ تغيير جوهري على درجات الحرارة في السنوات السابقة؟
- 2- هل عانيت من الجفاف في السنوات السابقة؟
- 3- هل حدث تغيير في تساقط الأمطار في السنوات السابقة؟
- 4- هل حدثت فيضانات في السنوات السابقة؟
- 5- هل عانيت من حدوث الصقيع في السنوات السابقة؟
- 6- هل قام أحد من أقاربك أو معارفك بالهجرة أو ترك العمل في منطقتك بسبب التغيرات المناخية؟
- 7- هل تأثرت علاقاتك الاجتماعية مع الأهل والمحيطين نتيجة التغيرات المناخية؟
- 8- هل تعرضت للخسارة الاقتصادية نتيجة التغيرات المناخية؟

## مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية SA-45

فيما يلي قائمة من أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية التي تواجه الفرد أحيانا. الرجاء قراءة كل فقرة من الفقرات بعناية، ثم ضعي إشارة في المربع الذي يناسب الوصف الأمثل لدرجة انطباق كل فقرة من الفقرات التالية عليك.

1- القلق (Anxiety): هو شعور عام بالخشية من مصيبة وشيكة الوقوع أو تهديدا غير معلوم المصدر مع شعور بالتوتر، وخوف لا مسوغ له						
م	الفقرة	كبيرة جداً	كبيرة	أحيانا	قليلة	إطلاقاً
1	أشعر بالخوف عند حدوث تغيرات مناخية					
2	أشعر بالفزع فجأة وبدون سبب عند حدوث تغيرات مناخية.					
3	أشعر بأنني غير قادرة على عمل أي شيء عند حدوث تغيرات مناخية .					
4	أشعر بصعوبة الاستمرار في الجلوس في مكان واحد عند حدوث تغيرات مناخية .					
2- الاكتئاب (Depression): هو حالة من انكسار النفس، والكآبة، والهم، والنكد، والشعور بالذنب، والقلق.						
1	أشعر بالوحدة عند حدوث تغيرات مناخية.					
2	أشعر برغبة في الجلوس لوحدي عند حدوث تغيرات مناخية .					
3	أشعر باللامبالاة عند مواجهة المواقف المختلفة عند حدوث تغيرات مناخية .					
4	أشعر بالتشاؤم من المستقبل عند حدوث تغيرات مناخية.					
5	أشعر أنني عديمة القيمة عند حدوث تغيرات مناخية.					

3- العدائية (Hostility): هي نشاط هدام، أو تخريبي من أي نوع، أو نشاط يقوم به الفرد لإلحاق الأذى بشخص آخر، أو بذاته، إما عن طريق الإيذاء البدني، أو عن طريق سلوك الاستهزاء، أو السخرية، أو الضحك.				
1				أغضب بشكل مفاجئ ولا أستطيع ضبط نفسي عند حدوث تغيرات مناخية .
2				أشعر برغبة في إيذاء الآخرين بدنيا عند حدوث تغيرات مناخية .
3				أشعر برغبة في كسر الأشياء أو تحطيمها عند حدوث تغيرات مناخية
4				ادخل في جدل مع الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية .
5				أصرخ وأرمي الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية .
4- الحساسية بين الأشخاص (Interpersonal Sensitivity): وهي الوعي المفرط غير الملائم نحو سلوك ومشاعر الآخرين، والحذر من ردود فعل الآخرين، والاهتمام الزائد بما يقوله الآخرون، والخوف من نقد الآخرين.				
1				أشعر أن الآخرين لا يفهموني عند حدوث تغيرات مناخية .
2				أشعر أن الآخرين غير ودودين معي عند حدوث تغيرات مناخية.
3				أشعر بالغيرة عن الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية .
4				أشعر بعدم الراحة عندما يتحدث الآخرون عني عند حدوث تغيرات مناخية.
5- الوسواس القهري (Obsessive Compulsivity): هو وجود أفكار تتكرر باستمرار وتخيلات (وساوس)، وأفعال قهرية متكررة، يدرك المريض أنها مرضية الطابع، ويشعر بوجود مقاومة داخلية ضدها.				
1				أقوم بالأعمال ببطء لضمان دقة العمل عند حدوث تغيرات مناخية.
2				أواجه صعوبة في اتخاذ القرارات عند حدوث تغيرات مناخية.



					3	أواجه صعوبة في التركيز عند حدوث تغيرات مناخية .
6- الهذيان (Paranoid Ideation): هو أن يسيطر على المريض مجموعه من الأوهام المرتبطة بالشعور بالعظمة أو بالشعور بالاضطهاد.						
					1	عندما أواجه مشكلات أقوم بتوجيه اللوم للآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
					2	أشعر بعدم الثقة بالناس عند حدوث تغيرات مناخية .
					3	أشعر أن الناس يراقبونني عند حدوث تغيرات مناخية .
					4	أشعر أن الآخرين لا يقدرن انجازاتي تقديراً ملائماً عند حدوث تغيرات مناخية .
					5	أشعر أن الآخرين لديهم الرغبة باستغلالي عند حدوث تغيرات مناخية .
7- المخاوف المرضية (Phobic Anxiety): هو تلك المخاوف غير المعقولة وغير المنطقية، وهو رعب مبالغ فيه من موضوع أو من موقف ما لا يمثل في حد ذاته تهديداً حقيقياً.						
					1	أشعر بالخوف من الأماكن المفتوحة عند حدوث تغيرات مناخية.
					2	أشعر بالخوف عند الخروج من المنزل لوحدي عند حدوث تغيرات مناخية .
					3	أشعر بالخوف من السفر في الباصات أو المركبات على الطرق المنحدرة عند حدوث تغيرات مناخية.
					4	أتجنب المرور من أماكن معينة عند حدوث تغيرات مناخية .
					5	أشعر بعدم الارتياح عند وجودي بين حشود من الناس عند حدوث تغيرات مناخية.

8- الذهانية (Psychoticism): هي اضطراب واضح في السلوك مخالف لطبيعة الفرد من انطواء، وانعزال، وإهمال بالذات والعمل .

					1	أشعر بأن هناك من يتحكم بأفكاري عند حدوث تغيرات مناخية.
					2	أسمع أصواتاً غريبة عند حدوث تغيرات مناخية.
					3	أشعر أن الآخرين يعرفون أفكاري الخاصة عند حدوث تغيرات مناخية.
					4	أشعر أن أفكاري مستمدة من الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
					5	أشعر أنني يجب أن أعاقب على أخطائي عند حدوث تغيرات مناخية .

9- النفسجمايية (Somatization): هي مجموعة من الأمراض العضوية ذات منشأ نفسي، تلعب العوامل الانفعالية، أو الضغوط والصراعات النفسية دوراً بارزاً في ظهورها.

					1	أشعر بتسارع في ضربات القلب عند حدوث تغيرات مناخية .
					2	أشعر بنمنمة في بعض أعضاء جسمي عند حدوث تغيرات مناخية .
					3	أشعر بنوبات حرارة أو برد عند حدوث تغيرات مناخية .
					4	أشعر بالضعف في بعض من أعضاء جسمي عند حدوث تغيرات مناخية .
					5	أشعر بالثقل في يدي ورجلي أو الاثنين معا عند حدوث تغيرات مناخية .

## ملحق (ج)

تعليمات استبانة التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغوط النفسية (CISS)

أختي المزارعة :

أكتبني فقط في المكان المحدد للكتابة، واقري بحذر جميع التعليمات قبل البدء في الإجابة.

تحتوي هذه القائمة على (48) فقرة، اقري كل فقرة بحذر واختاري البديل المناسب والذي يمثل رأيك عن كل فقرة، تأكدي أن إجابتك قد وضعت في المكان المحدد.

- إذا كنت موافقة بشدة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة صحيحة تماما، فضعي إشارة X تحت البديل (كبيرة جدا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت موافقة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة صحيحة بشكل كبير، فضعي إشارة X تحت البديل (كبيرة) إزاء الفقرة.
- إذا كنت محايدة بالنسبة الى محتوى الفقرة، أي إذا كنت غير قادرة على اتخاذ القرار، أو إذا كانت الفقرة تحتل الصحة والخطأ بشكل متساو، فضعي إشارة X تحت البديل (أحيانا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت غير موافقة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة خاطئة فضعي إشارة X تحت البديل (قليلًا) إزاء الفقرة.
- إذا كنت غير موافقة بشدة على محتوى الفقرة، أو إذا كانت الفقرة خاطئة تماما، فضعي إشارة X تحت البديل (اطلاقًا) إزاء الفقرة.

○ اختاري فقط اجابة واحدة لكل فقرة، وأجيبني على جميع الفقرات، وتأكدي من اختيارك للإجابة التي تنطبق على حالتك، وإذا أردت تغيير إجابتك، قومي بالشطب على الاجابة القديمة، وضعي الاجابة الجديدة في الخانة الصحيحة.

○ أرجو تعبئة المعلومات الواردة في أعلى الصفحة قبل البدء في الاجابة.

## ملحق (د)

مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية (SA-45) بصورته الأولية

(المرسلة للتحكيم)



كلية الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

الأستاذة الدكتورة/ الدكتورة:.....التخصص:.....

مكان العمل:.....الرتبة الأكاديمية:.....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .... وبعد:

تقوم الباحثة بدراسة بعنوان: "أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية" ولتحقيق أهداف الدراسة تقوم الباحثة بتطبيق مقياس أعراض الاضطرابات النفسية SA-45، بعد تعديله بما يتناسب مع متطلبات الدراسة، وكان قد أعد هذا المقياس مؤسسة ستراتيجيك ادفانتاج ( Strategic Advantage, Inc, 1996)، وتكون الإجابة على كل فقرة حسب مقياس ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، حيث يهدف المقياس الى التحقق من وجود أعراض للاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة دكتوراه في الفلسفة تخصص الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا / جامعة مؤتة، بإشراف الأستاذ الدكتور أحمد الزغاليل، حيث يتكون المقياس من (45) فقرة موزعة على (9) مجالات رئيسية.

التغيرات المناخية: هي حدوث ارتفاع في درجة الحرارة، أو زيادة تساقط الامطار، أو الجفاف، أو الفيضانات، أو حدوث الصقيع، أو زيادة في الهجرات نتيجة التغيرات المناخية.

ونظراً لما نعهده بكم من كفاية وخبرة علمية، أرجو التفضل بتحكيم هذا المقياس من

حيث:

1- مدى ملائمة أبعاد وفقرات المقياس مع طبيعة السلوك الذي تقيسه.

2- مدى ملائمة الفقرة للبعد الذي تنتمي إليه.

3- الصياغة اللغوية للفقرات.

4- إضافة أو حذف ما ترونه مناسباً.

5- اقتراح التعديلات التي ترونها مناسبة.

شاكراً لكم جهودكم واهتمامكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،،،

الباحثة: سناء خليل السيد

الرجاء الاجابة على الاسئلة التالية:

لا نعم

- 9- هل طرأ تغيير جوهري على درجات الحرارة في السنوات السابقة؟
- 10- هل عانيت من الجفاف في السنوات السابقة؟
- 11- هل حدث تغيير في تساقط الأمطار في السنوات السابقة؟
- 12- هل حدثت فيضانات في السنوات السابقة؟
- 13- هل عانيت من حدوث الصقيع في السنوات السابقة؟
- 14- هل قام أحد من أقاربك أو معارفك بالهجرة أو ترك العمل في منطقتك بسبب التغيرات المناخية؟
- 15- هل تأثرت علاقاتك الاجتماعية مع الأهل والمحيطين نتيجة التغيرات المناخية؟
- 16- هل تعرضت للخسارة الاقتصادية نتيجة التغيرات المناخية؟

## مقياس تشخيص أعراض الاضطرابات النفسية SA-45

فيما يلي قائمة من أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية التي تواجه الفرد أحياناً. الرجاء قراءة كل فقرة من الفقرات بعناية، ثم ضعي إشارة في المربع الذي يناسب الوصف الأمثل لدرجة انطباق كل فقرة من الفقرات التالية عليك.

الرقم	الفقرات	مناسبة الفقرة		الصياغة اللغوية		الاتساق مع البعد		أية اقتراحات أو ملاحظات
		مناسب	غير مناسب	مناسب	غير مناسب	مناسب	غير مناسب	
<b>1- القلق (Anxiety):</b> هو شعور عام بالخشية من مصيبة وشيكة الوقوع أو تهديداً غير معلوم المصدر مع شعور بالتوتر، وخوف لا مسوغ له.								
1	أشعر بالخوف عند حدوث تغيرات مناخية.							
2	أشعر بالفرع فجأة وبدون سبب عند حدوث تغيرات مناخية.							
3	أشعر بالتوتر أو أنني غير قادرة على عمل شيء عند حدوث تغيرات مناخية .							
4	أشعر بنوبات من الرهاب أو الفرع عند حدوث تغيرات مناخية.							
5	أشعر بصعوبة الاستمرار في الجلوس في مكان واحد عند حدوث تغيرات مناخية .							
<b>2- الاكتئاب (Depression):</b> هو حالة من انكسار النفس، والكآبة، والهم، والنكد، والشعور بالذنب، والقلق.								

							1	أشعر بالوحدة عند حدوث تغيرات مناخية.
							2	أشعر بالكآبة عند حدوث تغيرات مناخية
							3	أشعر باللامبالاة في مواجهة الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية
							4	أشعر بتشاؤم من المستقبل عند حدوث تغيرات مناخية.
							5	أشعر أنني لا قيمة لي عند حدوث تغيرات مناخية.

3- العدائية (Hostility): هي نشاط هدام، أو تخريبي من أي نوع، أو نشاط يقوم به الفرد لإلحاق الأذى بشخص آخر، أو بذاته، إما عن طريق الإيذاء البدني ، أو عن طريق سلوك الاستهزاء، والسخرية، والضحك.

							1	أغضب بشكل مفاجئ ولا أتمكن من التحكم في ذلك عند حدوث تغيرات مناخية .
							2	أشعر برغبة لضرب أو جرح أو إيذاء الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية .
							3	أشعر برغبة لكسر أو تحطيم الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية
							4	ادخل في جدل وبشكل متكرر عند حدوث تغيرات مناخية .



							5	أصرخ وأرمي الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية .
4- الحساسية بين الأشخاص (Interpersonal Sensitivity): وهي الوعي المفرط غير الملائم نحو سلوك ومشاعر الآخرين، والحذر من ردود فعل الآخرين، والاهتمام الزائد بما يقوله الآخرون، والخوف من نقد الآخرين.								
							1	أشعر أن الآخرين لا يفهموني أو غير متعاطفين معي عند حدوث تغيرات مناخية
							2	أشعر أن الآخرين غير ودودين معي وأنهم لا يحبونني عند حدوث تغيرات مناخية.
							3	أشعر بالغيرة عن الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية .
							4	أشعر بعدم الراحة عند مراقبة الناس لي أو عندما يتحدثون عني عند حدوث تغيرات مناخية.
							5	أبدو حريصة شديدا في سلوكياتي ومظهري امام الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
5- الوسواس القهري (Obsessive Compulsivity): هو وجود أفكار تتكرر باستمرار وتخيلات (وساوس)، وأفعال قهرية متكررة، يدرك المريض أنها مرضية الطابع، ويشعر بوجود مقاومة داخلية ضدها.								
							1	أقوم بالأعمال ببطء

							لضمان دقة العمل عند حدوث تغيرات مناخية.	
							أشعر بضرورة التأكد من عملي أكثر من مرة عند حدوث تغيرات مناخية.	2
							أواجه صعوبة في اتخاذ القرارات عند حدوث تغيرات مناخية.	3
							تلح علي أفكار معينة عند حدوث تغيرات مناخية.	4
							أواجه صعوبة في التركيز عند حدوث تغيرات مناخية .	5
<p><b>6- الهذيان (Paranoid Ideation):</b> هو أن يسيطر على المريض مجموعه من الأوهام المرتبطة بجنون العظمة أو جنون الاضطهاد.</p>								
							أوجه اللوم للآخرين بمعظم مشاكلي عند حدوث تغيرات مناخية.	
							أشعر بعدم الثقة في الناس عند حدوث تغيرات مناخية .	2
							أشعر أنني مراقبة أو يتحدث عني الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية	3

							مناخية .	
							أشعر أن الآخرين لا يقدرّون انجازاتي تقديراً ملائماً عند حدوث تغييرات مناخية.	4
							أشعر أن الآخرين سوف يستغلونني اذا سمحت لهم عند حدوث تغييرات مناخية.	5
<p><b>7- القلق المرضي (Phobic Anxiety):</b> هو تلك المخاوف غير المعقولة وغير المنطقية، وهو رعب مبالغ فيه من موضوع أو من موقف ما لا يمثل في حد ذاته تهديداً حقيقياً.</p>								
							أشعر بالخوف من المناطق المفتوحة والشوارع عند حدوث تغييرات مناخية.	1
							أشعر بالخوف من الخروج من المنزل لوحدي عند حدوث تغييرات مناخية .	2
							أشعر بالخوف من السفر في الباصات أو المركبات في الطرق المنحدرة عند حدوث تغييرات مناخية.	3
							أتجنب أشياء معينة أو أماكن أو نشاطات لأنها تخيفني عند حدوث تغييرات مناخية.	4

							5	أشعر بعدم الارتياح عند وجودي بين الحشود من الناس كما في التسوق أو عند حضور فيلم عند حدوث تغيرات مناخية.
8- الذهان (Psychoticism): هي اضطراب واضح في السلوك مخالف لطبيعة الفرد من انطواء، وانعزال، وإهمال بالذات والعمل .								
							1	أشعر بأن هناك من يتحكم بأفكاري عند حدوث تغيرات مناخية.
							2	أسمع أصوات غريبة لا يسمعها الآخرون عند حدوث تغيرات مناخية.
							3	أشعر أن الآخرين على دراية بأفكاري الخاصة عند حدوث تغيرات مناخية.
							4	أشعر أن أفكاري مستمدة من الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
							5	أشعر أنني يجب أن أعاقب على أخطائي عند حدوث تغيرات مناخية.

9- النفسجمانية (Somatization): هي مجموعة من الامراض العضوية ذات منشأ نفسي، تلعب العوامل الانفعالية، أو الضغوط والصراعات النفسية دورا بارزا في ظهورها .							
							1 أشعر بأنني متوترة عند حدوث تغيرات مناخية.
							2 أشعر بنممة في أجزاء من جسمي عند حدوث تغيرات مناخية.
							3 أشعر بنوبات حرارة أو برد عند حدوث تغيرات مناخية.
							4 أشعر بالضعف في بعض من أعضاء جسمي عند حدوث تغيرات مناخية.
							5 أشعر بالثقل في يدي ورجلي عند حدوث تغيرات مناخية.

## ملحق (هـ)

مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS) بصورته النهائية



كلية الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

العمر:

المستوى التعليمي:

المنطقة الجغرافية:

طبيعة عمل المزارعة:

○ عمل بأجر يومي أو شهري ○ عمل في مزرعة العائلة ○ تملك مزرعة

تقوم الباحثة بإجراء دراسة حول التغيرات المناخية وأثارها على النساء العاملات في الزراعة في الأغوار الأردنية، الرجاء قراءة جميع فقرات الفقرات بعناية، ثم ضعي إشارة (X) في المربع الذي يناسب الوصف الأمثل لدرجة انطباق مضمون كل فقرة من الفقرات التالية على حالتك.

التغيرات المناخية: هي حدوث ارتفاع في درجة الحرارة، أو زيادة تساقط الامطار، أو الجفاف، أو الفيضانات، أو حدوث الصقيع، أو زيادة في الهجرات نتيجة التغيرات المناخية.

الباحثة : سناء خليل السيد

مقياس التكيف النفسي مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS)

عندما تواجهك مشكلة تسبب لك الضغط والتوتر، فإنك ربما تقومي بفعل ما ولكن بدرجات متفاوتة بين فعل واخر، فما عليك إلا أن تضعي إشارة على درجة انطباق الفعل عليك.

مجال السلوك المعرفي- أداء المهمة: يمثل هذا المجال الأفعال التي توجه السلوك الى حل المشكلة، وإعادة بناء المشكلة بصورة معرفية، أو المحاولة لتغيير الموقف المسبب للتوتر.						
م	الفقرة	كبيرة جداً	كبيرة	أحياناً	قليلة	إطلاقاً
1	أنظم وقتي بشكل أفضل عند حدوث تغيرات مناخية.					
2	أركز في المشكلة ثم أفكر كيف أستطيع حلها عند حدوث تغيرات مناخية.					
3	أعمل ما أعتقد أنه الأفضل عند حدوث تغيرات مناخية.					
4	أفكر كيف قمت بحل مشكلة مشابهة لمشكلة حالية عند حدوث تغيرات مناخية .					
5	أحدد مسار ما للعمل ثم أعمل به عند حدوث تغيرات مناخية.					
6	أحاول فهم المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.					
7	أعدل خططي عند حدوث تغيرات مناخية.					
8	أتعلم من أخطائي الماضية عند حدوث تغيرات مناخية.					
9	أحلل المشكلة قبل الشروع بحلها عند حدوث تغيرات مناخية.					
10	أعيد ترتيب أولوياتي عند حدوث تغيرات مناخية .					
11	أسيطر على الموقف عند حدوث تغيرات مناخية.					
12	أقدم حلولاً متنوعة للمشكلة عند حدوث تغيرات مناخية .					

					13	أحاول السيطرة على المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
					14	أحاول أن أكون منظمًا لأصبح أكثر سيطرة على المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية.
<p>مجال السلوك الانفعالي- الموجه للعاطفة: يمثل هذا المجال الأفعال التي تصف ردود الفعل العاطفي الموجه ذاتياً، والذي يهدف الى تقليل التوتر الناتج عن الموقف .</p>						
					1	ألوم نفسي على تأجيل الامور عند حدوث تغيرات مناخية.
					2	انشغل بالآلام والوجاع عند حدوث تغيرات مناخية .
					3	ألوم نفسي على موقف سيء صدر مني سابقا عند حدوث تغيرات مناخية.
					4	أشعر بقلق بسبب عدم قدرتي على حل المشكلات عند حدوث تغيرات مناخية.
					5	أصبح متوترة جدا عند حدوث تغيرات مناخية .
					6	أتمنى لو أستطيع تغيير ما شعرت به عند حدوث تغيرات مناخية.
					7	ألوم نفسي على أنني عاطفية جدا حيال المواقف عند حدوث تغيرات مناخية.
					8	أصبح منزعجا جدا عند حدوث تغيرات مناخية.
					9	ألوم نفسي كوني لا أعرف ماذا يجب أن أعمل عند حدوث تغيرات مناخية
					10	لا أعرف ماذا أفعل عند حدوث تغيرات مناخية
					11	أتمنى لو أستطيع تغيير ما حدث عند حدوث تغيرات مناخية.
					12	أشعر بالقلق مما سأقوم بفعله عند حدوث تغيرات مناخية
					13	أشعر بأن ما أعانيه من توتر لن يحدث ثانية عند حدوث تغيرات مناخية.
					14	ألوم نفسي على عيوبي عند حدوث تغيرات مناخية.



					15	أشعر بغضب عند حدوث تغيرات مناخية.
					16	أسيء للأخرين دون ذنب منهم عند حدوث تغيرات مناخية
مجال السلوك التجنبي: يمثل هذا المجال الأفعال، والنشاطات، والتغيرات المعرفية التي تهدف الى تجنب المواقف المسببة للتوتر.						
					1	أفكر في الاوقات الجميلة التي عشتها عند حدوث تغيرات مناخية.
					2	أحاول الاجتماع مع الناس الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية.
					3	أذهب للتسوق عند حدوث تغيرات مناخية .
					4	أحاول الذهاب الى النوم عند حدوث تغيرات مناخية.
					5	أستمع بتناول وجبة مفضلة عند حدوث تغيرات مناخية.
					6	أقوم بممارسة هوايتي عند حدوث تغيرت مناخية .
					7	أشتري بعض الأشياء عند حدوث تغيرات مناخية.
					8	أذهب لحضور حفلة عند حدوث تغيرات مناخية.
					9	أزور صديقا عند حدوث تغيرات مناخية.
					10	أقضي وقتا ممتعا مع صديق عند حدوث تغيرات مناخية.
					11	أخرج لأتمشى عند حدوث تغيرات مناخية.
					12	أتحدث مع صديق أثق به عند حدوث تغيرات مناخية.
					13	أتصل مع بعض الاصدقاء عند حدوث تغيرات مناخية.
					14	أمارس الرياضة بشكل أكبر عند حدوث التغيرات المناخية.
					15	أخرج في إجازة للتهرب من المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية .
					16	أشاهد برنامجاً تلفزيونياً عند حدوث تغيرات مناخية.

## ملحق (و)

### مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS)

#### بصورته الأولى



كلية الدراسات العليا

الإرشاد النفسي والتربوي

الأستاذة الدكتورة / الدكتورة:.....التخصص:.....

مكان العمل:.....الرتبة الأكاديمية:.....

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته .... وبعد

تقوم الباحثة بدراسة بعنوان: "أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن التغيرات المناخية ومستوى التكيف النفسي لدى عينة من النساء العاملات في الزراعة في منطقة الأغوار الأردنية" ولتحقيق أهداف الدراسة تقوم الباحثة بتطبيق مقياس التوافق مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS)، الذي أعد هذا المقياس إندلر وباركر (Endler, & 1999 Parker,)، وتكون الإجابة على كل فقرة حسب مقياس ليكرت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، حيث يهدف المقياس الى قياس مجالات التوافق النفسي مع الضغوط النفسية، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة دكتوراه فلسفة في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي من كلية الدراسات العليا / جامعة مؤتة، بإشراف الأستاذ الدكتور أحمد الزغاليل، حيث يتكون المقياس من (48) فقرة موزعة على (3) مجالات رئيسية.

التغيرات المناخية: هي حدوث ارتفاع في درجة الحرارة، أو زيادة تساقط الأمطار، أو الجفاف، أو الفيضانات، أو حدوث الصقيع، أو زيادة في الهجرات نتيجة التغيرات المناخية.

ونظراً لما نعهده بكم من كفاية وخبرة علمية، أرجو التفضل بتحكيم هذا المقياس من

حيث:

- 1- مدى ملائمة أبعاد وفقرات المقياس مع طبيعة السلوك الذي تقيسه.
- 2- مدى ملائمة الفقرة للبعد الذي تنتمي إليه.
- 3- الصياغة اللغوية للفقرات.
- 4- إضافة أو حذف ما ترونه مناسباً.
- 5- اقتراح التعديلات التي ترونها مناسبة.

شاكراً لكم جهودكم واهتمامكم.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،،،،

الباحثة: سناء خليل السيد

## مقياس التكيف مع المواقف المسببة للضغط النفسية (CISS)

عندما تواجهك مشكلة ناتجة عن التغيرات المناخية وتسبب لك الضغط والتوتر، فإنك ربما تقومي بفعل ما، ولكن بدرجات متفاوتة بين فعل واخر. الرجاء أن تضعي إشارة على درجة انطباق كل فقرة من الفقرات التالية عليك.

الرقم	الفقرات	مناسبة الفقرة		الصياغة اللغوية		الاتساق مع البعد		أية اقتراحات أو ملاحظات
		مناسب	غير مناسب	مناسب	غير مناسب	مناسب	غير مناسب	
مجال السلوك المعرفي - أداء المهمة: يمثل هذا المجال الأفعال التي توجه السلوك الى حل المشكلة، وإعادة بناء المشكلة بصورة معرفية، أو المحاولة لتغيير الموقف المسبب للتوتر.								
1	أنظم وقتي بشكل أفضل عند حدوث تغيرات مناخية							
2	أركز في المشكلة ثم أفكر كيف أستطيع حلها عند حدوث تغيرات مناخية							
3	أعمل ما أعتقد أنه الأفضل عند حدوث تغيرات مناخية							
4	أحدد أولوياتي عند حدوث تغيرات مناخية							
5	أفكر كيف قمت بحل مشكلة مشابهة لمشكلة حالية عند حدوث تغيرات مناخية							
6	أحدد مسار ما للعمل ثم أتبعه عند حدوث تغيرات مناخية							
7	أعمل من أجل فهم المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية							
8	أقوم بإجراء تصحيحي على الفور عند حدوث تغيرات مناخية							
9	أفكر بتلك الاحداث وأتعلم من أخطائي عند حدوث تغيرات مناخية							
10	أحلل المشكلة قبل الرد عليها عند حدوث تغيرات مناخية							

							أنظم أولوياتي عند حدوث تغيرات مناخية	11
							أسيطر على الموقف عند حدوث تغيرات مناخية	12
							ابذل جهدا اضافيا لعمل أشياء معينة	13
							أقدم حولا متنوعا للمشكلة عند حدوث تغيرات مناخية	14
							استخدم المشكلة لإثبات قدرتي في السيطرة عليها عند حدوث تغيرات مناخية	15
							أحاول أن أكون منظما لأصبح أكثر سيطرة على المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية	16

مجال السلوك الانفعالي - الموجه للعاطفة : يمثل هذا المجال الافعال التي تصف ردود الفعل العاطفي الموجه ذاتيا، والذي يهدف الى تقليل التوتر الناتج عن الموقف .

							ألوم نفسي على تأجيل الامور عند حدوث تغيرات مناخية	1
							انشغل بالآلام والايوجاع عند حدوث تغيرات مناخية	2
							ألوم نفسي على موقف سيء صدر مني عند حدوث تغيرات مناخية	3
							أشعر بقلق بسبب عدم قدرتي على حل المشاكل عند حدوث تغيرات مناخية	4
							أصبح متوترا جدا عند حدوث تغيرات مناخية	5
							أحدث نفسي أنه في الواقع ليس هناك مشكلة عند حدوث تغيرات مناخية	6
							ألوم نفسي على أنني عاطفية جدا حيال المواقف عند حدوث تغيرات مناخية	7
							أصبح منزعجا جدا عند	8

							حدوث تغيرات مناخية	
							ألوم نفسي كوني لا أعرف ماذا يجب أن أعمل عند حدوث تغيرات مناخية	9
							أتجمد ولا أعرف ماذا أفعل عند حدوث تغيرات مناخية	10
							أتمنى لو أستطيع تغيير ما حدث أو حتى تغيير ما شعرت به عند حدوث تغيرات مناخية	11
							أقلق مما سأقوم بفعله عند حدوث تغيرات مناخية	12
							أحدث نفسي بأن مثل هذا الموقف لن يحدث ثانية عند حدوث تغيرات مناخية.	13
							أتأمل في عيوبي عند حدوث تغيرات مناخية	14
							أشعر بغضب عند حدوث تغيرات مناخية	15
							أسوء للآخرين بدون ذنب عند حدوث تغيرات مناخية	16
<p>مجال السلوك التجنبي: يمثل هذا المجال الأفعال، والنشاطات، والتغيرات المعرفية التي تهدف الى تجنب المواقف المسببة للتوتر.</p>								
							أفكر في الاوقات الجميلة التي عشتها عند حدوث تغيرات مناخية	1
							أحاول الاجتماع مع الناس الآخرين عند حدوث تغيرات مناخية	2
							أذهب للتسوق عند حدوث تغيرات مناخية	3
							أحاول الذهاب الى النوم عند حدوث تغيرات مناخية	4
							أستمتع بطعامي المفضل أو تناول وجبة خفيفة عند حدوث تغيرات مناخية	5
							أخرج لتناول وجبة طعام	6

							عادية أو حتى وجبة خفيفة عند حدوث تغيرات مناخية	
							أشتري بعض الاشياء عند حدوث تغيرات مناخية	7
							أذهب لحضور حفلة عند حدوث تغيرات مناخية	8
							أزور صديقا عند حدوث تغيرات مناخية	9
							أقضي وقتا ممتعا مع شخص آخر عند حدوث تغيرات مناخية	10
							أذهب لأتمشى عند حدوث تغيرات مناخية.	11
							أتحدث لبعض الأشخاص الذين أقدر نصحهم لي عند حدوث تغيرات مناخية	12
							أتصل بصديق عند حدوث تغيرات مناخية	13
							أشاهد فيلما سينمائيا أو تلفزيونيا عند حدوث تغيرات مناخية	14
							أخذ إجازة للتهرب من المشكلة عند حدوث تغيرات مناخية	15
							أشاهد برنامجا تلفزيونيا عند حدوث تغيرات مناخية	16

ملحق (ز)  
قائمة بأسماء المحكّمين

الرقم	اسم المحكّم	مكان الجامعة
1	الأستاذ الدكتور محمّد السفاسفة	جامعة مؤتة
2	الأستاذ الدكتور نشأت أبو حسونة	جامعة إربد الأهلية
3	الأستاذ الدكتور صاحب الجنابي	جامعة مؤتة
4	الأستاذ الدكتور أحمد أبو أسعد	جامعة مؤتة
5	الدكتور باسم دحادحة	جامعة مؤتة
6	الدكتور سمير عيلبوني	جامعة إربد الأهلية
7	الدكتورة لينة عاشور	جامعة فيلادلفيا
8	الدكتورة سناء الخوالدة	جامعة فيلادلفيا



## المعلومات الشخصية

الاسم: سناء خليل السيد

التخصص: الإرشاد النفسي والتربوي

الكلية: العلوم التربوية

السنة الدراسية: 2020/2019

العنوان: عمان - تلاع العلي