

الإسهام النسبي للمساندة الاجتماعية في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة

Relative Contribution of Social Support in Prediction of Posttraumatic Growth and Self-Esteem Among the Mothers of Martyrs of the March of Return in the Gaza Strip

Abdullah Abdulhadi Alkhatib
Assistant Professor/ Al-Aqsa University / Palestine
aa.khateeb@alqsa.edu.ps

عبد الله عبد الهادي الخطيب
أستاذ مساعد/ جامعة الأقصى/ فلسطين

Received: 30/9/ 2020, Accepted: 29/ 3/ 2021.

تاريخ الاستلام: 30 /9 /2020م، تاريخ القبول: 29 /3 /2021م.

DOI: 10.33977/1182-012-036-005

E-ISSN: 2307-4655

https://journals.qou.edu/index.php/nafsia

P-ISSN: 2307-4647

March in the Gaza Strip.

Keywords: Social support, posttraumatic, growth, self-esteem, mothers of Martyrs of the Return March.

المخلص:

المقدمة:

تعتبر مسيرات العودة الفلسطينية التي انطلقت في غزة 2018/2019 من المتغيرات الحديثة التي دخلت بالحياة الاجتماعية، والسياسية الفلسطينية لما تركته من آثار إيجابية، وسلبية على جميع فئات المجتمع الفلسطيني، والتي من أهم إيجابياتها من وجهة نظر البعض أنها أحيّت معاني القوة، والشجاعة، والتحدي في مواجهة العدو الصهيوني، ورسمت ملامح حلم العودة إلى الأرض والبلاد، الأمر الذي جعل العدو الصهيوني يعيد حساباته في التعامل مع كل من يشارك بها باستخدامه أبشع، صور القتل وأعنفها، والتدمير سواء أكان روحياً، أو جسدياً، أو نفسياً أو معنوياً، وذلك من أجل قتل هذه الروح، والقوة، والشجاعة، حيث ظهر ذلك من خلال الأعداد الكبيرة من الشهداء، والجرحى، والإعاقات، وحالات البتر التي خلفت آلاماً، وأحزاناً كبيرة في صفوف المجتمع الفلسطيني بين أبنائه، ونسائه، ورجاله، وهذه من أهم آثارها السلبية، والتي زادت من مستوى المعاناة النفسية، والاجتماعية لدى عينات مختلفة من أفراد المجتمع الفلسطيني.

وتعتبر المرأة الفلسطينية الحلقة الأهم في الأثر النفسي والاجتماعي الناتج عن هذه المسيرات من خلال فقدانها أعز ما تملك سواء أكان زوجاً، أو ابناً، فهي من حضنت، وودعت شهيداً، أو ساندت، ووقفت بجانب جريح بترت قدماه، أو أحد أعضائه، أو قدمت السند والدعم النفسي والاجتماعي لجيرانها، أو أصدقائها، وبحسب الإحصائيات الصادرة عن وزارة التنمية الاجتماعية بقطاع غزة أن مسيرات العودة (2020) خلفت أكثر من (350) شهيداً، ومما يزيد عن (12000) إصابة منهم (200) حالة بتر (وزارة التنمية الاجتماعية، 2019)، وترى الدراسة أن هذا العدد المهول من الإصابات، والشهداء، وحالات البتر يجعلنا كباحثين أمام مسؤولية وطنية كبيرة تجاه هؤلاء الأفراد من أجل معرفة أهم مظاهر المعاناة النفسية، والاجتماعية التي يتعرضون لها، وتحقيق سبل التوافق النفسي والاجتماعي لهم.

ويرى الزامل (2020) أن لمثل هذه الأوضاع الصعبة والخبرات النفسية المؤلمة، التي توصف بالمفاجئة، وغير المتوقعة، لها تداعياتها الخطيرة على صحة الفرد وحياته، التي يستجيب لها الفرد بالخوف الشديد، والعجز، أو الرعب، والشعور بالحزن، والأسى، والاكتئاب، ويتوقف مدى تأثيرها على عدة عوامل: شدة تعرض الأفراد للأحداث المؤلمة ومدتها ومقدارها، وإدراكه للأحداث وتقييمه لها وتقديرها، والعمر، والنضج، والشخصية، والخبرات السابقة، والدعم، والمساندة الاجتماعية وغيرها.

وتعد صدمة فقدان أحد الأبناء من أشد الصدمات التي تتعرض لها المرأة الفلسطينية، والتي تهدد السواء النفسي والاجتماعي لها، وتترك جملة من الإضرابات النفسية، والاجتماعية مثل: حالة الحزن والاكتئاب، والشعور بالإحباط، واليأس من الحياة، وفقدان معناها الإيجابي، وعدم تقبل الآخرين، حيث ترى (عطالله، 2018) أن من

هدفت الدراسة التعرف إلى الإسهام النسبي للمساندة الاجتماعية في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة، والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة 2018/2019، حيث تألفت عينة الدراسة من (99) أمّاً من أمهات شهداء مسيرات العودة، وقد تم اختيارهن بطريقة العينة العشوائية البسيطة من المجتمع الأصلي للدراسة، ولتحقيق أهدافها استخدمت الدراسة مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحث، ومقياس نمو ما بعد الصدمة من إعداد الذهبي والنصراوي (2017)، ومقياس الاعتزاز بالذات من إعداد الباحث، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: إن مستوى كل من المساندة الاجتماعية ونمو ما بعد الصدمة والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة كان متوسطاً، وحصل بعد مساندة الأصدقاء على أعلى أبعاد المساندة الاجتماعية، وحصل بعد التغيرات الدينية والروحانية على أعلى أبعاد نمو ما بعد الصدمة، وحصول بعد الاعتزاز الذاتي على أعلى أبعاد الاعتزاز بالذات، ويمكن التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة في ضوء المساندة الاجتماعية، ولا يمكن التنبؤ بالاعتزاز بالذات في ضوء المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، نمو ما بعد الصدمة، الاعتزاز بالذات، أمهات شهداء مسيرات العودة.

Abstract:

The study aimed to identify the relative contribution of social support in the prediction of posttraumatic growth and self-esteem among the mothers of the martyrs of the March of Return in the Gaza Strip 2018/2019. The study sample consisted of 99 mothers of the martyrs, selected through a simple random sample from the main sample community. To achieve the study objectives, three scales were used, the scale of social support, the scale of self-esteem which was prepared by the researcher, and the scale of posttraumatic growth by Althahabi and Alnasrawi (2017). The descriptive-analytical method was employed, and the results were as follows: The level of each social support, posttraumatic growth, and self-esteem among mothers of martyrs was moderate. The friends' support dimension was the highest dimension of social support, while the religious and spiritual changes dimension were the highest among dimensions of posttraumatic growth. Meanwhile, self-esteem also was the highest. It can be possible to predict posttraumatic growth in light of social support but not possible to predict self-esteem in light of social support among mothers of martyrs of the Return

وجود علاقة ارتباطية طردية بين المساندة الاجتماعية وكل من الذكاء الانفعالي والاستقلالية لدى زوجات الأسرى، وأوصت الدراسة بالآتي: ضرورة العمل على تعزيز المساندة الاجتماعية بأبعادها المختلفة، ولا سيما بعد المساندة المجتمعية لما لها من آثار على حياة زوجات الأسرى، بينما تناولت دراسة عوض وصلاح (2020) معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي في محافظة رام الله والبيرة بدولة فلسطين، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، حيث تم تطوير استبانة كأداة للدراسة، تكونت من مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس الصلابة النفسية، وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى مريضات سرطان الثدي، وكشفت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين درجة المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى النساء المصابات بسرطان الثدي، وبقدرة تنبئه للمساندة الاجتماعية في الصلابة النفسية، وكذلك سعت دراسة تمباق وآخرون (Tambaq, Z, et al.2020) إلى التعرف على العلاقة بين الاكتئاب والدعم الاجتماعي لدى النساء، وتكونت عينة الدراسة من (177) امرأة بدولة تركيا، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، كما استخدمت الأدوات التالية: مقياس (EPDS)، ومقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي المدروس (MSPSS)، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط سلبية كبير بين الاكتئاب والدعم الاجتماعي، كما بينت الدراسة أنه كلما كان هناك زيادة في مستويات الدعم الاجتماعي انخفض الاكتئاب، بينما كشفت دراسة الذهبي والنصراوي (2016) عن مستوى كل من الإسناد الاجتماعي ونمو ما بعد الصدمة والعلاقة بينهما لدى المصابات بمرض سرطان الثدي، وتبنت الدراسة مقياس الكردي للإسناد الاجتماعي ومقياس (Tedeschi & Calhoun 1998) لنمو ما بعد الصدمة، وشملت عينة الدراسة على 60 امرأة، تم اختيارهن بطريقة قصدية من مستشفى الأورام التعليمي بمدينة بغداد، ومن أهم النتائج التي ظهرت أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإسناد الاجتماعي لدى المصابات بالسرطان، وهناك فروق في نمو ما بعد الصدمة لدى المصابات، وهناك علاقة عكسية بين الإسناد الاجتماعي ونمو ما بعد الصدمة لدى المصابات بسرطان الثدي.

ويشير عوض وصلاح (2020) إن المساندة الاجتماعية تعد من أهم المصادر المخففة من حدة الصدمات النفسية عند الأفراد، والتي تساعد على التكيف مع الخبرة المؤلمة، وعلى الآثار المترتبة عليها؛ لأن الفرد من خلال المساندة الاجتماعية يتلقى مشاعر الدفء، والود، والمحبة من الأشخاص المقربين منه، حيث يساعده في التغلب على أزماته، وشدائده، ومصائبه، وهذا يتوقف على المساندة الاجتماعية، واعتقاد الفرد بكفاءتها، والتي تتمثل في تقديم العون، بل وأشارت دراسة ونج وآخرون (Wang, et al, 2015) أن المساندة الاجتماعية تقع في المرتبة الأولى في نمو ما بعد الصدمة من حيث أحداث التغيير الإيجابي في الشخصية.

ويرى الذهبي والنصراوي (2017) أن الأشخاص الأكثر نمواً لما بعد الصدمة هم الذين يتلقون الدعم النفسي والاجتماعي بعد الصدمة والذي يساهم بالحفاظ على اتزانهم النفسي والاجتماعي، ويساعدهم على تخطي المحنة، والارتقاء بجوانب الشخصية، بينما يرى حميدي وآخرون (Hamidi, et al, 2010) أن الدعم النفسي

الآثار النفسية التي قد يتركها فقدان على الأم ظهور مشاعر الأسى، والكآبة، وسوء الإدراك الاجتماعي، والانطواء، والشعور بالوحدة، ويقلل من فعالية الفرد الذاتية تجاه المواقف الحياتية المختلفة.

وهذه المعاناة لدى المرأة الفلسطينية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بدرجة المناعة النفسية وقوتها لديها، ودرجة توفر المساندة الاجتماعية التي تتلقاها من الآخرين سواء أكان من مساندة الزوج، أو من مساندة الأصدقاء أو من المساندة المجتمعية (أبو شاويش، 2018) وترى الدراسة أن سرعة التأقلم والتكيف لدى أمهات الشهداء ترتبط بدرجة المساندة الاجتماعية التي تقدم لهم وقت حدوث الصدمات والأزمات، حيث تعد المساندة الاجتماعية من أهم أساليب الدعم النفسي والاجتماعي ووسائله التي يمكن أن تقدم للأفراد وقت الصدمات، والأزمات، وتساهم بشكل فعال في التخفيف من حدة الأثر النفسي والاجتماعي الناتج عنها.

وفي هذا الصدد يؤكد أبو القمصان (2017) أن المساندة الاجتماعية تعد مصدراً هاماً من مصادر الدعم الاجتماعي الفاعل الذي يحتاجه الفرد، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية، ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لحل مشاكل الحياة المختلفة، وأساليب مواجهته، وتعامله مع هذه المشكلات، حيث يضيف (أبو شاويش، 2018) كلما زادت حدة الضغوط النفسية والاجتماعية كلما كان الفرد بحاجة إلى التواصل الاجتماعي مع الآخرين، والذي يدعم حياة الإنسان بالحب، والتقدير، والانتماء، ويزيد من قوته لمواجهة مشكلات الحياة حيث إن المساندة ترتبط بالصحة، والسعادة النفسية؛ لذا فهي تعتمد على العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الأشخاص، ويضيف أن المساندة الاجتماعية تكون بمثابة مشاركة وجدانية، أو تزويد الأفراد بالمعارف، والمعلومات، أو السلوكيات، والأفعال التي يجب أن يقوم بها الفرد في مواقف الأزمات، أو الإحباطات.

وتتميز سمات الشخصية الفلسطينية بحب الوفاء للشهداء، ولأسرهم من خلال المشاركة الوجدانية، والمساندة الاجتماعية، والعاطفية، وتعزيز مهارات الصمود النفسي والاجتماعي، حيث يرى (أحمد، 2017) إن الفرد الذي يتمتع بمساندة اجتماعية من الآخرين يصبح واثقاً من نفسه، وقادراً على تقديم المساندة للآخرين، وأقل عرضه للاضطرابات النفسية، وأكثر قدرة على المقاومة، والتغلب على الإحباطات، ويكون قادراً على حل مشكلاته بطريقة إيجابية؛ لذلك تجد أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط، وتقلل من المعاناة النفسية، ومن أهم الدراسات التي تناولت المساندة الاجتماعية دراسة شلايل (2020) والتي هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة المساندة الاجتماعية بكل من الذكاء الانفعالي والاستقلالية لدى زوجات الأسرى، وتكونت عينة الدراسة من (74) زوجة من زوجات الأسرى بمحافظات غزة بدولة فلسطين، واستخدمت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية، والاستقلالية، من إعدادها، وقامت بتبني مقياس الذكاء الانفعالي لها جبران (2015)، كما استخدمت المنهج الوصفي التحليلي في الوصول إلى النتائج، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية: بأن مستوى المساندة الاجتماعية، والذكاء الانفعالي، والاستقلالية، جميعها مرتفعة لدى زوجات الأسرى، وجاءت بوزن نسبي بالترتيب التالي (74.80%)، (77.20%)، (80.80%)، وأظهرت الدراسة

الانحدار الخطي البسيط عن إسهام مساندة الأصدقاء فقط بالتنبؤ بنمو ما بعد الصدمة، وسعت دراسة سوير وآخرون (Sawyer, et al., 2010) إلى معرفة مدى انتشار نمو ما بعد الصدمة لعينة من مرضى السرطان الماليزيين، وتم أخذ عينة قدرت بـ (113) مريضاً مصاباً بمرض السرطان، وقد تم قياس نمو ما بعد الصدمة والضغوط النفسية، واستراتيجيات المواجهة عن طريق مقياس SCR 90، وأظهرت النتائج أن العديد من المصابين طوروا نمو ما بعد الصدمة، حيث كان معظمها في مجال تقدير الحياة، وكانت تجربة نمو ما بعد الصدمة غير متعلقة بشكل كبير بالمعاناة النفسية، وأشارت أيضاً إلى ضرورة التوسع في استخدام الدعم النفسي والاجتماعي لأهميته في إعادة الصياغة الإيجابية في الشخصية، وكذلك روح الدعابة ترتبط بشكل كبير في نمو ما بعد الصدمة.

وترى الدراسة ونتيجة لما سبق ذكره من معطيات حول المساندة الاجتماعية ونمو ما بعد الصدمة، أنه من الممكن أن يظهر شعور الاعتزاز بالذات لدى أمهات الشهداء، لما يمثله من أهمية في حياتهم النفسية والاجتماعية، حيث ترى دراسة (يونس، 2018) إلى أن المساندة الاجتماعية تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته، وتشجعه على مقاومة الصدمات، والضغوط التي تفرضها عليه أحداث الحياة المؤلمة، وتعطيه شعوراً إيجابياً نحو ذاته يساهم في تحقيق التوافق الإيجابي له.

ومن الأبعاد التي أشار إليها كلٌّ من ساراسون وساراسون (Sarason & Sarason, 2009) للمساندة الاجتماعية ما يسمى مساندة التقدير حيث تظهر من خلال امتداد العلاقات الاجتماعية مع البيئة المحيطة للفرد، حيث تقدم للفرد الدعم، والمساندة؛ مما يشعره بالكفاءة الشخصية، والاعتزاز بشخصيته، وذاته حيث يرى أبو حماد (2019) أن مفهوم الاعتزاز بالذات من المفاهيم الحديثة التي تناولها علم النفس، وعلم الصحة النفسية والذي استدعى اهتماماً كبيراً؛ لكونه يمثل متغيراً وسيطاً بين درجة التوافق النفسي والاجتماعي ومستويات الصحة النفسية، بينما اعتبره (العلوي، 2017) محكاً لتقييم الشخصية لما له من فوائد في تنمية المهارات الاجتماعية وتطويرها، والقدرة على مواجهة الضغوط والأزمات التي يتعرض لها الفرد، وكذلك الحفاظ على التوازن الداخلي للفرد من خلال منح الفرد مهارات التكيف مع الإطار المرجعي الخارجي لديه، ويرى الساعدي (2019) أن الاعتزاز بالذات يعطي الفرد القدرة على التعامل مع مشكلات الحياة الواقعية وفاعلية، والقدرة على التحمل والمثابرة، ورحابة الصدر، والتمتع بصحة العقل، والشعور بالرضا بمختلف أوجه حياته، والقدرة على وضع أهداف من الحياة تنسم بالواقعية والشمول.

بينما يرى لورينتو وآخرون (Laurentiu, et al, 2012) أن الاعتزاز بالذات هو ما يشعر به الفرد ويعبر عنه من تصرفات تعكس مدى إحساسه بقيمته، وتقديره لنفسه من داخله، ففي حالة الشعور بالقيمة الذاتية العالية فإنه يشعر بأن وجوده ذو قيمة عالية، وأنه يستحق الحب والاحترام، وأنه جيد ومهم، وذو بصمة واضحة في حياته، وهذا ما قد تشعر به أمهات الشهداء نتيجة شعورها بأنها قدمت أعلى ما تملك في سبيل الله تعالى، ومن أجل الدفاع عن حقوق الوطن المسلوبة منذ عشرات السنين، ومن أجل أن يعيش أفراد المجتمع بعزة، وكرامة بعد فرض حصار شامل أثر

والاجتماعي يساعد الأفراد العثور على معانٍ جديدة للحياة؛ ليقود لديهم نمو ما بعد الصدمة.

ويعرف نمو ما بعد الصدمة بأنه حدوث تغيرات نفسية إيجابية في حياة الشخص بعد مروره بصدمة أو أحداث ضاغطة ومؤثرة على مجرى حياته، وهذه التغيرات لها تأثيرات معرفية، وسلوكية، ودينية تساهم في الارتقاء النفسي والشخصي والاجتماعي لدى الفرد (يونس، 2018)، ويضيف كل من تيديسكي وكالهنون (Tedeschi & Calhoun, 2004) أن الصدمات السلبية التي يتعرض لها الأفراد قد تؤدي لظاهرة ما يسمى «نمو ما بعد الصدمة» والتي يقصد بها: نمو وتطور نفسي إيجابي شامل بجوانب الشخصية.

وترى الدراسة أن نمو ما بعد الصدمة هو نوع من التعافي النفسي بعد التعرض للأزمات، والإحباطات التي يتعرض لها في حياته اليومية، والاجتماعية، وتعتقد الدراسة أن خبرة الفقدان لدى أمهات الشهداء ليست هينة عليهم، ولكن مشاهد الاستشهاد اليومية قد تكون خففت من حدة هذه الخبرات، ونتيجة وجود الأشخاص الداعمين والمساندين لهم أثناء خبرة الفقدان وبعدها؛ مما يجعل نمو ما بعد الصدمة بيئة خصبة للارتقاء والظهور، وهذا ما يتفق مع دراسة الزامل (2020)، ودراسة السعدي وكنين (2019)، ودراسة الذهبي والنصراوي (2017) الذين أكدوا أن خبرة الاستشهاد ممكن أن تؤدي إلى نمو ما بعد الصدمة، ومن الدراسات التي تناولت نمو ما بعد الصدمة دراسة السعدي وكنين (2019) والتي هدفت إلى التعرف على مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى أبناء الشهداء ضحايا الإرهاب بالعراق، والتعرف على الفروق التي تعزى لكل من (الجنس، والتخصص، والتفاعل بينهما)، ولتحقيق أهداف البحث اعتمدت الدراسة بناء مقياس نمو ما بعد الصدمة لدى طلبة أبناء شهداء ضحايا الإرهاب، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (400) طالب وطالبة في جامعة بابل للعام الدراسي (2018-2019)، ثم حلت البيانات بالاستعانة بالمنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت نتائج الدراسة أن طلبة أبناء شهداء ضحايا الإرهاب يتمتعون بنمو ما بعد الصدمة، وأن ليس هناك فرق في نمو ما بعد الصدمة حسب الجنس، وليس هناك فرق في نمو ما بعد الصدمة حسب التخصص، ولا يوجد تفاعل دال إحصائياً في نمو ما بعد الصدمة حسب تفاعل الجنس، والتخصص، بينما دراسة يونس (2018) هدفت إلى التحقق من طبيعة العلاقة بين مهارات التفكير الإيجابي ونمو ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي طيف الذاتوية بالعراق، وتكونت عينة الدراسة من (74) من الأمهات، وتراوحت أعمارهن بين (25 - 55) عاماً بمتوسط عمري (35.79) عاماً، وقام الباحث بإعداد أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس مهارات التفكير الإيجابي، وقائمة نمو ما بعد الصدمة، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين مهارات التفكير الإيجابي ونمو ما بعد الصدمة، وتوصلت إلى أن مهارات التفكير الإيجابي تساهم في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي طيف الذاتوية، بينما دراسة أحمد (2017) هدفت إلى معرفة العلاقة بين نمو ما بعد الصدمة والمساندة الاجتماعية على عينة من (60) أمّاً من أمهات الشلل الدماغي بالقاهرة، بمتوسط عمري (31.8)، وانحراف معياري (5.8)، كما اعتمدت الدراسة على مجموعة من الاستخبارات وهي قائمة نمو ما بعد الصدمة، واستخبار مصادر المساندة الاجتماعية، واستخدمت المنهج الوصفي في تحليل نتائج الدراسة، وكشف تحليل

لديهم، والذي بدوره انعكس على الارتقاء النفسي الذاتي الإيجابي، ونمو ما بعد الصدمة، والذي من أهم ملامحه القدرة على التكيف مع متطلبات الواقع الجديدة، وهذا ما أكدت عليه دراسة (يونس 2018) ودراسة (كعبر، 2018)، يونس وسيم (Young & Sim, 2016) وتعتقد الدراسة أن هذا المستوى الملحوظ من المساندة الاجتماعية، والتطور الإيجابي بعد حدوث الصدمة يساهم بدرجة كبيرة في درجة الشعور بالاعتزاز بالذات، وهو الشعور بقوتها، وبسالتها، وعظم مكانتها في المجتمع الذي تعيش فيه، وهذا ما يتماشى مع رؤية علم النفس الإيجابي المعاصر الذي أصبح يهتم بدراسة مكامن القوة، والفضائل الإنسانية أي يهتم بدراسة الجوانب الإيجابية للشخصية الإنسانية، ولم يعد ينتظر وقوع الفرد في الحالة المرضية من أجل مساعدته على التغلب عليها، بل تعدى ذلك إلى دراسة كيف يمكن لنا أن نجعل الفرد يعيش سعيداً في حياته عن طريق ما يمتلكه من قدرات، وقابليات عقلية، وبدنية، ونفسية، من أجل تحقيق حياة أفضل. روسوفا و أرسوفا (Rosova & Orosova, 2012)، وهذا ما تبخته هذه الدراسة، وتسعى للتأكد منه، فتمحورت مشكلة بسؤالها الرئيس: ما الإسهام النسبي للمساندة الاجتماعية في التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟ ويتفرع منه التساؤلات التالية:

- ◀ ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟
- ◀ ما مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟
- ◀ ما مستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟
- ◀ هل يمكن التنبؤ بالنمو بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة في ضوء المساندة الاجتماعية؟
- ◀ هل يمكن التنبؤ بمستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة في ضوء المساندة الاجتماعية؟

أهداف الدراسة:

- تهدف الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية
- التعرف إلى مستوى المساندة الاجتماعية لدى أمهات الشهداء التي تتلقاها من الآخرين.
- التعرف إلى مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة.
- التعرف إلى مستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة.
- التعرف إلى إمكانية التنبؤ بنمو ما بعد الصدمة والاعتزاز بالذات من خلال المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.

أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في تناولها موضوعات تساهم في تنمية الشخصية الإيجابية وتحسين التوافق النفسي والاجتماعي

على جميع مناحي الحياة، ومن أجل الوفاء لجميع الشهداء والأسرى الذين قدموا أرواحهم رخيصة فدى الوطن وأبنائه، وهذا ما ينمي لديها نمو الاعتزاز بالذات بكافة جوانبه الاعتزاز الذاتي، والاعتزاز الاجتماعي، والاعتزاز الوطني، ومن الدراسات التي تناولت الاعتزاز بالذات دراسة أبو حماد (2019) والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة وكل من السعادة النفسية، والقيمة الذاتية، لدى عينة من طلبة جامعة الأمير ستام بن عبدالعزيز بالسعودية، وتكونت عينة الدراسة من (270) طالباً وطالبة (160) ذكور - 110 إناث) ولتحقيق أغراض الدراسة استخدم الباحث مقياس جودة الحياة النفسية، ومقياس السعادة النفسية، ومقياس القيمة الذاتية بعد التأكد من صدقهما، وثباتهما، وأظهرت الدراسة أن مستويات كل من جودة الحياة والسعادة النفسية والقيمة الذاتية كانت مرتفعة، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية بين جودة الحياة والسعادة النفسية والقيمة الذاتية، وعدم فروق بين دالة إحصائياً بين الجنسين في مستويات متغيرات الدراسة، بينما دراسة الساعدي (2019) هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة الشخصية التجنبية والاعتزاز بالنفس لدى طلبة جامعة المستنصرية بكلية التربية الأساسية بالعراق، ودلالة الفروق بينهما التي تعزى لمتغير الجنس، لعينة مكونة من (400) طالب وطالبة، واستخدمت الدراسة مقياس الشخصية التجنبية ومقياس الاعتزاز بالنفس من إعداد الباحث، وكذلك استخدمت المنهج الوصفي التحليلي في التحقق من نتائج الدراسة، ومن أهم النتائج التي ظهرت وجود الشخصية التجنبية لدى طلبة جامعة المستنصرية، ويوجد فروق تعزى للجنس، كذلك قوة الاعتزاز بالنفس لديهم، ولا توجد فروق تعزى لمتغير الجنس، كذلك لا توجد علاقة ارتباطية بين الشخصية التجنبية والاعتزاز بالنفس لدى الطلبة، وكذلك تناولت دراسة عبد الحسين (2007) التعرف على مستوى كل من توكيد الذات والاعتزاز بالنفس ومعرفة أثر أسلوب توكيد الذات في تنمية الاعتزاز بالنفس لدى طالبات المرحلة المتوسطة، وشمل مجتمع البحث على المدارس المتوسطة والثانوية للبنات في محافظة بغداد، والبالغ عددهم (329) موزعة على المديرية الستة، أختيرت مجموعة تجريبية وعددها (15) وأخرى ضابطة وعددها (15)، حيث أظهرت أن مستوى تأكيد الذات والاعتزاز بالنفس كان منخفضاً، ووجود فروق دالة إحصائياً في الاختبار البعدي لصالح المجموعة التجريبية في تأثير أسلوب توكيد الذات على الاعتزاز بالنفس.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

ومن معاشية الباحث لظروف أمهات شهداء مسيرات العودة منذ بداية انطلاقها من خلال عملي كمنسق للدعم النفسي والاجتماعي، وجدت مستويات عالية من الإيجابية النفسية، والذاتية، والاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة، ظهرت بدءاً من مستويات المساندة الاجتماعية لأمهات الشهداء التي تتلقاها سواء من الأسرة، أو من الأصدقاء، أو من المجتمع، حيث لاحظ الباحث مستوى مرتفعاً من التعاطف، والمشاركة الوجدانية الفعالة، الأمر الذي جعل أمهات الشهداء يعيشن في حالة من الاستسلام لقضاء الله وقدره، ويتبنون أفكاراً عقلانية وقيماً تنم عن مستوى عالٍ من الفهم، والمسؤولية، والإيمان العميق تجاه ذواتهم، ومجتمعهم مما أثر على مستوى السواء والتوافق النفسي والاجتماعي

لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.

أ. الأهمية النظرية:

- إثراء الأدب النفسي، والتربوي وتعزيزه في المكتبات التربوية بموضوعات، ودراسات جديدة، تتمثل بالمساندة الاجتماعية، ونمو ما بعد الصدمة، والاعتزاز بالذات.
- لفت أنظار الباحثين، والتربويين في دراسة طرق توفير المساندة الاجتماعية، والدعم النفسي والاجتماعي لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.
- المساعدة في تقديم برامج إرشادية تساهم في تنمية نمو ما بعد الصدمة، والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.
- عدم وجود دراسات محلية- في حدود علم الباحث- تناولت درجة المساندة الاجتماعية، ونمو ما بعد الصدمة، والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة.

ب. الأهمية التطبيقية:

- تصميم برامج وقائية وعلاجية لتنمية نمو ما بعد الصدمة، والاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.
- تساعد الدراسة الحالية في وضع برامج نمائية وإرشادية وعلاجية في طرق التعامل مع حالات فقدان، سواء للأمهات الشهداء أو غيرها من الفئات الأخرى.
- إثارة اهتمام الباحثين، والمختصين بعمل دراسات جديدة حول الآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على مسيرات العودة لعينات أخرى من فئات المجتمع الفلسطيني.

مصطلحات الدراسة:

المساندة الاجتماعية: هي مقدار الدعم المادي، والعاطفي، والمعرفي، والسلوكي الذي يستمد الفرد من الجماعة، أو الأسرة، أو زملاء العمل، أو الأصدقاء في المواقف الصعبة التي يواجهها في حياته، وتساعد على خفض الآثار النفسية السلبية الناشئة من تلك المواقف، وتساهم في الحفاظ على صحته النفسية، والعقلية. (أبو شاويش، 2018)

وتعرفها الدراسة بأنها الدرجة الكلية التي تحصل عليها أمهات الشهداء على مقياس المساندة الاجتماعية.

نمو ما بعد الصدمة: هو حالة نمو، وتغير نفسي إيجابي للأفراد الذين تعرضوا لأحداث صادمة خلال فترة حياتهم، أدت لتغير جذري بجوانب شخصيتهم على المستوى الشخصي من خلال نظرهم لأنفسهم، وعلى مستوى علاقاتهم بالآخرين، وعلى مستوى ظنرتهم للحياة ككل. تيديسكي و كالهون (2004) Tedeschi & Cal-houn، وتعرف الدراسة نمو ما بعد الصدمة إجرائياً بأنه الدرجة الكلية التي تحصل عليها أمهات الشهداء على مقياس نمو ما بعد الصدمة.

الاعتزاز بالذات: وتعرفه الدراسة إجرائياً بأنه شعور أمهات الشهداء بقيمتهم، ومكانتهم، وشعورهم بالفخر، والاعتزاز بأنفسهم، وتكوين صورة إيجابية عن ذواتهم بعد استشهاد أحد أبنائهم بمسيرات العودة بقطاع غزة، ويُقاس بالدرجة التي تحصل عليها أمهات الشهداء على المقياس المعد لهذا الغرض.

أمهات الشهداء: وتعرفهم الدراسة إجرائياً بأنهم هنّ من فقدن أحد أبنائهنّ باستشهاده بمسيرات العودة بقطاع غزة من قبل قوات الاحتلال الإسرائيلي.

حدود الدراسة:

الحد البشري: أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة (2018/ 2019).

الحد المكاني: تم تطبيق الدراسة على أمهات شهداء مسيرات العودة بمحافظة (خانيونس - رفح)

الحد الزمني: تم تنفيذ الدراسة في الفترة ما بين 1/ 5/ 2020 إلى 30/ 6/ 2020م.

إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، بوصفه أنسب المناهج الملائمة لهدف الدراسة، ويهتم بوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً، ويعبر عنها تعبيراً كمياً.

مجتمع الدراسة: يمثل مجتمع الدراسة جميع أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة والبالغ عددهم (353) في محافظات قطاع غزة، أما عينة الدراسة قام الباحث بتقسيمها:

أ. العينة الاستطلاعية: والهدف منها التحقق من الكفاءة السيكمترية لأدوات الدراسة، وتضمنت (30) من أمهات شهداء مسيرات العودة ممن يتوفر فيهم مواصفات العينة الفعلية.

ب. العينة الفعلية: تم أخذ العينة بطريقة العينة العشوائية البسيطة من المجتمع الأصلي للدراسة، حيث بلغت العينة الإجمالية (99) من أمهات الشهداء.

أدوات الدراسة:

مقياس المساندة الاجتماعية:

وصف المقياس: نظراً لعدم وجود مقياس تتوفر فيه الجوانب التي يرغب الباحث في قياسها لدى أمهات الشهداء قام الباحث بتصميم مقياس المساندة الاجتماعية بعد اطلاعه على عدد من المقاييس والتي من أهمها: مقياس عوض وصلاح (2020)، ومقياس أبو شاويش (2018)، ومقياس كجوان (2016)، ومقياس ساراسون وساراسون (Sarason, I, & Sarason, 2009)، ومقياس روسوفا وأروزوفا (Rosova & Orosova, 2012)، وبلغ عدد فقرات مقياس (40) فقرة، واعتمدت إجابة المفحوصين على فقرات المقياس على التقدير الذاتي التقدير الثلاثي، حيث تمثل الدرجة (3) بدرجة كبيرة، والدرجة (2) بدرجة متوسطة، والدرجة (1) بدرجة قليلة.

صدق مقياس المساندة الاجتماعية

1. صدق المحتوى (المحكمين): عرض الباحث المقياس بصورته الأولية على (7) من أساتذة الجامعات الفلسطينية المختصين في علم النفس والإرشاد التربوي، لإبداء ملاحظاتهم حول أبعاد المقياس وفقراته، وبناءً على ملاحظاتهم؛ قام الباحث بالأخذ بكافة التعديلات: لتكوين الصورة النهائية لمقياس المساندة

الاجتماعية لدى أمهات الشهداء. العودة بقطاع غزة، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له، وجاءت النتائج على النحو التالي:

2. صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق الاتساق الداخلي على عينة استطلاعية مكونة من (30) أما من أمهات شهداء مسيرات

جدول (1)

معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس المساندة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له

مقياس المساندة الاجتماعية							
الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط
البعد الأول: المساندة الأسرية							
الفقرة رقم 1	.405*	.027	الفقرة رقم 7	.598**	.000	الفقرة رقم 13	.102#
الفقرة رقم 2	.598**	.000	الفقرة رقم 8	.784**	.000	الفقرة رقم 14	.522**
الفقرة رقم 3	.840**	.000	الفقرة رقم 9	.570**	.001	الفقرة رقم 15	.104#
الفقرة رقم 4	.452*	.012	الفقرة رقم 10	.798**	.000	الفقرة رقم 16	.241#
الفقرة رقم 5	.826**	.000	الفقرة رقم 11	.712**	.000	الفقرة رقم 17	.450*
الفقرة رقم 6	.729**	.000	الفقرة رقم 12	-.325#	.080	الفقرة رقم 18	.433*
البعد الثاني: مساندة الأصدقاء							
الفقرة رقم 19	.746**	.000	الفقرة رقم 24	.354#	.055	الفقرة رقم 29	.634**
الفقرة رقم 20	.788**	.000	الفقرة رقم 25	.809**	.000	الفقرة رقم 30	.746**
الفقرة رقم 21	.701**	.000	الفقرة رقم 26	.722**	.000	الفقرة رقم 31	.625**
الفقرة رقم 22	.197#	.297	الفقرة رقم 27	.284#	.128		
الفقرة رقم 23	.788**	.000	الفقرة رقم 28	.796**	.000		
البعد الثالث: المساندة المجتمعية							
الفقرة رقم 32	.774**	.000	الفقرة رقم 35	.354#	.055	الفقرة رقم 38	.654**
الفقرة رقم 33	.641**	.000	الفقرة رقم 36	.809**	.000	الفقرة رقم 39	.666**
الفقرة رقم 34	.400*	.029	الفقرة رقم 37	.722**	.000	الفقرة رقم 40	.809**

غير دالة عند 0.05

*دالة عند 5%

**دالة عند 1%

3. صدق الاتساق البنائي لمقياس المساندة الاجتماعية: تم حساب صدق الاتساق البنائي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد وبين الدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف الفقرات التي لم تحقق ارتباط ذات دلالة إحصائية مع بعدها وجاءت النتائج على النحو التالي:

يتبين من الجدول رقم (1) أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس المساندة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له كان موجبا ودالة عند مستوى دلالة (0.05)، باستثناء الفقرات رقم (12,13,15,16,22,27,35) كانت غير دالة عند مستوى 0.05. إلا مع البعد التي تنتمي له، حيث قام الباحث بحذفها؛ لكي يكون هناك اتساق داخلي بين جميع فقرات كل بعد من الأبعاد، حيث بلغ عدد الفقرات (33) بعد إجراء التعديلات على المقياس.

جدول (2)

نتائج معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية للمقياس		
البيان	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المساندة الأسرية	.537**	.002
مساندة الأصدقاء	.396*	.030
المساندة المجتمعية	.634**	.000

الحياة اليومية، والأولويات، والعلاقات مع الآخرين: وهو إدراك أمهات الشهداء حدوث تغيرات إيجابية في العلاقات مع الآخرين بتعميق الصلات والتقارب معهم، وتقدير قيمتهم، وحماية الذات من التعرض للإساءة من الآخرين، قوة الشخصية: وهو إدراك الأمهات حدوث تغيرات إيجابية في الذات، والإحساس بجوانب قوة الشخصية، والثقة في الذات، وجدارتها، وقدرتها على إدارة الضغوط ومواجهتها في المواقف المختلفة والمحتملة مستقبلاً، التغيرات الروحية والدينية: وهي إدراك أمهات الشهداء حدوث تغيرات إيجابية في المعتقدات الروحية من خلال زيادة الإحساس بالمعنى، والهدف، وتعميق الإيمان، والقيم الروحية، والحفاظ على المعتقدات الروحية، والفرص الجديدة: وتعني إدراك أمهات الشهداء للفرص الجديدة والفوائد المحتملة التي نتجت عن حدوث الموقف الصادم، وبلغ عدد فقرات المقياس (32)، واعتمدت إجابة المفحوصين على فقرات المقياس على التقدير الذاتي التقدير الثلاثي، حيث تمثل الدرجة (3) بدرجة كبيرة، والدرجة (2) بدرجة متوسطة، والدرجة (1) بدرجة قليلة.

صدق المقياس ويتكون من:

1. صدق المحتوى (المحكمين): عرض الباحث المقياس بصورته الأولية على (7) من أساتذة الجامعات الفلسطينية المختصين في علم النفس والإرشاد التربوي، لإبداء ملاحظاتهم حول أبعاد المقياس وفقراته، وبناءً على ملاحظاتهم؛ قام الباحث بالأخذ بكافة التعديلات لتكوين الصورة النهائية لمقياس نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات الشهداء.

2. صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق الاتساق الداخلي على عينة استطلاعية مكونة من (30) أما من أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (3)

معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس نمو ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له

الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول: العلاقات الاجتماعية مع الآخرين								
الفقرة رقم 1	××658.	.000	الفقرة رقم 4	*.371	.043	الفقرة رقم 7	*.675	.000
الفقرة رقم 2	××670.	.000	الفقرة رقم 5	*.701	.000			
الفقرة رقم 3	××730.	.000	الفقرة رقم 6	*.685	.000			
البعد الثاني: تقدير الحياة								
الفقرة رقم 8	××925.	.000	الفقرة رقم 11	*.532	.002	الفقرة رقم 14	*.923	.000
الفقرة رقم 9	××941.	.000	الفقرة رقم 12	*.412	.024			
الفقرة رقم 10	××867.	.000	الفقرة رقم 13	*.875	.000			
البعد الثالث: قوة الشخصية								

يتبين من الجدول رقم (2) وجود ارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمقياس كان موجباً ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (.05). مما يشير إلى أن المقياس يتميز بالصدق البنائي لأبعاده، وهذا مؤشر على صدق المقياس في قياس الظاهرة التي أعد من أجلها.

ثبات مقياس المساندة الاجتماعية: تم حساب ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، من خلال طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وذلك بعد حذف الفقرات التي لم تحقق ارتباط ذات دلالة إحصائية مع بعدها وجاءت النتائج على النحو التالي:

1. معامل الثبات وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ: بلغت معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ كانت (.773). ويعد معامل ثبات جيد، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

2. طريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات وفقاً لهذه الطريقة من خلال تقسيم الاستبانة وأبعادهما إلى مجموعتين، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بينهما، وتم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للأبعاد الزوجية، ومعامل جتمان للأبعاد الفردية، وبلغت معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية وفقاً لطريقة التجزئة النصفية كانت 752. ويعد معامل ثبات جيد، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

مقياس نمو ما بعد الصدمة

وصف المقياس: مقياس نمو ما بعد الصدمة من إعداد (2000 Tedeschi & Calhoun)، تعريب الذهبي والنصراوي (2017)، حيث تم تطوير المقياس بما يتناسب مع مجتمع الدراسة وعينيتها، حيث تكون المقياس من خمسة أبعاد أساسية تشمل على تقدير الحياة: وهو إدراك الأمهات لحدوث تحول كبير في كيفية التعامل مع

مقياس نمو ما بعد الصدمة								
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفقرات	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفقرات	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الفقرات
.000	.930**	الفقرة رقم 21	.000	.919**	الفقرة رقم 18	.000	××966.	الفقرة رقم 15
			.000	.947**	الفقرة رقم 19	.000	××950.	الفقرة رقم 16
			.000	.959**	الفقرة رقم 20	.000	××950.	الفقرة رقم 17
البعد الرابع: التغييرات الدينية								
.001	.577**	الفقرة رقم 26	.000	.774**	الفقرة رقم 24	.001	××573.	الفقرة رقم 22
.000	.769**	الفقرة رقم 27	.001	.582**	الفقرة رقم 25	.000	××608.	الفقرة رقم 23
البعد الخامس: الفرص الجديدة								
.000	.796**	الفقرة رقم 32	.038	.380*	الفقرة رقم 30	.000	××702.	الفقرة رقم 28
			.000	.651**	الفقرة رقم 31	.000	.780××	الفقرة رقم 29
			# غير دالة عند 05.			*دالة عند 5%		
						**دالة عند 1%		

3. صدق الاتساق البنائي لمقياس نمو ما بعد الصدمة: تم حساب صدق الاتساق البنائي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد وبين الدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج على النحو التالي:

يتبين من الجدول رقم (3) أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس نمو ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له كان موجباً ودالة عند مستوى دلالة (05).، مما يشير إلى وجود هناك اتساق داخلي بين جميع فقرات كل بعد من الأبعاد.

جدول (4)

نتائج معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس نمو ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية للمقياس

الدرجة الكلية للمقياس		
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البيان
.000	.686**	العلاقات
.000	.876**	تقدير الحياة
.000	.872**	قوة الشخصية
.000	.763**	التغييرات الدينية
.000	.790**	الفرص الجديدة

*دالة عند 5%

**دالة عند 1%

2. طريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات وفقاً لهذه الطريقة من خلال تقسيم الاستبانة وأبعادها إلى مجموعتين، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بينهما، وتم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للأبعاد الزوجية، ومعامل جتمان للأبعاد الفردية، وتبين أن معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس نمو ما بعد الصدمة وفقاً لطريقة التجزئة النصفية كانت (916). ويعد معامل ثبات مرتفع، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

مقياس الاعتزاز بالذات:

وصف المقياس: نظراً لعدم توفر مقياس يشمل جوانب الاعتزاز بالذات التي يرغب الباحث في قياسها لدى أمهات الشهداء

يتبين من الجدول رقم (4) أن معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس نمو ما بعد الصدمة مع الدرجة الكلية للمقياس كان موجباً ودالاً إحصائياً عند مستوى دلالة (05). مما يشير إلى أن المقياس يتميز بالصدق البنائي لأبعاده، وهذا مؤشر على صدق المقياس في قياس الظاهرة التي أعد من أجلها.

ثبات مقياس نمو ما بعد الصدمة: تم حساب ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، من خلال طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وجاءت النتائج على النحو التالي:

1. معامل الثبات وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ: بلغت معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس نمو ما بعد الصدمة وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ كانت (946). ويعد معامل ثبات مرتفع، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

المختصين في علم النفس والإرشاد التربوي، لإبداء ملاحظاتهم حول أبعاد المقياس وفقراته، وبناءً على ملاحظاتهم؛ قام الباحث بالأخذ بكافة التعديلات لتكوين الصورة النهائية لمقياس الاعتزاز بالذات لدى أمهات الشهداء، واعتمدت إجابة المفحوصين على فقرات المقياس على التقدير الذاتي التقدير الثلاثي، حيث تمثل الدرجة (3) بدرجة كبيرة، والدرجة (2) بدرجة متوسطة، والدرجة (1) بدرجة قليلة.

2. صدق الاتساق الداخلي: تم حساب صدق الاتساق الداخلي على عينة استطلاعية مكونة من (30) أمّاً من أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له، وجاءت النتائج على النحو التالي:

قام الباحث بتصميم مقياس الاعتزاز بالذات بعد اطلاعه على عدد من المقاييس والتي من أهمها: مقياس أبو حماد (2019)، ومقياس الساعدي (2019)، ومقياس العلوي (2017)، ومقياس لورينتو وآخرون (Laurentiu, et al, 2012)، وتكون المقياس من ثلاثة أبعاد أساسية وهي: الاعتزاز الذاتي، الاعتزاز الاجتماعي، والاعتزاز الوطني. وبلغ عدد فقرات المقياس (26)، واعتمدت إجابة المفحوصين على فقرات المقياس على التقدير الذاتي التقدير الثلاثي، حيث تمثل الدرجة (3) بدرجة كبيرة، والدرجة (2) بدرجة متوسطة، والدرجة (1) بدرجة قليلة.

صدق المقياس ويتكون من:

1. صدق المحتوى (المحكمين): عرض الباحث المقياس بصورته الأولية على (7) من أساتذة الجامعات الفلسطينية

جدول (5)

معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الاعتزاز بالذات مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له

مقياس الاعتزاز بالذات								
الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
البعد الأول: الاعتزاز الذاتي								
الفقرة رقم 1	.677**	.000	الفقرة رقم 4	.634**	.000	الفقرة رقم 7	.394*	.031
الفقرة رقم 2	.403*	.027	الفقرة رقم 5	.622**	.000	الفقرة رقم 8	.261#	.163
الفقرة رقم 3	.390*	.033	الفقرة رقم 6	.677**	.000	الفقرة رقم 9	.445*	.014
البعد الثاني: الاعتزاز الاجتماعي								
الفقرة رقم 10	.558**	.001	الفقرة رقم 14	.510**	.004	الفقرة رقم 17	.445*	.014
الفقرة رقم 12	.590**	.001	الفقرة رقم 15	.241#	.199	الفقرة رقم 18	.654**	.000
الفقرة رقم 13	.376*	.041	الفقرة رقم 16	.186#	.326	الفقرة رقم 19	.457*	.011
الفقرة رقم 20	-.148#	.434						
البعد الثالث: الاعتزاز الوطني								
الفقرة رقم 21	.963**	.000	الفقرة رقم 24	.961**	.000	الفقرة رقم 27	.971**	.000
الفقرة رقم 22	.849**	.000	الفقرة رقم 25	.002#	.992			
الفقرة رقم 23	.927**	.000	الفقرة رقم 26	.398*	.029			
# دالة عند 0.05			* دالة عند 5%			** دالة عند 1%		

وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (6)

نتائج معامل الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس الاعتزاز بالذات مع الدرجة الكلية للمقياس

البيان	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاعتزاز الذاتي	.580**	.001
الاعتزاز الاجتماعي	.542**	.002
الاعتزاز الوطني	.715**	.000

يتبين من الجدول رقم (5) أن معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الاعتزاز بالذات مع الدرجة الكلية للبعد التي تنتمي له كان موجباً ودالة عند مستوى دلالة (0.05)، باستثناء الفقرات رقم (80.86.87.91.96) كانت غير دالة عند مستوى (0.05)، مع البعد التي تنتمي له، حيث قام الباحث بحذفها؛ لكي يكون هناك اتساق داخلي بين جميع فقرات كل بعد من الأبعاد، حيث بلغ عدد الفقرات (21) بعد إجراء التعديلات على المقياس.

3. صدق الاتساق البنائي لمقياس الاعتزاز بالذات: تم حساب صدق الاتساق البنائي للمقياس من خلال حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد وبين الدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد حذف الفقرات التي لم تحقق ارتباط ذات دلالة إحصائية مع بعدها

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
3	70.8	.248	2.125	المساندة المجتمعية
	71.5	.127	2.144	الدرجة الكلية للمقياس

يتبين من الجدول رقم (8) النتائج التالية:

إن متوسط الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية لدى أمهات

شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد بلغ (2.144) بوزن نسبي (71.5%)، وهذا يشير إلى أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد كان متوسطاً وفقاً لمحك الدراسة المعتمد بالدراسة، وهذا ما اتفق مع دراسة عوض وصلاح (2020)، واختلفت جزئياً مع دراسة أبو شاويش (2018) التي أشارت إلى ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية لدى المترددات على بيت الأمان، بينما اختلفت كلياً عن دراسة العطراني (2015) التي أكدت عدم توفر درجة مناسبة من المساندة الاجتماعية لدى أمهات ضحايا الإرهاب بالعراق.

وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى أن طبيعة ثقافة المجتمع الفلسطيني التي تهتم بما يحدث للآخرين من أحداث سواء أكانت سارة أو غير سارة، ويعتبرون ذلك جزءاً أساسياً من النضال الوطني الفلسطيني تجاه أبناء شعبهم، فتظهر معالم المشاركة الوجدانية، العاطفية، والمعنوية، ومساعدتهم على تلبية احتياجاتهم خلال فترة حدوث الأزمات والصدمات التي يتعرضون لها، وتعتبر المساندة الاجتماعية من أهم المظاهر التي تتلقاها أمهات الشهداء من لحظة وقوع الحدث الصادم وما يليه من أحداث، وتبعات قد تؤثر على مستوى توافرها النفسي والاجتماعي، حيث تعتبر المساندة الاجتماعية بمثابة السد الحصين ضد الوقوع في الاضطرابات المصاحبة للصدمات النفسية، وهذا ما أشارت إليه دراسة أبي القمصان (2017) والتي تؤكد أن المساندة الاجتماعية تأخذ أشكالاً متعددة ومختلفة في المجتمع الفلسطيني تتمثل في المساندة المعنوية كالتقبل، والاهتمام، والشعور بالراحة، والموازة والتي يتلقاها الفرد من المحيطين، وخاصة حين مروره بأحداث ضاغطة، ومؤلمة، والمساندة المادية التي تشمل على تقديم المساعدات النقدية أو العينية والتي يتلقاها الفرد لتعينه على تحمل أعباء الحياة، ومواجهة أعبائها، والمساندة المعرفية وتتمثل في التوجيه، وإعطاء النصيحة، وتقديم الاستشارات، والدعم له، والمساندة الاجتماعية والتي تشمل على كافة المساعدات التي يتلقاها من الآخرين ووجودهم بجواره في أوقات الشدائد، والمحن، ومحاولة مشاركته في أفراحه وأتراحه.

وتعتبر الدراسة وصول مستوى المساندة الاجتماعية إلى درجة متوسطة هو مستوى مقبول في ظل الظروف الصعبة التي يعيشها المجتمع الفلسطيني وفي ظل الأزمات المتتالية كالحصار الظالم، وقطع الرواتب، وصعوبة الأوضاع الاقتصادية والمعيشة، وظهور فيروس كورونا وانتشاره والذي أثر على جميع مكونات العالم المادية والمعنوية، والذي زاد من مستويات التباعد الاجتماعي بين الأفراد.

وحصلت مساندة الأصدقاء على أكبر أبعاد المساندة

ثبات مقياس الاعتزاز بالذات: تم حساب ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، من خلال طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، وذلك بعد حذف الفقرات التي لم تحقق ارتباط ذي دلالة إحصائية مع ما بعدها وجاءت النتائج على النحو التالي:

1. معامل الثبات وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ: بلغت معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس الاعتزاز بالذات وفقاً لطريقة ألفا كرونباخ كانت (0.729) ويعد معامل ثبات جيد، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

2. طريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات وفقاً لهذه الطريقة من خلال تقسيم الاستبانة وأبعادها إلى مجموعتين، وتم حساب معامل الارتباط بيرسون بينهما، وتم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معامل سبيرمان براون للأبعاد الزوجية، ومعامل جتمان للأبعاد الفردية، وبلغت معامل الثبات للدرجة الكلية لمقياس الاعتزاز بالذات وفقاً لطريقة التجزئة النصفية كانت (0.664). ويعد معامل ثبات مقبول، مما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

نتائج الدراسة:

المحك المعتمد في الدراسة: لتحديد المحك المعتمد في الدراسة، فقد تم تحديد طول الخلايا في مقياس ليكرت الثلاثي من خلال حساب المدى بين درجات المقياس (3 - 1 = 2) ومن ثم تقسيمه على أكبر قيمة في المقياس للحصول على طول الفئة (2/3 = 0.66): لتحديد فئات المستويات، والجدول رقم (13) يوضح فئات المحك المعتمد في الدراسة.

جدول (7)

يوضح فئات المحك المعتمد في الدراسة

مدى الوزن النسبي	أكثر من 55.4%	أكثر من 77.7%
من 33% - 55.3%	77.6% - 100%	
مدى المتوسط الحسابي	1 - 1.66	1.67 - 2.33
التصنيف	منخفضة	متوسطة
		مرتفع

تم الاستعانة بفئات محك الدراسة وذلك؛ لتحديد مستوى متغيرات الدراسة.

نتائج التساؤل الأول: ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟

وللإجابة على ذلك التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد، والنتائج موضحة بالجدول رقم (8).

جدول (8)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد لمقياس المساندة الاجتماعية

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
2	70.9	.211	2.127	المساندة الأسرية
1	72.6	.208	2.179	مساندة الأصدقاء

يتبين من الجدول رقم (9) النتائج التالية: أن متوسط الدرجة الكلية لنمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد بلغ (2.166) بوزن نسبي (72.2%)، وهذا يشير إلى أن مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد كان متوسطاً وفقاً لمحك الدراسة المعتمد بالدراسة، وهذا ما اتفق مع دراسة كل من يونس (2018)، ودراسة أحمد (2017)، ودراسة يونج وسيم (Young & Sim 2016)، واختلفت مع دراسة الذهبي والنصراوي (2017)، ودراسة سميث (Smith, 2016)، في مستوى المساندة الاجتماعية لدى من تتطور لديهم نمو ما بعد الصدمة.

وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى أنه ليس شرطاً بعد حدوث الأزمات أو الصدمات، أو الإحباطات أن تظهر الصدمات النفسية المؤلمة، وفقدان التوازن النفسي والاجتماعي، فهذا هو الاستثناء حسبما تؤكد دراسة حميدي وآخرين (Hamidi, al al, 2010) فمن الطبيعي أن تتعرض الشخصية للاهتزاز المؤقت لكن سرعان ما تكون هذه الأزمات، والصدمات فرصة جديدة لحدوث التغيير الإيجابي في جميع مكونات الشخصية، وهذا ما يتفق مع دراسة كعبر (2018) أن الأحداث الصادمة هي ميلاد جديد للشخصية فتتغير فيها مقومات الصلابة النفسية، وتحوي جوانب الصمود النفسي.

وترى الدراسة وصول مستوى نمو ما بعد الصدمة إلى مستوى متوسط هو مؤشر إيجابي في شخصية أمهات شهداء مسيرات العودة، وهذا ما تؤكد دراسة العطراني (2015) والتي تؤكد أنه عندما يتعرض الفرد لأحداث صادمة في حياته يمكن أن يمر بتغيرات نمائية وإيجابية، وفقاً لعدة متغيرات منها: خصائص الشخصية حيث ثبت علاقة بعض الخصائص الشخصية كالانفتاح على الخبرة، والانبساطية، والتفاؤل، والذين يتلقون دعماً اجتماعياً والذين يعتمدون على استراتيجيات التكيف والمواجهة يتطور لديهم النمو الإيجابي في الشخصية بصورة أفضل مما يجعلهم قادرين على إحداث التكيف النفسي والاجتماعي مع المتغيرات الجديدة، وهذا ما يتفق مع، يونس (2018)، ودراسة هانا وأكوي (Hannah & Acquaye, 2017) وفي هذا الصدد يرى وانج وآخرون (Wang, et al, 2015) أن نمو ما بعد الصدمة هو ذلك الشعور بأن الإنسان ازداد حكمة، وفهماً للحياة بعد تعرضه لصدمة، وتطورت حياته بعد حدوثها بشكل إيجابي، حيث يساهم ذلك في تحقيق الفاعلية الذاتية، والاجتماعية والروحانية بالنسبة له.

وفي هذا الصدد تؤكد دراسة هيلاما (Hallam, 2012) أن وجود المرونة النفسية يمنح الفرد القدرة على التعافي من الأمراض، والشعور بالاكتئاب، والمصائب، وقيام الفرد بوظائفه متحدياً الظروف الصعبة ووصولاً لمرحلة التكيف، وترى دراسة أبو القمصان (2007) أن المرونة النفسية تجعل الإنسان يعيش حياة كريمة مليئة بالصفح، والأمل، وتصبح حياته ذو هدف، ومعنى، وتضيف دراسة كاشدان وآخرين (Kashdan, et al 2012) إلى أن استراتيجيات التكيف لها الدور الهام في نمو ما بعد الصدمة من خلال تزويد به الفرد بالمهارات التكيفية التي تساعد في الفهم العميق لتقبل وتقدير ذاته، الأمر الذي ينعكس على مستوى توافقه النفسي والاجتماعي، وعلى النمو الإيجابي بعد حدوث الصدمة. إن التغيرات الروحية والدينية كانت أكبر أبعاد النمو ما بعد

الاجتماعية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة، حيث بلغ بوزنها النسبي (72.6%) يليها مساندة الأسرة بوزن نسبي (70.9%) ثم مساندة المجتمعية بوزن نسبي (70.8%)، وهذا ما اتفق مع دراسة أبو القمصان (2017) التي أكدت على حصول مساندة الأصدقاء على أعلى درجات المساندة الاجتماعية، بينما اختلفت مع دراسة أبو مرزوق (2018) التي أكدت على أهمية مساندة الزوج في مواقف الأزمات، والإحباطات التي تتعرض لها المرأة.

وتعزو الدراسة الحالية تلك النتيجة بأن أصدقاء أمهات الشهداء هم أكثر الأشخاص معرفة، وفهماً لطبيعة شخصياتهم، وأكثر علماً بحاجاتهم، وأكثر قدرة على التعبير عن مشاعر السند، والقوة، والإرادة لديهم، وكذلك وقوفهم

المستمر بجانبهم في ضوء انشغال أفراد الأسرة بطبيعة الحدث الذي يمررون فيه، وفي هذا الصدد تشير دراسة أحمد (2017) أن مساندة الأصدقاء تعتبر من أهم وأكبر أنماط المساندة الاجتماعية تأثيراً في شخصيات ممن يتلقاها.

في حين ترى دراسة أبو مرزوق (2018) أن إحساس الفرد بأن أسرته، وأصدقائه يحبونه، ويفكرون فيه، ويحتاجونه، ويقدرونه، يساعده على مقاومة ما قد يعترضه من ضغوط حياتية، كما يمكنه من استعادة صورته التي قد تهتز نتيجة تعرضه لأحداث صعبة وأليمة، ما يعطيه مساحة من الأمن، والوثاق، ويسمح له التمتع، والاسترخاء، كما يوفر له قاعدة أمانة لحياته، تدعم علاقته الاجتماعية بالآخرين، وبخاصة الذين يتماثلون معه، ويهتمون بمشكلاته، كونه يعيش ضمن بيئة اجتماعية غير معزول عنها، وأن لديه بالفعل أناساً آخرين يساعدونه، ويقفون بجواره في وقت الشدائد، والأزمات، وأشارت دراسة عوض وصلاح (2020) إلى أن المساندة الاجتماعية هي إدراك الفرد لوجود أشخاص مقربين له يثق بهم، ويهتمون به في أوقات الأزمات، ويمدونه بأنماط المساندة المتعددة سواء في صورة حب، أو صورة مساعدة مادية، أو في صورة علاقات إيجابية مع الآخرين.

نتائج التساؤل الثاني: ما مستوى نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟

وللإجابة على ذلك التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد، والنتائج موضحة بالجدول رقم (9).

جدول (9)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد نمو ما بعد الصدمة

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
3	71.4	.294	2.141	العلاقات الاجتماعية
4	71.2	.283	2.137	تقدير الحياة
2	72.2	.283	2.167	قوة الشخصية
1	75.0	.275	2.251	التغيرات الدينية
5	70.8	.293	2.125	الفرص الجديدة
	72.2	.157	2.166	الدرجة الكلية للمقياس

وهذا لم يكن عند أمهات الشهداء، وهذا ما اختلف مع دراسة وانج وآخرين (Wang. at al, 2015) التي أكدت أن الفرص الجديدة هي أهم الجوانب التي يمكن أن تحدث بعد تطور الصدمات النفسية الشديدة.

نتائج التساؤل الثالث والذي ينص على ما مستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة؟

وللإجابة على ذلك التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد، والنتائج موضحة بالجدول رقم (10).

جدول (10)

نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل من الدرجة الكلية وللأبعاد الاعتزاز بالذات

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
1	76.1	0.315	2.283	الاعتزاز الذاتي
2	69.3	0.357	2.079	الاعتزاز الاجتماعي
3	64.8	0.343	1.943	الاعتزاز الوطني
	70.3	0.222	2.110	الدرجة الكلية للمقياس

يتبين من الجدول رقم (10) النتائج التالية:

إن متوسط الدرجة الكلية للاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد وصلت إلى وزن نسبي (70.3%)، وهذا يشير إلى أن مستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة قد كان متوسطاً وفقاً لمحك الدراسة المعتمد بالدراسة، وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى أن للشهيد مكانة عظيمة في المجتمع الفلسطيني نظراً لما يمثله من رمزية وطنية، ودينية تساهم في رفع الروح المعنوية لدى أسرة الشهيد وذويه، وهذا ما ينمي لديهم الشعور بالاعتزاز بكافة أبعاده سواء الاعتزاز الذاتي، أو الاجتماعي، أو الوطني، وتضيف الدراسة بأن شعور الاعتزاز بالذات هو إحساس نفسي داخلي يعطي أمهات الشهداء الشعور بالاعتزاز النفسي، والجدارة الاجتماعية التي تجعلها محل ثقة، واحترام الآخرين نتيجة قدرتها على التعامل مع حالة فقدان التي مرت بها، وهذا ما يتفق مع دراسة الزاملي (2020)، عبدالحسين (2007) ويضيف لورينتو وآخرون (Laurentiu, et al, 2012) أن الأفراد الذين يتمتعون بالاعتزاز بالنفس لديهم القدرة على السيطرة على الإحباطات، والأحداث الصادمة، بل وتتطور لديهم سمات شخصية إيجابية تساهم في مساعدة الأفراد في سرعة التكيف مع طبيعة الأزمات الجديدة التي قد تلحق بهم.

ويرى أبو حماد (2019) أن الاعتزاز بالذات حاجة إنسانية ضرورية لسلامة الفرد نفسياً، واجتماعياً، وعاطفياً؛ حيث يعطي الفرد الشعور بالقوة، والفعالية الذاتية، والسعادة، والحب، والتفاؤل، والقدرة على التفاعل السليم مع الآخرين، ويضيف مايكل وآخرون (Micheal, et al. 2011) أن الاعتزاز بالذات يعطي الفرد القدرة على التعامل مع مشكلات الحياة بواقعية وفاعلية، والقدرة على التحمل، والمثابرة، ورحابة الصدر، والتمتع بصحة العقل، والشعور بالرضا بمختلف أوجه حياتهم، القدرة على وضع أهداف من الحياة تتسم

الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة، حيث بلغ بوزنها النسبي (75%)، يليه بعد القوة الشخصية بوزن نسبي (72.2%)، أما بعد فرص الجديدة فقد كان أصغر أبعاد النمو ما بعد الصدمة بوزن نسبي (70.8%)، يليه بعد تقدير الحياة بوزن نسبي (71.2%)، وهذا ما اتفق مع دراسة الزاملي (2020) التي أكدت على فاعلية الذكاء الروحي في التخفيف من حالة فقدان الناتجة عن الاستشهاد، واتفقت جزئياً مع دراسة هانا وأكوي (Hannah & Acquaye, 2017) التي أكدت على دور الالتزام الديني في تحقيق النمو الإيجابي للشخصية، بينما اختلفت مع دراسة سوير وآخرين (Sawyer, at al.2010) التي أكدت على أن تقدير الحياة حصل على أعلى أبعاد نمو ما بعد الصدمة.

وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى زيادة التوجهات الدينية والروحانية لدى أمهات الشهداء والناتجة عن الإيمان بالله سبحانه وتعالى، والإيمان بقضاء الله وقدره، وهذا الإيمان يمنحهم الحصانة، والطمأنينة والاتزان النفسي والسلوكي، وشعورهم بالرضا، وراحة البال لقوله تعالى ﴿وما جعله الله إلا بشئركم ولتطمئنن قلوبكم﴾ [آل عمران: 26]، ويمنحهم الشعور بالحياة الطيبة برغم ما فيها من ابتلاءات ومحن لقوله تعالى ﴿مَنْ عَمَلْ صَالِحًا مَنْ ذَكَرَ أَوْ أَنْتَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّه حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾ [النحل: 97]، ويعطيهم القوة والصبر على ما أصابهم مستشعرين قوله تعالى ﴿إِنَّمَا يُؤْفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ [الزمر: 10]، وجميع هذه العوامل تجعل الفرد يبني مفهومها إيجابياً لمعنى الحياة يجعله يعيش في حالة من السواء، والهناء، والاستقرار النفسي، والذي يساهم بدرجة كبيرة في تحقيق النمو الإيجابي بعد الصدمات، وكذلك تحقيق معالم التوافق النفسي والاجتماعي له ولمن حوله، وهذا ما يتفق مع دراسة أبو مرزوق (2018) أن الأفراد الذين يمتلكون معتقدات دينية يكونون قانعين بحياتهم، لديهم شعور بالسعادة، والارتياح النفسي نتيجة زيادة درجة الإيمان لديهم.

وترى الدراسة حصول بعد القوة الشخصية على المرتبة الثانية ناتج عن حالة التماسك المعرفي والسلوكي والديني التي ووجد لدى أمهات الشهداء، وهذا ما يتفق مع دراسة هيلاما (Hal-lam, 2012) التي تؤكد أن من أهم العوامل التي تساهم في نمو ما بعد الصدمة زيادة الشعور بقوة الشخصية، حيث تعتبر الشخصية بمثابة التنظيم النفسي الإنساني الفريد، والذي يتضمن ما يمتلكه الفرد من استعدادات، وإمكانات، وقدرات جسمية، ونفسية، وانفعالية، وإدراكية، واجتماعية تساهم في القدرة على التحمل، والتعامل مع المواقف الضاغطة، وهذا ما يؤدي إلى تطور إيجابي بالشخصية بعد حدوث الصدمات، والمواقف الضاغطة، والإحباطات، وهذا ما يتفق مع دراسة كل من السعدي، وكنين (2019)، ودراسة أحمد (2017)، ودراسة هانا وأكوي (Hannah & Acquaye, 2017).

وتعزو الدراسة عن حصول بعد الفرص الجديدة على المرتبة الأخيرة فهو أمر طبيعي نظراً لقوة، وثبات، وتماسك الشخصية لدى أمهات الشهداء، وقدرتهم على تحمل الإحباطات، والشدائد، والمحن، هذا ما يطور شخصياتهم، ويعطيها فرصاً أفضل بالحياة، وهذا ما اتفق مع دراسة أحمد (2017) التي تؤكد أن الفرص الجديدة تكون لمن حدث خلل في توازنه النفسي والسلوكي وعليه ترتيب أولوياته،

المعيطات تنمي الشعور بالاعتزاز الذاتي، والذي يرتبط بالروح المعنوية وهذا ما أكدت عليه دراسة عبدالحسين (2009: 22) « بأن الاعتزاز بالذات يشمل شعور الفرد بالتقبل الذاتي، والقيمة الذاتية، وأن يكون عضواً مهماً في مجتمعه، والحب الذاتي لذاته»، وهذا ما اتفق مع دراسة العطراني (2015)، واختلفت مع دراسة عطالله (2018) التي أكدت ارتفاع مستوى الأسي النفسي لدى أمهات الشهداء والتي يتطلب تدخلاً إرشادياً سريعاً للتخفيف من حدة.

نتائج التساؤل الرابع والذي ينص على ما مدى التنبؤ بالنمو بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية؟

وللإجابة على ذلك التساؤل تم استخدام الانحدار البسيط، وذلك التنبؤ بالنمو بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية، والنتائج موضحة بالجدول رقم (11).

جدول (11)

نتائج الانحدار البسيط الذي يكون فيه النمو بعد الصدمة متغير تابع والمساندة الاجتماعية متغير مستقل

الارتباط	القدرة التفسيرية	القدرة التفسيرية المعدلة
.216 ^a	.047	.037
ANOVA ^a التباين		
مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات
.113	1	.113
2.310	97	.024
2.423	98	
الانحدار		
البواقي		
الإجمالي		
المعاملات		
المعاملات غير المعيارية	المعاملات المعيارية	
بيتا	الخطأ المعياري	بيتا
1.594	.263	6.063
.267	.122	2.179
الثابت		
المساندة		
		مستوى الدلالة Sig
		.032 ^b
		.000
		.032

$$(y = 1.594 + 0.267 X1) =$$

حيث إن

$$Y = \text{النمو بعد الصدمة}$$

$$a = \text{ثابت النموذج}$$

$$x1 = \text{المساندة الاجتماعية}$$

$$b1 = \text{معامل الانحدار}$$

$$E = \text{خطأ التنبؤ}$$

مما سبق يمكن القول أنه يمكن التنبؤ بالنمو بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية، وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى أن نمو ما بعد الصدمة

بالواقعية، والشمول.

إن الاعتزاز الذاتي كان أكبر أبعاد الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة، حيث بلغ وزنه النسبي (76.1%)، يليه الاعتزاز الاجتماعي بوزن نسبي (69.3%)، ثم الاعتزاز الوطني بوزن نسبي (64.3%)، وتعزو الدراسة تلك النتيجة إلى أن الاعتزاز الذاتي يرتبط بقيمة الفرد الذاتية والتي تعطي الفرد القوة، والصلابة في القدرة على التعامل مع المشكلات، والإحباطات التي تتعرض حياتها، وتضيف الدراسة أن شعور أمهات الشهداء بالفخر، والاعتزاز ناتج عن القيم، والمعتقدات التي تربت عليها في ثقافة المجتمع الفلسطيني التي تعتبر أم الشهيد بأنها أم مناضلة، حيث مزجت في تربيتها بين الأبعاد النفسية والتربوية والجهادية هذا لم يتوفر للأمهات الأخرى، وهذا ما يتفق مع السعدي وكنين (2019)، وتضيف الدراسة بأن الشعور والافتخار الذاتي لدى أمهات الشهداء ناتج عن المعتقدات الدينية، والمعرفية التي تعطيها الشعور بالرضا بقضاء الله وقدره وأن ما أصابها لم يكن ليخطئها، فمثل هذه

يتبين من الجدول رقم (11) أن قيمة المستوى الدلالة لنموذج الانحدار الذي يكون فيه النمو بعد الصدمة كمتغير تابع والمساندة الاجتماعية كمتغير مستقل كانت أقل من (0.05)، مما يشير إلى أن النموذج مقبول إحصائياً للتنبؤ، كما يتبين أن قيمة القدرة التفسيرية المعدلة قد بلغت (3.7%) وهذا يعني أن المساندة الاجتماعية تستطيع تفسير (3.7%) من التغيرات التي تحدث في النمو بعد الصدمة أي أن 96.3% (100% - 3.7%) من التغيرات التي تحدث بالنمو بعد الصدمة ناتج لعوامل أخرى غير المساندة الاجتماعية، كما يتضح أن معامل بيتا للمساندة الاجتماعية كان موجباً ودالاً إحصائياً؛ مما يدل على أن تأثير المساندة على النمو بعد الصدمة كان تأثيراً إيجابياً ودالاً إحصائياً، ومن خلال النتائج السابقة يمكن صياغة معادلة الانحدار للنموذج كما يلي:

جيدة، وتخفّض وتستبعد عواقب الأحداث الصادمة والضاغطة على الصحة النفسية، وتساعد الفرد على تحمل المسؤولية وتبرز الصفات القيادية له، كما أن لها قيمة شفاءية من الأمراض النفسية التي تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي، وتقوم بمهمة حماية تقدير الصدمات النفسية، وتخفف من أعراض القلق، والاكتئاب، وتزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وحياته (عودة، 2010)، ويرى مارينو المشار إليها في (بريك، 2016: 294) أن المساندة الاجتماعية تحقق السعادة والتوازن النفسي للفرد، حيث تؤثر بطريقة مباشرة على سعادته عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغط مرتفعاً، بينما يضيف حميدي وآخرون (Hamidi, at al, 2010) أن المساندة الاجتماعية والدعم النفسي يؤديان دوراً هاماً في تطور نمو ما بعد الصدمة، فعند العثور على فرصة تقود للانفتاح النفسي، وتنشيط وتنمية العمليات المعرفية، والإدراكية لرسم وجهة نظر جديدة، فالدعم الاجتماعي يساعد الناس للعثور على معاني جديدة للحياة ليقود لديهم نمو ما بعد الصدمة، وهذا ما اختلف مع دراسة الذهبي والنصراوي (2017) التي أكدت عكس ذلك في أن المساندة الاجتماعية تزيد من الشعور بالعجز، وقلة الحيلة، وتدني مفهوم الذات.

نتائج التساؤل الخامس: ما مدى التنبؤ بمستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية؟

وللإجابة على ذلك التساؤل تم استخدام الانحدار البسيط، وذلك التنبؤ بمستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية والنتائج موضحة بالجدول رقم (12).

جدول (12)

نتائج الانحدار البسيط الذي يكون فيه الاعتزاز بالذات متغير تابع والمساندة الاجتماعية متغير مستقل

الارتباط	القدرة التفسيرية	القدرة التفسيرية المعدلة
.175 ^a	.031	.021
ANOVA ^a		
التباين		
مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات
147	1	.147
4.670	97	.048
4.818	98	
المعاملات		
المعاملات غير المعيارية	المعاملات المعيارية	
بيتا	الخطأ المعياري	بيتا
1.457	.374	3.897
.305	.174	1.750
الثابت		
المساندة		

هو تطور إيجابي في الشخصية ناتج عن جملة من العوامل، والمؤثرات التي يمكن أن تزيد من فاعليته، وقوته، وقدرته على مواجهة الأزمات، والإحباطات التي يمكن أن تعترض الفرد، وتعتبر المساندة الاجتماعية من أهم المؤثرات التي يمكن أن تساهم في تحقيقه في ظل وجودها لدى أمهات شهداء مسيرات العودة، وتجمع العديد من الدراسات مثل دراسة يونس (2018)، دراسة كعبر (2018) أن المساندة الاجتماعية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بنمو ما بعد الصدمة، وهذا ما أظهرته هذه الدراسة، وهذا ما يشير إليه روسوفا وأرسوفا (Rosova & Orosova, 2012) في قوله أن الأشخاص الذين لديهم نظامٌ قويٌّ من المساندة الاجتماعية تحت تصرفهم، مجهزون بشكل أفضل للتعامل مع التغيرات الخطيرة في الحياة، أو المضايقات اليومية، وفي هذا الصدد تؤكد دراسة أبو شاويش (2018) أن الأفراد الذين أعلنوا عن رضاهم عن المساندة الاجتماعية التي تلقوها من محيطهم أظهروا مستويات متزايدة من الإحساس المؤقت بالحياة، فضلاً عن البحث طويل الأمد عن معنى شامل في الحياة من الأشخاص الذين أظهروا مستويات متدنية من الرضا عن المساندة الاجتماعية، وتضيف (بريك، 2016: 298) أن المساندة الاجتماعية تعمل على تحقيق السعادة، والتوازن النفسي للفرد في مواجهة الإحباط، وضغوط الحياة، وتعمل على حماية الذات، وتنمية القدرة على تحمل المسؤولية، وتقليل الإصابة بالأمراض، تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي، وتساعد على حل المشكلات الطارئة وهذا من شأنه أن يزيد من مستوى التطور الإيجابي في الشخصية.

بالإضافة إلى ذلك تضيف دراسة عودة (2010) أن المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة في سعادة الفرد، وتزيد من قدرته على المقاومة والتغلب على الإحباطات، وحل المشكلات بطريقة

وتضيف الدراسة: أن قيم الاعتزاز بالذات لدى أمهات قد ترتبط بأساليب التنشئة الأسرية والاجتماعية، والتي طورت لديهم الشعور بالثقة، والمسؤولية، والقدرة على مواجهة التحديات والظروف بكل سهولة ويسر، وهذا ما أكدت عليه دراسة سميث (Smith, 2016)، بينما ترى دراسة الزاملي (2020) أن قيم الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة قد تكون نابعة من التوجهات الدينية التي تدخل السكينة، والرضا، والراحة في قلبها، وطريقة تفكيرها لما يظفر الشهداء وأهاليهم من أجر عظيم من الله سبحانه وتعالى مصداقاً لقوله تعالى ﴿وَالشَّهَدَاءُ عِنْدَ رَبِّهِمْ لَهُمْ أَجْرُهُمْ وَنُورُهُمْ﴾ (الحديد: 19)، وقوله تعالى ﴿وَيَتَّخِذُ مِنْكُمْ شُهَدَاءَ﴾ (ال عمران: 140)، فتعتقد أمهات الشهداء بأن هذا الابتلاء هو انتقاء، واصطفاء، وتكريم لهن من الله سبحانه وتعالى، وهذا يدل على مستوى الفهم الواعي والعميق لديهن، وكثيراً من الدراسات التي ربطت مستويات التدين بمستويات الصحة النفسية الإيجابية كدراسة أبو مرزوق (2018)، ودراسة هانا وأكوي (Hannah & Acquaye 2017).

توصيات الدراسة:

تقدم الدراسة جملة من التوصيات الهامة لدى المؤسسات المختصة بجوانب رعاية المرأة وأمهات الشهداء، سواء أكانت رسمية حكومية أو غير رسمية أهلية خاصة، ومن أهم التوصيات:

- ضرورة زيادة أشكال المساندة النفسية، والاجتماعية، والمادية، والمجتمعية والتي من شأنها أن تزيد من مقومات الصمود النفسي والاجتماعي.

- توفير مراكز استشارية لرعاية أمهات الشهداء تختص بالجوانب النفسية والاجتماعية تساهم في الارتقاء النفسي والمجتمعي لهم.

- تنفيذ برامج إرشادية ونفسية تساهم في تنمية الاعتزاز بالذات لما قد ينتج عنه من سمات إيجابية تساهم في القدرة على التكيف مع الواقع الجديد لديهم.

- رفع الروح المعنوية لدى أمهات شهداء مسيرات العودة من خلال إشراكهن بمؤسسات المجتمع المحلي؛ لأخذ دور وطني وريادي يظهر مكانتهن الاجتماعية، وتعزيز السلوك المسؤول لديهن.

مقترحات الدراسة:

- برنامج إرشادي قائم على معنى الحياة؛ لتنمية نمو ما بعد الصدمة لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة.

- مؤثرات الاضطراب النفسي لدى أبناء شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة وعلاقتها بالكفاءة الذاتية لدى أمهاتهم.

- خبرة الاستشهاد لدى أمهات شهداء مسيرات العودة وعلاقتها بالانتماء الوطني والالتزام الديني لدى أمهات شهداء مسيرات العودة.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المصادر والمراجع العربية

القران الكريم

- أبو القمصان، رانيا. (2017). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمرونة

يتبين من الجدول رقم (12) أن قيمة المستوى الدلالة لنموذج الانحدار الذي يكون فيه بمستوى الاعتزاز بالذات كمتغير تابع والمساندة الاجتماعية كمتغير مستقل كانت أكبر من (0.05)، مما يشير إلي أن النموذج غير مقبول إحصائياً للتنبؤ، كما يتبين أن قيمة القدرة التفسيرية المعدلة قد بلغت (2.1%)، وهذا يعني أن المساندة الاجتماعية تستطيع تفسير (2.1%) من التغيرات التي تحدث في مستوى الاعتزاز بالذات أي أن 97.9% (100% - 2.1%) من التغيرات التي تحدث بمستوى الاعتزاز بالذات ناتج لعوامل أخرى غير المساندة الاجتماعية، كما يتضح أن معامل بيتا للمساندة الاجتماعية كان موجبا وغير دال إحصائياً، مما يدل على أن تأثير المساندة على الاعتزاز بالذات كان تأثيراً إيجابياً ولكن غير دال إحصائياً، ومن خلال النتائج السابقة يمكن صياغة معادلة الانحدار للنموذج كما يلي:

$$y^* = 1.457 + 0.305 (X1)$$

حيث إن:

*Y = الاعتزاز بالذات

a = ثابت النموذج

x1 = المساندة الاجتماعية

b1 = معامل الانحدار

E = خطأ التنبؤ

ما سبق يمكن القول بأنه لا يمكن التنبؤ بمستوى الاعتزاز بالذات لدى أمهات شهداء مسيرات العودة بقطاع غزة من خلال المساندة الاجتماعية، وتعزو الدراسة تلك النتيجة بأن الاعتزاز بالذات هو شعور وإحساس نفسي داخلي ينمو من المعتقدات، والأفكار التي يبنيها الفرد تجاه ذاته، وشخصيته، ونتيجة توفر سمات الشخصية الإيجابية لدى أمهات الشهداء كالقدرة على التحمل، والصبر على الشدائد في أوقات الأزمات، جعلت أمهات الشهداء يشعرون بوجودهن، وقدرتهن على مواجهة هذه التحديات، وخاصة أن المحن، والابتلاءات، وصور المعاناة توجد مع كافة أبناء الشعب الفلسطيني، فصور المساندة والدعم التي تقدم موجودة، ولكن ليست بالصورة التي يمكن أن تستند عليها أمهات الشهداء في حياتهن، وهذا اختلف مع دراسة مرزوق (2018) التي تؤكد أن المساندة الاجتماعية ترتبط ارتباطاً إيجابياً بمستويات القيمة الذاتية والاعتزاز بالنفس، ولكنها تعلق ذلك في أن عينة الدراسة كانت من طلبة الجامعات، وفي المرحلة يحتاج طلبة الجامعات للمساندة الاجتماعية التي من شأنها أن ترفع لديهم مستويات الاعتزاز، والقيمة الذاتية نظراً لكثرة الضغوط، والإحباطات التي يتعرضون لها، وترى بأنه لا يمكن التنبؤ بالمساندة الاجتماعية في ضوء الاعتزاز بالذات لارتباط الاعتزاز بعوامل، وحاجات أساسية داخلية، والتي عبرت عنها دراسة كجوان (2016) في أن عملية الاعتزاز بالذات تستند على خمس حاجات إنسانية تساهم في زيادته ونموه وهي: الإحساس بالأمان، والإحساس بالهوية، والإحساس بالانتماء، والإحساس بالهدف، والشعور الكفاءة الذاتية، والكفاية الشخصية، وهذه العوامل لا ترتبط بالمساندة الاجتماعية، وهذا ما اختلف مع دراسة روسوفا وأرسوفا (Rosova, & ORoso- va, 2012) التي أكدت على ارتباط العلاقة بين الاعتزاز بالذات واحترامها والمساندة الاجتماعية.

- 353-366.
- العربي، إسماعيل (2017). تقدير الذات والصحة النفسية المدرسية، مجلة الطفولة العربية- الكويت، 70، 81 - 89.
- عودة، محمد (2010). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية لدى أطفال المناطق الحدودية، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- عوض، حسني، صلاح، أميرة (2020). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى عينة من مريضات سرطان الثدي في محافظة رام الله والبيرة، مجلة البحوث التربوية والنفسية- جامعة بغداد، 17(65)، 1 - 41.
- كجوان، قاسم (2016). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، مجلة آداب الفراهيدي- جامعة تكريت، 8(27)، 309 - 329.
- كعبر، آلاء (2018). نمو ما بعد الصدمة ومعنى الحياة وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى مرضى السرطان في قطاع غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- وزارة التنمية الاجتماعية، التقرير السنوي، قطاع غزة، 2019.
- يونس، إبراهيم (2018). مهارات التفكير الإيجابي وعلاقتها بنمو ما بعد الصدمة لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف الذاتوية، مجلة البحث العلمي في التربية- جامعة عين شمس 19، (5)، 1 - 22.
- ثانياً: المصادر والمراجع العربية مترجمة إلى اللغة الإنجليزية**
- Abo Alqumsan, R. (2017). *Social support and its relationship with the psychological resilience of divorcees in Gaza governorate, (unpublished master thesis), education college, psychology department, Gaza.*
- Abo Hammad, N. (2019). *The quality of psychological life and its relationship with psychological happiness and self-worth among a sample of students at prince Sattam bin Abdil-Aziz university. Quds open university journal for educational and psychological researches. 1 (7), 267-281.*
- Abo Shawish, M. (2018). *Social support as a mediator variable between cognitive distortions and meaning of life among frequenters of Bait Al-Aman in Gaza Strip, (unpublished master thesis), education college, Al-Aqsa university, Palestine.*
- Abo Marzouq, E. (2018). *Social support and religious orientation and their relationship with meaning of life among sample of non-divorced women in Gaza governorate, (unpublished master thesis), education college, Al-Aqsa university, Palestine.*
- Ahmed, M. (2017). *Social support and posttraumatic growth among mothers of cerebral palsy children, positive compatibility and posttraumatic growth conference, held at Ghazi Entab city, Turkey.*
- Buraik, A., Ramadan, M. (2016). *Meta-emotional skills and its correlation to social support and academic specialization of preparatory year students. Educational science journal-King Saud university, 2 (28), 293-315.*
- Althahabi, H., Alnasrawy, H. (2017). *Social support and its relationship with posttraumatic growth among breast cancer patients, psychological science journal- high education and scientific research ministry, Iraq, (22), 259-295.*
- Alzamlı, M. (2020). *Spiritual intelligence as a mediator variable between lost experience and psychological*
- النفسية لدى المطلقات في محافظة غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية، غزة.
- أبو حماد، ناصر الدين (2019). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير ستام بن عبد العزيز. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية 10(7)، 267 - 281.
- أبو شاويش، محمد (2018). المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين التشوهات المعرفية ومعنى الحياة لدى المترددات على بيت الأمان بقطاع غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين.
- أبو مرزوق، إيمان (2018). المساندة الاجتماعية والتوجه الديني وعلاقتها بمعنى الحياة لدى عينة من النساء المملقات في محافظة غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين.
- أحمد، مروة (2017). المساندة الاجتماعية ونمو ما بعد الصدمة لدى أمهات الشلل الدماغي، مؤتمر التوافق الإيجابي والنمو ما بعد الصدمة، المنعقد بتاريخ 21/22/23 /ابريل، 2017، بمدينة غازي عنتاب بتركيا.
- بريك، السيد، رمضان، محمد (2016). مهارات الميمنة انفعالية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية والتخصص الدراسي لدى طلاب السنة التحضيرية. مجلة العلوم التربوية - جامعة الملك سعود، السعودية 2(28)، 293 - 315.
- الذهبي، هناء، النصراوي، حيدر (2017). الإسناد الاجتماعي وعلاقته بنمو ما بعد الصدمة لدى المرضى المصابين بمرض سرطان الثدي، مجلة العلوم النفسية - وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العراق، (22)، 259 - 295.
- الزامل، معاذ (2020). الذكاء الروحي كمتغير وسيط بين خبرة الفقدان والتوافق النفسي لدى آباء شهداء مسيرات العودة بمحافظات غزة، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين.
- الساعدي، ميثم (2019). الشخصية التجنبية وعلاقتها بالاعتزاز بالنفس لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الأساسية - جامعة المستنصرية، العراق، 25(104)، 462 - 502.
- السعدي، فاطمة، كنين، شيماء (2019) نمو ما بعد الصدمة لدى طلبة أبناء شهداء ضحايا الإرهاب، مجلة العلوم النفسية - وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العراق، 30(4)، 303 - 348.
- شلايل، مني (2020). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي والاستقلالية لدى زوجات الأسرى، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، قسم علم النفس، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عبدالحسين، تهاني (2007). أثر توكيد الذات في تنمية الاعتزاز بالنفس لدى طلبة المرحلة الإعدادية المتوسطة، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية، جامعة المستنصرية، العراق.
- عطالله، روند (2018). فعالية برنامج إرشادي مقترح لخفض الأسى النفسي لدى أمهات فقدن أبنائهن، (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- العتارني، سعد (2015). نمو ما بعد الصدمة في النساء العراقيات اللاتي فقدن أزواجهن، مجلة البحوث التربوية والنفسية - جامعة بغداد، 22(44)،

- Personality and Individual Differences*, 50(1), 84.
- Laurentiu, P., Silvia, R., Delia, V., Florin, A., & Lrina, M. (2012). Adoption and validation of the Contingencies of Self-worth Scales on A Romanian Student Sample: Cognition, Brain, Behavior. *an Interdisciplinary journal*, 16 (1) 121-138.
 - Micheal, A., & Derek, L., & Devan, R. (2011). Contingencies of Self-worth and Social Networking- its Behavior psychology, and social Networking. *Journal of personality and social psychology*, 14 (1) 41-50.
 - Rosova, D., & Orosova, O., (2012). *The Meaning of Life, Self Esteem, And Social Support of Homeless People*. (np). 234-243
 - Sarason, I., & Sarason, B. (2009). Social support: Mapping the construct. *Journal of Social and Personal Relationships*. 6(1),113-120.
 - Sawyer, A., Ayers, S., & Field, A. P. (2010). Posttraumatic growth and adjustment among individuals with cancer or HIV/AIDS: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 30(4), 436-447.
 - Smith, A. (2016). *Relationships Between Parental Self – Efficacy and Posttraumatic Growth in Mothers of Children with Down Syndrome*. Doctoral Dissertation. College of Education - University of Kentucky.
 - Tambağ, Z., Turan, S., Tolun, R., & Can. H. (2020). Perceived Social Support and Depression Levels of Women in the Postpartum Period in Hatay, Turkey. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, Published by Wolters Kluwer - Medknow vol. (124) 85-114.
 - Tedeschi, Richard G., & Calhoun, Lawrence G. (2004). “ Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence”. *Psychological inquiry*, 15(1), 11.
 - Wang, Y., Shen, H., & Xie, H. (2015). Posttraumatic growth, posttraumatic stress symptoms, and psychological health in traumatically injured patients in mainland China. *Clinical Psychologist* 19 122–130.
 - Young, H., Sim, B. (2016). Needs Analysis of Posttraumatic Growth Program for College Student of School Bullying. *Journal of Healthcare and Nursing*. Vol.132.122-129.
 - compatibility among fathers of martyrs of return march in Gaza governorate, (unpublished master thesis), education college, Al-Aqsa university, Palestine.
 - Alsaedi, M. (2019). Personal avoidance and it relation to self-esteem among university students, *journal of the college of basic education- Almustanseria university, Iraq*, 25 (104), 462-502.
 - Alsaadi, F., Kanin, S. (2019). Posttraumatic growth among students of terrorism victims martyrs, *psychological science journal -high education and scientific research ministry, Iraq*, 30 (4), 303-348.
 - Shalayl., (2020). Social support and I ts relation with emotional intelligence and independence among prisoner’s wives, (unpublished master thesis), education college, psychology department, Islamic university, Gaza.
 - Abdulhusain., T. (2007). The effect of self-affirmation on developing self-esteem among middle school students, (unpublished master thesis), education college, Almustanseria university, Iraq.
 - Atallah, R. (2018). Effectiveness of a proposed counselling program in minimizing psychological distress of mothers who lost their children, (unpublished master thesis), education college, Islamic university, Gaza.
 - Alatrani, S. (2015). Posttraumatic growth in Iraqi women who lost their husbands, *educational and psychological researches journal -Baghdad university*, 22 (44), 353-366.
 - Alalawy, I (2017). Self-esteem and school psychological health, *Arab childhood journal- Kuwait*, 70, 81-89.
 - Oda, M. (2010). Traumatic experience and its relation with adaptation methods with stresses and social support among children of border areas, (unpublished master thesis), education college, Islamic university, Palestine.
 - Awad, H., Salah, A. (2020). Social support and its relation with psychological hardiness among a sample of patients with breast cancer in Ramallah and Albireh governorate, *educational and psychological researches journal- Baghdad university*, 17 (65), 1-41.
 - Kajwan, Q. (2016). Self-efficacy and its relationship to social support among university students, *journal of Al-Frahedi arts*, 8 (27), 309-329.
 - Kaabar, A. (2018). The growth of posttraumatic stress and the meaning of life and its relationship to marital adjustment in cancer patients in Gaza Strip, (unpublished master thesis), education college, Islamic university, Palestine.
 - Ministry of social affairs, manual report, Gaza Strip, 2019.
 - Younes, I. (2018). Positive thinking skills and their relation to growth of posttraumatic stress among mothers of autistic children, *journal of scientific research in education- Ein Shams university*, 19 (5), 1-22.

ثالثاً: المصادر والمراجع الأجنبية

- Hallam, W. (2012). *Posttraumatic Growth, Coping and Quality of Life in Stroke Carers*. Doctoral Dissertation - Cardiff University.
- Hamidi, S., Yetkin, A., & Yatkin, Y. (2010). The Meaning of Life: Health, Disease, and the Naturopathy. *International Journal of Psychology and Counselling*, 2 (1), 9 -16.
- Hannah, E., Acquaye, H. (2017). PTSD, Optimism, Religious Commitment, and Growth as Post-Trauma Trajectories: A Structural Equation Modeling of Former Refugees. *The Professional Counselor*. Volume 7, Issue 4, Pages 330–348.
- Kashdan, Todd B., & Kane, Jennifer Q. (2011). Post-traumatic distress and the presence of post-traumatic growth and meaning in life: Experiential avoidance as a moderator.