

الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل

م. م نور كاطع عباس

أ. د. امل مهدي جبر

مركز الارشاد التربوي والرعاية النفسية

جامعة البصرة – كلية التربية للبنات

ملخص البحث

هدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل, وقد تكونت عينة البحث من (150) امرأة ارملة من محافظة البصرة للعام (2020-2021), ولتحقيق اهداف البحث تم اعداد مقياس الصمود النفسي والذي تكون في صورته النهائية من (31) فقرة واعداد مقياس للتوجه نحو الحياة والذي تكون من (24) فقرة لتطبيقه على العينة النهائية, ولتحليل البيانات واستخراج النتائج تم الاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأسفرت النتائج بتمتع عينة البحث بمستوى متوسط من الصمود النفسي وتوجه ضعيف نحو الحياة لكن اتضح وجود علاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة .

الكلمات المفتاحية: - الصمود النفسي ، التوجه نحو الحياة ، الارامل

Abstract:

The current research aims to identify The level relationship between psychological resilience and life orientation among widows, The final research sample which amounted to (150) widowed women in Basra Governorate for the year (2021-2020), To achieve the objectives of the current research Preparing the psychological resilience scale that formed from (31) paragraph and the life orientation among scale that formed from (24) paragraph for widowed women to fit the research sample. and to analyze the data The results were extracted using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) and the results resulted in the research sample having a medium level of psychological resilience and a weak

orientation towards life, but it became clear that there is a relationship between psychological resilience and life orientation among.

Key word: psychological resilience, life orientation , widows

الفصل الاول

- مشكلة البحث:

تعتبر الاسرة هي نواة المجتمع فأصلاحها صلاح للمجتمع كما ان البناء الاسري من اهم العوامل التي تساعد على تماسك الاسرة والحفاظ على قدرتها على الأداء الاجتماعي السليم ومن المعروف ان البناء الاسري يقوم على عدة مكونات وهي الاب والام والابناء ولكن عندما تتعرض الاسرة لفقدان احد المكونات فذلك ينعكس على تماسك الاسرة واستقرارها وخصوصا اذا كان المفقود هو الاب لما له من دور رئيسي وفعال في توفير معظم احتياجات الاسرة وتحمل الام هذه المسؤولية لوحدها يعرضها للكثير من الضغوط النفسية والاجتماعية فضلاً عن نظرة مجتمعنا الشرقي الى المرأة الارملة وانها يجب ان تتطوي على نفسها بحزنها وتقضي ما تبقى من عمرها في تربية اولادها وملازمتها للمنزل ما يفرض عليها مجموعه من القيود في العيش والذي يدفعها الى التخلي عن احلامها السابقة سواء كان ذلك بإرادتها او بغير ارادتها وكأنما كانت حياتها مبنية على الزوج وهذا ناتج من عادات وتقاليد المجتمع الذي تعيش فيه؛ لذلك يجب ان تتمتع الارملة بقدر جيد من الصمود النفسي الذي يجعلها قادرة على التوافق و تحمل أعباء الحياة والثبات والحفاظ على الهدوء لتتأقلم مع الحياة الجديدة وتتخلص من الضغط النفسي الذي يحكمها والنظر بإيجابية للحياة من اجل تربية اطفالها تربية سليمة ومتوازنة وجعلهم افراد صالحين في المجتمع قادرين على تحمل المسؤولية.

تكمن مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤلات التالية

- ما مستوى الصمود النفسي لدى الارامل؟
- ما مستوى التوجه نحو الحياة لدى الارامل؟
- ما طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الارامل؟

- أهمية البحث:

ان عصرنا الحاضر هو عصر السرعة والتطور والتقدم ولكن هذا التقدم لا يخلو من السلبيات التي تؤثر بشكل مباشر واساسي على البناء الاسري من صعوبات ومحن وضغوط تواجهها الاسرة من اجل العيش وتوفير كافة الاحتياجات واحداث التوافق مع المحيط الذي تنتمي اليه الاسرة هذا بشكل عام؛ ولكن الى اي مدى يمكننا ان نتخيل الصعوبات التي تواجهها الاسرة الفاقدة للأب والذي بدوره يعتبر العمود الرئيس لبنائها. حيث تعتبر المرأة الارملة حالة خاصة؛ بسبب التغير الجذري لأسلوب وشكل حياتها وانقلاب نظامها اليومي في الحياة، ولعل من اهم واخطر تغيير هو ذلك التحول في ذاتها ونفسياتها إذ تشعر فجأة بانها لم تعد زوجة كسابق عهدها وتواجه الحياة وتحدياتها بمفردها، مما يتطلب لديها وجود قدر من الصمود النفسي وقدرة على خلق استراتيجيات تساعد على تكوين التوجه بشكل ايجابي نحو الحياة خاصة وان طبيعة المجتمع العربي يفرض عليها قيود وعلى حياة ابنائها، وفي هذا الصدد اشارت دراسة الحسين (2011) الى ان اكثر المشكلات التي تعاني منها الارملة العراقية هي نظرة المجتمع المتدنية، والعوز المادي والتبعية الاقتصادية للأخرين، والشعور بالعجز والضعف، وضعف الاهتمام من قبل اهل الزوج، والشعور بالفراغ النفسي والعاطفي، كما تشير دراسة الاغا (2011) الى ان تعرض المرأة للترمل يعد من اهم واخطر الضغوط النفسية التي تتعرض لها الحياة الزوجية بشكل عام والزوجة بشكل خاص ولا شك ان درجة الخطورة ترتبط بمدى اعتماد المرأة على الرجل ومدى هذا الاعتماد (صالح، وابو هديروس، 2014، ص349). من هذا المنطلق يمكن ان تلخص الباحثتان اهمية البحث الحالي في النقاط التالية:

- تسليط الضوء على متغيرين مهمين هما الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل من اجل التركيز على نقاط الضعف فيهما ومحاولة إيجاد الحلول في دراسات لاحقه من اجل مساعدة الارملة في استعادة توازنهن بعد التعرض للمصاعب والمحن والضغوط الناتجة من فقدان الزوج وتحمل مسؤولية الاسرة ومحاولة بناء اتجاه ايجابي نحو الحياة.
- الاهتمام بشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي الارملة ومعاناتها الذي بدورها تؤثر على الاسرة.
- قد تسفر الدراسة عن نتائج تساعد على اعداد برامج لتنمية الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الارملة.

- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على ما يأتي:

- 1- قياس مستوى الصمود النفسي لدى الارامل؟
- 2- قياس مستوى التوجه نحو الحياة؟
- 3- العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الارامل؟

- تحديد المصطلحات:

أولاً: الصمود النفسي:

- عرفه كورنر ودافيدسون بأنه: قدرة الفرد على التكيف الايجابي في مواجهة الضغوط النفسية, واستعادة توازنه بعد التعرض للمحن والصدمات المضطربة التي تواجهه (غولي والعكليي, 2019, ص301).
- عرفه ابراهيم (2014) بأنه: عملية او سمة او قدرة او خاصية شخصية تمكن الفرد من التعامل والمواجهة الايجابية للضغوط والازمات والمحن المختلفة , والنهوض منها بدون انكسار, واستعادة الحالة النفسية والجسمية الاصلية بعد التعرض للصدمات , والاستمرار في التعايش الايجابي مع الحياة, وتحقيق النواتج الايجابية (كالهناء الذاتي والنمو النفسي) على الرغم من التعرض للظروف المهددة لهناء الفرد الذاتي او حتى دون التعرض لها (ابراهيم , 2014, ص144)
- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على فقرات مقياس الصمود النفسي.

ثانياً: التوجه نحو الحياة:

- عرفه المحتسب والعكر (2016) : بأنه قدرة الفرد على التفكير بموضوعية وامتلاكه للمعتقدات الايجابية التي تساعده في الانفتاح على الدنيا والناس والتفاعل معهم, والسعي نحو تحقيق اهدافه (صالح, 2020, ص65).
- عرفه علي (2012): بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها ويعتمد هذا التقييم على مقارنة المكافآت والكلف بمستوى الحياة التي يعيشها، والنظرة الايجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف

والتصرفات تنزع نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيء (علي, 2012, ص1271).

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من اجابته على فقرات مقياس التوجه نحو الحياة.

الفصل الثاني

إطار نظري ودراسات سابقة

- **الاطار النظري:**

أولاً: مفهوم الصمود النفسي:

يستمد مفهوم الصمود النفسي من الضغوط النفسية وأدبيات المواجهة وان فكرته تكون مشتقة من القلق النفسي، وان أصل كلمة الصمود Resilience من الكلمة اللاتينية مرن التي تترجم بالرجوع وان الصمود النفسي هو عملية الرجوع الى الوظيفة الطبيعية بعد حدث مرهق أو مجيد ، ويمكن تمييز الصمود عن النمو والنجاح في تحقيق الهدف والازدهار من انه ينطوي على تقليل وانخفاض التفاعل او اعادة النشاط مع الضغوطات ، بحيث تكون معالجة أسرع من الضغوطات اللاحقة أو مستوى أعلى من الحفاظ على الاداء (غولي , العكيلي, 2019, ص306). ويرى كلاً من (Cowan& Schulz, 1996) ان الصمود النفسي يشير الى امتلاك الافراد قوى فسيولوجية وخصائص نفسية ومهارات التفاعل بين الافراد تمكنهم من الاستجابة بنجاح الى التحديات العظيمة لنمو شخصياتهم من خلال الخبرة (Cowan& Schulz, 1996, P 1316). رغم أن مفهوم الصمود النفسي ظهر في المجال منذ عام 1950, فإن جدية البحث فيه ترجع لعقد مضى فقط. ويجمع الباحثون على أن الصمود النفسي يشير إلى وجود نتائج إيجابية وتوافق وتحقيق الكفاءات النمائية في مواجهة المخاطر أو الصعاب أو الضغوط، ويتطلب الصمود تحقيق معيارين الأول: أن يتعرض الفرد للمخاطر أو صعاب شديدة، والثاني: أن يحقق الفرد نواتج نمائية طبيعية، ولقد تطورت بحوث القدرة على الصمود النفسي ومواجهة الأزمات من خلال البحث عن الأشخاص المعرضين للخطر أو للمشاكل بما في ذلك الأطفال المعرضون للخطر بسبب خلفياتهم العائلية (الوالد لديه اضطراب عقلي حاد) أو بسبب

تجارب الحياة مثل الولادة المبكرة أو الطلاق أو ظروف التربية الخطرة مثل الفقر أو العنف. وقد ركزت بحوث القدرة على الصمود على ثلاث حالات متميزة:

- 1- العمل بشكل جيد خلال فترة الشدائد الكبير "مقاومة الاجهاد".
 - 2- العودة إلى مستوى سابق من الأداء الجيد بعد الصدمة أو الشدة.
 - 3- تحقيق مستويات جديدة من الإيجابية أو التكيف الطبيعي عندما تتحسن الظروف المعاكسة.
- في كل هذه الحالات يشير الصمود إلى التكيف الإيجابي أمام المخاطر والمحن وهو مفهوم واسع يشمل طائفة واسعة من الظواهر، بما في التعافي امام المحن (الرفاعي , احمد, 2019, ص847-848).

- دورة تكوين الصمود النفسي:

وضع بيرسيل (Persall, 2003) الاداء النفسي للأفراد اثناء المحن والشدائد في نموذج اطلق عليه دورة الصمود النفسي, ووفقا لتصوير بيرسيل فإن دورة الصمود النفسي تمر على النحو الآتي:

أ- التدهور: تبدأ بمشاعر الغضب او الحزن والاحباط وتتمو هذه المشاعر مؤديه الى المزيد من التدهور, فيبدأ الفرد في القاء اللوم على الاخرين او التقليل من قيمة الذات .

ب- التوافق: بعد مرحلة الانحدار نحو الانخفاض والاختلال , يرتد الفرد مرة اخرى عكس مسار التدهور صاعدا بقدر كاف يسمح له بالتأقلم مع الاوضاع الراهنة, ويحدث ذلك عندما يتخذ الفرد بعض التدابير والاجراءات التي تمكنه من التغيير.

ت-التعافي: هي استمرار لمرحلة التوافق , وفيها يتم مواصلة مسار الفرد في النهوض, وتكون مرحلة التوافق بمثابة وسيلة للوصول الى التعافي , وهو ما يعرف بالعودة الى مستوى الوضع الراهن.

ث-النمو: وفي هذه المرحلة يتعلم الفرد من المحن والشدائد التي تعرض لها ويصل بهذا التعلم الى مستوى مرتفع من الاداء النفسي يفوق ادائه قبل التعرض للمحن وهو ما يسمى باستعادة التوازن للفرد في الاتجاه التصاعدي , وتتفق دورة الصمود النفسي وفقا لمفهوم بيرسيل مع ما قدمه كلاً من (امال عبد السميع باظة, 2017؛ ومحمد السعيد ابو حلاوة, 2013؛ وهيام صابر شاهين, 2013) حول مفهوم الصمود النفسي بأنه قدرة الفرد على استعادة توازنه بعد التعرض للمحن والضغط بل قد يوظف هذه المحن والضغط لتحقيق النمو والتكامل (خليفة, 2020, ص32).

- نظريات الصمود النفسي:

أولاً: نظرية ريتشاردسون (2000):

لقد اقترح ريتشاردسون Richardson ما اسماه بنظريات ما وراء الصمود والتي قد تطورت من خلال ثلاث موجات مختلفة؛ فالموجة الاولى : تهتم بالتعرف على تحديد خصائص الافراد الذين يواجهون الاضطرابات بفاعلية وهي تركز على العوامل والخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود سواء أكانت هذه العوامل شخصية او اسرية او مجتمعية او ثقافية. والموجة الثانية : هي التي تهتم بفحص العمليات التي تسمح بتفسير كيف تعمل هذه العوامل سواء أكانت (الداخلية والخارجية) و (السلبية والايجابية) بما يؤدي الى استعادة التوازن وتحقيق التوافق او العكس بمعنى فقدان التوازن. الموجة الثالثة: هي التي تركز على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود وتنطلق من ان كل فرد لديه قوى يمكن تقويتها للبناء والتشييد العقلي والتأكيد على الصمود ومقاومة الانكسار, والافتراض الاساسي لهذه النظرية هو فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي والذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة الحالية. حيث ان القدرة على التكيف مع مثل هذه الاحداث الحياتية تتأثر بصفات الصمود وإعادة التكامل مع الصمود السابق.

وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد الى أربع نتائج هي :

- 1- عادة تكامل الصمود حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن .
- 2- العودة إلى التوازن جهد يبذل لتجاوز التشویش.
- 3- فقدان الانتعاش وإنشاء مستوى أدنى من التوازن .
- 4- ومن ثم يمكن اعّ حالة مختلة وظيفيا بار الصمود كنتيجة لقدرات التعامل الناجحة (عبد الفتاح, حلیم, 2014, ص100).

ثانياً: نظرية روتر (2012)

أجرى روتر Rutter مقارنة بين الصمود النفسي كعملية أو آلية وبين كونه متغير أو عامل, لأن أي من هذه المتغيرات قد تشكل عامل خطر في أحد الظروف وعامل ضعف في ظروف أخرى , وقد تحدث صاحب النظرية عن مفهوم الآليات والتي تحمي الأفراد من الاضطرابات النفسية التي تصاحب حدوث

الشدائد والمحن، وأن التغيير يقل وتخف حدته عندما يتغير التقييم لعوامل الخطر، وعندما يستطيع الفرد التكيف الناجح في بعض الظروف فإن تأثير الدرجة الكبيرة لهذا الخطر تقل وبشكل واضح، وأن عوامل الحماية كما يذكر روتر تعمل بالوقت المناسب لتخفيف الخطر والخبرات الصادمة، وهذه العوامل تتمثل في قوة الشخصية والتماسك الأسري والدعم الاجتماعي، وتتضمن في محتواها الاستقلالية، والكفاءة الذاتية، الثقة بالنفس والآفاق الاجتماعية الإيجابية لبناء شبكة من العلاقات الاجتماعية تساهم في ظروف الحياة القاسية (الشويكي، 2019، ص24-25).

ثانياً: مفهوم التوجه نحو الحياة:

يعد التوجه نحو الحياة سمة شخصية تتصف بأنها رؤية ذاتية ايجابية، واستعداد كامن لدى الفرد غير محدود بشروط معينة يمكنه من ادراك كل ما هو ايجابي من امور الحياة الجيدة وغير الجيدة. وذلك بالنسبة للحاضر الحالي والمستقبل القادم، فالتوجه نحو الحياة يرتبط بالتوقعات الايجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو سمة من سمات الشخصية وليس حالة. تتسم بالثبات النسبي عبر المواقف والاوقات المختلفة ولا تقتصر على بعض المواقف (عبد الفتاح، 2019، ص111).

وإذا اراد الفرد أن يتقن الحياة بكل ما فيها ما عليه إلا أن يأتي الى الهوية والكينونة قبل القيام بالفعل نفسه. فعندما يهتم بشيء ما نجد أن كل حياته تتمحور بأكملها نحو هذا الشيء. ولكي يحقق الفائدة من حياته يجب أن يكون كل شيء في حياته بقدر وبتوازن، فهو بحاجة إلى التوازن لكي يتقدم الى الامام ولكن لا بد ان يكون واعياً بأن واقع الحياة دائماً ما بين حالة التوازن وعدم التوازن. حالة السعادة والحزن، ما عليه إلا أن يقف على قدم واحدة. فالتوازن لا يتعلق بالأنشطة التي يقوم بها فقط، وانما بتوجهه نحو الحياة (Maxwell, j, 2006). وهذا ما سبق ان اكده سليجمان ان كل فرد يمر بالهزيمة والرفض والفشل لدرجة ما في حياته ، وبالرغم من الرفض والفشل فإن بعض الناس يسعون الى بذل جهودهم بينما يستسلم الآخرون، وهكذا يرى سليجمان ان كيفية تفسير الناس بصورة جوهرية لفشلهم وهزائمهم هي التي تحقق الاختلاف بينهم في التناؤل والتشاؤم. وكل إنسان يمر بلحظات الحزن الممزوجة بالسعادة في حياته، فلا يحاول تجنب المخاطر، لأنه ليس في مأمن من العقبات والمحن فالغيب لا يعلمه إلا الله سبحانه وتعالى ، فالحياة رحمة وليست وجهة معينة، فالسر في تمتعه بالثقة وكسب التقدير والاحترام، وتحقيق احلامه يكمن في تطوير

التوجه الايجابي نحو ذاته والآخرين والعالم بأكمله. والتوجه نحو الحياة يحدث فارقا كبيراً، فهو يعد ميزة لدى الفرد لا، ويعطيه افضلية، ولكن مع كل ذلك لا يمكن ان يكون بديلاً عن المهارة والخبرة لديه. فإذا كان الفرد يعتقد أن بإمكانه القيام بشيء ما فهذا نابع من ثقته بنفسه -التي هي احد اوجه التوجه- اما اذا كان بإمكانه القيام به فهذه هي الكفاءة وكلاهما يعد لازماً للنجاح، فتبني توجه ايجابي يساعده على المستوى الشخصي وقد يجعله اكثر شعوراً بالرضا، ولكنه لا يساعده على المستوى المهني فإذا لم يكن يتمتع بالكفاءة فقد يقع بالكثير من المشاكل (ارنوط، 2016، ص45-46).

- سمات الشخص ذو التوجه الايجابي نحو الحياة:

ويتسم الشخص ذو التوجه الايجابي نحو الحياة بالقدرة على اكتساب الانماط والمعلومات الصحيحة والصائبة وليس عن طريق الوقوف على الانماط العقلية والخاطئة ويميل الى اتخاذ الموقف التقبلي والى اكبر حد من الملامح العقلية وينظر الى فكر الاخرين من حيث هم لا من حيث هو كذلك المتفائل على استعداد للحذف والاضافة العقلين. فهو ينظر للأفكار بمثابة حية تتولد وتتكاثر وتخرج افكار جديدة وكذلك من ملامحه بأن المستقبل سيكون افضل (صالح، 2020، ص70).

- اهم النظريات التي فسرت التوجه نحو الحياة:

اولاً: نظرية لازا وروس (Lazarus, 1982): يشير سيلاي لازاروس (1982) الى ارتباط التوجه نحو الحياة بالضغوط النفسية في نظريته وعده عامل نفسي يؤثر على كيان الفرد البنيوي النفسي حيث يحد من قدرته على القيام باعماله وواجباته على الوجه الاجمل. والى الجانب الضغط النفسي يوجد ما يعرف بالضغط الاجتماعي والذي يشير الى اية ظروف او موقف يستدعي تغيير في انماط الحياة السائدة لدى الانسان وان الضغط النفسي يتولد عن مصادر عدة كالتوتر والاجهاد في العمل وقلة النوم وسوء التغذية وقلة ممارسة الرياضة والافراط في استخدام العقاقير والمواد المضادة (عبد الجبار، وعباس، 2018، ص28).

ثانياً: نظرية سوبر (Supper, 1990): يؤكد سوبر في نظريته على أن الفرد يحاول الجمع بين أكثر من دور في الحياة يمكن أن يتسبب في خلق شعور بالرضا وبلقلق والتوتر في آن واحد ويتوقف ذلك على مد شعوره بأهمية كل دور من هذه الأدوار ومركزها في حياته. ويقول سوبر أن دراسة أهمية العمل في حياة

الإنسان وحدها بعيدا عن باقي مناحي الحياة هي عملية غير كافية على الاطلاق لتفسير معنى العمل في حياة الإنسان وعلى العكس من ذلك ينبغي علينا ان نختبر أهمية دور الأنتسان في العمل داخل صياغة الحياة كلها بجميع جوانبها وقياس الأهمية النسبية لذلك الدور بجانب الأدوار في الحياة. وقد أكدت العديد من الدراسات على ما قاله سوبر supper درجة قوية من التجانس والتناغم بين أدوارهم في الحياة يخبرون درجات عالية من الشعور بالرضا عن الحياة أكثر من الآخرين الذين يركزون في حياتهم على دور واحد فقط يمنحونهم الأهمية التي ينبغي توزيعها على الأدوار الأخرى في الحياة (قرارة, بقة, 2019, ص34).

- دراسات سابقة:

1- دراسة (الرفاعي, واحمد, 2019) هدفت الى التعرف على علاقة الصمود النفسي وعلاقته بدافع الانجاز لدى عينة من طلبة الدراسات العليا الوافدين, والتنبؤ بالصمود النفسي من خلال ابعاد دوافع الانجاز لدى افراد العينة وتكونت العينة من (160) طالب وطالبة الوافدين بجامعة المنصورة, واسفرت النتائج عن وجود علاقة احصائية دالة بين المتغيرين,

2- دراسة (الشويكي, 2019) الذي تناولت الصمود النفسي وعلاقته بالإجهاد الوظيفي لدى الموظفين الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل هدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والاجهاد الوظيفي لدى الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل تكون مجتمع الدراسة من (160) ممرض وممرضة يعملون بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل وأشارت النتائج الى علاقة ارتباطية دالة بين المتغيرين.

3- دراسة (ارنوط, 2016) : هدفت الى الكشف عن العلاقة بين التوجه نحو الحياة واضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقين وتكونت العينة من (70) مطلق من الذكور والاناث, واسفرت النتائج على وجود مستوى متوسط من التوجه نحو الحياة وكذلك على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية, كما توصلت النتائج الى وجود علاقة سالبة قوية بين التوجه واضطراب الشخصية التجنبية.

4- دراسة (علي, 2012): هدفت الى التعرف على التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزواجي لدى موظفي الجامعة المستنصرية , وقد توصلت الدراسة الى وجود مستوى عالي من التوجه نحو الحياة

ومستوى عالي من الاستقرار الزوجي وعلى وجود علاقة قوية بين التوجه نحو الحياة والاستقرار الزوجي.

- مناقشة الدراسات السابقة:

لم تتفق الدراسات السابقة التي تم ذكرها مع الدراسة الحالية من حيث الهدف فالبعض يقيس الصمود النفسي مع دافع الانجاز , والصمود مع الاجهاد الوظيفي, والتوجه نحو الحياة مع اضطراب الشخصية التجنبية, والتوجه مع الاستقرار الزوجي, بينما تهدف الدراسة الحالية الى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة, كما اختلفت الدراسات مع الدراسة الحالية في العينة فالبعض طبق دراسته على المطلقين, وبعضهم على الموظفين المتزوجين والبعض على طلبة الدراسات العليا بينما الدراسة الحالية اخذت النساء الارامل, وكذلك اختلفت الدراسات في النتائج نتيجة لاختلاف هدف كل دراسة.

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

- منهج البحث:

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي لمناسبة لأهداف الدراسة والذي يصف طبيعة الظاهرة موضع البحث, ويعمل على تفسير الظواهر التربوية الموجودة, كما يفسر العلاقة بين هذه الظواهر, ويساعد على الحصول على اكبر قدر ممكن من المعلومات حولها استناداً الى حقائق الواقع (عباس, 2007, ص162).

- مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث الحالي من جميع النساء الارامل الموجودات في محافظة البصرة البالغ عددهم (20000) كما تم الحصول عليه من مؤسسة العمل وشؤون المرأة للعام (2020- 2021).

- عينة البحث: تكونت عينة البحث من (150) امرأة ارملة من محافظة البصرة .

- اداتا البحث: لتحقيق اهداف البحث قامت الباحثتان بأعداد مقياس الصمود النفسي ومقياس التوجه نحو

الحياة من خلال الخطوات التالية:

1- تحديد مفهوم الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة من خلال الاطلاع على الادبيات والاطر النظرية والدراسات السابقة.

2- صياغة الفقرات: تم عمل دراسة استطلاعية الى عينة من الارمل في مؤسسة العين الخيرية مكونة من (20) ارملة وتقديم سؤال استطلاعي للمزوجة بين الأدبيات ومجتمع الدراسة من اجل الحصول على مجموعة من الفقرات ومن ثم تم تحليل الاستجابات التي حصلوا عليها من الدراسة الاستطلاعية متبعين منها تحليل محتوى استجابات أفراد العينة على المقياسين, وفي ضوء تحليل استجابات العينة أمكن صياغة (10) فقرات تمثل كل منها فقرة من فقرات مقياس الصمود النفسي بشكله الأولي وأضيفت (21) فقرة تم الحصول عليها من الأدبيات ذات العلاقة, ودمجت العبارات التي تم الحصول عليها عن طريق الاستبيان الاستطلاعي مع العبارات التي تم الحصول عليها من الأدبيات ذات العلاقة وبذلك بلغ عددها (31) فقرة لمقياس الصمود النفسي, اما مقياس التوجه نحو الحياة فقد صيغ (8) فقرات من الدراسة الاستطلاعية واطيف لها (17) فقرات من الدراسات والادبيات وبذلك اصبح عددها (26) فقرة لمقياس التوجه نحو الحياة.

3- مقياس التصحيح: ويقصد به وضع الدرجات على استجابة افراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياسين في ضوء البدائل, وقد كانت البدائل (موافق تماماً, موافق, محايد, غير موافق, غير موافق اطلاقاً) وقد اعطيت لكل بديل وزن (1-2-3-4-5).

4- مؤشرات صدق المقياسين: وللتحقق من صدق المقياسين تم استخراج ما يأتي:
أ- الصدق الظاهري: وتم التحقق من هذا الصدق من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمحكمين ضمن اختصاص علم النفس والارشاد التربوي في جامعة البصرة, وتم الاعتماد على نسبة (80%) كمؤشر لقبول الفقرات, مع بعض الملاحظات والتعديلات البسيطة, وتم قبول جميع فقرات المقياسين ما عدا الفقرات رقم (5-11) في مقياس التوجه نحو الحياة تم رفضها.

ب- الصدق التمييزي لفقرات المقياسين:

لغرض حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الصمود والتوجه نحو الحياة تم اتباع اسلوب المجموعتين المتطرفتين من خلال الخطوات التالية:

1- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات والبالغ عددها (200).

2- ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة.

3- تعيين نسبة (27%) من الحاصلين على اعلى درجة و (27%) من الحاصلين على ادنى درجة والبالغ عددهم (54).

4- استخدام الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة بدرجة حرية (198), ومستوى معنوية (0.05). والجدول (1-2) يوضحان ذلك.

جدول رقم (1)

معاملات تمييز الفقرات لمقياس الصمود النفسي

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
2.376	.9248	3.212	1.1002	4.1852	1
2.376	1.1117	4.8333	.9956	3.4709	2
4.604	.9857	3.1667	.8560	4.3889	3
4.604	.9509	4.0370	.8990	3.6111	4
3.651	.9415	2.9815	.9354	4.2593	5
3.651	.9150	4.2593	.9619	3.5926	6
3.357	1.0554	3.4074	1.0047	4.1667	7
3.357	.9700	4.2407	.8831	3.5556	8
3.028	1.0094	3.6667	.9984	4.3889	9
3.028	.9613	4.0185	.9060	3.8333	10
2.691	1.1965	3.7593	.8777	4.2778	11
2.691	1.1723	3.7222	.9786	3.7963	12
2.131	1.2679	3.9524	1.2946	3.272	13
2.231	.9326	4.1696	1.0757	3.011	14
2.518	1.1427	3.5741	1.1486	4.0370	15
2.518	1.2650	3.8519	.9856	3.5185	16
2.014	1.1265	3.2963	1.0170	4.1481	17
2.014	.8410	4.4815	.9893	3.7593	18
1.996	.9706	4.0370	.9060	4.1667	19
2.669	.8131	4.4074	.9531	3.1843	20

3.066	1.0108	3.8148	.9167	4.0926	21
3.066	.9042	4.1111	.9657	3.5370	22
3.167	.9808	3.0185	.9504	3.7593	23
3.167	.9197	4.3889	.9331	3.1852	24
3.322	1.1912	3.4259	.9248	4.4444	25
3.322	.9400	4.2778	.9857	3.8333	26
4.587	.8793	3.9815	1.0529	4.2037	27
4.587	1.2143	3.8148	1.0024	3.2963	28
3.619	1.0731	3.5926	.7652	4.5926	29
3.619	1.0534	4.1481	.8793	4.0185	30
2.942	.8336	3.3889	1.0534	4.44 81	31

- كل الفقرات دالة عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (198) وقيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية (1.97).

جدول رقم (2)

معاملات تمييز الفقرات لمقياس التوجه نحو الحياة

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
3.740	1.1846	3.7407	.5290	2.7222	1
3.551	.8935	4.3519	.9722	4.1296	2
2.183	1.0594	3.4815	.9829	4.4259	3
4.114	1.0087	3.0370	1.0401	4.1111	4
2.804	.8935	3.3519	.9635	4.4259	5
3.294	1.0108	4.1852	1.1615	3.5000	6
2.878	.9235	3.4259	1.1148	3.1407	7
2.772	.5116	4.7593	1.0449	4.2407	8
2.820	.9893	3.7593	.9648	3.4444	9
2.530	.9727	4.1852	1.0628	3.7593	10
3.376	.9218	3.5926	.9619	3.4074	11
4.918	1.0233	4.6667	1.1153	4.0370	12
2.736	1.0494	3.7407	1.1627	3.3148	13
4.615	1.1859	3.9074	1.3963	3.5556	14

3.736	.8847	3.4815	1.1536	3.0926	15
4.075	.9914	4.1296	1.1021	3.7407	16
6.598	.9850	4.5370	1.1186	3.1519	17
3.249	.9248	4.4444	1.0757	4.1222	18
2.135	1.0534	3.8519	1.1298	3.6852	19
2.115	.4506	4.7963	1.0293	4.1852	20
3.116	1.0328	3.9074	1.0231	3.5185	21
3.106	.895	3.242	.7181	4.5556	22
5.797	1.0526	4.243	1.0171	3.7222	23
3.425	.9670	3.121	.9872	4.3148	24

- جميع الفقرات دالة حيث ان قيمتها التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97) عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (148).

5- مؤشرات الثبات: تم التحقق من ثبات مقياس الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة من خلال المؤشرات التالية:

أ- الاتساق الخارجي (طريقة اعادة الاختبار):

تعد طريقة تطبيق الاختبار واعادة تطبيقه مرة اخرى من افضل طرق الثبات, وتقوم هذه الطريقة من خلال تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد ثم اعادة التطبيق بعد فترة زمنية محددة على نفس الافراد (السيد, 1979, ص520), حيث تم تطبيق الاختبار على عينة الثبات البالغة (30), وقد بلغ ثبات مقياس الصمود النفسي (0.78), بينما بلغ معامل ثبات مقياس التوجه نحو الحياة (0.86), وهما قيمتان تجعل المقياسين ثابتين.

ب- الاتساق الداخلي (معادلة الفا كرو نباخ): تم استعمال معادلة الفا كرو نباخ على عينة الثبات للمقياسين وقد كانت قيمة معامل ثبات الصمود النفسي (0.81), وقيمة ثبات مقياس التوجه نحو الحياة (0.88), وهذه القيمة تعني ان المقياسين حققا مؤشر الثبات.

6- الوسائل الاحصائية: تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية:

- النسبة المئوية: لحساب نسبة اتفاق الخبار على اداتا البحث.
- الاختبار التائي لعينة واحدة: لمعرفة مستوى الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى افراد العينة.
- الحقيبة الاحصائية للعلوم التربوية والنفسية (SPSS.14).

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

يتم في هذه الفصل عرض للنتائج التي تم التوصل اليها وفق لأهداف البحث وتفسير هذه النتائج ومناقشتها بحسب الاطار النظري والدراسات السابقة, وتبلور عن ذلك مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات التي وصت بهما الباحثان.

اولاً: الهدف الاول: التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى عينة البحث:

بعد تطبيق مقياس الصمود النفسي على عينة البحث البالغة (150), أظهرت نتائج البحث ان العينة تتمتع بمتوسط حسابي (105) وبانحراف معياري (17.52), وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (93). وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (8.385) اعلى من القيمة الجدولية (1.97) عند مستوى معنوية (0.05), ودرجة حرية (149), وكما مبين في الجدول (3):

جدول (3)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الصمود النفسي

الدالة الاحصائية عند مستوى (0.05)	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
دالة احصائياً	1.97	8.385	139	17.52	105	93	150

من خلال الجدول اعلاه ومقارنة القيمة التائية يتبين ان العينة تتمتع بصمود نفسي جيد وتفسر الباحثان الى ان السبب في ذلك الى ان الفرد كل ما تعرض لضغوط ومحن وازمات وتجاوزها يصبح اقوى حتى مما كان عليه في السابق؛ ويتجاوز المشكلات التي يمر بها الانسان في حياته اليومية بشكل اعتيادي بل قد يكون سلوكه افضل من الانسان الذي لم يتعرض لمثل هذه الظروف, وهذا ما اشار اليه (بيرسل, 2003) التي

ذكر فيها الى ان الفرد بعد ان يتجاوز المحنة بنجاح قد يصل الى مستوى عالي من الصمود يفوق ادائه قبل التعرض للمحن وهو ما يسمى باستعادة التوازن للفرد في الاتجاه التصاعدي (خليف, 2020, ص32).

ثانياً: الهدف الثاني: قياس مستوى التوجه نحو الحياة لدى افراد عينة البحث:

من اجل تحقيق الهدف الثاني تم تطبيق مقياس التوجه على عينة البحث البالغة (150) ارملة, واطهرت النتائج ان المتوسط الحسابي للعينة بلغ (70) بانحراف معياري (14.44), بينما بلغ المتوسط الفرضي (72), وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحد ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (0.848) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.97) عند مستوى معنوية (0.05) ودرجة حرية (149), والجدول (4) يبين ذلك:

جدول (4)

الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الاتجاه نحو الحياة

الدلالة ال احصائية عند مستوى (0.05)	القيمة التائية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	العينة
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة	1.97	0.848	139	14.44	70	72	140

من خلال ملاحظة الجدول اعلاه يظهر ان افراد عينة البحث يتمتعون بمستوى متدني من التوجه نحو الحياة وتفسر الباحثان ذلك يعود على كمية الانتكاسات والنكبات التي تعرضت لها النساء الارامل من جهة ونظرة المجتمع الشرقي بما فيه من عادات وتقاليد تقيد حياة الارملة من جهة اخرى والتي ادى بها الى الشعور بعدم الرضا وفقدان التوازن وضعف الرغبة في العودة الى ممارسة امور الحياة بشكل طبيعي كما كانت قبل الفقد.

ثالثاً: التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل:

من اجل تحقيق هذا الهدف تم تطبيق معادلة بيرسون لمعرفة فيما اذا كان هنالك علاقة بين هذين المتغيرين ونوعية هذه العلاقة, والجدول (5) يبين ذلك:

جدول (5)

معامل ارتباط بيرسون بين متغير الصمود النفسي ومتغير التوجه نحو الحياة

العينة	المتغيرين	الارتباط	المعنوية
150	الصمود النفسي	0.8127	دال عند مستوى (0.05)
	التوجه نحو الحياة		

من خلال الجدول اعلاه هذا يدل على وجود علاقة دالة ارتباطية قوية بين المتغيرين لدى افراد عينة البحث اي كلما زاد الصمود النفسي لدى النساء الارامل زاد توجههن نحو الحياة والعكس صحيح, وتفسر الباحثتان سبب ذلك الى ان المرأة الارملة كل ما ارتفعت قدرتها على الصمود امام المحن والمشكلات زاد توجهها وايمانها وثقتها بالحياة التي تعيشها وانها قادرة ان تعيد توازن نفسها كما كانت سابقاً واكثر.

- الاستنتاجات:

- 1- ان افراد عينة البحث يمتلكون مستوى جيد من الصمود النفسي.
- 2- وتمتلك عينة البحث مستوى متدني من التوجه نحو الحياة.
- 3- وجود علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة.

- التوصيات: وفي ضوء النتائج توصي الباحثة

- 1- توجيه اهتمام المسؤولين ومنظمات المجتمع المدني بشريحة الارامل وتقديم الدعم النفسي والمادي لهن وإقامة ندوات وورش توعوية وقائية نفسية واجتماعية
- 2- توجيه اهتمام المرشدين النفسيين في مراكز الارشاد الاسري بأعداد مزيد من البرامج الارشادية والعلاجية.

- المقترحات:

- 1- اجراء دراسة عن الصمود النفسي لعينات أخرى كالمطلقات او المعنفات
- 2- قياس التوجه نحو الحياة وعلاقتها بمتغيرات أخرى كالأمن النفسي او تقدير الذات, او الاتزان الانفعالي.

المصادر:

أولاً: المصادر العربية:

- ارنوط, بشرى اسماعيل احمد,(2016), التوجه نحو الحياة وعلاقته باضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقين, جامعة الزقازيق, مجلة الارشاد النفسي, مركز الارشاد النفسي, العدد45,
- خليف, احمد عبد المعطي محمد ,(2020), تنمية الرحمة بالذات كمدخل لتحسين الصمود النفسي لدى الموهوبين رياضياً ذوي صعوبات التعلم, مصر, جامعة عين شمس, كلية البنات للآداب والعلوم والتربية, قسم علم النفس.
- الرفاعي, زينب احمد, بدرية كمال احمد, (2019), الصمود النفسي وعلاقته بدافع الانجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين, جامعة المنصورة, المجلة العربية , المجلد 18, العدد4.
- الشويكي, علاء ناجي, (2019), الصمود النفسي وعلاقته بالإجهاد الوظيفي لدى عينة من الممرضين العاملين بأقسام العناية المكثفة في مستشفيات مدينة الخليل, جامعة الخليل, كلية الدراسات العليا.
- صالح, احمد سعيد عبد العزيز,(2020), التوجه المدرك نحو الحياة وعلاقته بقلق المستقبل والانجاز الاكاديمي لدى الطلاب الصم في الجامعة, المجلة العربية لعلوم الاعاقة والموهبة, المجلد الرابع, العدد 13, جامعة طيبة.
- صالح, عايدة شعبان, وياسرة محمد ايوب ابو هدروس,(2014), الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة لدى النساء الارامل في قطاع غزة, مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس, الجزء الثاني, العدد خمسون, فلسطين.
- عباس, محمد,(2007),مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس, دار المسيرة للنشر والتوزيع, عمان.

- عبد الجبار, عبير الستار, علي احمد عباس, (2018), التوجه نحو الحياة وعلاقته بالضغط النفسية لدى طلبة كلية الآداب, جامعة القادسية, كلية الآداب.
- عبد الفتاح, فاتن فاروق, شيرى مسعد حليم, (2014), الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم, مجلة كلية التربية , جامعة بور سعيد, العدد 15.
- عبد الفتاح, ولاء. (2019) صورة الجسم وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة , مجلة العلوم التربوية والنفسية- المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث, العدد الثالث عشر المجلد الثالث.
- علي, انور جبار, (2012), التوجه نحو الحياة وعلاقته بالاستقرار الزوجي, مجلة الاستاذ, العدد (203), الجامعة المستنصرية, كلية الآداب, قسم علم النفس.
- غولي, حسن احمد السهيل, جبار وادي العكلي, (2019), الامن الفكري وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الاعدادية, مجلة البحوث التربوية والنفسية, العدد 61, مجلد 16, المديرية العامة لتربية بغداد, الكرخ الثالثة.

: المصادر الاجنبية

- Cowan, P. & Schulz, M. (1996).Thinking about risk and resilience in families. In E.M. Hethering .E. Blechman (Eds.), Stress, Coping, and Resiliency in children and families. (pp.1-63). New Gersy: Lawrence Erlbaum Associates.
- Maxwell ,J.(2006).The difference maker. Making your attitude your greatest asset. The John C. Maxwell Co.