الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

Mental Health among Sudanese Displaced due to War in the City of Dongola in light of Some Demographic Variables

د. عبد الرازق عبد الله البوني
كلية التربية
جامعة السودان للعلوم والتكنلوجيا
aelboni@yahoo.com

أ. تقوى حسن محمد سيد أحمد
باحثة واخصائية نفسية
مستشفى دنقلا
tagwahassan894@gmail.com

تاريخ الإرسال: 2024-10-01 **تاريخ القبول:** 2025-01-04 **تاريخ النشر:** 2025-06-30

ملخص:

هدف البحث الى معرفة السمة العامة للصحة الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا ومعرفة الفروق في الصحة النفسية تبعا للمتغيرات الديموغرافية النوع و العمر اتبع الباحثان المنهج الوصفي وتم تطبيق مقياس الصحة النفسية إعداد جودبيرج للصحة النفسية (2002) و(تطوير الباحثين) على عينة مكون من (57) من السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا في الولاية الشمالية تم اختيارها بطريقة العينة العشوائية البسيطة وتم تحليل البيانات بواسطة برنامج الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) باستخدام معامل الفاكرونباخ ومعامل ارتباط بيرسون واختبار(ت) لعينة واحدة واختبار (ت) لعينتين مستقلتين وتوصل الباحثان الى النتائج التالية : تتسم الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا بدرجة متوسطة و لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير النوع ولا توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير العمر وبناءً على النتائج التي تم التوصل اليها قدم الباحثان بعض التوصيات أهمها: أن تقوم وزارة الصحة بتقديم الدعم النفسي المتمثل في الارشاد النفسي والاسعافات النفسية الأولية للحالات التي تحتاج الى رعاية نفسية من النازحين السودانيين بسبب الحرب الى الولايات.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية؛ النزوح؛ الحرب؛ دنقلا.

Abstract:

This research aimed to know the general characteristics of mental health among Sudanese displaced due to war in the city of Dongola and to know the differences in mental health according to demographic variables, gender, and age. The researchers followed the descriptive approach and applied the mental health scale prepared by Goldberg (2002) and (developed by the researchers) on a sample of 57 Sudanese displaced due to the war in the city of Dongola in the Northern State were selected using a simple random sampling method. The data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program using the Cronbach coefficient, the Pearson correlation coefficient, a one-sample t-test, and a t-test for two independent samples. The researchers arrived at the results. The following: The mental health of Sudanese displaced due to the war in the city of Dongola is characterized by a moderate degree. There are no statistically significant differences in mental health due to the gender variable, and there are no statistically significant differences in mental health due to the age variable. Based on the results reached, the researchers presented some recommendations, the most important of which is: that the Ministry of Health provides psychological support represented by psychological counseling and psychological first aid, for cases in need of psychological care from Sudanese displaced due to the war to the states.

Keywords: Mental Health; Displacement; War; Dongola.

مقدمة:

يعتبر الإنسان هو اللبنة الأساسّية للمجتمع وجوهر بناءه السوي ، فالإنسان السوي هو مصدر النهضة والفكر والتقّدم، ولكي يقوم الفرد بأداء واجباته ومهامه الذاتّية والاجتماعّية على أكمل وجه لا بد أن يكون متمتّعاً بصحة نفسّية عالية تخلو من الاضطرابات والمشاكل التي تؤثر بشكل سلبي في بذل عطائه وانجازاته ، فالفرد المصاب باضطرابات أو خلل نفسي له أثر سلبي يعود على ذاته وعلى الآخرين من حوله ، فيقف عائقاً في وجه تقّدمه وانجازاته، لذا تظهر الأهمّية الكبيرة لدراسة الصحة النفسّية التي تصل بالفرد الى الانسجام والتوافق النفسي والاجتماعي، والقدرة العالية على الإنتاجية الصحة النفسية هي تكامل في الشخصية وانسجامها وأن الشخصية تتكامل عندما تكون العاطفة السائدة عند الشخص هي عاطفة اعتبار الذات، فتوجيه عاطفة اعتبار الذات لسلوك سوف يكون توجيها مفيداً للشخص والمجتمع، أما عدم تكامل الشخصية فترجع إلى بقاء بعض النزاعات أو الدوافع ثائرة على الشخصية، مما يؤدي إلى الصراع، حيث أن التكامل دليل الصحة النفسية والصراع دليل انقسام النفس, والصحة النفسية بشكل عام هي سمة إيجابية بحيث يمكن لشخص أن يصل لمستويات تعزيزية للصحة النفسية حتى إذا لم يكن للشخص أي حالات تشخيص لصحته النفسية ,وتتضمن الصحة النفسية السعادة العاطفية والقدرة على عيش حياة كاملة و إبداعية وعلى مرونة التعامل مع تحديات الحياة التي لابد منها , وتعرض العديد من الأنظمة العلاجية وكتب المساعدة الذاتية اساليب وفلسفات تبني استراتيجيات ووسائل اعتبرت فعالة لزيادة تحسين السعادة النفسية للناس الأصحاء ويبرز علم النفس الإيجابي بشكل متزايد في مجال الصحة النفسية يشمل النموذج الكلي للصحة النفسية والصحة النفسية عموماً تتضمن مفاهيم ترتكز على أفكار و نفسية ودينية وانسانية.(القوصي،2015)

وهناك الكثير من الأساليب لتعزيز الصحة النفسّية في حياة الفرد لذاته ولمن حوله، منها الاهتمام بتلبية الحاجات البيولوجية الأساسية من طعام وشراب ونوم وراحة و المساعدة على تكوين الصورة الإيجابّية والاتجاه السليم نحو الذات عن طريق الإيحاءات الإيجابّية

للذات في جميع المواقف و الاسترخاء قدر الإمكان في جميع المواقف الحياتّية، والابتعاد عن مصادر القلق النفسي والتوتر والخوف و الاهتمام بالمظهر العام والمحافظة على النظافة الشخصية والمظهر الأنيق والمرتب و تحديد هدف واضح للحياة والسعي المستمر لتحقيقه التنشئة الأسرية السليمة والخالية من العنف تجاه الأطفال والمراهقين. (عبد للطيف,2013)

مشكلات الصحة النفسية تؤثر على المجتمع ككل، وليس على مجرد فئة صغيرة، معزولة ولكن أكثر الافراد المعرضون لاضطرابات نفسية هم الفقراء، المشردين، العاطلين عن العمل، الأشخاص انخفاض التعليم، ضحايا العنف، المهاجرون واللاجئون، والسكان الأصليون، والأطفال والمراهقون، الذين يتعرضون للإيذاء النساء وكبار السن المهملين . (Shedler, J.et al:1993)

أدت الحرب التي اندلعت في أبريل في السودان بين الجيش وقوات الدعم السريع إلى نزوح 7,1 مليون شخص، وفق ما أعلنت الأمم المتحدة الخميس (21ديسمبر 2023)، واصفة إياها بـ"أكبر أزمة نزوح في العالم". DW(2024)

حسب تقارير منظمة OCHA بلغ عدد النازحين السودانيين بسبب النزاع منذ 15 أبريل داخل السودان وخارجه 8.2 مليون شخص وهذه النسبة قابلة الى الزيادة مع استمرار الحرب وطول أمدها.

ويرى الباحثان أن النازحين السودانيين لولايات السودان المختلفة يعيشون أوضاع نفسية صعبة جدا في ظل تدهور الخدمات الصحية وقلة الغذاء وارتفاع الاسعار وفقدان لكثير منهم لمصادر دخلهم والعيش على المساعدات هذا الى جانب الخبرات المروعة التي مروا بها والتي قد تؤثر على صحتهم النفسية خصوصا الذين تعرضوا الى أحداث صادمة مثل القتل والاعتداء الجسدي والجنسي والخطف ويعانون من اضطرابات نفسية كاضطراب ما بعد الصدمة أو الاكتئاب أو القلق أو التوتر أو اي اضطرابات أخرى.

ويتناول هذا البحث موضوع الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات (النوع – العمر) للنازحين السودانيين الى مدينة دنقلا في الولاية الشمالية بسبب الحرب الدائرة منذ أبريل 2023 ويواجهون ظروف صعبة في منطقة النزوح اضافة الى الخبرات التي عاشوها المرتبطة بويلات الحرب.

مشكلة البحث:

يعاني كثير من السودانيين من ويلات الحرب الدائرة بين الجيش السوداني وقوات الدعم السريع ، ويواجهون أوضاعاً مأساوية في مناطق الحرب وفي مناطق النزوح في الولايات الآمنة الى جانب التجارب والخبرات المؤلمة التي تعرضوا لها وتمثل مشكلات الصحة النفسية العامل الرئيسي في معاناتهم لمواجهة الواقع الجديد وظروف ما بعد الحرب مما يؤدي إلى تحديات نفسية مرتبطة بصحتهم النفسية وتتلخص مشكلة البحث في السؤال الرئيس التالي ما هي السمة العامة للصحة النفسية للسودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة التالية :

1- ماهي السمة العامة للصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا؟
2- هل توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا تبعا لمتغير النوع؟
3- هل توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا تبعا لمتغير العمر؟

أهمية البحث:

1- لم تجرى دراسات حديثة - في حدود ما اطلع عليه الباحثان - فيما يخص موضوع الصحة النفسية لفئة النازحين من الحرب.
2- يأمل الباحثان أن تسهم نتائج البحث في مساعدة العاملين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي في وضع برامج الدعم النفسي للنازحين.

3- البحث اضافة علمية نظرية قد تسهم في فتح المجال أمام الباحثين لإجراء دراسات نفسية على النازحين.

أهداف البحث:

1- معرفة السمة العامة للصحة الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا.

2- معرفة الفروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا تبعا لمتغير النوع والعمر.

فروض البحث:

1- تتسم الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا بالارتفاع.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينة دنقلا تبعا لمتغير النوع.

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب بمدينه دنقلا تبعا لمتغير العمر.

حدود البحث:

الحدود المكانية: السودان الولاية الشمالية مدينة دنقلا

الحدود الزمانية: أجري هذا البحث في الفترة من 1-الى 15 أبريل عام2024 م

مصطلحات البحث:

الصحة النفسية:

التعريف الاصطلاحي:

هي (حالة الفرد السائدة والمستمرة والتي يكون فيها مستقراً ومتوافقاً نفسياً واجتماعّياً، بالإضافة إلى الشعور بالسعادة مع الذات ومع الآخرين، وبالتالي القدرة على تحقيق وتقدير الذات، واستغلال المهارات والكفاءات الذاتية بأقصى حد ممكن). (عبد اللطيف,2013، ص76)

التعريف الاجرائي للصحة النفسية:

هي درجات العينة على مقياس الصحة النفسية المستخدم في البحث

النازحون:

عرفتهم منظمة (UNCHR,2024) أنه (هم أشخاص لم يعبروا حدودا دولية بحثاً عن الأمان ولكنهم بقوا مهاجرين داخل اوطانهم)

الإطار النظري والدراسات السابقة:

مفهوم الصحة النفسية:

توجد مجموعة من المفاهيم التي تعتمد الصحة النفسية على دراستها، ومنها الشخصية: هي من إحدى المكونات الرئيسية للإنسان، وترتبط مع طبيعة الاستجابة المؤثرة، وكيفية توجيه السلوك الإنساني، طالما أن الفرد لا يعاني من أي أمراض نفسية، أو عصبية. (حجازي،2004)

الصحة العقلية هي أكثر من مجرد النقص من الاضطرابات النفسية وتم التأكيد على البعد الإيجابي للصحة العقلية في منظمة الصحة العالمية تعريف الصحة كما ورد في دستورها: "الصحة هي حالة الاكتمال الصحة البدنية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد غياب المرض أو العجز. تشمل مفاهيم الصحة النفسية الرفاهية الذاتية، والكفاءة الذاتية والاستقلالية، والكفاءة، والاعتماد بين الأجيال، والقدرة على تحقيق إمكانات الفرد الفكرية والعاطفية. وقد تم تعريفها أيضًا على أنه حالة من الرفاهية التي يتمتع بها الأفراد التعرف على قدراتهم، وهم قادرون على التأقلم الذين مع ضغوط الحياة العادية، ويعملون بشكل منتج ومثمر، ويساهمون في مجتمعاتهم. (Shedler, J.et al,1993) .

وتعرف منظمة الصحة العالمية مفهوم الصحة النفسية بأنه حالة من السلامة العقلية التي تمكن الأشخاص من التغلب على ضغوط الحياة، وإدراك قدراتهم، والتعلم الجيد، والعمل بشكل جيد، والمساهمة في مجتمعهم. إنها جزء لا يتجزأ من الصحة والرفاهية التي تدعم قدراتنا الفردية والجماعية على اتخاذ القرارات وبناء العلاقات وتشكيل العالم الذي نعيش

فيه. الصحة العقلية هي حق أساسي من حقوق الإنسان. وهو أمر بالغ الأهمية للتنمية الشخصية والمجتمعية والاجتماعية والاقتصادية (WHO,2022) .

الصحة النفسية تعبر عن التوافق أأو التكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية التي تطرأ عادة على الإنسان، ومع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية خلو المرء من النزاع وما يترتب عليه من توتر نفسي وتردد، وقدرته على حسم النزاع حال وقوعه هو الشرط الأساسي للصحة النفسية والإحساس الإيجابي بالحياة (خاطر، 2018)

كما يمكن القول بأنها "خلو الفرد من أعراض المرض النفسي وانما هو فوق ذلك حالة من الإكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد (العبيدي، 2009)

فالصحة النفسية هي حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادر على تحقيق ذاته واستغلال إمكانياته إلى اقصى حد ممكن ويكون قادر على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا بحيث يعيش في سلامة. (الخواجة، 2011، ص12)

فالوصول إلى صحة نفسية متكاملة وسوية شيء صعب ومن هنا نكتشف مدى أهمية الصحة النفسية في حياتنا وكيف تساعدنا على التحديات التي يواجهها النازحين .

أهمية الصحة النفسية:

تلعب الصحة النفسية دوراً هاماً في حياة الأفراد والمجتمعات ولعل هذه الأهمية ناتجة عن قيمة الإنسان ودوره في الحياة وتكمن أهمية الصحة النفسية فى أنها تؤدي إلى زيادة الإنتاج وكفايته: فالأشخاص العاملون الذين يتمتعون بصحة نفسية عادة ما ترتفع درجة الإنتاج لديهم وتتحسن جودة الإنتاج ومردوديته مما يؤدي إلى تحسن الوضع الاقتصادي للمجتمع والمساهمة في تنمية الدول والأمم و الصحة النفسية تؤدي إلى تماسك المجتمع: فالمجتمع الذي يتمتع أفراده بالصحة النفسية يكون أكثر تماسكا وذلك لأن أفراده يتسمون بالتعاون وتكوين علاقات مع الآخرين والإنسجام معهم، مما يؤدي إلى تعزيز روابط المجتمع، فالصحة

النفسية الجيدة تمكن من تقوية الروابط الأسرية بين الزوجين وتنشئة جيل من الأبناء السلمين نفسيا يساهمون في تنمية المجتمع.(مسعودي، 2012)

والصحة النفسية السليمة تساعد الفرد على التعلم الجيد وتمتعه على التركيز والإتزان والهدوء النفسي وخلوه من الأمراض والاضطرابات النفسية والشخصية، وأن هذه لا تتوفر إلا للأشخاص الذين يتمتعون بصحة نفسية سليمة جيدة.(عدائكة، 2017)

والصحة النفسية تجعل الأفراد قادرين على التحكم بعواطفهم وانفعالاتهم مما يجعلهم يتصفون بالسلوكيات السوية ويبتعدون عن السلوكيات الخاطئة. (بوساحة،2017)

ويرى العبيدي (2009) أن الصحة النفسية تساعد الفرد على سرعة الإختيار واتخاذ القرارات دون جهد زائد أو حيلة شديدة.

الصحة النفسية تساعد الفرد على النجاح المهني: الشخص المتمتع بالصحة النفسية يعمل دائما على تحقيق ذاته وبذلك يتقن الأداء في مهنته حتى يحقق فيها أعلى مستوى من النجاح فيحقق لذاته الثقة اللازمة فيحقق مكاسب لنفسه ومن يحيطون به والصحة النفسية تقلل من الإنحرافات الاجتماعية والأفرادالذين لهم صحة نفسية جيدة يسلكون السلوك الذي يتوافق مع قيم ومعايير المجتمع، ولا يخرجون على نظام المجتمع وعاداته وتقاليده مما يقلل من الأنحرافات الاجتماعية (مسعودي،2012)

خصائص الصحة النفسية:

تبعا لكل البحوث التي أجريت حول موضوع الصحة النفسية إتفق معظم الدارسين على بعض الخصائص لخصها خاطر (2018) في ما يلي:

1- أنها نسبية وغير مطلقة وذات دوام نسبي.
2- أن مؤشراتها كثيرة ومتغيرة تبعا لعدد من المتغيرات
3- مستوى الصحة النفسية يختلف بين الأفراد، وحتى لدى الفرد الواحد من وقت إلى آخر ويتغير كذلك تبعا لإختلاف الزمان والمكان والمجتمع.
4- أفرادها يتميزون بالسعادة مع النفس والآخرين.
5- إنسانية أي رغم دراسة علم النفس للسلوك الحيواني إلا أن الصحة النفسية تمتاز بصفة الإنسانية. - ذاتية وداخلية أي متعلقة بالذات الفردية كالتفكير والتخيل.

مستويات الصحة النفسية:

الصحة النفسية حالة غير ثابتة، وهي تتغير من فرد إلى آخر وفي زمن متغير ومجتمع مختلف ولهذا إختلف العلماء في تحديد مستوياتها وذكر مسعودي (2018) أن مستويات الصحة النفسية تتمثل في:

1- المستوى الراقي: هم أصحاب الأنا القوية والسلوك السوي والتكيف الجيد، أي الأفراد الذين يفهمون ذواتهم ويحققونها ونسبتهم 2.5%.

2- المستوى فوق المتوسط: هم أقل من المستوى السابق، سلوكهم طبيعي وجيد نسبتهم 13.5%

3- المستوى المتوسط: هم في موقع متوسط بين الصحة المرتفعة والمنخفضة، لديهم جوانب قوة وجوانب ضعف، تبلغ نسبتهم في المجتمع 68%

4- المستوى أقل من المتوسط: هو أدنى من السابقين من حيث مستوى الصحة النفسية وأكثر ميلا للإضط ارب وسوء التكيف، فاشلون في فهم ذواتهم وتحقيقها نسبتهم 13.5%

5- المستوى المنخفض: درجتهم في الصحة النفسية قليلة جدا، وعندهم أعلى درجة من الإضطراب والشذوذ النفسي، فهم يمثلون خطر على أنفسهم وعلى الآخرين ويتطلبون العزل في المؤسسات خاصة نسبتهم 2.5%.

العوامل المؤثرة في الصحة النفسية:

تحكم حياة الإنسان قوانين تحافظ على إستمرارها وتوازنها واستقرارها الشامل وأي خطأ يطرأ على هذه القوانين يغير حياة الإنسان ومن بين العوامل التي يمكن أن تؤثر في ذلك التوازن الهش للفرد ما ذكره مسعودي (2018) فيما يلي:

1- سمات الحدث:

تتسم الأحداث والمواقف الحرجة المسببة للإرهاق بأنها تتصف بعدم قابليتها للتنبؤ وعدم ال يقين بالكيفية التي ستنتهي بها الأحداث.

2- سمات الشخصية:

سمات الشخصية تقلل أو تزيد من التأثيرات السلبية الضارة الأحداث الحرجة على صحة الفرد نجد هناك بعض الأشخاص الذين يملكون مقاومة عالية للمواقف السيئة للأحداث الحرجة في حين أن الآخرين يمتلكون مقاومة عالية للمواقف السيئة للأحداث الحرجة في حين أن الآخرين يمتلكون مقاومة منخفضة وتعد سمات الشخصية شكل من الأشكال المواجهة التي تساعد في تحديد مصادر الصحة النفسية.

3- سمات المحيط الاجتماعي والثقافي:

تساعد معرفة خصائص المحيط الاجتماعي والثقافي المسببة للإرهاق والمعيقة لنمو الصحة النفسية وشدة تأثيرها في الصحة النفسية والوقاية بالدرجة الأولى وتجنب تلك العوامل المؤذية.

كما أن هناك علاقة بين الصحة والنظم الاجتماعية فهذا المنظور يعني بتحليل الأساليب والكيفية التي تستخدم فيها الصحة النفسية لمعالجة المشكلات الموجودة في الحالات الأخرى للنشاط الاجتماعي.

النازحون:

هم أشخاص أو مجموعات من الأشخاص اضطروا أو اجبروا على الفرار أو على مغادرة ديارهم أو أماكن إقامتهم المعتادة، أو خرجوا سعياً لتفادي أثار نزاع مسلح أو حالات عنف عام أو انتهاكات لحقوق الإنسان أو كوارث طبيعية أو كوارث من فعل البشر، ولم يعبروا حدود دولة معترفاً بها دوليا"(منظمة الهجرة الدولية،2015)

الدراسات السابقة:

دراسة خِصاونة آمنة حكمت (2023) مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الاردنية خلال جائحة كورونا كوفيد- 19 في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خال جائحة كورونا كوفيد-19 في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ولتحقيق أهداف الدراسة، تم إعداد مقياس للصحة النفسية و تكونت عينة الدراسة من 1043

طالباً وطالبة من طلبة مرحلة البكالوريوس في الجامعات الأردنية، حيث تم اختيار العينة بالطريقة القصدية، وأجريت الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول للعام الجامعي 2021/2020. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة خلال جائحة كورونا جاء متوسطا، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق تعزى لمتغير نوع الكلية لصالح التخصصات العلمية.

دراسة على طاهر عبد الناصر (2022) مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية، وتمثل تساؤل البحث الرئيسي في: ما مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية تم استخدام المنهج الوصفي وتكون مجتمع البحث من مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية وعددهم 900 مجند وقد اشتملت عينة البحث على عدد140 مجند وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية: مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية كان متوسطاً

دراسة المغربي نبيل أمين (2021) الصحة النفسية وبعض المتغيرات الديموجرافية كمتنبئات بالتنمر الإلكتروني لدى طلبة المدارس الثانوية:

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الصحة النفسية ومستوى التنمر الإلكتروني لدى المراهقين في المدارس الثانوية في محافظة بيت لحم، ودلالات الفروق فيها حسب متغيرات: الجنس، الصف ومكان السكن، كما هدفت إلى التعرف على القدرة التنبؤية للصحة النفسية في التنمر الإلكتروني لديهم، ولتحقيق ذلك قام الباحث باستخدام استبانتين كأدوات لجمع البيانات وطبقت على عينة من 239 من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة بيت لحم، اختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التنبؤي لتحقيق أهداف الدراسة، وبعد جمع البيانات وتحليلها توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج أهمها: أن مستوى الصحة النفسية جاء متوسطا في حين جاء مستوى التنمر الإلكتروني منخفضاً بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في الصحة النفسية والتنمر الإلكتروني تعزى إلى

الجنس، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا تعزى إلى الصف أو مكان السكن، كما بينت نتائج الدراسة وجود قدرة تنبؤية ً للصحة النفسية في التنمر الإلكتروني دالة إحصائيا .

دراسة السباب أزهار محمد مجيد (2020) الصحة النفسية لدى كبار السن في دار الرعاية الاجتماعية الصليخ في بغداد:

هدفت الدراسة الى قياس الصحة النفسية لدى كبار السن وفقا لعدة متغيرات في دار الرعاية الاجتماعية بالصليخ في بغداد وتكونت العينة من 25 ذكرا و17 أنثى تم اختيارهم بالطريقة القصدية وتم تطبيق مقياس الصحة النفسية لمصطفى (2016) وتوصلت الدراسة الى أن كبار السن في دار الرعاية الاجتماعية يتمتعون بدرجة جيدة في الصحة النفسية ولا توجد فروق في الصحة النفسية لديهم تعزى لمتغير النوع والعمر والحالة الاجتماعية

دراسة الأرطوني أمل محمد (2019) الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من الأقزام ذوي الهامات:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من الأقزام (ذوى الهامات)، تكونت العينة من (٢٤) فرداً (١٢) من الذكور و (١٢) من الإناث، ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، تم تطبيق مقياس الصحة النفسية وأشارت النتائج إلى وجود فرق دال إحصائيا بين متوسط درجات العينة على مقياس الصحة النفسية والمتوسط الحيادي للمقياس لصالح المتوسط الحقيقي مما يشير إلى أن العينة تعانى إجمالاً تدنيا في مستوى الصحة النفسية، كذلك توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الصحة النفسية في كل من متغيرات (الجنس، المستوى التعلمي، العمر) وإن كان هناك تأثير لمتغير العمر في محورين فقط من محاور المقياس وفى المقياس ككل لمن أعمارهم ٤٠ عاماً فأكثر من أفراد العينة.

دراسة منصوري مصطفى عبد القادر بن جلول (2017) مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة: دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة وهران، وأثر كل من متغيري الجنس والإقامة على الصحة النفسية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت العينة من 170 طالبا من جامعة وهران، تم اختيارهم من خلال عينة عشوائية طبقية، وقام بتطبيق اختبار الصحة النفسية وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاضطرابات النفسية المقاسة والصحة النفسية تتراوح بين 0.38 و0.70. وأن عينة الدراسة من طلبة الجامعة يتمتعون بقدر متوسط من الصحة النفسية؛ ويتمتع الطلاب الذكور بصحة نفسية أكثر مقارنة بالطالبات ولا يوجد فرق كبير بين الطلاب الذين يعيشون في الإقامة الجامعية والمقيمين مع أسرهم في الصحة النفسية.

دراسة عبد الله ناصح كريم (2017) بعنوان: الصحة النفسية لدى عينة من ضحايا القصف الكيماوي في محافظة حلبجة في العراق: رؤية اسلامية:

هدفت الدراسة الى معرفة الصحة النفسية لدى عينة من ضحايا القصف الكيماوي في مدينة حلبجة، وتحليل واقعهم النفسي من حيث شعورهم بالتوافق أو القلق أو الاكتئاب كما أن الهدف من الدراسة أيضا هو معرفة أثر ودور بعض العوامل في مستوى الصحة النفسية لدى أفراد العينة ومن أهم هذه العوامل: الحالة الاجتماعية، والمستوى المعيشي والتأهيل العلمي، ومكان الاقامة، والجنس. وتكونت عينة الدراسة من (118) شخصا، تم اختيارهم بطريقة عشوائية وقد أظهرت النتائج وجود فروقات معنوية في أحد أبعاد الصحة النفسية المعتمدة في الدراسة الحالية تعود لأثر العوامل المشار إليها على أفراد العينة المستجيبة كما أظهرت النتائج أن مستوى الصحة النفسية لعينة الدراسة كان متوسطاً.

دراسة كتلو والعرجا (2016) بعنوان: الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين- دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين (في بيوت المسنين ونوادي المسنين وفي البيوت في محافظة بيت لحم:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن واقع الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين، والتعرف على أثر بعض المتغيرات على الصحة،النفسية وهي (الجنس، العمر، مكان الإقامة، المؤهلات العلمية، مكان السكن)، طبقت الدراسة على عينة قوامها (105) مسنة ومسناً واستخدمت الدراسة قائمة كورنل الجديدة (1986)، تم التحقق من الكفاية السيكومترية للمقياس وتوصلت الدراسة إلى أن أعراض الاضطرابات السيكوماتية لدى المسنين كانت متوسطة وكانت أبرز الأعراض المتعلقة بالحساسية، ثم الغضب، والتوتر، وعدم الكفاية و الاكتئاب وأظهرت النتائج فيما يتعلق بمتغير الجنس وجود فروق في البعد العيادي للحساسية لصالح المسنات، ولم تظهر فروق في أبعاد الدراسة الأخرى أما مكان الإقامة فلم تظهر فروق على جميع الأبعاد، ما عدا، بعد الغضب ولصالح الذين يسكنون في بيوتهم؛ وكذلك متغير العمر لم تظهر فروق على جميع الأبعاد، ماعدا، بعد القلق لصالح الذين أعمارهم دون 65 سنة، في حين لم تظهر فروق على جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمتغير الحالة الاجتماعية والمؤهلات العلمية، وفي متغير مكان السكن لم تظهر فروق في جميع الأبعاد، ما عدا بعد الغضب لصالح الذين يسكنون القرى.

Study of Fernando Henrique de Lima Sá, Vitória Waikamp, Lúcia Helena Machado Freitas and Fernanda Lucia Capitanio Baeza (2022) Mental health outcomes in Syrian refugees: A systematic review

هدفت هذه الدراسة إلى مراجعة الأدبيات المتعلقة بنتائج الصحة النفسية لدى اللاجئين السوريين وكان منهج البحث هو مراجعة للأدبيات الكمية للدراسات الرصدية الأصلية المفهرسة في قواعد البيانات والمواقع الالكترونية التي تحتوي على بيانات كمية عن الإبلاغ عن نتائج الصحة العقلية لدى اللاجئين السوريين تم إجراء تحليل وصفي، ونوعي وتقييم الدراسات المشمولة باستخدام أداة تقييم جودة الصحة النفسية و تم تضمين ما مجموعه 64 دراسة تم نشر أغلبها بين عامي 2019 و2020، كانت أهم النتائج هي انتشار اضطراب ما

بعد الصدمة(PTSD) ، والاكتئاب، والقلق، مع مجموعة واسعة من الاختلافات و الصعوبات في فترة ما بعد الهجرة والعوامل المعززة للصحة العقلية، مثل المرونة، استراتيجيات التكيف الإيجابية، والصحة النفسية والاجتماعية و لوحظ ارتفاع معدلات انتشار الاضطرابات النفسية، فضلا عن عوامل الخطر لحدوثها.

منهج واجراءات البحث

منهج البحث:

اتبع الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لموضوع البحث والمنهج يعرفه المحمودي (2019) بأنه أسلوب للتفكير والعمل يعتمده الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها وبالتالي الوصول الى نتائج وحقائق معقولة حول الظاهرة موضوع البحث.

مجتمع البحث:

مجتمع البحث هو المجتمع الذي عليه البحث ويشمل كل مفردات المجتمع مثل الاشخاص (المحمودي 2019) ويتكون مجتمع البحث من السودانيين النازحين بسبب الحرب الدائرة منذ ابريل 2023 من جميع الولايات الى مدينة دنقلا في الولاية الشمالية.

عينة البحث:

العينة هي مجموعة جزئية من مجتمع البحث يتم اختيارها بطريق مناسبة. (المحمودي: 2019) وقد تم اختيار العينة المكونة من 57 فرداً من السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا بالطريقة العشوائية البسيطة.

وصف العينة:

النوع:

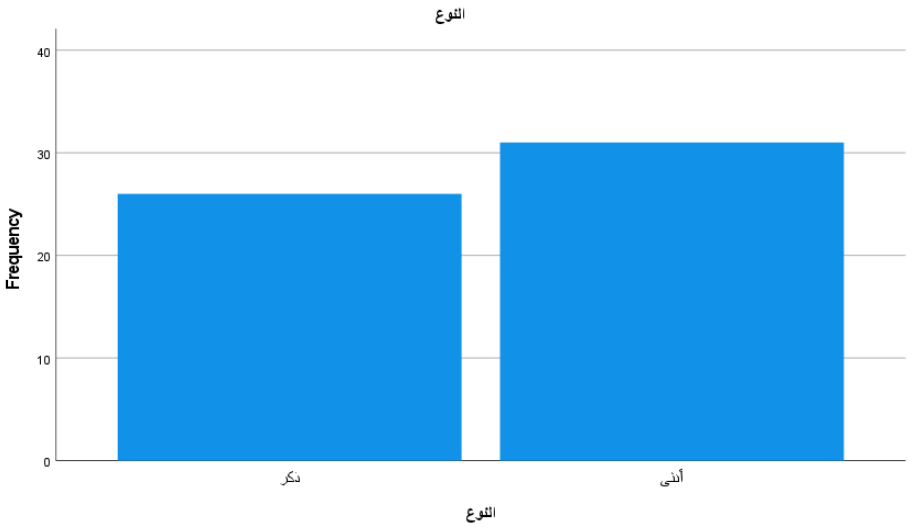
جدول رقم (1)

جدول يوضح توزيع العينة حسب النوع

النوع	التكرار	النسبة
ذكر	26	%45.6
انثى	31	%54.4
المجموع	**57**	**%100**

شكل رقم (1)

يوضح توزيع العينة حسب النوع



المرحلة العمرية:

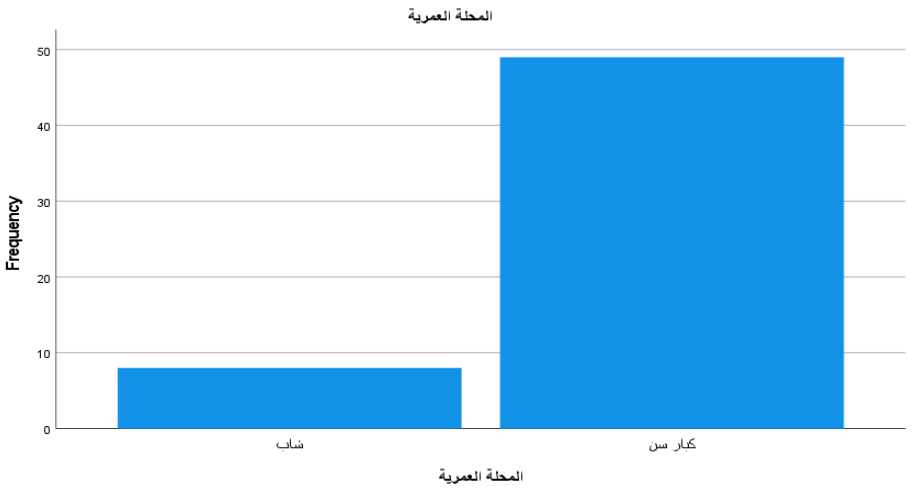
جدول رقم (2)

جدول يوضح توزيع العينة حسب العمر

المرحلة	التكرار	النسبة
شباب	8	%.14
كبار	49	%86
المجموع	**57**	**%100**

شكل رقم (2)

يوضح توزيع العينة حسب المرحلة العمرية



مقياس الصحة النفسية:

استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية لجودبيرج وتم تطويره بواسطة الباحثين ليتلاءم مع خصائص العينة والمقياس المستخدم مكون من 25 عبارة موزعة على ثلاثة ابعاد هي التوازن الذاتي والتوازن النفسي والتوازن الاجتماعي.

صدق وثبات المقياس

الصدق الظاهري:

للتأكد من صلاحية المقياس لقياس ما أعد لقياسه وملاءمته لأفراد العينة عرض على بعض المختصين في مجال علم النفس وقد أوصى المحكمون بتعديل بعض العبارات وحذف بعضها وقام الباحثان بإجراء التعديلات اللازمة.

صدق الاتساق الداخلي:

من خلال التحقق من صدق فقرات مقياس الصحة النفسية حسب معامل ارتباط (بيرسون) بين أبعاد المقياس والفقرات وبعد التطبيق اتضح أن جميع فقرات المقياس البالغة (25) فقرة صادقة في قياس ما أعدت لقياسه إذ كانت معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.01)

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس قام الباحثان بحساب الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ ويشير الجدول الى ارتفاع ثبات المقياس حيث بلغت قيمة الفا كرونباخ 866. كما موضح في الجدول رقم (3)

جدول رقم (3)

جدول يوضح قيمة الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ

معامل الفا كرونباخ	عدد الفقرات
.75	40

الاساليب الاحصائية:

استخدم الباحثان المعاملات الاحصائية التالية في تحليل البيانات:

1- معامل ألفا كرونباخ.

2- معامل ارتباط بيرسون.

3- اختبار(ت) لعينة واحدة.

4- اختار (ت) لعينتين مستقلتين.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى: (تتسم الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا بالارتفاع)

للتحقق من الفرضية الأولى قام الباحثان بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد عينة على المقياس، ولاختبار وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الوسط الحسابي المحسوب والوسط الحسابي الفرضي، استخدم الباحثان إختبار (T). والجدول رقم (4) يوضح ذلك:

جدول (4)

جدول يوضح قيمة اختبار (ت) لعينة واحده لقياس الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا

الوسط الحسابي المحسوب	الوسط الحسابي الفرضي	قيمه (ت)	درجه الحرية	القيمة الاحتمالية
25.75	25	.462	57	.646

يلاحظ من الجدول رقم (4) أن قيمة الوسط الحسابي المحسوب يساوي (25.75) وهي أكبر من قيمة الوسط الحسابي الفرضي (25)، وأن القيمة التائية قد بلغت (462.) وأن قيمتها الاحتمالية كانت (646.) وهي أكبر من مستوى الدلالة (05.)، وتشير النتيجة إلى أن الفرض لم

يتحقق وأن الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تتسم بدرجة متوسطة.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة على طه عبدالناصر (2022) الى توصلت الى أن مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية كان متوسطاً ودراسة خصاونة (2023) التي توصلت الى أن مستوى الصحة النفسية لدى الطلبة خلال جائحة كورونا جاء متوسطا، ودراسة المغربي (2021) التي توصلت الى أن مستوى الصحة النفسية لدى طلبة المدارس الثانوية جاء متوسطاً ودراسة منصورى (2017) التي توصلت الى أن عينة الدراسة من طلبة الجامعة يتمتعون بقدر متوسط من الصحة النفسية ودراسة عبدالله (2017) التي توصلت الى أن مستوى الصحة النفسية لعينة الدراسة كان متوسطا ودراسة كتلو والعرجا (2016) التي توصلت إلى أن أعراض الاضطرابات السيكوماتية لدى المسنين كانت متوسطة

اختلفت النتيجة مع دراسة الأرطوني (2019) التي توصلت الى أن أفراد العينة كانت درجة الصحة النفسية لديهم متدنية واختلفت مع دراسة السباب (2020) التي توصلت الى أن كبار السن في دار الرعاية الاجتماعية يتمتعون بدرجة جيدة و دراسة Fernando et al (2022) التي توصلت الى نسبة انتشار الاضطرابات النفسية لدى اللاجئين السوريين كان مرتفعة الى جانب انتشار اضطراب ما بعد الصدمة(PTSD) ، والاكتئاب، والقلق، مع مجموعة واسعة من الاختلافات و الصعوبات في فترة ما بعد الهجرة والعوامل المعززة للصحة العقلية، مثل المرونة، استراتيجيات التكيف الإيجابية، والصحة النفسية والاجتماعية و لوحظ ارتفاع معدلات انتشار الاضطرابات النفسية، فضلا عن عوامل الخطر لحدوثها .

ويفسر الباحثان النتيجة بأن مستوى الصحة النفسية جاء بدرجة متوسطة بأنه مؤشر لوجود سوء التكيف مثل الاكتئاب والاحباط والقلق والتوتر والأرق الا أنها تنبئ بتطور هذه الحالات الى اضطرابات نفسية أكثر حدة وبما أن أوضاع النازحين والظروف السيئة وغير الملائمة التي يعيشون فيها تساعد في تطور هذه الحالات الى اضطرابات نفسية مما يدعو الى الاهتمام بالجانب الوقائي في مناهج الصحة النفسية.

كما أنها تنبئ بنشأة اضطرابات نفسجمية خصوصاً كبار السن لأنهم يواجهون عدداً من العوامل المركبة مثل العزلة والفقد والحزن والمشاكل الصحية والامراض المزمنة.

وربما تكون هناك حالات من اضطراب ما بعد الصدمة بسبب الاحداث الصادمة والخبرات التي مر بها النازحون لا يمكن الكشف عنها الآن وذلك لحساسيتها الاجتماعية كونها تمس قيم المجتمع السوداني المتمثلة في العزة والشرف والمروءة.

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية: (توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير النوع)

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا التي تعزى لمتغير النوع قام الباحثان بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وإختبار (ت)، الجدول رقم (5) يوضح ذلك:

جدول (5)

جدول يوضح قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا التي تعزى لمتغير النوع

النوع	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
ذكر	26.5	13.41	.415	57	.510
أنثى	25.12	11.52	.410		

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (.415)(.410), وأن القيمة الاحتمالية لاختبار (ت) كانت مقدارها (510). وهي أعلى من مستوى الدلالة (.05)، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير النوع

اتفقت نتيجة البحث مع نتيجة دراسة السباب (2020) التي توصلت الى عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع لدى كبار السن ودراسة الأرطوني (2019) التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع.

واختلفت مع دراسة خصاونة (2023) التي توصلت الى وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع لصالح الاناث ودراسة المغربي (2022) الى توصلت الى وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير النوع ودراسة عبد الله (2017) التي توصلت الى وجود فروق تعزي لمتغير النوع ودراسة كتلو والعرجا (2016) التي توصلت ايضا الى وجود فروق تعزى لمتغير النوع لصالح النساء المسنات ودراسة منصوري (2017) التي توصلت الى أن الطلاب الذكور يتمتعون بصحة نفسية أكثر مقارنة بالطالبات

ويفسر الباحثان هذه النتيجة الى أن عوامل الصحة النفسية المتمثلة في الاحداث والمواقف التي تعرض لها النازحين يكاد يكونون تأثيرها واحداً على الذكور والاناث بالرغم من أن الذكور فيما يتعلق بمواجهة الضغوط المهددة للصحة النفسية يستخدمون آليات لمواجهتها أو الهروب منها في حال العجز عن مواجهتها والاناث يواجهن الضغوط باستراتيجية مختلفة تماماً عن الذكور الا أنه يتساوى الذكور والاناث في اختيار مواجهة الضغوط المهددة للصحة النفسية.

عرض ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة: (توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير العمر).

لحساب الفروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا التي تعزى لمتغير العمر قام الباحثان بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت)، الجدول رقم (6) يوضح ذلك:

جدول (6)

جدول يوضح قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفرق لقياس الفروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا التي تعزى لمتغير العمر

المرحلة العمرية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
شباب	15.62	12.77	-.2637	57	.449
كبار السن	27.40	11.55	-.2451		

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (-.2637) و(-.2451) وأن القيمة الاحتمالية لاختبار (ت) كانت مقدارها (.449) وهي أعلى من مستوى الدلالة (.05)، وهذا يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير العمر.

اتفقت النتيجة مع دراسة كتلو والعرجا (2023) التي توصلت الى عدم وجود فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير العمر ودراسة السباب (2020) التي توصلت الى عدم وجود فروق في الصحة النفسية لدى كبار السن تعزى لمتغير العمر ودراسة الأرطوني (2019) التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة في الصحة النفسية تعزى لمتغير العمر.

ويرى الباحثان أن كبار السن والصغار من أكثر الفئات التي عانت من ويلات الحرب والظروف النفسية والصحية السيئة للنزوح مما أدى الى تأثر صحتهم النفسية الذي وضح في سماتهم الشخصية وحساسيتهم واستجابتهم للقلق والتوتر والغضب وحاجتهم الى الأمن والرعاية النفسية والتي كانت متشابهة الى حد كبير وعدم قدرتهم على التحمل في مواجهة المهددات النفسية بغض النظر عن العمر لذلك أشارت النتائج فروق في الصحة النفسية تعزى لمتغير العمر.

النتائج:

1- تتسم الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا بدرجة متوسطة.

2- لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير النوع.

3- لا توجد فروق في الصحة النفسية لدى السودانيين النازحين بسبب الحرب الى مدينة دنقلا تعزى لمتغير العمر.

التوصيات:

1- أن تقدم وزارة الصحة بتقديم الدعم النفسي المتمثل في الارشاد النفسي والاسعافات النفسية الاولية للحالات التي تحتاج الى رعاية نفسية من النازحين السودانيين بسبب الحرب الى الولايات.

1- الاهتمام بالدعم الروحي بواسطة الدعاة وأئمة المساجد لتعزيز معاني الصبر على الابتلاء والتقرب الى الله عز وجل.

2- أن تقوم وسائل الاعلام على اعتماد برامج تحث على التكافل الاجتماعي بين أفراد المجتمع وتقدير أوضاع النازحين والتعاطف والتعاضد معهم.

المقترحات:

1- اضطراب ما بعد الصدمة لدى النازحات السودانيات في دور الايواء في مدينة كسلا.

2- العلاقة بين الصحة النفسية والصلابة النفسية لدى النازحين السودانيين الى المناطق الآمنة.

3- الاكتئاب النفسي لدى اللاجئين السودانيين الى دول الجوار

قائمة المراجع

أولا: الكتب:

المؤلف الفردي

1. حجازي، مصطفى. (2004). الصحة النفسية من منظور ديناميكي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة. ط2. المركز الثقافي، المغرب.
2. الخواجة، عبد الفتاح. (2011). مفاهيم أساسية في الصحة النفسية والإرشاد النفسي. ط2. دار البداية للنشر والتوزيع، الأردن.
3. عبد اللطيف، مدحت عبد الحميد. (2013). الصحة النفسية والتفوق الدراسي. دار النهضة الجامعية، القاهرة.
4. العبيدي، محمد جاسم. (2009). مشكلات الصحة النفسية وأمراضها وعلاجها بالأردن. ط1. دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
5. القوصي، عبد العزيز. (2015). أسس الصحة النفسية. ط1. مكتبة النهضة العربية القاهرة.

المحمودي، محمد سرحان علي. (2019). مناهج البحث العلمي. دار الكتب، صنعاء.

ثانيًا: المقالات والأبحاث

1. الأرطوني، أمل محمد. (2019). "الصحة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من الأقزام ذوي الهامات ."*مجلة البحث العلمي في التربية*، 20 : 661–684.
2. خصاونة، آمنة حكمت. (2023). "مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعات الأردنية خلال جائحة كورونا كوفيد-19 في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ."*مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية*، 20.(1)
3. السباب، أزهار محمد مجيد. (2020). "الصحة النفسية لدى كبار السن في دار الرعاية الاجتماعية الصليخ في بغداد ."*مجلة مركز البحوث*، 31.300–275 :(1)

4. عبد الله، ناصح كريم. (2017). "الصحة النفسية لدى عينة من ضحايا القصف الكيماوي في محافظة حلبجة في العراق: رؤية إسلامية ."*مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع*، كلية الإمارات للعلوم التربوية، الإمارات، 102: 138–162.

5. علي، طاهر عبد الناصر. (2022). "مستوى الصحة النفسية لدى مجندي الأمن المركزي بوزارة الداخلية ."*مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة*، جامعة بنها، 30.(9)

6. كتلو، والعرجا. (2016). "الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين – دراسة ميدانية لواقع الصحة النفسية لدى المسنين الفلسطينيين في بيوت المسنين ونوادي المسنين وفي البيوت في محافظة بيت لحم ."*المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية*، الجامعة الأردنية، عمادة البحث العلمي، 9(2): 175–198.

7. المغربي، نبيل أمين. (2021). "الصحة النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية كمتنبئات بالتنمر الإلكتروني لدى طلبة المدارس الثانوية ."*مجلة البحث العلمي في التربية*، 22.217–193 :(11)

8. منصوري، مصطفى عبد القادر بن جلول. (2017). "مستوى الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة: دراسة على عينة من طلبة جامعة وهران ."*مجلة دراسات*، 55–162 : 177.

9. تقرير منظمة الهجرة الدولية .(2015) .الهجرة والنزوح والتنمية في منطقة عربية متغيرة . متوفر على الرابط:

https://publications.iom.int/system/files/pdf/sit_rep_arb.pdf

ثالثًا: الأطروحات والرسائل الجامعية

1. بوساحة، نوال .(2017) .*الصحة النفسية لدى مربي الأطفال المعاقين ذهنياً بالمراكز النفسية* .رسالة ماجستير، جامعة حمة لخضر، الوادي، الجزائر.
2. خاطر، منى .(2018) .*الصحة النفسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي لدى طلبة جامعة القدس* .رسالة ماجستير، جامعة القدس، فلسطين.
3. عدائكة، عبد الله .(2017) .*أثر قناة طيور الجنة على الصحة النفسية للأطفال من وجهة نظر الأخصائيين النفسيين: دراسة ميدانية بولاية الوادي* .رسالة ماجستير جامعة الوادي، الجزائر.
4. مسعودي، مروة .(2018) .*علاقة الثقة بالنفس والتفاؤل غير الواقعي بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي* .رسالة ماجستير، جامعة حمة لخضر، الوادي، الجزائر.
5. مسعودي، عبد الكريم .(2012) .*علاقة التدين الإسلامي بالصحة النفسية* .رسالة دكتوراه، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.

رابعا: المراجع باللغة الأجنبية:

Fernando Henrique de Lima Sá1, Vitória Waikamp, Lúcia Helena Machado Freitas and Fernanda Lucia Capitanio Baeza (2022) Mental health outcomes in Syrian refugees: A systematic review, International Journal of Social Psychiatry 2022, Vol. 68(5) :933–95.

OCHA (2024) : https://reports.unocha.org/ar/country/sudan/

Shedler, J., Mayman, M., & Manis, M. (1993). The illusion of mental health. American Psychologist, *48*(11), 1117–1131

https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.11.1117.

UNHCR(2024)https://www.unhcr.org/ar/about-unhcr/who-we-protect/internally-displaced-people

WHO(2022): https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response