المُنعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئين بمعنى الحياة لدى عينة من النساء الارامل في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

إعداد

د/ سناء عبدالفتاح احمد على

استاذ علم النفس المساعد

كلية الدراسات الانسانية بالدقهلية

المُنعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئين بمعنى الحياة لدى عينة من النساء الارامل في ضوء بعض المتغيرات الديموجر افية

سناء عبدالفتاح احمد على.
استاذ علم النفس المساعد، كلية الدراسات الانسانية بالدقهلية.
البريد الالكتروني: sanna.zayed@yahoo.com

المستخلص:

هدفت الدراسة للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات أفراد العينة (النساء الأرامل) في المُنعة النفسية ، والمساندة الإجتماعية ، ومعنى الحياة . وكذا الكشف عن الفروق بينهن في معنى الحياة في ضوء متغير سنوات الترمل (١- ٥ /أكثر من ٥سنوات)، والعمل (عاملات ، ربة منزل) ، والأبناء(لديهن ابناء ، ليس لديهن أبناء). والتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بمعنى الحياة لديهن من خلال درجاتهن على المساندة الإجتماعية ومعنى الحياة ،و بلغت العينة (٢٢١) أرملة ، ممن تراوحت اعمارهن بين (٣٠- ٥٠) عاماً، بمتوسط (٤٠,٢٠) وانحراف معياري (٤,٨٩). وقد تم تطبيق مقياس المُنعة النفسية ، ومقياس المساندة الإجتماعية، ومقياس معنى الحياة (إعداد الباحثة) ، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين المُنعة النفسية ، والمساندة الإجتماعية ، ومعنى الحياة ، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والمُنعة النفسية ، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين المُنعة النفسية ومعنى الحياة ، كما أظهرت النتائج أن متغيري المُنعة النفسية والمساندة الإجتماعية تنبئ بمعنى الحياة لدي النساء الأرامل – عينة الدراسة - ، و أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائياً بين النساء الأرمل افراد العينة تعزي لمتغير سنوات الترمل (١- ٥ سنوات / أكثر من ٥ سنوات) وعدم وجود فرق دالة احصائياً بين النساء الأرمل افراد العينة تعزي لمتغير الأبناء (لديهن ابناء ، ليس لديهن أبناء)، بينما توجد فروق دالة احصائيا تعزى لمتغيرالعمل (عاملات – ربة منزل) لصالح من يعملن ، ، وقد تم تفسير هذه النتائج في ضوء ما انتهت إليه الدراسات السابقة والبحوث ، وقدمت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات البحثية .

الكلمات المفتاحية: المُنعة النفسية – المساندة الإجتماعية – معنى الحياة – النساء الأرامل.

Psychological Resilience and Social Support as Predictors of the Meaning of Life among a Sample of Widow Women in Light of a Number of Demographic Variables

Sana Abdel Fattah Ahmed Ali.
Assistant Professor of Psychology, College of Human Studies in Dakahlia.
Email: sanna.zayed@yahoo.com

ABSTRACT:

The study aimed to identify the nature of the correlation between the grades of the sample of the study (the widow women) on the scales of: Psychological Resilience, Social Support and Meaning of Life and to identify the differences among the widow women in the meaning of life in reference to the variables of: duration of widowhood (1-5 years/more than 5 years), work (working women - housewives) and children (with children-without children). The study also set to determine the possibility of predicting the meaning of life among the sample of the study (the widow women) by means of their grades on the scales of Social Support and Meaning of Life. The sample of the study consisted of 221 widow women whose ages ranged between 30-50, with an average of 40.20 and a standard deviation of 4.89. The researcher applied the scales of: Psychological Resilience, Social Support and Meaning of Life (prepared by the researcher). The findings of the study showed that there is a statistically significant positive relation among psychological resilience, social support and meaning of life. In addition, there is also a statistically significant positive relation between social support and psychological resilience and between psychological resilience and meaning of life. The findings indicated that the two variables of psychological resilience and social support predicted the meaning of the life among the sample of the study. The findings revealed that there are no statistically significant differences among the widow women (sample of the study) in relation to the variable of duration of widowhood (1-5 years/ more than 5 years) or to the variable of children (with children – without children). However, there are statistically significant differences in relation to the variable of work (working women – housewives) in favour of working women. The findings were interpreted in light of previous studies and researches. The study also provided a number of recommendations and suggestions for future research.

Keywords: psychological resilience, social support, meaning of life, widow woman.

مقدمة البحث:

يُعد مفهوم معنى الحياة مفهوم شائع ومتعدد الاستجابات يصف خبرات حياة لها مغزى وقيمة وهدف ويتفق العلماء على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان إلا أنهم يختلفون في طريقة إحراز الإنسان للمعنى في حياته هذا المفهوم الكثير من الفلاسفة وعلماء النفس من مختلف الإتجاهات فأصحاب فلسفة الحياة ومنهم" وليم جميس "و" برجسون "و" جون ديوي "أكدوا على دور الإرادة في تكوين المعاني لدى الفرد أما أصحاب الفلسفة الوجودية ومنهم" كير جارد "و" سارتر " فقد ركزوا على دور الإنسان في عثوره على المعنى وإضفاء المعنى على حياته في حين ارتبط مفهوم معنى الحياة لدى علماء النفس بمفاهيم متنوعة مثل :تحقيق الذات لدى(ماسلو "(المسؤولية لدى (يالوم)التسامي بالذات لدى(فرانكل) ، وبالرغم من الاختلاف الذي نشب بين أصحاب تلك النظريات فإنهم اتفقوا على أهمية وجود معنى لحياة الإنسان وأن الإحساس بالامتلاء بالمعنى يكون ضروريا كي يتمتع الفرد بصحة جيدة .(الابيض ،٢٠١٠)

ويكمن معنى الحياة في الارتياح والسعادة وتحقيق الأهداف ويعتبر فرانكل من رواد علم النفس الوجودي الذي يرى أن معنى الحياة يتمثل في ثلاث ركائز أساسية وهي حرية الإرادة وتعني أن الإنسان على الرغم من الحدود التي تحكمه مثل الوراثة والبيئة إلا أنه يمتلك حرية اتخاذ قراراته التي يواجه بها المواقف المختلفة، والثانية إرادة المعنى وهي الركيزة بمعنى أن يسعى ويجتهد الإنسان لتحقيق هدف معين، والثالثة معنى الحياة وتعني أن الحياة ذات معنى تام وغير مشروط في كافة الأحوال ويتحقق معنى الحياة من خلال ابتكاراتهم أو ما يكتسبونه من خبرات من العالم المحيط أو من خلال مرورهم بمواقف مصيرية تمت مواجهتها (السكافي ، ٢٠١٧) ، ويشير مفهوم معنى الحياة إلى تجربة الحرية وتقرير المصير ، والمسؤولية والرؤية الإيجابية للحياة والمستقبل ، والرضا عن الحياة ، وتحمل الظروف الضاغطة وتحقيق الذات ، وذلك من أجل تحقيق أهداف وجودية الإنسان

وهنا تظهر المُنعة النفسية موضحة في قدرة الفرد على العمل المنتج ، والسعي الحثيث للسيطرة على بنيته النفسية والإجتماعية والعقلية ، وقدرته على المحافظة على آمنه النفسي ، وتقبل ذاته ، والمحافظة على الكفاية التواصلية البينشخصية ، وعلى علاقاته مع المحيطين ، والاحتفاظ بكينونته الشخصية (حسان ،٢٠٠٩)، وقد اشتقت كلمة منعة Resilience من الكلمة اللاتينية Resilire ويقصد بها القفز مجدداً أو التجاوز ، ولها أستخدمان اولهما القدرة على العودة إلى الشكل الطبيعي بعد الإنحناء ، وثانيهما القدرة على الصمود والتعافي من الظروف الصعبة (Dictionary,2008) .وعرفتها الجمعية الأمريكية (APA.2014) بأنها التكيف بشكل جيد عند التعرض للازمات والشدائد والتهديدات . ويعتبرها البعض مجموعة من المهارات التي يستخدمها الفرد عند مواجهة الظروف والأوضاع الصعبة ، ومنها التفكير الإيجابي ، والسلوك المتزن ، وحسن الاستفادة من الدعم الإجتماعي (simpson& Jones, 2012) ، وقد استعرض ريفيتش وساتيه (revetch & satiah,2002) أساليب تحسين القدرة على التعامل مع مفاجآت الحياة وانتكاساتها من خلال المُنعة النفسية ، وقدرة الشخص على المثابرة والتكيف ، وأوضحا أن المنعة النفسية هي التي تحدد السعادة وطول عمر العلاقات مع الآخرين ، وكذلك جودة الصحة النفسية والجسدية ، وتم تحديد العواطف الخمسة النموذجية التي ترتبط بنقص المنعة النفسية وهي الغضب ، والحزن ، والشعور بالذنب ، والقلق ، والأزمات المالية . ومن أفضل انواع الدعم الإجتماعي المساندة الإجتماعية ، والتي تعتبر إحدى صور العلاقات الاجتماعية التى توفر للفرد المساعدة التي يتطلبها ، ومصدر هام من مصادر الأمن النفسي الذي يحتاجه عندما

يشعر أن هناك ما يهدده وأنه غير قادر على مواجهة الضغوط والمتاعب التي قد تعترض حياته وتؤثر على توافقه (عبدالمعطي ، ٢٠٠٤)

ويعد فقدان الزوج ظرفاً ضاغطاً وحدثاً صادماً ينتج عنه العديد من الآثار السلبية في حياة الأرملة ، وأشارت دراسة (الحصناوى، وبريسيم ،٢٠١٠: ٣) إلى أن النساء الأرامل أكثر توتراً وانعزالاً من النساء اللاتي يعيشن مع أزواجهن .

وتعتبر الأرملة كائن ضعيف تحركه مشاعره ، وتبقى حبيسة أحزانها سنوات طويلة ، متأثرة بما يحيط بها من اتجاهات وتصرفات الآخرين نحوها ، ثم تبدأ رحلة البحث عن هوية جديدة تستكمل بها مسيرتها الحياتية ، وتواجه بها الأعباء الملقاة على عاتقها ، والتي يؤرقها مجرد التفكير فيها ومنا لقب أرملة الذي تشعر أنه قد يفقدها مكانتها الإجتماعية (Kessler, 2005).

والإنسان بطبعة مخلوق اجتماعي جعله الله سبحانه وتعالى دائماً في حاجة مستمرة ليستمد العون من أخيه الإنسان فتعتبر المساندة الإجتماعية مصدراً من مصادر الأمن النفسي التي يحتاجها الإنسان اذا ما شعر بتهديد أو استنفاذ لطاقته ؛ ليزيد من مواجهة الضغوط . (على ،٢٠١٨) ، ومن المصادر التي يمكن أن تمد العون والمساعدة للأرملة الأسرة ، والأصدقاء ، والأقارب ، والجيران ، وزملاء العمل وغيرهم ممن لهم أهمية في حياتها ، وتلعب هذه المصادر مع مستوى المؤازرة التي تحصل عليها الأرملة من خلال علاقتها الإجتماعية دوراً هاماً في الدعم النفسي والمساندة الإجتماعية .(المنسي ، ٢٠٠٨)

وقد قامت دراسة ليو وآخرين (Liu , et al , 2015) ببحث العلاقة بين المنعة النفسية والمساندة الإجتماعية لدى عينة من المسنين مكونة من (١٦٢) مسناً يعيشون في سنغافورة ، واشارت إلى وجود علاقة مباشرة وقوية بين المساندة الاجتماعية والمنعة النفسية .

وتناولت دراسة(Chami., Pooley, 2010) مجموعة من الرجال المسنين الارامل بلغ عددهم (٦٠) أرملًا ، أظهر ٣٨ % منهم صمودا في مواجهة التحديات التي تسبب فيها الترمل في المرحلة المتقدمة من العمر. و كان ينظر إلى الرجال الذين يتسمون بالصمود على أن لديهم سمات شخصية إيجابية و كانوا يشاركون في العلاقات الاجتماعية و الأنشطة و ويتمتعون بحياة ذات معنى وزادت لديهم درجة الرضا عن الحياة . و تم التعرف على أربع مجموعات من الرجال الذين يتسمون بالصمود النفسي ، كانت المجموعة الأولى أعلاهم درجات ؛ لما يتسمون به من سمات شخصية إيجابية . ،و أظهرت مجموعة صغيرة من الرجال الأرامل مسارًا تدريجيا و تحول نحو الصمود النفسي ؛ حيث لعبت المساندة الإجتماعية دورا كبيرا في تحقيق الصمود و كان لهذه المساندة شكلين: رسمي و غير رسمي.

مشكلة الدراسة :

لا شك أن الزوج هو العائل والسند ، والمرأة حينما تفقد هذا السند يحدث لها عدم اتزان لفترة ، ثم تصبح احدى اثنتين ؛ إما أن تتماسك أو تنهار (حسن،٢٠١٠: ٧٥) .

ويعد الترمل من أصعب الصدمات التي تتعرض لها المرأة في حياتها ؛ حيث يعتبر من أصعب الخبرات المؤلمة التي تمثل ضغطاً شديداً على الزوجة (Boker,et al,2006; Demichele,2009) فبعض النساء يكتب عليهن القدر مواجهة الحياة ومعاناتها بمفردهن بعد ذهاب رفيق العمر

فتتحمل مسؤولية الأب والأم معاً، ويصبحن السند لباقي أفراد الأسرة ، ومن ثم فهن في أمس الحاجة إلى الدعم والمساندة من المحيطين بهن ، حتى يتمكن من استكمال الحياة ، وتحمل الأعباء الملقاة على عاتقهن . (Calnelley, et al, 2006) وتحمي المساندة الاجتماعية الأرملة من تلك المعاناة ، ويظهر التأثير الإيجابي على صحتها النفسية والجسدية ؛ حيث تعمق المساندة الإجتماعية تقدير الفرد الإيجابي لذاته ، وتشجعه على مقاومة أحداث الحياة ، وتزيد من ثقته بنفسه وتزيد من مشاعر السعادة والتكيف (غانم ، ٢٠٠٧: ١٨،وعلى،٢٠٠٥: ١٩) ، فتعد المساندة الإجتماعية مصدرًا من مصادر الدعم النفسي ، والاجتماعي ، حيث يجعل للحياة معنى ، ومن ثم توجه في العموم لمقاومة الضغوط وتحملها ، والصحة الجسمية والنفسية (علي ، ٢٠٠٥).

وقد ركزت بعض الدراسات التي تناولت الأرامل على الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات (على ،٢٠١٦) أو دراسة سمات الشخصية المنبئة بتسامي الذات (محمد ،٢٠١٥) أو العصاب المعنوي لدى النساء الأرامل (حسن ، وعلي :٢٠١٦) ، وبعضها تناول المساندة الإجتماعية والمهارات الإجتماعية كمنبئ بالصمود النفسي أو الرضا عن الحياة (درويش ، ٢٠١٦ ، بن رغدة ،٢٠٢٢، عبدالحميد ،٢٠١٦) ، وتناولت دراسة (أبو محفوظ ، وحواشين ، ٢٠١٩) المُنعة النفسية وعلاقتها بنوعية الحياة ، ودراسة (أبو عودة ، والمزيني ، ٢٠٢١) التي أهتمت بدراسة الإتزان الإنفعالي لدى السيدات الأرامل ، وفي دراسة (البهادلي ، وعباس ٢٠٢٢ ، ودراسة خريسات وآخرون ، ٢٠٢٠) هدفت للتعرف على الأمن النفسي والصمود النفسي ، وتناولت دراسة (محيسن ، والهلول ٢٠١٣) المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى الأرامل ، وحاولت دراسة (علي ،٢٠١٦) تحسين نوعية الحياة لدى الأرامل .

ومن هنا لم تجد الباحثة دراسة – في حدود إطلاعها – تناولت متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة ، ولم توجد دراسة أهتمت بمعرفة المُنعة النفسية وعلاقتها بمعنى الحياة ، وكذلك المساندة الإجتماعية مما أثار لديها مشكلة الدراسة الحالية ، والتي تتحدد في مدى إمكانية التنبؤ بمعنى الحياة لدى النساء الأرامل بمعلومية المنعة النفسية والمساندة الإجتماعية والتي ينبثق منها التساؤلات التالية :

١- هل توجد علاقة بين المساندة الإجتماعية والمُنعة النفسية ومعنى الحياة لدى النساء الارامل عينة الدراسة ؟

٢- هل يمكن التنبؤ بمعنى الحياة لدى النساء الارامل عينة الدراسة من خلال متغيرات الدراسة ؟

٣- هل توجد فروق في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات) ؟

٤- هل توجد فروق في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير العمل (عاملات – ربة منزل) ؟

٥- هل توجد فروق في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير الابناء(لديهم ابناء – ليس لديهم ابناء)؟

اهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة من أهمية المتغيرات التي تتطرق لها وهي المُنعة النفسية ، والمساندة الإجتماعية ، ومعنى الحياة ، ولا شك أن تلك المتغيرات تنطوي على أهمية كبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية ، ومن ثم يمكن تناول أهمية الدراسة من الجانبين التاليين:

أولاً :الجانب النظري :

- تبدو أهمية الدراسة الحالية من إلقاء الضوء على العينة التي تتصدى لها (النساء الأرامل)وهي شريحة هامة من شرائح المجتمع ، وفئة لم تحظى بالاهتمام الكافي رغم أهميتها ، حيث تتطلب فهماً أكثر نتيجة لما تفرضه الحياة عليهن بعد فقد شريك الحياة والسند، وما يترتب على ذلك من أثار نفسية .
- تعتبر الدراسة الحالية إحدى دراسات علم النفس الإيجابي ؛ حيث توجه الانتباه إلى ضرورة التعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة ، وما ترتب على الترمل والفقد من مشاعر وصدمة ، والتغيرات ، أو المشكلات الصحية والنفسية والانفعالية ، والإجتماعية ، والاقتصادية التي تحتاج قدرة وأسلوب تعامل ، ومنعة نفسية تساعد على التعافي من آثار الفقد.
- تقديم إطارًا نظريًا عن متغيرات الدراسة والعلاقة بينهما (المنعة النفسية – المساندة الإجتماعية – معنى الحياة) مما قد يسهم في إثراء المكتبة العربية في مجال علم النفس والصحة النفسية.
- ندرة الدراسات – في حدود إطلاع الباحثة – التي تناولت المُنعة النفسية، المساندة الإجتماعية ، ومعنى الحياة لدى النساء الأرامل.

ثانياً : الجانب التطبيقي :

- تطمح الباحثة أن يتم الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في توجيه الباحثين إلى مزيد من الدراسات في هذا المجال لإبراز قيمة ، وأهمية المتغيرات الإيجابية التي يُسهم الكشف عنها في تحسين الصحة النفسية للأرامل وزيادة قدرتهن على مواجهة التحديات والضغوط.
- الاستفادة من نتائج الدراسة في إعداد برامج إرشادية تهدف لتوعية النساء الأرامل وخفض المشاعر السلبية لديهن ، وتنمية المنعة النفسية ، كما تهدف لتوضيح دور المساندة الإجتماعية في مساعدة الأرامل على مواجهة الأزمة ، وتنمية الجوانب الإيجابية لديهن ، مما ينعكس إيجاباً على معنى الحياة لديهن.
- توجيه المسئولين عن تلك الفئة ، والجهات المعنية على متابعتهن المستمرة ، وتقديم كافة الخدمات التي تُسهم في دعمهن ، ووضع الخطط المتنوعة لمساندتهن وابنائهن ؛ لأنهن جزء لا يتجزأ من المجتمع ، وشريحة هامة يجب الاعتناء بها .
- إعداد ثلاثة مقاييس من قِبل الباحثة ، والتحقق من خصائصا السيكومترية على عينة الدراسة في البيئة المصرية ، سوف تفيد – بإذن الله- في المكتبة البحثية .

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية للتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة (النساء الأرامل) في المُنعة النفسية ، والمساندة الإجتماعية ، ومعنى الحياة . والكشف عن الفروق بين النساء الأرامل- عينة الدراسة- في معنى الحياة في ضوء متغير سنوات الترمل (١- ٥ /أكثر من ٥سنوات)، والعمل (عاملات ، ربة منزل) ، والأبناء(لديهن ابناء ، ليس لديهن أبناء). والتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بمعنى الحياة لدى(النساء الأرامل) أفراد عينة الدراسة من خلال درجاتهن على المنعة النفسية، والمساندة الإجتماعية .

مصطلحات الدراسة

المُنعة النفسية Psychological Resilience ويقصد بها : ما يتوفر لدى الأرملة من قدرة على المواجهة والمثابرة ، والسيطرة على الأمور ، وعدم الاستسلام للضغوط والأزمات ، كما تدل على ذلك الدرجة التي تحصل عليها الأرملة علة مقياس المنعة النفسية وأبعاده الثلاثة التي تعرفها الباحثة إجرائياً كما يلي:

- **بُعد المثابرة ويعرف إجرائيا بأنه** : الإجتهاد، والمواظبة على مواصلة تحقيق الأهداف رغم الصعوبات ، وعدم الإستسلام للفشل ، والاحباطات ، والشدائد ، وما تتمتع به الأرملة من قدرة على التغلب على المصائب وتحدى الصعاب ، والقدرة على حماية نفسها من الصدمات والتخطيط لما هو آت ، وامتلاك البدائل حتى لا تقهر من المحن التي تعرضت لها .
- **ويعرف بُعد الكفاءة الشخصية إجرائياً بأنه**: القدرة على السيطرة على الأمور ، والتعامل مع المشكلات بإيجابية ، وتقبل الأحداث المؤلمة ، والسيطرة على مجريات الأمور ، وعدم الاكتراث بالنقد السلبي من الآخرين مع التحلي بالصبر ، والرضا بقضاء الله.

وعُرف بعد المواجهة واتخاذ القرار بأنه : مواجهة الخطر ، والتفكير المتزن ، وعدم التأثر بالضغوط ، والقدرة على إتخاذ القرار ، وحسن التصرف في أوقات الأزمات ، ومواجهة الالام والهموم ، والتكيف مع التغيرات المفاجئة ، وإدارة الحياة بقوة ، وتحمل المسئولية ، ومواصلة المهام الحياتية.

المساندة الاجتماعية Social Support ما تتلقاه الأرملة من مساندة تقديرية ومساندة وجدانية ومساندة معلوماتية من المحيطين بها من الأهل، والجيران ،والأقارب ، والأصدقاء ، وأفراد الأسرة ، تنعكس على حالتها النفسية وتزيد من قدرتها على التكيف مع الأحداث الصادمة. كما تدل على ذلك درجة الأرملة على مقياس المساندة الإجتماعية بأبعاده الثلاث. والتي عرفتها الباحثة إجرائياً كما يلي

المساندة الوجدانية وتعرف إجرائياً بأنها : ما تتلقاه الأرملة من دعم نفسي من الأسرة والأصدقاء والجيران ،والأقارب ، وما تشعر به من احتواء من المحيطين يسهم في استعادة ثقتها في نفسها ، وتماسكها النفسي الذي يساعد على تخطي المحنة والتعامل معها ، وعدم الاستسلام لها.

بالمساندة التقديرية : هي مدى الإهتمام و التقدير من المحيطين للأرملة ، الذي يزيد من عزيمتها وإرادتها على التصدي للمصائب والشدائد ، وكذلك ما تتلقاه من مساندة من المسؤولين أو علماء الدين .

المساندة المعلوماتية : وهي تزويد الأرملة بالنصيحة ، والإرشاد والمعلومات المناسبة للموقف؛ مما يُسهم في إيضاح الكثير من الأمور الحياتية وفهم الموقف ومواجهته ، كذلك التوجيه الذي تتلقاه ممن حولها ، مما يدعم تحملها وقدرتها على تخطي أزمتها .

معنى الحياة Meaning of life : مجموعة الأهداف التي تسعى الأرملة إلى تحقيقها ، مما يُسهم في تحقيق ذاتها وتلبية احتياجاتها النفسية ، مما ينعكس على صحتها النفسية والجسدية ، وتوافقها مع الظروف الضاغطة التي مرت بها ، والحس بالهدف ، والتوجه نحو الحياة ، والاعتقاد أن هناك سبباً لوجودها ، كما تدل عليه الدرجة التي تحصل عليها الأرملة على مقياس معنى الحياة ببعديه (التسامي بالذات والانجاز الشخصي ، والعلاقات مع الآخرين) وتعرفهم الباحثة اجرائياً كما يلي :

التسامي بالذات والإنجاز الشخصي :القدرة على البحث عن قيم وغايات سامية تتجاوز المصالح الشخصية ، والاهتمامات الشخصية ، ومدى ادراك الأرملة بأن وجودها في الحياة يكون وجوداً مؤثراً بقدر ما تقدمه من عطاء لمن حولها ، وأن الحياة تستحق أن تعيشها ، وعدم الشعور باليأس أو القنوط ، والتفاؤل رغم الصعاب .

ويُقصد ببعد العلاقات مع الآخرين إجرائيًا: التعايش مع المحيطين واعتبارهم مصدر طاقة وقوة ، وعدم الإهتمام بالآراء السلبية أو التشاؤمية ، وعدم الغضب من اتجاهات الآخرين التي ربما تسبب الإحباط ، ومشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم ، والشعور بأن هناك من يستحق أن يعيش من أجلهم .

النساء الأرامل Widow Woman هي التي فقدت زوجها بالوفاة ، ويتراوح عمرها بين (٣٠- ٥٠) عاماً من المترددات على الجمعيات الخيرية ، والمرأة المعيلة ، والعاملات ببعض الجهات الحكومية .

حدود الدراسة :

تمثلت الحدود البشرية والمكانية للدراسة الحالية بعينة من النساء الأرامل المترددات على بعض الجمعيات الخيرية ، وجمعية المرأة المعيلة ، والعاملات ببعض الجهات الحكومية ، كما تحددت بالأدوات المستخدمة فيها والمتمثلة في مقياس المُنعة النفسية ، ومقياس المساندة الإجتماعية ، ومقياس معنى الحياة ، وبالأساليب الإحصائية التي تستخدم لتحليل فروض الدراسة .

الإطار النظري :

المُنعة النفسية Psychological Resilience

المُنعة لغوياً الحصانة ، أو التحصين والوقاية ، والحماية (المعجم الوسيط،١٩٨٥، لسان العرب ١٩٩٤) ويرجع مصطلح Resilience في الأصل إلى الفيزياء والرياضيات ؛ حيث يشير إلى سعة المادة عند العودة لحالة التوازن بعد الإزاحة (Bodin & wiman, 2004) وفي العلوم النفسية يستخدم هذا المفهوم في إطار المصاعب الحياتية ، حيث يتم تحديد مستوى المُنعة النفسية لدى الفرد بناءً على ما يسلكه من سلوكيات إيجابية أو سلبية (Seery,2011) ، كما

يستخدم للدلالة على قدرة الفرد للاحتفاظ بهدوئه ، واتزانه الذاتي عند مواجهة ضغوط أو مواقف صادمة، وقدرته على التوافق الفعال مع تلك المواقف بإيجابية (APA,2010)

ويعتبر البعض مفهوم المناعة النفسية (**Psychological Immunity**) بمثابة جهاز حماية للبعد عن الاستهداف أو لمواجهة خطر التعرض للأمراض النفسية ، فهي بمثابة تحصين ضد العدوى infection أو الإصابة بالتوتر أو المشاعر السلبية المتطرفة ، وتحافظ على بقاء الفرد صحيحاً نفسياً ، متمتعاً بالصحة السوية .(Alpert-Lrincz et al ,2012)

العوامل المساعدة لتنمية المُنعة النفسية : من العوامل المساعدة لتنمية المُنعة النفسية القدرة على ترويض الانفعالات القوية والاندفاعات ، والقدرة على تكوين علاقات واقعية ، والقدرة على التواصل الإيجابي مع الآخرين والقدرة على إتخاذ القرارات وتنفيذ الإجراءات اللازمة لتجاوز المشكلات ، والنظرة الإيجابية للذات (حسان،٢٠٠٩) ، وأوضحت الجمعية الأمريكية لعلم النفس أيضاً أن من العوامل ذات الصلة بتنمية المُنعة النفسية الدعم والتشجيع سواء من داخل الاسرة أو من خارجها ؛ مما يساعد الفرد على وضع الخطط الواقعية وتنفيذها . وأضاف (شقورة ،٢٠١٢) عدداً من العوامل التي تساعد على استمرارية المُنعة النفسية ومنها امتلاك الفرد مهارات حل المشكلات ، وتوافر الدعم الاجتماعي ، والمعتقدات الدينية ، والاتصال والترابط مع المحيطين ، والبحث عن المعاني الإيجابية للمواقف الصادمة .

تعرف المُنعة النفسية عند ماستن وباول ولوثر (Masten,Poweel &Luthar,2003) بانها نمط من أنماط التكييف الإيجابي عند تعرض الفرد لخطر كبير أو ضغوط .

كما تشير إلى: المهارات التي تساعد على التعامل مع الشدائد والأزمات ، واغتنام الفرص بطريقة مرنة تؤدي إلى تحقيق الحماية النفسية ، والتكيف الإيجابي (Waxman, Gray & Pardon,2003) وهي أيضاً القدرة على العودة بنجاح ، والتكيف في مواجهة الشدائد ، وتطوير الكفاءة الإجتماعية والشخصية، على الرغم من التعرض للضغوط والصعاب (Hoopman,2009)

وأوضحت (الجمعية الامريكية لعلم النفس) أنها عملية التوافق الجيد والمواجهة للشدائد بإيجابية ، وقدرة الفرد على التعافي من الأمراض النفسية والاكتئاب والضغوط ، وعدم التقصير في اداء المهام اليومية رغم التحديات والظروف الضاغطة حول الفرد والغلب على المشكلات الصحية الخطيرة ، والنكبات وضغوط العمل. (APA,2002; Abu Bakar, et al,2010)

وعند دوبي وشاهي(Dubey &shahi ,2011) هي نظام متكامل من أبعاد الشخصية المعرفية والسلوكية التي توفر للفرد الحصانة وتعزيز الحالة الصحية والنفسية ضد الاجهاد ، فهي بمثابة موارد مقاومة أو أجسام مضادة ، تمنع الإصابة النفسية وتساعد على المواجهة والتصدي للصعوبات. وعرفها (زيدان،٢٠١٣) بأنها قدرة الفرد على التخلص من الضغوط النفسية ، والاحباطات ،والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي ، وضبط الإنفعالات ،والإبداع في حل المشكلات وزيادة فعالية الذات ، وتركيز الجهد نحو الهدف ، وتحدى الظروف وتغييرها.

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها : ما يتوفر لدى الأرملة من قدرة على المواجهة والمثابرة ، والسيطرة على الأمور ، وعدم الاستسلام للضغوط والأزمات ، كما تدل على ذلك الدرجة التي تحصل عليها الأرملة على مقياس المنعة النفسية وأبعاده الثلاثة .

المساندة الإجتماعية Social Support

تعرف المساندة الإجتماعية لغة : من الفعل سند ، أي ما ارتفع من الأرض جبل او وادي ، وكل شيء اسندت إليه شيئاً فهو سند ، وساندت الرجل مساندة أي عاضدته وكاتفته (ابن منظور ،١٩٨٤: ٢٥٧)

وقد ظهر مفهوم المساندة الإجتماعية وعرف على أنه شبكة الاتصالات المحيطة بالفرد والتي توفر له الشعور بالأمان ، وتساعده على الحصول على أنواع المساعدة المختلفة لمواجهة المواقف الضاغطة والشدائد . (Togas,Mavrogiorgi&Alexias,2018).

عرفها كوهن Cohen أنها شبكة اجتماعية توفر موارد مادية ونفسية ، تهدف إلى تحسين قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط والتصدي لها .(Thoits,2011) ويرى (ابوالعلا ، ٢٠١٢) أنها أساليب المساعدة التي يتلقاها الفرد من العائلة والأصدقاء والآخرين ذوي العلاقة القوية به ، وتتمثل في تقديم الدعم المادي والعاطفي ، والمعرفي في جميع المواقف الصعبة التي يواجهها في حياته . وأكد كوب Cobb أنها مجموعة المعلومات المتوفرة لدى الفرد والتي تشعره بأن هناك من يهتم به ويدعمه ويحبه ، وأنه ذو قيمة .(Sarason,2013) . ويرى (الهلول ، ومحيسن، ٢٠١٣) بأنها تقديم الدعم المادي والمعنوي للمكروب ممن حوله بقصد رفع روحه المعنوية ، وحمايته من الآثار النفسية السيئة الناتجة عن أحداث الحياة الضاغطة . وعرفت بأنها مجموع العلاقات الرسمية وغير الرسمية التي تعمل على توفير الدعم المعنوي والدعم المادي للأرامل ، وذلك لمساعدتهن على تخطي الأزمات ، ومواجهة الضغوط الحياتية الصعبة سواء كان هذا الدعم من الأسرة أو الأصدقاء أو الجيران ، والمجتمع (مجدى ،٢٠١٤). وعند (على ، وآخرون ، ٢٠١٨) هي ادراك الأرملة بأن هناك العديد من الأشخاص في نظام دائرتها الإجتماعية سوف يقدمون لها المساندة الوجدانية ، والمساندة المادية والمعلوماتية اللازمة لها في أوقات الشدة لخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة الأحداث الضاغطة لها بعد وفاة الزوج .

وتعرف الباحثة المساندة الإجتماعية إجرائياً بأنها : ما تتلقاه الأرملة من مساندة تقديرية ومساندة وجدانية ومساندة معلوماتية من المحيطين بها من الأهل، والجيران ،والأقارب ، والأصدقاء ، وأفراد الأسرة ، تنعكس على حالتها النفسية وتزيد من قدرتها على التكيف مع الأحداث الصادمة. كما تدل على ذلك درجة الأرملة على مقياس المساندة الإجتماعية بأبعاده الثلاث.

معني الحياة : Meaning of life

يعد مفهوم معنى الحياة من المفاهيم المتطورة في علم النفس الوجودي ، ومن الدراسات المتعلقة بعلم النفس الإيجابي الحديث ، والذي يعتبر أن معنى الحياة يكمن في الارتياح والسعادة وتحقيق الأهداف (Tang, et al ,2015).وقد دُرس مفهوم معنى الحياة في العديد من الدراسات تحت مسميات عديدة منها المعنى الوجودي Existential Meaning ، والهدف في الحياة Purposc in life ، ومهمات الحياة Life Tasks، وعلى الرغم من اختلاف المسميات الي أطلقت على هذا المفهوم إلا أنها تدور حول معنى واحد وتستخدم في البحوث بشكل متبادل(Petra,2003 : 972) ،ورغم تنوع التعريفات تشير في الأغلب إلى الشعور بأن الحياة مهمة والإنسان الذي لديه معنى لحياته هو من يستطيع تحقيق أربعة أمور هي : الإحساس بوجود هدف واتجاه في الحياة ،

والاحساس بالفاعلية والتحكم في المواقف ، وامتلاك مجموعة من القيم تمكنه من تبرير أفعاله ، وامتلاك أساس قوي من الإحساس بقيمة الذات .(يوسف ، ٢٠٠٨: ١٤٠)

وعرف ريكر (Reker, 2000) معنى الحياة بأنه معرفة الفرد لنظم أهدافه وأتساقها في الحياة ، وفهمه لوجوده والسعي لبلوغ أهدافه ، والإحساس المصاحب لتحقيقها . وأوضح حميدى وآخرون (Hamidi,et al,2010:9) معنى الحياة أنه شعور الأفراد بقيمة الحياة ، وتوقعاتهم الإيجابية نحوها.

ويرى (الأبيض ٢٠١٠) أن معنى الحياة عبارة عن مجموع من استجابات الفرد التي تعكس اتجاهاته الإيجابية أو السلبية نحو الحياة بأبعادها المختلفة ، والأهداف والالتزامات التي يلتزم بها الفرد في حياته من دراسة أو عمل ، ومدى إحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية ، وقدرته على تحمل المسئولية ، والتسامي بذاته نحو الآخرين ، وتقبله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام .وفي (steger,2013:115) معنى الحياة هو إدراك الفرد لذاته ، ورؤية الأهمية في حياته ، وأن لديه تصور، وأهداف عليا يجب تحقيقها دون تردد .

يشير مفهوم معنى الحياة إلى مجموعة من المفاهيم والمدركات الواعية التي من شأنها أن ترشد الإنسان لتحقيق أهدافه ، فهي تجعله يثري حياته، ويخاطر فيها باجتهاداته وإنجازاته ، ومن ثم يكون المعنى ويتحقق الهدف من الحياة ، وتحدده مجموعة من القيم الإنسانية التي تنعكس في درجة ابتكار وواقعية الفرد ، ثم درجة استشرافه للمستقبل (قاسم ، ٢٠١٦: ٣٢٣) .

ويقصد بمعنى الحياة أنه تجربة المعنى وأن الحياة لها معنى خاص، هذا المعنى قابل للتغيير من وقت على آخر ومن مكان إلى آخر ، وهذا يعنى محاولة إعطاء جواب صحيح على سؤال ما هو معنى حياتي ، ومحاولة إيجاد المعنى الصحيح للوضعية الصحيحة (j.meschede,1997:7 في لعوامن ، وتغليت ،٢٠١٧: ٨٣) ، وعرف أيضاً معنى الحياة بأنه تجربة ، وأن الحياة لها معنى خاص ، وهذا المعنى قابل للتغيير من وقت لآخر ، ومن مكان لآخر ، وهذا يعنى اعطاء جواب صحيح على سؤال ما هو معنى الحياة (لعوامن ،٢٠١٨: ٤٧).

وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه: مجموعة الأهداف التي تسعى الأرملة إلى تحقيقها ، مما يُسهم في تحقيق ذاتها وتلبية احتياجاتها النفسية ، مما ينعكس على صحتها النفسية والجسدية ، وتوافقها مع الظروف الضاغطة التي مرت بها ، والحس بالهدف ، والتوجه نحو الحياة ، والاعتقاد أن هناك سبباً لوجودها ، كما تدل عليه الدرجة التي تحصل عليها الأرملة على مقياس معنى الحياة ببعديه (التسامي بالذات والانجاز الشخصي ، والعلاقات مع الآخرين).

النساء الأرامل : Widow Woman

الأرملة مصطلح يطلق على كل أمرأه مات عنها زوجها ولم تتزوج بعده ، مع فقرها وحاجتها ؛ لأن لفظ أرمل يطلق أيضاً على المساكين من رجال ونساء ، لكنه استخدم أكثر في النساء لأن العرب تقول ارمل فلان إذا نفذ زاده وافتقر ، والمرأة اذا فقدت زوجها فقد فقدت من ينفق عليها ، وقد تكون الأرملة ذات أولاد صغار مما يزيد من عنائها فتكون أرملة ، وأم لأيتام ، وتتحمل المسئولية بمفردها (على ، وأخرون ،٢٠١٨: ٢٤٦). وعرفت الأرمل بانها : التي تعرضت لفقد شريك حياتها بسبب الموت ، وما ينجم عن ذلك من تعرضها للعديد من التغيرات والمشكلات الصحية والنفسية أو الإنفعالية أو الإجتماعية أو الاقتصادية (الأغا ، ٢٠١١: ٨٩).

وفي الدراسة الحالية : هي التي فقدت زوجها بالوفاة ، ويتراوح عمرها بين (٣٠- ٥٠) عاماً من المترددات علة الجمعيات الخيرية ، والمرأة المعيلة ، والعاملات ببعض الجهات الحكومية .

الدراسات السابقة : فيما يلي عرض للدراسات السابقة التي نخلص منها إلى مبررات الدراسة الحالية ، وقد تم تقسيمها إلى محورين :

المحور الأول : دراسات تناولت المُنعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية وبعض المتغيرات النفسية

هدفت دراسة كير ويوتز (2002) للتعرف على مستوى المُنعة النفسية لدى عينة من الأرامل المسنين ، والتعرف على قدرتهم على التعافي من تحديات الحياة ، والوصول بذلك لجودة الحياة ، وطبق عليهم مقياس جودة الحياة ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود فروق في مستوى المُنعة النفسية تعزي لمتغير التعليم ، ووجود الأبناء ، ووجود فروق دالة احصائياً بين الجنسين لصالح الإناث.

وحاولت دراسة (درويش ،٢٠١٦) الكشف عن العلاقة بين الانبساطية ن والمساندة الاجتماعية والصمود النفسي ، والتعرف على مدى وجود فروق بين الأرامل في الصمود النفسي وفقاً لسنوات الترمل ، ومستوى التعليم ، والعمل ، والكشف عن المتغيرات النفسية المنبئة بالصمود النفسي لدى الأرملة ، على عينة مكونة من (٢١١) أرملة ممن تراوحت أعمارهن بين (٣٠- ٦٧) عاماً ، واستخدمت مقياس الانبساطية ترجمة احمد عبد الخالق ، ومقياس المساندة الاجتماعية تعريب الشناوي ، وأبو بيه ، ومقياس الصمود النفسي ترجمة الباحثة ،وأشارت اهم النتائج إلى وجود علاقة بين متغيرات الدراسة ، ووجود فروق في مستوى الصمود تعزي لمتغير سنوات الترمل لصالح السنوات الأكثر ، ومتغير العمل لصالح العاملات ، ومتغير سنوات الترمل لصالح السنوات الأكثر .

وقام جودينج وآخرون (Gooding, et al, 2019) بدراسة للتعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمنعة النفسية لدى عينة ممن يعانون من الفصام والسلوكيات الإنتحارية ، مكونة من (٢٣) فرداً ، طُلب منهم تفسير ماذا تعني المنعة النفسية لديهم ، وذكر الضغوط التي مروا بها في السنوات الأخيرة من حياتهم ، وكيفية مواجهتها ، وجاءت إجاباتهم ما بين القبول السلبي ووصولاً إلى المقاومة ، وذكروا أن أهم طرق مواجهة ما مروا به من ضغوط كانت المساندة الإجتماعية ، والتكيف الديني ، والمعاملة الحسنة من المحيطين.

وتصدت دراسة (سمارة ، ٢٠٢٠) إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الإجتماعية ، ومستوى المُنعة النفسية والاكتئاب لدى مرضى الشلل الرعاشي .على عينة مكونة من (١٥٠) مريض (٦٢) إناث ، (٨٨) ذكور، وطبقت مقياس المساندة الإجتماعية إعداد الشناوى وأبو بيه (١٩٩٠) ومقياس المُنعة النفسية لكونر ودفيدسون ، وقائمة الاكتئاب لارون بيك ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية ببعديها وبين المُنعة النفسية ، ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب ، وعدم وجود فروق في مستوى المُنعة النفسية تعزى لمتغير النوع والعمر .

وأجرت (ناطور ، ٢٠٢٠) دراسة للتعرف على العلاقة بين المُنعة النفسية والقلق والاكتئاب لدى عينة من النساء اللواتي تعرضن لاستئصال الثدي ، وتكونت العينة من (١٠٠) من مريضات السرطان ، وتم تطبيق مقياس كونر وديفيدسون ، ومقياس هاملتون للقلق ن وقائمة بيك للاكتئاب ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية طردية بين المُنعة النفسية والقلق ، ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين المُنعة النفسية والاكتئاب، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للمنعة النفسية والاكتئاب تعزى لمتغير العمر والمستوى التعليمي .

المحور الثاني : دراسات تناولت العلاقة بين معنى الحياة والمساندة الاجتماعية

هدفت دراسة كاتيم (Katem , 2010) للتعرف على العلاقة بين المساندة الإجتماعية والتعافي من صدمة الترمل ومعنى الحياة ، والمقارنة بين الجنسين في التعافي من صدمة موت شريك الحياة ، والعودة للتوافق مع الحياة بعد الفقد ، على عينة مكونة من (٦٠) أرملاً ، منهم(٣٨) إناث ، (٣٢) ذكور، وطبق عليهم مقياس صدمة الترمل Bonono2004، ومقياس المساندة الاجتماعية ، والمقابلات الفردية ، وأوضحت النتائج وجود ارتباط موجب بين المساندة الإجتماعية والتعافي من صدمة الترمل ، وأن الذكور لديهم نظرة ومعنى إيجابي للحياة مقارنة بالأرامل من النساء اللاتي تعانيين من الفراغ الوجودي ولديهن نظرة سلبية بعد الترمل ، ووجود فروق في معنى الحياة لديهن وفقاً لمتغير سنوات الترمل لصالح الاعلى في السنوات .

وأجرى (المهداوي ، ٢٠١٢) دراسة هدفت إلى تحديد مدى العلاقة بين معنى الحياة والمساندة الاجتماعية وبعض الاضطرابات النفسية لدى المصابين في حوادث مرورية بالمملكة العربية السعودية ، وتكونت العينة من (٦٤) مصاباً ، واستخدمت الدراسة مقياس معنى الحياة ، ومقياس المساندة الاجتماعية ، ومقياس بيك للإكتئاب ومقياس القلق ، وتوصل الباحث إلى عدة نتائج من أهمها : وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية مع بعض الاضطرابات النفسية (القلق والاكتئاب) ، ولا توجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث حول معنى الحياة والمساندة الإجتماعية الاضطرابات النفسية (القلق والاكتئاب) تعزي لمتغير العمر الزمنى ، توجد فروق في معنى الحياة والمساندة الاجتماعية بين مرتفعي ومنخفضي القلق والاكتئاب لصالح منخفضي درجات القلق والاكتئاب .

وتناولت دراسة جرودن وجوس (Grouden, & Jose ,2014) هدف التعرف على مصدر المساندة الإجتماعية لدعم معنى الحياة على عينة مكونة من (٢٤٧) فرداً من الذكور والإناث ، ممن تراوحت اعمارهم بين (٣٠- ٦٩) عاماً، وأوضحت أهم النتائج بها أن أكثر مصدر لدعم معنى الحياة لدى أفراد العينة (الأسرة ، ثم العلاقات الشخصية مع الآخرين)، وأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى معنى الحياة يعزي لمتغير النوع ، والتعليم ، والعمل ، وأن معنى الحياة لدى كبار السن يرجع إلى الأنشطة المجتمعية التي يمارسها أفراد العينة .

وفحصت دراسة (عبدالحميد ،٢٠١٦) العلاقة بين المساندة الإجتماعية والرضا عن الحياة لدى عينة من الأرامل بمحافظة أسوان ، ومعرفة الفروق في المساندة الإجتماعية والرضا عن الحياة وفقاً لعمل الارملة ، وعمرها ، ونوع السكن ، والتنبؤ بحجم تأثير المساندة الإجتماعية في الرضا عن الحياة لدى الأرامل ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين المساندة وابعاد الرضا عن الحياة ، ووجود فروق بين الأرامل العاملات وغير العاملات لصالح العاملات ، وعدم وجود فروق تعزي لمتغير العمر ، ووجود فروق تعزي لمتغير السكن لصالح المستقلات في السكن ، وأن

المساندة الإجتماعية كمتغير مستقل له دور أساسي وهام في فهم وتفسير الرضا عن الحياة ،وأنه كلما زادت المساندة الإجتماعية كلما زاد الرضا عن الحياة لديهن.

وهدفت دراسة (شاهين ، والسحار،٢٠١٩) إلى الكشف عن معنى الحياة كمتغير وسيط بين المساندة الإجتماعية ونمو ما بعد الصدمة ، وذلك تبعاً لمتغيرات العمر ، والمستوى التعليمي، وعدد الأبناء ، وسنوات استشهاد الزوج ، والعمل ،ونوعية السكن ، وبلغت عينة الدراسة (١٢٠) زوجة من زوجات الشهداء وطبقت مقياس معنى الحياة ، ومقياس المساندة الاجتماعية ، ومقياس نمو ما بعد الصدمة ، وتوصلت إلى مجموعة من النتائج من أهمها : وجود علاقة طردية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية ، ووجود فروق في معنى الحياة وفقاً لمتغير العمل لصالح العاملات ، ووجود فروق تعزي لمتغير عدد الأبناء ، ونوع السكن (مستقل أو مشترك مع الأسرة).

وقام (حسن ،٢٠٢٠) بقياس العلاقة بين المساندة الاجتماعية الاسرية ومعنى الحياة لدى المرأة المعنفة ، واستخدمت مقياسين أحدهما للمساندة الاجتماعية الاسرية ، والمقياس الثاني لمعنى الحياة ، وطبقت على عينة قوامها (٧٥) امرأة من النساء المعنفات ، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين المساندة الاجتماعية الاسرية بأبعادها (المساندة الوجدانية والتفاعلية والمعلوماتية)، ومعنى الحياة لدى النساء المعنفات، وأن المرأة لا تستطيع تحديد أهدافها في الحياة ولا تستطيع تحمل المسئولية تجاه الحياة دون المساندة ممن حولها

وأجرى (على ، ٢٠٢٠) دراسة عن تحديد كلا من مستوى أبعاد المساندة الإجتماعية ، وأبعاد معنى الحياة ، وكذلك تحديد طبيعة العلاقة بين المساندة الإجتماعية ومعنى الحياة لدى المرضى بأمراض مزمنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ، علي عينة مكونة من (٢٧٠) منهم (١١٦)ذكور ، و(١٥٤) اناث ، وطُبق في الدراسة مقياسين (مقياس المساندة الإجتماعية ، ومقياس معنى الحياة) ،وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية دالة احصائياً بين المساندة الاجتماعية ومعنى الحياة ، ووجود فروق بين الإناث والذكور في بعض أبعاد المساندة الإجتماعية ومعنى الحياة .

وهدفت دراسة (gooding ,2020) إلى الكشف عن مستوى المساندة الإجتماعية لدى السيدات الأرامل تبعا لمتغيرات ديموغرافية معينة. على عينة مكونة من (٤٢٢) أرملة ، تم اختيارهن عشوائيا من بين النساء المستفيدات من إحدى هيئات الرعاية الاجتماعية. وطبق عليهن المقياس متعدد الأبعاد للمساندة الإجتماعية. و أوضحت النتائج أن مستوى المساندة الإجتماعية لدى النساء الأرامل كان معتدلًا، و كان الدعم من الآخرين المقربين هو الأعلى إدراكا من قبل الأرامل، يليه الدعم الاجتماعي من العائلة و أما المساندة الإجتماعية من الأصدقاء فهو أقلهم. و أشارت النتائج أيضا إلى أنه لا توجد اختلافات ذات دلالة في المساندة الإجتماعية تعود إلى عمر الأرملة، ، والمستوى التعليمي، و عدد السنوات منذ وفاة الزوج. . و وجود فروق تعزي لمتغير مكان اقامة النساء الأرامل.

تعقيب عام علي الدراسات السابقة

- في المحور الأول اهتمت بعض الدراسات بالتعرف على العلاقة بين المنعة النفسية ، والقدرة على التعافي من تحديات الحياة (كير ويوتر،٢٠٠٢)، وتناولت بعض الدراسات التعرف على العلاقة بين

المساندة الإجتماعية والمنعة النفسية (سمارة ،٢٠٢٠) وبين المنعة النفسية والقلق والاكتئاب (ناطور ،٢٠٢٠)

- وقد تنوعت العينات في هذه الدراسات منها نساء تعرضن لاستئصال الثدي ، والمسنين ، ومرضى بالشلل الرعاشي.

وفي المحور الثاني من الدراسات تناولت الدراسات متغير المساندة الإجتماعية وعلاقته بمعنى الحياة (katem,2010)، (المهداوي ،٢٠١٢) ،(شاهين ، والسحار،٢٠١٩)، (حسن ،٢٠٢٠)، (على ،٢٠٢٠)، على عينات متنوعة (مصابين في حوادث مرورية – زوجات شهداء – نساء معنفات- مرضى بأمراض مزمنة).

-وفي المحور الثالث ركزت الدراسات التى المساندة الإجتماعية لدى النساء الأرامل على فحص العلاقة بين المساندة الإجتماعية ومتغير الرضا عن الحياة ، والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بالانبساطية والصمود النفسي .

ويتضح من خلال العرض السابق للدراسات السابقة العربية والأجنبية أن الدراسة الحالية تختلف عن سابقتها من الدراسات ؛ حيث تناولت المنعة النفسية والمساندة الإجتماعية ومعنى الحياة ، وقد كان الاختلاف فيها في أنها جمعت متغيرات لم يتم الجمع بينها في أي دراسة سابقة .

فروض الدراسة :

١- **توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين المُنعة النفسية ومعنى الحياة لدى النساء الارامل عينة الدراسة.**

٢- **توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية ومعنى الحياة لدى النساء الارامل عينة الدراسة.**

٣- **توجد علاقة ارتباطية دالة موجبة إحصائيا بين المساندة الاجتماعية والمنعة النفسية لدى النساء الارامل عينة الدراسة.**

٤- **يمكن التنبؤ بمعنى الحياة لدى النساء الارامل عينة الدراسة من خلال متغيرات الدراسة.**

٥- **توجد فروق ذات دلالة احصائية في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات)**

٦- **توجد فروق ذات دلالة احصائية في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير العمل (عاملات – ربة منزل)**

٧- **توجد فروق ذات دلالة احصائية في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير الابناء(لديهم ابناء – ليس لديهم ابناء)**

الإجراءات المنهجية للدراسة:

اولاً: منهج الدراسة :

اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي الفارقي ، بهدف التعرف على العلاقة بين متغيرات الدراسة ، والكشف عن القدرة التنبؤية لمتغيري (المنعة النفسية ، والمساندة الإجتماعية) كمتغيرات منبئة بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الأرامل (عينة الدراسة) وأيضاً معرفة الفروق بين النساء الأرامل- عينة الدراسة- في معنى الحياة في ضوء متغيرات(سنوات الترمل ، والعمل ، والأبناء) .

ثانيًا :عينة الدراسة

(أ) عينة التحقق من الخصائص السيكومترية : وذلك بهدف الوقوف على مدى مناسبة الأدوات المستخدمة والتأكد من وضوح تعليماتها ، والتأكد من وضوح البنود ، والتعرف على الصعوبات التي قد تظهر أثناء التطبيق ، والعمل على تلاشيها والتغلب عليها، إلى جانب التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة . ولتحقيق هذه الأهداف تم تطبيق أدوات الدراسة على (١٢٠) أرملة من النساء الأرامل ممن تراوحت أعمارهن بين (٣٠- ٥٠) عاماً، بمتوسط (٤٠,٢٠) وانحراف معياري (٤,٨٩). ، وتم اختيارهن عشوائياً من النساء الأرامل المترددات على بعض الجمعيات الخيرية ، وجمعية المرأة المعيلة ، والعاملات ببعض الجهات الحكومية ، وقد روعي في تلك العينة أن تماثل العينة الأساسية للدراسة من حيث تمثيلها للفئات المختلفة داخل العينة الأساسية.

(ب) عينة الدراسة (الأساسية):

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٢١) أرملة ، ممن تراوحت أعمارهن بين (٣٠- ٥٠) عاماً، بمتوسط (٤٠,٢٠) ، وانحراف معياري قدره (٨,٥٠) ، ويعرض الجدول (١) التالي توزيع العينة وفقا لمتغيرات الدراسة

جدول (١) توزيع العينة حسب متغيرات الدراسة (ن=٢٢١)

المتغيرات الديموجرافية		عدد النساء الأرامل	المجموع
العمل	عاملات	١٣٩	٢٢١
	غيرعاملات	٨٢	
الأبناء	لديهن أبناء	٨٧	٢٢١
	ليس لديهن أبناء	١٣٤	
سنوات الترمل	من (١: ٥) سنوات ترمل	٩١	٢٢١
	أكثر من ٥ سنوات	١٣٠	

ثالثًا: أدوات الدراسة

١- مقياس المُنعة النفسية (إعداد الباحثة)
٢- مقياس المساندة الإجتماعية (إعداد الباحثة)
٣- مقياس معنى الحياة (إعداد الباحثة)

وفيما يلي خطوات إعداد هذه الأدوات وخصائصها السيكومترية

اولاً: مقياس المُنعة النفسية (إعداد الباحثة)

- تم إعداد مقياس المنعة النفسية بهدف قياس المنعة النفسية لدى الأرامل ؛ حيث تم الإطلاع على المقاييس السابق تصميمها ، ومنها مقياس (ناطور،٢٠٢٠) على النساء اللاتي تعرضن لاستئصال الثدي ، مقياس المنعة النفسية (ابو محفوظ، وحواشين ،٢٠١٩) تعريب لمقياس (**Connor- Davidson Resilience SCOLE 2003**) ، ومقياس المنعة النفسية (الخوالدة ، ٢٠١٨)، ومقياس (الصرايرة ، ٢٠١٦) على الطلبة الموهوبين في الاردن، ومقياس (سلامة ، ٢٠١٦) على مرضى السكري ، ومقياس المنعة النفسية (زيدان ، ٢٠١٣)، ووجدت الباحثة عدم مناسبتها مع عينة الدراسة الحالية ، وبناءً عل ما أطلعت عليه الباحثة ، وما اتيح لها من إطار نظري ودراسات سابقة ، ومراجع عربية وأجنبية ، والآراء والنظريات المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية ؛ قامت الباحثة بإعداد مقياس المنعة النفسية ، وقد تكون في صورته الأولية من (٤٠) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد (المثابرة ، الكفاءة الشخصية ، المواجهة واتخاذ القرار) وفيما يلي التعريف الإجرائي لكل بُعد :

- **عرفت الباحثة بُعد المثابرة إجرائيا بأنه** : الإجتهاد، والمواظبة على مواصلة تحقيق الأهداف رغم الصعوبات ، وعدم الإستسلام للفشل ، والاحباطات ، والشدائد ، وما تتمتع به الأرملة من قدرة على التغلب على المصائب وتحدى الصعاب ، والقدرة على حماية نفسها من الصدمات والتخطيط لما هو آت ، وامتلاك البدائل حتى لا تقهر من المحن التي تعرضت لها

- **ويعرف بُعد الكفاءة الشخصية إجرائياً بأنه**: القدرة على السيطرة على الأمور ، والتعامل مع المشكلات بإيجابية ، وتقبل الأحداث المؤلمة ، والسيطرة على مجريات الأمور ، وعدم الإكتراث بالنقد السلبي من الآخرين مع التحلي بالصبر ، والرضا بقضاء الله.

- **وعُرف بعد المواجهة و اتخاذ القرار بأنه** : مواجهة الخطر ، والتفكير المتزن ، وعدم التأثر بالضغوط ، والقدرة على إتخاذ القرار ، وحسن التصرف في أوقات الأزمات ، ومواجهة الالام والهموم ، والتكيف مع التغيرات المفاجئة ، وإدارة الحياة بقوة ، وتحمل المسئولية ، ومواصلة المهام الحياتية.

وقامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية (٣٥) عبارة على مجموعة من المحكمين ، ذوى الاختصاص والخبرة في مجال التربية وعلم النفس للقيام بتحكيمها ، وبعد أن اطلع هؤلاء المحكمون على عنوان الدراسة، وتساؤلاتها، وأهدافها، أبدوا آراءهم وملاحظاتهم حول مفردات المقياس من حيث مدى ملاءمة الفقرات لموضوع الدراسة، وصدقها في الكشف عن المعلومات المطلوبة للدراسة؛ وكذلك من حيث ترابط كل فقرة بالمحور الذي تندرج تحته، ومدى وضوح الفقرة وسلامة صياغتها؛ ثم تعديل الفقرات أو حذف غير المناسب منها أو إضافة ما رأوه مناسباً منها، بالإضافة إلى النظر في تدرج المقياس، وغير ذلك مما رآه الخبراء مناسباً. وجاءت آراء المحكمين تؤكد صلاحية معظم المفردات لقياس ما وضعت لقياسه ، وأن تعليمات المقياس واضحة ، وسلامة الصياغة اللفظية لمفرداته ومناسبتها لعينة الدراسة(النساء الارامل). ويوضح الجدول (٢) التالي النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات الاختبار .

جدول (٢)

النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات مقياس المُنعة النفسية للنساء الارامل(ن=٥)

م	عناصر التحكيم	النسبة المئوية
١	صلاحية المفردات لقياس ما وضعت لقياسه.	٩٠,٩١٪
٢	سلامة الصياغة ومناسبتها لمستوى النساء الارامل	٨١,٨١٪
٣	مدى وضوح تعليمات المقياس.	١٠٠٪

يتضح من جدول رقم (٢) السابق أن النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات الاختبار تتراوح بين (٨١,٨١٪ ، ١٠٠٪)، وقد أشار المحكمون إلي بعض المقترحات والتعديلات التي تم تنفيذها من الباحثة.

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس المنعة النفسية :

صدق الاتساق الداخلي : قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالبعد ، وعلاقتها بالدرجة الكلية للمقياس وبين الجدول رقم (٣) التالي معاملات الصدق الداخلي لعبارات مقياس المُنعة النفسية للنساء الارامل(عينة الدراسة) .

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس المُنعة النفسية (ن=١٢٠)

المثابرة			الكفاءة الشخصية			المواجهة و اتخاذ القرار		
رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية للمقياس
١	٠,٩٠١**	٠,٨٢٥**	٢	٠,٣٣٨**	٠,٣٢٥**	٣	٠,٦١١**	٠,٥٥٠**
٤	٠,٦٦٥**	٠,٥٧٤**	٥	٠,٤٣٥**	٠,٤٠٠**	٦	٠,٢٣٩**	٠,٢١٠*
٧	٠,٧٢٥**	٠,٦١٨**	٨	٠,٢٦٥**	٠,٢٥٥**	٩	٠,٤٥٥**	٠,٤٠٣**
١٠	٠,٦٩٥**	٠,٦٠٥**	١١	٠,٢٧٣**	٠,٢٠٣*	١٢	٠,٤٤٣**	٠,٤٠١**
١٣	٠,٥٠٨**	٠,٢٢٩*	١٤	٠,٢٣٠*	٠,٢٢٢*	١٥	٠,٤١٢**	٠,٤٠٨**
١٦	٠,٦٩٦**	٠,٥٧٥**	١٧	٠,٢٦٦**	٠,١٩٢*	١٨	٠,٢٠٠*	٠,١٩٨*
١٩	٠,٤١٢**	٠,٤٦٥**	٢٠	٠,٦١٠**	٠,٣٦١**	٢١	٠,٤٥٤**	٠,٤٠٠**
٢٢	٠,٤٨٧**	٠,٤٣٤**	٢٣	٠,٤٩٤**	٠,٣٢٢**	٢٤	٠,٤٨٠**	٠,٤١١**
٢٥	٠,٨٩١**	٠,٧٤٣**	٢٦	٠,٣١٦**	٠,٢٥٢**	٢٧	٠,٣٨٤**	٠,٣٦٩**
٢٨	٠,٢٤٢**	٠,٢٢٤*	٢٩	٠,٢٩٨**	٠,٢٣٦**	٣٠	٠,٦٦٢**	٠,٦١٦**
٣١	٠,٢٨٠**	٠,١٩٣*	٣٢	٠,٣٤٩**	٠,٢٩٢**	٣٣	٠,٢٢٩*	٠,١٩٤*
			٣٤	٠,٤٧٥**	٠,٢٣٨**	٣٥	٠,٥٧١**	٠,٥٣٤**

** مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤ ، * (٠,٠٥) = ٠,١٧٩

يتضح من الجدول(٣) السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، (٠,٠٥) وبالتالي فهي مقبولة.

كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس. ويبين الجدول رقم (٤)التالي معاملات الصدق الداخلي للمقياس:

جدول (٤) مصفوفة معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المُنعة النفسية (ن= ١٢٠)

البعد	المثابرة	الكفاءة الشخصية	المواجهة واتخاذ القرار	**الدرجة الكلية لمقياس المنعة النفسية**
المثابرة	.	٠,٥٠٦**	٠,٨٦٠**	٠,٩٠٧**
الكفاءة الشخصية		.	٠,٦٨٦**	٠,٧٨٥**
المواجهة واتخاذ القرار			.	٠,٩٦٨**

مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤، (٠,٠٥) = ٠,١٧٩ * دال عند مستوى (٠,٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٤) السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط بين الابعاد وبعضها البعض والدرجة الكلية لمقياس المُنعة النفسية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبالتالي فهي مقبولة .

الصدق العاملي: تم إجراء التحليل العاملي لمقياس المُنعة النفسية علي عينة قوامها (١٢٠) من النساء الارامل (عينة الدراسة) بطريقة المكونات الرئيسية وتم إجراء التحليل العاملي لمصفوفة الارتباط بطريقة المكونات الأساسية لهوتيلينج Hotelling باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS)، وقد أخذت الباحثة بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشبعات وهو اعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشبعات دالة، ولإعطاء معنى سيكولوجي للمكونات المستخرجة تم تدويرها تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس لكايزر، Kaiser Varimax، من أجل مزيد من النقاء والوضوح في المعنى السيكولوجي، وتم استخراج مجموعة عوامل فسرت نسبة ٦٩,١٥٪ من التباين الكلي كما تم تحديد عدد العوامل في ٣ عوامل فرضية وتوزيع مفردات المقياس على هذه العوامل , وهى العوامل التي تمثل أبعاد المقياس وذلك للتأكد من صحتها. والجدول (٥) التالي يوضح مصفوفة العوامل لبنود المِقْيَاس:

جدول (٥) مصفوفة عوامل مفردات مِقْيَاس المُنعة النفسية للنساء الارامل

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع	م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع
١	.918			.976	١٩	.969			.951
٢		.918		.976	٢٠		.754		.753
٣			.907	.872	٢١			.959	.924
٤	.341			.312	٢٢	.947			.914
٥		.892		.896	٢٣		.948		.885
٦			.639	.441	٢٤			.936	.918

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع	م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع
٧	.923			.947	٢٥	.881			.790
٨		.641		.793	٢٦		.425		.418
٩			.536	.327	٢٧			.606	.382
١٠	.843			.832	٢٨	.349			.328
١١		.870		.772	٢٩		.567		.311
١٢			.888	.922	٣٠			.910	.917
١٣	.797			.766	٣١	.921			.906
١٤		.900		.863	٣٢		.884		.326
١٥			.933	.881	٣٣			.567	.326
١٦	.916			.935	٣٤		.843		.874
١٧		.852		.823	٣٥			.646	.920
١٨			.925	.929					
			الجذر الكامن			11.93	8.82	9.94	30.85
			نسبة التباين			33.52	21.50	14.13	69.15

يتضح من الجدول (٥) السابق ما يلي:

- **العامل الأول** قد تشبعت به (١١)عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(١١,٩٣) بنسبة تباين(٣٣,٥٢%). وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى عدم الاستسلام للفشل ، والتحلي بالصبر لتحقيق الأهداف ، والمواظبة على الحفاظ على السلامة النفسية والتعايش مع الصعاب والحماس والإصرار على تحقيق الأهداف رغم الأزمة، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل **(المثابرة)**
- **العامل الثاني** قد تشبعت به (١٢) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٨,٨٢) بنسبة تباين (٢١,٥٠%) وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى التمتع بشخصية تتحمل الصدمات والسيطرة على مجريات الأمور ، والتعامل مع المشكلات بكفاءة ، والرضا بقضاء الله وقدره ، والتعايش مع المصائب ، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل **(الكفاءة الشخصية)**
- **العامل الثالث** قد تشبعت به (١٢) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٩,٩٤) بنسبة تباين (١٤,١٣%) وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى التمتع بالقدرة على مواجهة التحديات وتحمل المسئولية ، وحسن التصرف ، ومواجهة المصائب بصبر وعزيمة ، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل (**المواجهة و اتخاذ القرار)**

وقد فسرت هذه العوامل نسبة تباين ٦٩,١٥ وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

ثانياً : الثبات : تم حساب معامل ثبات مقياس المُنعة النفسية باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ وبلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٧٤٥) للدرجة الكلية ، و(٠,٧١٣ ، ٠,٧٢٥ ، ٠,٧٣١) للأبعاد الفرعية ، وهي معاملات دالة إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة: واستخدمت الباحثة لحساب الثبات على العينة الاستطلاعية معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة، ويوضح جدول (٦) التالي معامل الثبات لمقياس المُنعة النفسية:

جدول (٦) قيم معامل ثبات ألفا بحذف درجة المفردة لمقياس المُنعة النفسية

رقم المفردة	معامل الثبات	معامل التمييز	رقم المفردة	معامل الثبات	معامل التمييز	رقم المفردة	معامل الثبات	معامل التمييز
1	.702	.784	13	.746	.193	25	.710	.688
2	.702	.784	14	.716	.594	26	.742	.214
3	.709	.697	15	.767	.481	27	.737	.316
4	.745	.195	16	.723	.498	28	.744	.194
5	.756	.193	17	.793	.658	29	.743	.208
6	.739	.258	18	.749	.193	30	.720	.544
7	.720	.548	19	.732	.407	31	.749	.196
8	.788	.555	20	.738	.256	32	.743	.164
9	.735	.344	21	.730	.440	33	.745	.193
10	.794	.670	22	.729	.477	34	.755	.196
11	.712	.640	23	.729	.463	35	.726	.445
12	.704	.755	24	.730	.452			

يتضح من الجدول السابق رقم (٦) ما يلي:

أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (٠,٧٠٢ ،٠,٧٩٤)، وأن جميع هذه المعاملات مقبولة، مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس. كما أظهر معامل التمييز لكل فقرة تميز موجب مرتفع أكبر من(٠,١٩) وتراوح بين (٠,١٩٣، ٠,٧٨٤) ، ومن ثم كان معامل الثبات قوي ويمكن الوثوق في صحة النتائج التي يسفر عنها.

الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

جدول (٧) يوضح معاملات الثبات لمقياس المُنعة النفسية (ن= ١٢٠)

البعد	معامل الارتباط قبل تصحيح سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد التصحيح
المثابرة	٠,٦٠٣	٠,٧٥٢
الكفاءة الشخصية	٠,٦١٧	٠,٧٦٣
المواجهة واتخاذ القرار	٠,٦٢٥	٠,٧٦٩
المقياس ككل	٠,٧٣٢	٠,٨٤٥

وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٤٥) وهو معامل دال إحصائياً يدعو للثقة في صحة النتائج

ثانياً: مقياس المساندة الاجتماعية (إعداد الباحثة)

تم إعداد مقياس المساندة الإجتماعية بهدف التعرف على دور المساندة الإجتماعية في حياة الارملة ، وقد أطلعت الباحثة على مقياس المساندة الاجتماعية (عطاف ،٢٠١١) على حالات البتر في غزة ، ومقياس المساندة الإجتماعية (السرسي، عبدالمقصود، ٢٠٠٩) الذي أعدته الباحثتان على عينة من المراهقين ، ومقياس (Berlin social support scale (Bsss) 2000) المعرب والمطبق على عينة من البالغين المصابين بالسرطان، ومقياس المساندة الإجتماعية (الشناوي ، وأبو بيه ،١٩٩٠) المعرب ويحتوى على ٢٧ فقرة تقيس الموارد الإجتماعية ودرجة الرضا عن المساندة المتاحة ، ووجدت الباحثة عدم مناسبتها لعين الدراسة الحالية ، وبناءً عل ما أطلعت عليه الباحثة ، وما اتيح لها من إطار نظري ودراسات سابقة ، ومراجع عربية وأجنبية ، والآراء والنظريات المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية ؛ قامت الباحثة بإعداد مقياس للمساندة الإجتماعية ، وقد تكون في صورته الأولية من (٣٠) عبارة، موزعة على ثلاثة أبعاد (المساندة الوجدانية ، المساندة التقديرية ، المساندة المعلوماتية) وفيما يلي التعريف الإجرائي لكل بُعد :

تعرف المساندة الوجدانية إجرائياً بأنها : ما تتلقاه الأرملة من دعم نفسي من الأسرة والأصدقاء والجيران ،والأقارب ، وما تشعر به من احتواء من المحيطين يسهم في استعادة ثقتها في نفسها ، وتماسكها النفسي الذي يساعد على تخطي المحنة والتعامل معها ، وعد الاستسلام لها.

ويقصد بالمساندة التقديرية إجرائياً أنها : مدى الإهتمام و التقدير من المحيطين للأرملة ، الذي يزيد من عزيمتها وإرادتها على التصدي للمصائب والشدائد ، وكذلك ما تتلقاه من مساندة من المسؤولين أو رجال الدين .

وتشير المساندة المعلوماتية إجرائياً إلى : تزويد الأرملة بالنصيحة ، والإرشاد والمعلومات المناسبة للموقف؛ مما يُسهم في إيضاح الكثير من الأمور الحياتية وفهم الموقف ومواجهته ، كذلك التوجيه الذي تتلقاه ممن حولها ، مما يدعم تحملها وقدرتها على تخطي أزمتها .

الصدق الظاهري: قامت الباحثة بحساب صدق المقياس في البداية باستخدام الصدق الظاهري Face Validity من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين ذوى الاختصاص والخبرة في مجال التربية وعلم النفس للقيام بتحكيمها. وبعد أن اطلع هؤلاء المحكمون على عنوان الدراسة، وتساؤلاتها، وأهدافها، أبدوا آراءهم وملاحظاتهم حول مفردات المقياس من حيث مدى ملاءمة الفقرات لموضوع الدراسة، وصدقها في الكشف عن المعلومات المطلوبة للدراسة؛ وكذلك من حيث ترابط كل فقرة بالبعد الذي تندرج تحته، ومدى وضوح الفقرة وسلامة صياغتها؛ ثم تعديل الفقرات أو حذف غير المناسب منها أو إضافة ما رأوه مناسباً منها، بالإضافة إلى النظر في تدرج المقياس، وغير ذلك مما رآه الخبراء مناسباً. وجاءت آراء المحكمين تؤكد صلاحية المفردات لقياس ما وضعت لقياسه ، وأن تعليمات المقياس واضحة ، وسلامة الصياغة اللفظية لمفرداته ومناسبتها لعينة الدراسة(النساء الارامل)، ويوضح الجدول (٨) التالي النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات الاختبار .

جدول (٨)النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات مقياس المساندة الاجتماعية (ن=٥)

م	عناصر التحكيم	النسبة المئوية
١	صلاحية المفردات لقياس ما وضعت لقياسه.	٩٠,٩١٪
٢	سلامة الصياغة ومناسبتها لمستوى الطلاب المراهقين المعاقين بصرياً	٨١,٨١٪
٣	مدى وضوح تعليمات المقياس.	١٠٠٪

يتضح من جدول رقم (٨) السابق أن النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات الاختبار تتراوح بين (٨١,٨١٪، ١٠٠٪)، وقد أشار المحكمون إلي بعض المقترحات والتعديلات التي تم تنفيذها من الباحثة.

صدق الاتساق الداخلي : قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لعبارات كل بعد . ويبين الجدول رقم (٩) التالي معاملات الصدق الداخلي لعبارات مقياس المساندة الاجتماعية .

جدول (٩) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه لمقياس المساندة الاجتماعية (ن= ١٢٠)

المساندة الوجدانية			المساندة التقديرية			المساندة المعلوماتية		
رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية	رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالدرجة الكلية
١	٠,٩٣٤**	٠,٨٣٤**	٢	٠,٥٨١**	٠,٤٣٤**	٣	٠,٦٦٧**	٠,٥٨١**
٤	٠,١٩٢*	٠,١٨٠*	٥	٠,٤٤٨**	٠,٢٥٨**	٦	٠,٣٤١**	٠,٣٥٢**
٧	٠,٧٤٨**	٠,٦٠٠**	٨	٠,٣٦٧**	٠,٣٤١**	٩	٠,٤٥١**	٠,٣٤٣**
١٠	٠,٧٠٦**	٠,٦٩٢**	١١	٠,٣٨٣**	٠,٣٧٣**	١٢	٠,٦٨٧**	٠,٥٩٦**
١٣	٠,٦٦٥**	٠,٤٥١**	١٤	٠,٤٥١**	٠,٣٩١**	١٥	٠,٥٣٠**	٠,٤٨٧**
١٦	٠,٧٨٠**	٠,٦٤٢**	١٧	٠,٢٧٨**	٠,٢٥٢**	١٨	٠,٣١٠**	٠,٢٦٩**
١٩	٠,٣٣٨**	٠,٣٢٦**	٢٠	٠,٦٠٧**	٠,٢٣٧**	٢١	٠,٦١٤**	٠,٥٢٨**
٢٢	٠,٣٦٧**	٠,٣٤٦**	٢٣	٠,٥٩٤**	٠,٥١٢**	٢٤	٠,٦١٠**	٠,٥٢٤**
٢٥	٠,٨٨٥**	٠,٧٧٧**	٢٦	٠,٣٩٧**	٠,٢٧٠**	٢٧	٠,٤٧٤**	٠,٣٦٥**
٢٨	٠,٣٤٤**	٠,٣٣٣**	٢٩	٠,٢٠٠*	٠,١٩٤*	٣٠	٠,٥٦٠**	٠,٥٣١**

** مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤، * (٠,٠٥) = ٠,١٧٩

يتضح من الجدول(٩)السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠,٠١) ،(٠,٠٥) وبالتالي فهي مقبولة. كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس. ويبين الجدول رقم (١٠) التالي معاملات الصدق الداخلي للمقياس:

جدول (١٠) مصفوفة معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية (ن= ١٢٠)

البعد	المساندة الوجدانية	المساندة التقديرية	المساندة المعلوماتية	الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية
المساندة الوجدانية	.	٠,٥٦٦**	٠,٧٨٩**	٠,٩١١**
المساندة التقديرية		.	٠,٧٢٩**	٠,٨٠٩**
المساندة المعلوماتية			.	٠,٩٤٧**

مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤، (٠,٠٥) = ٠,١٧٩ * دال عند مستوى (٠,٠٥) ، ** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٠) السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبالتالي فهي مقبولة ويُسمح بتطبيق الاختبار والثقة في نتائجه .

١- **الصدق العاملي:** تم إجراء التحليل العاملي لمقياس المساندة الاجتماعية للطلاب علي عينة قوامها (١٢٠) من النساء الارامل (عينة الدراسة) بطريقة المكونات الرئيسية وتم إجراء التحليل العاملي لمصفوفة الارتباط بطريقة المكونات الأساسية لهوتيلينج Hotelling باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS)، وقد أخذت الباحثة بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشبعات وهو اعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشبعات دالة، ولإعطاء معنى سيكولوجي للمكونات المستخرجة تم تدويرها تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس لكايزر، Kaiser Varimax، من أجل مزيد من النقاء والوضوح في المعنى السيكولوجي، وتم استخراج مجموعة عوامل فسرت نسبة 71.66٪ من التباين الكلي كما تم تحديد عدد العوامل في ٣ عوامل فرضية وتوزيع مفردات المقياس على هذه العوامل ,وهى العوامل التي تمثل أبعاد المقياس وذلك للتأكد من صحتها. والجدول (١١) يوضح مصفوفة العوامل لبنود المِقْيَاس:

جدول (١١) مصفوفة عوامل مفردات مِقْيَاس المساندة الاجتماعية للنساء الارامل

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع	م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع
١	.336			.987	١٦	.931			.976
٢		.336		.987	١٧		.689		.849
٣			.647	.829	١٨			.897	.889
٤	.889			.539	١٩	.910			.838
٥		.327	.	.817	٢٠		.481		.720
٦			.825	.508	٢١			.931	.879
٧	.908			.942	٢٢	.941			.906
٨		.600		.818	٢٣		.908		.836
٩			.646	.441	٢٤			.932	.882

م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع	م	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	الشيوع
١٠	.301			.823	٢٥	.929			.865
١١		.918		.848	٢٦		.675		.831
١٢			.328	.943	٢٧			.441	.416
١٣	.307			.659	٢٨	.304			.445
١٤		.902		.866	٢٩		.620		.417
١٥			.946	.902	٣٠			.910	.942
			الجذر الكامن			**11.34**	**8.17**	**8.87**	**28.34**
			نسبة التباين			**37.82**	**23.92**	**9.92**	**71.66**

يتضح من الجدول (١١) السابق ما يلي :

- **العامل الأول** قد تشبعت به (١٠)عبارات تشبعاً دالاً إحصائياً، وكان الجذر الكامن لها(١١,٣٤) بنسبة تباين(٣٧,٨٢%). وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى المساندة من أفراد الأسرة والجيران والأقارب والأصدقاء ، والشعور بالاحتواء من المحيطين ، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل **(المساندة الوجدانية)**
- **العامل الثاني** قد تشبعت به (١٠) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٨,١٧) بنسبة تباين (٢٣,٩٢%) وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى تقدير المحيطين للأرملة ، وما تمر به من محنة تتطلب التقدير والمساندة ، ودعمها لمواجهة الأزمة ، ودعم رجال الدين ، وبعض الجهات المعنية ، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل (**المساندة التقديرية)**
- **العامل الثالث** قد تشبعت به (١٠) عبارة تشبعاً دالاً إحصائياً، وقد كان الجذر الكامن لها (٨,٨٧) بنسبة تباين (١٤,١٣%) وجميع هذه العبارات تشير المضامين النفسية لها إلى تقديم النصيحة للأرملة من المحيطين ، والمقترحات التي تسهم في تخطي الأزمة والتوجيه والارشاد، وعلى ذلك أمكن تسمية هذا العامل (**المساندة المعلوماتية)**

وقد فسرت هذه العوامل نسبة تباين ٧١,٦٦ وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

ثانياً : الثبات : تم حساب معامل ثبات مقياس المساندة الاجتماعية باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ وبلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٩٩) للدرجة الكلية ، و(٠,٨١٢ ، ٠,٨٢٤ ، ٠,٨٢٤) للأبعاد الفرعية ، وهي معاملات دالة إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

٢-باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

جدول (١٢) يوضح معاملات الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية (ن = ١٢٠)

البعد	معامل الارتباط قبل تصحيح سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد التصحيح
المساندة الوجدانية	٠,٦١٢	٠,٧٥٩
المساندة التقديرية	٠,٥٩٢	٠,٧٤٣
المساندة المعلوماتية	٠,٦٢٩	٠,٧٧٢
مقياس المساندة الاجتماعية ككل	٠,٧٣٥	٠,٨٤٧

وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٤٧) وهو معامل دال إحصائياً يدعو للثقة في صحة النتائج

ثالثاً: مقياس معنى الحياة (إعداد الباحثة)

تم إعداد مقياس معنى الحياة بهدف قياس مستوى معنى الحياة لدى الأرامل ؛ حيث تم الإطلاع على المقاييس السابق تصميمها ، ومنها مقياس معنى الحياة (الابيض، ٢٠١٠) ، ومقياس معنى الحياة إعداد (الرشيدي ،١٩٩٦) ، ووجدت الباحثة عدم مناسبتها مع عينة الدراسة الحالية ، وبناءً عل ما أطلعت عليه الباحثة ، وما اتيح لها من إطار نظري ودراسات سابقة ، ومراجع عربية وأجنبية ، والآراء والنظريات المرتبطة بموضوع الدراسة الحالية ؛ قامت الباحثة بإعداد مقياس معنى الحياة ، وقد تكون في صورته الأولية من (٢٠) عبارة، موزعة على بعدين هما (التسامي بالذات والانجاز الشخصي ، والعلاقات مع الآخرين) وفيما يلي التعريف الإجرائي لكل بُعد :

يُعرف بُعد التسامي بالذات والإنجاز الشخصي إجرائياً بأنه :القدرة على البحث عن قيم وغايات سامية تتجاوز المصالح الشخصية ، والاهتمامات الشخصية ، ومدى ادراك الأرملة بأن وجودها في الحياة يكون وجوداً مؤثراً بقدر ما تقدمه من عطاء لمن حولها ، وأن الحياة تستحق أن تعيشها ، وعدم الشعور باليأس أو القنوط ، والتفاؤل رغم الصعاب .

ويُقصد ببعد العلاقات مع الآخرين إجرائيًا: التعايش مع المحيطين واعتبارهم مصدر طاقة وقوة ، وعدم الإهتمام بالآراء السلبية أو التشاؤمية ، وعدم الغضب من اتجاهات الآخرين التي ربما تسبب الإحباط ، ومشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم ، والشعور بأن هناك من يستحق أن يعيش من أجلهم .

وقد قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين ذوى الاختصاص والخبرة في مجال التربية وعلم النفس للقيام بتحكيمها. وبعد أن اطلع هؤلاء المحكمون على عنوان الدراسة، وتساؤلاتها، وأهدافها، أبدوا آراءهم وملاحظاتهم حول مفردات المقياس من حيث مدى ملاءمة الفقرات لموضوع الدراسة، وصدقها في الكشف عن المعلومات المطلوبة للدراسة؛ وكذلك من حيث ترابط كل فقرة بالمحور الذي تندرج تحته، ومدى وضوح الفقرة وسلامة صياغتها، بالإضافة إلى النظر في تدرج المقياس، وجاءت آراء المحكمين تؤكد صلاحية المفردات لقياس ما وضعت لقياسه ، وأن تعليمات المقياس واضحة ، ة لمفرداته ومناسبة المفردات لعينة الدراسة(النساء الارامل) . ويوضح الجدول (١٣)التالي النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات مقياس معنى الحياة .

جدول (١٣)

النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات مقياس معنى الحياة للنساء الارامل (ن = ٥)

م	عناصر التحكيم	النسبة المئوية
١	صلاحية المفردات لقياس ما وضعت لقياسه.	٪٩٠,٩١
٢	سلامة الصياغة ومناسبتها لمستوى النساء الارامل	٪٨١,٨١
٣	مدى وضوح تعليمات المقياس.	٪١٠٠

يتضح من جدول (١٣) السابق أن النسبة المئوية لاتفاق المحكمين علي عناصر تحكيم مفردات اختبار معنى الحياة تتراوح بين (٨١,٨١٪، ١٠٠٪)، وقد أشار المحكمون إلي بعض المقترحات والتعديلات ، وتم تنفيذها .

صدق الاتساق الداخلي : قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه . ويبين الجدول رقم (١٤)التالي معاملات الصدق الداخلي لعبارات مقياس معنى الحياة

جدول (١٤) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد التي تنتمي إليه لمقياس مقياس معنى الحياة (ن = ١٢٠)

الذات والانجاز الشخصي			العلاقات مع الاخرين		
رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية للمقياس	رقم المفردة	ارتباطها بالبعد	الدرجة الكلية للمقياس
١	٠,٦٠٢**	٠,٦٠٠**	٢	٠,٦٩٦**	٠,٦٠٣**
٣	٠,٦٢٤**	٠,٥٣٣**	٤	٠,١٩٦*	٠,١٨٤*
٥	٠,٢٩٩**	٠,٢٦٥**	٦	٠,٤٠٣**	٠,٢٠٢*
٧	٠,٦٨٥**	٠,٧٥٢**	٨	٠,٣١١**	٠,٣١٠**
٩	٠,٣٣٣**	٠,٢٤٥**	١٠	٠,٥٠٨**	٠,٤٢٦**
١١	٠,٦٥١**	٠,٦١٦**	١٢	٠,٦٩٦**	٠,٦٠٣**
١٣	٠,٥٤٨**	٠,٤٦٤**	١٤	٠,٦٤٠**	٠,٦٣٠**
١٥	٠,٢٧١**	٠,٢٢٤*	١٦	٠,٥١٩**	٠,٤٥٠**
١٧	٠,٦٦٢**	٠,٦٢٦**	١٨	٠,٢٣١*	٠,١٩٤*
١٩	٠,١٩٩*	٠,١٩٠*	٢٠	٠,٣٦٦**	٠,٢٧٥**

** مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤ ، * (٠,٠٥) = ٠,١٧٩

يتضح من الجدول(١٤) السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠,٠١) ، (٠,٠٥) وبالتالي فهي مقبولة. كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط درجة كل بعد بالدرجة الكلية للمقياس. ويبين الجدول رقم (١٥)التالي معاملات الصدق الداخلي لأبعاد المقياس:

جدول (١٥) مصفوفة معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة (ن= ١٢٠)

البعد	الذات والانجاز الشخصي	العلاقات مع الاخرين	الدرجة الكلية
الذات والانجاز الشخصي	.	٠,٧٨٧**	٠,٩٥٥**
العلاقات مع الاخرين		.	٠,٩٣٤**

مستوى الدلالة عند (٠,٠١) = ٠,٢٣٤، (٠,٠٥) = ٠,١٧٩ * دال عند مستوى (٠,٠٥)، ** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٥) السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) وبالتالي فهي مقبولة.

الصدق العاملي: تم إجراء التحليل العاملي لمقياس معنى الحياة علي عينة قوامها (١٢٠) أرملة بطريقة المكونات الرئيسية وتم إجراء التحليل العاملي لمصفوفة الارتباط بطريقة المكونات الأساسية لهوتيلينج Hotelling باستخدام الحزمة الإحصائية (SPSS)، وقد أخذت الباحثة بمحك جيلفورد لمعرفة حد الدلالة الإحصائية للتشبعات وهو اعتبار التشبعات التي تصل إلى (٠,٣٠) أو أكثر تشبعات دالة، ولإعطاء معنى سيكولوجي للمكونات المستخرجة تم تدويرها تدويراً متعامداً باستخدام طريقة الفاريماكس لكايزر، Kaiser Varimax، من أجل مزيد من النقاء والوضوح في المعنى السيكولوجي، وتم استخراج مجموعة عوامل فسرت نسبة ٦٧,٨٨٪ من التباين الكلي كما تم تحديد عدد العوامل في عاملين فرضيين وتوزيع مفردات المقياس على هذه العوامل ,وهى العوامل التي تمثل أبعاد المقياس وذلك للتأكد من صحتها. والجدول(١٦)التالي يوضح مصفوفة العوامل لبنود المقياس:

جدول (١٦) مصفوفة عوامل مفردات مِقْيَاس معنى الحياة

م	العامل الأول	العامل الثاني	الشيوع	م	العامل الأول	العامل الثاني	الشيوع
١	.936		.987	١١	.893		.812
٢		.333	.987	١٢		.333	.987
٣	.935		.874	١٣	.572		.364
٤		.555	.366	١٤		.923	.852
٥	.566		.386	١٥	.883		.804
٦		.723	.526	١٦		.893	.857
٧	.904		.877	١٧	.879		.863
٨		.358	.260	١٨		.622	.619
٩	.483		.255	١٩	.883		.804
١٠		.879	.863	٢٠		.817	.818
	الجذر الكامن				**9.65**	**4.14**	**31.00**
	نسبة التباين				**48.26**	**20.74**	**69.00**

يتضح من الجدول (١٦) السابق أرقام ومضامين وتشبعات العبارات

العامل الأول: استقطب هذا العامل (٤٨,٢٦٪) من التباين الارتباطي بجذر كامن (٩,٦٥) وتشبعت به (١٠) عبارات ، وتدور المضامين النفسية لها حول التسامي بالذات والانجاز الشخصي ، وتخطي الصعاب ، وأن الحياة فيها ما يستحق أن نحيا لأجله ،وتقبل الآخرين ، والنظر للمستقبل والسيطرة على المشاعر السلبية والإجهاد السلبي، ولهذا قامت الباحثة بتسمية هذا العامل بـ (التسامي بالذات والانجاز الشخصي).

العامل الثانى: وقد استحوذ هذا العامل على نسبة (٢٠,٧٤) من التباين الكلي بعد التدوير، وبلغ الجذر الكامن (٤,١٤) وقد تشبعت عليه (١٠) عبارات، وتدور المضامين النفسية لها حول: العلاقات مع الاخرين ، ومشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم ، وحسن التعامل مع المحيطين ، ولهذا قامت الباحثة بتسمية هذا العامل بـ **(العلاقات مع الاخرين)**.وبذلك يكون العدد النهائي للمقياس (٢٠) عبارة .

وقد فسرت هذه العوامل نسبة تباين ٦٩,٠٠ وهي نسبة تباين كبيرة تعكس أن هذه العوامل مجتمعة تفسر نسبة كبيرة من التباين في المقياس وتؤكد هذه النتيجة على الصدق العاملي للمقياس حيث تشبعت العبارات على العوامل التي تنتمي إليها وهو ما يعزز الثقة في المقياس.

ثانياً : الثبات : تم حساب معامل ثبات مقياس معنى الحياة باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ وبلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٤٥) للدرجة الكلية ، و (٠,٧٩١ ، ٠,٧٨٥) للأبعاد الفرعية ، وهي معاملات دالة إحصائياً مما يدعو للثقة في صحة النتائج التي يسفر عنها المقياس.

كما تم حساب الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

جدول (١٧) يوضح معاملات الثبات للمقياس باستخدام التجزئة النصفية (ن= ١٢٠)

البعد	معامل الارتباط قبل تصحيح سبيرمان براون	معامل الارتباط بعد التصحيح
التسامي بالذات والانجاز الشخصي	٠,٦٥٤	٠,٧٩١
العلاقات مع الاخرين	٠,٦٥٠	٠,٧٨٧
المقياس ككل	٠,٧١٤	٠,٨٣٣

وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٨٣٣) وهو معامل دال إحصائياً يدعو للثقة في صحة النتائج

نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها :

نتائج الفرض الأول وتفسيرها :

ينص الفرض الأول على أنه " توجد علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين المُنعة النفسية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى النساء الارامل عينة الدراسة" وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس المُنعة النفسية بأبعادها ومقياس معنى الحياة ببعديه لدى النساء الارامل عينة الدراسة والتي يحددها الجدولين (١٨)،(١٩) التاليين:

جدول (١٨)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والالتواء لدرجات أفراد العينة على مقياس المُنعة النفسية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
المثابرة	29.81	1.77	-.112
الكفاءة الشخصية	33.02	1.36	.057
المواجهة واتخاذ القرار	32.71	1.97	-.039
الدرجة الكلية للمنعة النفسية	95.54	4.64	.102
التسامي بالذات والانجاز الشخصي	26.18	1.56	-.125
العلاقات مع الاخرين	27.12	1.38	.304
الدرجة الكلية لمعنى الحياة	53.30	2.78	.294

جدول (١٩)

معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس المُنعة النفسية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	القيمة	الذات والانجاز الشخصي	العلاقات مع الاخرين	الدرجة الكلية لمعنى الحياة
المثابرة	الارتباط	.833**	.834**	.883**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
الكفاءة الشخصية	الارتباط	.488**	.724**	.634**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
المواجهة واتخاذ القرار	الارتباط	.782**	.809**	.842**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
الدرجة الكلية للمنعة النفسية	الارتباط	.794**	.875**	.881**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000

القيمة الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = (٠,٠٨٧)، وعند مستوى ٠,٠١ = (٠,١١٥)

يتضح من الجدولين (١٨، ١٩) السابقين أن معاملات الارتباط بلغت (٠,٨٨٣ ، ٠,٦٣٤ ، ٠,٨٤٢ ، ٠,٨٨١) وهذه المعاملات دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على وجود علاقة موجبة بين المُنعة النفسية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة.

وترى الباحثة أن المنعة النفسية بأبعادها (المثابرة ، الكفاءة الشخصية ، المواجهة واتخاذ القرار) تؤكد على قدرة الأرملة على الاحتفاظ بقدر من الرضا والتقبل ، والتعامل مع الأحداث بإيجابية ، وتقبل ذاتها ، وإدراكها الحقيقي لها ، وللآخرين المحيطين بها مع المحافظة على الكفاءة الشخصية ، ووضع الخطط والأهداف والسعي نحو تحقيقها ، وتنفيذ الاجراءات اللازمة لمواجهة الأزمات وإيجاد حلول لها مما يعطي معنى لحياتها وقيمة لوجودها ، ويدعم استمرار حياتها وعدم الشعور بالفراغ الوجودي بعد ما تعرضت له من فقد السند (الزوج) ؛

هذا الشعور الذي يظهر في شكل ملل وسأم يشعر من يخبره بأن الحياة تمضي دون معنى أو هدف .

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

٢-ينص الفرض الثاني على أنه " توجد علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى النساء الارامل عينة الدراسة.." وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعادها ومقياس معنى الحياة ببعديه لدى النساء الارامل عينة الدراسة والتي يحددها الجدولين (٢٠)، (٢١) التاليين:

جدول (٢٠)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والالتواء لدرجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
المساندة الوجدانية	27.06	1.77	-.005
المساندة التقديرية	27.24	1.18	.062
المساندة المعلوماتية	27.22	1.71	-.414
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	81.53	4.22	-.095
الذات والانجاز الشخصي	26.18	1.56	-.125
العلاقات مع الاخرين	27.12	1.38	.304
الدرجة الكلية لمعنى الحياة	53.30	2.78	.294

جدول (٢١) معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	القيمة	التسامي بالذات والانجاز الشخصي	العلاقات مع الاخرين	الدرجة الكلية لمعنى الحياة
المساندة الوجدانية	الارتباط	.879**	.768**	.876**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
المساندة التقديرية	الارتباط	.581**	.814**	.731**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
المساندة المعلوماتية	الارتباط	.708**	.796**	.794**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	الارتباط	.818**	.873**	.894**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000

القيمة الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = (٠,٠٨٧)، وعند مستوى ٠,٠١ = (٠,١١٥)

يتضح من الجدولين(٢٠، ٢١) السابقين أن معاملات الارتباط بلغت (٠,٨٧٦ ، ٠,٧٣١ ، ٠,٧٩٤ ، ٠,٨٩٤) وهذه المعاملات دالة عند مستوى ٠,٠١ ، (٠,٠٥) مما يدل على وجود علاقة موجبة بين المساندة الاجتماعية بأبعادها ومعنى الحياة ببعديه لدى عينة الدراسة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (المهداوي ، ٢٠١٢) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية مع بعض الاضطرابات النفسية ، ودراسة (شاهين ، والسحار،٢٠١٩) التي أوضحت وجود علاقة طردية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية ، ودراسة (حسن ،٢٠٢٠) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين المساندة الاجتماعية الاسرية بأبعادها (المساندة الوجدانية والتفاعلية والمعلوماتية)، ومعنى الحياة لدى النساء المعنفات، وأن المرأة لا تستطيع تحديد أهدافها في الحياة ولا تستطيع تحمل المسئولية تجاه الحياة دون المساندة ممن حولها ، ودراسة (على ، ٢٠٢٠) التي وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية دالة احصائياً بين المساندة الاجتماعية ومعنى الحياة . ودراسة (gooding,2020) التي أوضحت النتائج أن مستوى المساندة الإجتماعية لدى النساء الأرامل كان معتدلًا، و كان الدعم من الآخرين المقربين هو الأعلى إدراكا من قبل الأرامل، يليه الدعم الاجتماعي من العائلة ثم المساندة الإجتماعية من الأصدقاء .

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

٣-ينص الفرض الثالث على أنه " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية بأبعادها والمُنعة النفسية بأبعادها لدى عينة الدراسة." وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعادها والمُنعة النفسية بأبعادها لدى عينة الدراسة والتي يحددها الجدولين (٢٢)،(٢٣) التاليين:

جدول (٢٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والالتواء لدرجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية بأبعادها والمُنعة النفسية بأبعادها لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الالتواء
المساندة الوجدانية	27.06	1.77	-.005
المساندة التقديرية	27.24	1.18	.062
المساندة المعلوماتية	27.22	1.71	-.414
الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية	81.53	4.22	-.095
المثابرة	29.81	1.77	-.112
الكفاءة الشخصية	33.02	1.36	.057
المواجهة و اتخاذ القرار	32.71	1.97	-.039
الدرجة الكلية لمقياس المنعة النفسية	95.54	4.64	.102

جـدول (٢٣) معامـل الارتبـاط بـين درجـات أفـراد العينـة علـى مقيـاس المسـاندة الاجتماعية بأبعادها والمُنعة النفسية بأبعادها لدى عينة الدراسة (ن = ٢٢١)

البعد	القيمة	المثابرة	الكفاءة الشخصية	المواجهة و اتخاذ القرار	الدرجة الكلية للمنعة النفسية
المساندة الوجدانية	الارتباط	.930**	.410**	.785**	.810**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
المساندة التقديرية	الارتباط	.662**	.785**	.721**	.790**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
المساندة المعلوماتية	الارتباط	.807**	.598**	.909**	.871**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000
الدرجة الكلية لمقياس للمساندة الاجتماعية	الارتباط	.903**	.634**	.900**	.914**
	مستوى الدلالة	.000	.000	.000	.000

القيمة الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = (٠,٠٨٧)، وعند مستوى ٠,٠١ = (٠,١١٥)

يتضح من الجدولين (٢٢، ٢٣) السابقين أن معاملات الارتباط بلغت (٠,٨١٠ ، ٠,٧٩٠ ، ٠,٨٧١ ، ٠,٩١٤) وهذه المعاملات دالة عند مستوى ٠,٠١ ، مما يدل على وجود علاقة موجبة بين المساندة الاجتماعية بأبعادها والمُنعة النفسية بأبعادها لدى عينة الدراسة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (سمارة ، ٢٠٢٠) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الإجتماعية ، ومستوى المُنعة النفسية والاكتئاب لدى مرضى الشلل الرعاشي ،وأشارت أهم نتائجها إلى ووجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الاجتماعية والمنعة النفسية .

نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

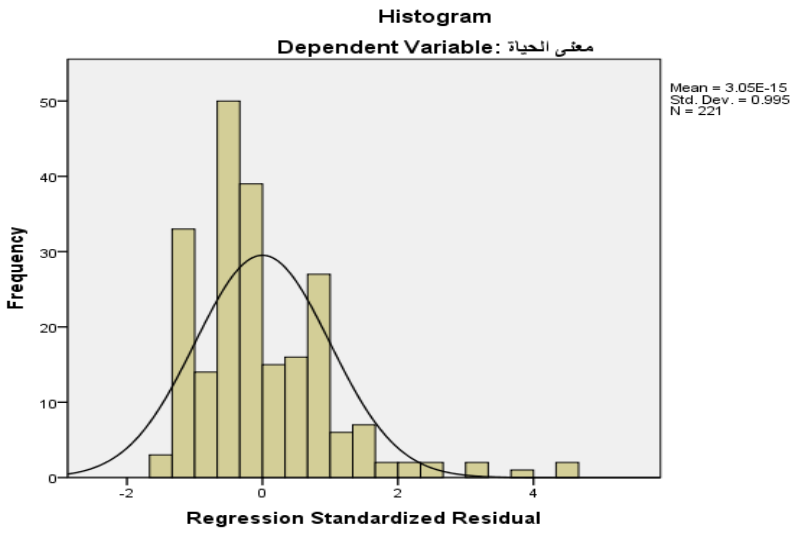
٤-ينص الفرض الرابع على أنه " يمكن التنبؤ بمعنى الحياة تنبؤاً غير دال إحصائياً بمعلومية " المُنعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى أفراد العينة الكلية). وللتحقق من صحة الفرض أجرت الباحثة بعض الاختبارات للتحقق من ملائمة البيانات لافتراضات تحليل الانحدار المتعدد المتدرج لدى أفراد العينة الكلية كما يظهر في الجدول (٢٤) التالي:

جدول (٢٤) نتائج اختبار داربن -واطسون (Durbin–Watson statistic) والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للعينة ككل (ن=٢٢١)

المتغيرات المنبأة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الدرجة الكلية لمعنى الحياة	53.30	2.78	.294
الدرجة الكلية للمنعة النفسية	95.54	4.64	.102
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	81.53	4.22	-.095
اختبار داربن - واطسون		**1.178**	

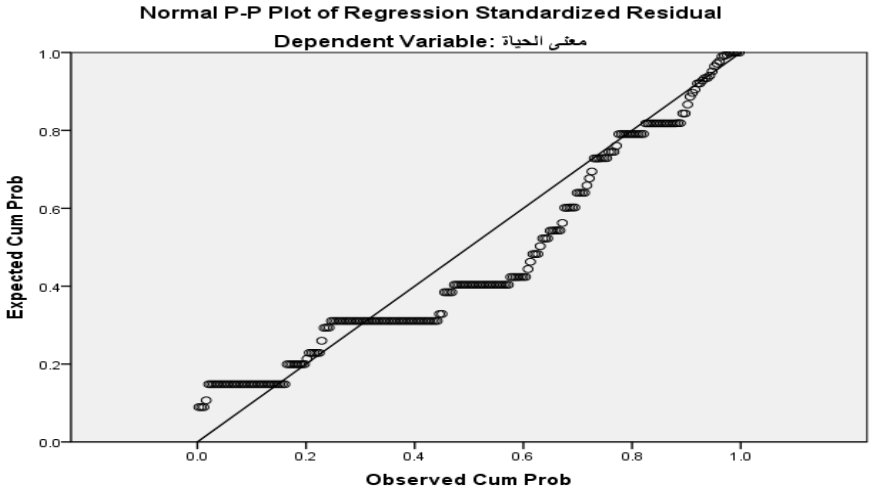
يتضح من الجدول(٢٤) السابق ما يلي :

- بلغت قيمة اختبار داربن – واطسون (1.178) مما يدل على الاستقلال الذاتي للبواقي، وكانت معاملات الالتواء أقل من (1) ؛ ولذلك يمكن القول بأنه التوزيع متماثل, ولا توجد مشكلةٌ حقيقيةٌ تتعلق بالتوزيع لبيانات الدراسة ، والشكل(١) التالي يوضح اعتدالية توزيع البيانات لأفراد العينة الكلية.



شكل (١) المدرج التكراري للخطأ المعياري للانحدار الخطي لمعنى الحياة

وعند مقارنة الواقع والمتوقع يلاحظ أنها قريبة جداً من التطابق الفعلي وبالتالي يكون النموذج جيد



شكل (٢) اعتدالية الانحدار الخطي لمعنى الحياة على متغيرات الدراسة

- يتضح من الشكل السابق عند رسم المدرج التكراري للخطأ المعياري للانحدار الخطي أن المتوسط يتقارب من الصفر ، وأن الانحراف المعياري بلغ (٠,٩٩٥) وهو بذلك يتقارب من (١) وهذا يعني أن الأخطاء تتوزع توزيعاً معيارياً

- وللتعرف على المعنوية الكلية لنموذج الانحدار تم إجراء F-Test لدى العينة الكلية, والجدول(٢٥) التالي يوضح قيم "F" لمعرفة دلالة التنبؤ .

جدول (٢٥) نتائج تحليل الانحدار لدرجات معنى الحياة على متغيرات الدراسة (ن= ٢٢١)

المتغير المستقل	B	t-test		F-test		R^2	Beta
		القيمة	مستوى المعنوية	القيمة	مستوى الدلالة		
الجزء الثابت	٥,٢٣٩	٣,٢١١	٠,٠١				-----
الدرجة الكلية للمنعة النفسية	٠,٢٣٥	٥,٦٠٢	٠,٠١	٥١١,٠٣	٠,٠١	٠,٨٢٤	٠,٣٩٢
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	٠,٣٥٣	٧,٦٦١	٠,٠٥				٠,٥٣٦

يتضح من الجدول (٢٥) السابق أن قيمة "ف" لمعرفة إمكانية التنبؤ دلالة التنبؤ بمعنى الحياة بمعلومية " المُنعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى العينة الكلية بلغت (٥١١,٠٣), وهي دالةً إحصائياً عند مستوى (٠,٠١), مما يشير إلى إمكانية التنبؤ بمعنى الحياة تنبؤاً دال إحصائياً بمعلومية " المُنعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى أفراد العينة . وكان أكثر المتغيرات تأثيراً هي (المساندة الاجتماعية يليها المُنعة النفسية)كما دلت عليه قيم بيتا (٠,٥٣٦ ، ٠,٣٩٢) على الترتيب ، وتفسر المتغيرات المدرجة مجتمعةً ٩٢,٨ % من التباين الكلي لمعنى الحياة لدى أفراد العينة الكلية، وتعد هذه النسبة مقبولة، مما يؤكد إسهام المتغيرات في معنى الحياة.

ويمكن صياغة المعادلة الشاملة للنموذج من خلال المتغيرات كالتالي :

درجة معنى الحياة = قيمة الثابت + (قيمة B) X متغيرات الدراسة

درجة معنى الحياة = ٥,٢٣٩قيمة الثابت + (٠,٢٣٥) X المُنعة النفسية+ (٠,٣٥٣) X المساندة الاجتماعية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبدالحميد ،٢٠١٦) التي أشارت إلى التنبؤ بحجم تأثير المساندة الإجتماعية في الرضا عن الحياة لدى الأرامل ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين المساندة الإجتماعية وابعاد الرضا عن الحياة .

وتعد المساندة الاجتماعية سلوك إيجابي يسهم في إسداء خدمة مادية أو معنوية لشخص ، تكون هذه الخدمة ضرورية بالنسبة له ويحتاجها بشدة ، لتخفيف ما يعانيه من متاعب ومحن ، و يساعده على التعايش مع الأحداث الضاغطة (ربيع، ٢٠١١: ٢٠٩)، وهنا تبرز قيمة إرادة الحياة ؛ حيث تعبر عن حاجة الفرد إلى وجود معنى في حياته ، فهي أشبه ما تكون بقوة جاذبة لطاقات الإنسان حول مركز يبلور فيه معنى حياته ، ويرى فرانكل(frankel) أن لدى الإنسان دافع أساسي في شخصيته يدفعه إلى الرغبة في تحقيق معنى لحياته، وأعمق شيئ يدفع الإنسان إنه يستطيع أن يعطي معنى لحياته كونه يشعر أنه مسؤول ، وأن حياته لن تتكرر فلا يهم ما توقعناه من الحياة ، لكن المهم ما الذى تتوقعه من الحياة ؟ والجواب العمل الصحيح والتصرف السليم .(الزغبى، والكريديس، ٢٠١٣: ١٠٥) مما يدعم الإقبال على الحياة ، والاستمتاع بها ، والصحة النفسية والجسدية ؛ حيث يعد الإحجام عن الحياة من علامات اعتلال الصحة النفسية ، واضطرابها ، وفقدان معنى الحياة (الفوزان ، ٢٠١٣: ١٢٠) .

وترى الباحثة أن الأرملة تتأثر بفقد الزوج وما تعرضت وتتعرض له من تهديدات مبنية على هذا الفقد ، ولكنها مع مرور الوقت تدرك حقيقة ما تعرضت له من تهديدات ، وترى أن آمال نجاتها أكثر كثيراً من احتمالات موتها ، وإذا ما توافرت لها المساندة الاجتماعية ممن حولها من أفراد الأسرة ، والجيران ، والأصدقاء، والأقارب ، وتوافرت لها كذلك سمات الشخصية المتزنة الايجابية التى تستطيع مواجهة الضغوط ، والتخطيط الجيد لمجريات الحياة ، ومستوى عال من المنعة النفسية ؛ فتزداد قدرتها على تجاوز الأزمة ومعايشة الحدث ، و تدرك الأرملة ضرورة تماسكها في الحياة ، وتعي الغرض من حياتها ،ومعنى الحياة ، مع الجد والمثابرة لتحقيق أهدافها، مع الشعور بالهمة والاقتدار على التعايش والتكيف .

وقد أوضح فرانكل (سليم ، ٢٠٢٠: ٢٩٠) أن وجود معنى للحياة يجعل الحياة غنية بالمعاني ، وأن الحياة بدون معنى يشعر الفرد باللاقيمة أو الإحساس بالخواء أو الفراغ الوجودي. وأن جوهر معنى الحياة يعلمنا أن غاية سعينا ينبغي أن تكون من أجل معنى يدوم ويعمق مغزاة حتى في أحلك ساعات المعاناة .

نتائج الفرض الخامس ومناقشتها:

٥-ينص الفرض الخامس على أنه " لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات النساء الأرامل عينة الدراسة في معنى الحياة تعزى لمتغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات)."

والجدول(٢٦) التالي يوضح نتائج اختبار (ت)-لحساب الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة النساء الأرامل عينة الدراسة في معنى الحياة في ضوء متغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات)

جدول (٢٦) نتائج اختبار النسبة التائية بين متوسطي درجات أفراد العينة في معنى الحياة ببعديه والدرجة الكلية تعزى لمتغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات)

البعد	سنوات الترمل	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	الخطأ المعياري للفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الذات والانجاز الشخصي	من ١-٥	89	26.06	1.51	0.197	0.214	0.920	0.358غير دالة
	أكثر من ٥سنوات	132	26.26	1.60				
العلاقات مع الاخرين	من ١-٥	89	27.01	1.28	0.185	0.190	0.973	0.330غير دالة
	أكثر من ٥سنوات	132	27.19	1.45				
الدرجة الكلية لمعنى الحياة	من ١-٥	89	53.07	2.65	0.383	0.383	1.00	0.317غير دالة
	أكثر من ٥سنوات	132	53.46	2.87				

القيمة الجدولية للنسبة التائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ وبدرجات حرية ٢١٩ =(٢,٥٠) ، وعند (٠,٠٥) =(١,٩٧)

يتضح من الجدول (٢٦) السابق أن قيمة (ت) غير دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) و أن متوسط درجات سنوات الترمل (من ١-٥) بلغ (٥٣,٠٧) في الدرجة الكلية لمعنى الحياة ، بينما بلغ متوسط درجات الأكثر من خمس سنوات (٥٣,٤٦) ، وأن قيمة النسبة التائية المحسوبة (١,٠٠) أقل من الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) حيث تبلغ (١,٩٧) مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة في معنى الحياة ببعديه والدرجة الكلية تعزى لمتغير سنوات الترمل (١: ٥/ أكثر من ٥سنوات).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كاتيم (Katem , 2010) التي ذكرت وجود فروق في معنى الحياة لدى الأرامل وفقاً لمتغير سنوات الترمل لصالح الاعلى في السنوات . ودراسة (درويش ،٢٠١٦) ، التي أشارت إلى وجود وجود فروق لدى الأرامل في قدرتهن على التحمل والصمود تعزي لمتغير سنوات الترمل لصالح السنوات الأكثر

بينما تختلف مع دراسة (gooding,2020) التي أشارت إلى أنه لا توجد اختلافات ذات دلالة في المساندة الإجتماعية تعود عدد السنوات منذ وفاة الزوج.

وترى الباحثة أنه ليس هناك شخصاً بمعزل عن الصدمة لا من قريب ولا من بعيد وإن اختلفت ردت الفعل أمام الموقف المهدد، وأن ما تمر به الأرملة من تجربة الفقد للزوج ، والسند "بالموت " تأخذ قيمتها في المواجهة المباشرة لهذ الحدث الصادم الذي يهدد وحدتها النفسية والجسمية ، ويتجلى هنا معنى الحياة في تلك التبعات التي تنجم عن الموقف ، وتبدأ الأرملة في فهم نفسها ،

وتتقوى بدرجة من الوعي تزيد من الطاقة النفسية الداخلية لديها فتزيد قدرتها على التفاعل والتعايش ، والتغلب على مهددات الحياة .

وأكد(الزيادات، ٢٠١٨) على أن معنى الحياة يسهم في الحفاظ على الصحة النفسية والجسمية الإيجابية إذا يتمتع الذين لديهم معنى في الحياة بمستويات مرتفعة من الحياة الهادئة والسعادة والعلاقات الاجتماعية المناسبة وقبول الذات و من يعانى ضعف المعنى في الحياة يتعرض لأمراض نفسية كالقلق والاكتئاب

نتائج الفرض السادس ومناقشتها:

٦-ينص الفرض السادس على أنه " - لا توجد فروق دالة إحصائياً في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير العمل (عاملات – ربة منزل). والجدول (٢٧) التالي يوضح نتائج اختبار (ت)-لحساب الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة في معنى الحياة بين النساء الأرامل تعزى لمتغير العمل (عاملات – ربة منزل)

جدول (٢٧) نتائج اختبار النسبة التائية بين متوسطي درجات عينة الدراسة تبعاً العمل (عاملات – ربة منزل) في معنى الحياة بأبعاده والدرجة الكلية

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	الخطأ المعياري للفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الذات والانجاز الشخصي	عاملات	72	26.66	1.70	0.780	0.240	3.25	0.01
	ربة منزل	149	25.88	1.66				
العلاقات مع الاخرين	عاملات	72	27.25	1.51	0.860	0.245	3.51	0.01
	ربة منزل	149	26.38	1.79				
الدرجة الكلية لمعنى الحياة	عاملات	72	53.91	2.74	1.64	0.389	4.21	0.01
	ربة منزل	149	52.27	2.70				

القيمة الجدولية للنسبة التائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ وبدرجات حرية ٢١٩ =(٢,٥٠) ، وعند (٠,٠٥) =(١,٩٧)

يتضح من الجدول السابق (٢٧): أن قيمة (ت) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) و أن متوسط درجات العاملات بلغ (٥٣,٩١) في الدرجة الكلية لمعنى الحياة ، بينما بلغ متوسط درجات ربة منزل (٥٢,٢٧) ، وأن قيمة النسبة التائية المحسوبة (٤,٢١) أكبر من الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) حيث تبلغ (١,٩٧) مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة في معنى الحياة تبعاً لمتغير العمل (عاملات – ربة منزل) لصالح العاملات.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (درويش ،٢٠١٦) ، ودراسة (عبدالحميد ،٢٠١٦) حيث أشارت إلى وجود فروق لدى الأرامل تعزي لمتغير العمل لصالح الارامل العاملات ، ودراسة (شاهين ، والسحار،٢٠١٩) التي توصلت إلى وجود علاقة طردية بين معنى الحياة والمساندة الإجتماعية ، ووجود فروق في معنى الحياة وفقاً لمتغير العمل لصالح العاملات .

نتائج الفرض السابع ومناقشتها:

٧-ينص الفرض السابع على أنه " - لا توجد فروق دالة إحصائياً في معنى الحياة بين النساء الارامل عينة الدراسة تعزى لمتغير الأبناء(لديهم أبناء – ليس لديهم أبناء). والجدول (٢٨) التالي يوضح نتائج اختبار (ت)-لحساب الفروق بين متوسط درجات أفراد العينة في معنى الحياة بين النساء الأرامل تعزى لمتغير الأبناء(لديهم أبناء – ليس لديهم أبناء)

جدول (٢٨) نتائج اختبار النسبة التائية بين متوسطي درجات عينة الدراسة تبعاً لمتغير الأبناء (لديهم أبناء – ليس لديهم أبناء) في مقياس معنى الحياة بأبعاده والدرجة الكلية

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرق بين القياسين	الخطأ المعياري للفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الذات والانجاز الشخصي	لديهم أبناء	66	26.06	1.55	0.178	0.230	0.773	0.440غير دالة
	ليس لديهم أبناء	155	26.23	1.57				
العلاقات مع الاخرين	لديهم أبناء	66	26.96	1.40	0.217	0.203	1.06	0.288غير دالة
	ليس لديهم أبناء	155	27.18	1.38				
الدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة	لديهم أبناء	66	53.03	2.80	0.395	0.409	0.965	0.336غير دالة
	ليس لديهم أبناء	155	53.42	2.78				

القيمة الجدولية للنسبة التائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ وبدرجات حرية ٢١٩ =(٢,٥٠) ، وعند (٠,٠٥) =(١,٩٧)

يتضح من الجدول(٢٨) السابق : أن قيمة (ت) غير دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) و أن متوسط درجات لديهم أبناء بلغ (٥٣,٠٣) في الدرجة الكلية لمعنى الحياة ، بينما بلغ متوسط درجات ليس لديهم أبناء(٥٣,٤٢) ، وأن قيمة النسبة التائية المحسوبة (٠,٩٦٥) أقل من الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) حيث تبلغ (١,٩٧) مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة في معنى الحياة تبعاً لمتغير الابناء (لديهم أبناء – ليس لديهم أبناء).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة كير ويوتز (2002) والتي أشارت إلى وجود فروق في مستوى المُنعة النفسية تعزي لمتغير الأبناء ، ودراسة (شاهين ، والسحار،٢٠١٩) التي توصلت إلى وجود فروق في معنى الحياة وفقاً لمتغير عدد الأبناء ، ونوع السكن (مستقل أو مشترك مع الأسرة).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأرملة تتحمل أعباء الحياة بعد ما تعرضت له من صدمة الفقد سواء لديها أبناء أم لا ، بمعنى أن معنى الحياة لديها إيجابي ربما لما تتلقاه من مساندة اجتماعية ، أو لما تتسم به من سمات شخصية تزيد من قدرتها على المواجهة والإقبال على الحياة ، وإيجابية معنى الحياة .

حيث يعتبر معنى الحياة عاملاً وقائياً للتعامل مع ما يتعرض له الفرد من مواقف وأزمات وهذا ما أكدته دراسة ليو واخرون (Lew, et. al 2020) بعنوان معنى الحياة كعامل وقائي ضد الميول الانتحارية إن الإنسان لا يستطيع أن يعيش الا إذا عرف أن لحياته معنى، فنحن لا نتعامل مع

الأشياء المختلفة باعتبارها ماهي عليه، لكننا نتعامل معها من خلال ما تعنيه بالنسبة الينا ووفقاً لتفسيراتنا، أي اننا لا نتعامل مع أشياء مجردة بل نعرفها ونتعامل معها من خلال ذواتنا، والتي تكون متأثرة بوجهة نظرنا الإنسانية (نجيب ، ٢٠٠٥)

التوصيات:

- تقديم خدمات الدعم المعنوي والمادي والإرشاد النفسي للأرامل بما يتلاءم مع احتياجاتهن النفسية.
- تقديم برامج إرشادية حول المنعة النفسية تساعد على فهم أهمية المنعة النفسية في مواجهة ضغوط الحياة وما يترتب على الكفاءة الشخصية من إيجابيات التصدى للأزمات .
- التوعية بمعنى الحياة أن الفقد ليس نهاية حياة ، وأن الحياة تستمر ، ولابد من السعي نحو تحقيق الأهداف .
- ضرورة الإهتمام بتقديم المساندة الإجتماعية بكافة انواعها للنساء الأرامل ، والتأكد من التوقيت المقدمة فيه والفائدة المرجوة من تقديمها .
- الإفادة من مراكز التدريب التابعة لوزارة العمل والشؤون الإجتماعية لمساعدة الأرامل على التغلب على معاناتهن النفسية ، وتحولهن من حالة الترمل إلى حالة الحياة والاستمرارية ، مما يحقق لهن التوازن ، والاستقرار ، ويحسن معنى الحياة لديهن ، ويساعدهن على البعد عن مسببات القلق والتوتر ، فالحياة لم تنته بوفاة الزوج ، فكل لحظة تعاش نعمة من الله تعالى غالية ، ومن الظلم إهدارها في كثير من التألم من ابتلاء يمر به العديد والعديد من الناس ، فلتغلق أبواب الحزن ، ولتفتح نوافذ الرضا ؛ ليشرق الاطمئنان والهدوء والسلام النفسي لهن ولأبنائهن .
- تزويد الأرملة بالمعارف والمعلومات التي تساعدها على التعامل مع واقعها الجديد بنجاح وطرد فكرة قلة الحيلة والمسارعة إلى الاستقلالية.
- تنمية الصورة الإيجابية للأرملة مما يساعدها على الانخراط والتفاعل الإجتماعي الصحي والسوى نفسياً مع الآخرين في العمل ، والجيران ، والأقارب ، وتلقي التعاطف والمساندة والتأييد لاستكمال رحلتها في تربية أبنائها ورعايتهم .
- توعية المؤسسات المختصة بدراسة الآثار النفسية والصحية والإجتماعية والاقتصادية على الأرامل ، ومن ثم تأهلهن من الناحية النفسية والإجتماعية والاقتصادية ، وتقديم البرامج التأهيلية وسبل الضمان الاجتماعي لهن.

البحوث المقترحة :

- فاعلية برنامج إرشادي لتمية معنى الحياة و خفض حدة الإكتئاب لدى عينة من الأرامل .
- المساندة الاجتماعية والرفاهية النفسية كمنبئين بمعنى الحياة لدى عينة من الرجال فاقدي الزوجة.
- فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المنعة النفسية لدى السيدات الأرامل.
- الصمود النفسي وعلاقته بمعنى الحياة والاتزان الفكري لدى النساء الأرامل.

المراجع

أولا : المراجع العربية

الأبيض ، محمد حسن علي .(٢٠١٠). مقياس معنى الحياة لدى الشباب . مجلة كلية التربية ،جامعة عين شمس ،ع(٣٤) ،ج (٣) ، ٧٩٩ – ٨٢٠ .

أبو عودة ،سلوى محمد ، والمزيني ، أسامة عطية.(٢٠٢١). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الإتزان الانفعالي لدى السيدات الأرامل ، ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، غزة .

أبو محفوظ ، مسعدة عبدالرزاق ، وحواشين ، مفيد نجيب،.(٢٠١٩). العلاقة بين مستويات المنعة النفسية لدى النساء الأرامل ونوعية الحياة . رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان الأهلية ، السلط .

بن رغدة، زينب .(٢٠٢٢).المهارات الإجتماعية لدى النساء الآرامل : دراسة استكشافية لدى عينة من النساء الأرامل بمدينة تفرت. الجزائر المؤتمر العلمي الدولي : العلوم الإجتماعية ودورها في بناء الأمم ونهضتها ، مركز جبل للبحث العلمي ، ٣١- ٥٤.

البهادلي ، أمل مهدي ، وعباس ، نور كاطع .(٢٠٢٢).الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الأرامل .مجلة العلوم التربوية والنفسية ،الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية ، ع (١٥٠) ،١٠١- ١٢٤ .

حسان ، ولاء .(٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة منعة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية . رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة.

حسن ، سمير محمد عبدالرحمن .(٢٠٢٠). المساندة الأسرية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المرأة المعنفة . مجلة دراسات في الخدمة الإجتماعية والعلوم الإنسانية ، جامعة حلوان، ع(٥٠)،ج(١)، ٧٣- ١١٠.

حسن ، وفاء.(٢٠١٠).الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية المطلقة والأرملة وعلاقتهما ببعض المتغيرات . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة.

حسن ، عبير مهدي ،و على ، صفاء حسين .(٢٠١٦). العصاب المعنوي لدى الأرامل . مجلة التراث ، جامعة زيان عاشور بالجلفة ،ع(٢٢) ،١٢٢ - ١٤٣.

خريسات ، شادية هاني، ونجادات ، أحمد الهندي، وطشطوش ، رامي عبدالله .(٢٠٢٠). الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى النساء الأرامل والمطلقات . رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك .

الخوالدة ، ابراهيم محمد صالح ، وضمرة ، جلال كايد.(٢٠١٨).أثر العلاج السردي في تحسين المنعة النفسية ونوعية الحياة لدى اللاجئين السوريين في الأردن . رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الهاشمية، الزرقاء.

درويش ،زينب عبدالمحسن.(٢٠١٦). الإنبساطية والمساندة الإجتماعية كمنبئات بالصمود النفسي لدى النساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. المجلة العلمية بكلية الآداب، جامعة طنطا ،ع(٢٩)،(٣) ١٣٨٩- ١٤٤١.

ربيع ،محمد شحاته .(٢٠١١).علم النفس الإجتماعي .دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ،ط١.

الزغبي ،احمد محمد، والكريديس ، ريم سالم .(٢٠١٣).نظريات الإرشاد النفسي .مكتبة الرشد ، المملكة العربية السعودية ، ط١.

الزيادات، مريم عواد (٢٠١٨). معنى الحياة وعلاقته بالسلوكيات الخطرة على الصحة لدى طلبة الجامعة الأردنية، مجلة دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ج (٤٥)، ع(٢)، ٣١١ - ٣٢٥.

زيدان ، عصام محمد .(٢٠١٣). المنعة النفسية – مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عامليه .مجلة كلية التربية، جامعة طنطا ، ٥١ (٣)، ٨١٣-٨٨٣.

السرس، اسماء، وعبدالمقصود ،أماني.(٢٠٠٩). مقياس المساندة الإجتماعية وتطبيقاتها العملية ،الأنجلو المصرية ، القاهرة .

السكافي، فاتن .(٢٠١٧). معنى الحياة في علم النفس، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية،

الجامعة اللبنانية، بيروت، مركز جيل البحث العلمي ع(٣٧) .

سليم ، عبدالعزيز إبراهيم .(٢٠٢٠).علم النفس العلاجي النظرية والممارسة. دار ميرنا للنشر ، ط١.

سمارة ، أزل محمد .(٢٠٢٠). العلاقة بين المساندة الإجتماعية ومستوى المنعة النفسية والاكتئاب لدى مرضى الشلل الرعاشي . ماجستير غير منشورة ، جامعة عمان الأهلية . السلط .

شاهين ، نداء رياض ، والسحار ، ختام اسماعيل .(٢٠١٩). معنى الحياة كمتغير وسيط بين المساندة الإجتماعية ونموما بعد الصدمة لدى زوجات الشهداء ، ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية ، غزة .

شقورة ، يحيي.(٢٠١٢) .المنعة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في غزة. رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة .

عبد الحميد، زينب سيد .(٢٠١٦).المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من الأرامل بمحافظة أسوان ، مجلة كلية الآداب ، جامعة بنها، ع(٤٣)، ١٠٩٦- ١١٧٦.

علي، ألاء السيد فاروق.(٢٠١٦). تحسين نوعية حياة الأرامل . مجلة الخدمة الإجتماعية ، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين ،ع(٥٦)، ج(٨)، ٤٢٣- ٤٤٣.

على ، إيهاب حامد سالم .(٢٠٢٠). المساندة الإجتماعية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المرضى بأمراض مزمنة . مجلة دراسات في الخدمة والعلوم الإنسانية ،جامعة حلوان، ع(٥٠)،ج(٣)،٨٤٧-٨٨٨.

علي ،عبدالحليم رحيم .(٢٠١٦). الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى الأرامل . مجلة العلوم التربوية والنفسية ،الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ع(١٢١)، ٤١٢-٤٤٢.

علي ، عبدالسلام .(٢٠٠٥). المساندة الإجتماعية وتطبيقاتها العملية ، القاهرة ، الأنجلو المصرية،ط١.

علي، ولاء محمد حسين، ومحمد ، صابر فاروق، وهيبة ، حسام اسماعيل.(٢٠١٨).مقياس المساندة الإجتماعية لدى عينة من الأرامل . مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس ،ع٥٦ ، ٢٢٩- ٢٥٥.

عطاف ، محمود ابو غالي.(٢٠١١). المساندة الإجتماعية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى عينة من حالات البتر في محافظات غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأقصى ،فلسطين.

غانم ، حسن .(٢٠٠٧). الإرشاد النفسي والنظرية ، عمان ، الأردن، دار الفكر العربي ، ط١.

الفوزان ،محمد بن أحمد.(٢٠١٣).مبادئ علم النمو النفسي .المملكة العربية السعودية ، مكتبة الرشد، ط١

لعوامن ، حبيبة ، وتغليت ،صلاح الدين .(٢٠١٧). من الصدمة إلى معنى الحياة : معادلة الموت والحياة بين المعنى واللامعنى ، عالم التربية ،المؤسسة العربية للاستشارات العلمية وتنمية الموارد البشرية ،ع (٥٩)، ج(٨)، ٦٧- ٩٥.

قاسم ، نادر فتحي .(٢٠١٦).الخصائص السيكومترية لمقياس معنى الحياة العاملي . مجلة البحث العلمي في التربية ، جامعة عين شمس ، كلية الآداب ع(١٧) ج(٤).

مجدي، رولا .(٢٠١٤). المساندة الإجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتهما بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والأرامل بمحافظة غزة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الازهر غزة.

محمد ، عبدالستار محمد ابراهيم .(٢٠١٥). سمات الشخصية الكبرى المنبئة بتسامي الذات لدى الأمهات الأرامل .المجلة المصرية للدراسات النفسية .مج (٢٠)، ع(٨٨)، ١٨٩- ٢٣٢.

المنسي ، محمد .(٢٠٠٨). الأرملة والمجتمع ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ،عمان ، ط١.

المهداوي، عبدالله محمد بن حسين.(٢٠١٢). معنى الحياة والمساندة الإجتماعية وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المصابين في الحوادث المرورية بالمملكة العربية السعودية . دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، ع(٣١)،ج(١)، ٩٣- ١٥٨.

ناطور ، آية عدنان .(٢٠٢٠). المنعة النفسية وعلاقتها بالقلق والاكتئاب لدى النساء اللواتي تعرضن لاستئصال الثدي . ماجستير غير منشورة ، جامعة عمان الأهلية ، السلط.

نجيب ، بشرى عادل (٢٠٠٥) معنى الحياة ، المجلس الأعلى للثقافة ، ط ١ ، ع ٧٠٩

الهلول ، اسماعيل ،و محيسن ،عون .(٢٠١٣). المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج . مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) ،٢٧ (١١)، ٢٢٠٧- ٢٢٣٦.

يوسف ، داليا عبد الخالق .(٢٠٠٨).معنى الحياة وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الدراسة لدى طلاب الجامعة . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق.

المراجع العربية مترجمة:

Al-Abiad, Mohammed Hassan Ali. (2010). "The Scale of Meaning of Life among Youth." Journal of Education, Ain Shams University, (34), (3), 799–820.

Abu Odeh, Sulwa Mohammad, & Al-Mazini, Osama Atiya. (2021). "Effectiveness of Counseling Program for Developing Emotional Stability among Widowed Women." Unpublished Master's Thesis, Islamic University, Gaza.

Abu Mahfouz, Mas'ada Abdul Razzaq, & Hawashin, Mufeed Najib. (2019). "The Relationship between Psychological Resilience Levels among Widowed Women and Quality of Life." Unpublished Master's Thesis, Al-Ahliyya Amman University, Salt.

Ben Raghdah, Zainab. (2022). "Social Skills among Widowed Women: An Exploratory Study among a Sample of Widowed Women in Tafraout City." The International Scientific Conference: Social Sciences and Their Role in Building Nations and Their Renaissance, Jabal Research Center, 31–54.

Al-Bahadli, Amal Mahdi, & Abbas, Noor Katia. (2022). "Psychological Resilience and Its Relationship with Life Orientation among Widowed Women." Journal of Educational and Psychological Sciences, Iraqi Association for Educational and Psychological Sciences, (150), 101–124.

Hassan, Walaa. (2009). "Effectiveness of Proposed Counseling Program to Increase Self-Efficacy among Female University Students." Master's Thesis, Islamic University, Gaza.

Hassan, Sameer Mohammad Abdul Rahman. (2020). "Family Support and Its Relationship to the Meaning of Life among Abused Women." Journal of Studies in Social Service and Humanities, Helwan University, (50), (1), 73–110.

Hassan, Wafaa. (2010). "Psychological Security and Feeling of Psychological Loneliness among Palestinian Divorced and Widowed Women and Their Relationship to Some Variables." Unpublished Master's Thesis, Faculty of Education, Islamic University, Gaza.

Hassan, Abeer Mahdi, & Ali, Safaa Hussein. (2016). "Spiritual Resilience among Widows." Heritage Journal, Zian Achour University, (22), 122–143.

Khreisat, Shadia Hani, & Najadat, Ahmed Al-Hindi, & Tashatoush, Rami Abdullah. (2020). "Psychological Security and Its Relationship with Psychological Loneliness among Widowed and Divorced Women." Unpublished Master's Thesis, Yarmouk University.

Al-Khawaldeh, Ibrahim Mohammad Saleh, & Dammra, Jalal Kaid. (2018). "The Impact of Narrative Therapy on Improving Psychological Resilience and Quality of Life among Syrian Refugees in Jordan." Unpublished Master's Thesis, Hashemite University, Zarqa.

Darwish, Zeinab Abdul Mohsen. (2016). "Resilience and Social Support as Predictors of Psychological Resilience among Widowed Women in Light of Some Demographic Variables." Scientific Journal of the Faculty of Arts, Tanta University, (29), (3), 1389–1441.

Rabei, Mohammed Shihata. (2011). "Social Psychology." Dar Al-Maseera Publishing and Distribution, Amman, 1st edition.

Al-Zaghabi, Ahmed Mohammed, & Al-Kradyes, Reem Salem. (2013). "Theories of Psychological Counseling." Rashid Library, Saudi Arabia, 1st edition.

Al-Zyadat, Mariam Awad. (2018). "Meaning of Life and Its Relationship to Health-Risk Behaviors among Jordanian University Students." Journal of Educational Sciences Studies, University of Jordan, (45), (2), 311–325.

Zaidan, Essam Mohammed. (2013). "Psychological Resilience – Its Concept, Dimensions, and Measurement: A Factorial Study." Journal of Education, Tanta University, (51), (3), 813–883.

Al-Saras, Asmaa, & Abdel Maqsoud, Amani. (2009). "Social Support Scale and Its Practical Applications." Anglo-Egyptian Library, Cairo.

Al-Skafi, Faten. (2017). "Meaning of Life in Psychology." Journal of Human and Social Sciences, Lebanese University, Beirut, Jil Research Center, (37).

Salim, Abdulaziz Ibrahim. (2020). "Therapeutic Psychology: Theory and Practice." Merna Publishing House, 1st edition.

Samara, Azal Mohammed. (2020). "The Relationship between Social Support and Level of Psychological Resilience and Depression among Parkinson's Patients." Unpublished Master's Thesis, Al-Ahliyya Amman University, Salt.

Shaheen, Nadia Riyadh, & Al-Sahaar, Khatam Ismail. (2019). "Meaning of Life as a Mediator between Social Support and Post-Traumatic Growth among Martyrs' Widows." Unpublished Master's Thesis, Islamic University, Gaza.

Shqoura, Yahya. (2012). "Psychological Resilience and Its Relationship to Life Satisfaction among Palestinian University Students in Gaza." Master's Thesis, Islamic University, Gaza.

Abdel-Hamid, Zeinab Sayed. (2016). "Social Support and Its Relationship to Life Satisfaction among a Sample of Widows in Aswan Governorate." Journal of the Faculty of Arts, Benha University, (43), 1096–1176.

Ali, Alaa El-Sayed Farouk. (2016). "Improving the Quality of Life of Widows." Journal of Social Service, Egyptian Association for Social Workers, (56), (8), 423–443.

Ali, Ehab Hamed Salem. (2020). "Social Support and Its Relationship to the Meaning of Life among Patients with Chronic Diseases." Journal of Studies in Service and Humanities, Helwan University, (50), (3), 847–888.

Ali, Abdulhalim Raheem. (2016). "Psychological Alienation and Its Relationship to Self-Esteem among Widowed Women." Journal of Educational and Psychological Sciences, Iraqi Association for Educational and Psychological Sciences, (121), 412–442.

Ali, Abdulsalam. (2005). "Social Support and Its Practical Applications." Anglo-Egyptian Publishers, Cairo, 1st edition.

Ali, Walaa Mohammed Hussein, Mohammed, Saber Farouk, & Heiba, Hossam Ismail. (2018). "Scale of Social Support among a Sample of Widowed Women." Journal of Psychological Counseling, Ain Shams University, (56), 229–255.

Ataf, Mahmoud Abu Ghali. (2011). "Social Support and Its Relationship to the Meaning of Life among Amputee Cases in

Gaza Governorates." Master's Thesis, Faculty of Education, Al-Aqsa University, Palestine.

Ghanem, Hassan. (2007). "Psychological Counseling and Theory." Dar Al-Fikr Al-Arabi, Amman, Jordan, 1st edition.

Alfawzan, Mohammed Bin Ahmed. (2013). "Principles of Psychological Growth." Saudi Arabia, Al-Rashid Library, 1st edition.

Laouamen, Habiba, & Taghlit, Salah El-Din. (2017). "From Trauma to Meaning of Life: The Equation of Death and Life between Meaning and Meaninglessness." World of Education, Arab Institute for Scientific Consultation and Human Resource Development, (59), (8), 67–95.

Qasim, Nader Fathi. (2016). "Psychometric Characteristics of the Purpose in Life Scale." Journal of Scientific Research in Education, Ain Shams University, Faculty of Arts, (17), (4).

Magdy, Rola. (2014). "Social Support, Psychological Resilience, and Their Relationship to Future Anxiety among Martyrs' Wives and Widows in Gaza Governorate." Unpublished Master's Thesis, Faculty of Education, Al-Azhar University, Gaza.

Mohammed, Abdel Sattar Mohammed Ibrahim. (2015). "Big Five Personality Traits Predicting Self-Actualization among Widowed Mothers." Egyptian Journal of Psychological Studies, (20), (88), 189–232.

Al-Mansi, Mohammed. (2008). "The Widow and Society." Dar Al-Maseera Publishing and Distribution, Amman, 1st edition.

Al-Muhaddawi, Abdullah Mohammed Bin Hussein. (2012). "Meaning of Life and Social Support and Their Relationship to Some Psychological Disorders among Victims of Traffic Accidents in Saudi Arabia." Arab Studies in Education and Psychology, (31), (1), 93–158.

Natour, Aya Adnan. (2020). "Psychological Resilience and Its Relationship to Anxiety and Depression among Women who Underwent Mastectomy." Unpublished Master's Thesis, Al-Ahliyya Amman University, Salt.

Najib, Bushra Adel. (2005). "Meaning of Life." Supreme Council of Culture, 1st edition, p. 709.

Al-Halool, Ismail, & Mahisen, Aoun. (2013). "Social Support and Its Relationship to Life Satisfaction and Psychological Resilience among Palestinian Widowed Women." An-Najah University Research Journal (Humanities), (27), (11), 2207–2236.

Youssef, Dalia Abdel Khalek. (2008). "Meaning of Life and Its Relationship to Academic Achievement Motivation and Study Satisfaction among University Students." Unpublished Master's Thesis, Faculty of Education, Zagazig University.

ثانيا : المراجع الأجنبية

(APA) American Psychological Association.(2002). The Road to resilience,750, First Street, NE, Washington DC.

Abu Bakar, A., Jamaluddin , S., Symaco , L., & Darusalam, G.(2010).Resiliency among secondary school students in International Journal of Educational and psychological Assessment,(4), 68.

American Psychological Association.(2010). Concise rules of APA style American Psychological Association.

Bodin P & Wiman BLB. (2004). Resilience and other stability concepts in ecology: notes on their origin, validity and usefulness, ESS Bulletin; 2 (2),PP: 33 – 43.

Boker, S & Biscoconti, T; Bergeman, C (2006). Social Support as a predictor of variability an examination of the adjustment trajectories of recent widows. Psychology and Aging, 21(3),pp: 590-599.

Carr, D & Utz, R.(2003).Late –life Widowhood in the United States: New directions in research and theory Ageing Interrnaional, 27(1),pp65- 88.

Carnelley, KBolger, N Wortman , C & Burke,C.(2006) . the time course of grief reactions to spousal loos: Evidence from a national probability sample . Journal of personality and social psychology, 91(3) pp:476- 492.

Conner, K & Davidson, J.(2003).Development of a new resilience scale :The Conner- Davidson scale (CD- RISC).Depression and anxiety, 18(2), pp:76- 82.

DeMichele, K. A. (2009). Memories of suffering: exploring the life story narratives of twice-widowed elderly women. Journal of Aging Studies,(23),pp: 103- 113.

Dictionary ,O.(2008).See Thomas Blount, Glossography: or Adictionary, interpreting all , such hard voids,Whether Hebrew ,Greek, Latin , Spanish, French, Teutonic ,Belgic , Britis or Saxon.

Dubey A & Shahi D (2011). Psychological Immunity and Coping Strategies: A Study on Medical Professionals. Indian Journal of social Science researches; 1-2 (8): 36 - 47.

Gooding, P., Littlewood, D.,Owen, R, Johnson, J & Tarrier , N.(2019). Psychological Resilience in people Experiencing Schizophrenia and Suicidal Thoughts and behaviors . journal of Mental Health, 28(6), 597- 603.

Grouden, Melissa E, & Jose, Paul .(2014).How do Sources of Meaning in Life Vary According to Demographic Factors ? New Zealand Journal of Psychology , 43 (3), 29- 38 .

Katem,. B (2010)How to achieve resilience as an older widower: turning points or gradual change? Ageing & Society 30,PP : 369-382.

Masten, A, Powell, J & Luthar, s.(2003) .Aresilience framework for research policy, and practice. Resience and vulnerability: Adaptation in the context of childhood adversities, 1(25), 153.

Liu ,R ., Kleiman ,E.,Nestor ,B .,& Cheek ,S.(2015).The Hopelessness theory of Depression A quarter – century in review Clinical Psychology . Science and Practice , 22(4), 345- 365.

Petra,O.(2003).Meaning in life and Depression A Comparative Study of the Relation between them across the life span Dissertation Abstracts Intemational .64(2B),972.

Reker,G.T (2000)Theoretical ,perspective and Measurement of Existential meaning in G ,T. Reker, & Chamberlain (EDS), Exploring Existential Meaning ; Optimizing Development Across the life span .pp39- 55.

Sarason, I& Sarason, B.(2013) . Social support : Theory, research and applications. Springer Science & Business Media.

Seery MD (2011). Resilience: A Silver Lining to Experiencing Adverse Life Events? , Current Directions in Psychological Science; 20 (6),PP: 390 – 394.

S chwarzer & Schulzu.(2000). Berlin Social Support Scales(BSSS).VOL(49),NO(1),PP:73- 82.

Steger, M. F., & Kashdan, T. B. (2013). The unbearable lightness of meaning: Well-being and unstable meaning in life. The Journal of Positive Psychology, 8(2), 103-115.

Tang, wu ; Mei, Ju; Chou ; Shan , Lei Meng ; Fang ,Hou Jing ; Hsyang Wu ming .(2015). Development of Taiwan Collegs Student Sense of life meaning Scale , Universal journal of Educational Research , 3(8),536- 545.

Thoits, p.(2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health Journal of jealth and social behavior, 52(2), pp:145-161.

Togasm, C., Mavrogiogi, F& Alexias, G.(2018). Examining the relationship between coping strategies , perceived social support and mental in psychosocial and environmental problems in Chinical Neuroscience & Mental Health, 1(3).