جامعة القدس المفتوحة
عمادة الدّراسات العليا والبحث العلمي

التكيف النّفسيّ والاجتماعيّ وعلاقته بتقدير الذات لدى النّساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها

Psychological and Social Adjustment and its Relation to Self-esteem among Widowed Women in Jerusalem and its Environs

إعداد
شذى صادق محمد غانم

13 نيسان 2019

جامعة القدس المفتوحة
عمادة الدّراسات العليا والبحث العلمي

التكيف النّفسيّ والاجتماعيّ وعلاقته بتقدير الذات لدى النّساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها

Psychological and Social Adjustment and its Relation to Self-esteem among Widowed Women in Jerusalem and its Environs

إعداد
شذى صادق محمد غانم

بإشراف
د. نبيل المغربي أ. د. محمد أحمد شاهين

قدّمت هذه الرسالة استكمالا لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي
جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

13 نيسان 2019

التكيف النّفسيّ والاجتماعيّ وعلاقته بتقدير الذات لدى النّساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها

Psychological and Social Adjustment and its Relation to Self-esteem among Widowed Women in Jerusalem and its Environs

إعداد

شذى صادق محمد غانم

بإشراف

د. نبيل المغربي **أ. د. محمد أحمد شاهين**

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 2019/04/13

أعضاء لجنة المناقشة

الدكتور نبيل المغربي جامعة القدس المفتوحة مشرفًا .....

الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين جامعة القدس المفتوحة مشرفاً ثانياً .....

الأستاذ الدكتور مجدي زامل جامعة القدس المفتوحة عضواً .....

الدكتور عمر الريماوي جامعة القدس عضواً .....

أنا الموقع أدناه، شذى صادق محمد غانم؛ أفوض جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات، أو المؤسسات، أو الهيئات، أو الأشخاص، عند طلبهم وبحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الاسم: شذى صادق محمد غانم

الرقم الجامعي: 0330011610026

التوقيع: ----------

التاريخ: 2019.04.13

الإهداء

إلى من آمن بي وبقدراتي ... إلى من قالها أنت قوية ... تتحملين وتصبرين ... تتحدين وتصلين إلى ما تريدينه ... تحققين أهدافك ... وتستمتعين بصعوبات الطريق ... إلى نصـــفي الآخر ... زوجي الحبيب ... رحمه الله – وأسكنه فسيح جناته.

إلى أولادي الذين أستمد قوتي منهم وبهم ... قالوا إنك قدوتنا ... أصررت إلى الوصول حتى أبقى القدوة التي لا تيأس، ولا تستسلم ... أسلمكم نجاحي، وأتمنى أن تكونوا أفضل منـــي أيضاً ... ابنتي زينة، وابني زيد، شكراً لكم.

أهديه إلى من ربياني على التحدي في مواجهة الحياة، إلى أبي وأمي ... لم تعلمونـــا أن نقول إننا تعبنا ... الله لا يحرمنا منكم ... ويقدرني أن أرد ولو القليل مما قدمتوه لي.

إلى إخوتي وأخواتي، كانت المنافسة شديدة بيننا ... أهديه إلى أختي الحنونة ســـهى ... ربى أختي وصديقتي ... أماني المتحدية للظروف ... وأختي الصغيرة إيناس، صاحبة الإحساس المرهف.

الباحثة

شكر وتقدير

الشكر لله الذي أعطاني القدرة للوصول لهدفي، والشكر لمن قال: اطلبوا العلم من المهد الى اللحد.

الشكر للدكتور نبيل المغربي والأستاذ الدكتور محمد شاهين اللذان أشرفا على رسالتي من البداية حتى النهاية، وكان لهما الدور الرئيس في المتابعة والتوجيه لي لاستكمال متطلبات إعداد الرسالة وإجراءات تنفيذها، وصولاً إلى المراحل النهائية للمناقشة والاعتماد.

وفي الختام، لا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر والتقدير أيضاً لأعضاء لجنة المناقشة المحترمين، الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين رئيس لجنة المناقشة، والأستاذ الدكتور مجدي زامل مناقشاً داخلياً، والدكتور عمر الريماوي مناقشاً خارجياً، على ما قدموه من جهود طيبة في قراءة هذه الرسالة، وإثرائها بملاحظاتهم، فجزاهم الله عني خير الجزاء، الذين تفضلوا بقبول مناقشة هذه الرسالة، والحكم عليها.

الباحثة

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
صفحة العنوان	أ
قرار لجنة المناقشة	ب
الإقرار والتفويض	ج
الإهداء	د
الشكر والتقدير	ه
قائمة المحتويات	و
قائمة الجداول	ط
قائمة الأشكال	ك
قائمة الملاحق	ل
الملخص باللغة العربية	م
الملخص باللغة الإنجليزية	س
الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها	11-1
المقدمة	2
مشكلة الدراسة وأسئلتها	4
فرضيات الدراسة	6
أهداف الدراسة	8
أهمية الدراسة	9
حدود الدراسة ومحدداتها	10
التعريفات الإجرائية للمصطلحات	10
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	48-12
الإطار النظري	37-13
الدراسات السابقة	48-38

الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	62-49
منهجية الدراسة	50
المجتمع والعينة	51
أدوات الدراسة	53
تصميم الدراسة ومتغيراتها	60
إجراءات تنفيذ الدراسة	61
المعالجات الإحصائية	62
الفصل الرابع: نتائج الدراسة	84-63
النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	64
النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	66
النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة	67
النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى	67
النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية	68
النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة	70
النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة	71
النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة	72
النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة	73
النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة	75
النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة	75
النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة	77
النتائج المتعلقة بالفرضية العاشرة	78
النتائج المتعلقة بالفرضية الحادية عشرة	79
النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية عشرة	80
النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة عشرة	81
النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة عشرة	83

النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة عشرة	83
الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها	103-85
مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	86
مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	87
مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة	88
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى	88
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية	89
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة	90
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة	90
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة	92
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة	93
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة	94
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة	95
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة	96
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العاشرة	96
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الحادية عشرة	97
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية عشرة	98
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة عشر	99
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة عشر	100
مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة عشر	101
التوصيات والمقترحات	102
المصادر والمراجع العربية والإنجليزية	103
المراجع باللغة العربية	110-104
المراجع باللغة الإنجليزية	113-111
الملاحق	124-114

قائمة الجداول

الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
(1.3)	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة	52
(2.3)	نتائج معامل الارتباط (Pearson correlation) لارتباط فقرات مقياس (التكيف النفسي والاجتماعي) مع الدرجة الكلية	54
(3.3)	درجات احتساب مستوى التكيف النفسي والاجتماعي	56
(4.3)	نتائج معامل الارتباط (Pearson correlation) ارتباط فقرات أداة الدراسة في المتغير الثاني	58
(5.3)	درجات احتساب مستوى مقياس تقدير الذات	60
(1.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس التكيف النفسي والاجتماعي مرتبة	64
(2.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس تقدير الذات مرتبة	66
(3.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل	67
(4.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل	68
(5.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد	69
(6.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد	69
(7.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر	70
(8.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر	70
(9.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن	71
(10.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن	72
(11.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل	72
(12.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل	73
(13.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي	74
(14.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء	74

	الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي	
(15.4)	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل	75
(16.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل	76
(17.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل	76
(18.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد	77
(19.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد	77
(20.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر	79
(21.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر	79
(22.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن	79
(23.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن	80
(24.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل	81
(25.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل	81
(26.4)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي	82
(27.4)	نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي	82
(28.4)	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل	83
(29.4)	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين متغير التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها	84

قائمة الأشكال

الرقم	الشكل	الصفحة
1	النموذج النظري لمفهوم الذات وفق (Lawrence, 1988)	26
2	النموذج النظري لمفهوم الذات وفق (Harter, 1982) و(Lawrence, 1988)	27
3	هرم ماسلو للاحتياجات	33

قائمة الملاحق

الرقم	الملحق	الصفحة
أ	كتاب التحكيم للأدوات	114
ب	أدوات الدراسة قبل التحكيم	115-119
ت	قائمة المحكمين لأدوات الدراسة	120
ث	أدوات الدراسة بعد التحكيم	121-124

التكيف النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها

إعداد

شذى صادق محمد غانم

إشراف

الدكتور نبيل المغربي؛ الأستاذ الدكتور محمد أحمد شاهين

2018

الملخص

هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها في ضوء بعض المتغيرات: (مدة الترمل، وعدد الأولاد، والعمر، والسكن، والدخل، والمستوى التعليمي، والعمل)، وتقصي العلاقة بين التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لديهن. طورت لأغراض الدراسة أداتين؛ الأولى لقياس التكيف النفسي والاجتماعي والثانية لقياس تقدير الذات، وطبقت أداتي الدراسة على عينة مكونة من (63) أرملة من مجتمع الدراسة، وقد شكلت العينة ما نسبته (5%) من المجتمع الأصلي. أظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للتكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في القدس وضواحيها كانت متوسطة، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي لاستجابتهن (3.22)، وكانت الدرجة لتقدير الذات متوسطة أيضاً، بمتوسط حسابي (3.10). وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق في متوسطات درجات كل من التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في القدس وضواحيها تبعاً لمتغيرات: مدة الترمل، وعدد الأولاد، والعمر، والسكن، والدخل، والمستوى التعليمي، أما الفروق التي تعزى لمتغير العمل، فكانت دالة في متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لصالح النساء الأرامل غير العاملات، وغير دالة في مجال تقدير الذات. كما توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية طردية (إيجابية) ذات دلالة إحصائية على مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجة التكيف النفسي والاجتماعي وبين درجة

تقدير الذات لدى النساء الأرامل، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بينهما (0.480)، أي أنـــه كلما ازدادت درجة التكيف النفسي والاجتماعي زادت درجة تقدير الذات.

وفي ضوء هذه النتائج أوصت الباحثة بالعديد من التوصيات، أهمها: العمل على إيجاد الـــدعم النفسي والاجتماعي، وتحسين تقدير الذات لدى النساء الأرامل في المجتمع الفلســـطيني بشـــكل عام، والاهتمام بالقدس وضواحيها بشكل خاص.

الكلمات المفتاحية: التكيف النفسي والاجتماعي، تقدير الذات، النساء الأرامل.

Psychological and Social Adjustment and its Relation to Self-esteem among Widowed Women in Jerusalem and its Environs

Prepared by: Shatha Sadeq Mohamed Ghanem
Supervised by: Dr. Nabil Al-Maghrabi; Prof. Mohammed Shaheen

2018

Abstrac

The study aimed at identifying the level of psychological and social adjustment and self-esteem among widowed women in Jerusalem and its environs in the light of some variables: (duration of widowhood, number of children, age, place of living, income, educational level, and work) . The study tools were applied to a sample of 63 widows women, representing 5% of the original society. The results of the study showed that the overall degree of psychological and social adjustment among widowed women in Jerusalem and its environs was moderate, where the average of their response was 3.22, and the degree of self-esteem was also moderate, with an average of 3.10. The results of the study indicate that there are no significant differences in the averages of psychological and social adjustment and self-esteem among widowed women in Jerusalem and its suburbs according to the variables: duration of widowhood, number of children, age, place of living, income, and educational level. The differences attributable to the variable of work was significant in the averages of psychological and social adjustment in favor of unemployed widows, and not significant in their self-esteem. The results also showed a significant positive correlation between the degree of psychological and social adjustment and the degree of self-esteem among widows, as the coefficient of Pearson correlation between them was 0.480.

In light of these results, the researcher recommended several recommendations. The most important are: working for psychosocial and social support, and improving self-esteem among widowed women in Palestinian society in general, with special attention to Jerusalem women.

Keywords: Psychological and Social Adjustment, self-esteem, widowed women.

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

2.1 مشكلة الدراسة واسئلتها

3.1 فرضيات الدراسة

4.1 أهداف الدراسة

5.1 أهمية الدراسة

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلاتها

1.1 المقدمة

"وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذلك لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ" (21) سورة الروم، كان أول درس للخليقة، وهو: كيف نكون الأسرة؟ وما الهدف من تكوينها؟ فكان الجواب: ليسكن الزوجان معاً، وهنا لم يشر إلى أن السكن هو البيت والبناء، إنما المعنى هو: الأمان، والدفء، والمودة، والرحمة في التعامل بينهم، والأنثى تبحث في الزواج عن الأمان، والدعم النفسي، والاجتماعي، والاقتصادي، وبمعنى آخر: الأسرة هي نواة المجتمع التي تتكون من الزوج والزوجة والأولاد، لكن بعد تكوين الأسرة يحدث الشيء الذي لم يكن بالحسبان وهو وفاة الزوج، وهنا تتكسر الموجة على صخرة قاسية، وتبدأ التساؤلات لدى الزوجة بينها وبين نفسها: هل كانت تعيش حلماً واستيقظت فجأة، أم كانت في واقع والآن تعيش كابوساً؟ نعم، هذا واقع المرأة في المجتمع العربي، وواقع مجتمعنا الفلسطيني الذي يخرج الأب؛ لطلب الرزق ويعود إلى بيته شهيداً، ويمكن أن يتوفى بمرض، أو بشكل مفاجيء.

تواجه المرأة الأرملة بصورة خاصة الكثير من الضغوطات التي تتعرض لها، والتي قد تدفع بها نحو العديد من مشكلات سوء التوافق مع وضعها الجديد الذي خلفه فقدان الزوج، حيث تعاني المرأة الأرملة ضغوطاً متنوعة تشمل جميع جوانب حياتها، وتتمثل بالضغوط: (النفسية،

والاجتماعية، والاقتصادية)، حيث تتمثل الضغوط النفسية بالتوابع الأولية لفقدان الزوج، أو موته وخاصة المفاجئ منه، والذي بدوره يسبب لها إحباطاً شديداً (الـــدليمي والشـــجيري وعبـــاس، 2011).

إن الاهتمام العالمي ممثلاً في الأمم المتحدة يدعو العديد من منظمات المجتمـــع المـــدني إلى تقديم الرعاية لهذه الفئة الاجتماعية التي بدأت سلسلة لا تنتهـــي مـــن المعانـــاة، والعـــون الاقتصادي والاجتماعي، والنفسي، ولكن في المجتمعات العربية يزداد الأمر سوءاً؛ لأن الأرملة العربية تجد صعوبة في الزواج مرة أخرى، فهي بذلك تتحدى الموروثـــات الثقافيـــة الشـــرقية والعربية، التي تدفع بها للبقاء على كونها ضحية لفقدان الزوج (Varun, 2013).

وحيث أن هذا العصر يوصف بأنه عصر الضغوط المتعددة المصادر التي لا مفر مـــن مواجهتها، فإن الوضع يتطلب من الأرملة تحدياً وإصراراً أكبر علـــى الاســـتمرار والمواجهـــة الفعالة، يتمثل في جوانب شخصية محددة كالصلابة النفسية وأسلوب تكيفي لمواجهة ضـــغوطات الحياة في فترة الترمل (الشيراوي، 2012).

وعندما يقدر الإنسان ذاته ويكون تقدير إيجابياً، وبإضافة التنشئة الاجتماعية فإنه يساعد أي شخص أن يواجه متغيرات الحياة، وخاصة إذا كان التغيير هو الفقدان لشخص كان النصف الآخر له، ولكن إذا كان تقدير الفرد لذاته تقديراً سلبياً فانه لا يستطيع أن يواجه التغيرات الـــذي يمكن أن تحصل معه، مما يؤدي إلى عدم تكيفه واستمراره في هذه الحياة.

ومن خلال الدراسات السابقة التي تحدثت عن مهارات التكيف لدى النساء الأرامل، فلقد أشارت دراسة جاب الله وعلام (2010) في توضيح العلاقة بين الثقة (بالذات والآخر)، ومهارات

التواصل، والعلاقات بشريك الحياة، والعلاقة بالأصدقاء، والعلاقات بأفراد المجتمع، وجد أن هناك علاقة بين الذات، والثقة بالآخرين، ومهارات التواصل في العلاقات الاجتماعية، وكذلك سعت دراسة ستيوارت وكاريج ومكفيرسون والكساندر (Stewart, Caraig, Macpherson & Alexander, 2001)، إلى معرفة البدائل، والتعويض في الشبكة الاجتماعية للمسنات الأرامل، ومصادر الدعم بعد وفاة الزوج لديهن، فقد تتمثل المشكلة التي تواجهها المرأة في صعوبة الجمع بين واجبات المنزل، والعمل الخارجي.

في حين أشارت دراسة المنسي (2008)، ودراسة العبيدي وعبد المحي (2010) إلى أن ما يسبب اضطراب الوضع النفسي للمرأة الأرملة هو الشعور بالوحدة المترتبة على فقد الزوج، إذ وجد أن هناك علاقة بين شعور الفاقدة لزوجها بالكآبة، وبين الإحساس بالوحدة التي تعانيها، والحالة النفسية التي تؤول إليها المرأة الأرملة، مؤكداً أنها تقع تحت ضغط نفسي هائل، نتيجة شعورها بالوحدة فضلاً عن شعورها بالتوتر، والعصبية، وهو ما يؤدي في كثير من الأحيان إلى عزلتها وتجنبها، وتشكل الظروف الاجتماعية المتمثلة بالعادات، والقيم، والاختلاط مع الناس، أهم التحديات التي تواجهها المرأة الأرملة.

وسوف تتناول هذه الدراسة مفهوم التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في المجتمع الفلسطيني في القدس وضواحيها، وعلاقته بتقدير الذات لديهن، لتلقي الضوء على هذه الفئة المهمشة في المجتمع الفلسطيني.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

تواجه النساء الأرامل التحديات والضغوط من أجل التكيف في وضعهن الجديد وهل يؤثر تقديرهن لأنفسن في تكيفهن، لذلك تسعى الدراسة الحالية للتعرف إلى التكيف النفسي والاجتماعي لديهن من وجهة نظرهن، ولتقدير ذواتهن في ضوء بعض المتغيرات، تواجه المرأة ضغوط كثيرة نفسية وأجتماعية وغيرها، والحال يكون اكثر صعوبة لدى النساء الأرامل التي تكاد تكون في المجتمع العربي عامة، والفلسطيني خاصة نادرة التناول في البحوث بهذه الفئة – في حد علم الباحثة–، وبعد الاطلاع على دليل الباحث أبو دقة (2009)، لم تجد الباحثة بحوث تتناول فئة الأرامل كموضوع مستقل. ومن الجدير بالذكر أن الدراسات السيكولوجية لا تحظى باهتمام كبير على مستوى المجتمعات العربية؛ ويعود ذلك لعدم إدراك أهمية الجانب السيكولوجي في تنمية الشخصية لدى النساء الأرامل، ولإحساس الباحثة وشعورها بأهمية ظاهرة الترمل في مجتمعنا الفلسطيني من خلال عملها كمرشدة اجتماعية في مدينة القدس، وبأعتبارها تعيش هذه الظروف، وإضافة إلى سعة انتشارها بسبب الظروف الصعبة التي يعيشها الفلسطينيون تحت الاحتلال الإسرائيلي، وتأثيره على الأسرة والمجتمع، وقلة الاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية لهذه الفئة، انطلقت فكرة هذه الدراسة التي تهدف للتعرف إلى درجة التكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقتهما بتقدير الذات لدى النساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات، وبالتالي يمكن صياغة مشكلة الدراسة الحالية بالأسئلة الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

السؤال الثاني: ما مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

السؤال الثالث: هل تختلف متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها باختلاف: (مدة الترمل، وعدد الأولاد، والعمر، والسكن، والدخل، والمستوى التعليمي، والعمل)؟

السؤال الرابع: هل تختلف متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها باختلاف: (مدة الترمل، وعدد الأولاد، والعمر، والسكن، والدخل، والمستوى التعليمي، والعمل)؟

السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية بين درجتي التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

3.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة (الثالث، والرابع، والخامس)، فقد اشتقت الفرضيات الصفرية الآتية:

للإجابة عن السؤال الثالث، فقد اشتقت الفرضيات السبع الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مستوى التعليم.

الفرضية السابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل.

أما السؤال الرابع، فقد اشتقت منه الفرضيات الآتية:

الفرضية الثامنة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

الفرضية التاسعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

الفرضية العاشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

الفرضية الحادية عشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

الفرضية الثانية عشرة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مستوى الدخل.

الفرضية الثالثة عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مستوى التعليم.

الفرضية الرابعة عشر: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل.

واشتقت الفرضية الأخيرة الآتية للإجابة عن السؤال الخامس:

الفرضية الخامسة عشر: لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجتي التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها.

4.1 أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1- التعرف إلى درجة التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، في ضوء بعض المتغيرات.

2- التعرف إلى درجة تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، في ضوء بعض المتغيرات.

3- بيان طبيعة العلاقة بين التكيف النفسي والاجتماعي، وتقدير الذات، لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها.

4- التعرف إلى الفروق في متوسطات كل من التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات باختلاف متغيرات: (مدة الترمل، وعدد الأولاد، والعمر، والسكن، والدخل، والمستوى التعليمي، والعمل).

5.1 أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة في العديد من الاعتبارات النظرية البحثية، والعملية التطبيقية، التي تتمثل في:

الأهمية النظرية:

1- تسعى الدراسة إلى تناول موضوع بالغ الأهمية، يتمثل في التكيف لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، وعلاقته بتقدير ذواتهن من وجهة نظرهن.

2- الإشارة إلى فئة مهمشة في المجتمع وهي فئة النساء الأرامل.

3- توفير بيانات دقيقة حول مستوى التكيف النفسي والاجتماعي، وتقدير الذات للمسؤولين والمرشدين، وتساعد المرشدين في التعرف إلى صعوبات التكيف لدى النساء الأرامل.

4- هناك نقص في اهتمام الباحثين لدراسة قضايا فئة النساء الأرامل، ومهارات تكيفهم في الحياة الجديدة، لذلك تأتي هذه الدراسة؛ لتسد بعض النقص في هذا المجال.

5- التعرف إلى مهارات التكيف النفسي، والاجتماعي، لدى النساء الأرامل، وعلاقته بتقدير ذواتهن.

الأهمية التطبيقية:

1- توفير بيانات دقيقة للمسؤولين والمعنيين بقضايا النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؛ لوضع برامج إرشادية لتحين مستوى كل من التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لديهن.

2- المساعدة والإسهام في دعم هذه الفئة من فئات المجتمع ؛ للتكيف في الحياة الجديدة التي لم تكن أي امرأة متهيئة لها.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتحدد نتائج الدراسة وتعميماتها فيما يلي:

الحد المفاهيمي: تتحدد نتائج هذه الدراسة بالأداة المستخدمة لقياس متغيري الدراسة الرئيسين: التكيف النفسي والاجتماعي، وتقدير الذات.

الحدود المكانية: اقتصرت الدراسة على مدينة القدس وضواحيها.

الحدود الزمانية: اجريت الدراسة في الفصل الثاني من العام الأكاديمي 2018/2017م.

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على فئة النساء الأرامل.

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

تتضمن الدراسة عدد من المتغيرات والمصطلحات، وفيما يلي التريف لهذه المتغيرات والمصطلحات:

تقدير الذات: عرفه حسين (2007: 10)، تقدير الذات: "هو الحكم الذاتي العام للفرد على نفسه، ويشمل الجوانب العقلية، والجسمية، والاجتماعية، والانفعالية".

التعريف الإجرائي: هي الدرجة التي تحصل عليها الأرملة من خلال استجابتها على مقياس تقدير الذات.

التكيف النفسي والاجتماعي: عرف العناني (2005)، وسفيان (2004)، التكيف النفسي والاجتماعي بأنه: إشباع الفرد لحاجاته النفسية لذاته، وتقبله، واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات النفسية، والاضطرابات، واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة، ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية مجتمعة، وتقبله ضعف الذات والتقاليد والقيم.

التعريف الإجرائي: الدرجة التي تحصل عليها المفحوصات علـــى مقيـــاس التكيـــف النفســـي والاجتماعي.

الأرامل: كما عرفها الحمود (2011): بأنها كل امرأة مات عنها زوجها، ولم تتزوج بعده.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً- الإطار النظري

ثانياً- الدراسات السابقة

الفصل الثاني
الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً- الإطار النظري

المقدمة:

تميل الكائنات الحية إلى تغيير سلوكها؛ استجابة لتغيرات البيئة، فعندما يطرأ تغير على البيئة التي يعيش فيها الكائن، فإنه يعدل سلوكه وفقا لهذا التغيير، ويبحث عن وسائل جديدة لإشباع حاجاته، وإذا لم يجد إشباع هذه الحاجات في بيئته، فإما أن يعمل على تعديلها، أو تعديل حاجاته، وهذا السلوك أو الإجراء يسمى بالتكيف (بطرس، 2008).

إن التكيف عملية ديناميكية لتفاعل الفرد مع المحيط، تستهدف إقرار التوازن بين الفرد من جهة، والمحيط من جهة أخرى، ويمكن تحديد عنصرين للتكيف: المحيط النفسي الداخلي للفرد، والمحيط الخارجي، وهذان العنصران يتفاعلان مع بعضهما أثناء عملية التكيف، وقد يكون مناسباً ومصدر ارتياح واطمئنان، وقد يكون غير مناسب، أو منطوياً على الاضطراب (الخالدي والعلمي، 2009).

ويمكن النظر إلى التكيف من حيث أبعاده ومجالاته المتنوعة، من خلال التكيف الشخصي والتي تشمل: السعادة مع النفس، والرضا عنها، وإشباع الدوافع الأولية: كالجوع، والعطش، والجنس،... الخ، والثانوية: كالأمن، والحب،... الخ، وانسجامها وحل صراعاتها، وهناك كذلك التكيف الاجتماعي، ويشمل: السعادة مع الآخرين، والالتزام بقوانين المجتمع وقيمه، والتفاعل الاجتماعي السوي (بطرس، 2008).

I- التكيف النفسي ومفهومه:

النفس البشرية تمتاز بالكثير من السلوكات الطبيعية التي تولد مع الإنسان، والسلوكات المتعلمةة التي يكتسبها مع مرور السنوات وخلال فترات عمره المختلفة، باحتكاكه مع المجتمع بداية من أسرته، وصولاً إلى محيطه الخارجي الذي يعيش فيه.

ويؤكد علماء النفس والاجتماع، ومنهم: فرويد، إريك، روجرز، ...، بأن مراحل التحول النفسي والطبيعي عند الإنسان تبرز من خلال التغيرات التي تظهر في مظاهر النمو المختلفة الجسمية، والفسيولوجية، والعقلية، والاجتماعية، والانفعالية، والدينية، والخلقية (الدويش، 2014).

ويواجه الأفراد العديد من التحديات والمشكلات التي قد تسبب لهم سوء التكيف النفسي والاجتماعي، والمعاناة الانفعالية المستمرة، وذلك نتيجة للتفاوت والتباين في النمو الانفعالي والمعرفي، مما قد يتسبب لهم في العديد من المشكلات التكيفية وبخاصة في الجوانب الانفعالية، والاجتماعية، والعائلية، ويعد التكيف النفسي من القضايا التي انتشرت بشكل كبير نتيجة التغيرات الحديثة سواءً الاجتماعية، أم الاقتصادية، أم السياسية (أبو زيتون، 2010).

أما من حيث تعريف مصطلح التكيف، فهو يشير إلى: القدرة على التعامل مع المتطلبات، أو الضغوطات، وبالتالي فهو القدرة على التعامل مع المشكلات، سواءً أكانت نابعة من الداخل، أم من الخارج، أما إذا لم يتم التعامل مع المشكلات بنجاح، أي قادت إلى مزيد من التعقيد، وانعكست بشكل سلبي على الفرد، بحيث يحول ذلك دون تحقيق أهدافه، فإننا نتحدث عن سوء التكيف، ويعرف أيضاً على أنه: عملية تسير نحو نتيجة ما قد تكون حسنة كما عرفها الرفاعي في دراسة (أبو زيتون، 2010).

ويعرف التكيف النفسي على أنه: عملية ديناميكية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يعدل من سلوكه، أو بنائه النفسي رداً على ظروف محيطة، أو خبرات جديدة لبحث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين بيئته (العدوان، 2015).

كما ويعرف على أنه: عملية يسعى فيها الفرد نحو التعديل، والتغير حتى يتمكن من التلائم مع متطلبات بيئية، وقد يكون هذا التغيير داخلياً وخارجياً، يسعى الفرد من خلاله في التفاعل مع المشكلات، والتحديات، والضغوطات التي تواجهه (بنات، 2014).

ويلجأ إليه الفرد إذا ما اختل توازنه النفسي، إما لعدم إشباع حاجاتـــه، أو لعـــدم تحقيـــق أهدافه، بقصد إعادة هذا التوازن الذي يحقق بإشباع هذه الحاجات، أو تحقيق هذه الأهداف، ولو حللنا عملية التكيف النفسي سنجد أنها تتم وفق الخطوات االاتية (موسى، 2010):

1. وجود دافع، أو حاجة تدفع الإنسان إلى هدف خاص.
2. وجود عائق، أو محيط يمنع الوصول إلى تحقيق الهدف.
3. القيام بمحاولات للتغلب على هذا العائق.
4. الوصول إلى الهدف.
5. لكن قد يحدث وأن يفشل الفرد في تحقيق هدفه؛ وذلك لفشل تجارته، وهنا قد يحدث هروبـــاً من الموقف المعوق، ويستمر اختلال توازنه النفسي وتوتره، ويكتفي بإشباع بديل لهذا الهدف عن طريق الخيال، وأحلام اليقظة، أو اللجوء إلى تعاطي الخمر والمخدرات.

جوانب التكيف النفسي:

يمكننا توضيح جوانب التكيف النفسي كما يلي:

أولاً- الجانب الانفعالي: ويكشف عن المعاناة من القلق، الشعور بالكآبة والحزن، المعاناة من تقلب المزاج والانشغال بالجنس الآخر، والميل إلى الانسحاب من المواقف التي تحتاج المواجهة، والاستثارة والغضب، والاضطراب عند ملاحظة الآخرين للفرد، والإخفاق في التعبير عن المشاعر، والبكاء السريع، والملل، وأحلام اليقظة، والخجل من المظهر، والتأثر بإيحاءات الآخرين، والخوف من الظلام، والتشائم، والمعاناة من التوتر والتشنج، والمعاناة من الأرق، والشعور بالنقص والدونية، والشعور بالرضا عن النفس، والثقة بالآخرين، والمتعة بصحبة الآخرين، وضبط الانفعالات.

ثانياً- الجانب المعرفي: ويكشف عن حالات الشرود، والقدرة على التفكير المستمر، وحل المشكلات، وتنظيم الشؤون الخاصة، والقدرة على التلخيص، والإخفاق في التركيز، والذاكرة الجيدة، والتخطيط للعمل قبل القيام به، واعتماد مبدأ الشك في تعريف الأشياء، والإخفاق في التعبير عما يجول في فكر الفرد، والاستيعاب البطيء للمعارف، والإدراك السريع للعلاقات بين الأشياء أو المواقف، واتخاذ القرارات، والحجة، والبرهان، والقدرة على التحصيل الدراسي، وامتلاك ثقافة مناسبة، واعتماد أسلوب تحليل الأفكار، والمحاكاة، والاستقرار.

ثالثاً- الجانب القيمي: ويكشف عن الممارسة المنتظمة للمشاعر الدينية، تسويغ أو تعليل التعصب الديني، والشك بأن هناك أموراً ليست من صميم الدين، واحترام جميع الأديان، وإقامة علاقات طيبة مع الآخرين أياً كان دينهم، ومجاملة الآخرين ومسايرتهم دون اقتناع حقيقي بآرائهم، وإدراك قيمة الوقت واستغلاله فيما هو منتج ومفيد، وتسويغ التفاهات، والإيمان بأن

العمل القيم يتطلب العمل الجيد، والقبول بتعميم الأحكام والتقاليد الاجتماعية، وتذوق الجمال في الأعمال الفنية، والاستمتاع بمناظر الطبيعة، وتحبيذ تضحية الفرد بذاته في سبيل الآخرين.

رابعاً- الجانب النفسي: ويتجلى هذا الجانب من خلال الرضى النفسي الذي يشعر به الفرد، نتيجة لعلاقته الايجابية مع الآخرين ورضاهم عنه، إذا كان سلوكه الاجتماعي إيجابياً، ويعكس درجة الرضا والسعادة، ويدل من ناحية أخرى على الناحية الثقافية التي يتمتع بها الفرد (موسى، 2010).

II- التكيف الاجتماعي ومفهومه:

يعد التكيف من الموضوعات التي اهتم علم النفس بدراستها؛ لأنه يرتبط ارتباطاً مباشراً بسلوك الإنسان، ومع دخول التكيف كمرادف للتوافق لتفسير مظاهر التغيير الاجتماعي في سلوك الفرد ليشمل كل ما يقوم به الفرد من سلوك؛ ليحقق التكيف بينه وبين بيئته معناه تغير سلوك الفرد، كي ينسجم مع غيره من الأفراد، وخاصة الخضوع للالتزامات الاجتماعية (المنصور، 1992).

إن عملية التكيف تقوم على مسايرة الفرد لمعايير المجتمع، والمواصفات الثقافية، من خلال قدرته على الاستجابات المتنوعة التي تلائم المواقف المختلفة، ويعكس أسلوب الفرد في مواجهة الحياة وحل مشكلاته، والتكيف يتضمن تفاعلاً مستمراً بين الفرد وبيئته، بين مطالب الفرد وحاجاته ومتطلبات البيئة، ويتم التكيف أحياناً بقبول الفرد الظروف التي لا يقوى على تغييرها، ويتحقق التكيف أحياناً بتعبئة الفرد طاقاته فيعدل الظروف التي تعترض تحقيق أهدافه، ويكون التكيف أحياناً وسطاً بينهما (رجب، 2008).

ويعرف التكيف على أنه: عملية التغيير وفقاً للظروف التي تحيط بالمرء، أو تبعاً لمتطلبات البيئة الطبيعية، ويشير التكيف إلى تغيير عضوي في شكل الجسم أو وظائفه، بحيث يصبح قادراً على البقاء والاستمرار. كما يعرف بأنه: أي تغيير في الكائن الحي في الوظيفة أو الشكل، ييسر له الاحتفاظ ببقائه كفرد أو نوع، أو تلك العمليات التي يتوافق بواسطتها الكائن الحي مع بيئته الطبيعية والمادية (عبد الفتاح، 2014).

ويعد التكيف الاجتماعي مفهوماً مستمداً أساسا" من العلم البيولوجي، على نحو ما حددته نظرية دارون في عام 1858م (نظرية النشوء والارتقاء)، ويشير هذا المفهوم إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه؛ محاولة منه من أجل البقاء، ووفقاً لهذا المفهوم يمكن أن يوصف سلوك الإنسان بكونه ردود أفعال للعديد من المطالب، والضغوط البيئية التي يعيش فيها كالمناخ وغيرها من عناصر البيئة الطبيعية، ومتغيرات البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الإنسان من أفراد وجماعات (محمد، 2012).

ويعرف التكيف الاجتماعي على أنه: قدرة الفرد على التوافق مع نفسه، ومع المجتمع الذي يعيش فيه، ويسلك سلوكاً مقبولاً يدل على الاتزان في مختلف المجالات، وتحت تأثير جميع الظروف (رجب، 2008).

وفي تعريف آخر للتكيف الاجتماعي على أنه: عملية تعديل سلوك الفرد واتجاهاته، حسب السلوكات والاتجاهات العامة لدى الجماعة التي تعيش في داخلها، الأمر الذي يجعل هذه العملية قائمة على أساس الاسترضاء، والتفاهم، والاستجابة، أي أن تفاعل الفرد، أو الجماعة مع الوسط الاجتماعي، تستوعب فيه معايير هذا الوسط وقيمه، ويحور فيه الوسط بما يتوافق مع الظروف والأهداف المستجدة للنشاط، وبذلك فهو: العملية التي يتمكن بها الفرد من مجاراة الظروف المحيطة به (عبد الفتاح، 2014).

مراحل التكيف الاجتماعي:

إن سنين الطفولة الأولى لها أهميتها في تنشئة الطفل، وفي تمتعه بأكبر قسط من التكيف السليم في مستقبل حياته، لذلك وجب على المربين أن يتفهموا أحسن السبل للتعامل مع الطفل في مراحل نموه الأولى؛ لكي تضمن له نمواً سليماً، إذ إن الطفل يولد في مجتمع ذي ميراث ثقافي معين، فإنه ينمو ليتبنى نمطاً من السلوك الاجتماعي، يعكس عادات مجتمعه ومفاهيمه، وكما هو الحال في أنواع النمو الأخرى، فإن التكيف الاجتماعي يتخذ تدريجياً نمطاً معيناً من خلال تغيره الدائم في تقدمه نحو النضج الاجتماعي، وعلى الرغم من أن بعض مظاهر سلوكه تميل إلى الثبات خلال حياته كلها، فإن الكثير من الفروق تتبدى بين أنماط استجابة الأطفال اجتماعياً (فهمي، 1976).

إن فكرة التكيف للبيئة من الأفكار الأساسية في علم النفس؛ لأن معيار النشاط الذي يدرسه هذا العلم يبدو في أثناء تكيف الإنسان لبيئته، والتي هي مجموعة من العوامل الخارجية التي يمكن أن تؤثر في نمو الكائن، ونشاطه منذ بدء تكوينه إلى آخر حياته، والبيئة إما مادية، أو بيولوجية، أو اجتماعية، وتؤثر على درجة تكيف الفرد (محمد، 2012).

معايير التكيف الاجتماعي:

يدفع الاهتمام بدراسة تكيف الشخصية إلى وضع معايير لقياس التكيف، على الرغم من اختلاف العاملين في هذا المجال في التعبير، وصياغة لهذه المعايير الإجرائية، وتوضيح طريقة تطبيقها، إلا أنهم متفقون من حيث مضمونها، ويمكن عرض معايير التكيف الاجتماعي كما يلي (رجب، 2008):

1. الراحة النفسية: ويعني غيابها إحدى العلامات الدالة على سوء التكيف، ومن أمثلتها: حالات الاكتئاب والشعور القاهر بالذنب، أو الخوف من المرض أو الموت.
2. الكفاية في العمل: فمن العلامات الدالة على وجود صعوبات تحول بين الشخص وتكيفه السوي، هو عجز الشخص عن استغلال استعداداته، ومهاراته المهنية والاجتماعية، وقد يكون سبباً للفصل الدراسي، أو التحصيل المتدني، أو أن يكون إنتاجه أقل مما تنبأ به مقارنة بقدراته.
3. الأعراض الجسمية: إذ يكون الدليل الوحيد على وجود نقص في التكيف هو إصابة عضو من أعضاء الجسم، وقد نشأ الطب النفسي الجسمي بعد ملاحظة تأثير مدى التكيف النفسي في وجود التكيف الاجتماعي.
4. التقبل الاجتماعي: من أهم أدلة كفاية التكيف أن تكون الصورة التي يتخذها الشخص مقبولة اجتماعياً، ويتحقق ذلك بكون سلوكه التكيفي يقره المجتمع.

عوامل التكيف الاجتماعي:

يظهر التكيف نتيجة لعوامل عدة، منها: إشباع الحاجات العضوية، أو الفسيولوجية كالحاجة إلى الطعام، والنوم، والمأوى، حيث يعتبر إشباع هذه الحاجات أمراً ضرورياً، إذ بدونها يتعرض المرء للهلاك، بالإضافة إلى الحاجات الشخصية، والاجتماعية، والنفسية، فإشباع هذه الحاجات يعد من العوامل المهمة لحدوث عملية التكيف، ومن أهم هذه الحاجات: الحاجة إلى الحنان، والنجاح، والاستقرار، والحاجة إلى الانتماء، وإذا لم تشبع هذه الحاجات عضوية كانت أم نفسية، فإنها تخلق جنوحاً إلى محاولة إشباعها بأي وسيلة. ويعتمد أساس التكيف ويقوم على أمرين: الأول أن يكون الشخص قادراً على توجيه حياته توجيهاً ناجحاً، بحيث يشبع حاجاته المختلفة،

فتكون لدى الفرد العادات، والمهارات التي تسير إلى إشباع حاجته الملحة، والأمر الثاني هو أن يشبع حاجاته بطريقة لا تعوق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين (عبد الفتاح، 2014).

ولابد من توافر شرط أساس لحصول التكيف الاجتماعي ألا وهو المرونة، أي مدى استجابة الفرد للمؤثرات الجديدة استجابة ملائمة، فالشخص الجامد غير المرن لا يتقبل أي تغيير يطرأ على حياته، ومن ثم فإن تكيفه وعلاقته بالآخرين تضطرب إذا ما انتقل إلى بيئة جديدة مغايرة في أسلوب الحياة، أما الشخص المرن فإنه يستجيب للبيئة الجديدة استجابات ملائمة؛ لتحقيق التكيف بينه وبين البيئة (محمد، 2012).

النظريات المفسرة للتكيف:

يختلف تفسير التكيف باختلاف المدارس النفسية، ونظرة كل منها إلى الإنسان والحياة، وطبيعة العلاقات الإنسانية، وفي القرن العشرين ظهرت ثلاث نظريات رئيسة درست التكيف الإنساني، وذلك من خلال ثلاث مدارس نفسية، هي: مدرسة التحليل النفسي، والمدرسة السلوكية، والمدرسة الإنسانية، وذلك على النحو الآتي:

- **نظرية التحليل النفسي:**

حسب فرويد "Frued"1900 فإن التوافق النفسي هو: إشباع الغرائز والرغبات البيولوجية بصورة تتجنب العقوبات الاجتماعية، وهو بذلك يتحدث عن حالة الانسجام بين الهو والأنا، والأنا العليا، ويتجنب استخدام الحيل الدفاعية، إذ يرى فرويد –مؤسس هذه المدرسة– أن الفرد يولد مزوداً بغرائز ودوافع، وأن الحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات يعقبها إشباع للحاجات أو إحباطات. وعليه، فإن الفرد في صراع بين دوافعه الشخصية التي لا يقبلها المجتمع من جهة،

والمطالب الاجتماعية من جهة أخرى، ولا يتم التكيف إلا إذا استطاعت الأنا التي تعمل وفق مبدأ الواقع على تحقيق التوازن بين متطلبات الهو، وتحذيرات الأنا الأعلى، ومقتضيات الواقع، أي حل الصراع بين الهو والأنا الأعلى (سليمان، 2014).

ويعتقد إريك فروم (Erich Framm, 1990) كما ورد لدى (سليمان، 2014)، أن الشخصية المتكيفة هي: التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة، وأن تكون مستقبلة للآخرين، ومنفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل، ويقول: إن توافق الفرد مع المجتمع يمثل حلاً وسطاً بين الحاجات الداخلية للفرد، والمطالب الخارجية للمجتمع تتبنى طابعاً اجتماعياً يتفق ومقتضيات المجتمع.

- **النظرية السلوكية: (1972)**

ينظر الاتجاه السلوكي لمفهوم التوافق –التكيف– من خلال ارتباطات بين مثيرات حسية، واستجابات جسمية، وعقلية، وانفعالية، واجتماعية، والاتجاه السلوكي ينظر إلى شخصية الفرد وكأنها آلة ذاتية الحركة، توجهها ضغوط بيئية، وحوافز متغيرة، واستجابات توافقية، ويمثل مفهوم العادة مركزاً أساسياً في النظرية السلوكية، باعتبار أن العادة مفهوم يعبر عن رابطة بين مثير واستجابة، وبما أن العادات متعلمة ومكتسبة لهذا يمكن استبدال العادات غير التكيفية بعادات تكيفية، طبقاً للمدرسة السلوكية فإن أنماط التوافق وسوء التوافق تعد متعلمة، أو مكتسبة، وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الفرد، والسلوك التوافقي يشمل على خبرات تشير الى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة، مقابل التعزيز أو الدعم. وترى المدرسة السلوكية أن الشخص المتوافق هو الشخص الذي استطاع أن يكوّن عادات سوية نتجت من خلال ارتباطات

بمتغيرات حسية، واستجابات جسمية، وعقلية، وانفعالية، واجتماعية، دعمت بالإثابة، وتكـــررت فأصبحت عادة (سليمان، 2014).

- **النظرية الإنسانية:**

ترى هذه النظرية أن الإنسان خير بطبعه ومطالبه تتفق مع مطالب المجتمع، وهو حر له إرادة في إختيار أفعاله التي يتكيف بها مع نفسه ومع مجتمعه، فقد نظر كـــارل روجـــر 1942 "Rogers" إلى التكيف بأنه يتحقق عندما يمكن دمج كل الخبرات الجسدية والإدراكية و الحســـية للفرد بصورة رمزية مع الصورة الذات ضمن علاقة توافق، أما في حالة سوء التكيـــف عنـــدما ينكر الفرد الخبرات أو لا يرمزها ضمن بنية الذات، سواءً أكان التكيف ناتج عن خبرات حسية آتية عن طريق الحواس أم جسدية آتية من داخل الجسد (حمادة، 2004). أما ماسلو "Maslow"، فيشير إلى أن التكيف مرتبط بتحقيق الذات وأن الكائن الحي ينشط ليحقق إشباعا لحاجاته، حيث يندفع الكائن الحي لإشباع الحاجات الأولية أو الفسيولوجية فإذا أشبعها اختفت من مجال دافعيته لتفسح المجال للمستوى الثاني من الدوافع، فإذا أشبع هذا المستوى أختفى وأفسح المجال للمستوى الثالث، وهكذا (الجماعي، 2008). ويرى إليس "Ellis" أن التكيف هو غاية كل كائن حي، ويعـــد دافعاً أساساً للسلوك، بمعنى أن كل فرد يتكيف مع بيئته بطريقته الخاصة، ويرتبط التكيف السوي بأمتداد الذات ويعني ذلك أن حياة الفرد لا ينبغي لها أن تتقيد في نطاق تلـــك المجموعـــة مـــن النشاطات التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بحاجاته وبواجباته المباشرة، وينبغـــي أن تكـــون مشـــاعره وتوتراته أكثر ميلاً إلى الكثرة والتعدد، وهذا الامتداد يتضمن إسقاطاً على المستقبل في صـــورة تخطيط وآمال (مصطفى، 2010).

- النظرية البيولوجية الطبية:

ويرى أصحاب هذه النظرية أن الكثير من أمراض القلب، والجهاز التنفسي، هي شكل من أشكال الفشل في التكيف، من هذه الأمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ ومنها الأرق، الضغط النفسي الذي يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، مما يسبب الجلطات الدماغية والقلبية، تعود هذه النظرية إلى جهود كل من داروين مندل وجالتون، وخلاصة القول: هذه النظرية تجمع جميع الجوانب النفسية والجسدية معاً، وتعتبر هي النظرة التكاملية لكل هذه النظريات (كامل، 1999).

وفي ضوء ما تقدم يمكن القول: إن التكيف عملية مستمرة لا تكاد تخلو لحظة من حياتنا منها، بل نستطيع أن نقول: إن أي سلوك يصدر عنا ما هو إلا نوع من التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية، وهو أيضاً عملية تتصف بالديناميكية، يهدف منها الفرد إلى تغيير سلوكه لغرض إحداث ملائمة بينه وبين بيئته، فهي إذن ظاهرة سببية تختلف من شخص إلى آخر، وأيضاً تختلف باختلاف البيئات الاجتماعية. ولقد فسر علماء النفس التكيف النفسي والأجتماعي بأنه تقبل الذات تقبلا أيجابيا مما يساعد الفرد على التكيف في البيئة الجديده، والقدرة على مواجهة الظروف المتقلبة.

III- تقدير الذات:

يحتل مفهوم الذات أهمية في حياة الفرد، فهو الذي يوجه أفعالنا في المواقف المختلفة، وعلى أساسه تفسر الخبرات التي نمر بها، وتحديد توقعاتنا من أنفسنا ومن الآخرين، بالإضافة إلى ذلك فإن مفهوم الذات يعمل على تحقيق الاتساق المتواصل بين سلوكنا، ونظرتنا إلى أنفسنا سلبية كانت هذه النظرة أم إيجابية. ويتشكل مفهوم الذات منذ الطفولة، عبر مراحل النمو

المختلفة، يكتسب الفرد خلالها وبصورة تدريجية فكرته عن نفسه، أي أن الأفكار والمشاعر التي يكونها الفرد عن نفسه هي نتاج أنماط التنشئة الاجتماعية، والتفاعل الاجتماعي، والخبرات التي يمر بها من خلال تفاعله مع الأشخاص الذين يعيش معهم، وأساليب الثواب والعقاب، والاتجاهات الوالدية، وتقييمها مواقف وخبرات إدارية، واجتماعية، وانفعالية، يمر بها الفرد، مثل: خبرات النجاح، والفشل، والوضع الاقتصادي، والاجتماعي، وأمور أخرى مرتبطة بالإحباط والصراع، إن مفهوم الذات لدى الفرد مركز خبراته الشخصية، وكل الأشياء حول الفرد قد تتغير، فقد تكبر وتصغر بنظره، في حين تستمر الذات في التأثير في كل ما يراه، فإنه يختار مدركاته بالإشارة إلى مفهوم الذات لديه (محافظ والزعبي، 2008).

ويرى القطناني (2011) أن مفهوم الذات هو بمثابة ما يحمله الفرد من أفكار عن نفسه، وهو مجموعة من الصفات التي تعتبر مهمة بالنسبة له، والتي تتضمن مجالات عديدة، منها: الجسمية، والاجتماعية، والعقلية، والانفعالية، والأكاديمية، وكذلك فإن مفهوم الذات هو الأساس الذي ترتكز عليه الشخصية، ويتكون مفهوم الذات من تجارب الفرد، وتفاعله مع الأفراد المحيطين به، ومع بيئته الخارجية، وتظهر الذات عندما يكون الفرد اجتماعياً.

أما القاضي (2009)، فيشير إلى أن الفرد يبدأ في تكوين نظرة نحو ذاته، تتضمن أفكاراً واتجاهات ومعاني ومدركات حولها، وبتعبير أدق يكون الفرد مفهوماً حول ذاته كما يكون الفرد – في الآن ذاته – أفكار ومشاعر وإدراكات حول جسمه، وتنمو لديه صورة ذهنية نحو جسمه متضمنة الخصائص الفيزيقية والخصائص الوظيفية واتجاهاته نحو هذه الخصائص، وهذا ما يطلق عليه صورة الجسم، وأن نمو صورة الجسم الإيجابية تساعد الناس في رؤية أنفسهم جذابين وهذا ضروري لنمو الشخصية الناضجة، فالناس الذين يحبون أنفسهم ويفكرون بأنفسهم على نحو

إيجابي على الأرجح، يكونون أكثر صحة، بينما صورة الجسم السلبية يمكن أن تؤثر على حياة الفرد، فالناس ذوي صورة الجسم السلبية لديهم تقدير ذات منخفض.

تعريف مفهوم الذات:

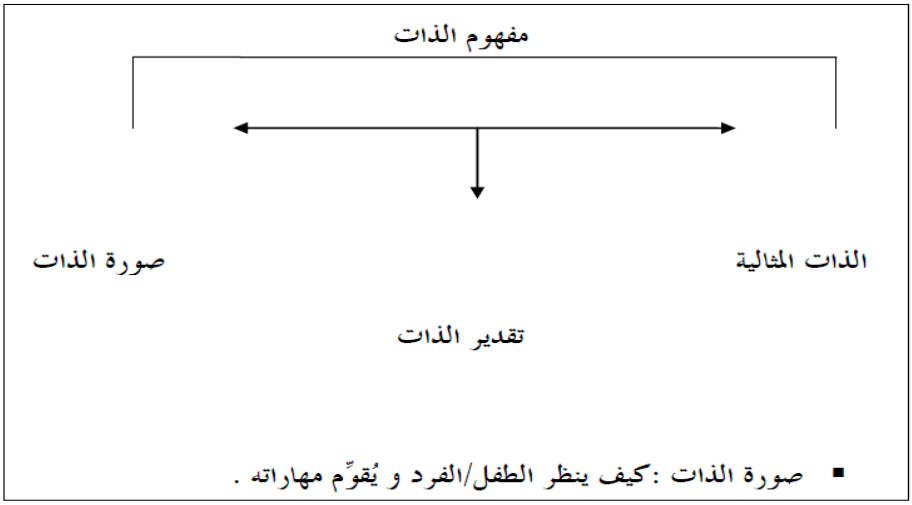
الذات لغة: وذات الشيء نفس الشيء وجوهره، فهذه الكلمة لغوياً مرادفة لكلمة النفس والشيء، ويعتبر الذات أعم من الشخص؛ لأن الذات تطلق على الجسم والاحساس، والشخص لا يطلق إلا على الجسم فقط (قطناني، 2011).

الذات اصطلاحاً: الطريقة التي ينظر بها الفرد إلى نفسه ونظرته لها، ويكون تفكيره وشعوره غالباً متسقاً ومنسجماً مع مفهومه عن ذاته، وهو مجموعة من القيم والاتجاهات والأحكام التي يملكها الإنسان عن سلوكه، وقدراته، وجسمه، وجدارته كشخص، وهو مفهوم متعلم مكتسب، يتكون لدى الفرد من خلال تفاعله مع بيئته (قطناني، 2011).

لقد قام علماء النفس الحديث بدراسة سلوك الإنسان ومحاولة تفسيره، مما مكنهم وضع أسس علمية نظرية لقياسه، وبدأ مفهوم الذات بمعرفة ملامحه بشكل أوضح، ومعرفة الفرد لذاته والآخرين، وأن مفهوم الذات يرتبط بعدة عوامل، منها: ما هو وراثي، مثل: الذكاء والوعي والإدراك، ومنها ما هو مكتسب، مثل: التنشئة الاجتماعية، وجماعة الأقران، والمربين، والمدرسين، ولكل عامل من هذه العوامل دور في نمو مفهوم الذات وتبلوره، ولكن هناك اختلاف في أهميتها حسب قوة تأثيرها ودرجتها.

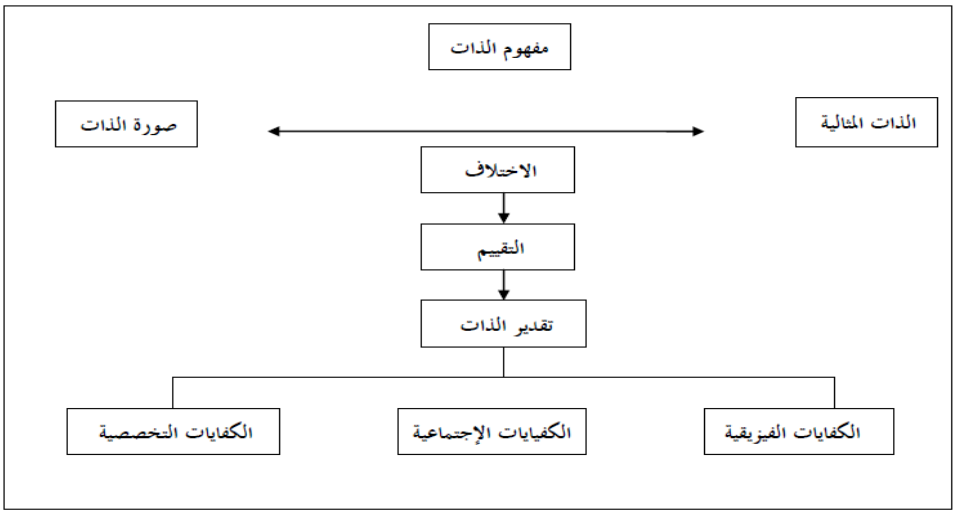
شكل رقم (1)

النموذج النظري لمفهوم الذات وفــق(Lawrence 1988)



شكل رقم (2)

النموذج النظري لمفهوم الذات وفق (Harter 1982) و (Lawrence 1988)



أهمية تقدير الذات:

إن تقدير الذات مهم جداً من حيث إنه هو البوابة لكل أنواع النجاح الأخرى المنشـــودة، فمهما تعلم الشخص طرق النجاح وتطوير الذات، فإذا كان تقييمه لذاته ضعيفاً فلن ينجح بالأخـــذ بأي من تلك الطرق للنجاح، لأنه يرى نفسه غير قادر، وغير أهل، ولا يستحق هذا النجاح، كما أن تقدير الذات لا يولد مع الإنسان، بل هو مكتسب من تجاربه في الحياة، وطريقة رد فعله تجاه التحديات والمشكلات، وعدم الرغبة في الحديث عنها، وهذا يتطلب شـــجاعة فـــي أن يعتـــرف الإنسان بأخطائه وعيوبه، لذلك كانت الخطوة الأولى هي رفع مستوى الشجاعة عند الشـــخص؛ ليواجه عيوبه ويعمل على حلها (شعبان، 2010).

الرغبة في التقدير:

كل واحد منا يرغب أن ينظر له على أنه ذو أهمية، وأنه يعمل شيئاً له قيمة، وينطبق هذا علـــى ربة البيت التي لا يشكرها أحد فتشعر بالتعب، كما وأن عنصراً مهماً من عناصر الصداقة هـــو التقدير، فالصديق يقدر صديقه حق قدره، وهذا يبعث السرور، وفقدان الصديق يصـــحبه فقـــدان التقدير، وقد يعامل الشخص المسن كأنه شخص غير مفيد، مع أنه يمكن أن يكون قد انتفع الجيل الحاضر من أعماله الماضية التي لم ينتفع منها نفسه، فيشعر الشيخ المسن بالغبن، وعدم التقدير، وبالتالي الخيبة (شعبان، 2010).

الحاجة إلى احترام الذات:

قد يواجه الإنسان الفشل وخيبة الأمل، غير أنه يحاول أن يظن خيراً بنفسه، الأمر الذي يشجعه على السير إلى الأمام، وهنا ليس في الفشل خطورة، ولكن الخطورة تكمن عندما يشـــعر

الإنسان بأن لا مكان له في هذا الوجود سوى الفشل المستمر، فيفقد احترام الذات. ويحدث هـذا اعتيادياً عندما يصل الإنسان إلى منتصف الحياة، فينظر إلى الوراء فيستاء لأنه لم يحقق شـيئاً من خططه وأحلامه، ويكون بذلك قد وضع لنفسه العراقيل التي عليه الآن أن يتخلص منها، وأن بقية العمر قد لا تكفي لهذا الغرض، فيتملكه اليأس، ويفقد ما تبقى من احترام الـنفس (شـعبان، 2010). ولكن في كثير من الأحيان لا يكون الفشل ذريعاً بالدرجة التي يتصورها المـرء، وأن جهداً منظماً بسيطاً يعيق حالة التوازن، وبخاصة إذا لم يصل الإنسان لدرجة عدم احترام الـذات (الخفاف، 1997).

العوامل المؤثرة في تقدير الذات:

يعتبر تقدير الذات بعداً مهماً في حياة الأفراد، فكل فرد وخلال قيمته لذاته يكون بـذلك يبحث عن قيمة ذاته بالنسبة له كشخص، وكذلك يبحث عن ذاته بالنسبة للأشخاص المحيطين به والمهمين في حياته، فهو يؤثر ويتأثر بهم؛ لأن العلاقات ترتبط بمن حوله، وهي علاقات نشأت من خلال عملية التنشئة الاجتماعية الأولى التي تلقاها الطفل في أسرته بدرجات متفاوتـة فـي الفرد، مكونة بذلك مفهوم الفرد عند الآخرين، وأهميته في وسطهم، وبالتالي تبين أهمية وقيمة ما عنده، مكوناً بذلك مجموعة من المدركات والاتجاهات التي يقوم بها، ويقدر ذاته مـن خلالهـا، ومشبعاً لحاجاته في التقدير الاجتماعي التقدير الذاتي، لكن هذا لا ينفي أن ينشأ الفرد في بيئتـه يتأثر بها لا يؤثر فيها، فيحرم من الاتصال والتأثير المتبادل بينه وبين محيطه، ولا يشبع حاجاته النفسية والاجتماعية، العطف، الحب، الانتماء، فيشعر بالإهمال والنبذ، وتجعله الظروف المحيطة به يقدر ذاته تقديراً سلبياً، مقارنة بأفراد مجتمعه الذين يعيشون في محيط يوفر لهم كـل شـيء (هادي، 2011).

ومن وجهت نظر الباحثة، فإنها ترى أن العوامل المؤثرة في تقدير الذات: هي الأسرة والتنشئة الأسرية التي لها أثر كبير في بناء الفرد وبناء تقديره لنفسه إما تقدير إيجابي أو سلبي، وفي عمر المراهقة يبدأ تأثير الأقران علية، ولكن في عصرنا الحالي ومع دخول الإنترنت على مجتمعاتنا ووسائل التواصل الأجتماعي، الذي أصبحت تؤثر على الأفراد بشكل كبير أكبر من الأسرة والأقران، والذي يسمى العالم الأفتراضي الذي دخل بيوتنا دون إستئذان وبدأ يؤثر بشكل سلبي على أسرانا ومجتمعنا.

العوامل البيئية والاجتماعية:

يتكون مفهوم الذات لدى الفرد منذ اللحظات الأولى في حياته، حيث يبدأ في تجميع المعلومات عن نفسه والآخرين المحيطين به؛ لأن الإنسان لا يولد ولديه مفهوم للذات، لكنه ينمو بنمو الفرد (شعبان، 2010).

الشخصية الإنسانية ظاهرة تكوينية، وعملية إنمائية مستمرة في غاية التعقيد، وتتضمن التفاعل بين الفرد وبيئته المادية، والنفسية، والاجتماعية، وهي الإطار الخاص بالفرد، والذي تنظم فيه طبيعته الجسمية، والعقلية، والنفسية، وخلاصة خبرته التي مر بها، وما اكتسبه من أفكار ومعتقدات بصورة مقصودة وغير مقصودة، والتي تفاعل فيما بينها في مواجهة المثيرات البيئية المختلفة، مؤدية إلى استجابات خاصة تدل على الكيفية الفريدة التي مر بها هذا التفاعل في موقف معين، ومعنى ذلك أن الشخصية ترتكز على عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية، هما: عامل الوراثة، وعامل الخبرة التي تكتسب من البيئة، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلا بالتفاعل بين هذين العاملين (الدليمي ومخيل، 2012).

إن الأسرة تشرف على النمو النفسي للطفل، وتؤثر في تكوين شخصيته وظيفياً وديناميكياً، وتوجيه سلوكه منذ الطفولة المبكرة، وتلعب العلاقات بين الوالدين، والعلاقات بينهما وبين الطفل وإخوته، دوراً مهماً في تكوين شخصيته، وأسلوب حياته وتوافقه، فالعلاقات الفعالة السوية تساعد في أن ينمو طفل ذو شخصية سوية (الدليمي ومخيل، 2012).

أما جماعة الأقران، فهي تقوم بدور مهم في تكوين شخصية الفرد، حيث تساعد الجماعة في النمو الجسمي للطفل عن طريق إتاحة الفرص بممارسة الأنشطة الرياضية، والنمو العقلي عن طريق ممارسة الهوايات، والنمو الاجتماعي عن طريق النشاط الاجتماعي، وتكوين الصداقات، والنمو الانفعالي في مواقف لا تتاح في غيرها من الجماعات، وكلما كانت جماعة الأقران رشيدة كان تأثيرها إيجابياً على الفرد، أما إذا كانت منحرفة كان تأثيرها سلبياً (زهران، 2004).

أما في عصر الشبكة العنكبوتية (الإنترنت) الذي أصبح تأثيرها على المجتمع اكثر من العوامل الأجتماعية الواقعية، في العالم الافتراضي الذي يؤثر على تقدير الذات للفرد من خلال تعليق، كلمة، أو حكم لأي صورة يضعها على وسائل التواصل الأجتماعي، يمكن أن تزيد من تقديره لنفسة، فإما أن تهز ثقتة بنفسة وتؤدي إلى تدني تقديره لنفسه، هذا للأسف الوضع الحالي لمجتمعاتنا.

التغيرات البيولوجية:

غالباً ما يقترن النضج المبكر بتقديرات إيجابية للذات، حيث إن النضج المبكر يمكن من المشاركة في نشاطات اجتماعية، ورياضية تعطى للفرد اعتباراً، أما تأخر النضج فيجعل الفرد

يعاني من ضغوط نفسية؛ لأنه يعامل كأنه أصغر من سنه بأسلوب مختلف عن أقرانه المبكـــرين في النضج، فيشعر بالنقص؛ لفقدانه المنافسة (شعبان، 2010)

القدرة العقلية:

يؤثر الذكاء على إدراك الفرد لذاته، وإدراك اتجاهات الآخرين نحوه، والفرص المتاحة أمامه، والعواقب التي تواجهه (زهران، 2003).

النظريات المفسرة لتقدير الذات:

نظرية روجرز Rogers(1969):

يعتقد روجرز أن الذات هي جوهر الشخصية الإنسانية، وأن مفهوم الذات حجر الزاوية الذي ينظم السلوك الإنساني، وأن مفهوم الذات يتأثر بخبرات الفرد وقيم الآباء، وأهدافه، وفكرة المرء عن نفسه متعلمة، وهي ارتقائية منذ الميلاد وتتميز بالتـــدرج خـــلال مرحلتـــي الطفولـــة والمراهقة، وهناك ثلاثة مصادر لتكوين صورة الفرد عن نفسه:

- قيم الآباء وأهدافهم، والتصورات التي يوجهها الفرد للمجتمع المحيط.
- خبرات الفرد المباشرة.
- الصورة التي تكون الصورة المثالية التي يرغب أن يكون عليها.

ويقوم مفهوم الذات لدى الفرد بوظائف مختلفة (الداهري، 2008):

- وظيفة دافعية: هي التي تحفز المرء على السلوك لتحقيق الأهداف.
- وظيفة تكاملية: تؤدي إلى تكامل السلوك الفردي بما يحقق صورة الفرد عن نفسه، وهو يرى أن الفرد إذا أدرك نفسه على أن يتصرف في مختلف المواقف بما يتلاءم مع صورته عن نفسه،

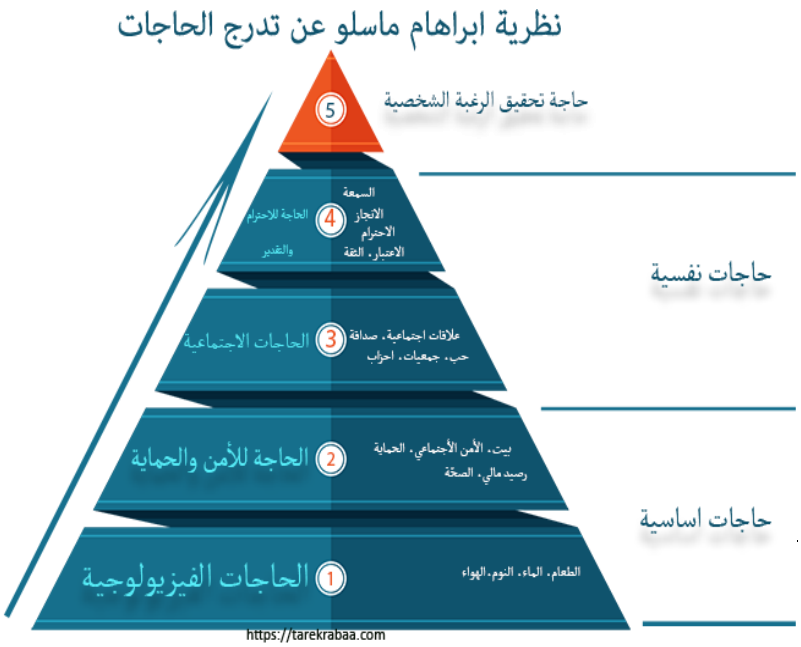
فإنه يشعر بالكفاية والجدارة والأمن، أما إذا شعر بأنه يتصرف خلاف فكرته عن نفسه، يشعر بالتهديد والخوف، ولما كان لدى الفرد حاجة ملحة كي يظهر أمام الآخرين على أنه قوي وجدير وقادر على حل مشكلاته، والاعتماد على نفسه وتحقيق ذاته، ويعيش بما يتلاءم مع صورته عن ذاته.

حيث توجد لدى كل البشر عامة حاجة ملحة للشعور بالدفء والحب والاحترام والتعاطف والتقبل من الآخرين، وخاصة أولئك الذين يمثلون أهمية في حياتنا كالوالدين، وتبقى هذه الحاجة للتقدير الإيجابي، نشطة طوال حياة الفرد، لكنها تستقل جزئياً عن اتصالات نوعية، أو محددة ومؤدية إلى حاجة ثانوية متعلمة هي التقدير الإيجابي للذات (عبد الرحمن، 1998).

نظرية ماسلو (1968)Maslow:

يرى ماسلو في هرمه المدرج: أن هناك مجموعة من الحاجات منها حاجات تقدير الذات قسمها إلى: حاجات المرء إلى تقدير ذاته بمعنى الرغبة في القوة، والإنجاز، والكفاءة.

حاجة المرء إلى تقدير الآخرين له بمعنى الرغبة في السمعة الحسنة، والمكانة، والاعتراف أو التقدير من جانب الآخرين له أو الشهرة، والمكانة والإقدام من جانب الآخرين، والحيلولة دون إتاحة الفرصة لإشباع هذه الحاجات أو تحقيقها يمكن أن ينتج الشعور بالنقص أو الدونية، حيث رأى ماسلو وحدة بناء الشخصية مركب منظم من الخصائص الظاهرة التنوع (عناصر سلوكية، وأفكار ونزعات للفرد ومدركات) لها وحدة مشتركة، فالفرد الذي ينخفض له تقدير الذات قد ينغمس في أفعال وأفكار ومدركات تبدو في ظاهرها منفصلة ولا رابط بينها، ولكن بالدراسة والتعمق تكشف عن علاقة دينامية بينها وبين محاولته استعادة تقديره لذاته (أبو أسعد وعربيات، 2009).



يركز ماسلو على جوانب الدافعية الشخصية للإنسان، أي إن طبيعة الدوافع أو الحاجات التي تحرك السلوك الإنساني عندما تشبع الحاجات الأكثر أولوية تأتي حاجات تالية كما في التدرج الهرمي الذي وضعه لتصل إلى القمة، وهرم الحاجات جاء كالآتي: حاجات فسيولوجية، حاجات السلامة والأمن، حاجات الانتماء والحب –حاجات التقدير– حاجات تحقيق الذات، حيث ميز ماسلو الحاجات الأربعة الأساسية بأنها حاجات إشباعها يجنب المرض الجسمي وسوء التوافق النفسي وبالطرف الآخر حاجات النمو وهي تضم الفئتين العليا (التقدير، والتحقيق) إشباعها يساهم ويساعد في نمو الفرد وتحقيقه لذاته (عبد الرحمن، 1998).

نظرية روزنبرج Rosenberg (1979):

اعتمدت منهجية روزنبرج على مفهوم الاتجاه كأداة محورية تربط السابق واللاحق من الأحداث والسلوك، لذا فقد اعتبر تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه، وأن الذات ما هي إلا واحدة من الموضوعات الكثيرة التي يكون الفرد نحوها اتجاهاً خاصاً، إلا أن اتجاه الفرد

نحو ذاته لا يختلف كثيراً عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى التي يتعامل معها، إلا أنه عاد ووضح فيما بعد أن اتجاه الفرد نحو ذاته قد يختلف، ولو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى (همشري، 2003).

نظرية زيلر (1969) Ziller:

تربط النظرية بين تقدير الذات، وتكامل شخصية الفرد من ناحية، وقدرته على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى، لذلك افترض زيلر أن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل والتلاؤم مع البيئة التي ستحظى بدرجة عالية من تقدير الذات، وهذا يساعدها على أن تؤدي وظائفها بدرجة عالية من الكفاءة في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه (الضيدان، 2003).

إن مفهوم تقدير الذات ليس له معنى بمعزل عن عوامل التنشئة الاجتماعية؛ لأنه يكون في مراحل مبكرة لدى الفرد حيث نجده ينمو نتيجة لرغبة الفرد لإثبات كفاءته، حيث إنه في جميع الأحوال يعبر مفهوم تقدير الذات عن القيمة الذاتية للفرد، سواءً أكانت مرتفعة أم منخفضة، ويرى أيضاً أن تقدير الفرد لذاته يختلف من مرحلة لأخرى، ومن نشاط لآخر، ومن حدث لآخر؛ لأنه يتأثر بالعوامل البيئية المختلفة المحيطة بالفرد (الشيخ خليل، 2006).

إن تنمية الحاجة إلى تقدير الذات لدى الفرد يجب أن تدعم في فترة مبكرة من عمره ؛حتى يكون مفهوماً موجباً عن ذاته، ويلعب الأبوان دوراً أساسياً ومحورياً في تنمية الجوانب الإيجابية لدى الفرد. في ذكر العوامل المؤثرة في تقدير الذات ويحددها مالحي وريسونر " Malhi & Reasoner" البيئة الأسرية، تقييمات وآراء الأخرين، المظهر، الإنجاز الأكاديمي، الأفكار الذاتية، التطلعات الشخصية، البراعة في أداء المهام والإنجازات والتطلعات الشخصية. ولقد

اكدو على أهمية العلاقات الأجتماعية وأثرها في إكساب النفس الثقة، فهناك علاقة مباشرة بين تقدير الذاتي والنجاح الأجتماعي، وهذا النجاح يشمل الاهتمام بالمظهر، والنجاح العلمي، والقدرة على تكوين علاقات أجتماعية جيدة. إذا يحتاج الشخص إلى قدر من القبول والإحترام الأجتماعي لتتكون لديه مشاعر إيجابية حول نفسه بأنه ناجح في عيون الآخرين. كما أن العلاقات الأجتماعية الشخصية تتحدد بدرجة عالية بمقدرة الشخص على التسامح والإنفتاح الذهني والتقبل للآخرين (المعايطة، 2008).

نظرية كوبر سميث Cooper Smith (1967):

يرى كوبر سميث أن تقدير الذات ظاهرة أكثر تعقيداً؛ لأنها تتضمن كلاً من تقييم الذات ورد الفعل، أو الاستجابات الدفاعية، وإذا كان تقدير الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة، وتقدير الذات عند سميث هو: الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه، متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق، ويقسم تعبير الفرد عن تقديره لذاته، إلى قسمين: التعبير الذاتي: وهو إدراك الفرد لذاته، ووصفه لها، والتعبير السلوكي: ويشير إلى الأساليب السلوكية، التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية، كما أشار سميث في كتاباته ودراساته إلى: أن جذور تقدير الذات تكمن في عاملين رئيسين، هما: الأول مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوي الأهمية في حياته، وهم يختلفون من مرحلة لأخرى، فقد يكون الوالدان ورفاقه في المرحلة الطفولة والمراهقة، والثاني تاريخ الفرد في النجاح، بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل (شقفة، 2010).

نظرية إبشتاين Epstein (2001):

يوضح إبشتاين أن كل شخص يضع صياغة للذات اعتماداً على قدرتها، وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة، ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات، بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز، وبزيادة تقدم الفرد فإن نظرته تزداد تعقيداً، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية، كما أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري، ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات، أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة خبرات الحياة، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظاته عن ذاته، إنه كموضوع مجرد وفقاً لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى، ومدى الاستحسان والاستهجان الذي لقيه الفرد أو يلقاه من قبل ذوي الأهمية في حياته (شقفة، 2010).

ونرى من خلال الاطلاع على النظريات المفسرة لتقدير الذات بأن تقدير الذات بمثابة تقييم الفرد لذاته، وكيف ينقله للآخرين، حيث نجد كل عالم من العلماء وضع وجهة نظره وفكرته حول المفهوم، حيث إن كارل روجرز "Rogers" أوضح أن تقدير الذات تتأثر بقيم الآباء وتصوراتهم، وخبرات الفرد المباشرة، وبما يكونه من صورة مثالية له، أما ماسلو فيرى أن حاجات تقدير الذات تنقسم إلى تقديره لذاته، وتقدير الآخرين له، أما روزنبرج يرى أن التنشئة الاجتماعية من أهم العوامل المؤثرة في تقدير الذات، أما زيلر فقد ربط بين الفرد وبيئته الاجتماعية وما لها من دور لتكامل شخصيته، أما كوبر سميث فأكد على دور الأسرة والعلاقات الإيجابية القوية بين الفرد وأسرته منذ الطفولة، وكيف تؤثر على تقديره لذاته، وإبشتاين الذي أكد على التنشئة الاجتماعية، يرى أن تقدير الذات عملية متأصلة منذ الصغر، تتأثر بالتنشئة

الاجتماعية والمجتمع المحيط، وهذا ما أجمعت عليه جميع النظريات، فإذا كان مجتمعاً داعماً كان الفرد أكثر تقديراً لذاته، والعكس صحيح.

ثانياً- الدراسات السابقة

يتناول هذا الجزء عرضا للدراسات السابقة ذات العلاقة التي أمكن التوصل إليها من خلال مراجعة الأدب النظري، وقد قسمت هذه الدراسات السابقة حسب متغيرات الدراسة إلى محورين، المحور الأول تناولت الدراسات التي أهتمت بالتكيف بشكل عام والتكيف النفسي والاجتماعي بشكل خاص، أما المحور الثاني للدراسات فقد تناول الدراسات المتعلقة بتقدير الذات.

أ) الدراسات المتعلقة بالتكيف:

سعت **دراسة دافودي مجدام، ريحاب، حسين زاده، تيموري. (Davoudimoghaddam, Raheb, Hosseinzadeh, Teymouri, 2018)** إلى تحديد تأثير التدريب على مهارات الجرأة على التكيف الشخصي والاجتماعي لرؤساء الأسر المعيشية في مشهد بإيران. وكان من المفترض أن التدريب على المهارات القاسية كان فعالاً على التكيف الشخصي والاجتماعي لرؤساء الأسر المعيشية. ولقد أجريت هذه الدراسة باستخدام تصميم مجموعة التحكم في الاختبار القبلي والبعدي. واستخدمت عينة من (44) رئيسة أسرة معيشية، ولقد أدى التدريب على المهارات القاسية إلى تحسين التكيف الشخصي والاجتماعي لرؤساء الأسر المعيشية. وعلاوة على ذلك، فإن التدخل في التدريب على الصلابة قد أدى بشكل فعال إلى تحسين عمليات التكيف في المنزل والصحة والتأثر العاطفي والمهني فيما بينها.

هدفت دراسة **شيرلي وجالستانيبور (Shrirali & pour, 2017)**، لتحديد العلاقة بين التكيف الاجتماعي، وتقدير الذات لدى طلاب جامعة آزاد الإسلامية في رام عموم في العام الدراسي (2016/2015)م، إذ اختير (210) طالباً باستخدام طريقة العينة العشوائية، واستخدم

الجرد وتعديل الجرد، وكوبر سميث الجرد الذاتي لجمع البيانات، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة بين التكيف الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

وهدفت دراسة **سيفاني وبينت بيرغ شيلو (Spahni, Bennett, Perrig-Chiello, 2016)** إلى تحديد أنماط التكيف النفسي؛ لفقدان الزوجة في سن الشيخوخة، وكانت عينة الدراسة مكونه من(402)، أرمل (228 امرأة و174 رجلاً)، تتراوح أعمارهم ما بين (60 و89) سنة، ومتوسط العمر (74.41) سنة، وممن فقدوا شريكهم خلال السنوات الخمس الماضية في منطقة بيرن في سويسرا. كشف التحليل الاستطلاعي الكامن الاستكشافي لنتائج صحة أعراض الاكتئاب واليأس والوحدة والرضا عن الحياة والصحة الشخصية ثلاث مجموعات مختلفة في عينة الأرملة: "المرونة" (54٪ من العينة)، "كوبر" (39٪)، و "نقاط الضعف" (7٪)، وكانت أهم المتغيرات لتوزيع المجموعة هي الموارد الذاتية –المرونة النفسية والسمات الشخصية الخمسة الكبرى–، لكن أيضاً نوعية العلاقة السابقة وكيف تمت مواجهة الخسارة، وأن التكيف الناجح يرتبط مع فقدان الزوجة في المقام الأول مع درجات عالية في المرونة النفسية، والانبساط وانخفاض درجات في العصبية، وسلطت النتائج الضوء على التباين في التكيف النفسي، والتأكيد على الدور المهم للموارد الذاتية في مواجهة فقدان الزوج في الشيخوخة.

وطبق دراسة **العدوان (2015)** دراسة هدفت للتعرف إلى التكيف النفسي وضغوط ما بعد الصدمة والحياة الهانئة لدى النساء المصابات بسرطان الثدي في منطقة التلجي في الجزائر، ولقد تكونت عينة الدراسة من (57) امرأة مصابة وغير المصابة بسرطان الثدي وأزواجهن وبناتهن وأزواجهن وبناتهن، جرى تطوير أداة للدراسة تقيس الحياة الهانئة، واستخدام مقياسي التكيف النفسي وضغط ما بعد الصدمة الذين طبقا على المجموعتين: المصابات وغير المصابات وأزواجهن وبناتهن أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المصابات وغير

المصابات، وخلصت الدراسة إلى استنتاج مفاده أن إصابة النساء بسرطان الثدي أدى إلى انخفاض التكيف النفسي والحياة الهانئة وارتفاع ضغط ما بعد الصدمة لديهن مقارنة بالنساء غير المصابات.

وسعت دراسة **عياد وفرج (2015)** للتعرف إلى التكيف الاجتماعي للمرأة المطلقة في المجتمع المصري، وهي دراسة ميدانية في محافظة الغربية، وتكونت عينة البحث من (300) امرأة مصرية مطلقة، اخترن بطريقة عشوائية بسيطة بواقع (10%) من إجمالي النساء المصريات المطلقات من خلال محاكم الأسرة الواقعة بالمراكز الإدارية بمحافظة الغربية لعام (2014)، والبالغ عددهن (3000) امرأة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الحالة التعليمية للمطلقة ومدى تكيفها مع أوضاعها المادية الجديدة بعد الطلاق، كما تبين أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الحالة المهنية للمطلقة ومدى تكيفها مع أوضاعها المادية الجديدة بعد الطلاق، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الدخل الشهري للمطلقة ومدى تكيفها مع أوضاعها المادية الجديدة بعد الطلاق.

وحاولت دراسة **الشيراوي وعبد الرحمن (2012)** الكشف عن الأسلوب التكيفي للأرملة البحرينية في مواجهتها لضغوط الحياة اليومية، وارتباط ذلك بصلابتها النفسية في ضوء متغيرات متعددة، مثل: سنوات الترمل، وعدد الأبناء، والعمر، والتعليم، والدخل الشهري، وظرف الوفاة المفاجئ للزوج، والحالة المهنية، وقد تكونت عينة الدراسة من (50) أرملة بحرينية، اخترن بطريقة عشوائية، وطبق مقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة، واستبانة الصلابة النفسية عليهن. أظهرت النتائج أن أسلوب التكيف الإيجابي مع ضغوطات الحياة هو الأسلوب السائد لدى الأرملة البحرينية، كما أن مستوى الصلابة النفسية، وأبعاده الفرعية: (كالتحدي، والمسؤولية، والالتزام) له دلالة إحصائية، ورُصِدَتْ علاقة ايجابية

دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية للأرملة، وكل من أسلوب التكيف الإيجابي، وأسلوب التكيف السلبي لضغوطات الحياة اليومية، كما أن الأرامل ذوات الدخل المتوسط والمنخفض أميل إلى استخدام أسلوب التكيف السلبي عند مواجهتهن لضغوط الحياة اليومية. كما أظهرت النتائج فروقًا ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف السلبي في اتجاه ذوات التعليم الجامعي، كما أن الأرامل ذوات التعليم الثانوي والجامعي أظهرن فروقًا دالة إحصائياً في مستوى الصلابة عند مقارنتهن بذوات التعليم الإبتدائي والإعدادي، ولم تظهر الدراسة وجود دلالة إحصائية للمتغيرات الآتية: ظرف الوفاة، وعدد الأبناء، وعمر الأرملة، وسنوات الترمل، والعمل، وذلك في كل من أسلوب مواجهة الضغوط النفسية ودرجة الصلابة النفسية.

وهدفت **دراسة الختاتنة (2011)** التعرف إلى مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى المرأة العاملة في وزارة الصحة وعلاقته بعدد الأطفال وطبيعة العمل (الخاص والعام)، وتكونت عينة الدراسة من (350) أمرأه عاملة بالقطاع الصحي بمحافظة الكرك، واختيرت بالطريقة العشوائية، ولقد خلصت الدراسة الى جملة من النتائج، أبرزها: أن مستوى التكيف النفسي والأجتماعي كان بدرجة متوسطة لدى المرأة العاملة في القطاع الصحي (الخاص والعام)، ووجود فروق في التكيف النفسي تعزى لعدد الأبناء، ولصالح عدد الأبناء الأقل عدد الأبناء الأقل. وكانت المرأة العاملة بالقطاع الحكومي أكثر تكيفاً نفسياً من المرأة العاملة في القطاع الخاص، أــما التكيف الاجتماعي فقد تبن عدم وجود فروق بين العاملات في القطاع الحكومي والعاملات بالقطاع العام.

وأجرى **الغامدي ومحمد (2009)** دراسة هدفت للتعرف إلى مدى التكيف وتوافق المرأة المطلقة مع حياتها الجديدة واندماجها بها، وقد اعتمدت هذه الدراسة على منهج المسح الاجتماعي، ومنهج دراسة الحالة على عينة من النساء السعوديات المطلقات بلغ عددهن (100)

مطلقة في محافظة جدة، وقد توصلت هذه الدراسة إلى مجموعة من النتائج، من أهمها: إن المرأة المطلقة تتلقى معاملة غير إيجابية سواءً من أفراد أسرتها أم من المجتمع المحيط بها، كما أن المطلقة توصم بما يعرف بالوصمة الاجتماعية السلبية التي تعتبرها غير قادرة على تحمل مسؤولية في تكوين أسرة، المشكلات المالية من أهم المشكلات التي تواجهها المطلقة بعد وقوع الطلاق فهي المسؤولة في تحمل الصرف على جميع الاحتياجات لها ولأطفالها هذه المشكلات ربما تعيق تكيف المرأة المطلقة في المجتمع، المتاعب النفسية والإحساس بالحزن والكآبة من أهم الآثار السلبية والنفسية التي تجعل المطلقة غير قادرة على التكيف مع حياتها الجديدة.

أما **دراسة ميلر وسمارجر وبوشت (Miller, Smerglia, & Bouchet, 2004)**، فقد حللت العلاقات بين الدعم الأجتماعي والتكيف من (19) دراسة سابقة. وعلى عكس الحدس وافتراضات معظم الباحثين، لم تظهر غالبية العلاقات أن الدعم الإجتماعي أثر بشكل إيجابي على التعديل؛ فأفادت نتائج التحليلات بأن نوع الدعم يؤثر على إحتمال العثور على علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدعم والتكيف المقدم للنساء الأرامل، وأشارت الاحصاءات إلى أن أياً من هذه العوامل لم يؤثر على التكيف لدى النساء الأرامل، وبخاصة الدعم الإجتماعي.

ب) الدراسات المتعلقة بتقدير الذات:

هدفت **دراسة جولكرهينولوجي وتيب وكيرهينيولوجي (GulCirhinlioglu, Teep, Cirhinlioglu, 2017)** إلى تقييم العلاقة بين المعنويات النفسية، وتقدير الذات، والاعتماد العاطفي، والتكيف الزوجي، ولقد أجريت على (466) متزوجاً في (40) مدينة مختلفة من تركيا، وأظهرت النتائج أن الاضطرابات النفسية تتنبأ بشكل سلبي بالتعديل الزوجي لكل من النساء والرجال، في حين أن تقدير الذات والاعتماد العاطفي يتنبأ به بشكل إيجابي، ومستويات التوتر

النفسي أعلى بالنسبة للنساء مقارنة بالرجال، يمكن أن تكون بعض العوامل لهذا الوضع ثانوية للمرأة في المنزل، وعدم وجود دخل كاف، والعنف، وعدم المساواة الاجتماعية، والاقتصادية، والواجبات التقليدية التي ينبغي القيام بها في الشؤون اليومية، وأن أولئك الذين ينتمون إلى فئة الدخل المنخفض لديهم تعديل زوجي أقل، وتقدير للذات، واعتمادية عاطفية، مقارنة بتلك الموجودة في الطبقات المتوسطة والعالية الدخل.

وحاولت **دراسة سفارازادا (Safarzadeh, 2016)** تحديد العلاقة بين التكيف الاجتماعي وتقدير الذات لدى طلاب جامعة آزاد الإسلامية في رام عموم في العام الدراسي (2015/2016) م، إذ اختير (210) طالباً باستخدام طريقة العينة العشوائية، واستخدم مقياس كوبر سميث، فأظهرت النتائج أن هناك علاقة بين التكيف الاجتماعي، وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة.

وسعت **دراسة بيب وساجلن ومجوار (Bibi, Saqlain, Mussawar, 2016)** إلى استكشاف العلاقة بين تقدير الذات، والذكاء العاطفي بين طلبة الجامعات الباكستانية، من خلال عينة ضمت (250) طالباً وطالبة من جامعات روالبندي وإسلام أباد في باكستان، واستخدم مقياس تقدير الذات لروزنبيرغ، وقياس الذكاء العاطفي باستخدام مقياس الذكاء العاطفي من قبل وونغ وقانون، فأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين تقدير الذات والذكاء العاطفي بين طلبة الجامعات الباكستانية، وتبين أن الإناث أكثر ذكاءً عاطفيًا مقارنة بالذكور، لكن لا يوجد أي فرق إحصائي دال بين الجنسين في تقدير الذات.

وهدف **دراسة شارنك وافيكا وكايماكي والكوغلي Serınkan, Avcık, Kaymakçı, (Alacaoğlu, 2014)** تحديد مستويات تقدير الذات لدى الطلاب من كلية الاقتصاد والعلوم الإدارية وكلية التربية في جامعة باموكالي، وجمعت البيانات من خلال مقياس ستانلي كوبر سميث، على عينة عشوائية ضمت (172) طالباً، وأظهرت النتائج أن هناك اختلافات في

مستويات تقدير الذات بين مجموعات من التركيبة السكانية والسنوات التعليمية المختلفة، وأن الطلاب الذين يتمتعون بتقدير الذات العالي بصحة بدنية أفضل، ويستمتعون بالعلاقات الاجتماعية، ويشعرون بالحرية، وينجحون في تعليمهم وفي حياتهم الاجتماعية.

وهدفت **دراسة إيجلتون (Egleton & Myia, 2015)** إلى تقصي العلاقات بين أربعة مكونات للشبكة الاجتماعية، وإجهاد الوالدين، وتقدير الذات، وتكونت عينة الدراسة من (426) أماً أميركية إفريقية، شاركن في الموجة الثالثة من الدراسة الاستقصائية للرعاية والطفولة والأسر (WCF)، في الفترة 2006/2005م، وأظهرت التحليلات ثنائية المتغير أن الأمهات اللواتي دعمن المكونات الأربعة للشبكة الاجتماعية واللواتي عانين من إجهاد أقل للوالدين لديهن تقدير أفضل لذاتهن مقارنة بنظرائهن، وعلى العكس من ذلك فإن الأمهات اللواتي لم يحصلن على هذا الدعم، وكان لديهن قدر أكبر من الإجهاد لدى الأبوين كان لديهن تقدير سلبي للذات.

ولقد سعت **دراسة باشا ومانوفا (Pasha & Munaf, 2013)** للتعرف إلى العلاقة بين الأبعاد المختلفة لتقدير الذات، وخمس مجالات لتعديل المبتدئين في الجامعات التقليدية، من خلال عينةمن جامعة بروديس في باكستان ضمت (83) في الفصل الأول من برنامج الماجستير. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بتقدير الذات العالمي بالتعديل الكلي، وكذلك مع مجالات التعديل الأخرى، مع وجود أعلى علاقة ارتباط بالتعديل الأكاديمي، وتبين أن متغيرات تقدير الذات: الكفاءة، والمحبوبية، والقوة الشخصية، والموافقة الذاتية الأخلاقية، وعمل الجسم، مرتبطة بشكل كبير مع مجالات التكيف كافة.

وأجرى **بلانك ومنثوي وكريستوب ومورين وستفون (Blanc, Monthuy, 2012 Christope, Morin, Stephan,)** دراسة هدفت التعرف إلى الصلة المباشرة وغير المباشرة بين المجالات الفرعية لمفهوم الذات من ناحية، وتقدير الذات من ناحية أخرى، وبين تقدير الذات

عالمياً من جهة أخرى، حيث بحثت في العادات غير المنظمة بين الرياضيات من المراهقات الفرنسيات وغير الرياضيات، وضمت العينة: (50 راقصة باليه)، و(41 لاعبة كرة سلة)، و(47 فتاة غير رياضية). وقد أظهرت النتائج أن راقصات الباليه، ولاعبات كرة السلة، أظهرن علاقات مباشرة بين مفهوم الذات الرياضي، ومفهوم الذات العالمي، والعادات الغذائية، بينما لم تظهر أي علاقات واضحة بين المفاهيم السابقة والعادات الغذائية غير المنظمة لدى الفتيات من غير الرياضيات.

وقامت **كوان وكوانغ وهوي (Kwan, Kuang, Hui, 2009)** بدراسة تناولت النرجسية كمصدر من مصادر تقدير الذات لدى طلبة الجامعة من خلال عينة مكونة من (131) طالباً أمريكياً، و(116) طالباً صينياً، وكشفت نتائج الدراسة أن: مستوى النرجسية كان أعلى لدى الطلبة الصينيين من الطلبة الأمريكيين، كما كشفت عن وجود فروق علاقة ارتباط موجبة بين النرجسية وتقدير الذات لدى العينتين.

وسعت **دراسة جان وأشرف (Jan & Ashraf, 2008)** إلى تحليل لتقدير الذات لدى النساء، والاختلاف فيه بحسب: العمر، دخل الأسرة، ونوع الأسرة في منطقة روبن في الهند، إذ اختيرت (100) امرأة من خلال طريقة أخذ العينات متعددة المراحل، طبق عليهن "مقياس تقدير الذات للنساء SESW". أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أفراد الأسرة مع تقدير الذات في الحياة الشخصية للمرأة، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين النساء في الأسر المشتركة والنووية والممتدة، فيما يتعلق بتقديرهن لذاتهن في العلاقات الأسرية والحياة المهنية واحترام الذات بشكل عام، كما أظهر دخل الأسرة ارتباطاً كبيراً بتقدير المرأة لذاتها في العلاقات الأسرية.

وهدفت **دراسة سليمان (2003)** للتعرف إلى العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات، والتعرف إلى مستوى الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات شمال فلسطين، وتكون مجتمع الدراسة من جميع مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات شمال فلسطين في العام (2003/2002)م، والبالغ عددهم (1209) مدير ومديرة، وتكونت عينة الدراسة من (302) مدير ومديرة، أخذت بالطريقة العشوائية البسيطة، وكان من أبرز نتائج الدراسة وجود علاقة بين درجة الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في محافظات شمال فلسطين.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة سواءً أكانت عربية أم أجنبية، نجد أنها: ركزت على العلاقة بين التكيف النفسي والاجتماعي، وبعض المتغيرات، منها تقدير الذات، والاختلاف فيها بحسب بعض المتغيرات الديمغرافية.

بالنسبة لدرجة التكيف النفسي والاجتماعي، فقد كانت نتائج الدراسات السابقة كالآتي: أظهرت نتائج دراسة (Davoudimoghaddam; Raheb; Hosseinzadeh; & Teymouri, 2018)، ودارسة (Spahni; Bennett; & Perrig-Chiello, 2016) وجود درجة متوسطة للتكيف النفسي والاجتماعي، بينما أظهرت نتائج دراسة العدوان (2015) في التكيف النفسي، ودراسة عياد وفرج (2015) في التكيف الاجتماعي، ودراسة الغامدي ومحمد (2009)، ودراسة (Miller; Smerglia; & Bouchet, 2004) إلى وجود درجة منخفضة في التكيف النفسي والاجتماعي لدى مجتمع كل منها.

أما بالنسبة للفروق في متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي في ضوء متغيرات الدراسة، فقد كانت نتائج الدراسات السابقة كالآتي: أظهرت نتيجة دراسة عياد وفرج (2015) وجود دلالة إحصائية لمتغير مدة الترمل. ولم تظهر نتائج دراسة الشيراوي وعبد الرحمن

(2012) وجود دلالة إحصائية لمتغير عدد الأولاد، لكنها دراسة الغامدي ومحمد (2009)، ودراسة الختاتنة (2011) أظهرت نتائجهما وجود دلالة إحصائية للمتغيرات، ومنها متغير عدد الأولاد. وأظهرت نتيجة دراسة (Spahni, Bennett, Perrig-Chiello, 2016) بأنه يوجد فروق ذات دلالة أحصائية في متغير العمر. وأظهرت نتيجة دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، ودراسة الغامدي ومحمد (2009) وجود فروق ذات دلالة أحصائية بحسب متغير الدخل. أما بالنسبة لمتغير مستوى التعليم، فقد أظهرت دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف السلبي لصالح ذوات التعليم الجامعي، كما أن الأرامل ذوات التعليم الثانوي والجامعي أظهرن فروقًا دالة إحصائياً في مستوى الصلابة عند مقارنتهن بذوات التعليم الابتدائي والإعدادي.

وبالنسبة لمتغير العمل، أظهرت نتائج دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، ودراسة دافودوغدام وراهب وحسين زاده وتيموري (Davoudimoghaddam, Raheb, Hosseinzadeh, Teymouri, 2018)، ودراسة عياد وفرج (2015)، ودراسة الختاتنة (2011)، وجود دلالة إحصائية لمتغير العمل.

وفيما يتعلق بدرجة تقدير الذات، أظهرت نتائج دراسة كيرنالوجي وتيبوجلكرهنولوجيا (Gulcirhinlioglu, Tepe, Cirhinlioglu, 2017)، ودراسة (سليمان، 2003)، (Munaf, 2013 & Pasha)، ودارسة بيب، ساجلان، ماجوار(Bibi , Saqlain, Mussawar, 2016) وجود درجة متوسطة لتقدير الذات لدى مجتمع كل منها، بينما أظهرت نتائج دراسة كوان، كوانج، هي(Kwan, Kuang, Hui, 2009)، ودراسة ستيفن، مورين، كريستوب، بلانس (Blanc, 2012 Monthuy, Christope, Morin, Stephan,) وجود درجة منخفضة في تقدير الذات لدى هذه المجتمعات.

أما بالنسبة للفروق في متوسطات تقدير الذات في ضوء متغيرات الدراسة، فقد أظهرت نتائج دراسة ايجلتون، ميا (Egleton & Myia, 2015) بأن تقدير النساء المطلقات لذاتهن سلبي لمتغير الأولاد لديهن، بينما أظهرت نتائج دراسة ايجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015) بأن تقدير النساء المطلقات لذاتهن سلبي لمتغير العمر لديهن. وبينت نتائج دراسة باشا، مانوف (Pasha & Munaf, 2013) عدم وجود فروق في متوسطات تقدير الذات لدى الأمهات من عينة الدراسة، بينما أشارت نتائج دراسة سيرينكان وافيكا وكميكا والكاكوجا Serınkan, Avcık, (Kaymakçı, Alacaoğlu, 2014) إلى وجود فروق في تقدير الذات لدى طالبات الجامعات باختلاف مستوى التعليم لديهن، ولصالح مستوى الماجستير.

أما بخصوص العلاقة بين درجتي التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات، فقد بينت نتائج كل الدراسات التي تناولت هذا الافتراض وجود علاقة ارتباط دالة وموجبة بين المتغيرين، مع الاختلاف في درجة الارتباط، ومنها: دراسة سافارزاد (Safarzadeh, 2016)، ودراسة شيرالي، جولستانيبور(Shirali & Golestanipour, 2016)، إذ كان معامل الارتباط (0.56)، ودراسة داداريجاشتي وامبور واكباري (Dadarigashti, Amoopour, Akbari, 2016) التي أظهرت نتائجها وجود ارتباط دال بين التكيف النفسي والدعم الاجتماعي مع مفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الأكاديمي للطالبات في المرحلة الثانوية.

وقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في بعض مجال الأدب النظري والدراسات السابقة ومصادرها، وكذلك في صياغة مشكلة الدراسة وتبريرها، واختيار المنهجية الملائمة للإجابة عن هذه الأسئلة وتحقيق أهداف الدراسة الحالية، وكذلك في الأدوات، واختيار العينة، والمعالجات الإحصائية المناسبة.

وتميزت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في أنها: تناولت العلاقة بين التكيف النفسي والاجتماعي، وربطته مع تقدير الذات لدى النساء الأرامل في البيئة الفلسطينية، وبخاصة بيئة مدينة القدس وما لها من سمات تميزها حتى عن البيئات الأخرى في فلسطين، كما تناولت الدراسة الفروق في متغيريها الرئيسين باختلاف متغيرا ديموغرافية لم تتناولها الدراسات السابقة، وبخاصة متغيري: السكن، والدخل.

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

1.3 منهجية الدراسة

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

3.3 أدوات الدراسة

4.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

6.3 المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل الطرق والإجراءات التي اتبعت، والتي تضمنت تحديد منهجية الدراسة المتبعة، ومجتمع الدراسة والعينة، وعرض الخطوات والإجراءات العملية التي اتبعت في بناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كمياً، فالمنهج الوصفي الارتباطي يدرس العلاقة بين المتغيرات، ويصف درجة العلاقة بين هذه المتغيرات وصفاً كمياً وذلك باستخدام مقاييس كمية. لهذا فقد اعتبر المنهج الوصفي الارتباطي هو الأنسب لهذه الدراسة، ويحقق أهدافها بالشكل الذي يضمن الدقة والموضوعية.

2.3 المجتمع والعينة

اتبعت الباحثة عدة خطوات في اختيار مجتمع الدراسة وعينتها كما يلي:

أ) مجتمع الدراسة:

تكوّن مجتمع الهدف للدراسة من جميع النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، وقد سعت الباحثة إلى تحديد عدد المجتمع من خلال الحصول على الإحصائيات من الجهات الرسمية المسؤولة عن رعاية النساء الأرامل في مدينة القدس، وقد حصلت الباحثة على هذه الإحصائيات من جهتين إسلاميتين، هما: لجنة الزكاة والأوقاف الإسلامية، إذ بلغ عددهن (497) أرملة، أما الجهات الإسرائيلية – مؤسسة التأمين الوطني والشؤون الاجتماعية– فقد رفضت تزويد الباحثة بأعداد الأرامل.

ب) عينة الدراسة:

قسمت عينة الدراسة إلى قسمين:

- العينة الاستطلاعية: قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها، وهي من خارج عينة الدراسة الفعلية، ولقد اختيرت العينة للإستجابة لمقياسي الدراسة، وهما: مقياس التكيف النفسي والاجتماعي، ومقياس تقدير الذات؛ وذلك لفحص صدقهما وثباتهما.

- العينة الفعلية: هي عينة طبقية عشوائية، إذ نفذت الدراسة على عينة مكونة من (63) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها من مجتمع الدراسة، وطبقت أداتي الدراسة بعد فحص معايير الصدق والثبات لهما.

جدول (1.3): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
مدة الترمل	أقل من 5 سنوات	21	33.3
	من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	18	28.6
	من 10 سنوات فأكثر	24	38.1
	المجموع	63	100.0
عدد الأولاد	3 وأقل من 4 أولاد	30	47.6
	من 4-6 أولاد	23	36.5
	أكثر من 6 أولاد	10	15.9
	المجموع	63	100.0
العمر	أقل من 25 سنة	7	11.1
	أكثر من 25 وأقل من 35 سنة	18	28.6
	35 إلى 45 سنة	18	28.6
	أكثر من 45 سنة	20	31.7
	المجموع	63	100.0
السكن	مستقل	24	38.1
	مع الأهل	22	34.9
	مع أهل الزوج	17	27.0
	المجموع	63	100.0
الدخل	أقل من 2000 شيكل	13	20.6
	من 2000 أو أقل من 4000 شيكل	36	57.1
	من 4000- 6000 شيكل	9	14.3
	أكثر من 6000 شيكل	5	7.9
	المجموع	63	100.0
المستوى التعليمي	أقل من ثانوية عامة	22	34.9
	ثانوية عامة	12	19.0
	دبلوم	14	22.2
	بكالوريوس فأعلى	15	23.8
	المجموع	63	100.0
العمل	تعمل	34	54.0
	لا تعمل	29	46.0
	المجموع	63	100.0

3.3 أدوات الدراسة

استخدمت الدراسة مقياسين؛ لقياس المتغيرين التابعين: التكيف النفسي والاجتماعي، وتقدير الذات، والتأكد من خصائصها السيكومترية (الصدق والثبات)، باستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة كما يلي:

أولاً – مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

هناك العديد من المقاييس التي تقيس التكيف النفسي، أو جانباً من جوانب التكيف الاجتماعي، والأسري، والعائلي، والانفعالي، ومن أكثر هذه المقاييس شيوعاً (مقياس "بل" للتكيف)، و(مقياس "بورو" للتكيف الأكاديمي) (المنظمة العربية، 2000)، دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية (أبو أسعد، 2014)، (أبو أسعد، 2012)، وبعد الاطلاع على بعض مقاييس التكيف تم تطوير مقياس التكيف النفسي والاجتماعي؛ وذلك لبناء صورة مقننة على البيئة الفلسطينية، بسبب عدم ملائمة بعض المحاور وعبارات المقاييس المتاحة في المجال، لخصوصية مجتمع الدراسة، ويتكون مقياس التكيف النفسي والاجتماعي المعد لأغراض الدراسة الحالية من (40) فقرة.

1.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي

أ) صدق مقياس التكيف النفسي والاجتماعي

استخدمت الباحثة نوعان من الصدق كما يلي:

أولاً: الصدق الظاهري (Validity Face)

قامت الباحثة بعرض المقياس على (11) من المحكمين المختصين والخبراء في تخصصات الصحة النفسية، والإرشاد النفسي ولتربوي، وعلم الاجتماع والخدمة الأجتماعية،

وعلم النفس الإكلينيكي– ملحق (ت) – وذلك للأخذ بآرائهم والاسترشاد بـــه، وقـــد طلـــب مـــن المحكمين إبداء الرأي حول مدى ملائمة المحاور الأساسية للمقياس، ومدى وضـــوح عبـــارات المقياس، وملائمتها لقياس ما وضعت لأجله، مع طلب كتابة ملاحظاتهم وتعديلاته المقترحة، وقد اخذ بنسبة أتفاق (70%).

أبدى المحكمون ملاحظاتهم وتعديلاتهم المقترحة، وأخذت جميعها بعين الاعتبار، وبنـــاء عليه عدلت بعض الفقرات، وأعيدت صياغة الفقرات، اعتماداً على رأي الأغلبية من المحكمين.

ثانياً: صدق البناء Construct Validity

من إجل التحقق من الصدق للمقياس استخدمت الباحثة أيضاً صدق البناء أو ما يطلق علية أحياناً بصدق الاتساق الداخلي، على عينة استطلاعية مكونة من (20) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول (2.3) يوضح ذلك:

جدول (2.3): نتائج معامل الارتباط (Pearson correlation) ارتباط فقرات مقياس (التكيف النفسي والاجتماعي) مع الدرجة الكلية

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	*0.23	11	**0.55	21	**0.51	31	**0.65
2	**0.63	12	**0.76	22	0.12	32	**0.51
3	*0.26	13	0.11	23	**0.64	33	**0.46
4	*0.25	14	**0.44	24	**0.56	34	0.13
5	0.14	15	*0.28	25	**0.66	35	**0.72
6	0.18	16	**0.58	26	**0.69	36	**0.62
7	0.11	17	**0.53	27	**0.46	37	**0.67
8	**0.43	18	*0.30	28	**0.64	38	**0.53
9	**0.62	19	*0.36	29	0.13	39	0.18
10	**0.48	20	*0.39	30	*0.37	40	*0.28

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2.3) أن معاملات ارتباط الفقرات (5، 6، 7، 13، 22، 29، 34، 39)، كانت ذات درجاتٍ غير مقبولة وغير دالّةً إحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (0.20-0.72)، ويتضح أن معاملات الارتباط كانت ذات درجاتٍ مقبولة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) و ($\alpha \leq 0.01$). وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بأَن لا يقل معامل ارتباطها ككلٍّ عن (0.20)، وفي ضوء ما تقدّم قامت الباحثة بحذف الفقرات (5، 6، 7، 13، 22،29، 34، 39)، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النّهائيّة (32) فقرةً، إذ ذكر (عودة، 2000) أن معاملات ارتباط الفقرات يجب أن لا تقل عن معيار (0.20)، لذاك حذفت الفقرات السابقة.

ب) ثبات مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، وزعت أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها، ومن خارج عينة الدراسة الفعلية, وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات الصورة النهائية (32) فقرة، إذ بلغت قيمة الثبات (0.95)، وهي قيمة مرتفعة لأغراض الدراسة.

تصحيح مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

تكون مقياس التكيف النفسي والاجتماعي في صورته النهائية من (32)، فقرة كما هو موضح في ملحق (ث)، تمثل جميع الفقرات الاتجاه السلبي للتكيف النفسي والاجتماعي بإستثناء الفقرات (1، 3، 6، 7، 14، 20) التي مثلت الاتجاة الإيجابي للتكيف النفسي والاجتماعي، ويطلب

من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكـــرت (Likert) خماســـي، وأعطيـــت الأوزان للفقرات السلبية كما يلي: خمس مستويات، هي: دائماً (1) درجات، كثيراً (2) درجات، قليلاً (3) درجات، نادراً (4)، أبداً (5)، درجة، بينما عكست الأوزان للفقرات الإيجابية كما يلي: دائماً (5) درجات، كثيراً (4) درجات، قليلاً (3) درجات، نادراً (2)، أبداً (1)، درجة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى عينة الدراسة حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: عالية، ومتوسطة، ومنخفضة، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى _ الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} \quad \frac{1-5}{3} = 1.33$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (3.3): درجات احتساب مستوى التكيف النفسي والاجتماعي

مستوى منخفض من التكيف النفسي والاجتماعي	2.33 فأقل
مستوى متوسط من التكيف النفسي والاجتماعي	3.67-2.34
مستوى مرتفع من التكيف النفسي والاجتماعي	5-3.68

ثانياً: مقياس تقدير الذات

هناك العديد من المقاييس التي تقيس تقدير الذات، منها: مقيـــاس واتكـــنس (Watkins, 19787)، ومقياس لورنس (Lawrence, 1981)، ومقياس كوبر سميث (Cohen, 1978)، ومقياس روزنبرغ (Rosenberg, 1965)، ومقياس المظاهر السلوكية المستخدمة في تقدير الذات، وبعـــد الاطلاع على بعض مقاييس تقدير الذات، طور مقياس تقدير الذات؛ وذلك لبناء صـــورة مقننـــة على البيئة الفلسطينية، بسبب عدم ملائمة بعض المحاور وعبارات المقاييس المتاحة في المجال،

وذلك لخصوصية مجتمع الدراسة، ويتكون مقياس تقدير الذات المعد لأغراض الدراسة الحالية من (57) فقرة.

2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات

أ) صدق المقياس:

استخدمت الباحثة نوعان من الصدق كما يلي:

أولاً: الصدق الظاهري (Validity Face)

لتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين عرُض المقياس على (11) من المحكمين المختصين والخبراء في التخصصات الصحة النفسية، والإرشاد النفسي والتربوي، وعلم الاجتماع والخدمة الأجتماعية، وعلم النفس الإكلينيكي – ملحق (ت) – وذلك للأخذ بآرائهم والاسترشاد به، وقد طلب من المحكمين إبداء الرأي حول مدى ملائمة الفقرات للمقياس، ومدى وضوح عبارات المقياس، وملائمتها لقياس ما وضعت لأجله، مع طلب كتابة ملاحظاتهم وتعديلاته المقترحة.

أبدى المحكمون ملاحظاتهم وتعديلاتهم المقترحة، ولقد أُخذت جميعها بعين الاعتبار، وبناءً عليه عُدلت بعض الفقرات وذلك بإعادة صياغتها، اعتماداً على رأي الأغلبية من المحكمين، ولقد بلغ عدد الفقرات بصورتها النهائية (57) فقرة.

ثانياً: صدق البناء Construct Validity

للتحقق من الصدق للمقياس استخدمت الباحثة أيضاً صدق البناء أو ما يطلق علية أحياناً بصدق الاتساق الداخلي، على عينة استطلاعية مكونة من (20) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون

(Pearson correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط درجة كل فقـرة مـع الدرجـة الكليـة للمقياس، والجدول (4.3) يوضح ذلك:

جدول (4.3): نتائج معامل الارتباط (Pearson correlation) ارتباط فقرات أداة الدراسة في المتغير الثاني (تقدير الذات)

الفقرة	الارتباط مع الدرجة	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
1	0.01	13	*0.38	25	0.12	**37**	*0.32	49	**0.52
2	0.06	14	**0.41	26	**0.55	**38**	*0.23	50	0.13
3	0.05	15	**0.42	27	**0.48	**39**	*0.38	51	0.19
4	0.12	16	**0.48	28	*0.26	40	0.09	52	0.04
5	*0.35	17	*0.32	29	*0.27	41	0.01	53	0.05
6	*0.22	18	**0.44	30	0.14	42	**0.62	54	0.09
7	0.15	19	0.02	31	0.16	43	0.03	55	*0.30
8	0.11	20	0.15	32	*0.20	44	0.08	56	*0.25
9	*0.31	21	0.17	33	**0.42	45	*0.25	57	0.19
10	0.14	22	*0.25	34	0.00	46	0.08		
11	0.06	23	0.17	35	0.08	47	**0.58		
12	*0.30	24	0.16	36	0.17	48	*0.26		

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (α≤0.05) ****دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (α≤0.01)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4.3) أن معاملات ارتباط الفقرات: (1، 2، 3، 4، 7، 8، 10، 11، 19، 20، 21، 23، 24، 25،30، 31، 34، 35، 36، 40، 41، 43، 44، 46، 50،51، 52، 53، 54، 57) كانت ذات درجاتٍ غير مقبولةٍ وغير دالّةً إِحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أمـا باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (0.20-0.62)، ويتضح أن معـاملات الارتبـاط كانـت ذات درجاتٍ مقبولةٍ ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (α≤0.05) و (α≤0.01). وقد اعتمد معيار لقبول الفقرة بأَن لا يقل معامل ارتباطها ككلٍّ عن (0.20). وفي ضوء ما تقدّم قامت الباحثـة بحـذف

الفقرات الفقــرات (1، 2، 3، 4، 7، 8، 10، 11، 19، 20، 21، 23، 24، 25،30، 31، 34، 35، 36، 40، 41، 43، 44، 46، 50،51، 52، 53، 54، 57)، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس في صورته النّهائيّة (27) فقرةً، إذ ذكر (عودة، 2000) أن معاملات ارتباط الفقرات يجب أن لا تقــل عــن معيار (0.20)، لذلك حذفت الفقرات السابقة.

ب) ثبات مقياس تقدير الذات

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، وزعت أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) أرملة من النساء الأرامل في القدس وضواحيها، ومن خارج عينة الدراسة الفعلية، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha)، على بيانات الصورة النهائية (27) فقرة، إذ بلغت قيمة الثبات (0.83)، وهي قيمة مرتفعة لأغراض الدراسة.

تصحيح مقياس تقدير الذات

تكون مقياس تقدير الذات في صورته النهائية من (27)، فقرة كما هو موضح في ملحق (ث)، تمثل الفقرات: (1، 3، 4، 5،7، 10، 17، 18، 19، 20، 21، 24) الاتجاه الإيجــابي للتقــدير الذات، بينما تمثل الفقرات (2، 6، 8، 9، 11، 12، 13، 14، 15، 22، 23، 25، 26، 27) ويطلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقــرات الإيجابية خمسة مستويات، هي: دائماً (5) درجات، كثيراً (4) درجات، قليلاً (3) درجات، نادراً (2)، أبداً (1) درجة. بينما أعطيت الأوزان للفقرات السلبية كما يلي: خمس مستويات، هي: دائماً (1) درجات، كثيراً (2) درجات، قليلاً (3) درجات، نادراً (4)، أبداً (5)، درجة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى مقياس تقدير الذات لدى عينة الدراسة حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: عالية، ومتوسطة، ومنخفضة، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{الحد الأعلى _ الحد الأدنى (لتدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} \quad 1.33 = \frac{1-5}{3}$$

وبناءً على ذلك، فإنّ مستويات الإجابة على المقياس تكون على النحو الآتي:

جدول (5.3): درجات احتساب مستوى مقياس تقدير الذات

مستوى منخفض من تقدير الذات	**2.33 فأقل**
مستوى متوسط من تقدير الذات	**3.67_2.34**
مستوى مرتفع من تقدير الذات	**5 -3.68**

4.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة:

1- مدة الترمل: ولها أربعة مستويات: (أقل من 5 سنوات، من 5 وأقل من 10 سنوات، 10 فأكثر).

2- عدد الأولاد: وله ثلاث مستويات: (ثلاث وأقل، 4-6 أولاد، أكثر من 6 أولاد).

3- العمر: وله أربع مستويات (أقل من 25 سنة، أكثر من 25 وأقل من 35 سنة، من 35 إلى 45 سنة، أكثر من 45 سنة).

4- السكن: وله ثلاث مستويات: (مستقل، مع الأهل، مع أهل الزوج).

5- الدخل: وله أربعة مستويات: (أقل من 2000 شيكل، من 2000 وأقل من 4000 شيكل، من 4000 إلى 6000 شيكل، أكثر من 6000).

6- المستوى التعليمي: وله خمسة مستويات: (أقل من ثانوية عامة، ثانوية عامة، دبلوم، بكالوريوس فأعلى)

7- العمل: وله مستويان: (تعمل، لا تعمل).

ب- **المتغيرات التابعة:**

1- الدرجة على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي.

2- الدرجة على مقياس مستوى تقدير الذات.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

اتبعت الباحثة في تنفيذ الدراسة عدداً من الخطوات على النحو الآتي:

- إعداد أداتي الدراسة بصورتهما النهائية، بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتها.
- تطبيق أداتي الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أداتي الدراسة.
- تطبيق أداتي الدراسة على العينة، والطلب منهم الإجابة على فقرات الاداتين بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجابتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
- إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب, حيث استخدم برامج الرزمة الإحصائي (SPSS) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.

6.3 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1- المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على الاستبانة ككل، وعلى مجالاتها، وعلى كل فقرة من فقراتها.

2- اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين – (Independent Samples t-test).

3- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA).

4- معامل ارتباط بيرسون.

5- معادلة (كرونباخ ألفا) (Cronbach's Alpha) لفحص لحساب الثبات.

الفصل الرابع
عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

الفصل الرابع
عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة، وفيما يلي عرض لنتـــائج أسئلة الدراسة وفرضياتها.

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

ما درجة التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول، حسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وذلك لتحديد الدرجة الكلية، والدرجة على كل فقـــرة مـــن فقـــرات مقيـــاس التكيـــف النفســـي والاجتماعي كل فقرة على حدة، والجدول (1.4) يبين ذلك.

الجدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس التكيف النفسي والاجتماعي مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	أنا أعرف ما أريد	4.08	1.082	مرتفع
2	لا أحب أن أبدو ضعيفة أمام الآخرين	4.08	1.311	مرتفع
3	أريد أن أستقر في حياتي	4.03	1.231	مرتفع
4	أحتاج إلى من ينصت إلي	4.03	1.177	مرتفع
5	أحتاج إلى من يمنحني بعض الاهتمام	3.89	1.079	مرتفع
6	أحتاج إلى من يفهمني	3.86	1.366	مرتفع
7	أشعر بالراحة حين أكون وحدي	3.81	1.366	مرتفع
8	أبحث عن الأمان	3.77	1.325	مرتفع
9	أشعر بحاجة ملحة إلى من يشاركني مسؤولية أولادي	3.70	1.360	مرتفع
10	أتخذ قراراتي لوحدي	3.60	1.225	متوسط
11	تعليمي الجامعي ساعدني بالتكيف مع الوضع الجديد	3.49	1.413	متوسط

12	خبرتي بالتعامل مع الناس ساعدتني على التفاعل مع الآخرين	3.46	1.255	**متوسط**
13	الرجال يعتبرون الأرملة فريسة سهلة	3.32	1.486	**متوسط**
14	لا أجد من يفهمني	3.29	1.349	**متوسط**
15	يعاملني المجتمع كوني أرملة على أنني ضعيفة	3.14	1.435	**متوسط**
16	وصايا الجد والأعمام على أموال أولادي يقيدني	3.12	1.381	**متوسط**
17	يحتاج أولادي إلى رجل بحياتهم	2.98	1.420	**متوسط**
18	سكني عند أهل زوجي يزيد مشاكلي مع نساء العائلة خوفاً على أزواجهن مني	2.92	1.559	**متوسط**
19	أجد صعوبة في التكيف مع ظروف حياتي الجديدة	2.90	1.292	**متوسط**
20	يتدخل الأهل في حياتي أغلب الأوقات	2.90	1.399	**متوسط**
21	لا أفهم نفسي.. ، لدي سلوكات لا أعلم لما قمت بها	2.85	1.389	**متوسط**
22	أشعر أني أعيش تحت المجهر بعد ترملي	2.83	1.432	**متوسط**
23	تغيرت معاملة أهلي لي بعد وفاة زوجي	2.73	1.370	**متوسط**
24	أخاف من الزواج مرة ثانية	2.72	1.389	**متوسط**
25	كوني أرملة يعني أن الحصول على ترقية بالعمل يحتاج إلى تنازلات	2.72	1.407	**متوسط**
26	حاجتي للعمل جعلتني تحت رحمة الجميع	2.65	1.354	**متوسط**
27	لا يستأذنني أهلي في أمور تخصني وأولادي	2.59	1.349	**متوسط**
28	سكني عند أهلي يجعلني ضعيفة ومتحكم بها	2.56	1.371	**متوسط**
29	لم أكتشف نقاط قوتي بعد	2.56	1.185	**متوسط**
30	بعد وفاة زوجي ابتعدن عني صديقاتي المتزوجات	2.49	1.268	**متوسط**
31	يرى أهلي سيئاتي فقط	2.27	1.256	**منخفض**
32	ألجأ إلى الصمت أغلب الأحيان للرد على التحرشات في العمل	2.21	1.274	**منخفض**
	الدرجة الكلية للتكيف النفسي والاجتماعي	3.22	0.546	**متوسط**

يتبين من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي للتكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها كان بدرجة متوزسطة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (3.22)، بانحراف معياري (0.55). كما يتبين أن المتوسطات الحسابية لإستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي تراوحت ما بين (4.08–2.21)، وجاءت فقرة "أنا أعرف ما أريد" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدرة (4.08) وبتقدير مرتفع، بينما جاءت فقرة "ألجأ إلى الصمت أغلب الأحيان للرد على التحرشات في العمل" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي

بلغ (2.21) وبتقدير منخفض، وقد بلغ المتوسط الحسابي للتكيف النفسي والاجتماعي (3.22) وبتقدير متوسط.

2.1.4: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

ما درجة تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني، حسبت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لتحديد الدرجة الكلية، ولجميع فقرات تقدير الذات كما بين الجدول (2.4).

الجدول (2.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مقياس تقدير الذات مرتبة تنازلياً

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
1	أنا إيجابية وأرى نفسي إيجابية أيضاً	3.92	1.097	مرتفع
2	يجب علي أن أنطلق للعمل	3.90	1.364	مرتفع
3	أشعر بالرضا عن مظهري الشخصي	3.74	1.230	مرتفع
4	أرى أن مبادئي في الحياة تقودني إلى النجاح	3.68	1.133	مرتفع
5	وجودي يشعر من حولي بالسعادة	3.65	1.064	متوسط
6	أخطط لأهداف واقعية تتناسب مع قدراتي الذاتية وإمكاناتي	3.60	1.224	متوسط
7	أحتاج إلى وقت طويل حتى أعتاد على الأشياء الجديدة	3.54	1.354	متوسط
8	أكره التواضع الذي يشعرني بالضعف	3.51	1.213	متوسط
9	لا أستسلم بسهولة أمام العقبات التي تواجهني	3.44	1.254	متوسط
10	أمتلك قدرات عالية تحقق لي حياة اجتماعية كريمة	3.35	1.123	متوسط
11	يهتم الآخرون لما أقوله	3.35	1.079	متوسط
12	تختلط الأشياء كلها في حياتي	3.32	1.446	متوسط
13	أتضايق بسرعة في المنزل	3.27	1.167	متوسط
14	لا تضايقني الأشياء عادة	3.24	1.073	متوسط
15	لا أحظى باحترام الناس وآرائهم بشخصيتي	3.11	1.233	متوسط
16	أحتاج إلى من يساعدني بما أقوم به من أعمال اعتيادية	3.10	1.341	متوسط
17	أرغب كثيراً في أن أكون شخصا آخر	3.03	1.492	متوسط
18	لا أقدر نفسي حق قدرها	2.93	1.281	متوسط
19	عدم تقديري الصحيح لقدراتي يجعلني أمتنع عن أداء بعض الأعمال	2.87	1.211	متوسط
20	أشعر بالنقص مقارنة بصديقاتي	2.74	1.331	متوسط
21	أشعر بالنقص وبتأنيب الضمير كلما تذكرت عيوبي	2.67	1.283	متوسط
22	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال	2.65	1.206	متوسط
23	أشعر بالضيق من عملي غالباً	2.47	1.144	متوسط
24	أشعر بعدم الرضى عن علاقتي بوالدي بسبب عدم تقديرهما لي	2.29	1.184	منخفض
25	أشعر بضعف في شخصيتي أمام الآخرين	2.16	1.110	منخفض

26	أشعر بأنه ليس لوجودي قيمة كبيرة	2.03	1.107	منخفض
27	ينتابني شعور بأنني لا أصلح لأي شيء بتاتاً	2.03	1.164	منخفض
	الدرجة الكلية لتقدير الذات	**3.10**	**0.380**	**متوسط**

يتبين من الجدول (2.4) أن: المتوسط الحسابي لتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها جاء بدرجة متوسطة، بمتوسط حسابي (3.10)، وانحراف معياري (0.38). كما أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي تراوحت ما بين (3.92 –2.03)، وجاءت فقرة "أنا إيجابية وأرى نفسي إيجابية أيضاً" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدرة (3.92) وبتقدير مرتفع، بينما جاءت فقرة "ينتابني شعور بأنني لا أصلح لأي شيء بتاتاً" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.03) وبتقدير منخفض، وقد بلغ المتوسط الحسابي للتكيف النفسي والاجتماعي (3.10) وبتقدير متوسط.

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

ومن أجل فحص الفرضية الأولى، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مدة الترمل، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير مدة الترمل، والجدولان (3.4) و(4.4) يبينان ذلك:

جدول (3.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مدة الترمل	أقل من 5 سنوات	21	3.25	0.592
	من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	18	3.12	0.531
	أكثر من 10 سنوات	24	3.27	0.528

يتضح من خلال الجدول (3.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (4.4) يوضح ذلك:

جدول (4.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
مدة الترمل	بين المجموعات	0.235	2	0.117	0.386	0.681
	داخل المجموعات	18.219	60	0.304		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (4.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير مدة الترمل، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

ومن أجل فحص الفرضية الثانية، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير عدد الأولاد، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير عدد الأولاد، والجدولان (5.4) و(6.4) يبينان ذلك:

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
عدد الأولاد	3 وأقل	30	3.23	0.571
	من 4-6 أولاد	23	3.21	0.532
	أكثر من 6 أولاد	10	3.22	0.554

يتضح من خلال الجدول (5.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (6.4) يوضح ذلك:

جدول (6.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
عدد الأولاد	بين المجموعات	0.007	2	0.003	0.011	0.989
	داخل المجموعات	18.447	60	0.307		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (6.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير عدد الأولاد، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبلغت (0.989)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير العمر، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير العمر، والجدولان (7.4) و(8.4) يبينان ذلك:

جدول (7.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر	أقل من 25 سنة	7	3.55	0.499
	أكثر من 25 وأقل من 35 سنة	18	3.06	0.581
	35 إلى 45 سنة	18	3.36	0.541
	أكثر من 45 سنة	20	3.12	0.488

يتضح من خلال الجدول (7.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (8.4) يوضح ذلك:

جدول (8.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	1.735	3	0.578	2.040	0.118
	داخل المجموعات	16.719	59	0.283		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (8.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير العمر، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، إذ بلغت (0.118)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

ومن أجل فحص الفرضية الرابعة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير السكن، والجدولان (9.4) و(10.4) يبينان ذلك:

جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السكن	مستقل	24	3.10	0.476
	مع الأهل	22	3.30	0.582
	مع أهل الزوج	17	3.27	0.593

يتضح من خلال الجدول (9.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (10.4) يوضح ذلك:

جدول (10.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
السكن	بين المجموعات	0.522	2	0.261	0.872	0.423
	داخل المجموعات	17.932	60	0.299		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (10.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير السكن، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، إذ بلغت (0.423)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

ومن أجل فحص الفرضية الخامسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الدخل، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير الدخل، والجدولان (11.4) و(12.4) يبينان ذلك:

جدول (11.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدخل	أقل من 2000 شيكل	13	3.32	0.575
	من 2000 أو أقل من 4000 شيكل	36	3.27	0.541
	من 4000– 6000 شيكل	9	2.97	0.510
	أكثر من 6000 شيكل	5	3.05	0.558

يتضح من خلال الجدول (11.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الدخل	بين المجموعات	0.906	3	0.302	1.015	0.393
	داخل المجموعات	17.548	59	0.297		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (12.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير الدخل، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، إذ بلغت (0.393)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

6.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

ومن أجل فحص الفرضية السادسة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، والجدولان (13.4) و(14.4) يبينان ذلك:

جدول (13.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى التعليمي	أقل من ثانوية عامة	22	3.34	0.556
	ثانوية عامة	12	3.29	0.395
	دبلوم	14	3.14	0.639
	بكالوريوس فأعلى	15	3.05	0.537

يتضح من خلال الجدول (13.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (14.4) يوضح ذلك:

جدول (14.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
المستوى التعليمي	بين المجموعات	0.908	3	0.303	1.017	0.392
	داخل المجموعات	17.546	59	0.297		
	المجموع	18.454	62			

يتضح من الجدول (16.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى لمتغير المستوى التعليمي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

7.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل.

ومن أجل تحديد الفروق تبعاً لمتغير العمل، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (15.4) تبين ذلك:

الجدول (15.4): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل

المتغير	العمل	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العمل	تعمل	34	3.08	0.512	2.291	*0.025
	لا تعمل	29	3.38	0.545		

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)

يتبين من الجدول (15.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي والاجتماعي تعزى إلى متغير العمل، كانت أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي وجود فروق في التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى العمل، إذ جاءت الفروق لصالح لا تعمل.

8.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

ومن أجل فحص الفرضية الثامنة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير مدة الترمل، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير مدة الترمل، والجدولان (16.4) و(17.4) يبينان ذلك:

جدول (16.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مدة الترمل	أقل من 5 سنوات	21	3.15	0.295
	من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات	18	2.98	0.298
	من 10 سنوات فأكثر	24	3.14	0.482

يتضح من خلال الجدول (16.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (17.4) يوضح ذلك:

جدول (17.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
مدة الترمل	بين المجموعات	0.372	2	0.186	1.298	0.281
	داخل المجموعات	8.596	60	0.143		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (17.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير مدة الترمل, كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

9.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

ومن أجل فحص الفرضية التاسعة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير عدد الأولاد، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير عدد الأولاد، والجدولان (18.4) و(19.4) يبينان ذلك:

جدول (18.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
عدد الأولاد	3 وأقل من 4 أولاد	30	3.11	0.340
	من 4-6 أولاد	23	3.12	0.439
	أكثر من 6 أولاد	10	3.00	0.374

يتضح من خلال الجدول (18.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (19.4) يوضح ذلك:

جدول (19.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
عدد الأولاد	بين المجموعات	0.109	2	0.054	0.368	0.694
	داخل المجموعات	8.859	60	0.148		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (19.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير عدد الأولاد، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

10.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية العاشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

ومن أجل فحص الفرضية العاشرة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير العمر، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير العمر، والجدولان (20.4) و(21.4) يبينان ذلك:

جدول (20.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
العمر	أقل من 25 سنة	7	3.31	0.425
	أكثر من 25 وأقل من 35 سنة	18	3.06	0.313
	35 إلى 45 سنة	18	3.12	0.482
	أكثر من 45 سنة	20	3.03	0.310

يتضح من خلال الجدول (20.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (21.4) يوضح ذلك:

جدول (21.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	0.450	3	0.150	1.039	0.382
	داخل المجموعات	8.518	59	0.144		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (21.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير العمر كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

11.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الحادية عشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

ومن أجل فحص الفرضية الحادية عشرة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير السكن، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير السكن، والجدولان (22.4) و(23.4) يبينان ذلك:

جدول (22.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
السكن	مستقل	24	2.97	0.291
	مع الأهل	22	3.21	0.479
	مع أهل الزوج	17	3.13	0.304

يتضح من خلال الجدول (22.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (23.4) يوضح ذلك:

جدول (23.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
السكن	بين المجموعات	0.718	2	0.359	2.610	0.082
	داخل المجموعات	8.250	60	0.137		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (23.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير السكن, كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

12.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية عشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

ومن أجل فحص الثانية عشرة، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير الدخل، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير الدخل، والجدولان (24.4) و(25.4) يبينان ذلك:

جدول (24.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الدخل	أقل من 2000 شيكل	13	3.15	0.441
	من 2000 أو أقل من 4000 شيكل	36	3.14	0.393
	من 4000- 6000 شيكل	9	2.87	0.179
	أكثر من 6000 شيكل	5	3.06	0.308

يتضح من خلال الجدول (24.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (25.4) يوضح ذلك:

جدول (25.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
الدخل	بين المجموعات	0.597	3	0.199	1.403	0.251
	داخل المجموعات	8.371	59	0.142		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (25.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير الدخل، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

13.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة عشر

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

ومن أجل فحص الفرضية الثالثة عشر، استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، ومن ثم استخدم تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA) للتعرف إلى دلالة الفروق تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، والجدولان (26.4) و(27.4) يبينان ذلك:

جدول (26.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى التعليمي	أقل من ثانوية عامة	22	3.21	0.497
	ثانوية عامة	12	3.12	0.316
	دبلوم	14	2.99	0.297
	بكالوريوس فأعلى	15	3.01	0.265

يتضح من خلال الجدول (26.4) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، ومن أجل معرفة إن كانت هذه الفروق قد وصلت لمستوى الدلالة الإحصائية استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، والجدول (27.4) يوضح ذلك:

جدول (27.4): نتائج تحليل التباين الأحادي على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط الانحراف	"ف" المحسوبة	مستوى الدلالة
المستوى التعليمي	بين المجموعات	0.555	3	0.185	1.298	0.283
	داخل المجموعات	8.412	59	0.143		
	المجموع	8.968	62			

يتضح من الجدول (27.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى لمتغير المستوى التعليمي، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

14.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة عشر

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى العمل.

ومن أجل تحديد الفروق تبعاً لمتغير العمل، استخدم اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent Samples t-test)، ونتائج الجدول (28.4) تبين ذلك:

الجدول (28.4): نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل

المتغير	العمل	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
العمل	تعمل	33	3.03	0.378	-1.446	0.153
	لا تعمل	29	3.17	0.378		

يتبين من الجدول (28.4) أن قيمة مستوى الدلالة المحسوب على الدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات تعزى إلى متغير العمل، كانت أكبر من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، وبالتالي عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى العمل.

15.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة عشر

لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجتي التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها.

للإجابة عن الفرضية الخامسة عشر، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين الدرجة الكلية لمقياسين التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، والجدول (29.4) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون:

جدول (29.4): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للعلاقة بين متغير التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها

	تقدير الذات	
التكيف النفسي والاجتماعي	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
	0.675	**0.000

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يتضح من الجدول (29.4) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) بين التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (0.675) في حين بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.000)، وهي أقل من قيمة مستوى الدلالة المحدد للدراسة ($\alpha \leq 0.05$)، ويعني ذلك وجود علاقة ارتباط بين التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، إذ جاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازداد التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء ازداد تقديرهن لذواتهن.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج

1.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة المنبثقة عن السؤال الثالث

1.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

2.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

3.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

4.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

5.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

6.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

7.3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة المنبثقة عن السؤال الرابع

1.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة

2.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة

3.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العاشرة

4.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الحادية عشرة

5.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية عشرة

6.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة عشر

7.4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة عشر

5.5 مناقشة نتيجة السؤال الخامس والفرضية الخامسة عشر

6.5 التوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة المستخدمة في هذه الدراسة، كما يتضمن هذا الفصل النتائج والتوصيات التي تقدمها الباحثة في ضوء نتائج الدراسة.

5. مناقشة نتائج أسئلة الدراسة

1.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

ما درجة التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

أشارت النتائج إلى أن درجة التكيف النفسي والاجتماعي لدى الأرامل في مدينة القدس وضواحيها كانت متوسطة، بمتوسط حسابي (3.22)، وبانحراف معياري (0.546).

وترى الباحثة أن هذه النتيجة تعود إلى أن النساء الأرامل لديهن الدافعية للتكيف النفسي والاجتماعي، وهذا واقع المجتمع الفلسطيني الذي يتوقع أن يحصل أي شيء في أي وقت، فمن الممكن أن يعتقل الزوج لأي سبب، ويمكن أن تقتحم البيوت في أي وقت وبدون مبرر، ولذلك تتوقع أي زوجة أن يخرج الزوج؛ لطلب الرزق ولا يعود بسبب استشهاده، أو اعتقاله، وبخاصة في منطقة القدس وضواحيها باعتبارها منطقة تماس بين المحتل والفلسطينيين، ولذلك تكون التوقعات أعلى وأكبر لأي حدث يمكن أن يحدث، فالمرأة بشكل عام، والأرامل بشكل خاص، متهيئات للتكيف بسرعة؛ لأنه واقع الحياة، وهذا حال الأرامل المقدسيات.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Davoudimoghaddam, Raheb, Hosseinzadeh, Teymouri, 2018)، ودراسة (Spahni, Bennett, & Perrig-Chiello, 2016) التي كانت درجة التكيف النفسي والاجتماعي فيهما متوسطة، بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (العدوان، 2015)، ودراسة عياد وفرج (2015)، ودراسة الغامدي ومحمد (2009)، ودراسة (Miller; Smerglia; & Bouchet, 2004) التي بينت أن درجة التكيف النفسي والاجتماعي كانت منخفضة.

2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

ما درجة تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها؟

أظهرت النتائج أن درجة تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها كانت متوسطة، بمتوسط حسابي (3.10)، وانحراف معياري (0.380).

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن التنشئة الاجتماعية، وبخاصة في ظل احتلال منذ ستون عاما، فلا بد أن يكون هناك تأثير كبير على بناء شخصية الفرد في مجتمع تربى على التحدي والصمود في وجه المحتل، وكيف لا يصبح تقديره لنفسه عالياً، فإن المرأة التي تقف في وجه المحتل، وتتصدى له لابد أنها أرضعت وكبرت على كلمة أستطيع وأقدر على مواجهة أي ضعف أو انكسار، فالأرملة ترفض أن تكون ضعيفة حتى لو بينها وبين ذاتها، فإنها تشعر أنها تحمل أعظم رسالة، وأنها مميزة وقوية؛ لأن الله اختارها أن تكون كافلة للأيتام، ومحتضنة لهم، عن أبي هريرة قال : قال رسول الله صل الله عليه وسلم فرسولنا عليه الصلاة والسلام قال: "أنا وكافل اليتيم كهاتين وأشار الراوي وهو مالك بن أنس بالسبابة والوسطى" رواه مسلم (النووي، 1922)، وبالنسبة للأرامل هذا أكبر حافز ليشعرن بالفخر بأنهن سيفزن في الدنيا والآخرة.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Gulcirhinlioglu; Tepe; & Cirhinlioglu, 2017)، ودراسة سليمان (2003)، (Pasha & Munaf, 2013)، ودراسة (Saqlain; & Mussawar, 2016 Bibi;) التي كانت فيها درجة تقدير الذات متوسطة، بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Kwan; Kuang; & Hui, 2009)، ودراسة (Blanc; Monthuy; Christope; & Morin, 2012 Stephan,)، إذ كانت درجة تقدير الذات في هذه الدراسات منخفضة.

3.5 مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة المنبثقة عن السؤال الثالث

1.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير مدة الترمل.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأرملة عندما تتلقى الصدمة وهي وفاة الزوج فإنها تبقى صدمة، وهي صدمة الفقدان، وأنها أصبحت أرملة، وبغض النظر كانت فتره الترمل شهر، أو سنوات، فإنها تبقى متأثرة بها، وكونها تعيش بنفس الوضع ولم يتغير عليها شيء، فإنها ستكون من البداية: إما أن تتكيف مع الوضع الجديد، أو لا، ولكن في وضع النساء الأرامل في القدس شئن، أم أبين، يجب أن يتكيفن مع الوضع الجديد وبأسرع ما يمكن، وخاصة إذا كان زوجها شهيد، فالمحتل وفي أي وقت سيأتي ويأخذها؛ للتحقيقات، والمداهمات لبيتها، ولذلك يجب أن تمتص الصدمة بأسرع وقت؛ حتى تتصدى لما هو آتٍ من استفزازات المحتل لها.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة عياد وفرج (2015)، التي بينت وجود فـــروق ذات دلالة إحصائية في التكيف النفسي والاجتماعي بحسب متغير مدة الترمل.

2.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بـــين متوســـطات التكيـــف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضـــواحيها تعـــزى لمتغيـــر عـــدد الأولاد.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مســـتوى التكيـــف النفســـي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير عدد الأولاد.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن عدد الأولاد عند النساء الأرامل بغض النظر كان ولداً واحداً أو أكثر، فإنه لن يتغير عليها الوضع؛ إذ ستقوم بواجباتها، وتتحمل مسؤوليتها باتجاه أولادهـــا، فهي المسؤولة الأولى عن أسرتها، عن إشباع حاجات الأبناء: (الجسمية، والنفسية، والاجتماعية، والروحية)، وتقديم الرعاية، والحماية العلاجية لهم، وهي الأم والأب لهم، وهذا ما سيســـاعدها على أن تتكيف بأسرع مدة، وذلك من أجل أولادها، حتى تساعدهم أيضاً على التكيف مع الوضع الجديد، ولقد فرض عليهن وضع خاص في مدينة القدس، إذا كان الزوج شهيداً فإنهن يجـــب أن يعلمن أن المحتل لن يتركهن، وسيبدأ بالمداهمات، والاعتقالات، ابتداءً بالأرملة وانتهاءً بأولادها، وأدعو بأن يمتصوا الصدمة، ويتقبلوا الوضع الجديد؛ حتى لا يظهروا ضعفهم للمحتل، وبوقفـــة الأقارب والمجتمع معهم، فإنهم سيتكيفون حتى يظهرون ألا شيء ســـيغير مـــوقفهم، وســـيبقون صامدين.

واتفقت هذ النتيجة مع دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، التي لم تظهر نتائجها وجود دلالة إحصائية في متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي بحسب بعض المتغيرات، ومنها متغير عدد الأولاد، لكنها اختلفت مع نتيجة دراسة الغامدي ومحمد (2009)، ودراسة الختاتنة (2011) اللتان أظهرت نتائجهما وجود فروق دالة إحصائياً بحسب متغير عدد الأولاد.

3.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير العمر.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن النساء الأرامل في المجتمع الفلسطيني بشكل عام، ومنطقة القدس وضواحيها بشكل خاص، تعامل بالطريقة ذاتها، بغض النظر عن عمرهن، حيث العادات والتقاليد تحكم عليها، وبالنسبة للأرامل ذوات العمر الكبير ينلن الدعم من أولادهن، أما الصغيرة في العمر، فإن أسرتها تبقى مساندة لها حتى تستطيع أن تتكيف مع الوضع الجديد، وبمعنى آخر: فإن دعم الأسر والأقارب لهن يسرع عملية التكيف مع الوضع الجديد.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة سفان، بينت، بيرغ شيلو (Spahni, Bennett, Perrig-Chiello, 2016)، إذ بينت نتائجها بأنه يوجد فروق ذات دلالة أحصائية في متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي بحسب متغير العمر.

4.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير السكن.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن الروابط الأسرية داخل الأسر الفلسطينية تعتبر قوية، ويغلب عليها طابع التماسك الأسري، وبخاصة في الأسر الممتدة، حيث يعيش الأب والأبناء المتزوجون في بيت واحد، إلا أن هذا الوضع يختلف في منطقة القدس وضواحيها بسبب اختلاف طبيعة الحياة، وأن الجميع يسعى ليعيش حياة كريمة، ولا يحصل عليها إلا بشق الأنفس، ويعود السبب إلى الاحتلال الذي يضع القيود، والضرائب على السكن (ومنها ضريبة الأرنونا)، وتقيم بحجم البيت، ولذلك لا يتسع إلا لأسرة واحدة فقط، ولا تستطيع الأسر استقبال أسرة ابنهم المتوفى في بيتهم، ولا في بيت أهلها، ومع ذلك فإن النساء الأرامل قد تتحفظ في نشاطاتها، وعلاقاتها، وسلوكها مع المجتمع عامة، وهن يفضلن أن تقتصر علاقتهن مع المحيطين بهن من أهلها، وأهل زوجها المتوفى، وبعض الأصدقاء، وكون النساء الأرامل بعد فقدهن لأزواجهن تكون نظرة المجتمع لها أنها فريسة سهلة للرجال، ونظرة النساء الأخريات لها أنها ستأخذ رجالهن منهن، ولذلك تكون تحت المجهر والمراقبة، وبغض النظر إذا كانت تعيش عند أهلها، أو تعيش لوحدها، أو حتى تعيش عند أهل الزوج، فإن نفس التعامل ونفس النظرة تعامل بها، لذلك فإنها تكيف نفسها بأن تعيش وتتأقلم بحياتها الجديدة، ومع التجديدات التي تواجهها، إن بقاء زوجة الشهيد في بيت زوجها (أو أهله) بعد استشهاده، يصاحبه نوع من المحبة والاهتمام بها وبأبنائها، فمن أهم ما يميز الأسر الفلسطينية اعتبار زوجة الابن بمجرد دخولها البيت ابنتهم، ولا

يزيدها استشهاد زوجها إلا معزة وقدراً بين أهله، فهي أم أبنائهم، وزوجة ابنهم التي ينبغي عليهم رعايتها وحمايتها سواءً بقيت في بيتهم، أم انتقلت إلى بيت أهلها، فهي تظل أولاً وأخيراً أم أحفادهم الذين لم يبقَ لهم من رائحة ابنهم سواهم، كذلك تعتقد الباحثة أن زوجة الشهيد بعد استشهاد زوجها تنال المزيد من الاهتمام في أي مكان تعيش فيه، سواءً بقيت في بيتها، أم انتقلت إلى بيت أهلها، أم إلى بيت مستقل.

5.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير الدخل.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن التنشئة الأسرية ترسخت بهن، وأن انخفاض المستوى الاقتصادي لم يعد هو المشكلة الأولى، أو لم يشكل مشكلة كبيرة مقارنة بما تواجهه زوجات الشهداء من مشكلات، كما أن المستوى الاقتصادي لهن متوسط، وأقل من المتوسط، ولكن على الأقل يوجد لهن معاش شهري من قبل نادي الأسير، ولكن النساء الأرامل اللواتي توفي عنهن أزواجهن بشكل طبيعي، فإنهن يعتمدن على المساعدات، والدعم الأسري من قبل أهل الزوج وأهلهن واطفالهن احيانا، والمهم بالنسبة للنساء الأرامل أن تستطيع التعايش مع هذا المستوى، حتى تعتاد على الوضع الجديد، ولكن في القدس فإن النساء الأرامل يحصلن على معاش من التأمين الوطني – وهو تابع لمؤسسات الاحتلال –، لكن هذا حقهن كون الزوج كان يعمل في المناطق المحتلة، وهذا ما يساعدهن على عيش حياة كريمة.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، ودراسة الغامدي ومحمد (2009)، اللتان أظهرت نتائجهما وجود فروق ذات دلالة أحصائية في متوسطات التكيف تبعاً لمتغير مستوى الدخل للأسرة.

6.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مستوى التعليم.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير التعليم.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن البيئة الفلسطينية محكومة بالعرف والتقاليد، وبغض النظر إذا كانت الأرملة متعلمة أم لا، فإنها ستلتزم بالعادات والتقاليد، والالتزام بالقيود التي فرضت عليها من قبل المجتمع، ومع أن النتيجة كانت مفاجئة باعتقاد الباحثة، خاصة أن النساء الأرامل المتعلمات عندهن الخبرة الأكثر في الحياة، وأن العلم يدعمهن في التكيف مع الحياة الجديدة، لكن واقع المجتمع الفلسطيني الذي يضعها في إطار خاص، وكأنه يقول: أنت أرملة، ويجب أن تعيشي بطريقة معينة وبحدود خاصة.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، التي أظهرت فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف السلبي في اتجاه ذوات التعليم الجامعي، كما أن الأرامل ذوات التعليم الثانوي والجامعي أظهرن فروقًا دالة إحصائياً في مستوى الصلابة عند مقارنتهن بذوات التعليم الابتدائي والإعدادي.

7.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية السابعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل.

أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير العمل، أي أن مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء الأرامل اختلف باختلاف العمل، وكانت هذه الفروق لصالح النساء غير العاملات.

وتعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن النساء الأرامل اللواتي لا يعملن يتكيفن مع الوضع؛ لكثرة تعايشهن معه، وليس الانشغال في عملهن، حيث إن المرأة العاملة لا يوجد وقت لديها لتتكيف مع وضعها، كون حياتها بين العمل والأولاد والبيت، وأما النساء الأرامل اللواتي لا يعملن فإنهن يتفرغن لبيتهن، والعمل على التكيف مع الحياة الجديدة، التي تحتاج إلى إعادة تنظيم حياتهن وحياة أسرهن، وأنهن بمساعدة الدعم الأسري، وانشغالهن بإعادة بناء هيكلية أسرهن لتتناسب مع الوضع الجديد، كون النساء الأرامل غير العاملات يمتلكن الوقت الكافي لعمل كل ذلك، بعكس النساء العاملات اللواتي لا يمتلكن الوقت لعمل شيء إلا القيام بتوفير أساسيات الحياة، وتوفير حياة قريبة لتلك التي كانت تعيشها مع زوجها.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة الشيراوي وعبد الرحمن (2012)، ودراسة دافودي مجدام ورحاب وحسونيزادا وتيموري (Davoudimoghaddam, Raheb, Hosseinzadeh, Teymouri, 2018)، ودراسة عياد وفرج (2015)، ودراسة الختاتنة (2011)، التي أظهرت جميعها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات تقدير الذات تعزى لمتغير العمل.

4.5 مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة المنبثقة عن السؤال الرابع

8.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثامنة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مدة الترمل.

ولقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير مدة الترمل.

تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أنه قضاء الله وقدره، وهذه قناعة ما حصل معهـــا، ولكـــن سيكون السؤال: وماذا بعد الحكم على ذات الشخص؟ فهي تقبلت حكـــم الله دون اعتـــراض، أو تظلم؛ لأنه نابع من إيمانها بالله تعالى، وهنا تقف مع نفسها وتعلم إن لم تثق بقـــدراتها، وتعـــزز نفسها، وترى نفسها أنها تستطيع، وتريد أن تتحدى نفسها، ووضعها الجديد، وترفض الضـــعف والخضوع، نعم هذه الأرملة التي تعيش في القدس وضواحيها، الأرملة التـــي تعـــيش بـــداخلها مقولة: "أكون، أو لا أكون"، وأن تكون قوية وتصمد، وتستمد قوتها من داخلها؛ حتى تتعايش مع الوضع الجديد، وهي مدركة لواقعها، ومدركة لما حصل، ولديها الثقة بقدراتها على التعامل مـــع الأحداث الجديدة التي يجب أن تعيشها، ويجب أن يكون تفكيرها إيجابياً، وتكـــون قـــادرة علـــى التعافي من تلك الآثار النفسية، بغض النظر عن مدة الترمل سواءً أكانت شهراً أم سنة.

ولم تتعامل أي من الدراسات السابقة مع متغير مدة الترمل، فلم يتسنى المقارنة مع نتائج أي منها في هذا المجال.

9.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية التاسعة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير عدد الأولاد.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير عدد الأولاد.

تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن الأرملة عندما تشعر أن أبناءها يقدرونها ويتقبلون شخصيتها، وأن الآخرين ممن تتعامل معهم في مواقف الحياة اليومية يقدرونها، يزيد تقديرها لنفسها، وبغض النظر إذا كان عندها ولد أو أكثر فإنه يعتمد على مدى رضاها وتقبلها لنفسها، وعكس ذلك على من حولها، وهو بوابة النجاح لأولادها، والدعم الإيجابي لهم، وهي التي تعطي الطاقة الإيجابية لأولادها، وبمعنى آخر فإن وجود الأولاد يدفعها ليكون تقديرها لذاتها إيجابي وفخر ودعم لأولادها.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة ايجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015)، التي بينت نتائجها بأن تقدير النساء المطلقات لذاتهن تقدير متدن، وسلبي لمتغير الأولاد.

10.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية العاشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمر.

ولقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير العمر.

تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن النساء الأرامل كانت كبيرة، أم صغيرة في العمر، ستكون العادات والتقاليد، والأهم هو المجتمع من سيحكم نفس الحكم: أنها ضعيفة، ومكسورة الجناح، ولكن في القدس ترفض أن تكون ضعيفة؛ لأنها تريد أن تصمد وتنجح، وهذا ما تقوله في نفسها، ولن تسمح أن ترضخ لحكم الناس، إنما هي من تقرر أن تحكم على نفسها، وهو النجاح، والنظرة الإيجابية لنفسها، فهذا هو حال المرأة الفلسطينية والنساء الأرامل في القدس الشريف.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة ايجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015)، التي أظهرت نتائجها بأن تقدير النساء المطلقات لذاتهن تقدير متدن، وسلبي لمتغير العمر لديهن.

11.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الحادية عشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير السكن.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير السكن.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنه بغض النظر عن مكان سكن النساء الأرامل: (سكن مستقل، أو مع أهل الزوج، أو مع أهلها)، فإن تقديرها لنفسها لم يتأثر، مع أن النتيجة كانت معاكسة لتوقعات الباحثة؛ وذلك لأن السكن عند أهل الزوج المتوفى، أو عند أهلها، ومع تدخلاتهم المستمرة في حياتها وحياة أسرتها، يمكن أن يؤثر على تقديرها لذاتها، ويمكن أن تشعر أنها مسيرة في سلوكها ومعاملاتها مع الآخرين، ولكن عندما تكون في بيت مستقل، فإنها تكون قوية الشخصية، وتتحمل وتواجه الصعوبات بنفسها دون الاعتماد على الغير، ولكن تعزو الباحثة

هذه النتيجة إلى كون المجتمع أصبح متفككاً من جانب، والجانب الآخر وهو الأهم أن قوانين منطقة القدس وضواحيها من قبل المحتل تفرض شروطاً للسكن، وتختلف ضريبة المنزل وتسمى (الأرنونا) على الحالة الاجتماعية لصاحب المسكن، وإذا كانت أرملة فإنها تحصل على تخفيض ما بين (60-80%)، وهذا سبب قوي للأرامل أن يكون لهن أي مكان يسكن فيه، فإنهن في مركز قوي لا يستطيع أحد أن يستضعفهن، أو يتحكم بهن؛ لأن عواقب غضبهن سيكلف مادياً للغير، وهذا هو السبب الواقعي للقدس وضواحيها، إذا لم تتعلم القوانين والحقوق التي تحصل عليها ستكون ذات شخصية ضعيفة، ولا تستطيع أن تواجه المحيطين بها والمجتمع، وستكون تحت رحمة الجميع.

12.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية عشرة

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير الدخل.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير الدخل.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنه ما زالت بعض العادات والتقاليد تلزم الأسر ألا تتخلى عن الأرامل وأبنائهن؛ حتى لا يقال إنهم تخلوا عن أولاد ابنهم، ومع أن الأسر تساعد بالحد الأدنى وهي الحاجات الأساسية التي ذكرت في هرم ماسلو فقط، وتعتبر هذه المساعدة بمثابة دخل محدود، لذلك فإن أي دخل آخر يأتي للأرملة فإنها تعتبره زيادة، ولكنها تعلم أنها ملزمة بأسرتها، لذلك تبقى قوية؛ حتى تستطيع أن تواجه صعوبات الحياة، بغض النظر إذا كان الدخل قليلاً أم كثيراً، فإنها تعلم حقوقها، وتعلم كيف تتحصل عليها.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة ايجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015)، التي بينت بأن تقدير النساء المطلقات لذاتهن تقدير متدن، وسلبي لمتغير الدخل لديهن.

13.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة عشر

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير مستوى التعليم.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير مستوى التعليم.

تعزو الباحثة هذه النتائج إلى أن الأرملة مهما حصلت من تعليم، أو كانت غير متعلمة، فإن التنشئة الأسرية لها الأثر الكبير على تقديرها لذاتها، ومع أن النتيجة كانت مفاجئة للباحثة؛ بسبب أن تقدير الذات مكتسب، وممكن أن يكون تقديرها لذاتها أعلى كلما كانت متعلمة؛ لأنها تكتسب من حياتها العلمية الثقة بالنفس، والكفاءة الشخصية بما يتضمنه من الشعور بالرضا عن مستواها الاقتصادي والاجتماعي، وذلك من خلال تفاعلها مع بيئتها التي تشمل العائلة والمجتمع. ولقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة إيجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015)، التي أظهرت التحليلات ثنائية المتغير أن الأمهات اللواتي دعمن المكونات الأربعة للشبكة الاجتماعية، واللواتي عانين من إجهاد أقل للوالدين لديهن تقدير أفضل لذواتهن من نظرائهن، وعلى العكس من ذلك، فإن الأمهات اللواتي لم يحصلن على هذا الدعم، وكان لديهن قدر أكبر من الإجهاد لدى الأبوين كان لديهن تقدير سلبي للذات، وبذلك اعتمدت هذه الدراسة على أن النساء إذا حصلن على الدعم المالي فإنهن سيكون لديهن تقدير ذواتهن بتقدير إيجابي، ولكن إذا لم يحصلن على أي دعم مادي ونفسي فإنه سيكون لديهن تقدير منخفض لذواتهن، وهذا ما اختلفت معه هذه الدراسة

بأن النساء الأرامل عندهن تقدير متوسط لذواتهن، بغض النظر لو كان لديهن دعم من المحيطين بهن أم لا يعزى لمتغير مستوى التعليم.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة باشا ومنوف (Pasha & Munaf, 2013)، واختلفت مع دراسة سيرنكان وافيكا وكاميكا والكاوجل (Serınkan, Avcık, Kaymakçı, Alacaoğlu, 2014)، التي بينت نتائجها وجود فروق في تقدير الذات لدى طالبت الجامعات باختلاف مستوى التعليم لديهن، ولصالح مستوى الماجستير.

14.2.5 مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة عشر

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تعزى لمتغير العمل.

أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها تبعاً لمتغير العمل.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن النساء الأرامل تختلف تنشئتهن عن نساء المجتمعات الأخرى؛ وذلك كون الأنثى منذ الصغر وهي تتشرب القوة والتحدي، وهذا يؤثر على شخصيتها وسلوكها، مما يجعلها تعتز بما هي عليه، ومع أن النساء الأرامل يفضلن التركيز على الأولويات وهي الحفاظ على أسرهن، فهذا هو الهدف الذي تسعى دائماً للوصول إليه، وبغض النظر إذا كانت تعمل أم لا، فعندما تعمل الأرملة فهي تعلم أنها إذا لم تكن ذا شخصية قوية، وتتعامل بثقة بالنفس، فإن الجميع سيستغل ضعفها، وتتعرض للتحرشات الجنسية والمضايقات، وخاصة أنها في منطقة متعددة الأديان، ومتدنية الأخلاق، فتشبع بعض الناس بأخلاق المحتل يؤدي إلى استغلال النساء ذوات التقدير المتدني بأنفسهن، وهذا ما فرض على الأرامل أن يكن ذوات

شخصية قوية؛ حتى تحافظ على نفسها، وعلى حسن خلقها، وهذا ما يقال عنه سمعة الشخص، وحتى لو قيل عنها: أنها أصبحت مسترجلة، وكل هذا لن تكترث له طالما أنها تحمي نفسها وأسرتها.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة جول كيرناوجي وكيرينولج وتيب (GulCirhinlioglu, Teep, Cirhinlioglu, 2017)، ودراسة جان وأشرف (Jan & Ashraf, 2008)، ودراسة ايجلتون وميا (Egleton & Myia, 2015)، التي أشارت نتائجها بأن النساء حتى يصلن إلى تقدير ذات مرتفع يحتجن إلى الدعم، وكأنهن يستمدين تقديرهن لأنفسهن من الآخرين ومن المجتمع الميط بهن، وبخاصة مجتمع العمل وليس من داخلهن، مما يعني وجود فروق ذات دلالة أحصائية لمتغير العمل، ولصالح من يعملن.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس والفرضية الخامسة عشر:

لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين درجتي التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها.

بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التكيف النفسي والاجتماعي، وتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها، وهذه العلاقة متوسطة، وقد كان مستوى الدلالة (0.000)، وهي دالة إحصائياً، وهذه العلاقة إيجابية، إذ كلما ازداد التكيف النفسي والاجتماعي لدى النساء ازداد تقديرهن لذواتهن.

تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن التكيف النفسي والاجتماعي له علاقة طردية بينه وبين تقدير الذات؛ وذلك يعود إلى أن النساء الأرامل إذا لم يكن لديهن الشعور بالقوة من داخلهن، والشعور بأنهن قادرات على مواجهة الحياة – وتعتبر حياة جديدة، وتغيير مفاجئ لهن – فإنهن

لن يستطيعن أن يتكيفن ويتعايشن معها، ويجب أن تكون قوية لتحمي بيتها وعائلتها، ويجب أن تتعايش مع أي وضع جديد بغض النظر إذا كان فقدان لرب الأسرة أو اعتقاله، فإن المتوقع منها ومن أسرتها أن تصبر، وتقاوم الظروف التي وضعت بها؛ لأنها إذا شعر أي شخص كان قريباً أو بعيداً فإنه قد يقوم باستغلالها من أكثر من جانب (الاجتماعي، والنفسي، والاقتصادي)، والنساء الأرامل يرفضن الذل والمهانة، ويعملن بأي عمل مهما كان شاقاً ؛حتى لا يستضعفهن أحد، أو يتم استغلالهن، وهي تشعر بأن حكم المجتمع لها بأنها ضعيفة ولا حول ولا قوة لها، هذا ما رفع مستوى تقديرها لنفسها، وهو التحدي والمقاومة بداية من داخلها، ونهاية بالمجتمع، نعم هذا حال النساء الأرامل في فلسطين، والقدس وضواحيها بشكل خاص، عندما نربي أولادنا منذ الصغر على تحدي الظروف، ومقاومة ما يمكن أن يكسرنا، فلابد أن نخلق جيلاً من المعتزين بأنفسهم، وعندما قال قائدنا ياسر عرفات: "نحن شعب الجبارين"، كان يبني الهمة وعزة النفس.

ولقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة سافارزدا (Safarzadeh, 2016)، في وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الاجتماعي والتكيف الاجتماعي، ودراسة جلستنيفر وشيرلي (Shirali & Golestanipour, 2017)، إذ كان معامل الارتباط (0.56)، واتفقت أيضاً مع دراسة دادارغشتي، امبور، اكباري (Dadarigashti, Amoopour, Akbari, 2016)، التي أظهرت نتائجها وجود ارتباط دال بين التكيف النفسي والدعم الاجتماعي مع مفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الأكاديمي للطالبات في المرحلة الثانوية ذي دلالة إحصائية.

6.5 التوصيات والمقترحات

أولاً- التوصيات

بناءً على النتائج التي توصلت إليها الدراسة، فقد خلصت إلى التوصيات الآتية:

1- ضرورة العمل على توفير الدعم النفسي والاجتماعي للنساء الأرامل في المجتمع الفلسطيني بشكل عام، والاهتمام بالقدس وضواحيها بشكل خاص.

2- العمل على مراقبة عمل الجمعيات والمؤسسات المتخصصة في مجال تقديم الخدمات للأرامل، ووضع آلية عمل لهذه المؤسسات وآلية للمتابعة والرقابة.

3- العمل على متابعة ممأسسة لضمان حقوق النساء الأرامل وأولادهن التي نصت عليها الشرائع والقوانين، منها: حق الميراث، والوصاية عليهن وعلى أولادهن.

4- تنظيم ورش عمل توعوية؛ للتعرف إلى فئة الأرامل، وتغيير وجهة نظر المجتمع عن هذه الفئة، التي تراها ضعيفة، ومكسورة الجناح، إذ أظهرت نتائج هذه الدراسة عكس ذلك.

ثانياً- المقترحات:

وتقدم الدراسة المقترحات الآتية:

1) أنشاء مؤسسات للخدمة الاجتماعية تختص بهذه الشريحة وتعمل على تهيئة البرامج التأهيلية والترفيهية لمن يحتجن للالتحاق بهذه المؤسسات، ووجود فروع لها في المناطق والبيئات كافة، مع توفير كادر متخصص ومؤهل للعمل مع هذه الفئات.

2) بناء برامج إرشادية وتدريبية للنساء الأرامل والمسؤلات عن بيوتهن بشكل خاص، تستهدف تحسين درجة التكيف النفسي والاجتماعي وتقدير الذات لديهن، وبخاصة في ضل الظروف الحالية للمجتمع الفلسطيني.

3) إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول النساء الأرامل، وتقصي علاقة التكيف النفسي والاجتماعي لديهن مع متغيرات نفسية أخرى، لما لهذا الموضوع من أهمية كبيرة.

4) توفير فرص عمل للنساء الأرامل من خلال مؤسسات تمنح قروض صغيرة للمشاريع.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

أولاً- المراجع باللغة العربية

القرآن الكريم

1. النووي، محي الدين.(1992). **رياض الصالحين** (تحقيق الدكتورمحمد الألباني)، ط 1412، باب ملاطفة اليتيم والبنات وسائر الضفه والمساكين والمنكسرين والأحسان أليهم والشفقه عليهم والتواضع معهم وخفض الجناح لهم، رقم 262، ج 3، ص135، بيروت: المكتب الأسلامي.
2. أبو أسعد، أحمد وعربيات، أحمد.(2009). **نظريات الإرشاد النفسي والتربوي**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
3. أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف.(2014). **دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية.** ط3، عمان: مركز ديبونو لتعليم التفكير.
4. أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف.(2012). **دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية**، ط2، عمان: مركز ديبونو لتعليم التفكير.
5. أبو دقة، سناء ابراهيم.(2009). **دليل الباحثين في علم النفس**، غزة: كلية التربية -الجامعة الإسلامية.
6. أبو زيتون، جمال عبد الله.(2010). التكيف النفسي وعلاقته بمهارة حل المشكلات لدى الطلبة الموهوبين والمتفوقين. **مجلة العلوم التربوية والنفسية- البحرين**، 11(2): 39-64.

7. بنات، سهيلة محمود.(2014). العلاقة بين التكيف النفسي أسباب التحاق الطلبة الموهوبين والمتفوقين بالمراكز الريادية– دراسة ميدانية في مركز ريادي عين الباشا في محافظة البلقاء في الأردن. **مجلة جامعة دمشق**، 30(1):475-515.

8. بطرس، بطرس حافظ.(2008). **المشكلات النفسية وعلاجها**، عمان: دار صفاء لنشر والتوزيع.

9. حسين، فؤاد محمد.(2007). **الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة اليمنيين وغير اليمنيين الوافدين إلى الجامعات السورية وعلاقته ببعض المتغيرات**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سوريا.

10. الحمود، ابراهيم.(2011). حقوق الأرامل والمطلقات-2-2011 Httpi//Islamtoday.net/bohooth/arts show-86-7580.htm.6

11. جاب الله، منال وعلام، شادية.(2010). الثقة بالذات وبالآخر، وعلاقتها بمهارات التواصل دراسة في سيكولوجية العلاقات الاجتماعية. **مجلة كلية التربية – بنها**، 21(82):209-215

12. الخالدي، عطاء والعلمي، دلال.(2009). **الصحة والنفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق**، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

13. الختاتنة، رلان محمد.(2011). التكيف النفسي والأجتماعي لدى المرأة العاملة في وزارة الصحة وعلاقته بعدد الاطفال وطبيعة العمل (الخاص، الحكومي)، (رسالة ماجستير غير منشورة)، **كلية الدراسات العليا**، جامعة مؤتة، مؤتة، الأردن.

14. الخفاف، عبد المعطي.(1997). **فن القيادة الذاتية**. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.

15. الداهري، صالح حسن.(2008). **علم النفس**. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

16. الدليمي، طارق والشجيري، أبتسام وعباس، فرحان.(2011). الضغوط التي تواجه المرأة الأرملة وسبل معالجتها. **مجلة جامعة الأنبار للعلوم الأنسانية، (4)**، 278-291.

17. الدليمي، ناهدة ومخيل، ايمان.(2012). تقدير الذات وعلاقته بجودة الحياة لطالبات جامعة بابل، **مجلة جامعة بابل (العلوم الإنسانية)**. 20(4):939-954.

18. الدويش، سعود فيصل.(2014). مؤشرات التكيف النفسي والاجتماعي للمراهقين: دراسة وصفية مقارنة في المجتمعين الجزائري والكويتي، **دراسات نفسية- مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية- الجزائر**، 10، 145-166.

19. رجب، وليد خالد.(2008). بناء مقياس التكيف الاجتماعي الأكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية جامعة الموصل- كلية التربية الرياضية، **مجلة أبحاث كلية التربية الاساسية**، 7(4):285-266 .

20. الرابعة، طارق.(2018) نظرية ابراهام ماسلو، لبنان، 28-4-2018: https://tarekrabaa.com/researc

21. الرفوع، محمد والقارعة، أحمد.(2004). التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي- دراسة ميدانية لدى طالبات تربية الطفل يكلية الطفيله الجامعة التطبيقية في الأردن. **مجلة جامعة دمشق**، 30(102)، 119-146.

22. زهران، حامد عبد السلام.(2004). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. القاهرة: عالم الكتب.

23. زهران، حامد عبد السلام.(2003). **علم النفس الاجتماعي**، ط6. القاهرة: عالم الكتب.

24. سفيان، نبيل صالح.(2004). **المختصر في الشخصيه والارشاد النفسي**، القاهرة: ايترك للطباعة والنشر والتوزيع.

25. سليمان، عادل محمود.(2003). **الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

26. سليمان، عبد الواحد إبراهيم.(2014). **علم النفس الاجتماعي ومتطلبات الحياة المعاصرة**. عجمان: الوراق للنشر.

27. شعبان، عبد ربه علي.(2010). **الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

28. شقفة، عطا أحمد.(2010). **المساندة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط الصادمة لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة**. (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، عمادة الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

29. الشيخ خليل، جواد محمد.(2006).**السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات وتوكيد الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة غزة**. (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة، مصر.

30. الشيراوي، أماني عبد الرحمن.(2012). أسلوب مواجهة الأرامل للضغوطات النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**- البحرين، 13(1)،11-41.

31. الضيدان، محمد ضيدان. (2003). **تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

32. عبد الرحمن، محمد السيد. (1998). **نظريات الشخصية.** القاهرة: دار قباء للنشر والتوزيع.

33. عبد الفتاح، داليا طارق. (2014). التكيف الاجتماعي لدى طالبات الأقسام الداخلية- دراسة ميدانية في جامعة الموصل، **دراسات موصلية،** 44:187-167

34. العدوان، فاطمة عبد زيد.(2015). التكيف النفسي وضغط ما بعد الصدمة والحياة الهانئة لدى النساء المصابات وغير المصابات بسرطان الثدي وأزواجهن وبناتهن. (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة عمار تليجي، **دراسات-الجزائر**، دار المنظومة، 35: -189 173.

35. عياد، هاني وفرج، أيمن.(2015). التكيف الاجتماعي للمرأة المطلقة في المجتمع المصري: دراسة ميدانية في محافظة الغربية. **مجلة العلوم الاجتماعية،** (54)، 698-710.

36. العناني، حنان. (2005). الصحة **النفسية.** ط 2، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

37. الغامدي، محمد بن سعيد محمد.(2009). التكيف الاجتماعي والاقتصادي والنفسي للمرأة السعودية المطلقة في محافظة جدة، (رسالة ماجستير منشورة). **مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعي،** 2(1)، 144-188.

38. فهمي، مصطفى أحمد. (1976). **الصحة النفسية، ط2.** القاهرة: مطبعة الموني، المؤسسة السعودية.

39. القاض، وفاء محمد. (2009). **قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

40. القطناني، علاء سمير. (2011). **الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

41. كامل، أحمد سهير. (1999). **الصحة النفسية والتوافق.** الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب، مصر.

42. مالهي، رانجيت سينج وريزنر، روبرت دبليو. (2006). **تقرير تقدير الذات،** الرياض: مكتبة جرير، السعودية.

43. محافظ، سامح والزعبي، زعير.(2008). أثر العوامل الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية في تشكيل مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الهاشمية. **دراسات العلوم التربوية،** 35(1):110-127.

44. محمد، ضرغام جاسم. (2012). مقارنة التكيف الاجتماعي بين الطالبات الممارسات والغير ممارسات للنشاط الرياضي في كلية التربية للبنات، **مجلة كلية التربية الأساسية- جامعة بابل،** (8): 396-408.

45. المعايطة، فيلما. (2008). تقدير الذات، **مجلة المعلم،** 2008/8/12 http://www.almualem.net/maga/that090.html

46. مقدادي، يوسف. (2008). الوحدة النفسية وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من طلبة كلية العلوم التربوي بجامعة آل البيت، **مجلة العلوم التربوية والنفسية-البحرين،** 9(3): 175-195.

47. المنسي، محمد ابراهيم. (2008). **الأرملة والمجتمع،** عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

48. موســـى، ماجـــده.(2010).**مفهوم الذات الاجتماعي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الكفيف**،(رسالة ماجستير منشوره)،كلية التربية جامعة دمشق، سوريا

49. هادي، صونية. (2011). **تقدير الذات لدى المرأة المستأصلة الرحم**، (رســـالة ماجســـتير غير منشورة)، معهد العلوم الإنسانية، الجزائر.

50. همشري، عمر أحمد. (2003). **التنشئة الاجتماعية للطفل**. عمان: دار الصفاء.

ثانياً– المراجع باللغة الإنجليزية:

1. Bibi, S. & Saqlain, S. (2016). Relationship between Emotional Intelligence and Self Esteem among Pakistani University Students. **Cell & Developmental Biology**, 6(4), 279 .
2. GulCirhinlioglu, Teep & Cirhinlioglu, Z. (2017). Psychological distress, self-esteem and emotional dependency of married individuals as predictors of marital adjustment. **Procedia Computer Science,** 120, 164-171.
3. Harter, S (1982). Universite du Quebec, **Education de la santé – Santé mentale**: L'estime de soi http://www.uquebec.ca/edusante/mentale/imp_estime_de_soi.htm. 19/5/2008: 12
4. Miller, N. B.; Smerglia, V. L.; & Bouchet, N. (2004). Women's Adjustment to Widowhood: Does Social Support Matter**? Journal of Women & Aging**, 16(3-4), 149-167.
5. Mwangi, C. N.; Okatcha, F. M.; Kinai, T. K.; & Ireri, A.M. (2015). Relationship between Academic Resilience and Academic Achievement among Secondary School Students in Kiambu County, Kenya. **International Journal of School and Cognitive Psychology,** 01(S2). 2469-9837
6. Dadarigashti, K.; Amoopour, M.; & Akbari, B. (2017). **The relationship between psychological adjustment and social protection with academic self-concept and academic achievement among high school female students in Rasht**. Retrieved from: https://www.ijmrhs.com/abstract/the-relationship-between-psychological-adjustment-and-social-protection-with-academic-selfconcept-and-academic-achieveme-5473.html
7. Egleton, Myia C. (2015) African American Single Mothers: **Social Networks**, Parental Stress, and Self Esteem. Retrieved from http://hdl.handle.net/11603/9919
8. Jan, M. & Ashraf, A. (2008). An Assessment of Self-Esteem among Women. **Studies on Home and Community Science**, 2(2), 133-139
9. Kwan, V.; Kuang, L.; & Hui, N. (2009). Identifying the Sources of Selfesteem: The Mixed. **Self and Identity**, 8(2-3), 176–195
10. Lawrence, D. (1981). The Development of a Self-steem Questionnairembritsh, **Journal of Education Psychology**, 51, 245-251 Lawrence, N. (1988). Universite du Quebec , **Education de la santé – Santé mentale**: L'estime de soi

11. http://www.uquebec.ca/edusante/mentale/imp_estime_de_soi.htm. 19/5/2008 : 12
12. Lawrence, N. (1981). The developmnt of a self-esteem questionnilire Bnt1~h. ·.duc.ition.il l'sychology, 51, 211-245.
13. Monthly-Blanc, J.; Mayan, C.; Morin, A. J.; & Stephan, Y. (2012). Physical self-concept and disturbed eating attitudes and behaviors in French athlete and non-athlete adolescent girls: Direct and indirect relations**. Body Image**, 9(3), 373-380.
14. Pasha, H. S. & Munaf, S. (2013). Relationship of Self-esteem and Adjustment in Traditional University Students**. Procedia - Social and Behavioral Sciences**, 84, 999-1004.
15. Safarzadeh, S. (2016). The Relationship of Family Affective Climate, Self-effectiveness, Personal-Social Adjustment with Academic Achievement of University Students: A Study in Islamic Azad University, Ahvaz, **Iran. Practice in Clinical Psychology**, 4(3), 167-172
16. Serınkan, C.; Avcık, C.; Kaymakçı, K.; & Alacaoğlu, D. (2014). Determination of Students Self-esteem Levels at Pamukkale University. **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, 116, 4155-4158.
17. Shirali, E. & Pour, M. (2017).The Relationship between Social Adjustment and Self-Esteem of the Female Students in Islamic Azad University of Ramhormoz. **Department of Psychology**, Izeh branch, Islamic Azad University, Izeh, Iran
18. Spahni, S.; Bennett, K. M.; & Perrig-Chiello, P. (2016). Psychological adaptation to spousal bereavement in old age: The role of trait resilience, marital history, and context of death**. Death Studies,** 40(3), 182-190.
19. Stewart, M.; Caraig, D.; Macpherson, K.; & Alexander, S. (2001).Center for Alberta, Healh Promotion Studies, University of Alberta, **Edmonton.Canda. Public Health Nurs**. Jan- FEB;18(1): 54-63
20. Stoll, O. & Alfermann, D. (2002). Effects of Physical Exercise on Resources Evaluation, Body Self-Concept and Well-Being among Older Adults**. Anxiety, Stress & Coping**, 15(3), 311-319.
21. Teymouri, R.; Davoudimoghaddam, B.; & Raheb, G. (2018). The Effect of Hardiness on Personal and Social Adjustment of Female-Headed Households. **World Family Medicine Journal/Middle East Journal of Family Medicine,** 16(2), 236-242.

22. Watkins, M. P. & Meredith, W. (1981).Spouse similarity in newlyweds with respect to specific cognitive abilities, Socitoeconomic status and education**. Behavior Genetics**, 11(1), 1-21.
23. Varun, Malik. (2013). Problems of Widow Remarriage in India: A Study**, Journal of Business Management & Social Sciences Research** (JBM&SSR), ISSN No: 2319-5614013, 23-29.
24. Zamani, M. M. & Norouzi, S. (2017). Evaluation of Different Intercropping Patterns of Barley (Hordeum vulgare L.) and Faba Bean (Vicia faba L.) through Competitive and Economic Indices. **Journal of Crop Production and Processing**, 7(3), 145-158.

الملحق (أ): ملحق كتاب التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الدكتور: ..... المحترم.

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: (التكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقته بتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها)؛ وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة القدس المفتوحة.

ولتحقيق أغراض هذه الدراسة قامت الباحثة بتطوير مقياس: (التكيف النفسي والاجتماعي)، في ضوء مراجعتها للدراسات السابقة، والأدبيات المتعلقة بالموضوع.

علماً بأن الإجابة عن فقرات المقياس ستكون وفقاً لتدرج ليكرث الخماسي على النحو الآتي:

كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	متدنية	متدنية جداً

ولما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال، يسر الباحثة أن تضع بين أيديكم هذا المقياس في صورته الأولية، راجين منكم التكرم بقراءة فقراته، وتحكيمها من حيث:

1. مدى انتماء الفقرة وملاءمتها لموضوع الدراسة.
2. شمولية ووضوح الفقرات، وسلامتها العلمية واللغوية.
3. الإضافة، أو الحذف، أو التعديل لما ترونه مناسباً، وأية ملاحظات، أو اقتراحات أخرى.

هذا وسيكون لآرائكم وتوجيهاتكم الأثر الفعال في تطوير الأداة، وإخراجها بصورة ملائمة، لذا ترجو الباحثة إبداء رأيكم في كل فقرة من فقرات الأداة، وذلك بوضع إشارة (x)، أو (v) في الحقل الذي ترونه مناسباً، وتدوين ملاحظتكم (حذف، إضافة، تعديل، دمج، إعادة صياغة).

شاكرةً لكم تعاونكم، مع وافر احترامي وتقديري واعترافي بغزير علمكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحثة: شذى صادق محمد غانم

بإشراف: الدكتور نبيل المغربي

والأستاذ الدكتور محمد شاهين

الملحق (ب): أدوات الدراسة قبل التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الدكتور: ..... المحترم.

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان: (التكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقته بتقدير الذات لدى النساء الأرامل في مدينة القدس وضواحيها)، وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة القدس المفتوحة.

ولتحقيق أغراض هذه الدراسة قامت الباحثة بتطوير مقياس: (التكيف النفسي والاجتماعي)، في ضوء مراجعتها للدراسات السابقة، والأدبيات المتعلقة بالموضوع.

علماً بأن الإجابة عن فقرات المقياس ستكون وفقاً لتدرج ليكرث الخماسي على النحو الآتي:

كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	متدنية	متدنية جداً
5	4	3	2	1

ولما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال، يسر الباحثة أن تضع بين أيديكم هذا المقياس في صورته الأولية، راجين منكم التكرم بقراءة فقراته، وتحكيمها من حيث:

1. مدى انتماء الفقرة وملاءمتها لموضوع الدراسة.
2. شمولية ووضوح الفقرات، وسلامتها العلمية واللغوية.
3. الإضافة، أو الحذف، أو التعديل لما ترونه مناسباً.
4. أية ملاحظات، أو اقتراحات أخرى.

هذا سيكون لآرائكم وتوجيهاتكم الأثر الفعال في تطوير الأداة، وإخراجها بصورة ملائمة، لذا ترجو الباحثة إبداء رأيكم في كل فقرة من فقرات الأداة، وذلك بوضع إشارة (x)، أو (v) في الحقل الذي ترونه مناسباً، وتدوين ملاحظتكم: (حذف، إضافة، تعديل، دمج، إعادة صياغة).

شاكرةً لكم تعاونكم، مع وافر احترامي وتقديري واعترافي بغزير علمكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحثة: شذى صادق محمد غانم

بإشراف: الدكتور نبيل المغربي

والأستاذ الدكتور محمد شاهين

مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

الرقم	العبارة	تصلح	لا تصلح	تعـــــــديل العبارة
1	أحتاج إلى من يفهمني			
2	أشعر بالغربة بداخلي			
3	أرفض أن يراني أحد ضعيفة			
4	أحب أن أجلس وحدي			
5	أعيش سعادتي من خلال أولادي			
6	أتظاهر بالقوة من أجل اولادي			
7	لو أن الانتحار ليس حرام لأقبلت عليه			
8	غير قادرة على التكيف بحياتي الجديدة			
9	أبحث عن الأمان			
10	أريد أن أرتاح			
11	لا أجد من يفهمني			
12	أبحث عن الحب			
13	لا يعاملونني على أنني إنسانة			
14	أخاف من الزوج مرة ثانية			
15	لا أعرف نقاط قوتي			
16	يتدخل الأهل في حياتي			
17	لا يساندني أهلي			
18	أتخذ قراراتي لوحدي			
19	أحتاج إلى من يسمعني			
20	ابتعدن عني صديقاتي المتزوجات			
21	الرجال يعتبرونني فريسة سهلة			
22	أكون بموقع الدفاع عن أولادي			
23	أحتاج من يشاركني مسؤولية أولادي			
24	يعاملني المجتمع على أنني ضعيفة			
25	أنا أعلم ما أريد			

26	تغيرت معاملة أهلي لي			
27	أشعر أني أعيش تحت المجهر			
28	يرى أهلي سيئاتي فقط			
29	أتمنى أن أعيش بعيدة عن الناس			
30	يحتاج أولادي إلى رجل بحياتهم			
31	سكني عند أهلي يساعدهم بالتحكم بي			
32	سكني عند أهل زوجي يزيد مشاكلي مع نساء العائلة			
33	وصايا الجد و الأعمام على أموال أولادي يقيدني			
34	القانون لا يحمي حقي في ميراث زوجي			
35	الحصول على ترقية بالعمل يحتاج إلى تنازلات			
36	الرد على التحرشات الجنسية في العمل هو الصمت			
37	حاجتي للعمل وضعتني في مواجهة الجميع			
38	تعليمي الجامعي ساعدني بالتكيف مع الوضع الجديد			
39	أشعر أن الاكتفاء الذاتي حماني			
40	سني ساعدني بالتعامل مع الناس			

مقياس تقدير الذات:

الرقم	العبارة	تصلح	لا تصلح	تعديل العبارة
1	تنقصني الثقة بالنفس			
2	أشعر بالرضا عن حياتي الاجتماعية			
3	أطمح لمستقبل مشرق			
4	إنني غير راضية عن مجموعات صديقاتي			
5	أشعر بعدم الرضا عن مظهري الشخصي			
6	لا أحظى باحترام الناس بالدرجة التي تليق بي			
7	أشعر بأنني عضو مهم في أسرتي			
8	إنني راضية عن أي عمل أقوم به			
9	أكره التواضع الذي يشعرني بالضعف			
10	تلقى أفكاري تقديراً من الآخرين			

11	تبحث عني صديقاتي عندما أغيب عنهن			
12	واثقة أنني سأحقق ما أريده في حيـــاتي الاجتماعيـــة فـــي المستقبل			
13	يهتم الآخرين لما أقوله			
14	أشعر بأنه ليس لوجودي قيمة كبيرة			
15	أضع أهدافي بحيث تكون في مستوى إمكانياتي			
16	أشعر بأنني أقل من صديقاتي			
17	أحتاج إلى من يساعدني بما أقوم به من أعمال			
18	أرى أن مبادئي في الحياة تقودني إلى النجاح			
19	أستمتع بوقت فراغي بالطريقة التي تناسبني			
20	أميل إلى التقليل من شأن نفسي			
21	أشعر بأنني جديرة باحترام نفسي			
22	لا أقلل من شأن نفسي			
23	أشعر بأنني تافهة			
24	أشعر بأني جديرة باحترام الآخرين لي			
25	ينتابني الغرور ببعض المواقف			
26	لا أهزم بسهولة في المناقشة لأنني أثق بقدراتي			
27	أمتنع عن أداء عمل ما لأنني لم أقدر قدراتي بتقدير مناسب			
28	ينتابني شعور بأنني لا أصلح لأي شيء أبداً			
29	أكره نفسي كلما تذكرت عيوبي			
30	لست راضية عن علاقتي بوالدي لأنهما لا يقدراني كفاية			
31	أسرتي تتوقع مني أكثر مما أستطيع			
32	يزعجني انتقاد الآخرين لي			
33	أميل إلى الشعور بأنني فاشلة			
34	لدي نظرة إيجابية تجاه نفسي			
35	لا تضايقني الأشياء عادة			
36	أجد أنه من الصعب علي أن أتحدث أمام زملائي في العمل			
37	أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي			
38	لا أجد صعوبة في اتخاذ قرارتي بنفسي			

39	يسعد الآخرين بوجودهم معي			
40	أتضايق بسرعة في المنزل			
41	أحتاج وقت طويل حتى اعتاد على الأشياء الجديدة			
41	أنا محبوبة بين الأشخاص من نفس سني			
42	تراعي عائلتي مشاعري عادة			
43	أستسلم بسهولة			
44	تتوقع عائلتي مني الكثير			
45	من الصعب جداً أن أبقى كما أنا			
46	تختلط الأشياء كلها في حياتي			
47	يتبع الناس أفكاري عادة			
48	لا أقدر نفسي حق قدرها			
49	أود كثيراً لو أترك المنزل			
50	أشعر بالضيق من عملي غالباً			
51	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس			
52	إن كان عندي شيء أريد ان أقوله فأقوله عادة			
53	تفهمني عائلتي			
54	معظم الناس محبوبون أكثر مني			
55	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل أشياء			
56	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال			
57	أرغب كثيراً أن أكون شخصاً آخر			
58	لا يمكن للآخرين الاعتماد علي			

الملحق (ت): المحكمين لأدوات الدراسة

الرقم	الاسم	التخصص	الجامعة
1	أ. د. نبيل الجندي	علم النفس	جامعة الخليل
2	د. فلاح سلطان الزعبي	علم النفس التربوي	جامعة الكويت
3	د. فراس علي حبيس	علم النفس	جامعة الزقازيق
4	د. نفين محمد علي زهران	الصحة النفسية	جامعة نايف العربية للعلوم
5	د. نافذ سليمان مسالمة	خدمة اجتماعية	جامعة القاهرة
6	د. راشد مانع راشد العجمي	الإرشاد النفسي والتربوي	جامعة الكويت
7	د. خولة عبد الكريم السعايدة	الإرشاد النفسي والتربوي	الجامعة الأردنية
8	د. رأفت شهير شحادة	علم النفس الاكلينيكي	جامعة الكويت
9	د. ربيع عبد الرؤف عامر	علم نفس	جامعة الملك خالد
10	د. لطف محمد جرابيش	علم النفس	جامعة صنعاء
11	د. إبراهيم سليمان المصري	الإرشاد النفسي والتربوي	جامعة الخليل

الملحق (ث) أدوات الدراسة بعد التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

أختي المستجيبة،

بين يديك عدد من العبارات التي تمثل مشاعرك، أو تصرفات تقومين بها في بعض الأحيان، ترجو الباحثة منكن التعاون معها، وذلك بقراءة كل عبارة (فقرة)، والتأشير أمامها بوضع علامة (v)، من خلال تحديد مدى انطباق محتواها عليك.

نود إعلامك أنه ليست هناك إجابة صحيحة أو خاطئة، كما لن يطلع على الإجابة أحد سوى الباحثة، فهي مصممة لأغراض البحث العلمي فقط، ولا داعي لذكر الاسم.

شاكرةً لكم تعاونكم، مع وافر احترامي وتقديري، واعترافي بغزير علمكم، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الباحثة: شذى صادق محمد غانم

بإشراف: الدكتور نبيل المغربي

والأستاذ الدكتور محمد شاهين

الأسئلة الشخصية:

أرجو وضع دائرة حول الإجابة التي تنطبق عليك:

مدة الترمل: 1) أقل من 5 سنوات 2) من 5 سنوات وأقل من 10 سنوات 3) من 10 سنوات فأكثر

عدد الأولاد: 1) 3 وأقل من 4 أولاد 2) من (4-6) أولاد 3- أكثر من 6 أولاد

العمر: 1) أقل من 25 سنة 2) أكثر من 25 وأقل من 35 سنة 3) 35 إلى 45 سنة 4) أكثر من 45 سنة

السكن: 1) مستقل 2) مع الأهل 3) مع أهل الزوج

الدخل: 1) أقل من 2000 شيكل 2) من 2000 أو أقل من 4000 شيكل 3) من (4000- 6000) شـــيكل 4- أكثر من 6000 شيكل

المستوى التعليمي: 1) أقل من ثانوية عامة 2) ثانوية عامة 3) دبلوم 4) بكالوريوس فأعلى

العمل: 1) تعمل 2) لا تعمل

مقياس التكيف النفسي والاجتماعي:

الرقم	العبارة	دائماً	كثيراً	قليلاً	نادراً	أبداً
1	أحتاج إلى من يفهمني					
2	لا أفهم نفسي.. ، لدي سلوكات لا أعلم لما قمت بها					
3	لا أحب أن أبدو ضعيفة أمام الآخرين					
4	أشعر بالراحة حين أكون وحدي					
5	أجد صعوبة في التكيف مع ظروف حياتي الجديدة					
6	أبحث عن الأمان					
7	أريد أن أستقر في حياتي					
8	لا أجد من يفهمني					
9	أحتاج إلى من يمنحني بعض الاهتمام					
10	أخاف من الزواج مرة ثانية					
11	لم أكتشف نقاط قوتي بعد					
12	يتدخل الأهل في حياتي أغلب الأوقات					
13	لا يستأذنني أهلي في أمور تخصني وأولادي					
14	أتخذ قراراتي لوحدي					
15	أحتاج إلى من ينصت إلي					
16	بعد وفاة زوجي ابتعدن عني صديقاتي المتزوجات					
17	الرجال يعتبرون الأرملة فريسة سهلة					

18	أشعر بحاجة ملحة إلى من يشاركني مسؤولية أولادي					
19	يعاملني المجتمع كوني أرملة على أنني ضعيفة					
20	أنا أعرف ما أريد					
21	تغيرت معاملة أهلي لي بعد وفاة زوجي					
22	أشعر أني أعيش تحت المجهر بعد ترملي					
23	يرى أهلي سيئاتي فقط					
24	يحتاج أولادي إلى رجل بحياتهم					
25	سكني عند أهلي يجعلني ضعيفة ومتحكم بها					
26	سكني عند أهل زوجي يزيد مشاكلي مع نساء العائلة خوفاً على أزواجهن مني					
27	وصايا الجد والأعمام على أموال أولادي يقيدني					
28	كوني أرملة يعني أن الحصول على ترقية بالعمل يحتاج إلـــى تنازلات					
29	ألجأ إلى الصمت أغلب الأحيان للرد على التحرشات في العمل					
30	حاجتي للعمل جعلتني تحت رحمة الجميع					
31	تعليمي الجامعي ساعدني بالتكيف مع الوضع الجديد					
32	خبرتي بالتعامل مع الناس ساعدتني على التفاعل مع الآخرين					

مقياس تقدير الذات:

الرقم	العبارة	دائماً	كثيراً	قليلاً	نادراً	أبداً
1	أشعر بالرضا عن مظهري الشخصي					
2	لا أحظى باحترام الناس وآرائهم بشخصيتي					
3	أكره التواضع الذي يشعرني بالضعف					
4	أمتلك قدرات عالية تحقق لي حياة اجتماعية كريمة					
5	يهتم الآخرون لما أقوله					
6	أشعر بأنه ليس لوجودي قيمة كبيرة					
7	أخطط لأهداف واقعية تتناسب مع قدراتي الذاتية، وإمكاناتي					
8	أشعر بالنقص مقارنة بصديقاتي					
9	أحتاج إلى من يساعدني بما أقوم به من أعمال اعتيادية					
10	أرى أن مبادئي في الحياة تقودني إلى النجاح					

11	أشعر بضعف في شخصيتي أمام الآخرين					
12	عدم تقديري الصحيح لقدراتي يجعلني أمتنع عــن أداء بعــض					
13	ينتابني شعور بأنني لا أصلح لأي شيء بتاتاً					
14	أشعر بالنقص وبتأنيب الضمير كلما تذكرت عيوبي					
15	أشعر بعدم الرضى عن علاقتي بوالدي بسبب عدم تقديرهما لي					
16	أنا إيجابية وأرى نفسي إيجابية أيضاً					
17	لا تضايقني الأشياء عادة					
18	وجودي يشعر من حولي بالسعادة					
19	أتضايق بسرعة في المنزل					
20	أحتاج إلى وقت طويل حتى أعتاد على الأشياء الجديدة					
21	لا أستسلم بسهولة أمام العقبات التي تواجهني					
22	تختلط الأشياء كلها في حياتي					
23	لا أقدر نفسي حق قدرها					
24	يجب علي أن أنطلق للعمل					
25	أشعر بالضيق من عملي غالباً					
26	لا ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من أعمال					
27	أرغب كثيراً في أن أكون شخصا آخر					