

## Self-Compassion and its Relationship to Self-Esteem Among Wives of Prisoners with High Sentences in West Bank Governorates

Ms. Areej T. Suleiman<sup>\*1</sup>, Prof. Hosni M. Awad<sup>2</sup>

1PhD student, Psychological and Educational Counseling, Al-Quds Open University, Ramallah, Palestine

2Professor, Psychological and Educational Counseling, Al-Quds Open University, Ramallah, Palestine

Orcid No: 0009-0003-9420-3852

Orcid No: 0009-0005-0732-2672

Email: suliemanareej2@Gmail.com

Email: hawad@qou.edu

### Received:

6/07/2024

### Revised:

6/07/2024

### Accepted:

5/08/2024

\*Corresponding Author:  
suliemanareej2@Gmail.c  
om

Citation: Suleiman, A. T., & Awad, H. M. Self-Compassion and its Relationship to Self-Esteem Among Wives of Prisoners with High Sentences in West Bank Governorates. Journal of Al-Quds Open University for Educational & Psychological Research & Studies, 16(47).  
<https://doi.org/10.33977/1182-016-047-005>

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](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

### Abstract

**Objectives:** The study aimed to investigate the levels of self-compassion and self-esteem, and their relationship. The study targeted a sample of wives of prisoners, reaching 95 participants through convenience sampling.

**Methods:** The study employed a descriptive-correlational method and utilized SPSS for data analysis. Results: The results indicated that the level of self-compassion was at 63.0%, with an average rating. The mean scores for participants' responses on the self-compassion scale ranged from 3.72 to 2.55. Self-kindness ranked first with a high rating. The level of self-esteem was at 75.5% with an average rating. There were no statistically significant differences in self-compassion and its domains, attributed to educational level. Except for self-kindness which wasn't influenced by educational level. Differences were found in the domain of self-kindness favoring employment. The results also showed no statistically significant differences in self-esteem related to educational level and employment. There is a positive correlation between self-compassion and self-esteem, with a Pearson correlation coefficient of .545.

**Conclusions:** The study recommends developing counseling programs to enhance self-compassion and self-esteem among wives of prisoners with high sentences in West Bank governorates.

**Keyword:** Self-compassion, self-esteem, wives of prisoners with high judgments

## الشفقة مع الذات وعلاقتها في تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية

أ. أريج تحسين سليمان<sup>\*1</sup>؛ أ.د. حسني محمد عوض<sup>2</sup>

<sup>1</sup>طالبة دكتوراه إرشاد نفسي وتربوي، جامعة القدس المفتوحة، رام الله، فلسطين.

<sup>2</sup>أستاذ الإرشاد النفسي والتربوي، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.

### الملخص

**الأهداف:** هدفت الدراسة لتقصي مستوى كل من الشفقة مع الذات ومستوى تقدير الذات وتقصي العلاقة بينهما **المنهجية:** استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، كما استخدمت كذلك برنامج (SPSS) لتحليل نتائج الدراسة. **النتائج:** بلغ مستوى الشفقة بالذات ككل بلغ (63.0%) وتقدير متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الشفقة بالذات تراوحت ما بين (2.55-3.72)، وجاء مجال " اللطف الذاتي" بالمرتبة الأولى وبتقدير مرتفع، بينما جاء مجال " تحديد الهوية الزائدة" في المرتبة الأخيرة، أما مستوى تقدير الذات بلغ (75.5%) وبتقدير متوسط، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية للشفقة بالذات ومجالاتها تعزى إلى متغير المستوى التعليمي. عدم وجود فروق دالة إحصائية أعلى مقياس الشفقة بالذات ومجالاته باستثناء مجال: (اللطف الذاتي) تعزى إلى المستوى التعليمي، وقد جاءت الفروق في مجال: مجال: (اللطف الذاتي) لصالح عمل، وأشارت النتائج كذلك إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية ف تقدير الذات تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ويتضح أن العلاقة بين الشفقة بالذات وتقدير الذات جاءت طردية موجبة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون. ( $r = .545$ )

**الخلاصة:** توصي الدراسة بتطوير برامج إرشادية تعمل على تعزيز مستوى الشفقة مع الذات ومستوى تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا.

**الكلمات الدالة:** الشفقة مع الذات، تقدير الذات، زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا.

## المقدمة

يعبر مفهوم الشفقة مع الذات عن التعاطف مع النفس ويعتبر من الصفات الإنسانية الأساسية التي تساعدنا على فهم أنفسنا، وتقديرها، وتقدير الذات يعني أن نكون على دراية بسماتنا الشخصية، وأن نتقبل أنفسنا كما نحن عليه دون الحاجة إلى التثبيت بصورة مثالية، ويعتبر الشفقة مع الذات وتقدير الذات من مفاهيم علم النفس الإيجابي التي تركز على فهم الجوانب الإيجابية من الحياة النفسية للفرد، وتعزيزهما يساعد في تحقيق السعادة والرفاه النفسي، وكذلك يساعد الأفراد على التعامل بشكل أفضل مع الضغوطات الحياتية وتعزيز جودة حياتهم النفسية والاجتماعية.

وتتطوي الشفقة مع الذات على التلطف واللين معها وخاصةً عند التفكير في نقاط الضعف الخاصة بها، وعدم تكليفها فوق طاقتها (Neff, 2003) وتطلب الشفقة مع الذات من الفرد من أن يلتزم التراف مع النفس، وكذلك وتوظيف اليقظة العقلية عند التفكير في الأخطاء (Neff & Vonk, 2009) حيث ترى نيف (Neff, 2011) أن الشفقة مع الذات تعزز الإنتاجية للأفراد وكذلك الصحة النفسية؛ مما يؤدي إلى تقليل السلبية لديهم، كما أن نيف (Neff, 2021) تحدثت عن ثلاثة مكونات للشفقة مع الذات، وهي: اللطف الذاتي، الإنسانية المشتركة، واليقظة الذهنية، وقد ميزت نيف (Neff, 2023) بين تقدير الذات و الشفقة مع الذات حيث وضحت أن تقدير الذات هو تقييم إيجابي لقيمة الذات، في حين أن التعاطف مع الذات هو وسيلة للتواصل مع تجربة هويتنا المتغيرة باستمرار بلطف وقبول - خاصة عندما نفشل أو نشعر بعدم الكفاءة.

وقد شرح روزنبرج (Rosenberg, 2015) تقدير الذات على أنه مجموعة من القيم، ونظام المعتقدات الذي يوفر بشكل خفي، ولكنه قوي، الأسس للحكم على الذات، وحدد روزنبرغ (Rosenberg, 1968) عدة معايير يمكن أن تسهم في مستوى تقدير الذات، كيف يفسر الفرد الأحداث، كيف يحكم على الأحداث، العلاقات والمواقف، ومن النظريات التي فسرت مفهوم الشفقة مع الذات نظرية التعلق، وقد ذكر جيلبرت (Gilbert, 2009) أن هذا المفهوم انبثق من نظرية التعلق التي تحدثت بها جون بولبي التي وضحت خلالها أن العلاقة الوالدية السليمة هي أساس النمو السوي، وجاءت نتائج دراسة ماكنكوش و آخرين (Mackintosh et al., 2018) مؤيدة لما جاءت به النظرية، حيث أفادت النتائج أن الأطفال الذين يحظون بنظام تعلق آمن، حققوا درجات أعلى على مقياس الشفقة مع الذات مقارنة بالأطفال الآخرين.

أما تقدير الذات فقد فسرت نظرية روزنبرج (1965) والذي كان محور اهتمامه دراسة نمو تقييم الفرد لذاته، وتطوره تبعاً للمعايير السائدة في الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه الفرد، وكان محور اهتمامه يدور حول المراهقين وكيفية تقييمهم لذواتهم، وكذلك دور الأسرة في تقدير الفرد لذاته، ويرى روزنبرج أن مفهوم تقدير الذات يعكس اتجاه الفرد نحو ذاته، ويتضمن تقدير الذات تقييم الأداء الشخصي مقارنة بوضع المعايير في مجالات الأهمية المدركة (Kernis 2005)، وترى مولين (Mullen, 2022) أن تقدير الذات يجب أن يأتي من الداخل ولا يعتمد على مصادر خارجية مثل ممتلكاتك أو مكانتك أو آراء الآخرين.

وقدمت النجار (2021) دراستها التي هدفت لمعرفة الرأفة بالذات (الشفقة مع الذات) وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظات غزة، وتمخضت الدراسة أن متوسط الدرجة الكلية للرأفة بالذات بلغ (414.85) أي مانسبته (79.1%) وتشير هذه النتيجة إلا أن نسبة الرأفة بالذات لدى الأمهات أكثر من المتوسط، وبلغ نسبة بعد حماية الذات (81.1%) ويلية بعد صيانة الذات بنسبة (81%) وبعد الوعي بلإنسانية بلغ (76%) وهي النسبة الأقل بين الأبعاد، وأما بعد اللطف بالذات بلغ (77.2%).

وقد أجرت كل من الحاج وبن نوار (2022) دراسة لبحث الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أمهات أطفال طيف التوحد، وأسفرت النتائج عن الدراسة، وتمخضت عن وجود مستوى مرتفع من الشفقة بالذات لدى أمهات أطفال طيف التوحد، وكذلك وجود علاقة طردية موجبة بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية لديهن.

وأفاد دراسة السيد ثابت (2023) التي سعت لمعرفة مستوى الشفقة بالذات لدى عينة من النساء المطلقات في تعز، وفقاً لبعض المتغيرات انخفاض مستوى الشفقة بالذات لدى النساء المطلقات لا يوجد فروق في مستوى الشفقة مع الذات وفقاً للمستوى التعليمي، وأيضاً لا يوجد فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (05) في مستوى الشفقة بالذات لدى النساء المطلقات وفقاً لمتغير وجود أطفال.

هدفت دراسة راشد وآخرين (2023) Rashid et al., فحص العلاقة بين الصلابة والشفقة الذاتي والصحة العقلية بين البالغين العاملين والغرض من الدراسة الحالية هو استكشاف أثر المتغيرات الديموغرافية على هذه المتغيرات، تم جمع البيانات من (N

488 =) من البالغين العاملين (ذكور = 256، إناث = 232) وظفت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، تم تطبيق مقياس الشفقة مع الذات، تشير نتائج الدراسة الحالية إلى أن الشفقة مع الذات والصلابة والصحة العقلية يرتبطان بشكل إيجابي مع بعضهما البعض، إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشفقة بالذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، ووجود فروق في مستوى الشفقة مع الذات تعزى لمتغير العمل لصالح العاملات.

كما أن هناك العديد من الدراسات التي تناولت موضوع تقدير الذات ومنها دراسة الشهري (2023) (Alshehri) التي جاءت بعنوان "صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات لدى المرأة الحامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية" وتمخضت الدراسة عن أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات للمرأة الحامل تبعاً للعوامل الديموغرافية (العمر ومستوى لتعليم). وكذلك دراسة سمور (2015) والتي هدفت إلى معرفة تقدير الذات وعلاقتها بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظة غزة، وأظهرت نتائج الدراسة أن بلغت نسبة تقدير الذات لدى الفتيات المتأخرات في الزواج (70%)، وكذلك أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج تبعاً لمتغير العمل؛ بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير مستوى التعليم لصالح الفتيات الحاصلات على دراسات عليا. وكذلك هدفت دراسة فارس وشويعل (2023) لمعرفة الوصمة النفسية الاجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى النساء المطلقات: دراسة ميدانية" أن مستوى تقدير الذات للنساء المطلقات كان منخفضاً، وكانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، عدد الأبناء.

وهدف دراسة موريس و أوتجار (2023) Muris & Otgaar، والتي سعت لمعرفة تقدير الذات والشفقة مع الذات: مراجعة سردية وتحليل تلوي حول ارتباطهما بالمشاكل النفسية والسعادة تناولت الدراسة العلاقة بين مفهومين مترابطين ذاتياً يفترض أنهما يلعبان دوراً في في السعادة النفسية: تقدير الذات والشفقة مع الذات، هدفت الدراسة للتعرف إلى مستوى العلاقة بين المتغيرين، تم إجراء تحليل تلوي لدراسة حجم العلاقة بين تقدير الذات والشفقة مع الذات وارتباطهما بمؤشرات الرفاهية والنفسية، وأشارت النتائج إلى أن متوسط الارتباط بين تقدير الذات والشفقة مع الذات قوياً ( $r = 0.65$ ).

وتمخضت دراسة كايا وأكدوغان (2022) (Kaya & Akdoğan) التي جاءت بعنوان "الصحة النفسية للسيدات الحوامل وعلاقتها بالعوامل الديموغرافية والشفقة مع الذات" أن بلغت متوسط نتائج السيدات الحوامل على مقياس الشفقة مع الذات (37.14) كما أظهرت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $p < 0.05$ ) بين السيدات الحوامل تبعاً لمتغيرات المستوى التعليم لصالح السيدات المتعلّمات، وكذلك تبعاً لمتغير العمل لصالح السيدات العاملات.

من خلال استعراض الدراسات السابقة تبين أنها اتفقت مع الدراسة الحالية من حيث الأدوات والمنهجية مثل دراسة (السيد ثابت، 2023؛ دراسة سمور، 2015؛ فارس وشويعل، 2023؛ Kaya & Akdoğan، 2022)، ولكنها اختلفت من حيث العينة المستهدفة؛ حيث إن الدراسات السابقة تناولت فئات مختلفة من النساء مثل المطلقات، المتأخرات عن الزواج؛ ولكن الدراسة الحالية سوف تستهدف السيدات زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا، كما أن الدراسات السابقة الذكر قد تناولت كل متغير من متغيرات الدراسة مع متغيرات أخرى؛ ولكن هذه الدراسة هي الوحيدة - في حدود علم الباحثة - التي تناولت الشفقة مع الذات وعلاقتها في تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا، مما يساعد على تسليط الضوء على هذه الفئة الخاصة وتقديم برامج وخدمات إرشادية موجه بشكل مباشر لإحتياجاتهن.

### مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تتبع مشكلة البحث الأساسية من حاجة زوجات الأسرى اللاتي يعيشن في حالة الانتظار والقلق بسبب اعتقال أزواجهن واحتجازهم في سجون الاحتلال، حيث إن زوجات الأسرى قد يعانين من مشاكل نفسية واجتماعية نتيجة لوجود الزوج داخل معتقلات الإحتلال وبعيداً عن المنزل؛ ما يؤدي إلى عدم مقدرة هذا الزوج من القيام بأدوار الوالدية والزوجية والاجتماعية داخل أسرته؛ مما يعرض الزوجه إلى مكابدة العديد من الآثار النفسية بما في ذلك القلق، الاكتئاب، الضغط النفسي، العزلة الاجتماعية، وغيرها من الآثار النفسية الضارة.

وعلاوة على ذلك إزدیاد أعداد المعتقلين في سجون الاحتلال بشكل مطرد ومتسارع من سنةٍ لأخرى مما يعنى زيادة في عدد زوجات الأسرى، مما يجعل إلقاء الضوء على هذه الفئة وحصر حاجاتها وطرق التعامل أمراً ملحاً، وقد أجريت بعض الدراسات التي استهدفت هذه الفئة، ومنها: (أبو بكر، 2018)، ودراسة (الشليبي، 2020)، والذين أوصوا بإجراء المزيد من البحوث لهذه

الفئة، ويعد كل من الشفقة مع الذات وتقدير الذات من متغيرات علم النفس الإيجابي التي تساعد هؤلاء السيدات على إكتساب المزيد من الرونة النفسية التي تعمل على شد أزهرهن، وتحديد الطرق والتدخلات اللازمة للتعامل مع هذه الفئة، بطريقة مهنية تحدد طبيعة احتياجاتهن وطرق التعامل معهن.

ومن هنا فإن مشكلة الدراسة الحالية تمثلت في السؤال الرئيس الآتي: هل توجد علاقة ارتباط بين الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية؟

- السؤال الأول: ما مستوى الشفقة مع الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية؟
- السؤال الثاني: ما مستوى تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية؟

### فرضيات الدراسة

سعت الدراسة لاختبار الفرضيات الآتية:

- الفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات الشفقة مع الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية تعزى لمتغير مستوى التعليم والعمل.
- الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) في متوسطات تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية تعزى لمتغيري مستوى التعليم والعمل.
- الفرضية الثالثة:** لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) بين الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية.

### أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الشفقة مع الذات، وكذلك تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية، وكشف العلاقة بين الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية، وبالإضافة إلى استكشاف الفروق في متوسطات الشفقة مع الذات وتقدير الذات وتحديد بناءً على متغيرات مختلفة.

### أهمية الدراسة

**الأهمية النظرية:** تتناول هذه الدراسة الشفقة مع الذات وتقدير الذات، وتتبع أهمية هذه الدراسة من أن العديد من الدراسات تناولت متغير الشفقة مع الذات مع متغيرات أخرى غير أن هذه الدراسة الوحيدة - في حدود علم الباحثة - التي تناولت متغير الشفقة مع الذات مع تقدير الذات، وبالتالي قد تضيف هذه الدراسة ونتائجها للأدب النظري في هذا المجال.

**الأهمية التطبيقية:** تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة في أنها سوف توفر معلومات حول مستوى الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية، وبالتالي، الإطلاع على مواطن القوة والضعف فيها لعلاج القصور، كما قد تسهم نتائج الدراسة، ومقترحاتها في وضع خطط لتنمية الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا.

### حدود الدراسة ومحدداتها:

- الحدود المكانية: طبقت هذه الدراسة في محافظات الضفة الغربية.
- الحدود البشرية: جرت هذه الدراسة على زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية.
- الحدود الزمانية: نفذت هذه الدراسة في العام الدراسي (2023-2024).
- الحدود الموضوعية: استخدم في هذه الدراسة مقياس الشفقة مع الذات، ومقياس تقدير الذات، وهي بالتالي تقتصر على الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، ودرجة صدقها وثباتها على عينة الدراسة وخصائصها، والمعالجات الإحصائية المناسبة.
- الأدوات المستخدمة في الدراسة مقياس الشفقة مع الذات بالإضافة إلى مقياس.
- الحدود المفاهيمية: اقتصرت هذه الدراسة على المفاهيم والمصطلحات الواردة فيها.

### التعريفات الاصطلاحية والإجرائية لمتغيرات الدراسة

**الشفقة مع الذات:** عرفت كريستيان نيف (Neff, 2003: 223-22) بأنها "اتجاه إيجابي نحو الذات في المواقف الصعبة والمؤلمة، أو في الإحباطات وخيبات الأمل، وتعني الشفقة مع الذات التلطف بها والتعاطف معها، والابتعاد عن نقدها". أما التعريف الإجرائي: فهو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من أفراد العينة على مقياس الشفقة بالذات.

**تقدير الذات:** ويعرف روزنبرغ تقدير الذات بأنه التقييم الذي يعلمه الفرد ويبقى عليه عن نفسه، وهو بهذا يعبر عن أحد اتجاهين إما القبول أو عدمه (صالح، 2004: 218). أما التعريف الإجرائي فهي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس تقدير الذات.

**ذوو الأحكام العليا:** يعرفون إجرائياً بأنهم الأشخاص الذين حكموا في السجن مدة زمنية طويلة تبدأ من عشرة أعوام وقد تمتد إلى مدى الحياة، ونخص بالذكر الأسرى الفلسطينيين الذين تم الحكم عليهم من قبل المحاكم الإسرائيلية، والذين مازالوا يقعون في سجون الاحتلال.

### الطريقة والإجراءات

**منهجية الدراسة:** اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، كونه المنهج الملائم لطبيعة هذه الدراسة؛ إذ إن هذا المنهج لا يعتمد فقط على جمع المعلومات إنما يقوم بالربط وتحليل العلاقة ما بين متغيرات الدراسة للوصول إلى الاستنتاجات المرجو الوصول إليها من خلال الدراسة (Rentala, 2018).

### مجتمع الدراسة وعينتها

**أولاً- مجتمع الدراسة:** تكون مجتمع الدراسة من جميع زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة والبالغ عددهن (441)، وفقاً لمصادر إحصائيات هيئة شؤون الأسرى والمحررين.

### ثانياً- عينة الدراسة:

أما عينة الدراسة، فقد اختيرت كالتالي:

**أولاً- العينة الاستطلاعية (Pilot Study):** اختيرت عينة استطلاعية مكونة من (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، وذلك بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات.

**ثالثاً- عينة الدراسة (Sample Study):** اختيرت عينة الدراسة بالطريقة الميسرة؛ وقد بلغ حجم العينة (95) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، بنسبة (21.5%) من مجتمع الدراسة. والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات الديمغرافية:

جدول (1) توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات الديمغرافية:

المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
المستوى التعليمي	توجيهي أو أقل	26	27.4
	بكالوريوس	57	60.0
	دراسات عليا	12	12.6
	المجموع	95	100.0
العمل	تعمل	37	38.9
	لا تعمل	58	61.1
	المجموع	95	100.0

## أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الباحثة على مقياسين لجمع البيانات، هما: مقياس الشفقة بالذات، ومقياس تقدير الذات كما يلي:

## أولاً: مقياس الشفقة بالذات

من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، قامت الباحثة بترجمة مقياس الشفقة مع الذات من إعداد نيف (Neff, 2003) المكون من (26)، فقرة.

الخصائص السيكمترية لمقياس الشفقة بالذات

## صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقاييس الدراسة اتبعت الإجراءات الآتية:

استخدم نوعان من الصدق كما يلي:

أ. **الصدق الظاهري (Face validity)** للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس الشفقة بالذات، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من ذوي الاختصاص والخبرة ممن يحملون درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، إذ اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة. وبناءً على ملاحظات المحكمين، وأرائهم أجريت التعديلات المقترحة، واستناداً إلى ملاحظات المحكمين، فقد عدلت صياغة بعض الفقرات.

ب. **صدق البناء (Construct Validity)** من أجل التحقق من الصدق للمقياس استخدم أيضاً صدق البناء، على عينة استطلاعية مكونة من (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (الشفقة بالذات)، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (2):

جدول (2) قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس الشفقة بالذات بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك

قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=20)

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال
اللفظ الذاتي	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات	الشفقة بالذات
5	.78**	1	.46**	3	.79**	45**	العناصر الإنسانية المشتركة
12	.76**	8	.74**	7	.72**	42**	
19	.70**	11	.88**	10	.88**	.52**	
23	.67**	16	.76**	15	.67**	.57**	
26	.74**	21	.71**	-	-	-	
درجة كلية للبعد	.75**	درجة كلية للبعد	.55**	درجة كلية للبعد	.60**		
الغزل	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية	اليقظة الذهنية
4	.69**	9	.77**	2	.81**	.49**	تحديد الهوية الزائدة
13	.81**	14	.68**	6	.53**	.39*	
18	.85**	17	.70**	20	.50**	.33*	
25	.56**	22	.43**	24	.53**	.32*	
درجة كلية للبعد	.66**	درجة كلية للبعد	.57**	درجة كلية للبعد	.44**		

\*\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .01$ )

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2) أن معاملات ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (.32-.88)، وكانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً؛ إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30- أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ثبات مقياس الشفقة بالذات: للتأكد من ثبات مقياس الشفقة بالذات، وزعت أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة. وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس وأبعاده، فقد استخدم معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية، بعد قياس الصدق (26) فقرة، والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3) قيم معاملات ثبات مقياس الشفقة بالذات بطريقة كرونباخ ألفا		
البعد	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
الطف الذاتي	5	.87
تقييم الذات	5	.78
العناصر الإنسانية المشتركة	4	.77
العزل	4	.74
اليقظة الذهنية	4	.72
تحديد الهوية الزائدة	4	.70
الدرجة الكلية	26	.89

يتضح من الجدول (3) أن قيم معاملات ثبات كرونباخ ألفا لمجالات مقياس الشفقة بالذات تراوحت ما بين (.70-.87)، كما يلاحظ أن معامل ثبات كرونباخ ألفا للدرجة الكلية بلغ (.89)، وتعتبر هذه القيم مناسبة وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

ثانياً: مقياس تقدير الذات: من أجل تحقيق الغاية المرجوة من الدراسة الحالية، وبعد اطلاع الباحثة على الأدب التربوي والدراسات السابقة وعلى مقاييس تقدير الذات المستخدمة في بعض الدراسات قامت الباحثة بترجمة مقياس روزنبرغ (Rosenberg, 1965) لتقدير الذات، ويتكون المقياس من (10) فقرات.

#### الخصائص السيكومترية لمقياس تقدير الذات

صدق المقياس:

استخدم نوعان من الصدق، وكما يلي:

أ. الصدق الظاهري (Face validity): للتحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس تقدير الذات، عرض المقياس بصورته الأولية على مجموعة من ذوي الاختصاص والخبرة ممن يحملون درجة الدكتوراه، وقد بلغ عددهم (10) محكمين، إذ أعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وبناءً على ملاحظات المحكمين، وآرائهم أجريت التعديلات المقترحة، واستناداً إلى ملاحظات المحكمين فقد عدلت صياغة بعض الفقرات.

ب. صدق البناء (Construct Validity) من أجل التحقق من الصدق للمقياس، استخدم صدق البناء على عينة استطلاعية مكونة من (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لاستخراج قيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية لمقياس (تقدير الذات)، كما هو مبين في الجدول (4):

جدول (4) قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس تقدير الذات مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=20)

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
تقدير الذات	
1	.56**
2	.84**
3	.32*
4	.32*
5	.83**
6	.82**
7	.43**

الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية
8	.71**
9	.88**
10	.43**

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة (\*  $p < .01$ ) (\*\*  $p < .05$ )

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (4) أن قيم معاملات ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (.32 - .88)، كما أن جميع قيم معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً، إذ ذكر جارسيا (Garcia, 2011) أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (.30 - أقل أو يساوي .70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (.70) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

ثبات مقياس تقدير الذات: للتأكد من ثبات مقياس تقدير الذات، وزع المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، وبهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) على بيانات العينة الاستطلاعية بعد استخراج الصدق (10) فقرة، وقد بلغ معامل كرونباخ ألفا (.85) وتعد هذه القيمة مناسبة، وتجعل من الأداة قابلة للتطبيق على العينة الأصلية.

#### تصحيح مقياسي الدراسة:

أولاً: مقياس الشفقة بالذات: تكون مقياس الشفقة بالذات في صورته النهائية بعد استخراج الصدق من (26) فقرة، موزعة على ستة أبعاد وهي: اللطف الذاتي والذي يتمثل في الفقرات: (5، 12، 19، 23، 26)، تقييم الذات (عكس الدرجات) (1، 8، 11، 16، 21)، العناصر الإنسانية المشتركة (3، 7، 10، 15)، عناصر العزل (عكس الدرجات) (4، 13، 18، 25)، اليقظة الذهنية (9، 14، 17، 22)، عناصر تحديد الهوية الزائدة (عكس الدرجات) (2، 6، 20، 24). وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) خماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: موافق بشدة (5) درجات، موافق (4) درجات، محايد (3) درجات، غير موافق (2) درجتان، غير موافق بشدة (1)، درجة واحدة.

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى الشفقة بالذات لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح ما بين (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: عالية، متوسطة، ومنخفضة، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية: الحد الأعلى للتدرج - الحد الأدنى للتدرج / عدد المستويات المفترضة  $(5-3)/1 = 1.33$ . وبناءً على ذلك، فإن مستويات الإجابة على المقاييس تكون على النحو الآتي: (2.33 فأقل) مستوى منخفض، (2.34-3.67) مستوى متوسط، (3.68 فأعلى) مستوى مرتفع.

ثانياً: مقياس تقدير الذات: تكون مقياس تقدير الذات في صورته النهائية من (10) فقرات، وقد مثلت الفقرات: (1، 3، 4، 7، 10) الاتجاه الإيجابي لتقدير الذات، فيما مثلت الفقرات: (2، 5، 6، 8، 9) الاتجاه السلبي العكسي لتقدير الذات إذ عكست الإوزان عند تصحيحها. وقد طُلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت (Likert) رباعي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: موافق بشدة (4) درجات، موافق (3) درجات، غير موافق (2) درجتان، غير موافق بشدة (1)، درجة واحدة. ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى تقدير الذات لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح ما بين (1-4) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاثة مستويات: عالية، متوسطة، ومنخفضة، وذلك وفقاً للمعادلة الآتية: الحد الأعلى للتدرج - الحد الأدنى للتدرج / عدد المستويات المفترضة  $(4-3)/1 = 1$ . وبناءً على ذلك، وبعد إضافة واحد صحيح على القيمة السابقة فإن مستويات الإجابة على المقاييس تكون على النحو الآتي: (2.00 فأقل) مستوى منخفض، (2.01-3.00) مستوى متوسط، (3.01-4) مستوى مرتفع.

#### متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة الآتية:

##### أ. المتغيرات المستقلة (الديمغرافية):

1. المستوى التعليمي: وله ثلاثة مستويات هي: (1- توجيبي أو أقل، 2- بكالوريوس، 3- دراسات عليا).
2. العمل: وله مستويان هي: (1- تعمل، 2- لا تعمل).



**ب. المتغير التابع:**

1. الدرجة الكلية والمجالات الفرعية التي تقيس الشفقة بالذات لدى عينة الدراسة.
2. الدرجة الكلية التي تقيس تقدير الذات لدى عينة الدراسة.

**إجراءات تنفيذ الدراسة**

نفذت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1. جمع المعلومات من العديد من المصادر كالكتب، والأبحاث المنشورة، والرسائل الجامعية، وغيرها.
2. الحصول على إحصائية بعدد زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة.
3. تحديد مجتمع الدراسة، ومن ثم تحديد عينة الدراسة.
4. تطوير أدوات الدراسة من خلال مراجعة الأدب التربوي في هذا المجال.
5. تحكيم أدوات الدراسة.
6. تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية ومن خارج عينة الدراسة الأساسية، إذ شملت (20) من زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، وذلك بهدف التأكد من دلالات صدق وثبات أدوات الدراسة.
7. تطبيق أدوات الدراسة على العينة الأصلية، والطلب منهم الإجابة على فقراتها بكل صدق وموضوعية، وذلك بعد إعلامهم بأن إجاباتهم لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.
8. إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب، حيث استخدم برنامج الرزمة الإحصائية (SPSS, 28) لتحليل البيانات، وإجراء التحليل الإحصائي المناسب.
9. مناقشة النتائج التي أسفر عنها التحليل في ضوء الأدب النظري والدراسات السابقة، والخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات البحثية.

**المعالجات الإحصائية**

من أجل معالجة البيانات وبعد جمعها قامت الباحثة باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS, 28) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
2. معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لفحص الثبات.
3. اختبار تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات "بدون تفاعل" (2- "MANOVA without Interaction")، لفحص الفرضيات المتعلقة بمقياس الشفقة بالذات تبعاً إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.
4. اختبار تحليل التباين الثنائي "بدون تفاعل" (2- "way ANOVA without Interaction")، لفحص الفرضيات المتعلقة بمقياس تقدير الذات تبعاً إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.
5. اختبار بيرسون (Pearson Correlation) لمعرفة العلاقة بين الشفقة بالذات وتقدير الذات، كذلك لفحص صدق أداتي الدراسة.

**النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة**

**النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:** ما مستوى الشفقة مع الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية ؟

للإجابة عن السؤال الأول حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس الشفقة بالذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، والجدول (5) يوضح ذلك:

جدول (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل مجال من مجالات مقياس الشفقة بالذات وعلى المقياس ككل مرتبة تنازلياً

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
1	اللطف الذاتي	3.72	.714	74.4	مرتفع

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
2	البقطة الذهنية	3.70	.639	74.0	مرتفع
3	العناصر الإنسانية المشتركة	3.66	.639	73.2	متوسط
4	العزل	2.69	.805	53.8	متوسط
5	تقييم الذات	2.60	.716	52.0	متوسط
6	تحديد الهوية الزائدة	2.55	.628	51.0	متوسط
	الشفقة بالذات	3.15	.401	63.0	متوسط

يتضح من الجدول (5) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس الشفقة بالذات ككل بلغ (3.15) ونسبة مئوية (63.0%) وبتقدير متوسط، أما المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد عينة الدراسة عن مجالات مقياس الشفقة بالذات تراوحت ما بين (2.55-3.72)، وجاء مجال "اللفظ الذاتي" بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي قدره (3.72) ونسبة مئوية (74.4%) وبتقدير مرتفع، بينما جاء مجال "تحديد الهوية الزائدة" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي بلغ (2.55) ونسبة مئوية (51.0%) وبتقدير متوسط. وقد يعود ذلك إلى التحديات العاطفية والنفسية التي يكابدها جراء وجود أزواجهن في سجون الإحتلال، مما قد يعود عليهم بالقلق والحزن والضغط النفسي، بالإضافة إلى ما قد يعترضهم من قلق على مستقبل أزواجهن وكذلك أبناءهن. وإتفقت نتائج هذه الدراسة مع (بالحاج وبن نوار، 2022؛ النجار، 2022 Kaya & Akdoğan، 2022) و إختلفت مع (السيد ثابت، 2023) كما وتشابهة نتائج هذه الدراسة مع دراسة (النجار، 2021) حيث أشارت كلتا الدراستين أن اللفظ الذاتي جاء بالمرتبة الأولى بين أبعاد مقياس الشفقة مع الذات الستة.

**النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:** ما مستوى تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في محافظات الضفة الغربية؟ للإجابة عن السؤال الثاني حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، والجدول (6) يوضح ذلك:

جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمقياس تقدير الذات

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	المستوى
درجة بُعد تقدير الذات	3.02	.482	75.5	متوسط

يتضح من الجدول (6) أن المتوسط الحسابي لتقديرات عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات ككل بلغ (3.02) ونسبة مئوية (75.5%) وبتقدير متوسط. حيث إن التوتر والقلق الذي تعيشه زوجات الأسرى بسبب وجود أزواجهن في السجون الإحتلال قد يؤثر سلباً على مستوى تقدير الذات لديهن وكذلك على إحساسهن بالثقة بالنفس، واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (سمور، 2015)، واختلفت مع دراسة (فارس وشويعل، 2023) التي أشارت إلى أن مستوى تقدير الذات لدى النساء المطلقات منخفض. وترى الباحثة أن ذلك قد يعود إلى أن زوجات الأسرى يواجهن تحديات متعددة تؤثر على تقدير الذات لديهن مثل: الضغوط النفسية الناجمة عن غياب الزوج، وأثر ذلك على إحساسها في القلق والوحدة، المسؤوليات المضافة التي تضطر الزوجات بالقيام بها بسبب غياب الزوج ومن ناحية أخرى وجود شبكة اجتماعية محيطة بالزوجة قد يحسن من تقدير الذات لديها.

#### النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

**النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < 0.05$ ) بين متوسطات الشفقة بالذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل. لاختبار الفرضية الأولى، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الشفقة بالذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل، والجدول (7) يبين ذلك:

جدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس الشفقة بالذات تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي،

العمل

المتغير	المستوى	الإحصائي	اللفظ الذاتي	تقيم الذات	العناصر الإنسانية المشتركة	العزل	اليقظة الذهنية	تحديد الهوية الزائدة	الدرجة الكلية
المؤهل العلمي	دبلوم	M	3.52	2.43	3.53	2.62	3.66	2.47	3.03
		SD	.753	.795	.736	.887	.656	.610	.456
	بكالوريوس	M	3.72	2.67	3.71	2.69	3.63	2.55	3.16
		SD	.685	.672	.577	.805	.602	.628	.345
العمل	ماجستير فأعلى	M	4.18	2.63	3.73	2.85	4.13	2.71	3.38
		SD	.587	.743	.711	.644	.670	.689	.457
	تعمل	M	3.96	2.54	3.74	2.58	3.89	2.45	3.20
		SD	.751	.834	.697	.943	.663	.699	.446
	لا تعمل	M	3.57	2.63	3.61	2.76	3.58	2.61	3.13
		SD	.650	.635	.600	.704	.599	.576	.371

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الشفقة بالذات في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الشفقة بالذات فقد أجري تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات "بدون تفاعل" (2- "without" MANOVA Interaction)، والجدول (8) يبين ذلك:

جدول (8) تحليل التباين الثنائي متعدد المتغيرات (بدون تفاعل) على الدرجة الكلية والمجالات الفرعية لمقياس الشفقة بالذات تعزى إلى متغيرات:

المستوى التعليمي، العمل

مصدر التباين	المجالات	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
المستوى التعليمي	اللفظ الذاتي	2.111	2	1.055	2.270	.109
	تقيم الذات	1.107	2	.554	1.075	.346
	العناصر الإنسانية المشتركة	.539	2	.269	.654	.522
	العزل	.904	2	.452	.693	.503
	اليقظة الذهنية	1.470	2	.735	1.924	.152
	تحديد الهوية الزائدة	.834	2	.417	1.064	.349
	الدرجة الكلية	.855	2	.428	2.754	.069
	اللفظ الذاتي	1.959	1	1.959	4.214	.043*
	تقيم الذات	.296	1	.296	.574	.450
	العناصر الإنسانية المشتركة	.262	1	.262	.637	.427
العمل	العزل	1.148	1	1.148	1.760	.188
	اليقظة الذهنية	1.173	1	1.173	3.070	.083
	تحديد الهوية الزائدة	.915	1	.915	2.335	.130
	الدرجة الكلية	.010	1	.010	.062	.804
	اللفظ الذاتي	42.312	91	.465		
	تقيم الذات	46.893	91	.515		
	العناصر الإنسانية المشتركة	37.476	91	.412		
	العزل	59.349	91	.652		
	اليقظة الذهنية	34.771	91	.382		
	تحديد الهوية الزائدة	35.660	91	.392		
الخطأ	الدرجة الكلية	14.131	91	.155		

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

يتضح من الجدول (8) الآتي:

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) على مقياس الشفقة بالذات ومجالاته لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي. على الرغم من أن مستوى التعليم والعمل يمكن أن يؤثران على وعي الشخص بالقضايا الاجتماعية والإنسانية، إلا أنه لا يؤثر بالضرورة على مستوى الشفقة مع الذات، فالقدرة على الشفقة مع الذات تعتمد بشكل أساسي على القيم والمعتقدات والتجارب الشخصية للفرد، بغض النظر عن مستوى تعليمه أو عمله. وقد تشابهت هذه النتائج مع دراسة (السيد ثابت، 2023) التي أفادت بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الفقة بالذات تعزى للمستوى التعليمي، وإختلفت مع كل من (Rashid et al., 2023; Kaya & Akdoğan, 2022) حيث أفادت الدراسة الأولى (الراشد) بوجود فروق في مستوى الشفقة مع الذات تعزى لمتغير العمل لصالح العاملات، والثانية (كايا وأكدوجان) أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشفقة مع الذات تعزى لمتغيري المستوى التعليمي وللمتعلمات، والعمل لصالح العاملات.

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .05$ ) على مقياس الشفقة بالذات ومجالاته باستثناء مجال: (اللفظ الذاتي) لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات العمل، وقد جاءت الفروق في مجال: (اللفظ الذاتي) لصالح تعمل. اللفظ الذاتي هو مهارة هامة تساعد الأشخاص على التفاعل مع نفسه بطريقة إيجابية، والشعور بالرضا والتقبل للذات، بالنسبة للنساء العاملات، يمكن أن يسهم اللفظ الذاتي لذهن في دور مهم في تعزيز قدرتهن على السماح للشفقة مع الذات في التدفق، مما يمكنها من التعاطف مع ذاتها ومع الآخرين، حيث إن النساء العاملات يعابشن بيئات متنوعة ومتعددة الثقافات، ويمكن لللفظ الذاتي أن يساعدها على التعبير عن التعاطف والشفقة مع ذاتها وومع زملائها في العمل.

والنتائج ضمن اللفظ الذاتي أصبحت تتفق مع دراسة (Rashid et al., 2022; Kaya & Akdoğan, 2022) كما أن زوجات الأسرى العاملات قد يكون لديهن إحساس أفضل بالأمان حيث إن العمل سوف يسهم بنسبة معينة في تقديم حاجتها وحاجات أسرته مقارنة بزوجات الأسرى غير العاملات؛ فهن يفقدن إلى هذا الجانب الأمن في ظل الحاجة إليه بسبب غياب الزوج القصري؛ مما يجعل الفروق دالة لصالح الزوجات العاملات.

**النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين متوسطات تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.

لفحص الفرضية الثانية، حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل، والجدول (9) يبين ذلك:

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام

المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.

المتغير	المستوى	تقدير الذات	
		المتوسط	الانحراف
المستوى التعليمي	توجيهي أو أقل	2.97	.472
	بكالوريوس	3.03	.459
العمل	دراسات عليا	3.06	.629
	تعمل	3.05	.554
	لا تعمل	3.00	.433

يتضح من الجدول (9) وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية على مقياس تقدير الذات في ضوء توزيعها حسب متغيرات الدراسة. وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لمقياس تقدير الذات، فقد أجري تحليل التباين الثنائي "بدون تفاعل" (way ANOVA "without Interaction-2)، والجدول (10) يبين ذلك:

جدول (10) تحليل التباين الثنائي (بدون تفاعل) على مقياس تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.

الدالة الإحصائية	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
.847	.166	.040	2	.079	المستوى التعليمي
.701	.148	.035	1	.035	العمل
		.238	91	21.672	الخطأ

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

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) في تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة تعزى إلى متغيرات: المستوى التعليمي، العمل.

تقدير الذات هو الرأي الذي يحمله الفرد عن نفسه، وهناك عدة عوامل تؤثر في تقدير الذات مثل الخبرات السابقة والنجاحات والإخفاقات والدعم الاجتماعي، مثل الحصول على الدعم العاطفي والمعنوي من العائلة، وكذلك المعايير الاجتماعية: مثل تأثير التوقعات الاجتماعية في كيفية رؤية الفرد لنفسه، والتفكير الإيجابي مثل النظر إلى النفس بإيجابية، وغيرها من العوامل، واتفقت نتائج هذه النتيجة التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، مع دراسة (Alshehri, 2023) ودراسة (سمور، 2015) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير العمل، واختلفت مع دراسة (فارس وشويعل، 2023) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي لصالح الدراسات العليا، وترى الباحثة أنّ عدم تأثير تقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام العليا في المستوى التعليمي والعمل؛ أن الزوجات يعزز لديهن الشعور في تقدير الذات من مصادر أخرى مثل الدعم العائلي الذي تقدمه الأسر الفلسطينية بشكل عام لبناتها وخصوصاً عند مواجهة المشكلات، والدعم الاجتماعي الذي يقوم بتقديمه الأقارب والأصدقاء والجيران؛ فهذه تعتبر إحدى عادات الشعب الفلسطيني، حيث يقوم الجيران والأقارب في تقديم الدعم المعنوي والمادي أحياناً في حالة تعرض أحدهم لمشكلات، كتعرض للأسر، وبالإضافة إلى الدعم الذي تقدمه المؤسسات الإنسانية لزوجات الأسرى وخصوصاً ذوي الأحكام العليا، فعلى سبيل المثال تقوم هيئة شؤون الأسرى بتقديم مبلغ مالي لعائلة الأسير.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha < .05$ ) بين الشفقة بالذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة.

للإجابة عن الفرضية الثالثة، استخرج معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation) بين مقياسين الشفقة بالذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، والجدول (11) يوضح نتائج اختبار معامل ارتباط بيرسون.

جدول (11) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياسي الشفقة بالذات و تقدير الذات من لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة (ن=95)

الشفقة بالذات	تقدير الذات ككل
اللطف الذاتي	.291**
تقييم الذات	.442**
العناصر الإنسانية المشتركة	.052
العزل	.456**
البقطة الذهنية	.279**
تحديد الهوية الزائدة	.405**

الشفقة بالذات	تقدير الذات ككل
الشفقة بالذات ككل	.545**

\*\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $p < .01$ )

يتضح من الجدول (11) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq .01$ )، بين الشفقة بالذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى ذوي الأحكام المرتفعة، إذ بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون ( $r = .545$ )، ويتضح أن العلاقة بين الشفقة بالذات وتقدير الذات جاءت طردية موجبة؛ بمعنى أنه كلما ازدادت درجة الشفقة بالذات ازداد مستوى تقدير الذات، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة موريس و أوتجار (Muris & Otgaar, 2023) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين الشفقة مع الذات وتقدير الذات.

#### التوصيات

- العمل على تطوير برامج إرشادية لتنمية الشفقة مع الذات وتقدير الذات لدى زوجات الأسرى.
- العمل على تطوير شبكة اجتماعية مساندة، من المجتمع المحلي تهدف إلى مساندة زوجات الأسرى، وتعزيز تمكينهن النفسي والاجتماعي.
- عقد الندوات وورش العمل التي تستهدف أسر الأسرى التي تهدف إلى بث الطاقة الإيجابية لهذه الفئات لمساعدتهم على اكتشاف جوانب القوة في شخصياتهم ورفع مستوى تقدير الذات لديهم.
- إجراء دراسات مكملية لهذه الدراسة تتناول الشفقة مع الذات وعلاقتها بالعوامل الخمس الكبرى للشخصية.
- إجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية على عينات وفئات أخرى ومراحل عمرية مختلفة.

#### المصادر والمراجع باللغة العربية

- أبو بكر، إياد فایز. (2018). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط الحياتية لدى زوجات الأسرى: دراسة حالة في محافظة جنين، مجلة جامعة القدس المفتوحة، 7(22)، 174-191.
- بالحاج، فاطمة الزهراء وبن نوار، سعاد. (2022). الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أمهات أطفال طيف التوحد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة يحيى فارس بالمدينة.
- سمور، أماني خليل محمود. (2015). تقدير الذات وعلاقته بالضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية لدى الفتيات المتأخرات في الزواج في محافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الشلبي، روان زاهي. (2020). الضغوطات الاجتماعية التي تواجه زوجات الأسرى الفلسطينيين ذوي الأحكام العليا وعلاقتها بتمكين المرأة "محافظة نابلس نموذجاً"، (رسالة ماجستير غير منشورة)، برنامج دراسات المرأة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- صالح، محمد أبو جادو. (2004). سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، دار المسيرة، عمان.
- فارس، علي وشويعل، يزيد. (2023) الوصمة النفسية الاجتماعية وعلاقتها بتقدير الذات لدى النساء المطلقات: دراسة ميدانية، مجلة البحوث والدراسات الاجتماعية، 17(1)، 397-414.
- النجار، ميرفت عاطف. (2021). الرأفة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية في محافظة غزة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 12: (36)، 178-198.

#### References

- Abu Bakr, Iyad Fayeze. (2018). Social support and its relationship to life pressures among prisoners' wives: a case study in Jenin Governorate (In Arabic) , Al-Quds Open University Journal, 7(22), 174-191
- Alshehri, A. A. (2023). Body image and its relationship to self-esteem among pregnant women in the Light of some demographic variables. Journal of Educational and Psychological Sciences, 7(24), 130 –156 .
- Al-Shalabi, Rawan Zahi. (2020). The social pressures facing the wives of Palestinian prisoners with high sentences and their relationship to women's empowerment, "Nablus Governorate as a Model," (unpublished master's thesis),

(In Arabic), Women's Studies Program, College of Graduate Studies, An-Najah National University, Nablus, Palestine .

- Al-Najjar, Mervat Atef. (2021). Self-compassion and its relationship to psychological flexibility among mothers of people with mental disabilities in Gaza Governorate, (In Arabic) Journal of Al-Quds Open University for Educational and Psychological Research and Studies, 12:(36), 178-198 .
- Belhaj, Fatima Al-Zahraa and Bin Nawar, Souad. (2022). Self-compassion and its relationship to psychological flexibility among mothers of children on the autism spectrum, (In Arabic), unpublished master's thesis, College of Humanities and Social Sciences, Yahya Fares University in Medina.
- Fares, Ali and Shweil, Yazid. (2023). Psychosocial stigma and its relationship to self-esteem among divorced women: a field study, (In Arabic) Journal of Social Research and Studies, 17 (1), 397- 414.
- Garcia, E. (2011). A tutorial on correlation coefficients, information- retrieval- 18/7/2018.<https://pdfs.semanticscholar.org/c3e1/095209d3f72ff66e07b8f3b152fab099edea.pdf>.
- Gilbert, P. (2009). The Compassionate Mind: A New Approach to Life's Challenges, Raincoast Book's .
- Kaya, F., & Akdoğan, İ. Y. (2022). The Examination of Psychological Well-Being in Pregnant Women in Terms of Demographic and Pregnancy-Related Features and Self-Compassion. Journal of Education & Research in Nursing/Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 19(1), 85-92 .
- Kernis, Michael H. "Measuring self-esteem in context: The importance of stability of self-esteem in psychological functioning." Journal of personality 73.6 (2005): 1569-1605.
- Mackintosh K, Power K, Schwannauer M, Chan SWY. ((2018). The Relationships between Self-Compassion, Attachment and Interpersonal Problems in Clinical Patients with Mixed Anxiety and Depression and Emotional Distress. Mindfulness (N Y). 9(3):961-971. doi: 10.1007/s12671-017-0835-6. Epub 2017 Nov 6. PMID: 29875883; PMCID: PMC5968043
- Muris, P., & Otgaar, H. (2023). Self-esteem and self-compassion: A narrative review and meta-analysis on their links to psychological problems and well-being. Psychology research and behavior management, 2961-2975 .
- Mullen, Natalie. (2022). Self Esteem: The Quest For True Belonging And Courage.
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. Self and identity, 2(3), 223-250
- Neff, K. D. (2011). Self-Compassion: The Proven Power Of Being Kind To Yourself, Harper Collins Publishers Inc, United States.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. Journal of personality, 77(1), 23-50 .
- Neff, K. (2021). Fierce Self-Compassion: How Women Can Harness Kindness to Speak Up, Claim Their Power, and Thrive. United Kingdom: HarperCollins.
- Neff, K. D. (2023). Self-compassion: Theory, method, research, and intervention. Annual review of psychology, 74(1), 193-218.
- Odeh, Ahmed and Malkawi, Fathi Hassan. (1992). Fundamentals of scientific research in education and human sciences: research elements, methods, and statistical analysis. (In Arabic) Irbid: Al-Katibi Library.
- Rashid, S., Iqtedar, S., & Shaheen, H. (2023). Self-compassion and Hardiness as Protective Factors for Mental Health: Exploring the Relationship and Demographic Differences. UW Journal of Social Sciences, 6(1), 2–33. Retrieved from <https://www.uwjss.org.pk/index.php/ojs3/article/view/2>
- Rentala, S. (2018). Basics in nursing research and biostatistics. Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press .
- Rosenberg, M. (1968). Psychological selectivity in self-esteem formation. Ch. Gordon and KJ Gergen (Eds.), the Self in Social Interaction. Vol. I: Classic and Contemporary Perspectives, New York (John Wiley & Sons) 1968, pp. 339-346 .
- Rosenberg, M. (2015). Society and the adolescent self-image. Princeton university press .
- Saleh, Muhammad Abu Jado. (2004). Psychology of Socialization, (In Arabic) Dar Al Masirah, Amman.
- Sammour, Amani Khalil Mahmoud. (2015). Self-esteem and its relationship to psychological stress and social support among girls who delayed marriage in the Gaza governorates, (In Arabic) unpublished master's thesis, Islamic University, Gaza.