جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط

Psychological Security and its Relationship with the Quality of Life and Pessimism Tendency Among a Sample of Adolescents in Shuafat Camp

إعداد

تسنيم حرب محمود مناصرة

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

كانون أول 2020م

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط

Psychological Security and its Relationship with the Quality of Life and Pessimism Tendency Among a Sample of Adolescents in Shuafat Camp

إعداد

تسنيم حرب محمود مناصرة

بإشراف

الأستاذ الدكتور حسني محمد عوض

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي

جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

كانون أول 2020م

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط

Psychological Security and its Relationship with the Quality of Life and Pessimism Tendency Among a Sample of Adolescents in Shuafat Camp

إعداد

تسنيم حرب محمود مناصرة

بإشراف

الأستاذ الدكتور حسني محمد عوض

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ 2020/12/21م

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور حسني محمد عوض	جامعة القدس المفتوحة	مشرفاً ورئيساً .....
الدكتور حسين حمايل	جامعة القدس المفتوحة	عضواً .....
الدكتور زهير النواجحة	جامعة الأقصى	عضواً .....

أنا الموقع/ تسنيم حرب محمود مناصرة؛ أفوض/ جامعة القدس المفتوحة، بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات، أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص، عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الاسم: تسنيم حرب محمود مناصرة

الرقم الجامعي: 0330011720006

التوقيع: .....

التاريخ: .... /.... / 2020م

الإهداء

إلى أمي الحبيبة إلى من علمتني الصبر والجد والاجتهاد في الحياة...

إلى أبي الغالي إلى من أرسى لي قواعد الخلق الكريم، وكيفية كبح زمام النفس...

إلى أصدقائي الأعزاء إلى من كانوا نِعم السند في رحلتي العلمية والعملية، ولم يدخروا جهداً في مساعدتي...

وإلى كل من تمنى لي الخير...

الباحثة:

تسنيم مناصرة

شكر وتقدير

الحمد لله حمداً كثيراً مباركاً، ملء السماوات وملء الأرض. الحمد لله رب العالمين الذي بحمده تتم الصالحات. أشكرك ربي على فضلك ووفير نعمك علي. الحمد لله الذي يسّر أمري، ونور دربي، ووفقني في عملي، ودراستي، وإتمام رسالتي.

أتوجه بشكري وتقديري لجامعة القدس المفتوحة عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي، وإلى كل من وقف بجانبي وساندني خلال فترة دراستي، وأرسل كلمة شكر لصاحب الفضل في تفوقي ونجاحي **الأستاذ الدكتور حسني عوض**، شكراً لك على دعمك ومساندتك لي طوال الفترة الماضية، فأقل ما يمكن أن أقدمه لكم هي كلمة شكر رقيقة تحمل خالص مشاعري الصادقة؛ تقديراً لكم على كل ما قدمتموه لي.

كما وأتقدم بجزيل الشكر إلى أعضاء لجنة المناقشة الكرام، الدكتور ..... مناقشاً داخلياً. والدكتور ..... مناقشاً خارجياً.

كما وأتقدم بالشكر والعرفان إلى كل من ساندني ودعمني وعمل على توفير التسهيلات كافة للوصول إلى هذه اللحظة من إنجاز البحث.

الباحثة:

تسنيم مناصرة

قائمة المحتويات

الموضوع		الصفحة
قرار لجنة المناقشة		ب
الإقرار والتفويض		ج
الإهداء		د
شكر وتقدير		هـ
قائمة المحتويات		و
قائمة الجداول		ح
قائمة الملاحق		ي
الملخص باللغة العربية		ك
الملخص باللغة الإنجليزية		م
الفصل الأول: خلفية الدراسة ومشكلتها		**13-1**
1.1	المقدمة	2
2.1	مشكلة الدراسة وأسئلتها	6
3.1	فرضيات الدراسة	8
4.1	أهداف الدراسة	9
5.1	أهمية الدراسة	10
6.1	حدود الدراسة ومحدداتها	11
7.1	التعريفات الإجرائية للمصطلحات	11
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة		**48-14**
1.2	الإطار النظري	15
2.2	الدراسات السابقة	36
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات		**63-49**
1.3	منهجية الدراسة	50
2.3	مجتمع الدراسة وعينتها	51
3.3	أدوات الدراسة وخصائصها	52
4.3	تصميم الدراسة ومتغيراتها	61
5.3	إجراءات تنفيذ الدراسة	61
6.3	المعالجات الإحصائية	62
الفصل الرابع: نتائج الدراسة		**79-64**
1.4	النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة	65

1.1.4	النتائج المتعلقة بالسؤال الأول	65
2.1.4	النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني	67
3.1.4	النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث	69
2.4	النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة	70
1.2.4	النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى	70
2.2.4	النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية	72
3.2.4	النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة	74
4.2.4	النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة	76
5.2.4	النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة	78
الفصل الخامس: تفسير النتائج ومناقشتها		**91-80**
1.5	النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة ومناقشتها	81
1.1.5	نتائج السؤال الأول ومناقشتها	81
2.1.5	نتائج السؤال الثاني ومناقشتها	82
3.1.5	نتائج السؤال الثالث ومناقشتها	83
2.5	النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة ومناقشتها	84
1.2.5	نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها	84
2.2.5	نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها	86
3.2.5	نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها	87
4.2.5	نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها	88
5.2.5	نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها	89
3.5	التوصيات والمقترحات	91
المصادر والمراجع باللغة العربية		92
المصادر والمراجع باللغة الإنجليزية		103
الملاحق		105

قائمة الجداول

الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
1.3	توزيع مجتمع الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف	51
2.3	توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف	52
3.3	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الأمن النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس	53
4.3	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس جودة الحياة مع الدرجة الكلية للمقياس	56
5.3	قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس النزعة التشاؤمية مع الدرجة الكلية للمقياس	58
6.3	درجات احتساب مستوى شيوع الأمن النفسي وجودة الحياة والنزعة التشاؤمية	60
1.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات، الأمن النفسي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	66
2.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات جودة الحياة، وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	67
3.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات النزعة التشاؤمية، وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً	69
4.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر	70
5.4	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس الأمن النفسي لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والعمر والصف	71
6.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر	72
7.4	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس جودة الحياة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والعمر والصف	73
8.4	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس جودة الحياة تبعاً لمتغير الصف	73
9.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس النزعة التشاؤمية تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر	74
10.4	تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس النزعة التشاؤمية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والعمر والصف	75

11.4	نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس النزعة التشاؤمية تبعاً لمتغير الصف	76
12.4	معامل ارتباط بيرسون بين الأمن النفسي وكل من جودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط	77
13.4	نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لمعرفة مدى إسهام جودة الحياة والنزعة التشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدي عينة من المراهقين في مخيم شعفاط	78

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
أ	أدوات الدراسة قبل التحكيم	106
ب	المحكمين لأدوات الدراسة	115
ت	أدوات الدراسة بعد التحكيم	116
ث	أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية	122
ج	كتاب تسهيل المهمة	127

الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط

إعداد: تسنيم حرب مناصرة

إشراف: الأستاذ الدكتور حسني محمد عوض

2020

ملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط بعد العدوان الإسرائيلي عام 2019 م، في ضوء المتغيرات المستقلة (الجنس، العمر، الصف)، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (336) مراهقاً ومراهقة في مخيم شعفاط، واختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية، وأظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للأمن النفسي كانت منخفضة، حيث بلغت قيمة متوسط النسبة المئوية لاستجابات المبحوثين (46.4%). كما وأظهرت النتائج أن الدرجة الكلية لجودة الحياة كانت متوسطة حيث بلغت قيمة متوسط النسبة المئوية لاستجابات المبحوثين (66.8%)، وكان مستوى النزعة التشاؤمية مرتفعاً، حيث بلغت قيمة متوسط النسبة المئوية لاستجابات المبحوثين (73.8%)، وبينت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تبعاً لمتغيري: الجنس لصالح الإناث، والعمر لصالح الفئة (12– أقل من 15). كما وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في جودة الحياة تبعاً لمتغيرات: الجنس لصالح الإناث، والعمر لصالح الفئة (12– أقل من 15)، والصف حيث جاءت الفروق لصالح الصف السابع. كما وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً على مقياس النزعة التشاؤمية تبعاً لمتغيرات: الجنس لصالح الذكور، والعمر لصالح الفئة (15– أقل من 19)، والصف لصالح الصف العاشر والثاني عشر، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط طردية موجبة دالة إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة، ووجود علاقة ارتباط عكسية سالبة دالة إحصائياً بين الأمن النفسي، والنزعة التشاؤمية لدى عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج وجود

علاقة ارتباط عكسية سالبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة والنزعة التشاؤمية. كما وأظهرت النتائج أن مستوى القدرة التنبؤية لجودة الحياة والنزعة التشاؤمية بالأمن النفسي كان مرتفعاً، إذ أن النزعة التشاؤمية وجودة الحياة قد استطاعت التنبؤ (65.6%) من الأمن النفسي.

الكلمات المفتاحية: الأمن النفسي، جودة الحياة، النزعة التشاؤمية.

Psychological Security and its Relationship with the Quality of Life and Pessimism Tendency Among a Sample of Adolescents in Shuafat Camp

Preparation: Tasneem Harb Manasrah
Supervisor: Prof. Hussni Mohammed Awad

2020

Abstract

The study aimed to identify Psychological Security and its relationship with Quality of Life and Pessimism Tendency among a sample of adolescents in the Shuafat Camp after the Israeli Aggression in 2019, in relation to the independent variables (gender, age, grade), and the researcher used the descriptive Correlational design on a sample of (336) of Shuafat camp adolescents, chosen by stratified random sampling. The results of the study showed that the level of psychological security was low as the average percentage value of the respondents' responses was (46.4%). The results also showed that the level of quality of life was moderate as the average percentage value of the respondents' responses was (66.8%). In addition, the level of pessimism was high as the average percentage value of the respondents' responses was (73.8%). The results showed statistically significant differences in psychological security according to two variables: gender in favor of females, and age in favor of the group (12 - less than 15). The results also showed that there are statistically significant differences in the quality of life depending on the variables: gender in favor of females, age in favor of the group (12 - less than 15), and grade where the differences came in favor of the seventh grade. The results also showed that there are statistically significant differences on the scale of the pessimistic tendency according to the variables: gender in favor of males, age in favor of the group (15 - less than 19), and grade, the differences came in favor of the tenth and twelfth grade. The results also showed the existence of a statistically significant positive correlation between psychological security and quality of life, and statistically significant negative correlation between psychological security and pessimism tendency among the study sample. The results also showed the existence of a negative statistically significant correlation between the quality of life and the pessimism tendency. The results also showed that the level of predictive ability of quality of life and the pessimism tendency in psychological security was high, as quality of life and pessimism tendency were able to predict (65.6%) of psychological security.

Key words: Psychological Security, Quality of Life, Pessimism Tendency

الفصل الأول

خلفية الدراسة ومشكلتها

1.1 المقدمة

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

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 ومشكلتها

1.1 المقدمة

إن التطورات السريعة التي يمر بها هذا القرن أدت لظهور العديد من المشكلات السياسية والاقتصادية والاجتماعية، التي انعكست وبشكل رئيس على الحالة النفسية للأفراد. فقد سعى الإنسان منذ القدم إلى تحقيق الأمن النفسي في جو أسري هادئ ومحيط آمن، فالإنسان الذي يتمتع بحياة سليمة وآمنة تختلف نظرته وتطلعاته للمستقبل عن ذاك الذي عاش ظروفاً صعبة، وكانت معايير جودة الحياة لديه منخفضة، وبالتالي فإن نظرته للحياة تكون أكثر تشاؤماً.

إن الإحساس بالأمن النفسي ما هو إلا حاجة ملحّة للإنسان، حيث يكتسب الفرد هذا الإحساس من البيئة الأسرية المستقرة، ومن تفاعلاته مع الآخرين، وينبثق الأمن النفسي من شعور الفرد بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات متزنة مع الأشخاص ذوي الأهمية في حياته (ربيع،2011).

وقد سعى الإنسان على مدى الأزمان لتحقيق درجة من الأمن النفسي تمكنه من عيش حياته، والقيام بأعماله بسهولة وراحة ودون معيقات، فالفرد لا يستطيع أن ينمو بالشكل السليم إذا لم يحظَ بأسرة آمنة ودافئة تعيش في بيئة آمنة، توفر له كل وسائل الأمان، مما يجعل ذلك يمتد وينعكس على حياته الاجتماعية (المومني، 2006).

ويعتبر الأمن ضـــرورة نفســـية لكافة مراحل العمر، ولقد اهتمت بعض الدراســـات التي تناولت موضـــوع الأمن النفســـي؛ نظراً لأهمية هذا المفهوم في هذه المرحلة من كدراســـة (خويطر، 2010)،

ودراســـة (الطهراوي، 2007) إلخ ، كما وتزداد وتظهر جلية مشـــكلة فقدان الأمن النفســـي في مرحلة المراهقة؛ نظراً لشعورهم بالعجز عن منافسة نظرائهم، الذين يتمتعون بنعمة الأمن النفسي، الذي يجعلهم قادرين على التكيف مع واقع الحياة.

وإن ما تعرض له الشـــعب الفلســـطيني منذ القدم من هجمات متواصـــلة من قبل الاحتلال الإسـرائيلي وما تتبعه من عمليات القمع والتعذيب، جعلت حياتهم أكثر صـعوبة وأقل أمناً، مما زاد من مســـتوى الخوف والقلق لديهم، وقد تكون فئة المراهقين من أكثر الفئات تأثراً بهذه الأحداث بحكم خصـــائص مرحلتهم العمرية، فهم الذين عاشـــوا اللحظات الصـــعبة، ولا يزالون في هذه المخيمات، واللحظات التي شـاهدوا خلالها جثث الشـهداء والجرحى، وتدمير المسـاجد والمدارس والمنازل، إضـافة إلى الحصـــار المحكم المتواصـــل، ولا ننســـى المعتقلين منهم في ســـجون الاحتلال الإســـرائيلي (شـتيوي،2007). مما جعلهم يعيشـون في حالة مسـتمرة من الخوف والقلق والتوتر، وفقدانهم الشـعور بالأمان تجاه البيئة التي يعيشـــون بها، وكل ما يحيط بهم، وتشـــاؤمهم من الحياة والمســـتقبل الذي ينتظرهم، مما ألحق الضرر ببنائهم النفسي.

أما فيما يتعلق بأثر الاحتلال الإسرائيلي على الأمن النفسـي والاجتماعي، فإن العائلة الفلسـطينية قد تعرضـت إلى سـلسـلة من النكبات، وحالات الفقدان على مدى سـنوات الاحتلال الطويلة. فلم تسـلم عائلةٌ فلسطينية من حالة اعتقال أو إصابة أو هدم لمنزلها أو حتى فقدان واحد أو أكثر من أفرادها، ولم تقتصـر الخسـائر التي تكبدها أبناء الشـعب الفلسـطيني على الناحية البشـرية من شـهداء وجرحى، نتج عن إصـاباتهم إعاقات دائمة، أو على الناحية الاقتصـادية والمادية، إنما ظهرت عندهم أنماط سـلوكية ناجمة عن التّأثيرات النّفسـية الصـعبة التي أعقبت هذه الانتهاكات التي تعرضـوا لها، لذلك فقد المجتمع

الفلسطيني الأمن الحقيقي نفسياً واجتماعياً، وكان الاحتلال السبب الرئيسي والمباشر لحرمانه من هذا الحق (الخالدي، 2008).

ويعد مفهوم جودة الحياة، مفهوماً نسبياً ومتعدد الأبعاد يختلف من فرد لآخر، من الناحيتين النظرية والتطبيقية، وفقاً للمعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة، تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة: كالقدرة على التّفكير واتخاذ القرارات، والقدرة على التحكم وإدارة الظروف المحيطة، والصحة النفسية والظّروف الاقتصادية والمعتقدات الدينية، والقيم الحضارية والثقافية، التي يحدد من خلالها الأفراد، الأشياء المهمة التي تحقق لهم السّعادة الحالية، وتوقعهم المتفائل بالمستقبل (نعيسة، 2012).

وتعتمد جودة الحياة لدى المراهقين على قدرتهم على تبني أسلوب حياة يشبع رغباتهم واحتياجاتهم، كما تعني السعادة والرضا عن الحياة بشكل عام، ودرجة إحساس المراهق بالتحسن المستمر في جميع الجوانب، والرقي في مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدّم له، كما وتقاس جودة الحياة لدى الفرد بإحساسه المستمر بالتحسن في جميع جوانب شخصيته سواء على الصعيد الجسمي أو المعرفي أو النفسي، ومعرفة مستوى جودة الحياة لدى المراهقين مهم في تقييم جودة الخدمات التي تقدم لهم، ومؤشر واضح على اندماجهم في المجتمع وتكيّفهم النفسي والاجتماعي وصحتهم النفسية (حبيب،2006).

إن الانسان الذي يصادف في حياته سلسلة من المواقف المحبطة والمفاجئة عادة ما يميل للتشاؤم في حياته. وكنتيجة لغياب الشعور بالرضا عن الحياة والسعادة لدى المراهقين في المخيمات بسبب غياب الأمن النفسي والنقص الكبير في تلبية احتياجاتهم النفسية والاجتماعية، فمن المحتمل أن تتولد لديهم نزعة تشاؤمية تجاه المستقبل، وهي أحد أنواع القلق الشائعة، التي تؤدي إلى حالة من الخوف من

المجهول، ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة، يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر، وتسبب لديه هذه الحالة شيئاً من اليأس الذي قد يؤدي في نهاية الأمر، إلى دفع الفرد للعزلة عن محيطه الاجتماعي.

وتتناول الدراسة الحالية متغير النزعة التشاؤمية كأحد المفاهيم المتعلقة بالشخصية في محاولة للتعرف إلى مدى تأثره ببعض المتغيرات النفسية، كالأمن النفسي وجودة الحياة، وفي هذا المجال فقد عرف عبد الخالق (2005) التشاؤم "بأنه توقُع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر وخيبة الأمل، ويستبعد خلاف ذلك إلى حدٍ بعيد".

ويرى كويزومي (Koizumi, 1995) أن كل أشكال علم النفس المرضي يتضمن حساسية متأثرة وراثياً، وخبرات حياة ضاغطة، التي تلعب دوراً فاعلاً في ظهور بعض الاضطرابات التي تكون أعراضها بارزة، فالتفاؤل والتشاؤم سمتان معرفيتان مهمتان في كثير من الاضطرابات، وأن هناك قابلية ذات قيمة للتفاؤل والتشاؤم، قد تكون سبب لترابط الخواص المعرفية بخواص الشخصية، كالتفاؤل بالانبساط، والتشاؤم بالانطواء، وأن التفاؤل والتشاؤم سمات تتيح التنبؤ بالصحة النفسية ومستوى جودة الحياة.

وتشير الباحثة أن ما تعرض له أبناء مخيم شعفاط في بداية عام 2019م، هو أحد الممارسات الصهيونية التي يستكمل بها الاحتلال دوره، في طمس المعالم الفلسطينية؛ من أجل تحقيق ظروف حياتية أفضل للمستوطنين، غير مراعية أن جودة الحياة لدى أبناء مخيم شعفاط أصبحت أصعب بكثير مما كانت عليه سابقاً، وأن الشعور بالأمن النفسي لديهم أصبح مهدداً وخصوصاً لدى المراهقين، الذين أصبحت تطلعاتهم نحو المستقبل أكثر تشاؤماً.

وفي ضوء ما سبق، سوف تركز الباحثة اهتمامها على دراسة الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنّزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها

إن هذه الظروف الصعبة التي عاشها ويعيشها أبناء الشعب الفلسطيني في المخيمات الفلسطينية عامة، وفي مخيم شعفاط خاصة تنعكس بشكل سلبي على حياة الأفراد، والمراهقين هم أكثر الفئات العمرية تأثراً في هذه الأحداث، الأمر الذي يؤثر على استقرارهم ويؤدي إلى ظهور الأمراض والاضطرابات النفسية والشخصية في ظل تدنّي مستوى الأمن النّفسي لديهم، كما يؤدي إلى اختلال الاتزان الانفعالي لديهم، وأيضاً يؤدي إلى التوتر،الخوف، الارتباك، القلق، ونشوء نزعة تشاؤمية لديهم تجاه المستقبل نتيجة الأحداث المتراكمة والصادمة.

تشهد الأراضي الفلسطينية المحتلة عدواناً إسرائيلياً على الشعب الفلسطيني منذ عام 1948، وتوسع إسرائيل من عدوانها ضد الشعب الفلسطيني بتصعيد استفزازها لحقوق اللاجئين الفلسطينيين، وتمارس الإجراءات التعسفية والقمعية ضدهم؛ لتصفية قضيتهم، حيث تقوم قوات الاحتلال بأعمال القتل والأسر في سجونها، وتجريف الأراضي وتفرض حصاراً خانقاً متواصلاً على الشعب الفلسطيني، وعزل مدينة القدس كليّاً عن باقي الأراضي الفلسطينية، وقد ضاعفت دولة الاحتلال من أنشطتها الاستعمارية والتهويدية ضد اللاجئين الفلسطينيين والمخيمات الفلسطينية، خاصة في القدس من أجل دفعهم للهجرة والتنازل عن هويتهم المقدسية (عبدالله، 2015). وما تعرض له مخيم شعفاط في بداية عام 2019م، من هدم بيوت ومحلات تجارية وترويع لأهالي المخيم ما هو إلا جزء يسير من هذه الهجمة.

وقد برزت مشكلة الدراسة، عندما لاحظت الباحثة أن كثيراً من المراهقين في مخيم شعفاط بحكم أنها تعمل في هذا المخيم، غير راضين عن حياتهم وغير مستمتعين بالحياة، ولديهم نظرة تشاؤمية نحو المستقبل، وهناك العديد منهم لا يشعرون بالأمن النفسي؛ لغياب المعنى لديهم وشعورهم بالتشاؤم.

حيث يؤدي الفشل المستمر في التعامل مع البيئة المحيطة إلى شعور دائم بالتشاؤم واليأس، واختفاء التوقعات الإيجابية، وانعدام الأمل في التغيير، وإدراك الإنسان أنه نتاج سلبي للبيئة (الأنصاري، 1998).

لذلك وجدت الباحثة أن هناك ضرورة لدراسة العلاقة ما بين مستوى الشعور بالأمن النّفسي وجودة الحياة، والنّزعة التّشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط، كونها شريحة مهمة في المجتمع، وكون هذه المرحلة مهمة في بناء شخصية الإنسان.

وعليه، فقد تركزت مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة ارتباطية بين الأمن النفسي، وجودة الحياة، والنزعة التشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط؟

وبناءً عليه، انبثق السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول: ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

السؤال الثاني: ما مستوى جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

السؤال الثالث: ما مستوى النزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر؟

السؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطات جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر؟

السؤال السادس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات النزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر؟

السؤال السابع: هل توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي وكل من: جودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط ؟

السؤال الثامن: هل توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائياً لجودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط ؟

3.1 فرضيات الدراسة

للإجابة عن الأسئلة (الرابع، الخامس، السادس، السابع، والثامن)، فقد صيغت الفرضيات الصفرية الآتية:

الفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر.

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات النّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر.

الفرضية الرابعة: لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين الأمن النفسي وكل من جود الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

الفرضية الخامسة: لا توجد قدرة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) لجودة الحياة والنزعة التشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

4.1 أهداف الدراسة

سعت هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى العلاقة بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى المراهقين في مخيم شعفاط.
2. التعرف إلى العلاقة بين الأمن النفسي والنزعة التشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط.
3. التعرف إلى مستوى كل من الأمن النفسي، جودة الحياة، النزعة التشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط.
4. التعرف إلى مستوى العلاقة بين جودة الحياة، النزعة التشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط.
5. معرفة إذا ما كان هناك فروق ذو دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى المراهقين في مخيم شعفاط تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، الصف).
6. معرفة إذا ما كان هناك فروق ذو دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات (الجنس، العمر، الصف).
7. معرفة إذا ما كان هناك فروق ذو دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالنزعة التشاؤمية لدى المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات (الجنس، العمر، الصف).
8. معرفة إذا ما كان هناك قدرة تنبؤية لجودة الحياة والنزعة التشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

5.1 أهمية الدراسة

اكتسبت الدراسة أهميتها من الناحيتين النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

تنبع أهمية هذه الدراسة من كونها تتخذ من الشعور بالأمن النفسي، وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية موضوعاً لها لدى شريحة هامة من شرائح المجتمع الفلسطيني، وهي فئة المراهقين في المخيمات الفلسطينية، وفي –حدود علم الباحثة– لا توجد دراسة سواء في الدراسات العربية أو الأجنبية اشتملت على هذه المتغيرات (الأمن النفسي وجودة الحياة والنزعة التشاؤمية) معاً، وإيجاد العلاقة بين هذه المتغيرات.

وتكتسب الدراسة الحالية أهمية خاصة كونها تجري على عينة من المراهقين في المخيمات الفلسطينية، حيث أن هذه الفئة تكون في مرحلة حرجة، ولها أهمية بالغة في تشكيل سمات الشخصية لديهم، فالمراهق يكون في مفترق طرق ما بين النجاح والفشل، و بين رسم المستقبل الناجح وما بين تحطيم الآمال، ومن هذا المنطلق بات من الضروري على المختصين في المجالين النفسي والإرشادي، مضاعفة الجهد لمثل هذه الدراسات.

الأهمية التطبيقية:

أما من الناحية التطبيقية، فقد تساعد هذه الدّراسة الباحثين والمتخصصين في الإرشاد النفسي والتربوي، في إعداد برامج إرشادية لرفع مستوى الأمن النفسي، وجودة الحياة، وتقليل درجة النزعة التشاؤمية لدى المراهقين في المخيمات الفلسطينية، كما يمكن أن تضيف الدراسة مقاييس سيكومترية جديدة، إلى مكتبة المقاييس الموجودة في التراث النفسي.

6.1 حدود الدراسة ومحدداتها

تتمثل حدود الدراسة الحالية في الآتي:

الحدود البشرية: تقتصر هذه الدراسة على المراهقين في مخيم شعفاط من المرحلة العمرية ما بين (12-18) عام.

الحدود المكانية: تقتصر هذه الدراسة على مخيم شعفاط في محافظة القدس.

الحدود الزمانية: أجريت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2019م/2020م.

الحدود المفاهمية: اقتصرت الدراسة على الحدود المفاهيمية والمصطلحات الواردة فيها.

المحددات الإجرائية: استخدم في هذه الدراسة مقياس الأمن النفسي، ومقياس جودة الحياة ، ومقياس النزعة التشاؤمية، وهي بالتالي ستقتصر على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها، وعلى عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المستخدمة.

7.1 التعريفات الإجرائية للمصطلحات

الأمن النفسي: هو شعور الشخص أن حاجاته مشبعة، وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر وشعوره بالتوازن والتوافق النفسي، وفي حالة حرمانه من الأمن يصبح فريسة للمخاوف مما ينعكس سلباً على كل جوانب حياته (الطهراوي،2006).

وقد عرفه الدومي (Al-Domi, 2012) بأنه الشعور بالهدوء والصفاء والطمأنينة وراحة البال، وعدم الخوف والقلق، والايمان بأن كل ما يحدث بالحياة من خير أو شر هو من عند الله عز وجل.

ويعرف الأمن النفسي إجرائيا: بأنه "الدرجة التي يحصل عليها المراهق في مقياس الأمن النفسي الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدراسة.

جودة الحياة (Quality of Life):

هي الإحساس الإيجابي بحسن الحال، كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية ذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff,2006).

وقد عرفها المالكي (2011) على أنها مفهوم يشير للصحة والسعادة والرضا عن كل أمور الحياة وتحقيق الذات، مما يقود الفرد لتحقيق الصحة النفسية.

ويعرف مفهوم جودة الحياة إجرائياً، بالدرجة التي يستجيب بها المراهق على مقياس جودة الحياة الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدراسة.

النزعة التشاؤمية:

وقد عرفها شاورز (Shawres, 1992) "بأنها تركيز الانتباه، وحصر الاهتمامات بالأحداث السلبية القادمة، وتخيل الجانب السلبي للأمور وتحريك دوافع الفرد وجهوده لمنع وقوع الأحداث السيئة"، أما الخضراء (2012)، فقد عرف النزعة التشاؤمية بأنها أحد مهددات صحة الفرد لكونها أكثر من مجرد نمط تفكير سلبي.

وقد عرفتها زمزمي (2012) على أنها التوقع بحدوث كل ما هو سلبي في المستقبل.

أما التعريف الإجرائي للنزعة التشاؤمية: "فهو الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال الإجابة على فقرات مقياس النزعة التشاؤمية الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدراسة".

المراهقة:

وقد عرفتها مقدم (2012) بأنها المرحلة التي ينتقل فيها الفرد من مرحلة الطفولة إلى الرشد والبلوغ، ويصاحب هذه المرحلة العديد من التغييرات الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية، كما وتعد هذه المرحلة مرحلة تكوين الهوية وتمتد من سن (12-18).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

1.1.2 الأمن النفسي

2.1.2 جودة الحياة

3.1.2 النزعة التشاؤمية

2.2 الدراسات السابقة ذات الصلة

1.2.2 الدراسات المتعلقة بالأمن النفسي

2.2.2 الدراسات المتعلقة بجودة الحياة

3.2.2 الدراسات المتعلقة بالنزعة التشاؤمية

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

تمهيد

سيقدم هذا الفصل عرضاً للإطار النظري والدراسات السابقة، ففي الجزء الأول منه سيكون العرض عن متغيرات الدراسة الرئيسة، المتمثلة في: الأمن النفسي، وجودة الحياة والنزعة التشاؤمية، أما الجزء الثاني من هذا الفصل، فيتمثل في عرض الدراسات السابقة التي لها صلة بالبحث الحالي؛ إذ وزعت بحسب متغيرات الدراسة، وتضمنت دراسات عربية وأخرى أجنبية.

1.1.2 الأمن النفسي

إن الأمن النفسي مفهوم معقد نظراً لتأثره بالعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية السريعة والمتلاحقة، فدرجة شعور الفرد بالأمن النفسي مرتبطة بحالته البدنية وعلاقاته الاجتماعية ومدى إشباعه لدوافعه الأولية والثانوية.

وقد اهتم الأخصائيون النفسيون منذ القدم اهتماماً كبيراً بالحاجات النفسية، لما لها من دور كبير في توكيد الذات لدى الأفراد، وتمتعهم بالصحة النفسية التي تقودهم لحياة الأمن والاستقرار، حيث يترأس الأمن النفسي هذه الحاجات التي يسعى الإنسان لتحقيقها منذ القدم لما له من أثر كبير على نظرتهم

للمستقبل، ومدى تأثره بمعايير حياتهم، كما وقد اختلف مفهوم الأمن النفسي لدى العلماء والباحثين، وتعددت الآراء في هذا المجال (العرجا وعبد الله،2015).

وتنبع أهمية الأمن النفسي من شعور الفرد بالطمأنينة والراحة حيث تأتي هذه الحاجة بالمقام الأول في سلّم الأولويات. فالسعادة الحقيقية هي سعادة الروح وراحة البال، وتتفاوت السعادة بنسبتها تبعاً للمواقف والظروف المحيطة من غنى وفقر، صحة ومرض وغيرها من الأمور (Al- Domi, 2012).

ويعتبر الأمن النفسي أحد القيم العظيمة التي لا يستطيع الإنسان أن يعيش بدونها، فهو أساس التنمية والازدهار وهو أساس العدل، وهو أحد الأسس التي دعت له الديانات السماوية كافة، فقد ورد ذكره في القرآن الكريم في آيات كثيرة ومنها:

- قال الله تعالى: "**وإذ جعلنا البيت مثابة للناس وأمناً واتخذوا من مقام إبراهيم مصلى وعهدنا إلى إبراهيم وإسماعيل أن طهرا بيتي للطائفين والعاكفين والركع السجود**" (البقرة: 125).
- وقال تعالى: "**وإذ قال ابراهيم رب اجعل هذا البلد آمنا وارزق أهله من الثمرات من آمن منهم بالله واليوم الآخر**" (البقرة: 126).
- وقال تعالى: "**أو لم يروا أنا جعلنا حرماً آمناً ويتخطف الناس من حولهم أفبالباطل يؤمنون وبنعمة الله يكفرون**" (العنكبوت:67).
- وقال تعالى: " **فليعبدوا رب هذا البيت الذي أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف**" (قريش:3-4).
- وقال تعالى: "**وضرب الله مثلاً قرية كانت آمنة مطمئنة يأتيها رزقها رغداً من كل مكان فكفرت بأنعم الله فأذاقها الله لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنعون**" (النحل:112).

1.1.1.2 مفهوم الأمن النفسي

وقد تعددت المفاهيم والتعريفات التي تناولت مصطلح الأمن النفسي فقد عرفه العقيلي (2004) بأنه إحساس الشخص بأنه محبوب ومقبول من الناس في محيطه الاجتماعي، وندرة إحساسه بأن حاجاته الفسيولوجية معرضة للخطر أو التهديد، وهو نوع من تأكيد الذات والانتماء لجماعة آمنة.

وعرفته الجنائي (2007) على أنه شعور الفرد بنوع من الاستقرار والحماية، وتجنب الأخطار الخارجية والتحرر من الخوف والقلق.

وقد قال عنه موليادي Mulyadi (2010) بأن نوع من الراحة والاستقرار والثقة بالنفس وتحقيق الذات والرغبات وتحسين الإبداعات.

كما وقد عرفه زانغ ووانغ Zhang & Whang (2011) بأنه انسجام وتوافق الفرد مع بيئته المادية والاجتماعية، وهو قدرة الفرد على تلبية حاجاته ورغباته، والتصدي لكل المشكلات التي تواجهه بإيجاد حلول منطقية لها.

2.1.1.2 مكونات الأمن النفسي:

1. **الأمن الجسمي:** ويعود لقدرة الفرد على إشباع حاجاته الجسمية والبدنية في بيئة توفر لأفرادها الحاجات الأساسية ومستوى جيد من الأمن.
2. **الأمن الفكري والعقيدي:** ويتمثل بإيمان الفرد بأفكاره ومعتقداته وحريته باختيار دينه. (إبراهيم وعثمان، 2005).

3. **الأمن الاجتماعي:** وهو العيش في بيئة اجتماعية يلعب فيها الفرد دوراً فاعلاً، وتسمح له بتلبية حاجاته الاجتماعية، مما يساعده على تقدير ذاته، ويجعله منتمياً لهذه الجماعة متمسكاً بتقاليديها ومعاييرها وكأنها جزء منه (الصيفي، 2010).

وترى الباحثة أن الفرد لا يتحقق لديه الأمن النفسي إلا بإشباع حاجاته الأساسية وخاصة في المراحل العمرية الأولى، وفي ظل جو أسري آمن ومجتمع ناجح.

3.1.1.2 أساليب تحقيق الأمن النفسي:

إن الفرد لا يستطيع أن ينمو نمواً سليماً بما يتناسب ومرحلته العمرية، إلا بتوفر درجة من الأمن النفسي، فالعيش في جو أسري آمن وفي بيئة آمنة ما هو إلا الركيزة الأساسية الأولى لتحقيق هذا الهدف. فالأشخاص الذين يتمتعون بدرجة عالية من الأمن النفسي هم الذين تتوفر لديهم المقومات الأساسية، ويعمدون لإشباع رغباتهم، وحاجاتهم مما ينعكس إيجابياً على نظرتهم للمستقبل بحيث يكونون أكثر تفاؤلاً، وهم أقل عرضة للخطر مما يجعلهم في حالة اتزان، وتوافق (الطهراوي،2006). لذا يتوجب على الفرد إشباع حاجاته الأولية التي لا حياة بدونها، وكما ويجب على الأفراد تطوير الثقة بأنفسهم والآخرين حيث أن فقدان الثقة بالنفس يجعل من الوثوق بالآخرين أمراً مستحيلاً (خويطر،2010).

4.1.1.2 مهددات الأمن النفسي:

هناك مجموعة من المهددات والعوامل التي تشكل عقبة أمام تحقيق الأمن النفسي للأفراد، والتي تأتي على أشكال مختلفة مثل: عدم التقبل والعزلة والشعور بالخوف، ومن هذه العوامل الخطر أو التهديد بالخطر، حيث أن إثارة القلق تجعل الفرد والجماعة أكثر حاجة للشعور بالأمن، أما العامل الثاني فهو: الأساليب التربوية الخاطئة؛ لأن أساليب التربية تعتبر عنصراً أساسياً في تمكين الإنسان من تحقيق الأمن النفسي، أما آخر هذه العوامل التي تهدد الأمن النفسي، فهي الأمراض الخطيرة، كتلك التي تعود لأسباب وراثية أو العدوى، كما وتعتبر العوامل البيئية كالكوارث الطبيعية أحد الأسباب الرئيسة التي تدفع الفرد للبحث عن الأمن النفسي (الشحري،2018). ويعتبر الاحتلال الإسرائيلي أحد أهم مهددات الأمن النفسي لدى أبناء الشعب الفلسطيني، فالهجمات المتكررة والممارسات العنيفة تركت أثراً سلبياً في نفوس المواطنين الفلسطينين ولا سيما المراهقين.

5.1.1.2 النظريات التي تناولت مفهوم الأمن النفسي:

هناك العديد من النظريات التي تناولت مفهوم الأمن، وقد أشارت هذه النظريات أن الأمن له مكونان أساسيان هما: الأمن الشعوري، وهو شعور الفرد والمجتمع بالحاجة للأمن والأمن الإجرائي، وهو الجهود المنظومة اجتماعياً لتحقيق الأمن أو استعادته، أما عن الأمن النفسي فهو من المفاهيم المركبة، ويتداخل في مؤشراته مع مفاهيم أخرى مثل مفاهيم الطمأنينة الانفعالية، والأمن الذاتي والرضا عن الذات والذات الإيجابية والتوازن الانفعالي، وأما عن تعريف الأمن النفسي عند ماسلو: فإنه إشارة إلى مقدار القبول من الآخرين، والحيازة على مكانة في المجتمع بالإضافة إلى إقامة علاقة وديّة مع البيئة المحيطة فيها ندرة من الخطر والتهديد والقلق (دوائي ودراني،1983).

وتعتمد نظريات علم النفس على العديد من النظائر المطابقة لهذا المفهوم مثل الأمن الانفعالي والأمن الخاص، وتعبر كافة هذه المفاهيم عن حقل الصحة النفسية، وتشابك ذلك مع الأمن الاجتماعي، كما أن هذا المفهوم يعبر عن أمن كل فرد على حدة من خلال إشباع الحاجات سواء كان ذلك دون مجهود، أو من خلال السعي وبذل الجهد لتحقيقه (أقرع،2005).

نظرية التحليل النفسي:

حيث قسم سيجموند فرويد (Sigmund Freud)الذات لثلاثة أقسام رئيسية وهي: الهو، والأنا والأنا الأعلى. وقد اعتبر فرويد الأنا بأنه المسؤول عن شعور الفرد بالأمن النفسي عن طريق محافظته على حياة الفرد من كل المهددات الخارجية والداخلية، ويرى آدلر أن أمن الفرد يتأثر بنظرته لنفسه، فالشعور بالنقص والدونية يدفع الفرد ليصدق أنه عاجز وغير قادر على أداء واجباته، على عكس الفرد الذي يمتلك القدرة على التكيف، ويمتلك النظرة الإيجابية والتي تعمل على تحفيز شعوره بالأمن النفسي (الحرفي،2014).

النظرية المعرفية:

إن القائمين على هذه النظرية ومنهم آلبرت أليس وغيره يربطون أمن الفرد النفسي بتفكيره العقلاني، فالأسوياء يعيشون حياتهم النفسية بشكل جيد؛ نتيجة لتفكيرهم الإيجابي والسليم والعقلاني، فهم يرون أن كل موقف يواجهنا بالحياة يمكن تفسيره تبعاً للنماذج المعرفية، وهي كيفية استقبالنا للمعلومات من البيئة المحيطة عن طريق أعضائنا الحسية، وتبعاً لذلك نستطيع تحديد التصورات الإيجابية والسلبية عن الأشياء المحيطة عن أنفسنا (الكريدس،2016).

نظرية إريكسون في النمو النفسي الاجتماعي:

حيث يرى اريكسون أنه بتوفر الحاجات الأساسية للأفراد سيتوفر لديهم الشعور بالأمن النفسي والحب والثقة، ولا سيما في السنوات الأولى من عمر الطفل؛ ليتطور معه هذا الإحساس للمراحل العمرية اللاحقة، ففي السنين الأولى إذا تحققت لدى الطفل مشاعر الحب والطمأنينة، توفرت لديه درجة عالية من الثقة بنفسه والآخرين، وزاد شعوره بالأمن على عكس الطفل الذي لم يتم إشباع رغبة الحب، والاهتمام لديه مما يجعله منعزلاً ومحبطاً ولا يثق بمن حوله (الرقاص والرافعي،2010). فقد أشار إريكسون في المرحلة الخامسة وهي مرحلة اضطراب الهوية إلى حاجة المراهق لتشكيل هويته وتحديد معنى وجوده وأهدافه في الحياة ويؤدي أي تشتيت يتعرض له المراهق في هذه المرحلة إلى حدوث اضطرابات في الهوية.

نظرية الحاجات لماسلو:

ويرى ماسلو أن هناك خمس حاجات أساسية تولد مع الإنسان، وتؤثر على أفعاله، ولكن بعض هذه الحاجات تكون أكثر سيطرة على سلوك الفرد، وقد رتّب ماسلو هذه الحاجات كالآتي:

1. الحاجات الفسيولوجية أو العضوية.
2. الحاجة للشعور بالأمن والطمأنينة.
3. حاجة الفرد لشعوره بأنه عضو في جماعة.
4. حاجة الإنسان لشعوره بالقيمة والاحترام.
5. حاجة الفرد لتحقيق ذاته (عفانة،2016).

نظرية الحاجات كارل روجرز:

ويرى كارل روجرز أن شعور الفرد بالأمن النفسي ينبع من شعوره بأنه شخص محبوب ومقبول، فالطفل الذي ينشأ في جو أسري آمن ويشبع حاجاته الأساسية يجعله يعمم هذا الشعور على البيئة الاجتماعية المحيطة حيث يرى أنها تلبي حاجاته، على عكس الطفل الذي لم تشبع هذه الحاجات لديه فإنه يرى هذه البيئة خطيرة وتتولد لديه الكثير من المخاوف، فيفقد شعوره بالأمن ولا يثق بمن حوله وينظر لهم على أنهم أشرار ولا يستحقون ثقته. (السرسي وعبد المقصود، 2001).

كما وتوصلت الدراسات إلى أن هناك مجموعة من الخصائص التي تمّيز الأمن النفسي، فالأفراد الذين يتمتعون به تكون معايير جودة الحياة لديهم مرتفعة، فهم يتأثرون إيجابياً، مما ينعكس على تحصيلهم الدراسي وغيره من نواحي الحياة، كما أشارت دراسات أخرى إلى أن هناك علاقة طردية بين الابتكار والأمن النفسي، أما عن نقصه فإنه يتأثر بالتوتر والتشتت، ويرتبط الأمن النفسي بالحاجة إلى غريزة البقاء، وهي من أهم دوافع السلوك التي تضمن للإنسان النمو النفسي السليم على مدار حياته (أبو عرة،2017).

ولا شك أن الإنسان يحتاج للشعور بالأمان في جميع مراحل عمره. وتعتبر مرحلة المراهقة هي أكثر المراحل حساسية، لما لها من خصائص تميزها عن غيرها نتيجة التغييرات السريعة التي يمر بها الفرد في هذه المرحلة على الصعيد الجسمي والنفسي، كما وتعتبر كأنها ولادة جديدة للفرد، وتلعب الأسرة والبيئة التي يعيش فيها الفرد دوراً كبيراً في تكوين شخصية الفرد ونجاحه (نعيمة،2018).

وترى الباحثة أن معظم النظريات علم النفس بشـكل عام اتفقت على أهمية الأمن النفســي في حياة الأفراد من أجل تحقيق النمو السليم. فكلما شعر الفرد بالأمن زاد فهمه لذاته ولأسرته ومحيطه مما ينعكس بشكل إيجابي على حياته والعكس صحيح.

6.1.1.2 حاجة المراهق للأمن النفسي

تعد الحاجة إلى الأمن هي محرك الفرد لتحقيق ذاته، حيث ترتبط بغريزة المحافظة على البقاء، كما وتتضمن الحاجة للأمن إلى شعور الفرد بأن بيته بيئة صديقة ومشبعة للحاجات، وبأن الآخرين يحبونه ويتقبلونه داخل الجماعة، مما يقوده للاستقرار والأمن الأسري والتوافق الاجتماعي، والقدرة على حل المشكلات النفسية والاجتماعية، والاطمئنان إلى الاستقرار في سكن آمن، وتجنب الخطر والشعور بالثقة والأمن والأمان (الهادي،2009).

وتعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل الحرجة التي يمر بها الإنسان لما لها من أثر كبير على الصعيد النفسي والجسدي، ونظراً للتغيرات السريعة التي يمر بها الفرد في هذه الفترة العمرية فهو يحتاج للشعور بالراحة الاطمئنان، فهناك العديد من المخاوف التي يتعرض لها المراهق والتي تؤثر على حياته الأسرية والاجتماعية ومنها: التخوف من تحمل المسؤولية والسعي للنجاح بذلك، خوفه من التغيرات الجسمية والنفسية، تخوفه من عدم إحسان التصرف في المواقف الاجتماعية، وأخيراً خوفه من الحالات الانفعالية والعاطفية لذلك يحتاج المراهق لدرجة من الأمن تمكنه من تحقيق ذاته، وبناء شخصيته بالشكل الذي يقوده لتحقيق أسمى أهدافه (كداد ومخلوفي،2014).

2.1.2 جودة الحياة

إن مفهوم جودة الحياة هو مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي ويختلف من فرد لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفقاً للمعايير التي يعتمدها الفرد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة.

وقد ظهر مفهوم جودة الحياة إلى العيان في القرن العشرين كأحد المفاهيم المرتبطة بعلم النفس الإيجابي، وهو شكل من أشكال الاستجابة التي شكلت محاولة للخروج من النظرة التشاؤمية، فجودة الحياة تعبر عن رضا الفرد بقدره في الحياة والشعور بالراحة والسعادة، وترى منظمة الصحة العالمية أنه مفهوم واسع يتأثر بشكل تشابكي مع الصحة الجسمية والحالة النفسية والعلاقة الاجتماعية، ومستوى التحكم في الذات والعلاقة مع العوامل الفاعلة في البيت (الهنداوي،2011)، كما أنها تعتبر امتلاك الفرص لتحقيق أهداف ذات معنى وأنها الشعور الشخصي بالكفاءة، وإجادة التعامل مع التحديات، وهي تصوير للبناء الكلي الذي يتكون من مجموعة من المتغيرات التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للإنسان، من خلال قياسها بمؤشرات موضوعية عبر قياس الإمكانيات ومقدرات الإشباع (أبو حلاوة،2006).

وترتبط جودة الحياة بوعي الفرد وتحقيقه التوازن بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية؛ لتحقيق الرضا عن الحياة والاستمتاع بها والوجود الإيجابي، وهو تعبير عن الإدراك الذاتي لهذه الحياة إذ أن هذا الإدراك هو المسؤول عن تقييم الفرد لجوانبه الحياتية (أبو حلاوة،2006)، وتتكامل أبعاد جودة الحياة النفسية مع جودة الحياة الاجتماعية، فعلى الرغم من الحاجة إلى الاستقلال وتقبل الذات إلا أن ذلك لا يمكن تحقيقه بمعزل عن مجتمع ينتمي الفرد إليه؛ ليسانده وقد وضع لهذا التكامل مجموعة من الأبعاد التي تتمثل في درجة إحساس الفرد للانتماء، وإحساس الفرد بقيمته بالنسبة للمجتمع، ومعقولية معنى العالم الاجتماعي، إمكانية النمو المستمر وأخيراً درجة راحة الفرد وقبوله للآخرين (الكنج،2014).

ومن وجهة نظر الباحثة فقد واجه العلماء والباحثين الكثير من الصعوبات؛ لتحديد مفهوم جودة الحياة لما يحتويه على العديد من الجوانب والفروع، ولم يتم الاتفاق على مفهوم محدد لجودة الحياة نظراً لعدم توفر الدراسات الكافية حول هذا المصطلح وأيضاً لحداثة المفهوم.

1.2.1.2 مفهوم جودة الحياة

فقد تم تعريف جودة الحياة على أنها انعكاس للحياة الواقعية التي يعيشها الفرد، وكيفية إدراكه لهذه الظروف الحياتية (Sirgy,2000) .

ويعرفه عبد المعطي (2005) على أنه المستوى العالي من الخدمات المادية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع، الذين تتميز حياتهم بالرفاهية والحياة الرغيدة، والذي قام بحل جميع المشكلات لمعظم ساكنيه.

كما وعرفه كل من عبد الفتاح وحسين (2006) على أنه تمتع الفرد بكل ما يحيطه ببيئته وشعوره بالسعادة والرضا عن حياته وعيشه بشكل متوازن ومتوافق مع جوهره وقيم مجتمعه، وتمتع الفرد بالصحة الجسمية والنفسية.

ويعرفه أبو حلاوة (2010) بأنه شعور الفرد بالتطور المستمر في النواحي العقلية والنفسية والمعرفية والإبداعية والثقافية والرياضية وغيرها، في ظل بيئة تشجع على العمل والإنجاز، وتزود الفرد بالقدرة على حل المشكلات بما ينمي مهاراته الجسمية والنفسية.

أما شقير (2010) فتشير إلى أن جودة الحياة هي أن يتمتع الأفراد بالصحة الجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية، في ظل بيئة أسرية واجتماعية آمنة، وقدرتهم على مواجهة كل ما يعترضهم من مشكلات، وضغوطات متمسكين بماضيهم ومعتزين بحاضرهم متطلعين لمستقبلهم.

ويرى الحربي والنجار (2013) بأن جودة الحياة هي الصحة الجسمية والنفسية التي يمتلكها الفرد، والتي تمكنه من بناء علاقات أسرية واجتماعية سليمة مما يحقق له درجة من الأمن النفسي.

وترى الباحثة أن جودة الحياة تعتبر نوع من التوافق بين الأمن النفسي والبيئة المحيطة، ومدى إدراك الفرد لهذه البيئة وأثرها السلبي والإيجابي على حياته.

2.2.1.2 مكونات جودة الحياة

وقد قسم العلماء أقسام جودة الحياة إلى ثلاثة أقسام وهم البعد الذاتي، والبعد الموضوعي والبعد الوجودي.

1. **أما عن البعد الذاتي:** فيتكون في الإحساس الداخلي بحسن الحال والرضا، بالإضافة إلى القدرة على رعاية الذات وحسن استعمال المصادر البيئية والاجتماعية (السهلي،2015). وترى بعض الدراسات أن هناك رابطاً قياسياً بين حضارة الأمم وجودة الحياة بين الأفراد، لاسيما المهمشين منهم وهذا المفهوم يرتبط بأسلوب حياة الفرد وقيامه بنشاطاته وقدرته على التحكم فيما يدور حوله.
2. **أما عن المؤشرات الموضوعية لجودة الحياة:** فإنها تتمثل في نظافة البيئة، كفاية الدخل، توافر فرص العمل والتعليم، الخدمات الصحية، أماكن الاستجمام، تكافؤ الفرص، والمؤشرات الذاتية،

وهي عبارة عن السعادة والرضا والعلاقات الإيجابية الاجتماعية والوعي بمشاعر الآخرين والولاء والانتماء للأسرة والوطن (العزب،2004).

3. **أما عن البعد الوجودي:** فهو يشير لقدرة الفرد على إشباع حاجاته البيولوجية والنفسية بشكل يتوافق مع قيمه المجتمعية. ويعبر هذا البعد عن الجانب الروحي والهدف من الحياة ومعنى الحياة (عبد المعطي،2005).

3.2.1.2 مجالات جودة الحياة

تعد جودة الحياة نظام معقد يضم عدة مجالات، منها (داهم، 2015):

1. **المجال النفسي:** حيث يتضمن هذا الجانب العديد من المشاعر والحالات العاطفية الإيجابية، ومن وجهة نظر بعض الأخصائيين في هذا المجال أنه يعتمد على غياب المؤثر السلبي مثل القلق وغيره.
2. **المجال الاجتماعي:** حيث يهتم هذا المجال بالعلاقات الاجتماعية للأفراد، فالبعض يهتم بجودة هذه العلاقات والبعض الآخر يهتم بكمية العلاقات، ولذلك لا يمكن الإلمام بهذا الجانب دون النظر لهذين البعدين.
3. **المجال البدني:** ويركز هذا الجانب على الصحة الجسمية والقدرة على القيام بالوظائف والمهام بحيوية ونشاط.

وترى الباحثة أن مجالات جودة الحياة متعددة فمنها ما هو ذاتي واهتم بذات الفرد وقدرته على اتخاذ القرارات وحل المشكلات كما واهتم بالنواحي الجسمية والنفسية للأفراد. ومنها ما هو

موضوعي فالفرد كائن اجتماعي تربطه علاقات اجتماعية مع من حوله كما ويعيش في مجتمع له عاداته وتقاليده.

4.2.1.2 مظاهر جودة الحياة ومقوماتها

هناك العديد من المظاهر التي تعبر عن أن الفرد يعيش حياة سليمة، منها (بو عيشة، 2013):

1. البناء الجسدي السليم والصحة البدنية.
2. الرضا عن الحياة وإشباع الحاجات.
3. إحساس الفرد وإدراكه لما تعنيه الحياة.
4. العامل المادي وحسن العيش.

أما عن مقومات جودة الحياة فهناك العديد من العوامل التي تتحكم في هذه المقومات، كالقدرة على التحكم في الأمور، والقدرة على التفكير واتخاذ القرارات، والمعتقدات الدينية والقيم الثقافية، الحالة الاقتصادية والاجتماعية.

5.2.1.2 الاتجاهات المفسرة لجودة الحياة

1. **الاتجاه النفسي:** إن الحياة بالنسبة للإنسان تعتمد على ما يدركه منها فاستجابة الفرد وتقييمه للمؤشرات الموضوعية كالسكن، والعمل، والدخل وغيرها تعتبر انعكاساً لإدراكه لمفهوم جودة الحياة، فيرتبط حزن الفرد وسعادته بمدى توفر هذه المؤشرات في وقت محدد وظروف معينة، وهنالك العديد من المفاهيم النفسية التي ارتبطت بمفهوم جودة الحياة ومنها: الإدراك الذاتي،

القيم، الحاجات، الطموح، التوقع، الصحة النفسية وغيرها، ويعتبر توفير الحاجات الأساسية للفرد أساساً لجودة الحياة لديه (الهمص، 2010).

2. **الاتجاه الطبي:** حيث تكمن أهمية هذا الاتجاه بتوفير الحاجات الأساسية وتحسين حياة الأفراد الذين يعانون من الأمراض سواء كانت جسمية، نفسية أو عقلية، وذلك من خلال البرامج العلاجية والإرشادية، وقد زاد اهتمام الأطباء والأخصائيين الاجتماعين في تطوير مفهوم الصحة لرفع مستوى جودة الحياة لدى الأشخاص المرضى من خلال توفير برامج الدعم النفسي وغيرها (شيخي،2014).
3. **الاتجاه الاجتماعي:** ويهتم هذا المجال بالمؤشرات الموضوعية لمعدل الوفيات، المواليد، التعليم، السكن، مستوى الدخل، وتختلف هذه المؤشرات من مجتمع لآخر، وترتبط جودة الحياة لكل فرد بطبيعة عمله ومستوى دخله، ثم إن علاقة الفرد مع محيطه تؤثر على جودة الحياة لديه (لكحل، 2014).

وترى الباحثة أن جودة الحياة هي الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة المحيطة، والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات الأساسية، بالإضافة للتمتع بالصحة النفسية والجسدية مما يدفعه للوصول لأعلى درجات السعادة، وبالتالي عيش حياة متوافقة مع جوهره والعادات السائدة في مجتمعه.

3.1.2 النزعة التشاؤمية

من خلال مراجعة دراسة النزعة التشاؤمية من الجانب النظري فإنه لا يكاد يوجد مكان يذكر فيه التشاؤم إلا واقترن به التفاؤل، إذ أن هذين المصطلحين تراوحا في ديناميكيتهما حول الاتجاه الذي تتجه نحوه توقعات الفرد، إذ عرف التفاؤل على أنه: توقعات قوية الاحتمال، وأن الأمر في النهاية سينتهي

إلى خير، بالرغم من بعض الصعوبات والإخفاقات (المحتسب،2008) أما التشاؤم فتم تعريفه على أنه: الإحباط والفشل وخيبة الأمل، وتوقع حدوث كل ما هو سيء في المستقبل (عبد الخالق والعطية والنيال،2008).وقد عرفه هويت (Huitt, 2005) على أنه: التوقعات السلبية للأحداث والحصول على الأمور غير المحببة للفرد. وقد عرفه (علاوي،2007) على أنه درجة حدوث الأمور السلبية بشكل أكبر من حدوث الأمور الإيجابية في حياة الإنسان.

وبناء على ما سبق فالتشاؤم يعتبر بأنه تركيز انتباه الفرد، وحصر اهتمامه على الاحتمالات السلبية للأحداث القادمة، وقد فسرت الدراسات النظرية لهذه التوجهات إلى أن ذلك يعود إلى سمات الشخصية، والتي تعبر عن منظومة نفس عصبية، والتي بإمكانها نقل العديد من المنبهات المتعادلة من الناحية الوظيفية، والتي تهدف إلى التعبير عن السلوك التوافقي، والتي تعبر عن حالة من التكامل داخل الفرد، كما لابدّ من الإشارة إلى أن بعض العلماء نظر إلى هذين المفهومين بأنهما يعبران عن صفة واحدة ثنائية القطب أي أن متصل هذه السمة له قطبان متقابلان متضادان، لكل فرد مركز واحد ونقطة واحدة، بحيث يقع بين التفاؤل المتطرف والتشاؤم الشديد، ويتضمن ذلك أنه لا يمكن أن يكون الفرد متفائلاً جداً ومتشائماً كثيراً، كما ويمكن قياس هاتين السمتين بمقياس التفاؤل وحده أو بمقياس التشاؤم فقط، بحيث تُعد درجة أحدهما مقلوباً للآخر (ملحم،2001).

وترى الباحثة أن حياة الناس زاخرة بالانفعالات المتناقضة مثل: الأفراح، والأحزان، والمتاعب والآلام، والتفاؤل والتشاؤم، والملل واليأس. وتشكل هذه الأبعاد متغيرات تؤثر في الشخصية الإنسانية بطرق متباينة. فالإنسان المتفائل تتختلف تطلعاته لمستقبله عن الإنسان المتشائم.

1.3.1.2 مفهوم النزعة التشاؤمية pessimism:

إن التطورات السريعة التي يمر بها هذا القرن ضاعفت عدد المشكلات والتحديات التي يواجهها الإنسان في حياته، فالمواقف الصادمة، والأمراض وخبرات النجاح والفشل لعبت دورا كبيرا في تحديد نظرة الفرد لمستقبله. ويؤدي الفشل المستمر إلى شعور الفرد بالتشاؤم والإحباط. وقد تعددت التعريفات حول مفهوم التشاؤم، وفي هذا المجال فقد عرف عبد الخالق (2005) التشاؤم "بأنه توقُع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك إلى حدٍ بعيد".

ويرى شوارز (Showers,1992) أنه: حصر الفرد اهتمامه بالاحتمالات السلبية للأحداث المستقبلية مما قد يدفع الأفراد إلى التحرك بهدف منع هذه الأهداف من الوقوع.

ويرى كويزومي (Koizumi, 1995) إن كل أشكال علم النفس المرضي تتضمن حساسية متأثرة وراثياً، وخبرات حياة ضاغطة، التي تكون فعالة في ظهور بعض الاضطرابات تكون أعراضها بارزة. فالتفاؤل والتشاؤم سمتان معرفيتان مهمتان في كثير من الاضطرابات، وأن هناك قابلية ذات قيمة للتفاؤل والتشاؤم، قد تكون سبب لترابط الخواص المعرفية بخواص الشخصية، كالتفاؤل بالانبساط، والتشاؤم بالانطواء، وأن التفاؤل والتشاؤم سمات تتيح التنبؤ بالصحة النفسية ومستوى جودة الحياة.

ويعرف أندرسين وسبيلمان وبارج (Andersen. Spielman & Bargh, 1992) التشاؤم بأنه: نزعة لدي الأفراد للتوقع السلبي للأحداث المستقبلية.

كما يعرِّف المجدلاوي(2012) التشاؤم بأنه: "توقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل بأنها ستكون بشكل أسوأ وستجلب الشر والتعاسة والفشل واليأس وخيبة الأمل".

2.3.1.2 العوامل المؤثرة في تشكل النزعة التشاؤمية:

1- العوامل البيولوجية: تلعب العوامل الوراثية دوراً كبيراً في تحديد درجة التشاؤم لدى الأفراد، وهذه العوامل وحدها غير كافية في تحديد إذا ما كان الفرد متفائلاً أم متشائماّ فالبيئة تلعب دوراً مهماً في توجيه هذه العوامل وإخراجها للوجود، فالبيئة السليمة التي تتوفر فيها جميع مقومات الحياة يكون أفرادها مفعمين بالتفاؤل والثقة، على عكس البيئة الفقيرة لمقومات الحياة الأساسية والتي تعزز عامل التشاؤم لدى أفرادها (محيسن،2012).

2- العوامل الاجتماعية: إن كل مجتمع بشكل عام له بصمته التي تميزه عن باقي المجتمعات، فكل مجتمع له بيئته وقيمه وعادات وتقاليد سائدة فيه، والتي تلعب دوراً أساسياً في تشكيل شخصية الفرد، كما وأن نمط التربية السائد في الأسرة، وطريقة زرع هذه القيم والأفكار تحدد وتحكم على الفرد بأن يكون متفائلاً أو متشائماً في حياته (حنفي،2007).

3- المواقف الاجتماعية غير المتوقعة: إن حياة الانسان مليئة بالمفاجئات السارة والأحداث الصادمة التي تؤثر على نظرته للمستقبل، فالتعرض للضغوط والصدمات والأمراض يؤثر سلباً على نفسية الفرد ويزيد درجة التشاؤم لديه، كما أن الأحداث اليومية المليئة بالعثرات والخيبات والفشل المتكرر في مواجهة الضغوطات يؤثر على نسبة الجهد المبذول وينخفض تقدير الفرد لذاته ويجعل نظرته سلبية لمستقبله (القناعي،2011).

وترى الباحثة أن نظرة الفرد لمستقبله تتأثر بالعديد من العوامل في أسرته، وبيئته الاجتماعية، وما يتعرض له من خبرات صادمة وقدرته في التغلب على هذه الخبرات.

3.3.1.2 المفاهيم المرتبطة بالنزعة التشاؤمية:

هناك العديد من المفاهيم التي ارتبطت بشكل وثيق مع مفهوم النزعة التشاؤمية ومنها:

1. **اليأس:** يؤدي الفشل باستمرار إلى زيادة التوقعات السلبية لدى الأفراد مما يولد حالة من اليأس وخيبة الأمل لديهم، وبالتالي قد يضطر البعض لتعميم الفشل على كل المواقف والمحاولات التي يقومون بها في حياتهم، واليأس قد يؤدي للانتحار في بعض الأحيان، فالأشخاص الذين يجدون صعوبة في تحديد أهدافهم ويفشلون في تحقيقها يلجأون للانتحار والتخلص من حياتهم (Conner,2006).
2. **الاكتئاب:** حيث يظهر على الشخص المكتئب الشعور بالخوف والضيق والتوتر وتعكر المزاج وبعض الاضطرابات السلوكية والجسمية، وقد أكدت الدراسات أن نسبة الانتحار لدى الأطفال والمراهقين المكتئبين الذين تتراوح أعمارهم بين (14-19) عالية (رضوان،2001). كما ويعتبر الاكتئاب أحد أمراض العصر نظراً للتطورات السريعة والمعقدة التي يمر بها الانسان في حياته والتي أفقدته الإحساس بالأمان، وهناك نوعين من الاكتئاب: الاكتئاب الخارجي، والذي ينشأ نتيجة تعرض الشخص لصدمة اجتماعية أثرت فيه وفي نظرته للأشخاص من حوله، واكتئاب داخلي حيث ينشأ هذا النوع من الاكتئاب بشكل تلقائي، دون وجود عامل خارجي يعمل على تحفيزه (راغب،2003).
3. **الإحباط:** يعتبر الإحباط رد فعل طبيعي للحوادث السلبية التي يمر بها الإنسان. كما ويعتبر العدوان استجابة طبيعية للإحباط، وليس فقط العدوان بل هناك استجابات أخرى كالشعور بالذنب والقلق والخوف (نصر الله، 2008).

وترى الباحثة مما سبق أن هناك تداخل بين المفاهيم المرتبطة بالنزعة التشاؤمية والتي تؤثر سلباً على حياة الفرد، كما وتؤثر على أهدافه وتطلعاته لمستقبله، وقد تدفعه لاتخاذ قرارات خاطئة وربما صادمة لمن حوله كالانتحار.

4.3.1.2 النظريات التي تناولت النزعة التشاؤمية:

برزت العديد من الآراء النظرية التي سعت إلى تفسير التشاؤم، ومن بينها:

1- نظرية التحليل النفسي

لقد أشار سيجموند فرويد أن الأفراد الذين يعانون من عقدة نفسية هم أكثر عرضة للتشاؤم في حياتهم، كما وقد أشار إلى أن ما يتعرض له الفرد في طفولته يؤثر على سلوكه ونظرته للحياة في المستقبل، فالشخص الذي لم يتم إشباع حاجاته الأساسية كالأكل والشرب، وهي ما يعرف بالحاجات الفمية يميل لمشاعر الكره والإحباط مما يقوده إلى التشاؤم، وقد وافق اريكسون فرويد في رأيه على ضرورة إشباع هذه الحاجات التي قد تكسب الشخص الثقة والأمان اللذان يقودانه للتفاؤل أو اليأس والاحباط والتشاؤم في حياته (العناني،2000).

2- النظرية السلوكية

يرى أصحاب هذه النظرية أن سلوك الشخص يتم اكتسابه عن طريق التقليد والمحاكاة، وكذلك التفاؤل والتشاؤم حيث يعتبر السلوكيون التفاؤل والتشاؤم من السلوكيات التي يمكن اكتسابها من خلال الاقتران أو الفعل المنعكس الشرطي، فإن اقتران حادث سيء لشخص مع ظهور مثير ما، وتكرار هذا

المثير قد يدفع بالفرد للتشاؤم، بينما إذا ارتبط هذا المثير بحادث سار فإنه يدفع الفرد نحو التفاؤل (الجمعان،2018).

3- نظرية العجز المتعلم

ويرى أصحاب هذه النظرية أن أسلوب التفكير الذي يتبعه الفرد في حياته هو ما يقوده نحو التفاؤل أو التشاؤم، كما وأكدّ أصحاب هذه النظرية لمدى أهمية مرحلة الطفولة في تشكيل النظرة المتفائلة أو المتشائمة لدى الفرد، فالطفل الذي يعيش في ظل أسرة متشائمة سيبلور نظرية سلبية وأسلوب تفكير متشائم، على عكس الطفل الذي يعيش في جو أسري إيجابي واللذي تكون نظرته للحياة نظرة متفائلة، وكما وقد أكدّ أصحاب هذه النظرية أن الفرد يستطيع اكتساب التفاؤل والتشاؤم في أي عمر فقد يكون الفرد متشائماً، ويتغير ليصبح متفائلاً إذا ما تغير نمط تفكير (Martins, 2000).

التعقيب على الأدب النظري

ومن خلال الاطلاع على النظريات التي تناولت متغيرات هذه الدراسة، توصلت الباحثة إلى أن المفاهيم الأساسية التي تكوّن هذه الدراسة ومتغيراتها، تشكل حالة من الاختلاف على الشكل الخارجي في العلوم النفسية، إلا أن مضامينها العامة شكلت وحدة واحدة، أما عن علاقة هذه المتغيرات ببعضها البعض فإنه من الممكن تكوين بعض العلاقات التشابكية، التي تربطها علاقات سببية وتكاملية، فعلى سبيل المثال إن الأمن النفسي قد يكون سبباً في جودة الحياة، أو أحد مظاهرها، وأن النزعة التشاؤمية ما هي إلا نتيجة متوقعة لغياب العاملين السابقين، ومن هنا تأتي الأهمية النظرية التي تحاول تفسير

هذه المتغيرات قبل الاطلاع عليها ضمن معايير العمل الإحصائي في عينة الدراسة، إذ يشكل ذلك مؤشرة لمدى فاعلية النظرية، ومدى قدرتها على تفسير الواقع أو معارضته لها.

2.2 الدراسات السابقة

تناولت الباحثة في هدا الفصل عرضاً للدراسات السابقة، والبحوث (العربية والأجنبية) التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية، وقد تم تحديد الدراسات في البحث الحالي من خلال الواقع ومحركات البحث في الفترة الزمنية من 2008-2019م، وتم عرض الدراسات بتسلسل تاريخي ابتداءً من الأحدث وانتهاءً بالأقدم، كما تم تقسيم الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث الحالي إلى ثلاثة أقسام هي:

- دراسات تناولت مفهوم الأمن النّفسي
- دراسات تناولت جودة الحياة.
- دراسات تناولت مفهوم النزعة التشاؤمية.

1.4.2 الدراسات المرتبطة بالأمن النفسي

هدفت دراسة **خليل وجاسم** (2009) لمعرفة علاقة الأمن النفسي بالشعور بالوحدة النفسية، لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية (الصفين الخامس والسادس الإعدادي بفرعيها العلمي والأدبي) في مركز محافظة بغداد– الرصافة الأولى، وقد طبقت الدراسة على عينة بلغ قوامها (500) طالباً وطالبةً من طلبة المرحلة الإعدادية، واختيرت العينة بالطريقة الطبقية العشوائية، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، كما وقام الباحثان بتصميم مقياسان للأمن النفسي والوحدة النفسية لتحقيق أهداف

الدراسة، وتم التحقق من صدقهما وثباتهما، وقد أظهرت النتائج مستوًى عالٍ من ضعف الشعور بالأمن النفسي، ومستوى عالٍ من الشعور بالوحدة النفسية، كما تبين وجود علاقة ارتباطية سالبة وقوية ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي والوحدة النفسية.

كما وهدفت دراسة **العرجا وعبد الله** (2015) للتعرف إلى علاقة الأمن النفسي بالانتماء الوطني لدى قوات الأمن الوطني في بيت لحم، تبعاً لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، والرتبة العسكرية، ومكان السكن لدى عينة من قوات الأمن الوطني الفلسطيني في محافظة بيت لحم بكل من الأمن النفسي والانتماء الوطني، وقد استخدمت هذه الدراسة ومقياس الأمن النفسي من إعداد ماسلو، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. وتكونت عينة الدراسة من (113) فرداً من قوات الأمن الوطني الفلسطيني من أصل (550) فرداً في محافظة بيت لحم من رتب عسكرية مختلفة، واختيرت العينة بالطريقة الطبقية العشوائية من مختلف الرتب العسكرية. وقد أظهرت النتائج عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين الأمن النفسي والانتماء الوطني لدى قوات الأمن الوطني الفلسطيني، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات فروق درجات أفراد العينة في مقياس الأمن النفسي تعزى إلى العمر، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن، ولكن أسفرت النتائج عن وجود دلالة إحصائية للأمن النفسي تعزى لمتغير الرتبة العسكرية لصالح رتبة الجندي، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية للانتماء الوطني تعزى لمتغير العمر، والحالة الاجتماعية، والرتبة العسكرية، ومكان السكن لدى قوات الأمن الوطني في بيت لحم، وقد أسفرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد عن أن متغير (الرتبة العسكرية) أقوى المتغيرات المستقلة تنبؤاً بالأمن النفسي ومتغير (مكان السكن) أقوى المتغيرات المستقلة تنبؤاً بالانتماء.

أما دراسة **زانج وليو** (Zhang & Liu, 2015) فقد كان الهدف منها هو التعرف إلى الأمن النفسي لدى سكان الحضر، وأثر التعليم والدخل الشهري للأسرة على الأمن النفسي، وقد اتبعت هذه الدراسة

المنهج الوصفي. حيث قام الباحثان باستخدام الاستبيان الذي تم توزيعه على عينة مكونة من (224) شخصاً من سكان الحضر في بكين.

وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الأمن النفسي العام لسكان الحضر هو في المستوى المتوسط، كما وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السكان تبعاً للخلفية التعليمية والدخل الشهري، فالأشخاص ذوي التعليم العالي، أو الدخل المرتفع يتمتعون بدرجات عالية من الأمن النفسي.

وهدفت دراسة **بهاتاشارجي وبهاتاشارجي** (Bhattacharjee & Bhattcharjee,2014) للتعرف إلى العلاقة ما بين مشاعر الأمن وعدم الأمن لدى عينة من الأمهات العاملات، كما وهدفت للتعرف على أثر كل من الجنس ومكان السكن على الأمن النفسي، وقد اتخذ الباحثان المنهج الوصفي سبيلاً لتحقيق الأهداف. وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (200) مراهقاً. وتم تقسيم العينة لمجموعتين (100) مراهقاً من الأمهات العاملات و(100) من الأمهات غير العاملات، والذين تتراوح أعمارهم ما بين (17-18) سنة، وتم تطبيق مقياس الأمن النفسي (ماسلو) على المجموعتين، وأشارت النتائج إلى أن أبناء الأمهات غير العاملات يتمتعون بمستوى عالٍ من الأمن النفسي إذا ما قورنوا بأبناء الأمهات العاملات، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور في الأمن النفسي تعزى لمتغير الجنس ومكان السكن.

كما وهدفت دراسة **بني مصطفى والشريفين** (2013) للكشف عن العلاقة بين الوحدة النفسية والأمن النفسي، وقد أجريت الدراسة على عينة من الطلبة الوافدين والتي بلغ عددها (158) طالباً وطالبة، وقد تم اختيارها بالطريقة القصدية واتخذت الدراسة المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج أن مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة كان متوسطاً باستثناء بعض المشاعر الذاتية لدى مقياس الأمن النفسي وأبعاده، كما وأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الوحدة النفسية ككل، وهناك فروق ذات دلالة إحصائية

تبعاً لمجاليّ العلاقات الأسرية والمشاعر الذاتية تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، كما وتوجد فروق دالة إحصائياً في مستوى الشعور بالأمن النفسي وفي جميع المجالات تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

وهدفت دراسة **نعيسة** (2012) للكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين الشعور بالاغتراب النفسي والأمن النفسي، وكذلك تم الكشف عن فروق بين متوسط درجات طلبة المرحلة الجامعية والدراسات العليا على مقياس الأمن النفسي، ومقياس الاغتراب النفسي تبعاً لمتغيرات (الجنسية – المستوى التعليمي) لدى طلبة جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية، ولتحقيق الهدف فقد استخدم استبيان لقياس ظاهرة الأمن النفسي من إعداد فهد عبد الله الحليم وآخرون، واستبيان آخر لقياس ظاهرة الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة، وتكونت عينة الدراسة من (370) طالباً وطالبةً، وقد جاء في النتائج بأن هناك علاقة ارتباطية عكسية سلبية بين درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي، ووجدت فروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس الأمن النفسي تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لصالح طلبة الدراسات العليا، كما وجدت فروق تعزى إلى متغير الجنسية لصالح السوريين.

وهدفت دراسة **العسود** (2011) إلى معرفة مستوى الأمن النفسي ومستوى الصلابة النفسية لدى النساء الفلسطينيات زوجات الأسرى في السجون الإسرائيلية والعلاقة بينهما في محافظة الخليل، واشتملت عينة الدراسة على زوجات الأسرى اللواتي بلغت سنوات محكومية أزواجهن أكثر من عشر سنوات، والبالغ عددهن (536) وأجريت الدراسة على عينة قوامها (105)، وقامت الباحثة باستخدام استبيان الأمن النفسي الذي قامت بإعداده واستبيان الصلابة النفسية من إعداد (عماد مخيمر، 2000)، كما وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بدرجة عالية بين مستوى الأمن النفسي ومستوى

الصلابة النفسية لدى زوجات الأسرى، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجة الأمن النفسي لدى زوجات الأسرى تبعاً لمتغيرات الدراسة (العمر، المؤهل العلمي، عدد الأبناء)، بينما تبين أن الدرجة الكلية للأمن النفسي لدى عينة الدراسة كانت بدرجة متوسطة.

أما دراسة **أبو العنين** (2011) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية للوالدين والأمن النفسي عند الأبناء، وقد تكونت عينة الدراسة من (260) ابناً و (260) أماً وأيضاً (260) أباً. وقد استٌخدِم مقياس الأمن النفسي من إعداد (عماد مخيمر)، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد الباحثة، وقد أظهرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه بين درجات الصلابة النفسية للوالدين، ودرجات الأمن النفسي عند الأبناء، كما وجدت فروق دالة إحصائياً في درجة الأمن النفسي عند الأبناء والمتغيرات التالية: (نوع المدرسة – الذكور والإناث)، أيضاً وجدت فروق دالّة إحصائياً بين الصّلابة النفسية للوالدين تبعاً للمتغيرات التّالية: (السن – مستوى التعليم – العمل).

وفي دراسة **سيتو** (Seto,2010) والتي هدفت إلى قياس تأثير الأمن النفسي والحرية النفسية على الإبداع في أندونيسيا، والتي اتبعت المنهج الوصفي، وتم استخدام مقياس الأمن النفسي ومقياس الحرية النّفسية، وتكونت العينة من (55) طالباً وطالبةً، منهم (31) طالبةً و(24) طالباً، وأشارت النتائج إلى أن مستوى الحرية النفسية والأمن النفسي كانا بمستوى مرتفع، كما أشارت النتائج إلى أن الأمن النفسي والحرية النفسية يؤثران على الإبداع وأن العلاقة بينهما طردية، أي أنه كلما زاد الأمن النفسي والحرية النفسية زاد الإبداع.

2.4.2 الدراسات المرتبطة بجودة الحياة

هدفت دراسة **أبو أسعد** (2017) للتعرف إلى فعالية برنامج إرشادي يستند إلى التمكين النفسي في تحسين الرضا الحياتي، والأمل لدى الطلبة في المرحلة المتوسطة من الصفوف (السابع والثامن والتاسع) من ذوي الأسر المفككة في محافظة الكرك، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار طلبة من أربعة مدارس في محافظة الكرك توزعوا في أربع مجموعات، حيث تكونت عينة الدراسة من (64) طالباً وطالبةً، بمتوسط عمري (14.2) سنة، وتم تقسيم الطلبة إلى مجموعتين تجريبيتين، ذكور (16) وإناث (16) ومجموعتين ضابطتين ذكور (16) وإناث (16)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الرضا الحياتي لفستنكرز وايسترلين (2001)، والمطور من قبل (التخاينة، 2014)، كما تم تطوير مقياس التفكك الأسري، وبناء برنامج إرشادي جمعي لتحسين الرضا الحياتي والأمل لدى الطلاب من ذوي الأسر المفككة، ويستند إلى التمكين النفسي، توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج الإرشادي كان فعالاً في تحسين الرضا الحياتي، والأمل لدى طلبة أعضاء المجموعتين التجريبيتين، مقارنة مع طلبة أعضاء المجموعتين الضابطتين، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق بين طلبة أعضاء المجموعتين التجريبيتين تُعزى للنوع الاجتماعي.

وقد هدفت دراسة **جمال** (2016) إلى الكشف عن جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الإرشادية لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة السويداء، والتي بلغ عددها (321) طالب وطالبة، وقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية، واتخذت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج أن تقييم الطلاب لجودة حياتهم في المستوى المتوسط وبمتوسط حسابي بلغ (2.90)، وأن مستوى حاجاتهم الإرشادية في المستوى الجيد بمتوسط حسابي بلغ (3.43)، كما تبين وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والحاجات الإرشادية لدى أفراد العينة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية

في جودة الحياة بين الذكور والاناث من أفراد العينة لصالح الإناث، وبين الطلبة المقيمين والطلبة الوافدين من أفراد العينة لصالح الطلبة الوافدين.

كما وهدفت دراسة **أبو يونس** (2013) بالكشف عن الذكاء الاجتماعي، وعلاقته بالتفكير الناقد وجودة الحياة لدى عينة من معلمي المرحلة الأساسية بمحافظة خان يونس، والتي بلغ عددها (1022) معلماً ومعلمةً وهي (368) معلماً و(654) معلمةً، وقد تمّ اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية، واتخذت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج أن مستوى الذكاء الاجتماعي لدى معلمين المرحلة الأساسية مرتفع (62.4) وكذلك التفكير الناقد بلغت نسبته (70%)، وكذلك نسبة جودة الحياة.

وهدفت دراسة **السويركي** (2013) الكشف عن مستويات الأمن النفسي والاستقلال / الاعتمادية وجودة الحياة لدى عينة من الطلبة المعاقين بصرياً في مدرسة النور والأمل للمكفوفين، والتي بلغ عددها (75) طالباً وطالبة من الصف السابع للصف الحادي عشر، وقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية واتخذت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج أن مستوى الأمن النفسي لدى الطلبة مرتفع (93.1)، ومستوى جودة الحياة (75.1) وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين الأمن النفسي وجودة الحياة.

وهدفت دراسة **موريرا** (Moreira, H, 2011) للتعرف على مستوى جودة الحياة لدى عينة من معلمي التربية البدنية بالبرازيل، واستخدم مقياس جودة الحياة الذي أعده الباحث من أجل الدراسة، وتكونت العينة من (654) من المعلمين والمعلمات، وقد أسفرت النتائج عن ظهور بعضاً من مؤشرات جودة الحياة لدى المعلمين منها: التفاعلات الاجتماعية في البيئة المدرسية، وتوازن الوقت، كما وكشفت النتائج عن استياء بعض المعلمين من العملية التدريسية، مما أثر بشكلٍ سلبي على مستوى جودة الحياة لديهم، كما تبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في مستوى جودة الحياة.

وقد هدفت دراسة **خميس** (2010) إلى الكشف عن جودة الحياة وعلاقتها بالرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدى عينة من معلمات رياض الأطفال، وقد تم تطبيقها على عينة مكونة من (292)، وقد اتخذت الدراسة المنهج الوصفي المقارن، وقد استخدم الباحث مقياس جودة الحياة المكون من خمسة محاور وهي: تقدير النضج الشخصي، تقدير السعادة الذاتية، الرضا عن الحياة، الأمل في الحياة ومقياس الرضا الوظيفي، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين جودة الحياة وقلق المستقبل، كما وتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات جودة الحياة، طبقاً لمستويات الرضا الوظيفي لصالح مرتفعات الرضا الوظيفي، وتبين وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة، وقلق المستقبل.

وهدفت دراسة **ساوتزكي** (Sawatzky, 2007) إلى قياس مستوى جودة الحياة وعلاقتها بالصحة العقلية لدى المراهقين في كولومبيا وكندا، وعلاقتها بخمسة ميادين (الأسرة، الأصدقاء، البيئة المعيشية، المدرسة، تقدير الذات)، وطبقت الدراسة على عينة من مراهقين كولومبيا وكندا بلغ عددها (8225) مراهقاً في (49) مدرسة، واستُخدِم في هذه الدراسة مقياس جودة الحياة (MSLSS)، والمسح الصحي الإقليمي، وسلّم (Cantrils)، وتوصلت الدراسة إلى أن التباين في الإحساس بجودة الحياة بين أفراد العينة قد بلغ (76%)، كما وجاء في النتائج أن هناك ارتباط إيجابي ذو دلالة بين الصحة النفسية والبدنية المنخفضة، وبين الرضا المنخفض عن جودة الحياة في كل ميدان من الميادين الخمسة، وكما وبينت النتائج أن الصحة النفسية والبدنية تسهم بشكل كبير في جودة حياة المراهقين.

3.4.2 الدراسات المرتبطة بالنزعة التشاؤمية

هدفت دراسة العبد (2019) إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادي في تنمية جودة الحياة وخفض أعراض النزعة التشاؤمية والعزلة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين من سجون الاحتلال، وقد تمّ اختيار عينة الدراسة من الأسرى المحررين في محافظة رام الله والبيرة، وقد استجاب على تطبيق المقاييس (226) أسيراً، واختير منهم (32) أسيراً محرراً للمشاركة في البرنامج الإرشادي، وقد مثل هؤلاء عينة الدراسة للعينة التجريبية والضابطة، تم توزيعهم عشوائيا إلى مجموعتين تجريبية (16) أسيراً خضعوا للبرنامج الإرشادي، و(16) مجموعة ضابطة لم تخضع لتطبيق البرنامج الإرشادي، وتم تطوير ثلاث مقاييس هي: مقياس جودة الحياة، ومقياس النزعة التشاؤمية، ومقياس العزلة الاجتماعية، كما تم إعداد برنامج إرشادي مستندا إلى العلاج الواقعي، توصلت نتائج الدراسة إلى أنّ مستوى جودة الحياة على المقياس ككلّ وكأبعاد كانت متوسطة، كما كان مستوى النزعة التشاؤمية والعزلة الاجتماعية متوسطاً، وتبين من النتائج كذلك وجود فروق بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في جودة الحياة ككل وأبعاد، والنزعة التشاؤمية والعزلة الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأفراد المجموعة التجريبية بين القياسين البعدي والمؤجل لمقاييس جودة الحياة والنزعة التشاؤمية والعزلة الاجتماعية.

أما دراسة **سعود والكشكي والحلبي** (2014) فقد هدفت إلى التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى عينة من طالبات كلية التربية في جامعة القصيم، والتعرف إلى مدى فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل والميول التشاؤمية لديهن، تكونت عينة الدراسة من (240) طالبةً، وتم استخدام مقياس قلق المستقبل من إعداد ناهد سعود (2005)، ومقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد أحمد عبد الخالق، وبرنامج لخفض قلق المستقبل والميول التشاؤمية، حيث تم تقسيم العينة الكلية إلى أرباع، وتم

تقسيم الـ (60) طالبةً حصلن على أعلى الدرجات في مقياس قلق المستقبل، إلى مجموعتين: مجموعة ضابطة (30) طالبةً، ومجموعة تجريبية (30) طالبة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة (25%) من العينة، تعاني بشدة من قلق المستقبل، وأظهرت النتائج وجود فروق دلالة إحصائيةً في متوسطات قلق المستقبل والتشاؤم بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالّة إحصائياً في متوسطات درجات قلق المستقبل والتشاؤم لدي المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياسي قلق المستقبل والتشاؤم في القياسين البعدي والتتبعي.

وهدفت دراسة **المحتسب** (2008) الكشف عن مستوى التفاؤل والتشاؤم، وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة، وأساليب المواجهة لدى عينة من طلبة جامعة القدس في بلدة أبو ديس والتي بلغ عددها (374) طالباً وطالبةً، قد تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطّبقية، واتخذت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجتي التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس تُعزى لمتغيرات الدراسة، كما أنّ هناك علاقة ارتباطية بين التشاؤم وأحداث الحياة الضاغطة.

أما دراسة **نصر الله** (2008) فقد هدفت للكشف عن العلاقة بين أنماط التفكير السائدة وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية العامة بمحافظة جنين والتي بلغ عددها (281) طالباً وطالبةً، أي ما نسبته (9.4) من مجتمع الطلبة، وقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطّبقية، واتخذت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وأظهرت النتائج أن مستوى التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة المرحلة الثانوية العامة في جنين هو (21.231)، وأن السلوك هو سلوك تشاؤمي حسب مقياس (سيجمان)، وعدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أنماط التفكير السائد وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة

المرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات استجابات طلبة المرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم، تُعزى لمتغير الجنس، حيث أن الإناث أكثر تشاؤماً.

كما وجاء في دراسة **عبد الخالق** (Abdel-khalek, 2006) التفاؤل – التشاؤم بين طلبة الجامعات الكويتية والأمريكية التي طبقت على عينة مكونة من (460) طالباً من الذكور والإناث من طلبة الكويت و(273) طالباً وطالبةً من الولايات المتحدة، وقد افترض الباحث أن هناك فروقاً بين الطلبة نظراً لاختلاف ثقافة البلدين، وقد استخدم الباحث العديد من الأدوات المتمثلة في استبيان التوجه الانتحاري، ومقياس القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، الذي قام الباحث بإعداده، ومقياس نمو الذات، ومقياس قلق الموت، والمقياس العربي للاضطرابات الوسواسية القهرية، وقد طُبق المقياس باللغة العربية على الطلبة الكويتيين، وباللغة الإنجليزية على الطلبة الأجانب، حيث أسفرت النتائج عن أن التفاؤل يتأثر سلباً حسب نتائج المقاييس بينما التشاؤم يؤثر بشكل إيجابي، وأظهرت الدراسة أيضاً في النتائج أن الطلبة الكويتيين أقل تفاؤلاً من الطلبة الأجانب والعكس صحيح.

كما وهدفت دراسة **حسن** (2006) لدراسة التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغوط العمل والرضا عن العمل، ومعرفة الفروق في متغيرات الدراسة تبعاً للعوامل الديموغرافية المختلفة للعينة، وطُبقت الدراسة على عينة تكونت من (312) موظفاً وموظفةً من الكويتيين، وقام الباحث باستخدام المقاييس التالية: التفاؤل والتشاؤم، وضغوط العمل، والرضا عن العمل، وتوصلت النتائج إلى أن المتفائلين كانوا أكثر رضًا عن العمل من نظرائهم المتشائمين، ولكنها لم تظهر أيّ فروق بين المجموعتين في ضغوط العمل، كما وتبين أن الذكور أقل رضًا عن العمل من الإناث، وأن المطلقين والأرامل من كلا الجنسين كانوا

أكثر تأثراً بضغوط العمل وأقل رضًا عن العمل من المتزوجين والعزاب، كما وأن العاملين في الإدارة التنفيذية بشكل مباشر كانوا أكثر تفاؤلاً من العاملين في الإدارة العليا.

كما وهدفت دراسة **هاردن** (Hardin, 2002) للتعرف إلى القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى الأمريكيين من الأصول الآسيوية والأوروبية، ودور كل من الانضباط الذاتي والتفاؤل والتشاؤم، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (148) من الأمريكيين من الأصول الآسيوية والأوروبية و(193) من الطلبة ذوي العرقيات الأخرى من طلبة جامعة أوهايو، وأشارت نتائج الدراسة أن الطلاب الأمريكيين من الأصول الأوروبية والذين مؤشرات الانضباط الذاتي والقلق الاجتماعي لديهم مرتفعة يعانون من الاكتئاب والتشاؤم، أما الطلبة الأمريكيين من الأصول الآسيوية، فقد كانت أهم العوامل المؤدية للاكتئاب لديهم هو عدم تغلبهم على الانضباط الداخلي، كما وتوصلت الدراسة إلى أن نظرة الفرد لنفسه هو من أهم المؤشرات على القلق الاجتماعي ضمن مجموعات عينة الدراسة.

التعقيب على الدراسات السابقة

وبشكل عام ومن خلال استعراض الباحثة للدراسات العربية والأجنبية المقترحة كدراسات سابقة، فإنه يمكن القول أن أغلب الدراسات هدفت للتعرف إلى الأمن النفسي، وجودة الحياة، والنزعة التشاؤمية، وعلاقتهم بالعديد من المتغيرات سواء الدراسات العربية أو الأجنبية، أما الدراسة الحالية فقد هدفت للتعرف على الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية، وهذا ما لم تتطرق إليه الدراسات السابقة، فقد تنوعت الدراسات التي تناولت مفهوم الأمن النفسي، وعلاقته بالصلابة النفسية كدراسة العسود (2011)، أو الوحدة النفسية كدراسة خليل وجاسم (2009)، أو مفهوم الاغتراب النفسي كدراسة نعيسة (2012)، أو الحرية النفسية كدراسة سيتو (2010). كما وأن قليلاً من الدراسات طبقت على عينة

من المراهقين، فقد تنوعت العينات المستخدمة في الدراسات السابقة من حيث الفئة المستهدفة وطبيعتها وحجمها، وقد تضمن العينات في الدراسات السابقة فئات مثل الشباب كدراسة المحتسب (2008)، كما وأن هناك العديد من الدراسات التي تطبقت على الطلاب مثل دراسة جمال (2016) والتي طبقت على طلاب المرحلة الثانوية، ودراسة أبو أسعد (2017)، والتي طبقت على طلاب المرحلة المتوسطة، كما وأن هناك دراسات اتخذت من المعلمين عينة لها كدراسة أبو يونس (2013)، وقد تشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة من حيث تبني المقاييس، كأدوات للدراسة وتقنيها تبعاً للبيئة ولأفراد العينة، ولكنها اختلفت من حيث بعض متغيرات الدراسة، والمنهج الذي تم اتباعه لاستخلاص النتائج، فبعضها استخدم المنهج التجريبي كدراسة أبو أسعد (2017)، وبعضها استخدم المنهج الوصفي المسحي كدراسة نصر الله (2008)، وبالتالي هناك ندرة في الدراسات والأبحاث التي تناولت الأمن النفسي لدى المراهقين بشكل عام، وفي المخيمات بشكل خاص، كما أنه لا يوجد دراسات كافية تخصصت في الحديث عن علاقة الأمن النفسي بكل من جودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى فئة المراهقين، بخاصة في المجتمع الفلسطيني.

وتتميز هذه الدراسة عن باقي الدراسات بأنها سوف تختص بالتعرف إلى مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى المراهقين في مخيم شعفاط، وعلاقته بكل من جودة الحياة والنزعة التشاؤمية، كما أنها تتميز بتناولها شريحة مهمة من شرائح المجتمع، وهي فئة المراهقين.

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اختيار المنهجية الملائمة، وكذلك الإجراءات اللازمة لتنفيذ هذه الدراسة، بخاصةً في مجال العينة، والأدوات؛ من أجل تحقيق الأهداف، واستخلاص النتائج بدقة.

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 تطوير وبناء أدوات الدراسة وخصائصها، ثم شرح مخطط تصميم الدراسة ومتغيراتها، والإشارة إلى أنواع الاختبارات الإحصائية المستخدمة في تحليل بيانات الدراسة.

1.3 منهجية الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي بأحد صوره المسحية للحصول على المعلومات الخاصة بموضوع البحث، وذلك لأنه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة هذه الدراسة؛ حيث أن المنهج الوصفي الارتباطي هو الأمثل لتحقيق أهداف هذه الدراسة، كونه المنهج الذي يقوم بدراسة وفهم ووصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال المعلومات والأدبيات السابقة، كما أنّ هذا المنهج لا يعتمد فقط على جمع المعلومات، إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المرجو الوصول إليها من خلال الدراسة (عوده وملكاوي، 1992).

2.3 مجتمع الدراسة وعينتها

أولاً- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع المراهقين في مخيم شعفاط، والبالغ عددهم (2690)، وذلك حسب إحصائيات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، والجدول (1.3) يوضح ذلك:

جدول (1.3): يوضح توزيع مجتمع الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف

الصف /		السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر	المجموع
الجنس	ذكر	216	186	200	191	183	217	192	1385
	أنثى	219	180	175	182	180	172	197	1305
المجموع		435	366	375	373	363	389	389	2690

ثانياً- عينة الدراسة:

أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالآتي:

أولاً- العينة الاستطلاعية: اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

ثانياً- عينة الدراسة الفعلية: اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية حسب متغيري الجنس والصف، وقد حدد حجم العينة بناءً على معادلة ريتشارد جيجر (Richard Geiger equation). إذ يشير بشماني (2014) أنه يجب تحديد حجم العينة من المجتمع عن طريق معادلة إحصائية، وقد بلغ حجم العينة (336) من المراهقين في مخيم شعفاط، والتي تمثل (8%) من حجم مجتمع الدراسة، والجدول (2.3) يوضح توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف:

الجدول (2.3): يوضح توزع عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف

الصف / الجنس		السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر	المجموع
الجنس	ذكر	27	23	25	24	23	27	24	173
	أنثى	27	22	22	23	23	22	24	163
المجموع		54	45	47	47	46	49	48	336

3.3 أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الباحثة على ثلاثة مقاييس لجمع البيانات، هي: مقياس الأمن النفسي، ومقياس جودة الحياة، ومقياس النزعة التشاؤمية كما يلي:

أولاً: مقياس الأمن النفسي

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس الأمن النفسي المستخدمة في بعض الدراسات، استخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي من إعداد (خليل وجاسم، 2009) بعد تكييفه ليتناسب مع أهداف الدراسة.

1.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس الأمن النفسي

صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقاييس الدراسة اتبعت الإجراءات الآتية:

استُخدم نوعان من الصدق كما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الأمن النفسي، عُرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي

والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (25) فقرة، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، وأجريت التعديلات المقترحة،واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات وحذفت فقرة وأصبح عدد فقرات المقياس (24) فقرة، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستُخدِم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation)؛ لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (الأمن النفسي)، كما هو مبين في الجدول (3.3):

جدول (3.3): يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الأمن النفسي مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=30):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
	مقياس الأمن النفسي		
1	.58**	14	.79**
2	.65**	15	.50**
3	.54**	16	.79**
4	.63**	17	.35*
5	.67**	18	.67**
6	.71**	19	.85**
7	.73**	20	.88**
8	90**	21	.86**
9	.89**	22	.46**
10	.79**	23	.76**
11	.85**	24	.61**
12	.75**	-	-
13	.84**	-	-

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (3.3) أن معامل ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (35.- 90.)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (30.) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (30.– أقل أو يساوي 70.) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (70.) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ثبات مقياس الأمن النفسي:

للتأكد من ثبات مقياس الأمن النفسي، وزع المقياس على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، بهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (24) فقرةً؛ لأغراض التحقق من ثبات الإعادة للمقياس (Test Retest)، فقد أُعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره أسبوعان بين مرتي التطبيق، إذ أن الفاصل الزمني بين التطبيقين يجب أن لا يقل عن أسبوعين، وهذا ما أكده (أبو هشام، 2006)، ومن ثم حسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين مرتي التطبيق، وقد بلغ معامل ثبات كرونباخ ألفا (96.)، فيما بلغ معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق (**88.) وتعتبر هذه القيم مرتفعة وعليه يمكن التطبيق على العينة الأصلية.

ثانياً: مقياس جودة الحياة

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقايس جودة الحياة المستخدمة في بعض الدراسات اعتمدت الباحثة وبشكل

أساسي على المقياس المستخدم في دراسة (أبو أسعد، 2017)، وذلك بعد تكييفه ليتناسب مع أهداف الدراسة.

2.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة

صدق المقياس:

استخدم نوعان من الصدق، وكما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس مقياس جودة الحياة، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (33) فقرة؛ إذ أُعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عُدلت بعض الفقرات وبقي عدد فقرات المقياس (33) فقرةً، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (جودة الحياة)، كما هو مبين في الجدول (4.3):

جدول (4.3): يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس جودة الحياة مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=30):

الفقرة	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع المجال
مقياس جودة الحياة					
1	.28	13	.65**	25	.59**
2	.74**	14	.63**	26	.65**
3	.54**	15	.22	27	.69**
4	.64**	16	.63**	28	.75**
5	.65**	17	.57**	29	.61**
6	.38*	18	.58**	30	.56**
7	.64**	19	.74**	31	.38*
8	.76**	20	.73**	32	.71**
9	.59**	21	.57**	33	.51**
10	.84**	22	.78**	-	-
11	.36*	23	.71**	-	-
12	.57**	24	.50**	-	-

*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *) **دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4.3) أن معامل ارتباط الفقرات (1، 15)، كانت ذات درجة غير مقبولةٍ وغير دالّةً إحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.36 _ .84)، كما أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30– أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرات (1، 15)، وأصبح عدد فقرات المقياس (31)، فقرة.

ثبات مقياس جودة الحياة:

للتأكد من ثبات مقياس جودة الحياة، وزع المقياس على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (31) فقرةً، ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة للمقياس

(Test Retest)، فقد أُعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره أسبوعان بين مرتي التطبيق، إذ أن الفاصل الزمني بين التطبيقين يجب أن لا يقل عن أسبوعين، وهذا ما أكده (أبو هشام، 2006)، ومن ثم حسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين مرتي التطبيق، وقد بلغ معامل ثبات كرونباخ ألفا (.95)، فيما بلغ معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق (**.88)، وتعتبر هذه القيم مرتفعة وعليه يمكن التطبيق على العينة الأصلية.

ثالثاً: مقياس النزعة التشاؤمية

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس مقياس النزعة التشاؤمية المستخدمة في بعض الدراسات استخدمت الباحثة مقياس من إعداد (أبو صيام،2018) بعد أن تم تكييفه.

3.3.3 الخصائص السيكومترية لمقياس مقياس النزعة التشاؤمية

صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقاييس الدراسة اتبعت الإجراءات الآتية:

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

أ) الصدق الظاهري (Face validity)

للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس النزعة التشاؤمية، عرُض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، كما هو موضح في ملحق (ب)، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (24) فقرة، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول

الفقرة. وبناءً على ملاحظات وآراء المحكمين، أجريت التعديلات المقترحة، واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عُدلت صياغة بعض الفقرات وحذفت فقرتان وأصبح عدد فقرات المقياس (22) فقرة، كما هو مبين في الملحق (ت).

ب) صدق البناء (Construct Validity)

من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط بعد العدوان الإسرائيلي في عام 2019م، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخّدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (النزعة التشاؤمية)، كما هو مبين في الجدول (5.3):

جدول (5.3): يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس النزعة التشاؤمية مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=30):

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
مقياس النزعة التشاؤمية			
1	.88**	12	.88**
2	.87**	13	.88**
3	.91**	14	.78**
4	.92**	15	.19
5	.92**	16	.72**
6	.77**	17	.89**
7	.92**	18	.86**
8	.84**	19	.88**
9	.91**	20	.70**
10	.90**	21	.88**
11	.91**	22	.94**

****دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (5.3) أن معامل ارتباط الفقرة (15)، كان ذات درجة غير مقبولةٍ وغير دالّةً إحصائيّاً، وتحتاج إلى حذف، أما باقي الفقرات فقد تراوحت ما بين (.70 _ .94)، كما أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا Garcia,

(2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30– أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك حذفت الفقرة (15)، وأصبح عدد فقرات المقياس (21)، فقرة.

ثبات مقياس النزعة التشاؤمية:

للتأكد من ثبات مقياس النزعة التشاؤمية، وزع المقياس على عينة التطبيق الأول الاستطلاعية المكونة من (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، بهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد قياس الصدق (21) فقرةً، ولأغراض التحقق من ثبات الإعادة للمقياس (Test Retest)، فقد أُعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية بفاصل زمني قدره أسبوعان بين مرتي التطبيق، إذ أن الفاصل الزمني بين التطبيقين يجب أن لا يقل عن أسبوعين، وهذا ما أكده (أبو هشام، 2006)، ومن ثم حسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين مرتي التطبيق، وقد بلغ معامل ثبات كرونباخ ألفا (.98)، فيما بلغ معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق (**.79) وتعتبر هذه القيم مناسبة وعليه يمكن التطبيق على العينة الأصلية.

تصحيح مقاييس الدراسة:

أولاً– مقياس الأمن النفسي: تكون مقياس الأمن النفسي في صورته النهائية من (24)، فقرة كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه السلبي للأمن النفسي باستثناء الفقرة (22) إذ عكست الأوزان عند تصحيحها.

ثانياً- مقياس جودة الحياة: تكون مقياس جودة الحياة في صورته النهائية من (31)، فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث)، وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي لجودة الحياة باستثناء الفقرات (3، 6، 8، 10، 13، 14، 15، 20، 24، 27، 28، 29) إذ عكست الأوزان عند تصحيحها.

ثالثاً- مقياس النزعة التشاؤمية: تكون مقياس النزعة التشاؤمية في صورته النهائية من (21)، فقرة، كما هو موضح في ملحق (ث) وقد مثلت جميع الفقرات الاتجاه الإيجابي للنزعة التشاؤمية.

وقد طلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: أوافق بشدة (5) درجات، أوافق (4) درجات، محايد (3) درجات، غير موافق (2) درجتان، غير موافق بشدة (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى شيوع سمات الأمن النفسي وجودة الحياة والنزعة التشاؤمية، لدى عينة الدراسة حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: مرتفع، ومتوسطة ومنخفض، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية:

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

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

جدول (6.3): يوضح درجات احتساب مستوى شيوع سمات الأمن النفسي وجودة الحياة والنزعة التشاؤمية

مستوى منخفض	**2.33 فأقل**
مستوى متوسط	**3.67 - 2.34**
مستوى مرتفع	**5 -3.68**

4.3 تصميم الدراسة ومتغيراتها

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

أ- المتغيرات المستقلة:

1. الجنس: وله مستويان هي: (1-ذكر، 2- أنثى).
2. الصف: وله سبعة مستويات هي: (1- السادس، 2- السابع، 3- الثامن، 4- التاسع، 5- العاشر، 6- الحادي عشر، 7- الثاني عشر).
3. العمر: وله مستويان هي: (1- من 12 إلى أقل من 15، 2- من 15 إلى أقل من 19).

ب-المتغير التابع:

أ) الدرجات على مقياس الأمن النفسي لدى عينة الدراسة.

ب) الدرجات على مقياس جودة الحياة لدى عينة الدراسة.

ت) الدرجات على مقياس النزعة التشاؤمية لدى عينة الدراسة.

5.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

نفُذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، المقالات، التقارير، الرسائل الجامعية، وغيرها، وذلك من أجل وضع الإطار النظري للدراسة.
2. تحديد مجتمع الدراسة، ومن ثم تحديد عينة الدراسة.
3. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
4. تحكيم أدوات الدراسة المراد تطبيقها على عينة الدراسة.

5. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (30) من المراهقين في مخيم شعفاط، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
6. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجابتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
7. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برامج الرزمة الإحصائي (SPSS, 25) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.
8. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

6.3 المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 25) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. معادلة كرونباخ ألفا لتحديد معامل ثبات مقياس الدراسة.
3. اختبار تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction")، لفحص الفرضيات المتعلقة بالجنس والصف والعمر.
4. المقارنات البعدية باستخدام اختبار (Scheffe).
5. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة، كذلك لفحص صدق أداتي الدارسة.

6. معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression) لمعرفة اسـهام جودة الحياة، والنّزعة التّشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 نتائج السؤال الأول

2.1.4 نتائج السؤال الثاني

3.1.4 نتائج السؤال الثالث

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 نتائج الفرضية الأولى

2.2.4 نتائج الفرضية الثانية

3.2.4 نتائج الفرضية الثالثة

4.2.4 نتائج الفرضية الرابعة

5.2.4 نتائج الفرضية الخامسة

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة في ضوء أسئلتها وفرضياتها التي تم طرحها، وقد نظمت وفقاً لمنهجية محددة في العرض، حيث عرضت في ضوء أسئلتها وفرضياتها، ويتمثل ذلك في عرض نص السؤال أو الفرضية، يلي ذلك مباشرة الإشارة إلى نوع المعالجات الإحصائية المستخدمة، ثم جدولة البيانات، ووضعها تحت عناوين مناسبة، يلي ذلك تعليقات على أبرز النتائج المستخلصة، وهكذا تعرض النتائج المرتبطة بكل سؤال وفرضية على حدة.

1.4 النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، والجدول (1.4) يوضح ذلك:

جدول (1.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الأمن النفسي وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	22	أشعر باهتمام كبير من المحيطين بي	3.80	1.050	76.00	**مرتفع**
2	06	أواجه صعوبة في الحياة المشتركة مع أهلي وأخوتي	2.74	1.295	54.80	**متوسط**
3	05	أفتقد الدعم والمؤازرة من أفراد أسرتي	2.72	1.325	54.40	**متوسط**
4	14	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه	2.58	1.349	51.60	**متوسط**
5	24	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.	2.47	1.227	49.40	**متوسط**
6	18	لدي احساس بأن الناس من حولي غرباء عنى.	2.49	1.197	49.80	**متوسط**
7	20	أنا محبط من كل شيء	2.46	1.290	49.20	متوسط
8	08	أشعر أن حياتي مهددة بالخطر	2.45	1.285	49.00	متوسط
9	12	أشعر بالوحدة رغم من وجودي مع الآخرين	2.40	1.268	48.00	متوسط
10	13	أشعر بفقدان القدرة على التحكم في أمور حياتي	2.35	1.268	47.00	متوسط
11	21	أعيش في حالة من الحذر والترقب	2.32	1.193	46.40	منخفض
12	19	القلق من المستقبل يمنعني من الشعور بالاستقرار الطمأنينة	2.32	1.204	46.40	منخفض
13	03	تراودني أفكار بالهجرة خارج فلسطين	2.32	1.278	46.40	منخفض
14	07	أجد صعوبة في الحديث عما بداخلي	2.31	1.241	46.20	منخفض
15	23	أشعر بالحاجة إلى التمرد على الظروف التي أحياها	2.27	1.198	45.40	منخفض
16	09	ينتابني شعور ورغبة في البكاء	2.26	1.211	45.20	منخفض
17	11	أشعر بأن مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني	2.23	1.175	44.60	منخفض
18	10	من الصعب أن أشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام	2.12	1.121	42.40	منخفض
19	15	أصبحت أفكر كثيراً بترك المخيم والعيش في مكان آخر	2.12	1.127	42.40	منخفض
20	16	العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق	2.02	1.114	40.40	منخفض
21	02	أشعر أنني بحاجة لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان	2.01	0.968	40.20	منخفض
22	04	أشعر بأن الحياة داخل المخيم أصبحت لا تطاق	1.92	1.106	38.40	منخفض
23	01	أرى أن الحياة تسير نحو الأسوأ	1.82	0.979	36.40	منخفض
24	17	أحس بكراهية شديدة اتجاه الاحتلال	1.41	0.852	28.20	منخفض
		الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي	**2.32**	**0.817**	**46.40**	**متوسط**

يتضح من الجدول (1.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي ككل بلغ (2.32) وبنسبة مئوية (46.4) وبتقدير منخفض، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس الأمن النفسي تراوحت ما بين (3.80 - 1.41)، وجاءت فقرة " أشعر باهتمام

كبير من المحيطين بي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.80) وبنسبة مئوية (76.0%) وبتقدير مرتفع، بينما جاء فقرة " أحس بكراهية شديدة اتجاه الاحتلال " في المرتبة الاخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (1.41) وبنسبة مئوية (28.2%) وبتقدير منخفض جداً.

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

للإجابة عن السؤال الثاني حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، والجدول (2.4) يوضح ذلك:

جدول (2.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات جودة الحياة وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	22	أشعر بالأمن بين أفراد أسرتي	4.10	0.883	82.0	**مرتفع**
2	25	أتمتع بصحة جيدة	4.07	0.862	81.4	**مرتفع**
3	26	أنا راضٍ عن مظهري الحالي	4.03	0.935	80.6	**مرتفع**
4	17	أحسن التعامل مع الآخرين	3.99	0.825	79.8	**مرتفع**
5	19	أحرص على علاقات طيبة مع الآخرين	3.99	0.883	79.8	**مرتفع**
6	21	أقضي أوقاتاً سعيدة مع أفراد أسرتي	3.98	0.901	79.6	**مرتفع**
7	11	أرى أنّ أفراد أسرتي يحترمون رأيي	3.97	0.941	79.4	**مرتفع**
8	04	أؤمن بنفسي لدرجة كافية	3.96	1.029	79.2	**مرتفع**
9	23	أمتلك نشاطاً جسمياً يومياً	3.94	0.952	78.8	**مرتفع**
10	09	راضٍ عن نفسي	3.93	0.970	78.6	**مرتفع**
11	12	يسعدني أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة	3.92	0.940	78.4	**مرتفع**
12	18	أتلقى الدعم والمساندة من المحيطين	3.80	0.979	76.0	**مرتفع**
13	16	أبدو مرتاحاً في علاقاتي الاجتماعية	3.76	0.960	75.2	**مرتفع**
14	07	أشعر بالأمان في حياتي اليومية	3.57	1.139	71.4	**متوسط**
15	01	أنام نوما هادئاً مستريحاً	3.56	1.110	71.2	**متوسط**

16	02	تنال أفكاري تقدير الآخرين	3.54	0.949	70.8	**متوسط**
17	30	أتلقى الخدمات الصحية التي تلبي احتياجاتي.	3.46	1.166	69.2	**متوسط**
18	05	أشعر بالطمأنينة اتجاه حياتي المستقبلية	3.41	1.076	68.2	**متوسط**
19	31	أجري الفحوصات الطبية بشكل منتظم حفاظاً على صحتي	3.28	1.205	65.6	**متوسط**
20	29	تمنعني الآلام الجسدية من أداء بعض الأعمال.	3.18	1.293	63.6	**متوسط**
21	24	أرى أن حياتي الصحية ستتدهور لاحقاً	2.91	1.322	58.2	**متوسط**
22	13	أشعر أن علاقاتي الأسرية تفتر مع الأيام	2.81	1.262	56.2	**متوسط**
23	27	تراودني فكرة الإصابة بأمراض خطيرة.	2.74	1.284	54.8	**متوسط**
24	20	يوصل لي الآخرون شعوراً بالعجز	2.73	1.200	54.6	**متوسط**
25	14	أفتقد المشاركة في اتخاذ القرارات	2.71	1.197	54.2	**متوسط**
26	28	أستغرق وقتاً في التفكير في حالتي الصحية.	2.71	1.270	54.2	**متوسط**
27	15	زادت مشاحناتي مع الآخرين	2.64	1.197	52.8	**متوسط**
28	03	لدي خوف مبهم من المستقبل	2.27	1.194	45.4	**منخفض**
29	06	غالباً ما أشعر بالارتباك	2.21	1.026	44.2	**منخفض**
30	08	استغرق وقتاً طويلاً في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي	2.14	1.020	42.8	**منخفض**
31	10	يتعكر مزاجي بسهولة	2.10	0.998	42.0	**منخفض**
		الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة	3.34	0.459	66.8	**متوسط**

يتضح من الجدول (2.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة ككل بلغ (3.34) وبنسبة مئوية (66.8) وبتقدير متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس جودة الحياة تراوحت ما بين (4.10 -2.10)، وجاءت فقرة " أشعر بالأمن بين أفراد أسرتي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.10) وبنسبة مئوية (82.0%) وبتقدير مرتفع، بينما جاء فقرة " يتعكر مزاجي بسهولة" في المرتبة الاخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.10) وبنسبة مئوية (42.0%) وبتقدير منخفض.

3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما مستوى النزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

للإجابة عن السؤال الثالث حُسبت المتوسطات الحسابية لمقياس النزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، والجدول (3.4) يوضح ذلك:

جدول (3.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات النزعة التشاؤمية وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	02	أميل دائما إلى التشاؤم في ظل ما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق سكان المخيم	4.26	1.037	85.2	**مرتفع**
2	15	أشعر بالتشاؤم عند مشاهدة إجراءات الاحتلال التعسفية بحق أهل المخيم	4.12	1.018	82.4	**مرتفع**
3	01	أعتقد أنّ الدنيا سوداء كالليل المظلم	3.88	1.310	77.6	**مرتفع**
4	20	أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوء	3.78	1.205	75.6	**مرتفع**
5	19	أشعر أن الحياة ظالمة	3.76	1.208	75.2	**مرتفع**
6	03	أعتقد أنّ الدنيا سوداء كالليل المظلم	3.75	1.221	75.0	**مرتفع**
7	10	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة	3.73	1.237	74.6	**مرتفع**
8	08	أترقب حدوث أسوأ الأحداث	3.68	1.276	73.6	**مرتفع**
9	13	أواجه الكثير من المصاعب	3.68	1.285	73.6	**مرتفع**
10	21	تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس	3.68	1.327	73.6	**مرتفع**
11	09	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ	3.67	1.270	73.4	**متوسط**
12	11	أشعر باليأس في هذه الحياة	3.63	1.319	72.6	**متوسط**
13	05	أشعر أن مستقبلي سيكون مظلماً	3.62	1.373	72.4	**متوسط**
14	12	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.	3.60	1.316	72.0	**متوسط**
15	06	أشعر أنه مكتوب علي الشقاء بالحياة	3.59	1.357	71.8	**متوسط**
16	16	عندما أستيقظ في الصباح أتوقع الشر قبل الخير	3.59	1.373	71.8	**متوسط**
17	14	لدي أوهام بأنني سأفارق الأحبة قريباً	3.57	1.361	71.4	**متوسط**
18	07	تجعلني كثرة الهموم أموت باليوم مائة مرة	3.56	1.352	71.2	**متوسط**
19	04	أعتبر نفسي شخصاً تعيساً	3.52	1.340	70.4	**متوسط**
20	17	من الصعب أن أكون ناجحاً في حياتي	3.48	1.376	69.6	**متوسط**
21	18	أرى أنَّه لا قيمة لي في هذه الحياة	3.39	1.416	67.8	**متوسط**
		الدرجة الكلية لمقياس النزعة التشاؤمية	**3.69**	**1.094**	**73.8**	**مرتفع**

يتضح من الجدول (3.4) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس النزعة التشاؤمية ككل بلغ (3.69) وبنسبة مئوية (73.8) وبتقدير مرتفع، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات مقياس النزعة التشاؤمية تراوحت ما بين (4.26 -3.39)، وجاءت فقرة " أميل دائما إلى التشاؤم في ظل ما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق سكان المخيم" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (4.26) وبنسبة مئوية (85.2%) وبتقدير مرتفع، بينما جاء فقرة " أرى أنَّه لا قيمة لي في هذه الحياة " في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (3.39) وبنسبة مئوية (67.8%) وبتقدير متوسط.

2.4 النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر.

لفحص الفرضية الأولى، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر، والجدول (4.4) يبين ذلك:

. جدول (4.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر

المتغير	المستوى	الأمن النفسي	
		المتوسط	الانحراف
الجنس	ذكر	2.16	0.727
	أنثى	2.53	0.865
الصف	السادس	2.37	0.736
	السابع	2.73	1.021
	الثامن	2.45	1.004

0.818	2.34	التاسع	
0.615	2.09	العاشر	
0.697	2.30	الحادي عشر	
0.613	2.08	الثاني عشر	
0.918	2.55	من 12 إلى أقل من 15	العمر
0.651	2.14	من 15 إلى أقل من 19	

يتضح من الجدول (4.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس الأمن النفسي في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس الأمن النفسي، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" ("3-way ANOVA "without Interaction)، والجدول (5.4) يبين ذلك:

جدول (5.4): يوضح تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس الأمن النفسي لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	9.404	1	9.404	15.983	*.000
الصف	6.629	6	1.105	1.878	.084
العمر	5.645	1	5.645	9.595	*.002
الخطأ	192.403	327	.588		

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتضح من الجدول (5.4) وجود فروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تبعاً لمتغيري: الجنس والعمر، إذ يلاحظ من جدول (4.4) أن الفروق جاءت في متغير الجنس لصالح الإناث، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 12 إلى أقل من 15). بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تعباً لمتغير الصف.

2.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات بجودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات: الجنس، والصف، والعمر.

لفحص الفرضية الثانية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر، والجدول (6.4) يبين ذلك:

. جدول (6.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر

المتغير	المستوى	جودة الحياة	
		المتوسط	الانحراف
الجنس	ذكر	3.27	0.396
	أنثى	3.41	0.508
الصف	السادس	3.26	0.382
	السابع	3.57	0.649
	الثامن	3.41	0.531
	التاسع	3.43	0.450
	العاشر	3.25	0.229
	الحادي عشر	3.22	0.388
	الثاني عشر	3.24	0.398
العمر	من 12 إلى أقل من 15	3.43	0.552
	من 15 إلى أقل من 19	3.25	0.327

يتضح من الجدول (6.4) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس جودة الحياة في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة، وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس جودة الحياة، فقد أجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction)، والجدول (7.4) يبين ذلك:

جدول (7.4): يوضح تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس جودة الحياة لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	1.337	1	1.337	6.986	*.009
الصف	3.481	6	.580	3.032	*.007
العمر	1.245	1	1.245	6.504	*.011
الخطأ	62.581	327	.191		

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتضح من الجدول (7.4) الآتي:

وجود فروق دالة إحصائياً في جودة الحياة تبعاً لمتغيري: الجنس والعمر، إذ يلاحظ من جدول (6.4) أن الفروق جاءت في متغير الجنس لصالح الإناث، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 12 إلى أقل من 15). كما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الصف، وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس جودة الحياة تبعاً لمتغير الصف، أجري اختبار (Scheffe) والجدول (8.4) يوضح ذلك:

جدول (8.4): يوضح نتائج اختبار(Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس جودة الحياة تبعاً لمتغير الصف

المتغير	المستوى	المتوسط	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر
الصف	**السادس**	3.26	-						
	السابع	3.57		-			.33*	.36*	.33*
	الثامن	3.41			-				
	التاسع	3.43				-			
	العاشر	3.25					-		
	عشر الحادي	3.22						-	
	الثاني عشر	3.24							-

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

يتبين من الجدول (8.4) الآتي وجود فروق ذات دلالة إحصائياً على مقياس جودة الحياة، تبعاً لمتغير الصف بين (السابع) من جهة وكل من (العاشر)، و(الحادي عشر)، و(الثاني عشر) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح من (السابع).

3.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات النّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات الجنس، والصف، والعمر.

لفحص الفرضية الثالثة، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر، والجدول (9.4) يبين ذلك:

. جدول (9.4): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغيرات: الجنس والصف والعمر

المتغير	المستوى	النّزعة التّشاؤمية	
		المتوسط	الانحراف
الجنس	ذكر	3.94	0.994
	أنثى	3.43	1.137
الصف	السادس	3.69	0.968
	السابع	3.07	1.346
	الثامن	3.51	1.128
	التاسع	3.74	1.025
	العاشر	4.10	0.807
	الحادي عشر	3.65	1.164
	الثاني عشر	4.06	0.885
العمر	من 12 إلى أقل من 15	3.40	1.158
	من 15 إلى أقل من 19	3.97	0.954

يتضح من الجدول (9.4):

وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس النّزعة التّشاؤمية في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس النّزعة التّشاؤمية، فقد أُجري تحليل التباين الثلاثي "بدون تفاعل" (3-way ANOVA "without Interaction")، والجدول (10.4) يبين ذلك:

جدول (10.4): يوضح تحليل التباين الثلاثي (بدون تفاعل) على مقياس النّزعة التّشاؤمية لدى عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
الجنس	18.270	1	18.270	17.779	*.000
الصف	18.428	6	3.071	2.989	*.007
العمر	9.053	1	9.053	8.810	*.003
الخطأ	336.016	327	1.028		

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتضح من الجدول (10.4) الآتي:

وجود فروق دالة إحصائياً في النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغيري: الجنس والعمر، إذ يلاحظ من جدول (9.4) أن الفروق جاءت في متغير الجنس لصالح الذكور، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 15 إلى أقل من 19)، كما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الصف، وللكشف عن موقع الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغير الصف، أجري اختبار (Scheffe) والجدول (11.4) يوضح ذلك:

جدول (11.4): يوضح نتائج اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمقياس النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغير الصف

المتغير	المستوى	المتوسط	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر
الصف	السادس	3.69	-						
	السابع	3.07		-					
	الثامن	3.51			-				
	التاسع	3.74				-			
	العاشر	4.10					-		
	عشر الحادي	3.65						-	
	الثاني عشر	4.06							-

-0.99*	-1.03*

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.05 > p *)**

يتبين من الجدول (11.4): الآتي:

وجود فروق ذات دلالة إحصائياً على مقياس النّزعة التّشاؤمية تبعاً لمتغير الصف بين (السابع) من جهة وكل من (العاشر)، و (الثاني عشر) من جهة أخرى، وجاءت الفروق لصالح كل من (العاشر)، و (الثاني عشر).

4.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين الأمن النفسي وكل من: جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

للإجابة عن الفرضية الرابعة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين الأمن النفسي وكل من: جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، والجدول (12.4) يوضح ذلك:

جدول (12.4): يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين الأمن النفسي وكل من: جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط (ن=336)

	الأمن النفسي	جودة الحياة	النّزعة التّشاؤمية
الأمن النفسي	1		
جودة الحياة	.654**	1	
النّزعة التّشاؤمية	-.768**	-.579**	1

****دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (.01 > p **)**

يتضح من الجدول (12.4) الآتي:

- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.654) عند مستوى الدلالة (0.01 >) وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الأمن النفسي ازداد مستوى جودة الحياة.
- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأمن النفسي والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.768-) عند مستوى الدلالة (0.01 >) وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الأمن النفسي انخفض مستوى النّزعة التّشاؤمية.
- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (.579-) عند مستوى الدلالة (0.01 >) وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة جودة الحياة انخفض مستوى النّزعة التّشاؤمية.

5.2.4 النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

لا توجد قدرة تنبؤية دلالة إحصائياً عند مستوى دلالة (α≤.05) لجودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

من أجل قياس مدى اسهام (جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية) في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، استخدم معامل الانحدار المتعدد التدريجي (Stepwise Multiple Regression) باستخدام أسلوب الإدخال (Stepwise) والجدول (13.4) يوضح ذلك:

جدول (13.4): يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدريجي لمعرفة مدى اسهام جودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط

	النموذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة	معامل الارتباط (R)	التباين المفسر R^2	معامل الارتباط المعدل
		معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا Beta					
1	الثابت	4.454	.101		44.227	.000			
	النّزعة التّشاؤمية	**-.574**	.026	-.768	-21.927	.000	.768	**.590**	.589
2	الثابت	2.080	.311		6.684	.000			
	النّزعة التّشاؤمية	**-.437**	.029	-.586	-14.848	.000			
	جودة الحياة	**.561**	.070	.315	7.992	.000	.810	**.656**	.654

قيمة "ف" المحسوبة النّزعة التّشاؤمية= 480.792 دالة عند مستوى دلالة 000.*

قيمة "ف" المحسوبة النّزعة التّشاؤمية وجودة الحياة = 317.576 دالة عند مستوى دلالة 000.*

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (p < .05 *)**

يتضح من الجدول (13.4) وجود أثر دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (α≤ .05) للكل من النّزعة التّشاؤمية وجودة الحياة في التنبؤ بمستوى الأمن النفسي، ويلاحظ أن النّزعة التّشاؤمية قد وضح في النموذج الأول (59.0%)، من نسبة التباين في مستوى الأمن النفسي، في حين أن كل من النّزعة التّشاؤمية وجودة الحياة قد وضحا معاً في النموذج الثاني (65.6%)، من نسبة التباين في مستوى الأمن النفسي، أما الباقية والبالغة (34.4%) تُعزى لمتغيرات أخرى لم تدخل نموذج الانحدار، وهذا يعني أن

هناك متغيرات مستقلة أخرى قد تلعب دوراً أساسياً في تفسير مستوى الأمن النفسي. وتجدر الإشارة إلى أن قيم عامل تضخم التباين (VIF) للنماذج التنبؤية الاثنين قد كانت متدنية؛ مما يشير إلى عدم وجود إشكالية التساهمية المتعددة (Multicollinearity) التي تشير إلى وجود ارتباطات قوية بين المتنبئات.

وعليه يمكن كتابة معادلة الانحدار وهي (y= 2.080 + -.437 + .561) أي كلما تغير النّزعة التّشاؤمية درجة واحدة يحدث تغير سلبي عكسي في الأمن النفسي بمقدار (.437-). وكلما تغيرت جودة الحياة درجة واحدة يحدث تغير إيجابي طردي في الأمن النفسي بمقدار (.561).

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

1.5 تفسير نتائج أسئلة الدراسة ومناقشتها

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

3.5 التوصيات والمقترحات

الفصل الخامس

تفسير النتائج ومناقشتها

تضمن هذا الفصل مناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة، من خلال أسئلتها، وما انبثق عنها من فرضيات، وذلك بمقارنتها بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة الواردة في هذه الدراسة، إضافة إلى تفسير النتائج، وصولاً إلى التوصيات التي يمكن طرحها في ضوء هذه النتائج.

1.5 مناقشة نتائج أسئلة الدراسة

1.1.5 تفسير نتائج السؤال الأول ومناقشتها

ما مستوى الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الأمن النفسي ككل، قد بلغ (2.32) وبنسبة مئوية بلغت (46.4) بتقدير منخفض.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن حالة الشعور بالأمن النفسي تبنى بصورة تراكمية طوال فترات الحياة المختلفة، فأي مهدد للأمن النفس خلال مراحل النمو المختلفة وخاصة في مرحلة المراهقة فأنه يؤثر على الحالة النفسية ويؤدي إلى انخفاض الأمن النفسي إلى أبعد الحدود، فقد ورد في الإطار النظري بأن الحاجة إلى الأمن النفسي في مقدمة الحاجات النفسية (غير العضوية) وأكثر أهمية بصورة عامة، فحياة المراهق الفلسطيني بشكل عام وفي المخيمات بشكل خاص مهددة بشكل مستمر في كل مجالات الحياة وأبعادها، فحتى يشعر المراهق الفلسطيني بالأمن لابد من أن يكون متحرراً من الخوف والهلع والفزع والرهبة وتوقع الخطر والأذى، وأن يكون مطمئناً على نفسه في حاضره وغده وان

يكون متمتعاً بالتكيف النفسي والشعور بالرضا عن ذاته، وهذا كله غير متوفر للإنسان والمراهق الفلسطيني.

واتفقت هذه النتيجة مع دراسة خليل وجاسم (2009) ودراسة نعيسة (2012)، ودراسة بهاتاشارجي وبهاتاشارجي (Bhattacharjee & Bhattcharjee, 2014)، وقد اختلفت هذه النتيجة مصطفى والشريفين (2013)، ودراسة العسود (2011)، ودراسة سيتو (Seto, 2010) حيث أن درجة الأمن النفسي في هذه الدراسات جاءت بين متوسطة ومرتفعة.

2.1.5 تفسير نتائج السؤال الثاني ومناقشتها

ما مستوى جودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

وقد أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس جودة الحياة ككل بلغ (3.34) وبنسبة مئوية (66.8) وبتقدير متوسط.

وترى الباحثة بأنه وعلى الرغم من مرور فترة زمنية تزيد عن سنة على العدوان الإسرائيلي على مخيم شعفاط، إلا أن المراهقين في المخيم لم يحققوا حتى الآن مستوى جيد لجودة الحياة، كنتيجة لاستمرار آثار العدوان عليهم من جهة، ومن جهة أخرى فلا زالت ممارسات الاحتلال الإسرائيلي مستمرة اتجاه أبناء المخيم وفئة المراهقين هي الأشد تأثراً، أما كون أن نتيجية مستوى جودة الحاة قد جاءت متوسطة وليست منخفضة كما توقعت الباحثة، فتعزو الباحثة ذلك إلى حصول أفراد العينة على الدعم من الأسرة ومن الأصدقاء والأشخاص في البيئة المحيطة، وما تتميز به البيئة الفلسطينية بشكل عام وبيئة المخيم بشكل خاص بمساندة أبناء المخيم لبعضهم البعض وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لمن يحتاجه من أبناء المخيم، وتتفق هذه النتيجة مع ما ورد في الإطار النظري للدراسة فيما يحض

مفهوم جودة الحياة التي تعني أن يتمتع الأفراد بالصحة الجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية، في ظل بيئة أسرية واجتماعية آمنة، وقدرتهم على مواجهة كل ما يعترضهم من مشكلات، وضغوطات متمسكين بماضيهم ومعتزين بحاضرهم متطلعين لمستقبلهم. وأن تحقيق الفرد لجودة حياة مرتفعة يحتاج إلى مستوى عالي من الخدمات المادية والاجتماعية المقدمة لأفراد المجتمع، الذين تتميز حياتهم بالرفاهية والحياة الرغيدة، وشعورهم بالسعادة والرضا عن حياتهم وعيشهم بشكل متوازن وتمتعهم بالصحة الجسمية والنفسية (شقير ،2010).

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة جمال (2016)، ودراسة الخميس (2010)، ودراسة موريرا (Moreira, 2011)، حيث كان مستوى جودة الحياة في هذه الدراسات متوسط كما الدراسة الحالة.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة أبو يونس (2013)، والسويركي (2013). حيث أن مستوى جودة الحياة جاء مرتفعاً في كلا الدراستين، وقد يعود هذا الاختلاف مع النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية إلى اختلاف البيئة والفئة المستهدفة التي طبقت عليها هذه الدراسات مقارنةً مع الدراسية الحالية.

3.1.5 تفسير نتائج السؤال الثالث ومناقشتها

ما مستوى النزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط؟

وأظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس النزعة التشاؤمية ككل بلغ (3.69) وبنسبة مئوية (73.8)، وبتقدير مرتفع.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى القلق الناتج عن الممارسات اليومية التي يقوم بها الاحتلال تجاه أبناء المخيم والذي دفع أفراد العينة للتشاؤم من الحياة، ومن العيش داخل المخيم، كما وأثر ذلك على

نظرة الفرد للأسرة والمجتمع هذه الدروع الحامية التي أصبحت قابلة للسقوط أمام هذه الإجراءات التعسفية، فأصبح الفرد يخاف الفشل في حياته المستقبلية، يتوقع الأسوأ في كل أمور حياته، يشعر بالتوتو والقلق والخوف من كل ما يدور حوله، ويواجه الحوادث السلبية بالإحباط كرد فعل طبيعي على كل ما يدور حوله، وهذه النتيجة تتفق مع ورد في الإطار النظري للدراسة بأن النزعة التشاؤمية تنشأ نتيجة تركيز الانتباه وحصر الاهتمامات بالأحداث السلبية الحالية والقادمة، وتخيل الجانب السلبي للأمور وتحريك دوافع الفرد وجهوده لمنع وقوع الأحداث السيئة (Shawres, 1992).

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة المجدلاوي (2012)، ودراسة نصر الله (2008)، ودراسة المحتسب (2008)، ودراسة عبد الخالق(Abdel- Khalek, 2006).

2.5 تفسير نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها

1.2.5 تفسير نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$)بين متوسطات الأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

أظهرت نتائج الفرضية الأولى إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تبعاً لمتغيري: الجنس والعمر. بينما لم تكن الفروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تعباً لمتغير الصف، إذ يلاحظ أن الفروق جاءت لصالح الإناث، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 12 إلى أقل من 15).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى طبيعة المجتمع الذي نعيش فيه، والذي يوفر الأمن والحماية للإناث بشكل أكبر من الذكور، حيث أن الفتيات نادراً ما يكن في موقف مواجهة مع مشاكل الحياة لما

يتمتعن به من حماية أسرية ومجتمعية. وهن كذلك أقل تعرضاً لممارسات الاحتلال الصهيوني مقارنةً بالمراهقين الذكور، كما وأن العادات والتقاليد السائدة في المجتمع تفرض على أفراد الأسرة حماية الإناث وتوفير كافة متطلباتهن ودعمهن ومساعدتهن في كافة مناحي الحياة وفي جميع المراحل العمرية.

أما بالنسبة لمتغير العمر فتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن بداية مرحلة المراهقة (من سن 12- إلى أقل من 15) هي المرحلة الأكثر حساسية بالنسبة لمراهقين؛ نظراً للتغيرات الجسمية والنفسية التي يمر بها المراهق في هذه المرحلة، وبالتالي تعتبر هذه الفئة الأكثر تأثراً بمهددات الأمن النفسي، خاصة وأن الإحتلال الإسرائيلي لا يفرق بين طفل ومراهق، ولا يولي أي اهتمام لمسألة العمر في ممارساته القمعية والتعسفية التي تنتهك حقوق الانسان وأمنه الشخصي، لا بل على العكس من ذلك، فتدل الشواهد والأحداث بأن استهدافه لهذه الفئة من المراهقين مقصوداً ومتعمداً، ومثال ذلك استهداف الطفل أيمن أبو عليا (13عاماً) من قبل قوات الاحتلال والذي اشتشهد أثناء إعداد الباحثة لهذه الدراسة بتاريخ 2020/12/4م خير دليل على ذلك، أما بخصوص الصف الدراسي فترى الباحثة بأن كل المراهقين بصرف النظر عن صفهم الدراسي يتعرضون لنفس الظروف والاعتداءات التي تهدد أمنهم النفسي.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة العسود (2011) التي أظهرت نتائجها وجود فروق لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير العمر.

بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة بني مصطفى والشريفين (2013) التي أظهرت نتائجها بأن الفروق كانت لصالح الذكور، أما دراسة (Bhattacharjee & Bhattcharjee2014) فقد أظهرت نتائجها عدم وجود فروق في مستوى الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات الجنس والعمر.

2.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات بجودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

وقد أظهرت نتائج الفرضية الثانية وجود فروق دالة إحصائياً في جودة الحياة تبعاً لمتغيري: الجنس لصالح الإناث، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 12- أقل من 15)، كما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الصف لصالح الصف السابع.

وتعزو الباحثة نتيجة وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى جودة الحياة لصالح الإناث إلى طبيعة المجتمع الذكوري، والذي يتكفل بتحمل المسؤولية تجاه الإناث، حيث أن الأسرة تتكفل بكل أساليب الرعاية وتوفير كل ما تحتاجه الفتاة. وبالتالي يتولد توازن لدى الفتيات بين الجوانب الجسمية والنفسية والاجتماعية مما يزيد من شعورهن بالرضا عن الحياة، ويصبحن أكثر ادراكاً لأنفسهن، وأكثر تقبلاً للبيئة والأشخاص في محيطهن.

أما عن نتيجة وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى جودة الحياة لمتغير العمر لصالح الفئة (من سن 12 – سن أقل من 15)، فتعود إلى أن المراهق في هذه المرحلة لا يزال أقرب إلى مرحلة الطفولة وغير مدركاً لحقوقه وبالتالي لأبعاد جودة الحياة الواجب توافرها لديه، من ناحية أخرى فقد تحظى هذه الفئة إلى قدر أعلى من الرعاية الأسرية التي تسعى إلى توفير احتياجاتهم بقدر ما تستطيع، فهم في نظر آباءهم لا زالوا أطفالاً يحتاجون إلى الرعاية والحماية أكثر من إخوانهم الذين يكبرونهم سناً.

أما عن ظهور فروق دالة إحصائياً تبعا لمتغير الصف (السابع)، فترى الباحثة بأن هذه النتيجة تتقاطع مع النتيجة السابقة المتعلقة بالعمر، فهذه الفئة من المراهقين لا تزال تحظى باهتمام الأسرة وتسعى لتوفير احتياجاتهم على اعتبار أنهم لا زالوا في نظرهم أطفالاً، ولذلك يشعرون بجودة حياة أفضل.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة أبو أسعد (2017)، ودراسة جمال (2016) حيث تمتع أفراد عينة الدراسة بمستوى متوسط من جودة الحياة.

3.2.5 تفسير نتائج الفرضية الثالثة ومناقشتها

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات النّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط تعزى لمتغيرات الجنس والصف والعمر.

حيث أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى النزعة التشاؤمية تبعاً لمتغيري: الجنس لصالح الذكور، وفي متغير العمر لصالح الفئة (من 15 إلى أقل من 19)، كما كانت الفروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الصف، لصالح الصف العاشر والثاني عشر.

وتعزو الباحثة نتيجة ارتفاع مستوى النزعة التشاؤمية لدى الذكور إلى أن تصادم الذكور مع مشاكل الحياة اليومية، وما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق أهل المخيم يكون بشكل أكبر منه عند الإناث، كما أن أحداث الحياة الضاغطة والمفاجئات غير السارة التي يتعرض لها أبناء المخيم تلعب دوراً كبيراً في توليد النظرة السلبية المتشائمة نحو المستقبل. وعادة ما يتولد لدى الذكور إحساساً بتحمل جزء من المسؤولية تجاه الأسرة بشكل أكبر من الإناث مما يزيد من حجم الأعباء الملقاة عليه.

أما بالنسبة لوجود فروق دالة إحصائياً لصالح الفئة العمرية (من 15 _ أقل من 19)، فتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن هذه المرحلة العمرية تعتبر مرحلة انتقالية في حياة الذكور، حيث تبدأ معالم الشخصية الفردية بالظهور، ويبدأ المراهق بالانسلاخ تدريجاً عن جو الأسرة والانخراط بالبيئة المجتمعية المحيطة، فيخرج من الجو الأسري الآمن إلى البيئة المحيطة ليشهد على الكثير من ممارسات الاحتلال بحق أقرانه

وأهل مخيمه، مما يولد لديه قلق حول ما يمكن أن يكون عليه مستقبله في ظل هذه الظروف الصعبة، وبالتالي تتغير نظرته المتفائلة وتتولد لديه نظرة متشائمة.

أما بالنسبة لوجود فروق دالة إحصائياً تبعا لمتغير الصف لصالح الصف العاشر والثاني عشر، فتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن كلا الصفين يعتبران مرحلة انتقالية في حياة المراهق، حيث أنه يعيش فترة صراع بين البقاء في المدرسة أو الانخراط في بيئة العمل، كما وتقع عليه مسؤولية كبيرة في تحديد ميوله العلمية واختيار المهنة المستقبلية التي تتناسب ليس فقط مع قدراته بل مع بيئته.

وقد اختلفت هذه النتائج مع دراســـة نصـــر الله (2008) والتي جاء فيها أن الإناث كن الأكثر تشاؤماً.

4.2.5 تفسير نتائج الفرضية الرابعة ومناقشتها

لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) بين الأمن النفسي وكل من: جودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأمن النفسي وجودة الحياة لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، وجاءت العلاقة طردية موجبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الأمن النفسي ازداد مستوى جودة الحياة.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الاستقرار، وتوفر الحاجات الأساسية للأفراد، والعيش في بيئة آمنة هو أحد الركائز الأساسية؛ لتوفر درجة من الأمن النفسي تمكن الفرد من العيش بسلام.

كما وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأمن النفسي، والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة الأمن النفسي انخفض مستوى النزعة التشاؤمية.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن نظرة الإنسان نحو مستقبله؛ تعتمد على الواقع الأسري والاجتماعي الذي يعيش فيه، فالإنسان الذي يعيش في بيئة أسرة آمنة تكون نظرته أكثر تفاؤلاً نحو مستقبله والعكس صحيح.

كما وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين جودة الحياة، والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط، وجاءت العلاقة عكسية سالبة؛ بمعنى كلما ازدادت درجة جودة الحياة انخفض مستوى النزعة التشاؤمية.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن توفر الحاجات الضرورية للفرد وعيشه في بيئة رغيدة، يؤثر وبشكل كبير على نظرته لحياته المستقبلية، فالأشخاص الذين يتمتعون بمستوى جودة حياة منخفض، يكون مستوى النزعة التشاؤمية لديهم مرتفع والعكس صحيح.

5.2.5 تفسير نتائج الفرضية الخامسة ومناقشتها

لا توجد قدرة تنبؤية دلالة إحصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha \leq .05$) لجودة الحياة والنزعة التشاؤمية في التنبؤ بالأمن النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط.

تبين من خلال نتائج الدارسة إلى أن مستوى القدرة التنبؤية لجودة الحياة والنزعة التشاؤمية بالأمن النفسي كان مرتفعاً، إذ أن النزعة التشاؤمية وجودة الحياة قد استطاعت التنبؤ (65.6%) من الأمن النفسي، ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى ما تعرض المراهقين في مخيم شعفاط نتيجة العدوان الإسرائيلي في عام 2019م، وما نتج عنه من خبرات صادمة كمداهمة البيوت وترويع ساكنيها وهدم بعضها وتعرض العديد

منهم للتنكيل والاعتقال، كل ذلك قد أثر على صحتهم النفسية وتكوين نزعة تشاؤمية نحو المستقل لديهم، خاصة في ظل انسداد الأفق السياسي، إضافة إلى مستوى جودة الحياة المنخفض أصلاُ قبل العدوان الإسرائيلي عام 2019م، كنتيجة للظروف المعيشة الصعبة التي يعيشها أهالي المخيم بسبب مضايقات وممارسات الإحتلال المستمرة والهادفة إلى تهجيرهم مرة أخرى من أرضهم وبيوتهم ضمن مخططاته الشاملة لتهويد القدس، كل ذلك أدى إلى حدوث فجوة نفسية بين واقعهم المؤلم وبين طموحاتهم وأحلامهم المستقبلية، خاصة وأن فئة المراهقين تتسم بالنزوع نحو الاستقلالية وتحقيق الذات والتفكير بمستقبلهم المهني والاجتماعي، ولذلك ترى الباحثة بأنه لمن الطبيعي أن تؤثر كل هذه الظروف والمتغيرات على أمنهم النفسي، فعندما يعجز المراهق عن إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية والاقتصادية فانه يشعر بالتشاؤم، وأنه لا يستطيع أن يحقق أهدافه مما يجعله يشعر باليأس وفقدان الأمل والإحباط ويقبل علي الحياة بفتور وتردد وتوقع الفشل، وهو دائماً متشكك في النجاح مما قد يؤدي به إلي فقدان أمنه النفسي. وقد اتفقت هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة خليل وجاسم (2009) حيث أظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطية سالبة وقوية ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي والوحدة النفسية. كما اتفقت مع نتائج دراسة ساوتزكي (Sawatzky, 2007) التي توصلت بأن الصحة النفسية والبدنية تسهم بشكل كبير في جودة حياة المراهقين، كذلك اتفقت مع دراسة المحتسب (2008) التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية بين التشاؤم وأحداث الحياة الضاغطة.

3.5 التوصيات والمقترحات

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج ومناقشتها، يمكن تقديم التوصيات الآتية:

1. توفير البرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية اللازمة لتدعيم الأمن النفسي لدى المراهقين، سواء عن طريق المدرسة أو المؤسسات المسؤولة عن المخيم.
2. توفير البرامج الإرشادية الوقائية والعلاجية اللازمة التي تساعد على التخلص من النزعة التشاؤمية لدى المراهقين، سواء عن طريق المدرسة أو المؤسسات.
3. تقديم المساعدات المادية والمعنوية للأسر التي تعرضت منازلها للهدم من قبل الاحتلال لتحسين جودة الحياة لدى المراهقين.
4. توفير الأندية الرياضة في المخيم حيث أن الرياضة تعتبر نوع من أنواع التفريغ النفسي، والتخلص من الأفكار السلبية.
5. تبني المواهب الموجودة لدى المراهق والعمل على دعمها وتطويرها فقد تكون عملاً له في المستقبل.
6. إجراء مزيد من الأبحاث والدراسات على عينات أخرى من المجتمع كالأطفال وأمهات الأسرى والشهداء.

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

أولاً: المراجع باللغة العربية:

القرآن الكريم

إبراهيم، إبراهيم وعثمان، إبراهيم .(2005). **المسؤولية الأمنية ودور المؤسسات التعليمية في تحقيقها،** ورقة عمل مقدمة لندوة المجتمع والأمن بكلية الملك فهد الأمنية، الرياض، الفترة 21-2 حتى 24-2- 2005،.

أبو أسعد، أحمد. (2017). فعالية برنامج إرشادي جمعي يستند إلى التمكين النفسي في تحسين الرضا الحياتي والأمل لدى طلبة المرحلة المتوسطة من ذوي الأسر المفككة في محافظة الكرك، **مجلة دراسات العلوم التربوية،** 4 (44): 149-164.

أبو حلاوة، محمد. (2006). **علم النفس الإيجابي، الوقاية الايجابية والعلاج النفسي الإيجابي.** القاهرة: مؤسسة العلوم النفسية التربوية.

أبو حلاوة، محمد. (2010). **جودة الحياة: المفهوم_ الأبعاد،** بحث مقدم إلى المؤتمر السابع "جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية"، كلية التربية: جامعة كفر الشيخ، مصر 12 -14 ابريل، 2010.

أبو صيام، نرمين. (2018). **الآثار النفسية والاجتماعية الناجمة عن تعدد الزوجات وعلاقتها بدرجة التفاؤل والتشاؤم لدى عينة من الزوجات في مدينة رهط،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الخليل، الخليل، فلسطين.

أبو عرة، أحمد. (2017). **الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بدافعية التعليم لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين.

أبو العنين، هناء. (2011). **الصلابة النفسية للوالدين وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأطفال.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة عين شمس، مصر.

أبو هشام، محمد. (2006). **الخصائص السيكومترية لأدوات القياس في البحوث النفسية والتربوية** باستخدام SPSS، الرياض: كلية التربية، جامعة الملك سعود. مركز البحوث التربوية.

أبو يونس، ايمان. (2013). **الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالتفكير الناقد وجودة الحياة لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة خان يونس،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.

أقرع، اياد. (2005). **الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الأنصاري، بدر. (1998). **التفاؤل والتشاؤم المفهوم والقياس والمتعلقات،** الكويت: مجلس النشر العلمي.

بشماني، شكيب (2014). دراسة تحليلية مقارنة للصيغ المستخدمة في حساب حجم العينة العشوائية. **مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية،** جامعة تشرين، 36 (5): 85-100.

بني مصطفى، منار والشريفين، أحمد. (2013). الشعور بالوحدة النفسية والأمن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين في جامعة اليرموك. **المجلة الأردنية للعلوم التربوية،** عمادة البحث العلمي، جامعة اليرموك، 9 (2): 141- 162.

بو عيشة، آمال. (2013). جودة الحياة لدى ضحايا الإرهاب في الجزائر. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، كلية الآداب واللغات، جامعة قاصدي مرباح ورقلة،** (13): 47- 56.

بو قفة، جمعي. (2006). **العلاقة بين أنماط التفكير والتفاؤل والتشاؤم.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الحاج لخضر باتنة، الجزائر.

جمال، نغم. (2016). **جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الارشادية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة السويداء ،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة دمشق، السويداء، سوريا.

الجمعان، صفاء. (2018). **التفاؤل والتشاؤم وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة البصرة،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة البصرة، العراق.

الجنائي، رنا. (2007). الأمن النفسي لدى المرأة العراقية بعد أحداث 2003/4/9. **مجلة العلوم النفسية،** 2 (11): 97-122.

حبيب، عبد الكريم. (2006). **فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينات من الطلاب العمانيين،** بحث مقدم إلى ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان. 17-19 ديسمبر ،2006م.

الحربي، عبد الله والنجار، أروى بنت يحيى. (2012). الأداء المهني وعلاقته بجودة الحياة لدى معلمين التعليم العام بحفر الباطن، **مجلة القراءة والمعرفة،** الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، (131): 38-68.

الحرفي، لمى. (2014). الأمن النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، **مجلة جامعة البعث،** جامعة البعث، 36 (8): 91-118.

حسن، هدى. (2006) التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بضغوط العمل والرضا عن العمل. **مجلة الدراسات النفسية،** 1(16): 83- 111.

حنفي، تغريد. (2007). **المناخ الأسري وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين من الجنسين.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر.

الخالدي، فؤاد. (2008). **قضايا إرشادية معاصرة.** عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

الخضراء، عبد العزيز. (2012). **أولادنا بين التبعية والاستقلال.** دمشق: دار القدس للعلوم للطباعة والنشر.

خليل، عفرا وجاسم، شاكر. (2009). الأمن النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة المرحلة الإعدادية، **مجلة العلوم النفسية، جامعة بغداد.** (1) 15: 192-320.

خميس، ايمان. (2010). **جودة الحياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال، بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الثالث بعنوان: تربية المعلم العربي وتأهيله – رؤى معاصرة،** كلية العلوم التربوية، جامعة جرش الخاصة. جرش 15-17 أيار، 2010م.

خويطر، وفاء. (2010). **الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتها ببعض المتغيرات.** (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

داهم، فوزية. (2015). **جودة الحياة وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية المرتبطة بقلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.** (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي: الجزائر.

دواني، كمال ودراني، عيد. (1983). اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي. **مجلة دراسات العلوم الإنسانية.** الجامعة الاردنية. عمان: الاردن 10(2) : 47-56.

راغب، نبيل. (2003) **أخطر مشكلات الشباب القلق العنف الإدمان الاكتئاب**. القاهرة، مصر: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع،

ربيع، محمد. (2011). **علم النفس الاجتماعي**، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

الرقاص، خالد والرافعي، يحيى. (2010). الطمأنينة النفسية في ضوء بعض المتغيرات لدى عينة من طلاب جامعة الملك خالد. **مجلة دراسات تربوية ونفسية**. 66 (1): 135-173.

رضوان، سامر. (2001). الاكتئاب والتشاؤم (دراسة ارتباطية مقارنة). **مجلة العلوم التربوية والنفسية_ البحرين**، 2 (1): 13- 48.

زمزمي، عواطف. (2012). المثابرة كأحد مكونات السلوك الذكي وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم في ضوء متغيرات العمر والتخصص الأكاديمي العلمي – الأدبي لدى الطالبة الجامعية. السعودية، **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية**، 4(2): 11-75.

السرسي، أسماء وعبد المقصود، أماني. (2001). **مقياس الحاجات النفسية**. القاهرة، مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.

سعود، ناهد والكشكي، مجدة والحلبي، حنان. (2014). فاعلية برنامج إرشادي في خفض قلق المستقبل والتشاؤم لدى عينة من طالبات كلية التربية في جامعة القسيم. **مجلة الإرشاد النفسي**. 44 (4): 239- 289.

السهلي، حصة. (2015). جودة الحياة وعلاقتها بسيكولوجيا التفاؤل والتشاؤم لدى المرأة السعودية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. **مجلة المعهد العالمي للدراسات والبحوث. المملكة المتحدة** 2(1): 1-18.

السويركي، رمزي. (2013). **الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال/ الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصرياً في محافظة غزة،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة.

شتيوي، سعاد. (2007). **دمج سكان المخيمات الفلسطينية في الضفة الغربية اقتصادياً واجتماعياً وثقافياً في البيئة الحضرية المجاورة (مخيم بلاطة)،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

الشحري، أمينة. (2018). **الأمن النفسي وعلاقته بكفاءة الأداء لدى أخصائي قواعد البيانات في مدارس محافظة ظفار.** (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نزوى.

شقير، زينب. (2010). **جودة الحياة واضطرابات النوم لدى الشباب،** المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، 29 سبتمبر – 1 ديسمبر، 2010.

شيخي، مريم. (2014). **طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة.** (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية: الجزائر.

الصيفي، عبد الله. (2010). تحقيق الأمن النفسي لليتيم في ضوء المقاصد الشرعية، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)،** جامعة النجاح الوطنية، فلسطين، 7(24): 20-36.

الطهراوي، جميل. (2006). **الأمن النفسي وعلاقته باتجاهات الطلاب نحو الانسحاب الإسرائيلي من قطاع غزة،** مجلة الجامعة الإسلامية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين، 2(15): 31-27.

عبد الخالق، أحمد. (2005). المقياس العربي للتفاؤل والتشاؤم– نتائج مصرية. **مجلة دراسات نفسية،** 15 (2): 307-318.

عبد الخالق، أحمد والعطية، أسماء والنيال، مايسة. (2008). دراسة الأعراض الاكتئابية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من تلاميذ دولة قطر. مجلس النشر العلمي، **مجلة العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت**. 36(2): 45-59.

عبد الفتاح، فوقية أحمد وحسين، محمد. (2006). العوامل الأسرية النفسية والمجتمعية المنبئة بجودة الحياة لدى الأطفال ذوي صعوبات التعلم بمحافظة بني سويف، بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي الرابع: "**دور الأسرة ومؤسسات المجتمع المدني في اكتشاف ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة**"، كلية التربية، جامعة بني سويف، بني سويف، مصر، 3-4، مايو،2006م.

عبد الله، سمير. (2015). **تأثير الانتهاكات الإسرائيلية على قطاع الإسكان في الأراضي الفلسطينية المحتلة**. القدس، فلسطين: **معهد أبحاث السياسات الاقتصادية الفلسطيني**.

عبد المعطي، حسن. (2005). **الإرشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر**، بحث مقدم في المؤتمر العلمي الثالث: الإنماء النفسي والتربوي للإنسان العربي في ضوء جودة الحياة، جامعة الزقازيق، مصر، 15-16، مارس، 2005م.

العبد، معتصم.(2019). **فعالية برنامج إرشادي في تنمية جودة الحياة وخفض أعراض النزعة التشاؤمية والعزلة الاجتماعية لدى الأسرى المحررين من سجون الاحتلال الإسرائيلي** (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة مؤته، الكرك، الأردن.

العرجا، ناهدة، عبد الله تيسير. (2015). **الأمن النفسي وعلاقته بالانتماء الوطني لدى قوات الأمن الوطني في منطقة بيت لحم**، المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، الرياض، 62 (31) (75-122).

العزب، حسام الدين. (2004). برنامج إرشادي لخفض الاكتئابية وتحسين جودة الحياة لدى عينة من معلمي المستقبل. بحث مقدم إلى المؤتمر العلمي السنوي الثاني عشر بعنوان: **التعليم للجميع**. جامعة عين شمس، القاهرة. 28- 29، مارس، 2004م.

العسود، فضيلة. (2011). **مستوى الأمن والصلابة النفسية والعلاقة بينهما لدى النساء الفلسطينيات زوجات الأسرى في السجون الإسرائيلية في محافظة الخليل**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس، القدس، فلسطين.

عفانة، مي. (2016). **الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بدافعية التعليم لدى طلبة صعوبات القراءة والكتابة والطلبة العاديين**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس، القدس، فلسطين.

العقيلي، عادل. (2004). **الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي**. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

علاوي، محمد. (2007). العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وكل من التحليل السلبي للنتائج والأداء ودافعية الإنجاز الرياضي وقلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم. **المجلة التعليمية التربوية البدنية والرياضية، القاهرة، مصر**، (52): 315-364.

العناني، حنان. (2000). **الصحة النفسية**، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.

عوده، أحمد وملكاوي، فتحي. (1992). **أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية: عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي**. إربد: مكتبة الكتابي.

القناعي، منى. (2011). العلاقة بين التفاؤل وسلوك حماية الذات لدى كبار السن الكويتيين. **مجلة الدراسات تربوية واجتماعية**، 17(1): 11-54.

كداد، لديده، ومخلوفي، سارة. (2014). **الأمن النفسي لدى التلاميذ العنيفين في المرحلة المتوسطة،** (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، ورقلة، الجزائر.

الكريدس، ريم. (2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة (دراسة تطبيقية على طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن القاطنات بالمدينة الجامعية). **المجلة الدولية التربوية المتخصصة،** 5 (11): 1- 23.

الكنج، احمد. (2014). **العلاقة بين جودة الحياة والدافعية الأكاديمية من منظور ايجابي لعلم النفس لدى عينة من جامعة دمشق.** (أطروحة دكتوراة غير منشورة)، جامعة دمشق، سوريا.

لكحل، كريمة. (2014). **جودة الحياة لدى المتقاعدين "دراسة استكشافية على عينة من المتقاعدين بمدينة ورقلة".** (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، الجزائر.

المالكي، رانيا. (2011). **فاعليات الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية،** (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة أم القرى، السعودية.

المجدلاوي، ماهر. (2012). التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بالرضا عن الحياة والأعراض النفسجسمية لدى موظفي الأجهزة الأمنية الذين تركوا مواقع عملهم بسبب الخلافات السياسية في قطاع غزة. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية،** عمادة البحث البحث العلمي، الجامغة الإسلامية 20 (2): 207-236.

المحتسب، منى. (2008). **التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأحداث الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة لدى طلبة جامعة القدس**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة القدس، أبو ديس، فلسطين.

محيسن، عون. (2012). التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة في بعض ضوء المتغيرات. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**. الجامعة الإسلامية، 20 (2): 53-93.

مقدم، خديجة. (2012). **مشروع الحياة عند المراهقين الجانحين "دراسة بمركزي إعادة التربية بنين وبنات بوهران"**، (أطروحة دكتوراة غير منشورة)، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة السانيا وهران، وهران، الجزائر.

ملحم، سامي. (2001). **الارشاد والعلاج النفسي**. عمان: دار المسيرة.

المومني، محمد. (2006). أثر نمط التنشئة الأسرية في الأمن النفسي لدى الأحداث الجانحين في الأردن، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، جامعة اليرموك، 7 (2): 135-154.

نصر الله، نوال. (2008). **أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

نعيسة، رغداء. (2012). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي " دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية"، **مجلة جامعة دمشق**، جامعة دمشق، 28 (1): 145-181.

نعيمة، غازلي. (2018). الأمن النفسي والمناخ الأسري لدى المراهقين المدمنين على المخدرات ودور العلاج العائلي في ذلك. **مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر (35): 383-284.

الهادي، مروة. (2009). **الأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المراهقين ذوي الإعاقة السمعية**. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.

الهمص، صالح. (2010). **قلق الولادة لدى الأمهات في المحافظات لقطاع غزة وعلاقته بجودة الحياة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

الهنداوي، محمد. (2011). **الدعم الاجتماعي وعلاقته بمستوى الرضا عن جودة الحياة لدى المعاقين حركياً بمحافظة غزة**، (رسالة ماجستير غير منشورة)،جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية:

Abdel-Khalek, A., & Lester, D. (2006). Optimism and pessimism in Kuwaiti and American college students. **International journal of social psychiatry**, 52(2), 110-126.

Al-Domi, M.M. (2012). Faith and Psychological Security in the Holy Quran. **European Journal of Social Sciences**, 32 (1), 52-58.

Andersen, S., Spielman, L., & Bargh, J. (1992). Future- event- schemas and certainty about the future: Automaticity in depressives' future-event predictions. **Journal of personality and social psychology**, 63 (5): 23-117.

Bhattacharjee, A., & Bhattacharjee, S. (2014). Security-Insecurity Feeling and Depression among Adolescents of Working and Non-working Women. I**nternational Journal of Science and Research**, *3*(8), 1789-1792.

Connor, K. M. (2006). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. **Journal of clinical psychiatry**, 67(2), 46-49.

Garcia, E. (2011). **A tutorial on correlation coefficients**. Retrieved June, 6, 2014.

Hardin, E. E. (2002). **Depression and social anxiety among Asian and European Americans: The roles of self-discrepancy, optimism, and pessimism** (Doctoral dissertation, The Ohio State University).

Huitt, W. (2005). Important affective dispositions: Optimism, enthusiasm, and empathy. **Educational Psychology Interactive**.

Koizumi, R. (1995). Feelings of optimism and pessimism in Japanese students' transition to junior high school. **The Journal of Early Adolescence**, 15(4), 412-428.

Martins, E.P. (2000, February). Optimism, pessimism, and mortality. **In Mayo Clinic Proceedings** (Vol. 75, No. 2, pp. 133-134). **Elsevier.**

Moreira, H, Nascimento, C& Both, J. (2011). Physical education in schools: a global perspective. Kinesiology: **International journal of fundamental and applied kinesiology**, 40(1.), 5-28.

Mulyadi, S. (2010). Effect of the psychological security and psychological freedom on verbal creativity of indonesia homeschooling students**. International Journal of Business and Social Science**, 1(2).

Ryff, C. D., Love, G. D., Urry, H. L., Muller, D., Rosenkranz, M. A., Friedman, E. M., ... & Singer, B. (2006). Psychological well-being and ill-being: do they have distinct or mirrored biological correlates?. **Psychotherapy and psychosomatics**, 75(2), 85-95.

Sawatzky, R. (2007). **The measurement of quality of life and its relationship with perceived health status in adolescents** (Doctoral dissertation, University of British Columbia).

Seto, M (2010.). Effect of the psychological security and psychological freedom on verbal creativity of indonesia homeschooling students. **International Journal of Business and Social Science**, 1(2)

Showers, C., & Ruben, C. (1992). Distinguishing defensive pessimism from depression: Negative expectations and positive coping mechanisms. **Cognitive Therapy and Research**, 14(4), 385-399.

Sirgy, M. J., Rahtz, D. R., Cicic, M., & Underwood, R. (2000). A method for assessing residents' satisfaction with community-based services: a quality-of-life perspective. **Social Indicators Research**, 49(3), 279-316.

ZHANG, J. H., & WANG, H. B. (2011). Survey and Analysis of College Students' Psychological Security and Its Affecting Factors [J]. **Journal of Anhui Radio & TV University**, 3.

Zhang. J, & Liu, H (2015) .An investigative research on the status of urban residents' psychological security. **Journal of Public Affairs**, 15(3), 311-315.

الملاحق

أ. أدوات الدراسة قبل التحكيم

ب. قائمة المحكمين

ت. أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

ث. أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

ج. كتاب تسهيل مهمة

الملحق (أ): أدوات الدراسة قبل التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

الدكتور الفاضل /.....المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان " **الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط"**

" ومن أجل ذلك تم تطوير مقياسين للدراسة، الأول: مقياس الأمن النفسي، والثاني: مقياس جودة الحياة، والثالث: النزعة التشاؤمية، ويطلب من الشخص الذي تنطبق عليه هذه المقاييس أن يضع علامة (x) داخل المربع الذي يناسبه، بحيث يبين مدى موافقته على العبارة التي تصفه كما يرى هو، ولما كنتم من أهل العلم والدراية والاهتمام بهذا الموضوع، فأنني أتوجه إليكم بإبداء آرائكم من خلال قراءة كل فقرة من فقرات المقاييس المرفقة، وبيان ما إذا كانت الفقرة مناسبة أم غير مناسبة للقياس، وإذا كانت ملائمة أم غير ملائمة من حيث انتمائها للمجال الذي وضعت فيه، وإن كانت سليمة لغوياً أم غير سليمة، وإبداء اقتراحاتكم فيما إذا كانت الفقرة بحاجة إلى تعديل أم لا، وإن كان هناك فقرات يمكن إضافتها.

شاكرةً ومقدرةً لكم حسن تعاونكم،،،

الباحثة / تسنيم مناصرة

بإشراف/أ.د. حسني عوض

بيانات المحكم

اسم المحكم	الجامعة	الرتبة	التخصص

الأمن النفسي: هو ما يشعر به الشخص من طمأنينة نفسية أو انفعالية، بحيث يكون مستوى إشباع الحاجات مضمون، وغير معرض للخطر، وهو محرك للفرد لتحقيق أمنه، حيث ترتبط الحاجة للأمن ارتباط وثيق بغريزة المحافظة على البقاء (زهران،1989).

كما يعرفه الطهراوي (2006) أنه شعور الشخص أن حاجاته مشبعة، وأن المقومات الأساسية لحياته غير معرضة للخطر وشعوره بالتّوازن والتّوافق النّفسي، وفي حالة حرمانه من الأمن يصبح فريسة للمخاوف، مما ينعكس سلباً على كل جوانب حياته.

وتعرف الباحثة الأمن النفسي إجرائيا: بأنه "الدّرجة التي يحصل عليها المراهق في مقياس الأمن النّفسي الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدّراسة".

وقد استندت الباحثة في تطوير مقياس الأمن النفسي إلى عدد من المراجع والدراسات السابقة، وقد شمل المقياس في صورته الأولية (25) فقرة، ركزت على الأمن النفسي لدى المراهقين، علماً أن الإجابة على فقرات المقياس ستكون وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي على النحو التالي:

أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدةً
5	4	3	2	1

مقياس الامن النفسي:

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	أرى أن الحياة تسير من سيء إلى أسوأ						
2	أحتاج لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان						
3	تنتابني أفكار بالهجرة خارج فلسطين						
4	أشعر بأن الحياة داخل المخيم أصبحت لا تطاق						
5	أفتقد إلى مؤازرة أفراد أسرتي						
6	أواجه صعوبة في الحياة المشتركة مع أهلي وأخوتي						
7	أجد صعوبة في الحديث عما بداخلي						
8	أشعر بأن حياتي مهددة بالخطر						
9	كثيراً ما ينتابني شعور بالرغبة في البكاء						
10	من الصعب أن أشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام						
11	أشعر بأن مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني						
12	أشعر بالوحدة على الرغم من وجودي مع الآخرين						
13	فقدت قدرتي على التحكم في أمور حياتي						
14	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه						
15	أصبحت أفكر كثيراً بترك المخيم والعيش في مكان آخر						
16	أعتقد بأن العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق						
17	أحس بكراهية شديدة تجاه الاحتلال						

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
18	أشعر بان الناس من حولي غرباء عنى.						
19	القلق على المستقبل يهدد حياتي ويمنعني من الاستقرار والأمن.						
20	أشعر بأنني محبط من كل شيء						
21	أشعر بأن حياتي مهددة بالخطر.						
22	أعيش في حالة من الحذر والترقب						
23	أشعر باهتمام كبير من المحيطين بي						
24	أشعر بالحاجة إلى التمرد على الظروف التي أحياها						
25	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.						

جودة الحياة (Well-Being):

هي الإحساس الإيجابي بحسن الحال، كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن ذاته، وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية ذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين، والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff et al; 2006).

ويعرّف مفهوم جودة الحياة إجرائياً، بالدرجة التي يستجيب بها المراهق على مقياس جودة الحياة الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدراسة.

وقد استندت الباحثة في تطوير مقياس جودة الحياة إلى عدد من المراجع والدراسات السابقة، وقد شمل المقياس في صورته الأولية (36) فقرة، ركزت على الأمن النفسي لدى المراهقين، علماً أن الإجابة على فقرات المقياس ستكون وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي على النحو التالي:

دائماً	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدةً
5	4	3	2	1

مقياس جودة الحياة

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	يتسم مزاجي بالهدوء والاتزان						
2	أنام نوما هادئاً مستريحاً						
3	تنال أفكاري تقدير الآخرين						
4	لدي خوف مبهم من المستقبل						
5	أؤمن بنفسي لدرجة كافية						
6	أمر بحالة حالياً من الطمأنينة حول حياتي المستقبلية						
7	تصيبني حالات نفسية تجعلني مرتبكاً						
8	لدي أمان في حياتي اليومية						
9	استغرق وقتاً طويلاً في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي						
10	راضٍ عن نفسي						
11	يتكدر مزاجي بسهولة						

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
12	أرى أن أفراد أسرتي يحترمون رأيي						
13	يسعدني أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة						
14	أشعر أن علاقاتي الأسرية تفتر مع الأيام						
15	أشعر بالفخر لأني لاجئ						
16	أفتقد المشاركة في اتخاذ القرارات						
17	أبدو مرتاحاً في علاقاتي الاجتماعية						
18	زادت مشاحناتي مع الآخرين						
19	أحسن التعامل مع الآخرين						
20	أتلقى الدعم والمساندة من المحيطين (زوج _ أب – صديق...الخ)						
21	أحرص على علاقات طيبة مع الآخرين						
22	يوصل لي الآخرون شعوراً بالعجز						
23	أقضي أوقاتاً سعيدة مع أفراد أسرتي						
24	أجد الأمن بين أفراد أسرتي						
25	أمتلك نشاطاً جسمياً يومياً						
26	أرى أن حياتي الصحية ستتدهور لاحقاً						
27	أتمتع بصحة جيدة.						
28	أنا راضٍ عن مظهري الحالي						
29	تراودني فكرة الإصابة بأمراض خطيرة						

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
30	استغرق وقتاً في التفكير في حالتي الصحية						
31	تمنعني الآلام الجسدية من أداء بعض الأعمال						
32	أتلقى الخدمات الصحية التي تلبي احتياجاتي						
33	أجري الفحوصات الطبية بشكل منتظم حفاظاً على صحتي						

النزعة التشاؤمية:

عرَّف بروكس وديمبر (Dmber& Brooks 1989) النّزعة التّشاؤمية: بأنها مفهوم يظهر نظرة سلبيّة في الحاضر والمستقبل، أما شاورز (Shawres, 1992) فيعرفها "بأنها تركيز الانتباه وحصر الاهتمامات بالأحداث السلبية القادمة، وتخيل الجانب السلبي للأمور وتحريك دوافع الفرد وجهوده؛ لمنع وقوع الأحداث السيئة".

أما التّعريف الإجرائي للنّزعة التّشاؤمية: "فهو الدّرجة التي يحصل عليها أفراد العيّنة، من خلال الإجابة على فقرات مقياس النّزعة التّشاؤمية الذي سيتم تطويره لغاية هذه الدّراسة".

وقد استندت الباحثة في تطوير مقياس النّزعة التّشاؤمية إلى عدد من المراجع والدراسات السابقة، وقد شمل المقياس في صورته الأولية (24) فقرة، ركزت على النّزعة التّشاؤمية لدى المراهقين، علماً أن الإجابة على فقرات المقياس ستكون وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي على النحو التالي:

أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدةً
5	4	3	2	1

مقياس النزعة التشاؤمية

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
1	أعتقد أنّ الدنيا سوداء كالليل المظلم						
2	أميل دائما إلى التشاؤم في ظل ما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق سكان المخيم						
3	حظي قليل في هذه الحياة						
4	أعتبر نفسي شخصاً يعيش بتعاسة						
5	سيكون مستقبلي مظلماً						
6	يلازمني سوء الحظ						
7	أعتقد أنه مكتوب علي الشقاء بالحياة						
8	تجعلني كثرة الهموم أموت باليوم مائة مرة						
9	أترقب حدوث أسوأ الأحداث						
10	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ						
11	أتوقع أن أعيش حياة تعيسة في المستقبل						
12	تخيفني الأحداث السارة؛ لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة						
13	أنا يائس من هذه الحياة						
14	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول						
15	أرى أن المصائب خلقت من أجلي						
16	لدي أوهام بأنني سأفارق الأحبة قريباً						
17	لا أرى أي أمل في العودة إلى قرتي (أو مدينتي) التي هُجِّر أهلي منها في فلسطين التاريخية						
18	أشعر بظلمة الحياة						

الرقم	الفقرة	اتجاه الفقرة	ملائمة الفقرة		صياغة الفقرة		التعديل المقترح
			ملائمة	غير ملائمة	مناسبة	غير مناسبة	
19	عندما أستيقظ في الصباح أتوقع الشر قبل الخير						
20	من الصعب أن أكون ناجحاً في حياتي						
21	أرى أنَّه لا قيمة لي في هذه الحياة						
22	أنا متشائم اتجاه تسحن الأوضاع في المخيم في المستقبل القريب						
23	أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوء						
24	تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس						

أشكر لكم حسن تعاونكم

الملحق (ب): قائمة المحكمين

الرقم	الاسم	التخصص	الرتبة العلمية	الجامعة
1	محمد شاهين	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ	جامعة القدس المفتوحة
2	زياد بركات	علم النفس التربوي	أستاذ	جامعة القدس المفتوحة
3	عمر الريماوي	علم النفس المعرفي	أستاذ مشارك	جامعة القدس
4	مجدي الجيوسي	علم نفس تربوي	أستاذ مشارك	جامعة فلسطين التقنية(خضوري)
5	إبراهيم المصري	إرشاد نفسي وتربوي	أستاذ مساعد	جامعة الخليل
6	إياد أبو بكر	خدمة اجتماعية	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
7	رحاب السعدي	صحة نفسية وإرشاد	أستاذ مساعد	جامعة الاستقلال
8	هشام شناعة	علم نفس تربوي	أستاذ مساعد	جامعة فلسطين التقنية (خضوري)
9	خالد كتلو	قياس وتقويم نفسي	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة
10	أحمد سعد	تربية خاصة	أستاذ مساعد	جامعة القدس المفتوحة

الملحق (ت): أدوات الدراسة بعد التحكيم (الصدق الظاهري)

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان " **الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط**"

ولتحقيق الهدف أرجو منكم الإجابة عن فقرات هذا المقياس فيما يتفق مع وجهة نظرك، علماً بأن جميع البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم المحافظة على سريتها.

الجزء الأول: المتغيرات الديمغرافية:

أرجو التكرم بوضع إشارة (X) في المربع الذي يتفق وحالتك:

A1	**الجنس**	**1-** ( ) ذكر **2-** ( ) أنثى
A2	**الصف**	1- ( ) السادس، 2- ( ) السابع، 3- ( ) الثامن، 4- ( ) التاسع، 5- ( ) العاشر، 6- ( ) الحادي عشر، 7- ( ) الثاني عشر.
A3	**العمر**	1- من 12 إلى أقل من 15 2- من 15 إلى أقل من 19

مقاييس الدراسة

مقياس الامن النفسي:

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أرى أن الحياة تسير نحو الأسوأ					
2	أشعر أنني بحاجة لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان					
3	تراودني أفكار بالهجرة خارج فلسطين					
4	أشعر بأن الحياة داخل المخيم أصبحت لا تطاق					
5	أفتقد الدعم والمؤازرة من أفراد أسرتي					
6	أواجه صعوبة في الحياة المشتركة مع أهلي وأخوتي.					
7	أجد صعوبة في الحديث عما بداخلي.					
8	أشعر أن حياتي مهددة بالخطر					
9	ينتابني شعور ورغبة في البكاء					
10	من الصعب أن أشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام					
11	أشعر بأن مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني					
12	أشعر بالوحدة رغم من وجودي مع الآخرين					
13	أشعر بفقدان القدرة على التحكم في أمور حياتي					
14	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه					
15	أصبحت أفكر كثيراً بترك المخيم والعيش في مكان آخر					
16	العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق					
17	أحس بكراهية شديدة تجاه الاحتلال					
18	لدي احساس بان الناس من حولي غرباء عنى.					
19	القلق من المستقبل يمنعني من الشعور بالاستقرار الطمأنينة.					
20	أنا محبط من كل شيء					

21	أعيش في حالة من الحذر والترقب					
22	أشعر باهتمام كبير من المحيطين بي					
23	أشعر بالحاجة إلى التمرد على الظروف التي أحياها					
24	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.					

مقياس جودة الحياة

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	~~يتسم مزاجي بالهدوء والاتزان~~	**حذفت**				
2	أنام نوما هادئاً مستريحاً					
3	تنال أفكاري تقدير الآخرين					
4	لدي خوف مبهم من المستقبل					
5	أؤمن بنفسي لدرجة كافية					
6	أمر بحالة حالياً من الطمأنينة حول حياتي المستقبلية					
7	تصيبني حالات نفسية تجعلني مرتبكاً					
8	لدي أمان في حياتي اليومية					
9	أستغرق وقتاً طويلاً في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي					
10	راضٍ عن نفسي					
11	يتكدر مزاجي بسهولة					
12	أرى أن أفراد أسرتي يحترمون رأيي					
13	يسعدني أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة					

14	أشعر أن علاقاتي الأسرية تفتر مع الأيام					
15	أشعر بالفخر لأني لاجئ	**حذفت**				
16	أفتقد المشاركة في اتخاذ القرارات					
17	أبدو مرتاحاً في علاقاتي الاجتماعية					
18	زادت مشاحناتي مع الآخرين					
19	أحسن التعامل مع الآخرين					
20	أتلقى الدعم والمساندة من المحيطين (زوج _ أب – صديق...الخ)					
21	أحرص على علاقات طيبة مع الآخرين					
22	يوصل لي الآخرون شعوراً بالعجز					
23	أقضي أوقاتاً سعيدة مع أفراد أسرتي					
24	أجد الأمن بين أفراد أسرتي					
25	أمتلك نشاطاً جسمياً يومياً					
26	أرى أن حياتي الصحية ستتدهور لاحقاً					
27	أتمتع بصحة جيدة.					
28	أنا راضٍ عن مظهري الحالي					
29	تراودني فكرة الإصابة بأمراض خطيرة.					
30	أستغرق وقتاً في التفكير في حالتي الصحية					
31	تمنعني الآلام الجسدية من أداء بعض الأعمال.					
32	أتلقى الخدمات الصحية التي تلبي احتياجاتي.					

33	أجري الفحوصات الطبية بشكل منتظم حفاظاً على صحتي					

مقياس النزعة التشاؤمية

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أعتقد أنّ الدنيا سوداء كالليل المظلم					
2	أميل دائما إلى التشاؤم في ظل ما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق سكان المخيم					
3	حظي قليل في هذه الحياة					
4	أعتبر نفسي شخصاً تعيساً					
5	أشعر أن مستقبلي سيكون مظلماً					
6	أشعر أنه مكتوب علي الشقاء بالحياة					
7	تجعلني كثرة الهموم أموت باليوم مائة مرة					
8	أترقب حدوث أسوأ الأحداث					
9	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ					
10	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة					
11	أشعر باليأس في هذه الحياة					
12	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول					
13	أواجه الكثير من المصاعب					
14	لدي أوهام بأنني سأفارق الأحبة قريباً					
~~15~~	~~أرى الأمل في العودة إلى قريتي (أو مدينتي) التي هُجِّر أهلي منها في فلسطين التاريخية~~	**حذفت**				
16	أشعر أن الحياة ظالمة					
17	عندما أستيقظ في الصباح أتوقع الشر قبل الخير					
18	من الصعب أن أكون ناجحاً في حياتي					
19	أرى أنَّه لا قيمة لي في هذه الحياة					
20	أشعر بالتشاؤم من إمكانية تحسن الأوضاع في المخيم في المستقبل القريب					
21	أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوأ					

22	تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس					

أشكر لكم حسن تعاونكم

الملحق (ث): أدوات الدراسة بعد إجراء فحص الخصائص السيكومترية

جامعة القدس المفتوحة

عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تقوم الباحثة بدراسة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان " **الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنّزعة التّشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط**"

ولتحقيق الهدف أرجو منكم الإجابة عن فقرات هذا المقياس فيما يتفق مع وجهة نظرك، علماً بأن جميع البيانات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط، وسيتم المحافظة على سريتها.

الجزء الأول: المتغيرات الديمغرافية:

أرجو التكرم بوضع إشارة (X) في المربع الذي يتفق وحالتك:

A1	**الجنس**	**1-** ( ) ذكر **2-** ( ) أنثى
A2	**الصف**	1- ( ) السادس، 2- ( ) السابع، 3- ( ) الثامن، 4- ( ) التاسع، 5- ( ) العاشر، 6- ( ) الحادي عشر، 7- ( ) الثاني عشر.
A3	**العمر**	1- من 12 إلى أقل من 15 2- من 15 إلى أقل من 19

مقاييس الدراسة في صورتها النهائية

مقياس الامن النفسي:

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أرى أن الحياة تسير نحو الأسوأ					
2	أشعر أنني بحاجة لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان					
3	تراودني أفكار بالهجرة خارج فلسطين					
4	أشعر بأن الحياة داخل المخيم أصبحت لا تطاق					
5	أفتقد الدعم والمؤازرة من أفراد أسرتي					
6	أواجه صعوبة في الحياة المشتركة مع أهلي وأخوتي.					
7	أجد صعوبة في الحديث عما بداخلي.					
8	أشعر أن حياتي مهددة بالخطر					
9	ينتابني شعور ورغبة في البكاء					
10	من الصعب أن أشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام					
11	أشعر بأن مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني					
12	أشعر بالوحدة رغم من وجودي مع الآخرين					
13	أشعر بفقدان القدرة على التحكم في أمور حياتي					
14	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه					
15	أصبحت أفكر كثيراً بترك المخيم والعيش في مكان آخر					
16	العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق					
17	أحس بكراهية شديدة تجاه الاحتلال					
18	لدي احساس بأن الناس من حولي غرباء عنى.					
19	القلق من المستقبل يمنعني من الشعور بالاستقرار الطمأنينة					

20	أنا محبط من كل شيء					
21	أعيش في حالة من الحذر والترقب					
22	أشعر باهتمام كبير من المحيطين بي					
23	أشعر بالحاجة إلى التمرد على الظروف التي أحياها					
24	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.					

مقياس جودة الحياة

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أنام نوما هادئاً مستريحاً					
2	تنال أفكاري تقدير الآخرين					
3	لدي خوف مبهم من المستقبل					
4	أؤمن بنفسي لدرجة كافية					
5	أشعر بالطمأنينة تجاه حياتي المستقبلية					
6	غالباً ما أشعر بالارتباك					
7	أشعر بالأمان في حياتي اليومية					
8	أستغرق وقتاً طويلاً في تخيل ما يمكن أن يكون عليه مستقبلي					
9	راضٍ عن نفسي					
10	يتعكر مزاجي بسهولة					
11	أرى أنّ أفراد أسرتي يحترمون رأيي					
12	يسعدني أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة					

13	أشعر أن علاقاتي الأسرية تفتر مع الأيام					
14	أفتقد المشاركة في اتخاذ القرارات					
15	زادت مشاحناتي مع الآخرين					
16	أبدو مرتاحاً في علاقاتي الاجتماعية					
17	أحسن التعامل مع الآخرين					
18	أتلقى الدعم والمساندة من المحيطين					
19	أحرص على علاقات طيبة مع الآخرين					
20	يوصل لي الآخرون شعوراً بالعجز					
21	أقضي أوقاتاً سعيدة مع أفراد أسرتي					
22	أشعر بالأمن بين أفراد أسرتي					
23	أمتلك نشاطاً جسمياً يومياً					
24	أرى أن حياتي الصحية ستتدهور لاحقا					
25	أتمتع بصحة جيدة.					
26	أنا راضٍ عن مظهري الحالي					
27	تراودني فكرة الإصابة بأمراض خطيرة					
28	أستغرق وقتاً في التفكير في حالتي الصحية					
29	تمنعني الآلام الجسدية من أداء بعض الأعمال					
30	أتلقى الخدمات الصحية التي تلبي احتياجاتي					
31	أجري الفحوصات الطبية بشكل منتظم حفاظاً على صحتي					

مقياس النزعة التشاؤمية

ضع/ي اشارة (✕) في المكان المناسب:

الرقم	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	أعتقد أنّ الدنيا سوداء كالليل المظلم					
2	أميل دائما إلى التشاؤم في ظل ما يقوم به الاحتلال من إجراءات تعسفية بحق سكان المخيم					
3	حظي قليل في هذه الحياة					
4	أعتبر نفسي شخصاً تعيساً					
5	أشعر أن مستقبلي سيكون مظلماً					
6	أشعر أنه مكتوب علي الشقاء بالحياة					
7	تجعلني كثرة الهموم أموت باليوم مائة مرة					
8	أترقب حدوث أسوأ الأحداث					
9	يخيفني ما يمكن أن يحدث لي في المستقبل من سوء حظ					
10	تخيفني الأحداث السارة لأنه سيعقبها أحداث مؤلمة					
11	أشعر باليأس في هذه الحياة					
12	يبدو لي أن المنحوس منحوس مهما حاول.					
13	أواجه الكثير من المصاعب					
14	لدي أوهام بأنني سأفارق الأحبة قريباً					
15	أشعر أن الحياة ظالمة					
16	عندما أستيقظ في الصباح أتوقع الشر قبل الخير					
17	من الصعب أن أكون ناجحاً في حياتي					
18	أرى أنَّه لا قيمة لي في هذه الحياة					
19	أشعر بالتشاؤم من إمكانية تحسن الأوضاع في المخيم في المستقبل القريب					
20	أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوء					
21	تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس					

أشكر لكم حسن تعاونكم

الملحق (ج): كتاب تسهيل المهمة

بسم الله الرحمن الرحيم

Al-Quds Open University
Academic Affairs
Deanship of Graduate Studies
and Scientific Research
Ramallah - P.O. Box: 1804
Tel: 02/2976240 - 02/2956073
Fax: 02/2963738
Email - Graduate Studies: fgs@qou.edu
Email - Scientific Research: sprgs@qou.edu

جامعة القدس المفتوحة
الشؤون الأكاديمية
عمادة الدراسات العليا والبحث العلمي
رام الله – ص.ب 1804
هاتف: 02/2976240 - 02/2956073
فاكس: 02/2963738
بريد الكتروني - الدراسات العليا: fgs@qou.edu
بريد الكتروني - البحث العلمي: sprgs@qou.edu

الرقم: ع. د. ب. ع./20/992
التاريخ: 2020/11/29

الى من يهمه الأمر

تهديكم جامعة القدس المفتوحة أطيب التحيات، ويرجى علمكم الكريم أن الطالبة (تسنيم حرب محمود مناصرة) تقوم بإعداد رسالة ماجستير في تخصص الإرشاد النفسي والتربوي بعنوان: (الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة والنزعة التشاؤمية لدى عينة من المراهقين في مخيم شعفاط بعد العدوان الإسرائيلي عام 2019)، وعليه أمل من حضرتكم تسهيل مهمة الطالبة في توزيع أدوات دراستها وتطبيقها على مجتمع الدراسة.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير،،،

29/11/2020
أ. د. حسني عوض
عميد الدراسات العليا والبحث العلمي

نسخة:
- الملف.