Journal of Al-Quds Open University for Educational & Psychological Research & Studies No – (45) .September 2024
https://journals.qou.edu/index.php/nafsia
E-ISSN: 2307-4655 / P-ISSN: 2307-4647

Post-Traumatic Stress Disorder and its Relationship to Psychological Well-being Among a Sample of Widows Whose Homes were Destroyed in the City of Jerusalem

Dr. Tahani Ahmad Nimer Al-Lawzi*

Assistant professor. ALECSO – Institute of Arab Research & Studies – Cairo, Jerusalem, Palestine.

Oricd No: 0009-0008-7504-2834
Email: tahane.nemer@gmail.com

Received:
14/04/2024

Revised:
14/04/2024

Accepted:
15/05/2024

***Corresponding Author:**
tahane.nemer@gmail.com

Citation: Al-Lawzi, T. A. N. Post-Traumatic Stress Disorder and its Relationship to Psychological Well-being Among a Sample of Widows Whose Homes were Destroyed in the City of Jerusalem. Journal of Al-Quds Open University for Educational & Psychological Research & Studies, 15(45). https://doi.org/10.33977/1182-015-045-018

2023©jrresstudy. Graduate Studies & Scientific Research/Al-Quds Open University، Palestine، all rights reserved.

- **Open Access**

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Abstract

Objectives: The study aimed to identify the relationship between post-traumatic stress disorder and psychological well-being among a sample of widowed women whose homes were destroyed, and to identify the level of post-traumatic stress disorder and the level of psychological well-being.
Methods: The study used the descriptive approach, and the study sample consisted of an available sample of 147 from widowed women who attend women's institutions in the Jerusalem Governorate. They answered the psychological well-being scale and the post-traumatic stress disorder scale.
Results: There is a high level of post-traumatic stress disorder and a low level of psychological well-being. There is a negative correlation between trauma disorder and psychological well-being. The dimensions of post-traumatic stress disorder included avoiding traumatic experience, recovering traumatic experience which can predict psychological well-being. There are no differences. The total score for traumatic stress disorder and psychological well-being is attributed to the number of years of widowhood.
Conclusions: The study concluded that there is a previous correlation between depressive disorder and psychological trauma. Post-traumatic stress contributes to prognosis and psychological well-being, and the findings of the current study indicate that there are psychological causes that deserve help.
Keywords: Post-traumatic stress disorder, widows whose homes were destroyed, city of Jerusalem.

اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقته بالرفاه النفسي لدى عينة من النساء الأرامل المهدمة بيوتهن في مدينة القدس

د. تهاني أحمد نمر اللوزي*

أستاذ مساعد، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة، القدس، فلسطين.

الملخص

الأهداف: هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى عينة من النساء الأرامل المهدمة بيوتهن في مدينة القدس، والتعرف إلى مستوى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى الرفاه النفسي.
المنهجية: استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من عينة متاحة قوامها (147)، من النساء الأرامل المترددات على مؤسسات المرأة في محافظة القدس. قمن بالإجابة عن مقياس الرفاه النفسي ومقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة.
النتائج: وجود مستوى مرتفع من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى منخفض من الرفاه النفسي، وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اضطراب الصدمة والرفاه النفسي، كما يمكن لأبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (تجنب الخبرة الصادمة، استعادة الخبرة الصادمة) أن تتنبأ بالرفاه النفسي، عدم وجود فروق في الدرجة الكلية لاضطراب الصدمة والرفاه النفسي تعزى لعدد سنوات الترمل.
الخلاصة: خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين اضطراب الصدمة والرفاه النفسي. وأن اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة يسهم في التنبؤ بمستوى الرفاه النفسي، وأن النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية تشير بشكل واضح لوجود آثار نفسية بدرجات تستحق الرعاية والاهتمام.
الكلمات المفتاحية: اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، النساء الأرامل المهدمة بيوتهن، مدينة القدس.

المقدمة

الشعب الفلسطيني على مدار العقود الماضية، عاش تحت وطأة الاحتلال ومازال؛ الذي أذاقه شتى أنواع العذاب، فأصبح مصدرا للويلات، والنكبات، التي طالت الحجر، والشجر، والبشر، فدمر، وقتل، وشتت، ويتم، وكان من آثاراها، الفقر والبطالة والفصل العنصري، وهدم البيوت فوق ساكنيها والهدم الذاتي، ويواجه أهالي مدينة القدس قيودًا كثيرة، من أهمها: ما يتعلق بإلغاء حق الإقامة في مدينة القدس الشرقية، وهدم البيوت، وبناء المستوطنات، وفصل القدس الشرقية عن بقية الضفة الغربية. ومن هذا الواقع المرير يتعرض الأفراد في أوقات معينة لمواقف أو أحداث ضاغطة، وأقل وصف لهذه الأحداث هي أنها خارج حدود المعرفة الإنسانية، ويصلون إلى نقطة الأزمة أو الصدمة ورغم التقدم السريع في مستوى معيشة الناس، لا تزال حالة البعض منهم مؤسفة ومنهم النساء الأرامل، حيث يبدو أن موت الزوج يؤثر على المرأة بطرق مختلفة والتأثير النفسي لهذه الأحداث هائل، وفقدان الزوج حتى الموت يعتبر أكثر الأحداث السلبية في الحياة التي قد تزيد من خطر الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة، وأمراض نفسية أخرى وأثبتت العديد من الدراسات أن الأرامل يعانين من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة أكثر من نظرائهن غير الأرامل.

فالخسارة للأسف هي نصيب جميع الأفراد، بغض النظر عن الولاية أو الجنس أو العمر أو المجموعة العرقية. وتعتبر وفاة الزوج حدثًا ساحقًا في حياة الفرد يرافقه بعد ذلك بسنوات عديدة، فالحداد والفجيعة بعد وفاة أحد الزوجين يمتد لفترة طويلة من الزمن. حتى بعد سنوات عديدة، فإن الذكريات والأحاديث عن الزوج المتوفى، التي تسبب الحزن لدى الأرامل تكون مؤثرة وفي بعض الأحيان، تكون التجربة الفردية محزنة في تواريخ معينة مثل يوم إحياء ذكرى المتوفى (Carnelley 2006) ويشير مفهوم النساء الأرامل أو النساء اللواتي ليس لهن أزواج إلى أولئك اللواتي يعشن غير متزوجات لأسباب مختلفة، مثل: وفاة الزوج، والطلاق، والهجر، وعدم الزواج بعد ذلك. (Cooney & Dunne, 2001) نظرًا لأن النساء يعشن أطول من الرجال، وأنهن أصغر من أزواجهن في ذلك الوقت ومسألة الترمل أكثر شيوعًا بين النساء. في حين لا تزال الأرملة تبكي على زوجها المفقود فيما يتعلق بالحدث الأكثر ضغوطًا في حياتهم، يجب على هؤلاء النساء تحمل مسؤولية العائلة (Asadollahi et al., 2022)

فالمشكلات النفسية والاجتماعية واضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والاضطرابات النفسية والإجهاد النفسي Post-Traumatic Stress Disorder (BTSD) منتشرة في كل المجتمعات، غير أن هذه المشكلات أكثر شيوعا بين الأفراد الذين يواجهون المحن في مناطق تسود فيها الحروب ومناطق الصراع لا سيما الاحتلال الاسرائيلي لفلسطين، حيث يتعرض هؤلاء الأفراد للأذى الجسدي والنفسي ويتعرضون لأزمات مجهدة، وتعتبر أحد أهم العناصر الأساسية للاستجابة لهذه المشكلات هو فهم احتياجات الافراد الذين يعيشون في تلك المناطق ويعتبر اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، والمناعة النفسية، والمساندة الاجتماعية، والأمن النفسي، والانتماء الوطني مفاهيم تتعلق بالصحة النفسية من الواجب الانتباه لها ودراستها؛ لما لها من أهمية من أجل أخذ التدابير التي تعالج تلك المشكلات (اللوزي، 2023).

كما إن ويلات الحروب اقترنت دائماً بالاضطرابات النفسية، وأن اضطراب الصدمة، أو كربها (أو اضطراب شدة ما بعد الصدمة). هو متلازمة تشير إلى مجموعة من الأعراض تظهر عند ممن تعرضوا للصدمات التي كثيرا ما ارتبطت بالحروب، ويعد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة أحد اضطرابات القلق الذي يتطور نتيجة التعرض لحدث ضاغط صدمي شديد يستحث الشعور بالخوف، أو الفزع أو العجز الحاد (Fast, 2015).

وتتعرض النساء الأرامل لعواقب سلوكية واجتماعية ناتجة عن الترمل، وتشمل هذه العواقب تغييرات كبيرة في الأصدقاء والعلاقات الاجتماعية في غضون ذلك، تحتاج معظم الأرامل إلى مراجعة أدوارهن الاجتماعية، حيث عادة ما يكون هذا مصحوبًا بالشعور بالوحدة وهو أحد أكثر جوانب الترمل تحديًا (Hahn et al., 2011) حيث تتعرض الأرامل للوصم والمعاناة ويتعرضن أيضًا للتهديدات المالية بعد وفاة أزواجهن وقد تنخفض شروط التأمين مع وفاة الزوج وأكدت دراسة بيرج شيلوا 2016 (Perrig-Chiello et al., 2016) أن الأرملة تعاني من ضغوط أكبر من أولئك اللواتي لديهن أزواج لإدارة حياتهن، وهن يواجهن مشاكل مثل الأمراض الجسدية، ومشاكل النوم والاكتئاب، والموت المبكر، والتي تؤثر في النهاية على رفاهتهن وعائلاتهم. ومع ذلك، يمكن للبعض أن يتأقلم بسهولة ويعكس المزيد من المرونة لحرمان الزوج والتكيف مع قضية الترمل التي يمكن أن تحسن صحتهم ونوعية حياتهم خلال فترة (Parker et al., 2016)

وقد وضعت منظمة الصحة العالمية (WHO): اضطراب ما بعد الصدمة كأحد أنواع الاضطرابات المرتبطة بالإجهاد، وعرفه التصنيف الدولي الحادي عشر للأمراض بأنه اضطراب قد يتطور بعد التعرض لحدث أو سلسلة من الأحداث الصادمة شديدة

الخطورة (WHO, 2022). وهناك العديد من الأسباب وعوامل الخطر التي تؤدي إلى إحداث ضغوط ما بعد الصدمة، إلا أن السبب الأساس هو مواجهة الفرد أو رؤيته للحدث الصادم، كأن يكون الفرد قد تعرض للعنف أو شاهده أو وفاة أو مرض خطير يصيب أحد أفراد أسرته والحرب والقتال وحوادث السيارات وتحطم الطائرات والاعاصير والحرائق والجرائم والسرقات وإطلاق الناس وغيرها (Fast, 2015) وبصفة عامة يوجد عاملان من أقوى العوامل التي تحدد النتائج النفسية للصدمة على المدى الطويل، وهما: خبرة الفرد في مواجهة المواقف وقدرته على مواجهتها ومستوى المساندة الاجتماعية التي يحصل عليها الفرد بعد وقوع الحدث الصادم، فكلما زادت خبرة الفرد في مواجهة الأحدث الصادمة وكلما كانت المساندة الاجتماعية أقوى وأكبر أدى ذلك إلى خفض التوتر والأعراض النفسية التابعة للحدث الصادمة. (Kaseda & Levine, 2020)

وتتمثل أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة في البعد الأول استعادة الخبرة: هي عبارة عن صور متلاحقة في مخيلة الفرد لما حدث ولا يستطيع منعها حيث يتذكر المكان نفسه الذي تعرض فيه للصدمة؛ فينتاب الفرد ضيق في التنفس والرعشة وسرعة ضربات القلب وهلاوس بصرية وسمعية. البعد الثاني: تجنب الخبرة: هي قدرة الفرد على تجنب الأفكار والمشاعر التي تذكره بالحدث الصادم ومن خلالها يتجنب المواقف الصادمة، فكلما تذكر الموقف الصادم وجد صعوبة في ممارسة الأنشطة اليومية وأصبح أكثر ميلا للعزلة والحزن بعيدا عن الحب. البعد الثالث: الاستثارة: هي شعور الفرد بالتوتر والغضب وعدم الرغبة في النوم وصعوبة بالتركيز وعدم الشعور بالحب من الآخرين (Agbaria et al., 2021).

مراحل اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

يعتبر تحديد مراحل اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة مسألة عامة؛ لما لها من أهمية في مساعدة الفرد على فهم ردات الفعل عند التعرض لحدث صادم حيث حاولت بعض الدارسات دراسة وتحديد مراحل ذلك الاضطراب ومنها دراسة (موسى، 2023)، حيث توصلت الباحثة إلى وجود خمس مراحل على النحو التالي:

- **المرحلة الأولى:** مرحلة الانفعال الشديد ويدخل فيه الصراخ والرفض والاحتجاج والنقمة والخوف الشديد مع فترات من التفكك والذهان.
- **المرحلة الثانية:** النكران والتبلد وعمليات التجنب لكل ما يذكر بالحدث بالإضافة إلى الانسحاب وتعاطي الكحول والمخدرات كوسيلة للسيطرة على الخوف والقلق.
- **المرحلة الثالثة:** التأرجح بين النكران والأفكار الدخيلة التي تترافق مع حالة من اليأس والاضطرابات الانفعالية.
- **المرحلة الرابعة:** العمل من خلال الصدمة، بحيث تصبح الأفكار والصور الدخيلة أخف وطأة بينما يشتد ويصبح التعامل معها ممكنا النكران – التبلد وتبرز استجابات القلق والاكتئاب والاضطرابات الفسيولوجية.
- **المرحلة الخامسة:** وفي هذه المرحلة يحدث التحسن النسبي في الاستجابة، ولكن المريض لا يصل إلى هذا التحسن بشكل كامل إذ يستمر لديه بعض الاضطرابات المزاجية.

ويهتم علم النفس الحديث في دراسة الانفعالات الإيجابية وتحقيق الرفاه النفسي للفرد كما يسعى إلى البحث في القوى الايجابية لدى الإنسان وتعزيز مواطن القوة عنده، وتدعيمها كبديل عن التركيز على الجوانب السلبية (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000) ويعتبر الرفاه النفسي من المتغيرات التي حظيت باهتمام الباحثين في مجال علم النفس الإيجابي؛ لأنه يعبر عن الارتياح النفسي والرفاهية والسعادة والرضا وتقبل الحياة (In the COVID-19 Pandemic in Brazil, Do Brown Lives Matter, 2020) ويشمل الرفاه النفسي على مجموعة واسعة من الأفكار الإيجابية التي تشمل التقييمات عن الذات وحياة الفرد والقناعة بوجود هدف للحياة وتوفر علاقات حسنة مع الآخرين (Ryff & Singer, 2008) فالرفاه النفسي وما يرتبط به من متغيرات يعتبر من المفاهيم الأساسية التي ينبغي التركيز عليها لارتباطها بالصحة النفسية (Jadid Milani et al., 2015).

حيث يرتبط مفهوم الرفاه النفسي بالعديد من المتغيرات النفسية ومنها اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، فمن الطبيعي أن تكون هناك علاقة دالة بين الضغوط الناجمة عن الصدمة النفسية ومستوى الرفاه النفسي للفرد، فكلما تعرض الفرد للصدمات النفسية والضغوط الناجمة عنها أدى ذلك إلى انخفاض في مستوى صحته النفسية؛ مما يؤثر ذلك على تفاعل الفرد في محيطه الأسري والمجتمعي والمهني (Lambert & Witting, 2022)

أبعاد الرفاه النفسي عند رايف:

البعد الأول: الاستقلالية حيث قامت رايف بمماثلة بعض الأبعاد مثل تقرير المصير والاستقلال والضبط الداخلي وأفكار المرء، وتصرفاته، ينبغي ألا يتم تحديدها من قبل أسباب خارج عن سيطرة المرء (Shahidi, 2013)

البعد الثاني: التمكن البيئي Environmental mastery: الشعور بالهيمنة على البيئة والاستخدام الفعال للفرص المحيطة بها، وتتطلب القدرة على التعامل والتحكم في بيئات معقدة، وقدرة الفرد على التقدم في العالم وتغييره بشكل خلاق (Dogaheh et al., 2013)

البعد الثالث: العلاقات الإيجابية Positive Relations: حيث تشير إلى أن العلاقات الإيجابية مع الآخرين من أهم مؤشرات الصحة النفسية والرفاه النفسي للفرد (Shahidi,2013)

البعد الرابع: الحياة الهادفة:Purpose in life ويعني وجود هدف في حياة الفرد، وأن الماضي والحاضر لهما معنيان، وبغض النظر عن أنواع الأهداف التي يتم اختيارها، ينبغي أن يتم اختيارها واقعيا، وأن تحفز وتوجه سلوك الفرد (Ryff & Singer, 2008)

البعد الخامس: النمو النفسي Personal Growth: وهو الشعور المستمر بالنمو والنضج للذات والانفتاح على الخبرات الجديدة وإدراك الفرد لإمكاناته وتحسين الذات (Afework, 2013).

البعد السادس: تقبل الذات:Self-acceptance وهو موقف إيجابي تجاه الذات والتقبل لمظاهر مختلفة منها، مثل: الجوانب الجيدة والسيئة عن الحياة الماضية (Dogaheh et al 2013).

وتشير العديد من الدراسات إلى علاقة الرفاه النفسي للنساء بالاضطرابات النفسية، ومنها:

دراسة (Lambert & Witting, 2022) التي هدفت الى اختبار أنموذج يتنبأ بالتباين في الضائقة النفسية بين عينة من الأرامل بلغت (256) في شرق سري لانكا، وأظهرت النتائج: ارتباط التعرض العالي للصدمات بشكل كبير بمزيد من المشكلات المتعلقة بالاحتياجات المادية غير الملباة وإجهاد اقتصادي أكبر، وكشفت النتائج عن ضائقة أعلى بشكل ملحوظ مرتبطة بالمزيد من المشاكل الصحية والنفسية.

وهدفت دراسة Koren & Lowenstein (2016): إلى معرفة معنى الحياة لدى النساء الأرامل، والتعرف إلى الفروق في معنى الحياة وفقا للحالة الاجتماعية ومدة الترمل وتكونت عينة الدراسة من (128) من الأرامل، واستخدمت الدراسة مقياس معنى الحياة، وأظهرت النتائج أن الترمل يؤثر سلبا على معنى الحياة، وأن هناك فروقا في معنى الحياة بين المتزوجين والأرامل لصالح المتزوجين وعدم وجود فروق وفقا لسنوات فقدان الزوج.

دراسة (اللوزي وبركات، 2012)، أظهرت أن مستوى كل من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة جاء مرتفعا، وجود فروق في ضغوط الصدمة وقلق المستقبل وفقا لنوع المستجيب لصالح الأم مقارنة بالأب والابن والابنة، ولصالح الأب مقارنة بالابن والابنة، ولصالح الابنة مقارنة بالابن، كما أظهرت عدم وجود فروق تبعا لمستوى الهدم والوضع الاقتصادي وعدد الأفراد، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط موجبة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وقلق المستقبل لدى أفراد عينة الدراسة.

ودراسة (السميري، 2016)، التي هدفت إلى التعرف إلى أكثر المشكلات شيوعا لدى المرأة الفلسطينية الأرملة ومستوى توكيد الذات لديهن، وكذلك العلاقة بين مشكلات الأرامل وتوكيد الذات وتكونت عينة الدراسة من (500)، من النساء الأرامل وجمعت البيانات باستخدام مقياس مشكلات النساء ومقياس توكيد الذات إعداد الباحثة، وأظهرت النتائج بحصول أكثر المشكلات لدى النساء الأرامل بالترتيب، حيث حصلت المشكلات النفسية على (89.) نسبة مئوية ثم مشكلات اجتماعية ثم الجسمية وآخرها الاقتصادية، كما وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مشكلات النساء الأرامل على الأبعاد كافة مع الدرجة الكلية لمقياس توكيد الذات.

ودراسة (الديب و أبوهدروس، 2014): هدفت التعرف إلى مستوى الصمود النفسي لدى النساء الأرامل، وكذلك التعرف إلى أكثر استراتيجيات مواجهة تحديات الحياة شيوعا لديهن، كما هدفت الدراسة الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي واستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة، ولتحقيق هذا الهدف صممت الباحثتان أداتين، هما: مقياس استراتيجيات مواجهة تحديات الحياة ومقياس الصمود النفسي، وبلغ حجم عينة الدراسة (118) أرملة من النساء الأرامل اللاتي يترددن على مركزي الشئون الاجتماعية في محافظة خان يونس، وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة مستوى الصمود النفسي لدى المرأة الفلسطينية

الأرملة بلغت 75 %، كما كشفت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين الصمود النفسي واستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى المرأة الفلسطينية الأرملة.

وفحصت دراسة: Bennett & Souls (2013) معرفة أثر الفقدان والترمل والفجيعة على الشعور بالسعادة الحياتية والرفاهية وعلى الصحة النفسية والجسدية، واستمرار الحياة لدى النساء الأرامل، وشملت عينة الدراسة من (92)، من النساء الأرامل. بينت نتائج الدراسة وجود فروق في أثر الترمل على السعادة الزوجية لصالح النساء الأرامل، كما أن هناك أثراً للفقدان والترمل والفجيعة على الشعور بالسعادة الحياتية.

كما فحصت دراسة Wilcox et al., (2003) ما إذا كان الترمل مرتبطًا بالصحة الجسدية والعقلية والسلوكيات الصحية والنتائج الصحية لدى النساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين (50–79) عامًا، يشاركن في مبادرة صحة المرأة دراسة قائمة على الملاحظة (85.4٪). في الأساس، أبلغت النساء المتزوجات عن صحة بدنية وعقلية أفضل وسلوكيات صحية أفضل بشكل عام من النساء الأرامل. في حين أظهرت النساء اللائي ظللن متزوجات خلال فترة (3) سنوات استقرارًا في الصحة العقلية، وعانت الأرامل الحديثة من إعاقات ملحوظة، وأظهرت الأرامل على المدى الطويل استقرارًا أو تحسنًا طفيفًا.

1.1. مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

يرتبط تقدم أي مجتمع ارتباطا وثيقا بمدى تقدم المرأة وقدرتها على المشاركة في إحداث التغيير بأشكاله المختلفة، وتعد قضايا المرأة من أهم القضايا التي اهتم بها العالم في الأونة الأخيرة، ومع تراكم الأزمات بسبب الاحتلال حيث التمدد الاستيطاني، وسرقة الأرض من أهلها وجدار الفصل العنصري، والحواجز هنا وهناك، وما تتعرض له مدينة القدس، وما نتج عنه من هدم للبيوت لا سيما الهدم الذاتي وإجبار المواطن المقدسي على هدم منزله بيده، كل هذه الأزمات جعلت أفراد المجتمع عرضة للاضطرابات النفسية. ومن خلال اطلاع الباحثة على الدراسات ومن خلال عملها وتوثيق حالات الهدم التي بلغت الاحصائية للعام 2021 الهدم القسري بلغ 97، منزلا هدما قسريا و200، هدم آليات و15، تجريف، أما إحصائية الهدم لعام 2022 فقد كان الهدم القسري 98، وهدم الآليات 160، هدم والتجريف والحفريات كان 48، وكان مجموع الهدم 306 (المبادرة الفلسطينية لتعميق الحوار، 2022).

حيث مازال المجتمع الفلسطيني –وعلى مر التاريخ – يمر بالعديد من الحروب الصعبة التي يسببها الاحتلال الاسرائيلي، وما خلفه هذا الاحتلال من قتل وتدمير للحجر والشجر والبشر وسياسة الاغتيالات التي ينتهجها في حق أبناء الشعب الفلسطيني، مما رفع في نسبة الأرامل في المجتمع الفلسطيني، فمعاناة النساء الأرامل في المجتمع الفلسطيني كبيرة لا سيما مدينة القدس، حيث يمثل فقدان الزوج تهديدا خطيرا بالنسبة للمرأة الفلسطينية وأسرتها؛ كونه يخلف وراءه إرثا كبيرا من الاضطهاد الاجتماعي ذي القوالب النمطية المجتمعية ونظرة المجتمع السلبية للمرأة والتمييز والاستغلال، إضافة إلى ذلك كله معاناتها في هدم منزلها الذي يجعل الأرملة عرضة للضغوط النفسية، واستنادا إلى بيانات مسح الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني (2022)، أن النساء الأرامل تترأس حوالي 11% من الأسر، لأسباب مختلفة ويأتي ذلك بواقع 12% في الضفة الغربية و9% في قطاع غزة. كما أشارت أغاجانيان في تقرير المسح الشامل للبنك الدولي، والجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني من خلال نتائج مسح الظروف النفسية لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، أن 7% من الأشخاص البالغين مصابون بهذا المرض.

ويؤكد على ذلك ما ورد في دراسة Lambert & Witting (2022) التي أظهرت ارتباط التعرض العالي للصدمات بشكل كبير من المشكلات المتعلقة بالاحتياجات المادية غير الملباة وإجهاد اقتصادي أكبر وضائقة نفسية تؤثر بشكل قوي على مستوى الرفاه النفسي لدى النساء الأرامل المهدمة بيوتها. لذا ارتأت الباحثة القيام بهذه الدراسة التي تحاول إظهار طبيعة العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى النساء الأرامل المهدمة بيوتها في محافظة القدس. وفي ضوء ما تقدم تتبلور في السؤال الرئيس التالي: ما العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى عينة من النساء الأرامل المهدمة بيوتهن في مدينة القدس؟

ويتفرع من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية:

1. ما درجة ضغوط ما بعد الصدمة لدية عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس؟
2. ما مستوى الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس؟

3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس؟
4. هل يمكن التنبؤ باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة من خلال الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في مدينة القدس؟
5. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل؟
6. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس على مقياس الرفاه النفسي وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل؟

2.1. فروض الدراسة

1. لا توجد علاقة ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس."
2. يمكن التنبؤ باضطراب ضغوط ما بعد الصدمة من خلال الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل.

3.1. أهداف الدراسة:

1. الكشف عن طبيعة العلاقة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي أفراد عينة الدراسة.
2. التعرف إلى مستوى كل من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ومستوى الرفاه النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
3. الكشف عن القدرة التنبؤية لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة بالرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس
4. التعرف إذا ما كان هناك فروق بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ومقياس الرفاه وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل.

4.1. أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

يعد موضوع الدراسة من الموضوعات المهمة والتي مازالت بحاجة إلى مزيد من الدراسة والبحث، من أجل إلقاء الضوء على الجانب النفسي لدى النساء الأرامل في فلسطين، وتعتبر أيضا إضافة جديدة للتراث السيكولوجي، وإثراء المعرفة، حيث تفيد الكثير من المهتمين؛ لأنها تتعرض لفئة مهمة في المجتمع لا سيما في ظل الظروف الاقتصادية الصعبة.

الأهمية التطبيقية:

قد تفيد هذه الدراسة العاملين في المجال الصحي من خلال معرفة مستوى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى النساء الأرامل في محافظة القدس، وعمل التدخلات النفسية المناسبة من دعم نفسي واجتماعي لهذه الفئات؛ كونهم أكثر عرضة من غيرهم للظروف الاجتماعية والاقتصادية الصعبة.

5.1. مصطلحات البحث

1. تتبنى الباحثة تعريف اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة: لدافيدسون 1995 (Davidson,1995): ويعرفه أنه مجموعة من الخبرات المؤلمة والاحداث الصادمة التي تترك الفرد في حالة من الفوضى طويلة الأمد نتيجة تعرضه لتلك الخبرات والاحداث الكارثية، وتظهر من خلال استعادة الخبرة الصادمة وتجنبها والاستثارة".

2. وتعرف الباحثة اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (Davidson,1995)، المستخدم في هذه الدارسة.
3. تتبنى الباحثة تعريف الرفاه النفسي لرايف 1995: (Ryff,1995): وتعرف رايف الرفاه النفسي بأنه التحديات المختلفة التي يصادفها الأفراد في عملية الارتقاء، وعلى هذا فان الأفراد يحاولون التمسك بالاتجاهات الإيجابية حول أنفسهم بالرغم من وعيهم بقصورهم (تقبل الذات)، والسعي لتنمية علاقات دافئة وموثوقة (العلاقات الإيجابية مع الآخرين)، وتعديل بيئاتهم لكي تلبي حاجاتهم الشخصية وتفضيلاتهم (التمكن البيئي)، والبحث عن اتخاذ القرار بالإضافة إلى القدرة على مقاومة الضغوط الاجتماعية (الاستقلالية)، وإيجاد معنى في جهودهم وتحدياتهم (الهدف من الحياة)، وتطوير إمكانياتهم من خلال النمو والانفتاح كأفراد (النمو الشخصي).
4. وتعرف الباحثة الرفاه النفسي إجرائيا بالدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس (Ryff,1995)، المستخدم في هذه الدراسة.
5. النساء الأرامل Widowed Women: تعرف الباحثة النساء الأرامل بأنهن مجموعة النساء اللواتي توفي أزاوجهن ويعشن دون زوج سواء كان لديها أبناء أو لا، واللواتي يتراوح أعمارهن ما بين (20–35).

6.1. محددات الدراسة

الحد الموضوعي: يتمثل الحد الموضوعي في اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس.

الحد المكاني: أجريت هذه الدراسة في فلسطين على النساء الأرامل المهدمة بيوتهن المترددات على مؤسسات المرأة في محافظة القدس.

الحدد الزماني: 2024

2. إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي، حيث هدفت إلى معرفة علاقة اضطراب ما بعد الصدمة بالرفاه النفسي لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس.

ثانياً عينة الدراسة:

وقد تكونت عينة الدراسة مما يلي:

أ. **العينة الاستطلاعية:** تكونت العينة الاستطلاعية الأولى من (131) من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس بهدف فحص الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة.

ب. **العينة الأساسية:** تكونت العينة الأساسية من (147) من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس بهدف التحقق من فروض الدراسة، والجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة:

جدول (1): وصف عينة الدراسة الأساسية

م	المتغير		العدد	النسبة المئوية
1	العمر	من 20 – 30	33	22.40
		30 – 40	48	32.70
		أكثر من 40 سنة	66	44.90
2	عدد سنوات الترمل	من 1 إلى 5	25	17.00
		6 –10	66	44.90
		أكثر من 10 سنوات	56	38.10
3	عدد الأبناء	لا يوجد	27	18.40
		1 –3	80	54.40
		أكثر من 3 أطفال	40	27.20

الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

في إطار الأدب التربوي، وفي ضوء الدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة التي تم الاطلاع عليها، وفي ضوء استطلاع رأي عينة من الأساتذة في الجامعات عن طريق المقابلات الشخصية، قامت الباحثة باستخدام مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدافيدسون الذي بلغ عدد عباراته (17) عبارة.

تم التحقق من صدق المقياس، وثباته، ويتضح ذلك فيما يلي:

أولاً: الصدق

الصدق العاملي لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

قامت الباحثة بإجراء الصدق العاملي للمقياس من خلال حساب مؤشرات صدق البنية لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (2) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية وأخطاء القياس، والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

جدول (2) : تشبعات مفردات أبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

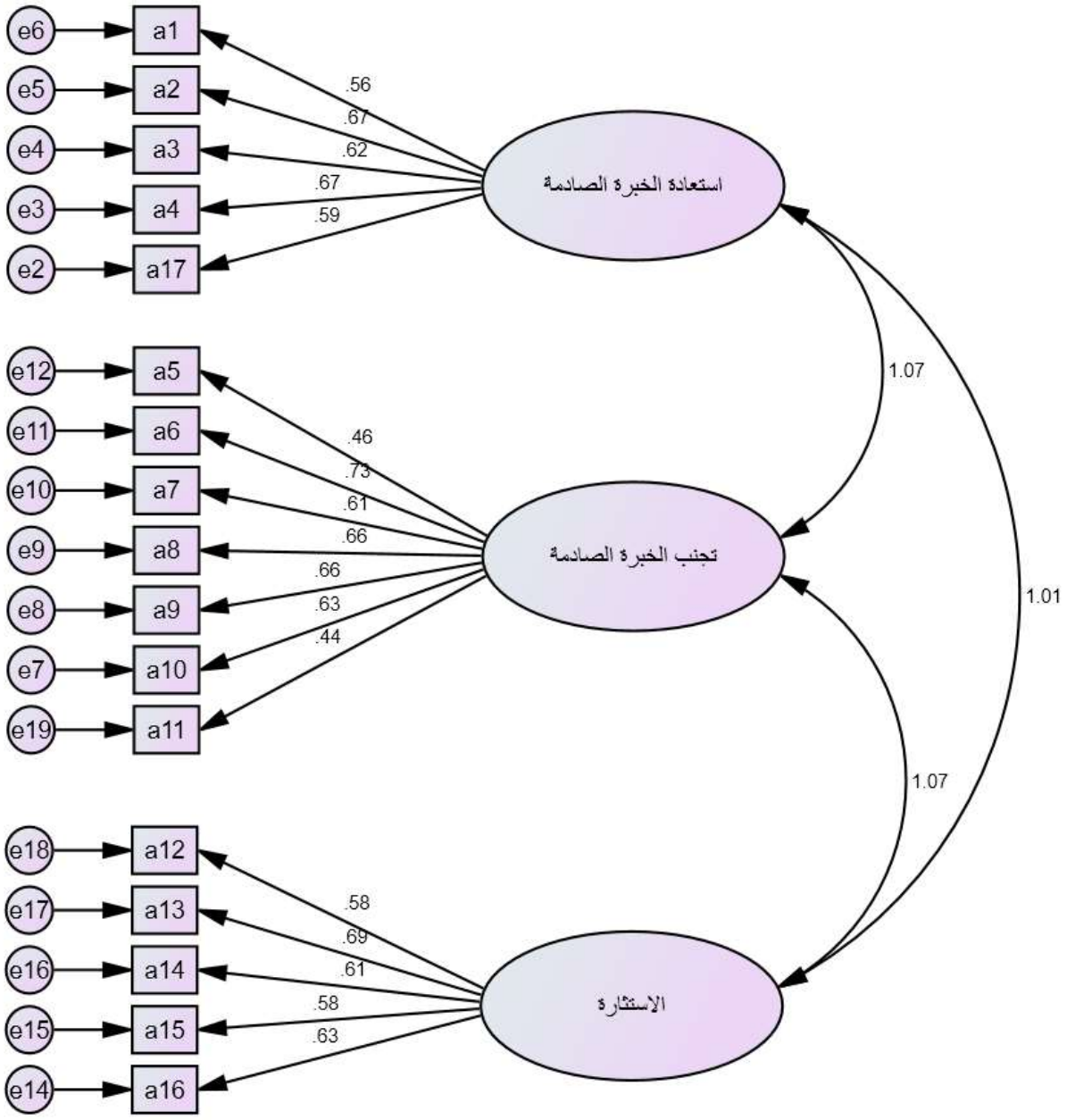
البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
استعادة الخبرة الصادمة	17	.59	1.02	.18	5.84	.01
	4	.67	1.24	.19	6.38	.01
	3	.62	1.23	.2	6.03	.01
	2	.67	1.97	.31	6.36	.01
	1	.56	1	-	-	-
تجنب الخبرة الصادمة	11	.44	75.	.17	4.29	.01
	10	.63	1.28	.24	5.25	.01
	9	.66	1.79	.33	5.36	.01
	8	.66	1.33	.25	5.36	.01
	7	.61	1.95	.38	5.17	.01
	6	.73	1.45	.26	5.6	.01
	5	.46	1	-	-	-
الاستثارة	16	.63	81.	.13	6.27	.01
	15	.58	78.	.13	5.91	.01
	14	.61	87.	.14	6.1	.01
	13	.69	98.	.15	6.66	.01
	12	.58	1	-	-	-

يتضح من جدول (2) أن جميع مفردات مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة كانت دالة عند مستوى 01. ، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة. ويوضح جدول (3) مؤشرات صدق البنية لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة:

جدول (3): مؤشرات صدق البنية لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square (CMIN)	23.84	
مستوى الدلالة	داله عند .01	
DF	116	
CMIN/DF	1.99	أقل من 5
GFI	.95	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	.93	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	.91	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	.94	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	.08	من (صفر) إلى (0.1): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (3) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة $\chi 2$ للنموذج = 230.84 بدرجات حرية = 116 وهي دالة إحصائياً عند مستوى 01. ، وكانت النسبة بين قيمة $\chi 2$ إلى درجات الحرية = 1.99، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.95، NFI= 0.93، IFI= 0.91 ، CFI= 0.94، RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة. ومما سبق يمكن القول إن نتائج التحليل العاملي التوكيدي قدمت دليلا قويا على صدق البناء لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملي التوكيدي لبنية أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة من خلال الشكل التالي:



شكل (1): البناء العاملى لأبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة

الاتساق الداخلي

تم حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (4): الاتساق الداخلي لعبارات مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة (ن=131)

استعادة الخبرة الصادمة		تجنب الخبرة الصادمة		الاستثارة	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	.**59	5	.**73	12	.**58
2	.**70	6	.**66	13	.**68
3	.**61	7	.**48	14	.**48
4	.**57	8	.**53	15	.**67
17	.**60	9	.**66	16	.**64
		10	.**77		
		11	.**71		

** دالة عند01.

يتضح من جدول (8) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة عند مستوى 01. ، والذي يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (5): معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة

البعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
استعادة الخبرة الصادمة	.**84
تجنب الخبرة الصادمة	.**87
الاستثارة	.**86

** دال عند 0.01

يتضح من جدول (5) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (84. – 87.) وجميعها دالة عند مستوى (01.) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات المقياس:

حسبت قيمة الثبات للعوامل الفرعية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (6): يوضح ثبات أبعاد مقياس اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
استعادة الخبرة الصادمة	.79	.77
تجنب الخبرة الصادمة	.75	.74
الاستثارة	.78	.77
المقياس ككل	.80	.79

يتضح من الجدول السابق (6) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، والذي يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاه النفسي

في إطار الأدب التربوي، وفي ضوء الدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الدراسة التي تم الاطلاع عليها، وفي ضوء استطلاع رأي عينة من الأساتذة في الجامعات عن طريق المقابلات الشخصية، قامت الباحثة باستخدام مقياس الرفاه النفسي لرايف: (Ryff,1995: 721). والذي يتكون من (42)، عبارة.

مؤشرات صدق البنية لمقياس الرفاه النفسي:

قامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لمقياس الرفاه النفسي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي عن طريق برنامج AMOS20، ويوضح جدول (7) معاملات الانحدار المعيارية وغير المعيارية، وأخطاء القياس والنسبة الحرجة ومستوى الدلالة لتشبع كل مفردة على أبعاد مقياس الرفاه النفسي:

جدول (7): تشبعات مفردات أبعاد مقياس الرفاه النفسي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي

البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
الاستقلالية	37	.82	3.36	.66	5.05	.01
	31	.63	2.7	.58	4.64	.01
	25	.72	2.38	.49	4.86	.01
	19	.59	3.26	.72	4.53	.01
	13	.64	2.63	.56	4.66	.01
	7	.76	3.78	.76	4.94	.01
	1	.4	1	-	-	-
التمكن البيئي	38	.75	1.02	.12	8.86	.01
	32	.57	.74	.11	6.77	.01
	26	.72	.68	.08	8.52	.01
	20	.56	.91	.14	6.63	.01
	14	.61	.72	.1	7.23	.01
	8	.78	1.11	.12	9.23	.01
	2	.7	1	-	-	-
النمو الشخصي	39	.7	2.23	.42	5.31	.01
	33	.79	2.97	.53	5.59	.01
	27	.67	2.01	.39	5.2	.01
	21	.69	1.72	.33	5.28	.01
	15	.65	1.52	.3	5.14	.01
	9	.85	3.42	.6	5.72	.01
	3	.46	1	-	-	-
العلاقات الايجابية	40	.48	.33	.06	6.05	.01
	34	.62	.49	.06	8.09	.01
	28	.67	.53	.06	8.95	.01
	22	.78	.58	.05	1.81	.01
	16	.77	.58	.05	1.69	.01
	10	.54	.32	.05	6.89	.01
	4	.8	1	-	-	-
الهدف من الحياة	41	.71	1.89	.34	5.53	.01
	35	.71	2.42	.44	5.53	.01
	29	.78	1.54	.27	5.74	.01
	23	.74	1.52	.27	5.64	.01
	17	.61	1.43	.28	5.15	.01

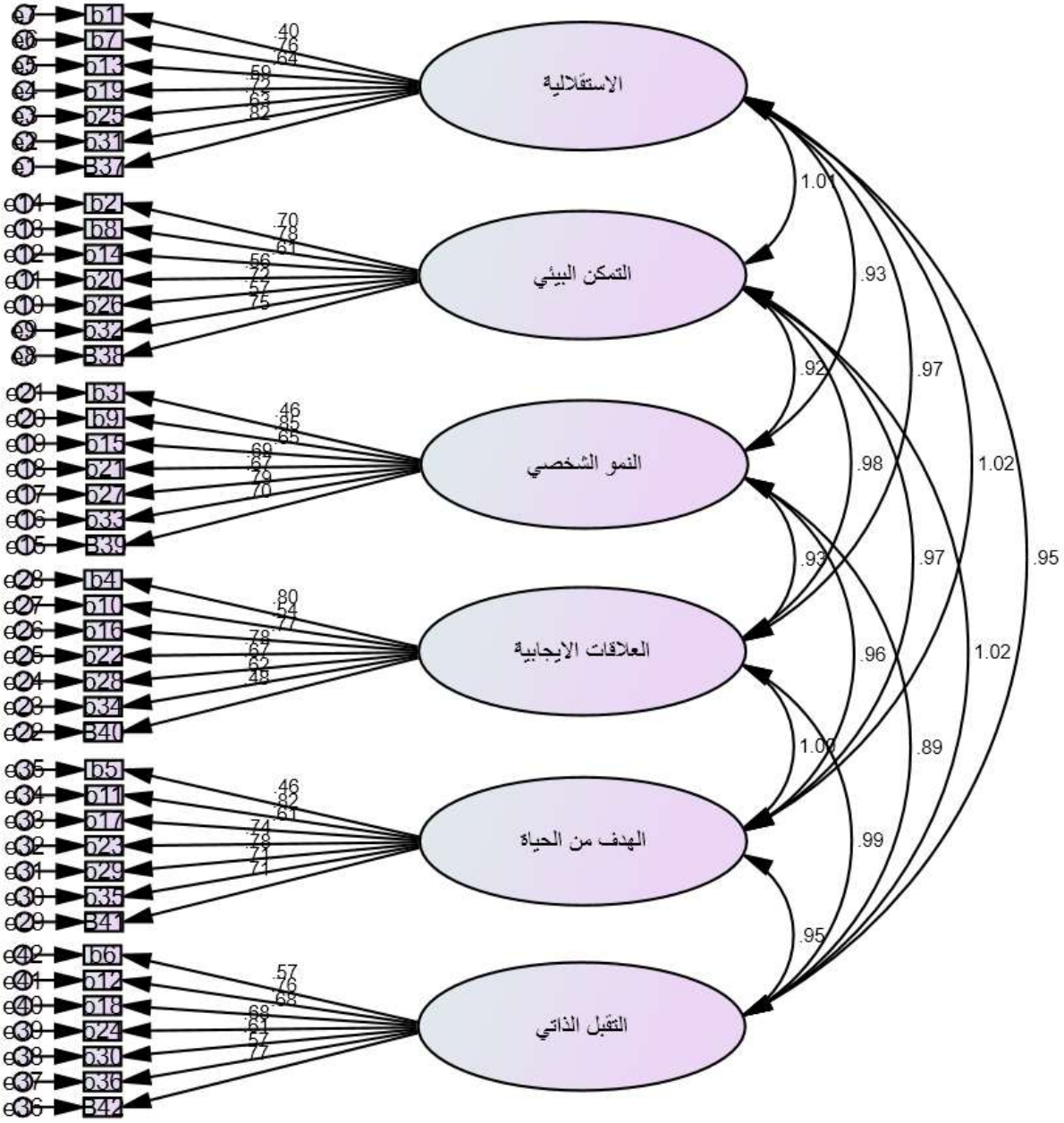
البعد	المفردة	الوزن الانحداري المعياري	الوزن الانحداري	خطأ القياس	النسبة الحرجة	مستوى الدلالة
التقبل الذاتي	11	.82	2.72	.46	5.86	.01
	5	.46	1	-	-	-
	42	.77	2.35	.33	7.12	-
	36	.57	1.46	.25	5.81	.01
	30	.61	1.34	.22	6.11	.01
	24	.68	1.32	.2	6.57	.01
	18	.68	1.35	.21	6.58	.01
	12	.76	2.9	.41	7.04	.01
	6	.57	1	-	-	-

يتضح من جدول (7) أن جميع مفردات مقياس الرفاه النفسي كانت دالة عند مستوى 01. ، وقامت الباحثة بحساب مؤشرات صدق البنية لأبعاد مقياس الرفاه النفسي. ويوضح جدول (8) مؤشرات صدق البنية لمقياس الرفاه النفسي:

جدول (8) :مؤشرات صدق البنية لمقياس الرفاه النفسي

المؤشر	القيمة	المدى المثالي
Chi-square (CMIN)	2223.86	
مستوى الدلالة	00(دالة عند .01).	
DF	804	
CMIN/DF	2.76	أقل من 5
GFI	.92	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
NFI	.91	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
IFI	.92	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
CFI	.93	من (صفر) إلى (1): القيمة المرتفعة (أي التي تقترب أو تساوى 1 صحيح) تشير إلى مطابقة أفضل للنموذج.
RMSEA	.08	من (صفر) إلى (0.1): القيمة القريبة من الصفر تشير إلى مطابقة جيدة للنموذج.

يتضح من جدول (8) أن مؤشرات النموذج جيدة حيث كانت قيمة $\chi 2$ للنموذج = 2223.86 بدرجات حرية = 804 وهي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، وكانت النسبة بين قيمة $\chi 2$ إلى درجات الحرية = 1.76، ومؤشرات حسن المطابقة (GFI= 0.92، NFI= 0.91، IFI= 0.92، CFI= 0.93، RMSEA= 0.08)، مما يدل على وجودة مطابقة جيدة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الرفاه النفسي. ويمكن توضيح نتائج التحليل العاملي التوكيدي لبنية الرفاه النفسي من خلال الشكل التالي:



شكل (2): البناء العاملى لمقياس الرفاه النفسي

الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (9) :معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة لمقياس الرفاه النفسي

الاستقلالية		التمكن البيئي		النمو الشخصي		العلاقات الايجابية		الهدف من الحياة		التقبل الذاتي	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
1	.55**	2	.55**	3	.73**	4	.62**	5	.58**	6	.66**
7	.60**	8	.53**	9	.57**	10	.50**	11	.64**	12	.77**

الاستقلالية		التمكن البيئي		النمو الشخصي		العلاقات الايجابية		الهدف من الحياة		التقبل الذاتي	
المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط	المفردة	معامل الارتباط
13	.40**	14	.48**	15	.66**	16	.57**	17	.55**	18	.64**
19	.44**	20	.51**	21	.68**	22	.69**	23	.61**	24	.61**
25	.52**	26	.57**	27	.69**	28	.61**	29	.53**	30	.67**
31	.60**	32	.71**	33	.73**	34	.79**	35	.49**	36	.41**
37	.69**	38	.49**	39	.54**	40	.73**	41	.73**	42	.73**

** دال عند 01.

يتضح من جدول (9) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي 01. وهذا يوضح الاتساق الداخلي للمقياس. وتم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية للمقياس والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (10): معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الرفاه النفسي والدرجة الكلية

البعد	الدرجة الكلية للمقياس
الاستقلالية	.84**
التمكن البيئي	.81**
النمو الشخصي	.85**
العلاقات الايجابية	.83**
الهدف من الحياة	.79**
التقبل الذاتي	.86**

** دال عند 01.

ويتضح من جدول (1) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (.79 – .86) وجميعها دالة عند مستوى (.01) مما يشير إلى أن هناك اتساقا بين جميع أبعاد المقياس، وأنه بوجه عام صادق في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات مقياس الرفاه النفسي:

حسبت قيمة الثبات للأبعاد الفرعية باستخدام معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية والمقياس ككل، والجدول التالي يوضح هذه المعاملات:

جدول (11): معاملات الثبات لأبعاد مقياس الرفاه النفسي والمقياس ككل

العامل	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
الاستقلالية	.81	.79
التمكن البيئي	.83	.82
النمو الشخصي	.84	.81
العلاقات الايجابية	.82	.80
الهدف من الحياة	.76	.75
التقبل الذاتي	.74	.74
المقياس ككل	.88	.85

يتضح من الجدول السابق (11) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس الرفاه النفسي وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

نتائج فروض الدراسة، وأسئلتها، ومناقشتهما:

1. نتائج التحقق من السؤال الأول:

نص السؤال الأول على "ما درجة ضغوط ما بعد الصدمة لدية عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس؟

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام اختبار " ت " للعينة الواحدة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس ضغوط ما بعد الصدمة لدى الأرامل والمتوسط الفرضي (50%)، ويوضح الجدول التالي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (12): دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد ضغوط ما بعد الصدمة والمقياس ككل لدى الأرامل والمتوسط الفرضي (50%)

البعد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
استعادة الخبرة الصادمة	العينة	147	18.72	3.08	14.65	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	15	-		
تجنب الخبرة الصادمة	العينة	147	27.34	3.74	20.52	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
الاستثارة	العينة	147	19.80	2.67	21.78	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	15	-		
الدرجة الكلية	العينة	147	65.86	8.85	20.34	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	51	-		

يتضح من جدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (50 %) في الدرجة الكلية للمقياس لصالح العينة؛ حيث كان متوسط العينة 65.86 أكبر من المتوسط الفرضي (50%) = 51، وكانت قيمة "ت" = 20.34 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى 01. وهذا يدل على أن عينة البحث ذات مستوى مرتفع من ضغوط ما بعد الصدمة. تعتبر الباحثة أن تلك الاضطرابات النفسية ومنها الإجهاد النفسي نتيجة الظروف الصادمة التي يعاني منها الإنسان في فلسطين –لا سيما النساء الأرامل– المجبر على هدم بيته والتي تفوق طاقة الاحتمال الإنساني التي بدت مضارها لكل من يتابع الموقف. ومن الملاحظ أن هناك اختلافاً بين استجابة الأفراد لتلك الضغوط ودرجة تأثرهم بالصدمات النفسية فبعضهم لا يستطيعون تجاوزها ويتعرضون لاضطرابات نفسية، وآخرون يستخدمون أساليب مختلفة لتحقيق التوافق، كما لوحظ أن الصدمات النفسية تؤثر بشكل كبير على سلوك الأفراد وتوافقهم النفسي وفقا لقدرتهم على المواجهة ومناعتهم النفسية (حنان دسوقي، 2022، 354). وتتمتع عينة الدراسة بعاملين هامين ويشكلان بيئة خصبة لارتفاع مستوى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، الأول: هو هدم المنزل، وهو عامل ترك آثارا سلبية على المرأة الأرملة؛ فأصبحت ضحية للإجهاد النفسي الحاد. أما العامل الثاني: فهو مسألة فقدان الزوج فخبرة الفقدان بحد ذاته لها آثاره الخاصة على المرأة، وتترك آثارا لا تقل خطورة عن هدم منزلها، وهذا ما أكدته نتيجة هذه الدراسة. لذلك، ويؤكد على ذلك ما ورد في مقدمة الدراسة أنه من المتوقع أن تعاني هؤلاء النساء أيضًا من مستوى عالٍ من الاضطرابات النفسية، حيث هذه النتيجة في الواقع تتناسب تمامًا مع أدبيات الصحة العقلية، حيث إن الشعور بالأمان هو مطلب أساسي للحصول على صحة عقلية جيدة (Assalea, 2016: 28).

2. نتائج التحقق من السؤال الثاني:

نص الفرض الثاني على "ما مستوى الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس؟".

وللتحقق من صحة هذا السؤال، تم استخدام اختبار "ت" للعينة الواحدة للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الرفاه النفسي لدى الأرامل والمتوسط الفرضي (50%)، ويوضح الجدول التالي ما تم التوصل إليه من نتائج في هذا الصدد:

جدول (13): دلالة الفروق بين متوسطات درجات أبعاد الرفاه النفسي والمقياس ككل لدى الأرامل والمتوسط الفرضي (50%)

البعد	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	مستوى الدلالة
الاستقلالية	العينة	147	16	4.89	12.38	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
التمكن البيئي	العينة	147	17.93	5.88	6.32	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
النمو الشخصي	العينة	147	15.24	5.15	13.54	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
العلاقات الايجابية	العينة	147	15.60	4.60	14.22	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
الهدف من الحياة	العينة	147	16.80	5.55	9.17	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
التقبل الذاتي	العينة	147	16.85	5.04	9.97	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	21	-		
الدرجة الكلية	العينة	147	98.43	28.84	11.59	دالة عند مستوى .01
	المتوسط الفرضي (50%)	-	126	-		

يتضح من جدول (13)، السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي (50 %) في الدرجة الكلية للمقياس لصالح المتوسط الفرضي؛ حيث كان متوسط العينة 98.43 أقل من المتوسط الفرضي (50%) = 126، وكانت قيمة "ت" = 11.59 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى 01. وهذا يدل على أن عينة البحث ذات مستوى منخفض من الرفاه النفسي. وتفسر الباحثة ذلك من خلال الطبيعة البشرية للإنسان باعتباره كائنا اجتماعيا لا يمكنه العيش بمفرده، دون مشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم من خلال المشاركة الفاعلة. وهذا ما تفتقده السيدة الأرملة في المجتمع المعاصر. وبالعودة إلى الإطار النظري للدارسة حول ذلك التأثير فيشير (Dubey., et al, 2020, 782) إلى أن للضغط النفسي وضغوط الصدمة تأثيراً كبيراً على الجهاز المناعي للفرد عبر الجهاز العصبي والغدي، فالضغوط الحادة لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة يحفز الاستجابة المناعية، ويجعلها أسرع وأكثر فعالية في حين أن الضغط المزمن لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة يعمل على إنهاك الجهاز المناعي العضوي والنفسي أيضا، ويضعف المناعة النفسية وبالتالي تجد أفراد عينة الدراسة نتيجة كل تلك الضغوط النفسية وارتفاع مستوى اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة، إضافة الى هدم المنزل في مستوى منخفض من الرفاه النفسي وهذا ما تدله نتيجة هذه الدراسة.

3. نتائج التحقق من الفرض الأول:

ينص على أن "لا توجد علاقة ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس".

وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين درجات اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاه النفسي لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس، ويمكن عرض ما توصلت إليه الباحثة من نتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (14): معاملات الارتباط بين أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وأبعاد الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس (ن= 147)

ضغوط ما بعد الصدمة / الرفاه النفسي	استعادة الخبرة الصادمة	تجنب الخبرة الصادمة	الاستثارة	الدرجة الكلية
الاستقلالية	.59-**	.59-**	.56-**	.62-**
التمكن البيئي	.6-**	.59-**	.55-**	.63-**
النمو الشخصي	.46-**	.5-**	.51-**	.53-**
العلاقات الايجابية	.51-**	.53-**	.45-**	.54-**
الهدف من الحياة	.57-**	.57-**	.53-**	.6-**
التقبل الذاتي	.52-**	.5-**	.46-**	.53-**
الدرجة الكلية	.59-**	.59-**	.55-**	.62-*

** دالة عند 01.

يتضح في جدول (14) وجود علاقة ارتباطية دالة وسالبة بين أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية وأبعاد الرفاه النفسي، وكانت جميع الارتباطات دالة عند مستوى 01. وهذا يعنى أن كلما زاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة بأبعاده (استعادة الخبرة الصادمة، وتجنب الخبرة الصادمة، والاستثارة) يقابلها خفض في مستوى الرفاه النفسي بأبعاده (الاستقلالية، والتمكن البيئي، والنمو الشخصي، والعلاقات الايجابية، الهدف من الحياة، التقبل الذاتي) لدى الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس. وهذه النتيجة تتفق مع ما جاء بالجانب النظري للدراسة الحالية، فهذه علاقة مفهومة بين اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والرفاهية النفسية؛ نظرا لأن النساء الأرامل اللاتي يتعرضن لضغوط بسبب فقدان شريك الحياة، وما يرافقه من آثار نفسية واقتصادية واجتماعية وهدم المنزل يصعب عليهن تكوين مهارات مواجهة تلك الضغوط والأحداث بشكل كامل؛ مما يعني انخفاض في مستوى الرفاه النفسي لديهن.

ويؤكد على ذلك ما جاء في دراسة: Bennett & Souls (2012) التي أظهرت أن هناك أثراً للفقدان والترمل والفجيعة على الشعور بالسعادة الحياتية والرفاه النفسي لدى النساء الأرامل. كما تشير دراسة (Parker et al., 2016) أن الأرملة تعاني من ضغوط أكبر من أولئك اللاتي لديهن أزواج لإدارة حياتهن.

4. نتائج التحقق من الفرض الثاني:

نتائج التحقق من الفرض الرابع الذي ينص على: يمكن التنبؤ بالرفاه النفسي من خلال أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة. وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد بطريقة stepwise، والجداول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

يوضح الجدول التالي تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة) على الرفاه النفسي:

جدول (15) تحليل التباين لمدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة) على الرفاه النفسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	R^2	نسبة التباين
الانحدار	46518	2	23259	44.71	دالة عند .01	.38	%38
البواقي	74900.1	144	520.14				
الكلي	121418	146					

يتضح من الجدول السابق أن النسبة الفائية لتحليل التباين للمتغيرات المستقلة (أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة) على الرفاه النفسي كانت دالة عند 01. بإسهام نسبى لهذه المتغيرات بلغ 38%، ويوضح الجدول التالي مدى تأثير المتغيرات المستقلة على الرفاه النفسي.

جدول (16) يبين مدى تأثير المتغيرات المستقلة (أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة) على الرفاه النفسي

المتغيرات	معاملات الانحدار B	الخطأ المعياري	معاملات الانحدار المعيارية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الثابت	224.03	13.91		16.1	دالة عند .01
تجنب الخبرة الصادمة	2.61-	.89	34-	2.94-	دالة عند .01
استعادة الخبرة الصادمة	2.9-	1.08	-.31	2.68-	دالة عند .01

يتضح من الجدول السابق أن أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة التي يمكن أن تتنبأ بالرفاه النفسي كانت (تجنب الخبرة الصادمة، استعادة الخبرة الصادمة)، ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

الرفاه النفسي= −2.61× (تجنب الخبرة الصادمة) − 2.9 × (استعادة الخبرة الصادمة) + 224.03

وتفسر الباحثة هذا التنبؤ لاضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وتحديدا (تجنب الخبرة الصادمة، استعادة الخبرة الصادمة)، لما للضغوط النفسية بشكل عام وضغوط ما بعد الصدمة بشكل خاص من تأثير على مستوى الصحة النفسية والرفاه النفسي للفرد، حيث تعمل تلك الضغوط على زعزعة الصحة النفسية، والتأثير عليها سلبا؛ لذا تعتبر هذه النتيجة منطقية لا سيما أن فقدان الشريك في المجتمع الفلسطيني والمجتمعات كافة يعتبر حدثا صادما بالنسبة للزوجة؛ لما له من تأثيرات على حياة المرأة من الناحية النفسية والاجتماعية والاقتصادية، فالمرأة التي فقدت زوجها حملت مسؤولية الأبناء وقامت بدورين في حياتها: دور المرأة، ودور الرجل.

ويؤكد على ذلك ما جاء في مقدمة الدراسة والأطر النظرية أن النساء الأرامل يتعرضن لعواقب سلوكية واجتماعية ناتجة عن الترمل، وتشمل هذه العواقب تغييرات كبيرة في الأصدقاء والعلاقات الاجتماعية في غضون ذلك، تحتاج معظم الأرامل إلى مراجعة أدوارهن الاجتماعية، حيث عادة ما يكون هذا مصحوبًا بالشعور بالوحدة، وهو أحد أكثر جوانب الترمل تحديًا (Hahn et al., 2011) كما يتعرضن للوصم والمعاناة، ويتعرضن أيضًا للتهديدات المالية بعد وفاة أزواجهن، وقد تنخفض شروط التأمين مع وفاة الزوج، وأكدت دراسة (Perrig-Chiello et al., 2016) أن الأرملة تعاني من ضغوط أكبر من أولئك اللاتي لديهن أزواج لإدارة حياتهم وهم يواجهون مشاكل مثل الأمراض الجسدية، ومشاكل النوم والاكتئاب والموت المبكر، والتي تؤثر في النهاية على مستوى الرفاه لديهم.

5. نتائج التحقق من الفرض الثالث:

ينص على أن" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل".

وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي، والجداول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

جدول (17): يوضح الأعداد والمتوسطات والانحرافات المعيارية في جميع أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلي تبعاً لعدد سنوات الترمل

البعد	عدد سنوات الترمل	ن	م	ع
استعادة الخبرة الصادمة	من 1 إلى 5	25	17.72	3.01
	6 -10	66	18.91	3.14
	أكثر من 10 سنوات	56	18.95	3.00
تجنب الخبرة الصادمة	من 1 إلى 5	25	27.04	3.31
	6 -10	66	27.50	3.82
	أكثر من 10 سنوات	56	27.29	3.89
الاستثارة	من 1 إلى 5	25	20.16	2.58
	6 -10	66	19.91	2.81
	أكثر من 10 سنوات	56	19.50	2.55

البعد	عدد سنوات الترمل	ن	م	ع
	من 1 إلى 5	25	64.92	8.03
الدرجة الكلية	6 -10	66	66.32	9.25
	أكثر من 10 سنوات	56	65.73	8.85

جدول (18): تحليل التباين الاحادي للمقارنة بين متوسطات أبعاد اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة والدرجة الكلية تبعاً لعدد سنوات الترمل

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	بين المجموعات	30.23	2	15.12		
استعادة الخبرة الصادمة	داخل المجموعات	1353.33	144	9.40	1.60	غير دالة
	الكلى	1383.57	146			
	بين المجموعات	4.11	2	2.05		
تجنب الخبرة الصادمة	داخل المجموعات	2042.89	144	14.19	.14	غير دالة
	الكلى	2046.99	146			
	بين المجموعات	9.06	2	4.53		
الاستثارة	داخل المجموعات	1030.82	144	7.16	.63	غير دالة
	الكلى	1039.88	146			
	بين المجموعات	36.86	2	18.43		
الدرجة الكلية	داخل المجموعات	11409.14	144	79.23	.23	غير دالة
	الكلى	11446.00	146			

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عدد سنوات الترمل المختلفة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اضطراب ما بعد الصدمة حيث كانت جميع قيم "ف" غير دالة إحصائياً. وتفسر الباحثة أن عدد سنوات الترمل ليس العامل الوحيد الذي قد يؤثر على مستوى اضطراب الصدمة لدى الأرامل، فهناك عامل آخر ومهم يشترك فيه أفراد عينة الدراسة وهو (هدم المنزل)، حيث تشير الباحثة إلى وجود إيمان راسخ لدى أبناء الشعب الفلسطيني، ومنهم الأرامل لا سيما سكان مدينة القدس أن القدس هي درة التاج وعاصمتنا الأبدية، رغم ما تتعرض له من تطهير عرقي وترحيل جماعي وفردي وتصاعد وتيرة الاستيطان وهدم البيوت، ومحاولة تهويد المناهج، وما تواجهه من تدنيس يومي للمقدسات هذ سبب عدم وجود فروق في مستوى الصدمة وفقا لعدد سنوات الترمل.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما جاء من نتائج في دراسة Koren & Lowenstein (2016) كما اختلف مع دراسة Wilcox et al (2003): حيث أظهرت النساء اللائي ظللن متزوجات خلال فترة 3 سنوات استقرارًا في الصحة العقلية، عانت الأرامل الحديثة من إعاقات ملحوظة، وأظهرت الأرامل على المدى الطويل استقرارًا أو تحسنًا طفيفًا.

6. نتائج التحقق من الفرض الرابع:

ينص على أن" لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) بين متوسطات درجات الرفاه النفسي لدى عينة من الأرامل المهدمة بيوتهن في محافظة القدس وفقاً لمتغير عدد سنوات الترمل".

وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي، والجداول التالية توضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

جدول (19): يوضح الأعداد والمتوسطات والانحرافات المعيارية في جميع أبعاد الرفاه النفسي والدرجة الكلية تبعاً لعدد سنوات الترمل

البعد	عدد سنوات الترمل	ن	م	ع
	من 1 إلى 5	25	16.76	4.61
الاستقلالية	6 -10	66	15.80	5.09
	أكثر من 10 سنوات	56	15.89	4.83

البعد	عدد سنوات الترمل	ن	م	ع
	من 1 إلى 5	25	19.56	5.58
التمكن البيئي	6 -10	66	17.59	6.02
	أكثر من 10 سنوات	56	17.61	5.83
	من 1 إلى 5	25	16.00	5.00
النمو الشخصي	6 -10	66	14.64	5.06
	أكثر من 10 سنوات	56	15.63	5.33
	من 1 إلى 5	25	16.64	4.18
العلاقات الايجابية	6 -10	66	15.38	4.35
	أكثر من 10 سنوات	56	15.39	5.07
	من 1 إلى 5	25	17.32	5.26
الهدف من الحياة	6 -10	66	16.62	5.53
	أكثر من 10 سنوات	56	16.79	5.77
	من 1 إلى 5	25	17.72	4.07
التقبل الذاتي	6 -10	66	16.65	5.30
	أكثر من 10 سنوات	56	16.70	5.17
	من 1 إلى 5	25	104.00	25.98
الدرجة الكلية	6 -10	66	96.68	29.32
	أكثر من 10 سنوات	56	98.00	29.65

جدول (20): تحليل التباين الاحادي للمقارنة بين متوسطات أبعاد الرفاه النفسي والدرجة الكلية تبعاً لعدد سنوات الترمل

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	بين المجموعات	17.64	2	8.82		
الاستقلالية	داخل المجموعات	3478.36	144	24.16	.36	غير دالة
	الكلى	3496.00	146			
	بين المجموعات	79.85	2	39.92		
التمكن البيئي	داخل المجموعات	4975.47	144	34.55	1.15	غير دالة
	الكلى	5055.32	146			
	بين المجموعات	46.79	2	23.39		
النمو الشخصي	داخل المجموعات	3826.40	144	26.57	.88	غير دالة
	الكلى	3873.18	146			
	بين المجموعات	32.67	2	16.34		
العلاقات الايجابية	داخل المجموعات	3062.65	144	21.27	.76	غير دالة
	الكلى	3095.32	146			
	بين المجموعات	8.88	2	4.44		
الهدف من الحياة	داخل المجموعات	4482.40	144	31.13	.14	غير دالة
	الكلى	4491.28	146			
	بين المجموعات	22.84	2	11.42		
التقبل الذاتي	داخل المجموعات	3689.86	144	25.62	.44	غير دالة
	الكلى	3712.71	146			

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
	بين المجموعات	987.68	2	493.84		
الدرجة الكلية	داخل المجموعات	120430.3	144	836.32	.59	غير دالة
	الكلى	121418.0	146			

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لعدد سنوات الترمل المختلفة في جميع الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الرفاه النفسي، حيث كانت جميع قيم "ف" غير دالة إحصائياً. وتعزو الباحثة عدم وجود فروق في الدرجة الكلية للرفاه النفسي تبعها للعمر، لأن ظروف الفقدان وما يتبعه من نتائج سلبية على المرأة، هي تقريبا ظروف ونتائج واحدة في المجتمع الفلسطيني، وأن عامل توحد خبرة الفقدان هي التي أدت إلى عدم وجود هذه الفروق بين النساء الأرامل بغض النظر عن عدد سنوات الترمل، وهذا يعتبر أمراً طبيعياً، ويتسق مع التراث النفسي الذي يربط ما بين الإحساس بالضغوط والمعاناة وعلاقتها بالرفاه النفسي، وكذلك الاستقلالية بوصفها والتقبل الذاتي بوصفهما بعدين أساسيين من أبعاد الرفاه النفسي، حيث اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع ما جاء في دراسة Lambert & Witti ng (2022): حيث أظهرت ارتباط التعرض العالي للصدمات بشكل كبير بمزيد من المشكلات المتعلقة بالاحتياجات المادية غير الملباة، وإجهاد اقتصادي أكبر عن ضائقة أعلى بشكل ملحوظ مرتبطة بالمزيد من المشاكل الصحية والنفسية لدى النساء الأرامل وعدد سنوات الترمل.

7. توصيات ومقترحات:

توصيات تطبيقية:

- أن تقوم المؤسسات العاملة في تقديم الخدمات النفسية والاجتماعية للنساء الأرامل للحد من معاناتهن النفسية.
- أن تأخذ هذه النتائج باهتمام عال وبناء برامج وتدخلات داعمة والمساعدة في معالجة الأثار النفسية الناتجة عن حالة الضغوط النفسية واضطراب ضغوط ما بعد الصدمة.
- الاهتمام بالنساء الأرامل المهدمة بيوتهن من خلال وضع أليات تدخل سريعة من خلال عمليات التربيط مع مؤسسات المجتمع المعنية للتخفيف من تلك المعاناة لدى النساء الارامل المهدمة بيوتهن.
- عمل برامج مختلفة للتخفيف من حدة اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى النساء الارامل المهدمة بيوتهن.

مقترحات بحثية:

- القيام بدراسة نوعية حول الصدمة والصحة النفسية للنساء الارامل باعتبار ان الابحاث النوعية او الكيفية تهدف الى مزيد من الفهم العميق للظاهرة المدروسة.

المصادر والمراجع باللغة العربية:

- أبو يوسف محمد (2021). ***تأثير عدوان مايو 2021 على الوضع النفسي والصحة العقلية للنساء والفتيات.*** مركزك لشؤون المرأة– غزة فلسطين،
- بشرى عبد الحسين (2013). المشكلات التي تعاني منها المرأة العراقية الارملة في ظل الظروف الراهنة. ***مجلة البحوث التربوية والنفسية،*** 2، (30). جامعة بغداد.
- بكر مها (2020). الذكاء العاطفي وعلاقته بالتعامل مع الضغوط النفسية لدى الأرامل في مدينة أربيل، ***مجلة أبحاث الذكاء*** 1، (30)، 136 – 155.
- الجهاز المركزي الفلسطيني للإحصاء (2022). كتاب القدس السنوي الاحصائي (24). الجهاز المركزي للإحصاء، رام الله: فلسطين.
- الديب عايدة وأبو هدروس ياسرة (2014). الصمود النفسي وعلاقته باستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل بقطاع غزة. ***مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس،*** 50، 12، 386– 347.
- السميري نجاح (2016). مشكلات النساء الارامل وعلاقتها بتوكيد الذات. ***المجلة العربية نفسانيات،*** 5، العدد (51)، 153– 168.
- اللوزي تهاني (2023). نمذجة العلاقات السببية بين المناعة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والديموغرافية لدى الأسر المجبرة على هدم منازلهم في القدس. ***رسالة دكتوراه،*** معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة.

- اللوزي وبركات (2021). ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى افراد الاسر المهدمة بيوتهم من الاحتلال الاسرائيلي في مدينة القدس. ***مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية***، 13، (37)، 35-55.
- المبادرة الفلسطينية لتعميق الحوار العالمي والديمقراطية مفتاح (2022). تقرير المبادرة الوطنية لتعميق الحوار والديمقراطية. رام الله: فلسطين.
- موسى أمجد (2021). اضطراب كرب ما بعد الصدمة وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من الفلسطينيين ومحاولة تشخيص طرق أخرى للمواجهة. ***المجلة التربوية جامعة سوهاج***. 1، (12)، 5242-5294.

References

Agbaria, N., Petzold, S., Deckert, A., Henschke, N., Veronese, G., Dambach, P., Jaenisch, T., Horstick, O., & Winkler, V. (2021). *Prevalence of post-traumatic stress disorder among Palestinian children and adolescents exposed to politiqua violence: A systématiques review and meta-analysis.* ***PLOS ONE****, 16(8), e0256426.*

Aida El-Deeb and Yasra Abu Hadros (2014). Psychological resilience and its relationship to strategies for confronting the challenges of contemporary life among widowed women in the Gaza Strip (in Arabic). ***Journal of Arab Studies in Education and Psychology***, 50, 12, 386-347.

Alsea (2016). "***Introduction to psychology***". Edition 1, Al Azhar University, Gaza, Palestine.

Amjad Musa (2021). Post-traumatic stress disorder and its relationship to some demographic variables among a sample of Palestinians, and an attempt to diagnose other ways of coping (in Arabic). ***Educational magazine, Sohag University***. 1, (12), 5242-5294.

Asadullahi, A., Karimpoor, L., Kaveh, M. H., & Ghahremani, L. (2022). *Effectivités of résilience training intervention on psychological capital of the underprivileged Widowed Women of Fasā City,* ***Iran. BMC Wormiens Heath****, 22(1). https://doi.org/10.1186/s12905-022-01886-9.*

Bennett, K. M., & Souls by, L. K. (2012*). Wellbeing in Bereavement and Widowhood.* ***Illness, Crisis & Loss****, 20(4), 321–337.*

Bushra Abdel Hussein (2013). The problems that widowed Iraqi women suffer under the current circumstances (in Arabic). ***Journal of Educational and Psychological Research***, 2, (30). Baghdad University.

Carnelley, K. B., Wortman, C. B., Bolger, N., & Burke, C. T. (2006). *The time course of grief reactions to spousal loss: Evidence from a national probability sample.* **Journal of Personality and Social Psychology,** 91(3), 476–492. https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.3.476.

Cooney, T. M., & Dunne, K. (2001). *Intimates Relationship in later life: Curent realities, futures prospects.* ***In Journal of Family Issues*** *(Vol. 22, Issue 7, pp. 838–858). https://doi.org/10.1177/019251301022007003.*

Dogaheh, E. R., Jafari, F., Sadeghpour, A., Mirzaei, S., Maddahi, M. E., *Hosseinkhanzadeh, A. A., Reza, A., & Arya, M. (2013).* ***Psychological Well-Being and Qualité of Salep in Addicts Under Méthadone Maintenance Treatment****.*

Fast Paul Shetler (2015). Development of an evidence-based PTSD pilot study in Port-au-Prince, Haiti. ***PHD***, Graduate School of Public Health. University of Pittsburgh.

Fast, P. S. (2015). ***Development of an evidence-based post-traumatic stress disorder pilot study in Port-au-Prince, Haiti.***

Hahn, E. A., Cichy, K. E., Almeida, D. M., & Haley, W. E. (2011). Time use and well-being in older widows: Adaptation and resilience. ***Journal of Women and Aging***, *23*(2), 149–159. https://doi.org/10.1080/08952841.2011.561139

Jadid, M., Ashktorab, T., AbedSaeedi, Z., & AlaviMajd, H. (2015). The impact of self-transcendance on physico Heath statuts promotion in multiple sclérosés patients attendions Peer support groups. **International Journal of Nursing Practice,** *21*(6), 725–732. https://doi.org/10.1111/ijn.12186.

Kaseda, E. T., & Levine, A. J. (2020). Post-traumatic stress disorder: A differential diagnostic considération for COVID-19 survivons. ***The Clinicat Neuropsychologies***, *34*(7–8), 1498–1514. https://doi.org/10.1080/13854046.2020.1811894

Koren, Ch. &Lowenstein, A. (2016). Late-Life Widowhood in Life. Article in Aging ***International, Research Gate***. DOI:10.1007/s12126-008-9008-1.

Lambert, J. E., & Witting, A. B. (2022). Mass trauma and long-term psychological distress: The role of economic deprivation among older widows in Sri Lanka. International Perspectives in Psychology: ***Research, Practice, Consultation***, 11(1), 43–52. https://doi.org/10.1027/2157-3891/a000016.

Bakr Maha (2020). Emotional intelligence and its relationship to dealing with psychological stress among widows in the city of Erbil (in Arabic), ***Journal of Intelligence Research*** 1, (30), 136-155. (in Arabic).

Abu Youssef, M, (2021**). *The impact of the May 2021 aggression on the psychological situation and mental health of women and girls* (in Arabic).** Your Center for Women's Affairs - Gaza, Palestine, (in Arabic).

Al-Sumairi Najah, (2016). The problems of widowed women and their relationship to self-affirmation (in Arabic)**. *Arab Journal of Psychology***, 5, Issue (51), 153-168. (in Arabic).

Parker, L., Riyani, I., & Nolan, B. (2016). The stigmatisation of widows and divorcees (janda) in Indonesia, and the possibilities for agency. ***Indonesia and the Malay World***, *44*(128), 27–46. https://doi.org/10.1080/13639811.2016.1111677 .

Parragues, P.O. (2015). Health and widowhood: Meanings and experience of elderly women in ***Chile. Scifres***. Vol.5, No.8, pp.1272-1276. 10.4236/health.2013.58173.

Perrig-Chiello, P., Spahni, S., Hopflinger, F., & Carr, D. (2016). Cohort and gendre differences in psychosocial adjustment to later-life widowhood. ***Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences***, *71*(4), 765–774. https://doi.org/10.1093/geronb/gbv004.

Ribeiro H, Lima VM, Waldman EA. *In the COVID-19 Pandemic in Brazil, do Brown Lives **Matter**? Lancet Globe Heath. 2020 Auge ;8(8) : e976-e977.DOI :* https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30314-4

Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. ***Journal of Happiness Studies***, *9*(1), 13–39. https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0

Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *The **American Psychologiste***, *55*(1), 5–14. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5.

Shahidi, M. (2013). *Loneliness as a prédiction of components of mental Heath.*

Al-Lawzi, T, (2023). Modeling the causal relationships between psychological immunity and its relationship to some psychological and demographic variables among families forced to demolish their homes in Jerusalem (in Arabic). Doctoral ***PHD***, Institute of Arab Research and Studies, Cairo. (in Arabic).

Al-Lawzi, T & Barakat, Z., (2021). Post-traumatic stress and its relationship to future anxiety among members of families whose homes were destroyed by the Israeli occupation in the city of Jerusalem. Al-Quds Open University (in Arabic). ***Journal for Educational and Psychological Research and Studies***, 13, (37), 35-55. (in Arabic).

Tsegaye, A. (2013). ***A Comparative Study of Psychological Well-Being between Orphan and Non-orphan Children in Addis Ababa***: The Case of Three Selected Schools in Yeka Sub-city By Afework.

WHO. (2022). ***PTSD***: a global imperative. Geneva, Switzerland: **WHO**.

Wilcox, S., Evenson, K. R., Aragaki, A., Wassertheil-Smoller, S., Mouton, C. P., & Loevinger, B. L. (2003). The effects of widowhood on physical and mental health, health behaviors, and health outcomes: The Women's Health Initiative**.** ***Health Psychology***, 22(5), 513–522. https://doi.org/10.1037/0278-6133.22.5.513.