

Arabian Gulf Journal of Humanities and Social Studies

ISSN: 3080-4086

الإصدار السادس - العدد الثامن عشر || تاريخ الإصدار 2026-09-20



مستوى الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، لدى عينة من النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023

Level of Common Psychological Disorders (Depression, Anxiety, and Stress) Among a Sample of Palestinian Internally Displaced Persons (IDPs) Amid the 2023 War

د. محمود خليل البراغيثي

Dr. Mahmoud Khalil Al-Barghouthi

استاذ الصحة النفسية المساعد غير المتفرغ

كلية التربية الجامعة الاسلامية وجامعة الأقصى غزة فلسطين

د. محمد ربحي المصري

Dr. Mohammed Rabhi Al-Masri

أستاذ الصحة النفسية المساعد غير المتفرغ

كلية التربية جامعة الأزهر غزة فلسطين

DOI: <https://doi.org/10.64355/agjhss61837>

مجلة خليج العرب للدراسات الإنسانية والاجتماعية || هذه المقالة مفتوحة المصدر موزعة بموجب شروط وأحكام ترخيص مؤسسة المشاع الإبداعي (CC BY-NC-SA)

Clarivate | ProQuest

Ulrichsweb™



Crossref

ISSN
INTERNATIONAL
STANDARD
SERIAL
NUMBER
INTERNATIONAL CENTRE



Google Scholar

معرفة
e-Marefa



شبكة المعلومات العربية
Arab Educational Information Network

AskZad



Scilit

INTERNATIONAL
Scientific Indexing

creative commons

الملخص:

هدفت الدراسة التعرف إلى مدى انتشار (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، والتعرف على الفروق في مستوى تلك الاضطرابات وفقاً (الجنس، العمر، العمر)، لدى عينة من النازحين الفلسطينيين في محافظات غزة، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي لوصف ظاهرة مستويات الاضطرابات النفسية، وتكونت من عينة متاحة (378)، ذكور وإناث في مخيمات النزوح المنتشرة في غزة، قاموا بالإجابة على مقياس الـ DASS-21، وأسفرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من الاضطرابات النفسية وجاءت حسب الأوزان النسبية التالية الضغوط في المرتبة الأولى بوزن نسبي (77.64%). تلاه الاكتئاب في المرتبة الثانية بوزن نسبي (72.75%). وأخيراً القلق بوزن نسبي (70.35%). أما الدرجة الكلية جاءت بوزن نسبي بلغ (73.58%). كما أظهرت النتائج بعدم وجود فروق في مستوى الاضطرابات النفسية وفقاً لمتغيرات الدراسة الديمغرافية (الجنس، العمر، العمر).

الكلمات المفتاحية: الاضطرابات النفسية، الاكتئاب، القلق، الضغوط، النازحين.

Abstract:

The study aimed to identify the prevalence of depression, anxiety, & stress, as well as identifying differences in the levels of the three disorders according to (gender, loss, & age), among a sample of displaced Palestinians in the Gaza. The study used a descriptive approach to describe the phenomenon of levels of psychological disorders. It consisted of a convenience sample of (378), males and females in displacement camps spread throughout Gaza, who answered the DASS-21 scale. The Results It showed a high level where the relative weights reached: stress first with a relative weight of 77.64%, followed by depression in second with a relative weight of 72.75%, finally anxiety with a relative weight of 70.35%. The overall score had a relative weight of 73.58%. The results also showed no differences in the level of psychological disorders according to the study's demographic variables (gender, loss, age).

Keywords: Psychological Disorders ,Depression ,Anxiety ,Stress ,Displaced Persons.

1. المقدمة:

يتعرض الأفراد في أوقات معينة لمواقف أو أحداث صادمة خارجة عن حدود معرفتهم الإنسانية يصلون إلى نقطة الأزمة التي قد تجعلهم عرضة للاضطرابات النفسية المختلفة، وتنقسم هذه الأحداث إلى كوارث طبيعية وكوارث من صنع الإنسان، ويستجيب الفرد لهذه الأحداث ببعض الاستجابات، بعضها طبيعي وبعضها مرضي وتسمى استجابات مرضية (Osama Hamdouna and Muhammad Al-Masri, 2024) وعلى الرغم من التقدم السريع في مستوى معيشة الناس في جميع أنحاء العالم، لا تزال هناك مناطق يكثر فيها النزاع العسكري وتبقى حالة البعض منهم مؤسفة والتي تدعم انتشار الاضطرابات النفسية مثل (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، والتي قد تكون منتشرة في كل المجتمعات بين الأفراد الذين يواجهون المحن في مناطق تسود فيها الحروب ومناطق الصراع لا سيما الاحتلال الإسرائيلي لفلسطين وحرب 2023، يتعرض هؤلاء الأفراد للأذى الجسدي والنفسي ويتعرضوا لازمات مجهدة ومقلقة ومربكة وتعتبر احد أهم العناصر الأساسية للاستجابة لهذه المشكلات هو فهم احتياجات الأفراد الذين يعيشون في تلك المناطق وتلك الاضطرابات (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، مفاهيم تتعلق بالصحة النفسية من الواجب الانتباه لها ودراساتها لما لها من أهمية من أجل أخذ التدابير اللازمة.

من الطبيعي أن يكون هناك آثار نفسية واجتماعية بعد حرب (2023) على قطاع غزة بسبب التعرض لأطلاق الرصاص وقصف البيوت وقتل الأمنيين والأماكن الخاصة والعامة، واستنشاق الغاز واصابة الأطفال واستشهادهم ومشاهدة المصابين والشهداء، والتي تجعل الأفراد عرضة للمعاناة والخبرات النفسية الصادمة وظهور الاضطرابات النفسية والتي يستجيب لها بالخوف الشديد والرعب مصحوبة بانطباعات حسية شديدة قد تلتصق بالذاكرة للأبد (Mohammed Al-Masri, 2025)

ويرى الباحثان إن هذا النزوح المتكرر والضغط النفسي المستمر لا يقف عند حدود التدهور العقلي والجسدي بل يمهد الطريق لعمق اضطراب الاكتئاب ومظاهر اليأس؛ ومثل هذه البيئة المليئة بالتهديد والإحباط هي المادة الأساسية التي تغذي مخاوف الأفراد وقلقهم المستقبلي وتُفقد المجتمع توازنه ورفاهيته.

وتؤكد ذلك منظمة الصحة العالمية والتي أشارت إلى تزايد الاضطرابات النفسية الشائعة في جميع أنحاء العالم وعلى وجه التحديد عند الأفراد الذين يعانون من الاكتئاب والقلق والضغط أو كلاهما معا من (416)، إلى (615)، مليون وذلك ما بين عامي (1990-2013)، أي أن الزيادة بلغت

(50%)، تقريباً. وقد قدرت دراسات العبء العالمي للمرض لعام 2019، بأن اضطرابات الاكتئاب والقلق وبعدها من الأسباب الرئيسة للعجز على مستوى العالم حيث احتلوا المرتبة 13، 24 من بين جميع أسباب العجز، كما أكدت دراسة (Martsenkovskiy et al., 2024) والتي هدفت إلى تقدير المستوى المبلغ عنه ذاتياً لأعراض اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والقلق والاكتئاب والأعراض المرتبطة بالضغط وارتباطها بمستوى المساندة الاجتماعية أظهرت النتائج: أن هناك علاقة عكسية بين مستوى المساندة الاجتماعية واضطرابات الصدمة والقلق والاكتئاب (Vos et al., 2020)

ويرى الباحثان ومن خلال التدخلات النفسية التي يقدمانها للنازحين أن قضية النازحين في قطاع غزة تعد من أعقد الازمات الإنسانية في التاريخ الحديث حيث شهد قطاع غزة منذ أكتوبر 2023 موجات نزوح ضخمة غير مسبقة طالت أكثر من 95% من سكان القطاع حيث أصبح النزوح في غزة أمر متكرر حتى اننا يمكن أن نسميه النزوح غير المستقر أو المؤقت ليس بسبب العودة للبيت ولكن بسبب الخطر القائم للتعرض لنزوح آخر في حتى أصبح النزوح في قطاع غزة ليس مجرد انتقال من مكان إلى آخر دراسة عن الأمن والأمان بل استحالة إلى رحلة من الصراع اليومي من أجل المحافظة على الحياة لا سيما القصف والتدمير المستمر وعدم وجود أماكن آمنة أو ممرات آمنة حيث تجاوزت هذه الازمة مفهوم النزوح التقليدي فقد جسدت نزوح متكرر تحت وطأت القصف والحصار وتدمير البيوت على ساكنيها وقصف مراكز الإيواء والمساجد والمخيمات العشوائية والتي افتقرت إلى أدنى مقومات الحياة البشرية من مياه وغذاء ورعاية صحية.

الضغط النفسي أول هذه الاضطرابات كونه يشكل عامل خطر على الفرد من خلال استنزاف قوته العقلية والنفسية ويسبب القلق المستمر ويضعف التركيز ولا يقتصر على أعراضه فقط بل يضاعف ويزيد من حدة الاكتئاب فقد أظهرت العديد من الدراسات التي تناولت الضغط النفسي كعامل تنبؤ مهم للاكتئاب ومنها (Hai et al., 2022; Xi et al., 2022) أن الأفراد الذين يعانون من إجهاد نفسي لفترة طويلة هم أكثر عرضة للدخول في حالات غير متوازنة عقلياً وجسدياً، مثل التجارب العاطفية السلبية والتي بدورها تؤدي إلى الاكتئاب (Zhang et al., 2025)

وعليه يؤكد الباحثان أن الاضطرابات النفسية المتداخلة الناتجة عن الصدمات والبيئات الطارئة لا تنعكس على الفرد بشكل معزول؛ بل تمتد آثارها لتشمل تحديات بنوية وسلوكية أعمق تعيق قدرة المجتمع بكافة فئاته على التكيف والتعافي.

كما يوصف الاكتئاب أنه اضطراب متعدد الأوجه يتضمن مظاهر اليأس وفقدان القيم الشخصية ويؤثر على الأداء الاجتماعي والأكاديمي والمهني والقلق هو خوف غير مبرر وغير منطقي يتعلق بموضوع ما كما أن القلق يرتبط الميول الاكتئابية ويتضمن عدد من الأعراض النفسية والجسدية بالإضافة إلى العديد من المشكلات النفسية كما الضغوط النفسية والتي تشكل تحدياً لرفاهية الفرد عندما يفشل في التكيف مع متطلبات البيئة المحيطة متسبباً في اضطراب نفسي جسدي متنوع (Bond & Wickham, 2023)

كما ويعتبر الاكتئاب اضطراب المزاج الرئيسية التي تتجلى بشعور مستمر بحالة من الحزن وضعف في الإدراك وفقدان الاهتمام ويؤثر بشكل كبير على أداء الفرد البيولوجي والاجتماعي ويتضمن حزن شديد وألم قوي مع مرور الوقت ويشمل عدم قدرة على الشعور بالمتعة اليومية واضرابات نفسية وحركية كما يشمل تغيرات في أنماط الأكل والنوم وصعوبات في التركيز حتى يمكن أن يصل بالفرد إلى الميول الانتحارية (Dobrek & Głowacka, 2023) فهو مرض نفسي شائع في المجتمعات يظهر نتيجة الأزمات الصادمة تجعل أفراد المجتمع معرضين للمشكلات النفسية بنفس المستوى على حد سواء لا سيما في المجتمعات المترابطة ويعد ثاني اضطراب سيكولوجي انتشاراً بعد القلق، ونسبة المعاناة تصل إلى فرد واحد من كل عشرة فرداً سنوياً، وأكدت العديد من الدراسات أن النساء أكثر عرضة للاكتئاب من الرجال بثلاثة أضعاف، وهذا في مختلف المجتمعات (Koolhaas et al., 2011a)

ويعود الدور الأكبر والهام في حدوث القلق للبيئة التي يعيش فيها الفرد، بما تحتويه من تهديد، وإحباط، وتناقضات، وانعدام الفرص، لتحقيق الذات وكثرة الضغوط، حيث يعتري الفرد خوفاً من المستقبل، فالفرد يسعى لتحقيق ذاته، مما يؤثر ذلك على درجة التوافق لديه (Eysenck et al., 2006)

وعند الحديث عن القلق فهو يعد من المفاهيم التي لها علاقة قوية، بكل من الاضطرابات النفسية ويعتبر القلق من المستقبل قلقاً نوعياً، والقلق يعتبر المادة الأساسية التي تتشكل منها، جميع الأمراض النفسية كون وجوده ينبأ بوجود تهديد مستقبلي خطير متوقع الحدث، فالقلق يعتبر إدراك أكثر منه خوفاً، وبذلك يعتبر القلق خوفاً مستقبلياً وبناءاً عليه، يصبح القلق عبارة عن حالة انفعالية غير سارة، يتنبأ بوجودها التهديد وترتبط بمشاعر الضغوط والخوف والتوقع، وهنا لا يخلو القلق من الجانب المفيد أو الطيب، حيث من الممكن أن يؤدي القلق إلى التفوق والنجاح والانجاز، ويهيئ الفرد للتوافق مع بيئته (Hossam El-Din Azab, 2013)

وفي النهاية يعد مقياس الاكتئاب والقلق والضغط (DASS-21)، أحد أبرز مقاييس الإبلاغ الذاتي والمستخدم على نطاق واسع عبر الثقافات المختلفة (Peters et al., 2021) وقد قام (Henry & Crawford, 2005) باختصار المقياس في 21 فقرة من النسخة الأصلية المتمثلة في 41 فقرة (DASS-41)، تم تطويره للحصول على مبانى الاكتئاب والقلق والاجهاد واعتمد بناءه بشكل كبير وفقاً للأدلة القوية على موثوقية وصحة الدرجات المستخلصة من (DASS-41)، (Antony et al., 1998; Szabó, 2010) وبمقارنته أظهرت النسخة المختصرة

(DASS-21)، بأنها أكثر قوة في تقييم الاكتئاب والقلق والضغوط وأكثر تمييزاً لأعراض هذه الاضطرابات في عينات سريرية وغير سريرية (Antony et al., 1998)

وتشير العديد من الدراسات الى وجود مستويات مختلفة من انتشار الاضطرابات النفسية ومنها:

و**دراسة دراسة (Thapa & Hauff, 2005a)** في الضائقة النفسية بين النازحين أثناء النزاع المسلح في نيبال حيث هدفت الدراسة الى اجراء تقييماً شاملاً للتجارب الصادمة، وأعراض الضيق النفسي، والعوامل المرتبطة به بشكل مستقل بين النازحين داخلياً في نيبال. أجريت دراسة استقصائية مقطعية شملت 290 نازحاً داخلياً في نيبال خلال شهري يونيو ويوليو 2003. استخدمنا قائمة هوبكنز لأعراض الاكتئاب والقلق (HSCL-25)، وقائمة اضطراب ما بعد الصدمة (PCL-C) لتقييم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة. أبلغ معظم المشاركين عن تعرضهم لصدمة نفسية، وظهرت أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى 53.4% منهم. وبلغت نسبة أعراض القلق والاكتئاب 80.7% و80.3% على التوالي. ومن العوامل المرتبطة بشكل مستقل بأعراض القلق: الأمية والشعور باليأس عند الوصول إلى مكان جديد. وارتبطت أعراض الاكتئاب بالجنس الأنثوي، والفئة العمرية من 41 إلى 50 عاماً، والشعور باليأس عند الوصول إلى مكان جديد.

كما **فحصت دراسة (Hamid & Musa, 2010)** آثار نزاع دارفور على الصحة النفسية وتحديد مستوى الاضطرابات النفسية ومعرفة الفروق في مستوى تلك الاضطرابات وفقاً لبعض المتغيرات ومنها الجنس (ذكور إناث)، وتكونت عينة الدراسة من 430 نازحاً داخلياً من ثلاث مخيمات تقع حول مدينتي فاشر ونيالا. استخدمت تقنية المعاينة العشوائية الطبقية لاختيار المشاركين استخدمت قائمة فحص اضطراب ما بعد الصدمة النفسية واستبيان الصحة العامة (GHQ-28)، بالإضافة إلى استبيان لقياس المتغيرات الديموغرافية وظروف المعيشة ظهرت النتائج ارتفاعاً في معدل عدم الرضا (72%) عن ظروف المعيشة بين النازحين داخلياً، بالإضافة إلى ارتفاع معدل انتشار اضطراب ما بعد الصدمة النفسية (54%) والضعف النفسي العام (70%). كما أظهرت الإناث أعراضاً جسدية أكثر من الذكور.

كما **سعت دراسة (Abdul Karim Jaradat, 2012)** للتعرف على مستوى الاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة اليرموك، والتعرف إذا ما كان هناك فروق في مستوى الاكتئاب وفقاً لبعض المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (677)، من الذكور والإناث، من طلبة جامعة اليرموك. وأشارت النتائج إلى أن نسبة انتشار الاكتئاب بين أفراد العينة بلغت 13.3%. وتبين أن نسبة انتشاره بين الذكور أعلى من الإناث ولم تظهر فروق في نسب انتشار الاكتئاب وفقاً للعمر.

حيث **فحصت دراسة (Asif et al., 2020)** مستوى الاضطرابات النفسية الشائعة لدى طلبة الجامعات في سيالكوت، وذلك باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة واستخدمت الدراسة مقياس DASS-21 (الاكتئاب والقلق والضغوط) على عينة قوامها (500)، طالب وطالبة جامعية وأظهرت بلغ متوسط الاكتئاب والقلق والضغوط 15.08 و18.24 و19.02 على التوالي. وبلغت نسبة انتشار الاكتئاب والقلق والضغوط بين طلاب الجامعة 75% و88.4% و84.4% على التوالي. أظهرت نتائج الدراسة أن معدل انتشار الاكتئاب يتراوح بين الطبيعي (25%)، والخفيف (16%)، والمتوسط (35.8%)، والشديد (14.6%)، والشديد للغاية (8.6%). أما معدل انتشار القلق، فقد تراوح بين الطبيعي (11.6%)، والخفيف (4.4%)، والمتوسط (19.4%)، والشديد (17.8%)، والشديد للغاية (46.8%). وبالنسبة للتوتر، فقد تراوح بين الطبيعي (15.6%)، والخفيف (33.8%)، والمتوسط (35.4%)، والشديد (13.2%)، والشديد للغاية (2.8%).

ونجد **الدراسات في البيئة العربية ومنها دراسة (Manal Al-Tayeb Saboun, 2024)** والتي هدفت إلى قياس مستوى الضغط النفسي والاكتئاب والقلق لدى النازحين خلال حرب السودان عام 2024. استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، من خلال النسخة العربية من مقياس DASS-21، واستمارة البيانات الأولية. تألفت عينة الدراسة من 511 نازحاً في مراكز الإيواء بولاية الجزيرة وسنار، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. أظهرت أن مستوى الاكتئاب 2024 كان مرتفعاً، بينما كان مستوى الضغط النفسي متوسطاً، ومستوى القلق منخفضاً.

كما **فحصت دراسة (Albelbeisi et al., 2025)** تقييم انتشار الاكتئاب والقلق والضغوط، وتحليل العوامل المحتملة المرتبطة بها بين النازحين داخلياً في قطاع غزة. استخدمت الدراسة الوصفية المقطعية استبياناً منظماً يُعبأ ذاتياً لجمع البيانات من النازحين داخلياً الذين تبلغ أعمارهم 18 عاماً فأكثر في دير البلح وجنوب غزة في الفترة ما بين 15 يونيو و15 أغسطس 2024. واستخدمت النسخة العربية من مقياس الاكتئاب والقلق والضغوط (21 بنذاً) لتقييم شدة أعراض الاكتئاب والقلق والضغوط خلال أسبوع واحد قبل إجراء الاستبيان. وأسفرت النتائج أن نسبة انتشار الاكتئاب والقلق والضغوط 99.5% و99.7% و93.7% على التوالي. كان المشاركون الذين تزيد أعمارهم عن 40 عاماً أكثر عرضة للإصابة باضطرابات الصحة النفسية ($P < 0.05$). أجبرت غالبية المشاركين (89.8%) على تغيير مساكنهم مرتين على الأقل. كما كان أولئك الذين نزحوا قسراً لأكثر من أربع مرات أكثر عرضة للإصابة باضطرابات الصحة النفسية ($P < 0.05$).

1.1. مشكلة الدراسة

يشهد الواقع الفلسطيني منذ تلك اللحظة تصعيدا عسكريا هو الأعنف في التاريخ الحديث والذي أدى الى موجات نزوح قسري شملت كافة فئات المجتمع الغزي والتي جعلتهم في ظروف قاسية لا تقتصر على الجانب المادي والجسدي بل امتدت لتضرب عمق النفس البشرية فقد وجد هؤلاء أنفسهم مجردين من ممتلكاتهم وبيوتهم فاقدين الأمن والأمان معرضين لخطر الموت المحقق في أي لحظة لا سيما انعدام الأفق السياسي.

وأكدت العديد من الدراسات عن الألم الناتج عن حالة النزوح فقد أشارت دراسة (Steel et al., 2009) أن عملية النزوح المؤلمة تؤدي الى آثار نفسية سلبية على الأفراد النازحين كالاضطرابات النفسية الحادة من اكتئاب وقلق وضغوط نفسية وان هذه الآثار يمكن ان تتفاقم مع مرور الوقت إذا لم تجد التدخلات النفسية المناسبة وتحديد مدى انتشارها لإجراء تدخلات نفسية ناجحة تعمل على التخفيف من حدتها والتي بدونها سوف تتفاقم وتؤثر على قدرة الافراد على التكيف في حياة النزوح. ويؤكد على ذلك ما ورد في دراسة (Banford Witting et al., 2020) والتي أظهرت ارتباط التعرض العالي للأحداث الصادمة بشكل كبير مزيدا من المشكلات المتعلقة بالاحتياجات المادية غير الملباة وإجهاد اقتصادي أكبر وضائقة نفسية تؤثر بشكل قوي على مستوى الرفاه النفسي لدى الأفراد.

حيث يعيش السكان في قطاع غزة منذ السابع من أكتوبر 2023 نكبة لم يشهدها التاريخ المعاصر وتعد الإضرابات النفسية (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، من أشد الاضطرابات النفسية خطورة لذلك يعتبر التعرف إلى مستوى هذه الاضطرابات من أهم وسائل تقويم الصحة النفسية فهناك حاجة ملحة لتوثيق مستوى هذه الاضطرابات (الاكتئاب، القلق، والضغوط النفسية)، بشكل علمي دقيق لدى أفراد عينة الدراسة، للوقوف على حجم الكارثة النفسية وتحديد أولويات التدخل الإكلينيكي والاجتماعي.

ويؤكد على ذلك ما ورد في دراسة (Lambert & Witting (2022) والتي أظهرت ارتباط التعرض العالي للصدمات بشكل كبير مزيدا من المشكلات المتعلقة بالاحتياجات المادية غير الملباة وإجهاد اقتصادي أكبر وضائقة نفسية تؤثر بشكل قوي على مستوى الرفاه النفسي لدى النازحين قسرا وفي دراسة لمركز شؤون المرأة غزة (2021): أظهرت النتائج وجود أثر نفسي للعدوان بمتوسط عام (54%) على مستوى الرفاه النفسي. لذا ارتأى الباحثان القيام بهذه الدراسة والتي تحاول اظهار مستوى الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعا في محافظات غزة. وفي ضوء ذلك نطرح السؤال الرئيس التالي:

ما مستوى الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، لدى عينة من النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023؟

ويتفرع منه الأسئلة التالية:

1. ما شدة أعراض الاكتئاب، القلق، الضغوط لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023؟
2. هل توجد فروق في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تبعا لمتغير الجنس (ذكر/أنثى)؟
3. هل توجد فروق في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تبعا لمتغير الفقدان (فقدان قريب من الدرجة الأولى/ من الأقارب)؟
4. هل توجد فروق في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تبعا لمتغير العمر؟

3.1. أهداف الدراسة:

1. معرفة مدى انتشار أعراض الاكتئاب، القلق، الضغوط لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023؟
2. معرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تعزى لمتغير الجنس (ذكر/أنثى)؟
3. معرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تعزى لمتغير الفقدان (فقدان قريب من الدرجة الأولى/ من الأقارب)؟
4. معرفة فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تعزى لمتغير العمر؟

4.1. أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

تعد هذه الدراسة من الموضوعات الهامة الواجب تناولها بالدراسة والدراسة لما لها من فائدة في تحديد مسارات التدخلات النفسية فهي تعتبر دليل نظري يعينهم على ذلك، من خلال القاء الضوء على الجانب النفسي للنازحين وتعتبر أيضا إضافة جديدة للتراث السيكلوجي، واثراء المعرفة، حيث تفيد الكثير من المهتمين لأنها تتعرض لفئة مهمة في المجتمع لا سيما في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة ونتيجة للحصار وذلك من خلال اثناء المعلومات الخاصة بمستوى أهم الإضرابات النفسية الشائعة.

الأهمية التطبيقية:

تفيد هذه الدراسة العاملين في المجال النفسي وغيرها من خلال معرفة مستوى اضطرابات النفسية الشائعة وعمل التدخلات النفسية المناسبة من دعم نفسي واجتماعي وجلسات ارشاد نفسي كونهم تعرضوا للظروف الاجتماعية والاقتصادية الصعبة كما تتمثل الأهمية التطبيقية في توفير بيانات ونتائج وتفسيرات وتوصيات أعضاها الباحثان وقابلة للتطبيق تساعد المؤسسات العاملة في القطاع النفسي والصحي والمنظمات الإنسانية والمجتمع المحلي في تنفيذ برامج مموله مخصصة لخدمة النازحين النفسية.

5.1. مصطلحات الدراسة

1- **الاكتئاب Depression**: وفقا لجمعية الطب النفسي الأمريكية American Psychiatric Association يعرف الاكتئاب على أنه مشاعر من الحزن وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كان الفرد يتمتع بها بالسابق والتي يمكن أن تؤدي إلى مجموعة من المشاكل العاطفية والجسدية، ويمكن أن تقلل من مقدرة الفرد على أداء أعماله المهنية أو المنزلية ولتشخيص ذلك يتطلب ان تستمر الاعراض لمدة أسبوعين على الأقل (Ifdil et al., 2022) وتشتمل اعراض الاكتئاب على الحالة المزاجية الحزينة أو الفارغة الى جانب التغيرات المعرفية والجسدية والتي تؤثر على أداء الفرد (O'Neill & Soroohan, 2014) ويعرفه الباحثان اجرائيا بأنه الشعور بالحزن وفقدان المتعة وتغيرات في الشهية وصعوبات الأكل والنوم والشهوان بالإجهاد المستمر والخمول وفقدان الطاقة وانخفاض مستوى احترام الذات ويقاس بواسطة الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس الفرعي للاكتئاب في مقياس DASS-21.

2- **القلق Anxiety**: ويعرف القلق بأنه الخوف أو كرب شديد وقد تشير اعراض القلق الى ردود فعل عاطفية وسلوكية مفرطة مرتبطة بالقلق والانماط المعرفية ذات الصلة (Areas et al., 2023) ويعرفها الباحثان اجرائيا بأنه الشعور بالخوف وعدم الارتياح والضغط وصعوبة في التركيز والشعور بسرعة في نبضات القلب والارتعاش أو التعرق أو دوار أو غثيان لمدة أسبوعين على الأقل ويقاس بواسطة الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس الفرعي للقلق في مقياس DASS-21.

3- **الضغط النفسي-الضغوط Stress**: وتعرف الضغوط أو الضغوط بأنها عامل جسدي أو عقلي أو عاطفي يتسبب في احداث توترا جسديا او عقليا (Koolhaas et al., 2011b) ويعرفه الباحثان اجرائيا على أنه حالة من عدم التوازن النفسي لمطالب البيئة الخارجية والخوف وانخفاض المقدرة على التكيف وردود الفعل المبالغ فيه وسهولة الاستثارة الذهنية وصعوبة السيطرة على الانفعالات وصعوبة الاسترخاء الذهني وانخفاض القدرة على التحمل ويقاس بواسطة الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس الفرعي للضغط/ الضغوط في مقياس DASS-21.

4- **ويعرف الباحثان النزوح**: على انه الترك القسري لمكان الإقامة المنزل والحي السكني والمدينة والانتقال الى مناطق أخرى داخل حدود قطاع غزة نتيجة النزاع العسكري او صدور ام اخلاء عسكري او تدمير المساكن دون عبور الحدود والتجمع في مخيمات غربي محافظات غزة وليس بالضرورة أنها أماكن آمنة.

6.1. حدود الدراسة

الحد الموضوعي: يتمثل الحد الموضوعي في تحديد مستوى الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط)، لدى عينة من النازحين.

الحد المكاني: تم تطبيق أداة هذه الدراسة في فلسطين على النازحين قسرا في مخيمات نزوح متمركز في جنوب ووسط وشمال قطاع غزة.

الحد الزمني: 2026/02/25

2. الطريقة والأدوات

1.2 منهج الدراسة:

اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، وهو المنهج الذي يسعى لوصف ظاهرة مستويات الاضطرابات النفسية (الاكتئاب، والقلق، والضغط) كما هي في الواقع لدى النازحين الفلسطينيين، ومن ثم تحليل هذه البيانات وتفسيرها للوصول إلى استنتاجات دقيقة حول طبيعة تلك الاضطرابات الحالية.

2.2 مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 في محافظات قطاع غزة.

3.2 عينة الدراسة:

اشتملت الدراسة على عينة متاحة قوامها (378)، من الافراد النازحين في المحافظات الجنوبية ومنها مخيمات النزوح في محافظة غرب محافظة رفح، مخيمات النزوح غرب محافظة خان يونس، مخيمات النزوح غرب المحافظة الوسطى، مخيمات النزوح غرب وشمال محافظتي غزة والشمال والذين يتراوح اعمارهم ما بين (18-50 فأكثر) عام.

جدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس

المتغير	العدد	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكر	47.6
	أنثى	52.4
	Total	100.0
العمر	18-30 سنة	52.6
	31-40 سنة	24.9
	41-50 سنة	13.2
	أكثر من 50 سنة	9.3
	Total	100.0
النزوح	مرة واحدة	15.6
	نزوح متعدد	84.4
	Total	100.0
الفقد	من الأقارب	69.3
	من الدرجة الأولى	30.7
	Total	100.0

4.2 أدوات الدراسة:

مقياس الاكتئاب والقلق والضغط: **Depression, Anxiety, and Stress scale (DASS-21)** وهي الأداة الرئيسية في الدراسة الحالية، حيث تم تطبيقها على العينة بعد ترجمتها إلى العربية وتكييفها لتلائم المجتمع الفلسطيني، وهي عبارة عن إصدار مختصر يتكون من (21) فقرة اشتقت من الصورة الكاملة التي تم اقتراحها من قبل Lovibond, (1995) بجامعة نيو ساوث ويلز بأستراليا، والتي تضم (42) فقرة للتقرير الذاتي لقياس الاكتئاب والقلق والضغط. وتوزع فقرات المقياس المختصر على ثلاثة مقاييس فرعية تتألف من (7) فقرات لكل فرع كما يلي:

أ- مقياس الاكتئاب: يضم الفقرات (3، 5، 10، 13، 16، 17، 21)، لتقييم اضطراب المزاج، وفقدان الأمل والشعور باليأس، وانخفاض قيمة الحياة، واحتقار الذات، وفقدان الاهتمام أو المشاركة، وعدم الاستمتاع، والعجز، والكسل والخمول.

ب- مقياس القلق: يضم الفقرات (2، 4، 7، 9، 15، 19، 20)، لتقييم الاستثارة الذاتية، والقلق الموقفي، والتأثير الجسمي الحركي، وتأثير التجارب الشخصية في حالة القلق.

ج- مقياس الضغوط: يضم الفقرات (1، 6، 8، 11، 12، 14، 18)، لتقييم الحساسية للاستثارة العصبية غير محددة، وصعوبة الاسترخاء، والاستثارة العصبية والتهيج، والقابلية للاستثارة والتهيج والإفراط في رد الفعل، ونفاذ الصبر.

ويتم الإجابة على البنود بطريقة ليكرت على مقياس رباعي النقاط يعبر عن مدى انطباق الشعور خلال الأسبوع الماضي كما يلي: (0) لا تنطبق تماماً، (1) تنطبق أحياناً، (2) تنطبق بدرجة كبيرة، (3) تنطبق تماماً. بحيث يمكن الحصول على درجة لكل من المقاييس الفرعية الثلاث، كما يمكن الحصول على درجة كلية إجمالية.

صدق المقياس:

وهنا يرى الباحثان من استخدام الصدق قدرته على قياس ما وضع لقياسه وقد تم التحقق من الصدق في الدراسة الحالية من خلال الإجراءات التالية:

ب- صدق الاتساق الداخلي: (Internal Consistency Validity)

للتحقق من مدى ترابط فقرات المقياس، تم تطبيق المقياس على عينة من (40)، فرداً من مجتمع الدراسة. واستخدم البرنامج الإحصائي (SPSS) لحساب معامل ارتباط بيرسون في المستويين التاليين: الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية، والارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول رقم (2) معامل الارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد والمقياس

رقم الفقرة	البعد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	Sig.	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للبعد	Sig.
3	الاكتئاب	.483**	0.002	.623**	0.000
5		.561**	0.000	.591**	0.000
10		.638**	0.000	.688**	0.000
13		.391*	0.013	.480**	0.002
16		.428**	0.006	.596**	0.000
17		.520**	0.001	.700**	0.000
21		.676**	0.000	.686**	0.000
2	القلق	.572**	0.000	.643**	0.000
4		.745**	0.000	.813**	0.000
7		.699**	0.000	.761**	0.000
9		.408**	0.009	.625**	0.000
15		.626**	0.000	.705**	0.000
19		.656**	0.000	.740**	0.000
20		.585**	0.000	.599**	0.000
1	الضغوط	.452**	0.003	.631**	0.000
6		.577**	0.000	.644**	0.000
8		.498**	0.001	.603**	0.000
11		.661**	0.000	.593**	0.000
12		.508**	0.001	.699**	0.000
14		.529**	0.000	.680**	0.000
18		.638**	0.000	.566**	0.000

يبين الجدول رقم (2) ارتباط الفقرات مع الأبعاد (الاكتئاب، والقلق، والضغط) والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه هي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وبناءً على هذه النتائج، تُعتبر جميع فقرات المقياس الـ (21) صادقة ومتراصة، وتمتلك قدرة عالية على قياس المتغير النفسي الذي وُضعت لأجله لدى عينة النازحين.

الصدق البنائي للمقياس (Construct Validity)

للتأكد من الصدق البنائي للأداة، قام الباحثان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية (Total Score)، وذلك للتحقق من مدى مساهمة كل اضطراب فرعي في تمثيل الحالة النفسية العامة للمستجيب.

جدول رقم (3): الصدق البنائي لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، والقلق، والضغط)

الأبعاد	قيمة الدلالة sig	مستوى الدلالة
الاكتئاب	52.8**	0.000
القلق	64.8**	0.000
الضغط	3.81*	0.000

توضح النتائج في الجدول (3) أن جميع الأبعاد مرتبطة ارتباطاً وثيقاً ومنسجماً مع المقياس ككل، مما يؤكد تماسك البناء النظري للأداة في قياس الاضطرابات النفسية الشائعة لدى عينة الدراسة.

6- ثبات المقياس Reliability:

أ- طريقة التجزئة النصفية: Split-Half Coefficient

استخدم الباحثان طريقة التجزئة النصفية لقياس الثبات حيث تم تجزئة المقياس إلى قسمين (فقرات فردية، فقرات زوجية)، ومن ثم حساب معامل ارتباط الفقرات الفردية والزوجية، ثم التصحيح بمعادلة جثمان والحصول على النتائج في الجدول التالي:

جدول (4) معاملات الارتباط بين نصفي كل بعد والمقياس ككل قبل التعديل ومعامل الثبات بعد التعديل

البعد	عدد الفقرات	معامل الثبات قبل التعديل	معامل الثبات بعد التعديل
الاكتئاب	7	0.777	0.781
القلق	7	0.842	0.859
الضغط	7	0.732	0.741
الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة	21	0.889	0.891

يتضح من جدول السابق (4) أن معامل الثبات (0.891)، وهذا مؤشر على ثبات أداة الدراسة.

ب- طريقة ألفا كرونباخ:

استخدم الباحثان طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي طريقة كرونباخ ألفا، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاداة، حيث حصل على قيمة معامل ألفا لكل بعد من أبعاد الأداة وكذلك للأداة ككل والجدول رقم (5) يوضح ذلك:

جدول (5) يوضح معاملات كرونباخ ألفا لكل بعد من أبعاد الأداة وكذلك للأداة ككل

البعد	عدد الفقرات	معامل كرونباخ ألفا
الاكتئاب	7	0.729
القلق	7	0.826
الضغوط	7	0.733
الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة	21	0.896

يتضح من جدول السابق (5) أن معامل الثبات (0.896)، وهذا مؤشر على ثبات أداة الدراسة.

نتائج الدراسة

قام الباحثان بعرض نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال تحليل بيانات مقياس الاضطرابات النفسية الشائعة وأبعادها (الاكتئاب، القلق، الضغوط). وتهدف هذه النتائج إلى التعرف على مستويات هذه المتغيرات لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023، والكشف عن العلاقات والفروق في المتغيرات الديمغرافية بينها. وقد تم إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، للحصول على النتائج التي سيتم عرضها وتحليلها ومناقشتها في هذا الفصل.

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها

"ما شدة أعراض الاكتئاب، القلق، الضغوط لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023؟"

تم استخدام المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري والاوزان النسبية لكل من أبعاد مقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط) والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول رقم (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة وأبعادها (الاكتئاب، القلق، الضغوط) وترتيبها

م	البعد	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	الاكتئاب	15.278	4.815	72.75	2
2	القلق	14.772	5.241	70.35	3
3	الضغوط	16.304	3.905	77.64	1
	الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة	46.354	11.855	73.58	

يتضح من الجدول (6) أن بُعد "الضغوط" حصل على المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (16.304) ووزن نسبي (77.64%). تلاه في المرتبة الثانية بُعد "الاكتئاب" بمتوسط حسابي (15.278) ووزن نسبي (72.75%). بينما جاء بُعد "القلق" في المرتبة الثالثة والأخيرة بمتوسط حسابي (14.772) ووزن نسبي (70.35%). أما الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة فقد حصلت على متوسط حسابي عام (46.354) ووزن نسبي (73.58%).

هذه النتائج تتفق مع ما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة حول ارتفاع مستوى الإضرابات النفسية ومنها دراسة (Thapa & Hauff, 2005b) والتي بلغت نسبة أعراض القلق والاكتئاب 80.7% و80.3% على التوالي ودراسة (Asif et al., 2020) التي أظهرت متوسط الاكتئاب والقلق والضغوط 15.08 و18.24 و19.02 على التوالي. وبلغت نسبة انتشار الاكتئاب والقلق والضغوط بين طلاب الجامعة 75% و88.4% و84.4% على التوالي.

ويؤكد على ذلك ما ورد في مقدمة الدراسة حول ارتفاع مستوى الإضرابات النفسية نتيجة الحروب بسبب التعرض لأطلاق الرصاص وقصف البيوت وقتل الأمنيين والأماكن الخاصة والعامة، واستنشاق الغاز واصابة الأطفال واستشهادهم ومشاهدة المصابين والشهداء، والتي تجعل الأفراد عرضة للمعاناة والخبرات النفسية الصادمة وظهور الاضطرابات النفسية والتي يستجيب لها بالخوف الشديد والرعب مصحوبة بانطباعات حسية شديدة قد تلتصق بالذاكرة للأبد (Mohammed Al-Masri, 2025)

يفسر الباحثان تلك النتائج في المجتمع النازح وهنا يجوز تسميته بالمجتمع النازح بسبب معاناته المستمرة من النزوح والتي جعلته عرضة للمعاناة اليومية وأدخلته في حالة من الإنهاك النفسي الشامل تجاوز فيها حدود الأعراض الطارئة لما نسميه الأعراض أو الاضطرابات النفسية الشائعة والتي أظهرت النتائج ذلك ارتفاع مستواها المخيف مما يعني أن الأغلبية العظمى من النازحين يعانون من أعراض سريرية واضحة تؤثر على جودة حياتهم وقدرتهم على اتخاذ القرار.

ومن خلال النتائج الإحصائية الظاهرة والتي تتم عن واقع نفسي مؤلم يعيشه النازحين في قطاع غزة حيث حصلت الضغوط النفسية على المرتبة الأولى وهي نتيجة منطقية في سياق النزوح المتكرر في ظل انعدام الأفق من الحالة التي يعيشها النازحين فالضغوط مجرد شعور عابر بل هي ضغوط تكيفية وقهرية متجددة باستمرار مع كل قصف ونزوح جديد حيث تعكس هذه النتيجة عجز الأفراد النازحين عن مواجهة المتطلبات اليومية الهائلة (نقص الغذاء، الماء، الأمان، وفقدان الخصوصية في مراكز الإيواء). ويؤكد تلك النتيجة الخاصة بالضغوط النفسية ما ورد في مقدمة الدراسة أن الضغط النفسي أول هذه الاضطرابات كونه يشكل عامل خطر على الفرد من خلال استنزاف قوته العقلية والنفسية ويسبب القلق المستمر ويضعف التركيز ولا يقتصر على أعراضه فقط بل يضاعف ويزيد من حدة الاكتئاب فقد أظهرت العديد من الدراسات التي تناولت الضغط النفسي كعامل تنبؤ مهم للاكتئاب ومنها (Hai et al., 2022; Xi et al., 2022) أن الأفراد الذين يعانون من إجهاد نفسي لفترة طويلة هم أكثر عرضة للدخول في حالات غير متوازنة عقليًا وجسديًا، مثل التجارب العاطفية السلبية والتي بدورها تؤدي إلى الاكتئاب (Zhang et al., 2025)

كما ويفسر الباحثان الوزن المرتفع للاكتئاب ليعبر عن حالة الفقد واليأس وفقدان الأمل في المستقبل وانعدام القيمة والحزن العميق على فقدان المنازل أو الأحبة أو نمط الحياة السابق كما يرى الباحثان أن هذه النتيجة تشير إلى خطر تحول الحزن الطبيعي إلى اكتئاب مرضي بعد مروره بمراحل الحزن المختلفة إذا لم يجد تدخلا نفسيا عاجلا. وعلى الرغم أن نسبة القلق هي الثالثة إلا أنها لا تزال مرتفعة جداً فالقلق هنا يرتبط ب عدم اليقين والخوف المستمر من المجهول، سواء كان ذلك الخوف من القصف، أو القلق على مصير أفراد الأسرة.

الإجابة عن السؤال الثاني ومناقشتها

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تبعا لمتغير الجنس (ذكر/أنثى)؟

استخدم الباحثان اختبار "ت (T-test)" للعينات المستقلة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات (ذكر/أنثى)، ويوضح ذلك جدول رقم (7).

جدول (7). المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)، ومستوى للمقياس تبعا للجنس

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الاكتئاب	ذكر	180	15.333	4.863	0.214	0.831	غير إحصائياً
	أنثى	198	15.227	4.783			
القلق	ذكر	180	14.439	5.434	1.180	0.239	غير إحصائياً
	أنثى	198	15.076	5.054			

الضغوط	ذكر	18	16.40	4.07	0.454	0.65	غير دالة إحصائياً
		0	0	8		0	
	أنثى	19	16.21	3.75			
		8	7	0			
الدرجة الكلية للاضطرابات النفسية الشائعة	ذكر	18	46.17	12.6	0.285	0.77	غير دالة إحصائياً
		0	2	08		6	
	أنثى	19	46.52	11.1			
		8	0	56			

من خلال الجدول السابق (7) يرى الباحثان عدم وجود فروق ذات دلالة عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطات درجات الذكور والإناث في مقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط)؛ حيث كانت جميع قيم الدلالة (Sig) أكبر من (0.05).

اختلفت نتائج هذه الدراسة مع الدراسات السابقة حيث أظهرت دراسة (Thapa & Hauff, 2005a) ارتباط أعراض الاكتئاب بالجنس الأنثوي، والفئة العمرية من 41 إلى 50 عاماً، والشعور باليأس عند الوصول إلى مكان جديد.

وتأتي هذه النتيجة خلافاً لما ورد في مقدمة الدراسة حول الفروق في تعرض النوع الاجتماعي للاضطرابات النفسية حيث أكدت العديد من الدراسات أن النساء أكثر عرضة للاكتئاب من الرجال بثلاثة أضعاف، وهذا في مختلف المجتمعات (Michel Hansenne, 2013: 285)

يفسر الباحثان عدم وجود فروق بين الذكور والإناث إلى أن الاضطرابات النفسية الناجمة عن الحرب كانت عابرة للنوع الاجتماعي، حيث فرضت ظروف الحرب والنزوح القهرية واقعاً مأساوياً متساوياً في شدته وتأثيره. إن غياب الفروق الإحصائية يؤكد أن حجم الكارثة الإنسانية قد تجاوز الخصائص الفردية والجنسية، مما جعل المجتمع النازح بكافة أطيافه يعاني من استجابات انفعالية متماثلة تجاه صدمات غير مسبقة.

يؤكد على ذلك ما ورد في مقدمة الدراسة حول انتشار أعراض الاكتئاب بين جميع الأفراد حيث تمثل مشكلة الصحة العقلية للأفراد بغض النظر عن النوع الاجتماعي مشكلة عالمية تغطي جميع الفئات والمجتمعات المتقدمة والغير متقدمة، الحديثة والغير حديثة (Richardson et al., 2025)

الإجابة على السؤال الثالث:

هل توجد فروق في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تعزى لمتغير الفقدان (فقدان قريب من الدرجة الأولى/ من الأقارب)؟

استخدم الباحثان اختبار (ت)، للعينات المستقلة والكشف عن الفروق بين المتوسطات في درجات الفقدان (الدرجة الأولى، الأقارب)، والجدول التالي (8)، يوضح ذلك:

جدول (8) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)، ومستوى الدلالة للمقياس تبعاً لمتغير الفقدان.

المقياس	الفقدان	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الاكتئاب	فقدان قريب من الدرجة الأولى	116	15.931	4.090	1.760	0.079	غير دالة إحصائياً
	من الأقارب	262	14.989	5.084			
القلق	فقدان قريب من الدرجة الأولى	116	14.586	5.461	0.459	0.646	غير دالة إحصائياً
	من الأقارب	262	14.855	5.149			

الضغوط	فقدان قريب من الدرجة الأولى	11	16.37	3.98	-	0.80	غير دالة إحصائياً
		6	9	4	0.248	4	
الدرجة الكلية للاضطرابات النفسية الشائعة	فقدان قريب من الدرجة الأولى	26	16.27	3.87	-	0.55	غير دالة إحصائياً
		2	1	7	0.591	5	
	من الأقارب	26	46.11	11.9			
		2	5	18			

من خلال الجدول السابق (8)، يرى الباحثان عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، بين متوسطات درجات فقدان قريب من الدرجة الأولى/ من الأقارب في مقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط)؛ حيث كانت جميع قيم الدلالة (Sig) أكبر من (0.05)

وقريباً من تفسير السؤال الثاني يفسر الباحثان عدم وجود اختلاف في مستوى الاضطرابات النفسية وفقاً لحالة فقدان أن الفرد الذي يفقد "ابن عم" أو "خال" في مجتمع مترابط اجتماعياً مثل غزة، غالباً ما يختبر صدمة جماعية. كما أن النازحين يعيشون في بيئة (مراكز الإيواء) يحيط بهم الموت من كل جانب، مما يجعل "الإحساس بالفجوة" حالة عامة ومستمرة، بغض النظر عن صلة القرابة المباشرة.

ويؤكد على ذلك ما ورد في مقدمة الدراسة حول الاضطرابات النفسية الشائعة وهي حالة منتشرة في المجتمعات التي تحدث فيها الأزمات الصادمة والتي تجعل أفراد المجتمع معرضين للمشكلات النفسية بنفس المستوى على حد سواء لا سيما في المجتمعات المترابطة (Michel Hansenne, 2013: 285)

الإجابة عن السؤال الرابع من أسئلة الدراسة:

هل توجد فروق في مستوى (الاكتئاب، القلق، الضغوط) لدى النازحين الفلسطينيين في ظل حرب 2023 تعزى لمتغير العمر؟

استخدم الباحثان تحليل التباين الأحادي ((One Way Anova)، ويوضح ذلك الجداول التالي (9):

جدول رقم (9) تحليل الفروقات لمقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط) تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الاكتئاب	بين المجموعات	64.578	3	21.526	0.782	0.504	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	10291.855	374	27.518			
	المجموع	10356.434	377				
القلق	بين المجموعات	73.971	3	24.657	1.064	0.364	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	8667.863	374	23.176			
	المجموع	8741.833	377				
الضغوط	بين المجموعات	27.242	3	9.081	0.593	0.620	

داخل المجموعات	5722.77 1	374	15.302	غير دالة إحصائياً		
	المجموع	377				
بين المجموعات	309.359	3	103.120	0.533	0.732	غير دالة إحصائياً
	داخل المجموعات	374	140.843			
	المجموع	377				

الدرجة الكلية
للاضطرابات
النفسية
الشائعة

ومن خلال الجدول السابق (9)، يرى الباحثان عدم وجود فروق ذات دلالة بين متوسطات استجابات المبحوثين حول مقياس الاضطرابات النفسية الشائعة (الاكتئاب، القلق، الضغوط) تعزى لمتغير العمر.

اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت اليه الدراسات السابقة فقد أظهرت دراسة (Thapa & Hauff, 2005a) في الضائقة النفسية بين النازحين أثناء النزاع المسلح في نيبال حيث ارتبطت أعراض الاكتئاب الفئدة العمرية من 41 إلى 50 عاماً، والشعور بالبؤس عند الوصول إلى مكان جديد. ودراسة (Albelbeisi et al., 2025) في تقييم انتشار الاكتئاب والقلق والضغوط، بين الفئات العمرية أن الذين تزيد أعمارهم عن 40 عاماً أكثر عرضة للإصابة باضطرابات الصحة النفسية وارتفاع مستوى الإضرابات النفسية لديهم.

ويعزو الباحثان تلك النتيجة إلى أن حرب 2023 مثلت صدمة كلية ومستمرة حيدت متغير العمر كعامل فارق في الاستجابة النفسية. لقد تساوت الفئات العمرية في مواجهة فقدان الحاجات الأساسية والتهديد الوجودي، مما أدى إلى وصول الجميع إلى عتبة مرتفعة من الاضطرابات النفسية الشائعة. إن هذه النتيجة تؤكد أن المعاناة النفسية في غزة هي معاناة بنيوية شاملة أصابت النسيج المجتمعي بكافة أجياله، مما يتطلب تدخلات نفسية عامة تستهدف الإنسان الفلسطيني بغض النظر عن مرحلته العمرية.

4. التوصيات:

في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثان

- ان تقوم المؤسسات العاملة في تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية للنازحين رجال ونساء للحد من معاناتهم النفسية.
- تصميم تدخلات نفسية تشمل الرجال والنساء معاً لعدم وجود فروق جنسية.
- تقديم الدعم لجميع الفئات العمرية لتساوي حجم المعاناة وتأثير النسيج المجتمعي بالكامل.
- أن تأخذ هذه النتائج باهتمام عال وبناء برامج وتدخلات داعمة والمساعدة في معالجة الآثار النفسية الناتجة عن حالة الضغوط النفسية والاكتئاب والقلق.
- القيام بدراسة نوعية حول الاضطرابات النفسية الشائعة والصحة النفسية لجميع الفئات باعتبار ان الابحاث النوعية او الكيفية تهدف الى مزيد من الفهم العميق للظاهرة المدروسة.

5. قائمة المصادر والمراجع:

المراجع العربية

- حسام الدين عزب (2013). الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق، القاهرة، دار رواء للنشر.
- محمد ربحي المصري (٢٠٢٠). العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بالميول الانتحارية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس: القاهرة.

- منال الطيب صابون (2024). الضغوط النفسية والاكتئاب والقلق أثناء حرب السودان 2024م "دراسة النازحين بمراكز الإيواء بولاية الجزيرة وسنار. مجلة دراسات العلوم التربوية، 3، (51)، 1-40.
- ميسون ضاري وفاطمة عباس (٢٠٢٥). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية، المجلد (7) العدد (1). الصفحات: 173 – 190.
- عبد الكريم جرادات (٢٠١٢). انتشار الاكتئاب لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 9، (١)، 177-197.
- أسامة حمدونة ومحمد المصري (2024). اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقته بالرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل في محافظة غزة، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 21، (2)، 1-29.

المراجع الأجنبية

- Abdul Karim Jaradat. (2012). The prevalence of depression among a sample of Yarmouk University students. *Sharjah University Journal of Humanities and Social Sciences*, 9(1), 177–197.
- Albelbeisi, A. H., Hajizadeh, A., Al-Zeer, A. M., Saeidpour, J., & Kakemam, E. (2025). Prevalence and associated factors of mental health disorders among internally displaced persons in Gaza. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 31(2), 81–88. <https://doi.org/10.26719/2025.31.2.81>
- Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176–181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>
- Areas, M., Khoury, T., Gómez-Penedo, J. M., & Roussos, A. (2023). Propiedades psicométricas de la DASS-21 en adolescentes argentinos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 28(2), 139–150. <https://doi.org/10.5944/rppc.36925>
- Asif, S., Muddassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5). <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>
- Banford Witting, A., Hughes Barrow, B., Lambert, J., Whiting, J., Hartshorn, R., Marks, L., Wickrama, T., & Thanigaseelan, S. (2020). 'We Have Lost Our Lives Already': Loss and Coping among Sri Lankan Women. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 29(10), 1222–1243. <https://doi.org/10.1080/10926771.2020.1759746>
- Bond, M. H., & Wickham, R. E. (2023). Using Dynamic Structural Equation Modeling to Examine Between- and Within-Persons Factor Structure of the DASS-21. *Assessment*, 30(7), 2115–2127. <https://doi.org/10.1177/10731911221137541>
- Dobrek, L., & Głowacka, K. (2023). Depression and Its Phytopharmacotherapy—A Narrative Review. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(5), 4772. <https://doi.org/10.3390/ijms24054772>
- Eysenck, M., Payne, S., & Santos, R. (2006). Anxiety and depression: Past, present, and future events. *Cognition & Emotion*, 20(2), 274–294. <https://doi.org/10.1080/02699930500220066>

- Hai, N. T., Thi, H. L., Tran Cong, H. T., Thi, V. T., Hua Thi, L. O., Vo Le, T. T., Thi, N. P., Do Thi, T. M., Nguyen Thi, T. H., Thi Quynh, V. C., Vinh Pham, P. T., & My, T. T. (2022). Investigating Effects of COVID-19 Pandemic on the Mental Health of Nursing Students During Remote Learning: An Experience from Dong A University, Vietnam. *SAGE Open Nursing*, 8. <https://doi.org/10.1177/23779608221135437>
- Hamid, A. A. R. M., & Musa, S. A. (2010). Mental health problems among internally displaced persons in Darfur. *International Journal of Psychology*, 45(4), 278–285. <https://doi.org/10.1080/00207591003692620>
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227–239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Hossam El-Din Azab. (2013). *Mental Health: Between Theory and Practice*. Rawaa Publishing dar.
- Ifdil, I., Syahputra, Y., Fadli, R. P., Zola, N., Putri, Y. E., Amalianita, B., Rangka, I. B., Suranta, K., Zatrachadi, M. F., Sugara, G. S., Situmorang, D. D. B., & Fitria, L. (2022). The depression anxiety stress scales (DASS-21): an Indonesian validation measure of the depression anxiety stress. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 5(4), 205–215. <https://doi.org/10.23916/0020200536840>
- Koolhaas, J. M., Bartolomucci, A., Buwalda, B., de Boer, S. F., Flügge, G., Korte, S. M., Meerlo, P., Murison, R., Olivier, B., Palanza, P., Richter-Levin, G., Sgoifo, A., Steimer, T., Stiedl, O., van Dijk, G., Wöhr, M., & Fuchs, E. (2011a). Stress revisited: A critical evaluation of the stress concept. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(5), 1291–1301. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.02.003>
- Koolhaas, J. M., Bartolomucci, A., Buwalda, B., de Boer, S. F., Flügge, G., Korte, S. M., Meerlo, P., Murison, R., Olivier, B., Palanza, P., Richter-Levin, G., Sgoifo, A., Steimer, T., Stiedl, O., van Dijk, G., Wöhr, M., & Fuchs, E. (2011b). Stress revisited: A critical evaluation of the stress concept. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 35(5), 1291–1301. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2011.02.003>
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (2011). Depression Anxiety Stress Scales. In *PsycTESTS Dataset*. <https://doi.org/10.1037/t01004-000>
- Manal Al-Tayeb Saboun. (2024). Psychological stress, depression and anxiety during the Sudan war 2024 AD: A study of displaced persons in shelters in Al-Jazirah and Sennar states. *Journal of Educational Sciences Studies*, 3(51), 1–40.
- Martsenkovskiy, D., Karatzias, T., Hyland, P., Shevlin, M., Ben-Ezra, M., McElroy, E., Redican, E., Vang, M. L., Cloitre, M., Ho, G. W. K., Lorberg, B., & Martsenkovsky, I. (2024). Parent-reported posttraumatic stress reactions in children and adolescents: Findings from the mental health of parents and children in Ukraine study. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 16(8), 1269–1275. <https://doi.org/10.1037/tra0001583>
- Mohammed Rabhi Al-Masri. (2025). *Psychological and social factors associated with suicidal tendencies among Palestinian university students*.

- O'Neill, M., & Sorochan, J. (2014). Anxiety. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 195–197). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_98
- Osama Hamdouna and Muhammad Al-Masri. (2024). Post-traumatic stress disorder and its relationship to psychological well-being among a sample of widows in the Gaza Governorate. *University of Sharjah Journal of Humanities and Social Sciences*, 21(2), 1–29.
- Peters, L., Peters, A., Andreopoulos, E., Pollock, N., Pande, R. L., & Mochari-Greenberger, H. (2021). Comparison of DASS-21, PHQ-8, and GAD-7 in a virtual behavioral health care setting. *Heliyon*, 7(3), e06473. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06473>
- Richardson, E., Patterson, R., Meltzer-Brody, S., McClure, R., & Tow, A. (2025). Transformative Therapies for Depression: Postpartum Depression, Major Depressive Disorder, and Treatment-Resistant Depression. *Annual Review of Medicine*, 76(1), 81–93. <https://doi.org/10.1146/annurev-med-050423-095712>
- Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R. A., & van Ommeren, M. (2009). Association of Torture and Other Potentially Traumatic Events With Mental Health Outcomes Among Populations Exposed to Mass Conflict and Displacement. *JAMA*, 302(5), 537. <https://doi.org/10.1001/jama.2009.1132>
- Szabó, M. (2010). The short version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Factor structure in a young adolescent sample. *Journal of Adolescence*, 33(1), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.05.014>
- Thapa, S. B., & Hauff, E. (2005a). Psychological distress among displaced persons during an armed conflict in Nepal. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 40(8), 672–679. <https://doi.org/10.1007/s00127-005-0943-9>
- Thapa, S. B., & Hauff, E. (2005b). Psychological distress among displaced persons during an armed conflict in Nepal. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 40(8), 672–679. <https://doi.org/10.1007/s00127-005-0943-9>
- Vos, T., Lim, S. S., Abbafati, C., Abbas, K. M., Abbasi, M., Abbasifard, M., Abbasi-Kangevari, M., Abbastabar, H., Abd-Allah, F., Abdelalim, A., Abdollahi, M., Abdollahpour, I., Abolhassani, H., Aboyans, V., Abrams, E. M., Abreu, L. G., Abrigo, M. R. M., Abu-Raddad, L. J., Abushouk, A. I., ... Murray, C. J. L. (2020). Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1204–1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
- Xi, L., Wen, B., & Zhao, H. (2022). Analysis of the Correlation between the Mental Stress of College Students and Their Learning Initiative during the Outbreak of COVID-19. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (IJET)*, 17(23), 145–159. <https://doi.org/10.3991/ijet.v17i23.35933>
- Zhang, Y., Liu, F., Ma, J., Wu, J., Shen, C., Chang, F., Hu, W., & Lang, H. (2025). Psychological stress and depression symptoms in nursing undergraduates: the chain mediating effect of cognitive reappraisal and ruminant thinking. *BMC Nursing*, 24(1), 8. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02604-6>