**African Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Sciences (AJASHSS)**
**المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية**
*Online-ISSN: 2957-5907*
*Volume 2, Issue 3, July-September 2023, Page No: 495-519*
*Website: https://aaasjournals.com/index.php/ajashss/index*
Arab Impact factor 2022: 1.04 SJIFactor 2023: 5.58 ISI 2022-2023: 0.510

# الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة

فاطمة محمود أبو عكر[1*]، سمية الخليفة محمد المهدي[2]
[1] باحثة دكتوراه، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة البطانة، السودان
[2] أستاذ مشارك، كلية التربية، جامعة البطانة، السودان

# Relationship to the level of "Psychological Security and its Life Orientation" among Battered Women in Gaza governorates

Fatima Mahmoud Abu Akar [1*], Somaya Al-Khalifa Muhammad Al-Mahdi [2]
[1] PhD researcher, Department of Mental Health, Faculty of Education, Al-Butana University, Sudan
[2] Associate Professor, Faculty of Education, Al-Butana University, Sudan

[*]Corresponding author ayman_ghouty@hotmail.com [*]المؤلف المراسل
**تاريخ النشر:** 2023-08-10 **تاريخ القبول:** 2023-07-29 **تاريخ الاستلام:** 2023-06-13

**الملخص**
هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الأمن النفسي والتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة، والتعرف إلى دلالة الفروق الإحصائية في مستوى الأمن النفسي وفقاً لمتغيرات: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، عدد سنوات الزواج)، استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي على عينة مكونة من (400) سيدة معنفة، أعدت الباحثتان مقياسي الأمن النفسي، ومقياس التوجه نحو الحياة، واستخدمتا برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، كانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: السمة العامة لمستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة ظهرت بدرجة متوسطة، توجد علاقة طردية موجبة بين الأمن النفسي ومستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات الأمن النفسي تعزى لمتغير العمر، بينما وجدت فروق دالة إحصائياً في الأمن النفسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي وعدد الأبناء، ختاماً وجد أثر ذا دلالة إحصائية للأمن النفسي على تحسين التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات، وخرجت الباحثتان بمجموعة من التوصيات منها العمل على توفير برامج إرشادية في مراكز حماية الأسرة ترتبط بتوعية المعنفات اللواتي يترددن على هذه المراكز وتوجيههن وإرشادهن حول التعامل مع الضغوط والمشكلات.

**الكلمات المفتاحية:** الأمن النفسي، التوجه نحو الحياة، السيدات المعنفات.

**Abstract**
The study aims to identify the nature of the relationship between psychosocial security, and life orientation among battered women in Gaza governorates, and to identify the significance of statistical differences in the level of psychosocial security according to the variables: (age, place of residence, educational level, number of children, number of years of marriage). The researchers used the analytical descriptive curriculum on a sample of 400 violent women, the researchers prepared two tools (Psychosecurity Measure and Life Orientation), and the SPSS

programme, the most notable findings of the study were: The general characteristic of the level of psychosocial security of battered women in the Gaza Strip governorates emerged at a moderate level, there is a positive expulsion relationship between the study variables "Psychosocial security and life-oriented level of battered women, no statistically significant differences in average psychosocial security and life-oriented attributable to a variable age, While there were statistically significant differences in psychosocial security attributable to the variable level of education and the number of children, in conclusion, found a statistically significant effect on psychosocial security on improving the life orientation of battered women, The researchers came up with a series of recommendations, including the provision of mentoring programmes in family protection centres associated with sensitizing, mentoring and mentoring women who attend such centres on dealing with pressures and problems.

**Keywords:** psychosocial security, life orientation, battered women.

**المقدمة:**

الإسلام هو الدين الذي ارتضاه الله لعباده وهو دين الرحمة والمودة والتكافل، كما أنه يدعو إلى التعاون على البر والتقوى والتراحم بين الناس والدعوة إلى الخير، وفي هدي الإسلام للمؤمنين ما يدعو إلى الإحسان للآخرين بالمعنى الواسع لهذه الكلمة بدءاً من الإحسان المادي إلى الإحسان المعنوي، إن الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي، يعيش ويقضي معظم وقته في جماعة، يؤثر فيها ويتأثر بها، والفرد منذ طفولته تنمو لديه القدرة بالتدريج على إقامة العلاقات الاجتماعية الفعالة مع الآخرين، فهو يتفاعل مع أمه ثم باقي أفراد الأسرة والأهل ثم يمتد التفاعل ليشمل جماعات أخرى.

يرى (زهران، 2003: 86) أن "الحاجة إلى الأمن النفسي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء، وتتضمن الحاجة إلى الأمن الحاجة إلى شعور الأفراد بأن بيئتهم بيئة صديقة، مشبعة للحاجات، وبأن الآخرين يحبونهم ويحترمونهم ويتقبلونهم داخل الجماعة، ويشعر الفرد من خلاله بالاستقرار، والأمن الأسري، والتوافق الاجتماعي، والاطمئنان إلى مورد رزق مستمر، وتجنب الخطر والتزام الحذر، والشعور بالثقة والأمن والأمان".

لذا فإن الشعور بالأمن النفسي من أهم مظاهر الصحة النفسية الإيجابية، ومن الحاجات الضرورية اللازمة لجميع الأفراد والتي لا بد من إشباعها، ففي ظل الأمن النفسي يؤدي كل فرد عمله بأفضل وجه.

كان موضوع المرأة ولا يزال وسيظل من الموضوعات التي يكثر حولهن الحديث، ويدور حولها الحوار، كيف لا وهي تشكل نصف المجتمع، وهي مصنع الرجال، ومربية الأجيال، وموضوع المرأة يتأثر بالتغيرات الاجتماعية التي تمر بها المجتمعات، ولهذا فهو موضوع مستمر الطرح، وخاصة في القرنين الأخيرين، ولم تكن العلاقة بين الرجل والمرأة، ودور كل منهما في الحياة الأسرية، وفي المجتمع تثير التساؤل فالمرأة منذ القدم كانت مع الرجل زوجاً وأخاً وأباً وابناً تناضل وتكافح من أجل لقمة العيش، ومساعدة أسرتها التي تعتبر اللبنة الأساس في بناء المجتمع.

عالمياً يعتبر العنف ضد المرأة من أقذر الأمراض التي عانى منها المجتمع البشري عامة والمجتمع العربي بشكل خاص، فمع مرور الزمن تراجعت نسب هذا العنف بشكل ملحوظ في معظم دول العالم، لكن الدول العربية ودول شرق المتوسط لا تزال متصدرة قوائم البلدان التي مازالت فيها المرأة حتى يومنا هذا تعاني من التعنيف والاضطهاد بدليل أن أكثر من 585 ألف امرأة في الدول النامية يلقين حتفهن كل عام بسبب الزواج المبكر ومضاعفات الحمل والولادة (المفوضية السامية لحقوق الانسان, 2015).

من خلال ما سبق فقد جاءت الدراسة الحالية لتسلط الضوء على موضوع غاية في الأهمية وهو يتناول قضية بدأت تظهر على السطح بشكل ملفت للنظر، تسعى الباحثتان من خلاله لتناول متغير الأمن النفسي ودراسة العلاقة بينه وبين التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في المجتمع الفلسطيني.

## الدراسات السابقة: Literature Review

**دراسة (خضير، السريح, 2020)** هدفت الدراسة إلى: التعرف على أثر أسلوب الإرشاد المتمركز في الحل لتعديل التوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركياً، من خلال اختبار عدد من الفرضيات، وتحدد البحث الحالي

بطلبة الصف المتوسط المعاقين حركياً في مركز مدينة بغداد، واعتمد المنهج التجريبي منهجاً للبحث من خلال استخدام تصميم المجموعة الضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي. وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن للبرنامج أثراً في تعديل التوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركياً توجهاً إيجابياً.

**دراسة (العبسي, 2016)** هدفت الدراسة إلى: التعرف على مستوى الأمن النفسي، ومستوى الكفاءة الذاتية المدركة، ومستوى الأسلوب المعرفي (التصلب – المرونة) لدى العاملين في المنظمات غير الحكومية، وتكونت عينة الدراسة من (429) فرداً من العاملين بالمنظمات غير الحكومية في محافظات غزة، للعام 2016/2015، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس الأمن النفسي، ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن العاملين في المنظمات غير الحكومية يتمتعون بمستوى كبير من الأمن النفسي بمتوسط نسبي (76.8)، كما أنهم يتمتعون بمستوى كبير جداً من الكفاءة الذاتية المدركة بمتوسط نسبي (85.2)، كما أشارت نتائج الدراسة لوجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين كل من الأمن النفسي والكفاءة الذاتية المدركة، والأسلوب المعرفي.

**دراسة (النجار، 2016)** هدفت الدراسة إلى: معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والتوجه نحو الحياة لدى الممرضين، والممرضات العاملين في المستشفيات الحكومية بمحافظات قطاع غزة، وتكونت عينة الدراسة من (228) ممرضاً وممرضة منهم (131 ممرضاً, 97 ممرضة)، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم مقياسين للدراسة، وهما مقياس قلق المستقبل إعداد الباحث، ومقياس التوجه نحو الحياة إعداد شاير وكارفر (1985)، تعريب وترجمة بدر الأنصاري. وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن نسبة مستوى قلق المستقبل لدى الممرضين والممرضات العاملين بالمستشفيات الحكومية بلغت نسبته (64,85%) وهو مستوى مرتفع، وأن نسبة التوجه نحو الحياة لديهم بلغت (65,96%) وهو مستوى منخفض، كما بينت النتائج بأن العلاقة عكسية بين قلق المستقبل والتوجه نحو الحياة.

**دراسة (العرجا، 2015)** هدفت الدراسة إلى: التعرف إلى علاقة الأمن النفسي بالانتماء الوطني لدى قوات الأمن الوطني في بيت لحم، حيث يفترض أن الأمن النفسي يؤثر في درجة الشعور بالانتماء الوطني، وقد تكونت عينة الدراسة من: (133) فرداً من قوات الأمن الوطني الفلسطيني في محافظة بيت لحم من رتب عسكرية. واستخدم الباحث في الدراسة عدة أدوات تضمنت مقياس الأمن النفسي، مقياس الانتماء الوطني. وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: عدم وجود علاقة دالة بين الأمن النفسي والانتماء الوطني لدى قوات الأمن الفلسطيني، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات فروق درجات أفراد العينة في مقياس الأمن النفسي تعزى إلى العمر، والحالة الاجتماعية، ومكان السكن.

**دراسة (أبو مصطفي, 2014)** هدفت الدراسة إلى: التعرف إلى إمكانية التنبؤ بالأمن النفسي في ضوء الصلابة النفسية وأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى المعلمات، وتكونت عينة الدراسة من (230) معلمةً، واستخدمت الدراسة مقياس الأمن النفسي إعداد الباحثة. وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: أن مستوى الأمن النفسي لدى المعلمات يزيد عن المستوى الافتراضي (75%)، كما أشارت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين كل من الأمن النفسي والصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط.

**دراسة سيندريـال وآخرون (Sundriyal And others, 2013)** هدفت الدراسة إلى: التعرف إلى الاكتئاب والرضا عن الحياة بين النساء المتزوجات وغير المتزوجات، وقد تكونت عينة الدراسة من: (60) مشاركة (30) من النساء متزوجات و(30) من النساء غير متزوجات، واستخدم الباحث في الدراسة: عدة أدوات تضمنت مقياس الاكتئاب ومقياس الرضا عن الحياة. وكانت أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة: اختلاف كبير فيما يتعلق بالاكتئاب والرضا عن الحياة بين المرأة غير المتزوجة مقارنة بالمتزوجات، وعلى نطاق الرضا عن الحياة فإن النساء غير المتزوجات لديهن درجة الرضا عن الحياة أعلى مقارنة بالمتزوجات.

**تعقيب عام على الدراسات السابقة:**

بعد إطّلاع الباحثتان على الدراسات السابقة والتي تناولت متغيرات الدراسة الحالية الأمن النفسي، والتوجه نحو الحياة فقد تبين لهما ما يلي:

- **من حيث الهدف من الدراسة، العينات:**

فنجد دراسات اتفقت مع بعضها، من حيث الهدف ودراسات اختلفت نظراً لاختلاف المتغيرات التي ارتبطت بموضوع كل دراسة.
هناك دراسات كان الهدف منها التعرف على مستوى الأمن النفسي ومستوى الكفاءة الذاتية المدركة ومستوى الأسلوب المعرفي لدى العاملين في المنظمات الغير حكومية كما في دراسة (العبسي, 2016)، دراسة (العرجا، 2015) هدفت الدراسة إلى التعرف إلى الأمن النفسي بالانتماء الوطني لدى قوات الأمن الوطني في بيت لحم، بينما دراسة (أبو مصطفى, 2014) فقد طبقت على المعلمات.
الدراسات التي تناولت متغير التوجه نحو الحياة: اتفقت الدراسات من حيث الهدف في مجملها العام ضمن إطار التوجه نحو الحياة لكن هناك تباينات واضحة نظرا لاختلاف المتغيرات وتنوعها في كل دراسة لذا نجد بأن: دراسة (خضير، والسريح, 2020) هدفت إلى التعرف على أثر أسلوب الإرشاد المتمركز في الحل لتعديل التوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركياً، دراسة (النجار, 2016) إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل والتوجه نحو الحياة لدى الممرضين، والممرضات، دراسة Sundriyal And others, (2013) التعرف إلى الاكتئاب والرضا عن الحياة بين النساء المتزوجات وغير المتزوجات.

- **من حيث المنهج المتبع في الدراسة:**

اتفقت الدراسات السابقة في تبنى المنهج التحليلي في دراستهم ودراسة العلاقات بين المتغير الأساس " الأمن النفسي" مع متغيرات مختلفة.
بينما فيما يتعلق بمتغير " التوجه نحو الحياة" اتفقت الدراسات في مجملها في تبنى المنهج الوصفي التحليلي كمنهجية للدراسة، لكن الاختلاف في دراسة واحدة فقط ألا وهي دراسة (خضير والسريح، 2020) حيث استخدم المنهج التجريبي.

**علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة وأوجه الاتفاق:**

من خلال إطلاع الباحثتين على جميع الدراسات السابقة وجدتا أنها:
تتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها لمتغيرات: الأمن النفسي، والتوجه نحو التعافي، ثم إن هذه الدراسة تتفق مع الدراسات الأخرى في تبنى المنهج الوصفي التحليلي، حيث تدرس العلاقات بين المتغيرات مع بعضها لتجد إجابات واضحة للفروض الموضوعة خلال الدراسة، أما على صعيد العينة فقد تناولت الدراسات السابقة عينات مجتمعية مختلفة ومتنوعة من السيدات.

**الفجوات البحثية وما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات الأخرى هو:**

أولاً: العينة التي وقع عليها الاختيار والتي تمثل مجتمع الدراسة ألا وهي " السيدات المعنفات" وإن لم تكن هذه الدراسة الأولى التي تستهدفهن إلا أن الأرقام والاحصائيات الرسمية المسجلة تشير إلى أرقام مرتفعة وأن تلك الفئة جديرة بالبحث ودراسة المتغيرات التي تحسن من الحالة النفسية لديهن.
ثانياً: جاءت الدراسة لتسليط الضوء ودق ناقوس الخطر على الصعيد الفردي، ثم على الصعيد الأكبر وصولاً لأصحاب القرار، حيث أن هذه الفئة ليست بالقليلة وجديرة بالاهتمام والمتابعة، وخاصة أن التهاون في حقهن وعدم إصدار قرارات رادعة للحد من انتهاك خصوصياتهن يشكل تحد كبير للسلطات وأصحاب القرار ويعمق الماسي والجراحات.
ثالثاً: تكمن الفجوة البحثية وخصوصية الدراسة الحالية في تبنيها لمتغيرات متنوعة، إلا أن هناك نقصاً حاداً في الدراسات التي اهتمت بفئة السيدات المعنفات. وهذا النقص لاحظته الباحثة من خلال عملها كمعالجة نفسية في إحدى المراكز الحكومية والتي تعنى بمثل هذه الفئات، حيث كان هناك عدد لا بأس به من المترددات واللاتي تعانين من قضية العنف، لذا تولد لدى الباحثة قناعة شخصية بأن علاج وتحسس مشاكل تلك الفئة والعناية بهم قد يسهم في بناء تصورات أكثر تفهماً وأكثر انفتاحاً على الحياة، ونحو المستقبل، وأن هذه المشكلات عند تراكمها تسبب أمراض واضطرابات نفسية مختلفة، وهذه الاضطرابات تدفعهن للهروب من الواقع ولربما الوقوع في قضايا أصعب وأكثر تعقيداً.

**مشكلة الدراسة: The Study's Problem and Questions**

ظاهرة العنف بشكل عام والعنف ضد الزوجات على وجه الخصوص اجتذبت اهتمام العالم من خلال الندوات والبحوث ووضعت الدراسات المقدمة في هذا المجال إلى الحد الذي لم ينجو منه أي مجتمع من المجتمعات، ففي عالمنا العربي المرأة العربية تتعرض للعنف اللفظي والجسدي داخل المنزل، وتسكت عنه لأنها لا تعلم ماذا تفعل، أو لأن قبوله مفروض عليها، لو تألمت منه فلا تدري إلى أين تذهب، لحماية نفسها من التعذيب والتنكيل.

يشير تقرير التنمية الإنسانية العربية الصادر في 2006, إلى أن 35% من نساء العالم تعرضن لاعتداء جنسي، وترتفع هذه النسبة لتصل إلى 70% في بلدان بعينها. وعربياً، تبدو مشكلة التحرش والاعتداء الجنسي ظاهرة في مصر، والتي شهدت في عام 2006 وحده قضايا اغتصاب وتحرش بمعدل 140 قضية يومياً، مع الأخذ بعين الاعتبار أن غالبية هذه الحالات لا يتم الإبلاغ عنها أو توثيقها، في المملكة العربية السعودية، في عام 2013 ارتفعت معدلات العنف تجاه المرأة إلى نحو 88%. أضف لذلك أن العنف ضد المرأة ممارس حتى في المجتمعات الأوروبية المتقدمة، لكنه يواجه بتشريعات حازمة لحماية المرأة (التنمية الإنسانية العربية, 2006)

أظهرت الدراسة التي نشرها (جهاز الاحصاء المركزي, 2013) على أن ما نسبته 58.6% من النساء اللواتي سبق لهن الزواج تعرضن لحدث واحد من العنف النفسي على الأقل مرة واحدة خلال الاثني عشر سنة السابقة، وأن ما نسبته 23.5% منهن تعرضن للعنف الجسدي علي يد أزواجهن خلال تلك الفترة الزمنية، وكشفت النتائج أيضاً، عن أن النساء اللواتي سبق لهن الزواج من قطاع غزة كن أكثر عرضة للعنف والإساءة من نظيراتهن من الضفة الغربية.

ومن خلال الاحصائيات والأرقام السابقة نجد أن هناك مشكلة حقيقية وتحتاج إلى وقفة ودراسة.

وبذلك تبلورت مشكلة الدراسة الحالية من خلال الإجابة عن السؤال الرئيس الآتي:

ما العلاقة بين الأمن النفسي والتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة؟

ويتفرع من السؤال الرئيس السابق الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة؟
- ما مستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة؟
- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الأمن النفسي والتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات تعزى لمتغير (العمر، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مكان السكن، مدة الزواج)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات تعزى لمتغير (العمر، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مكان السكن، مدة الزواج)؟
- هل يمكن التنبؤ بمستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات غزة من خلال الأمن النفسي؟

**أهمية الدراسة: Significance of the Study**

يعد هذا البحث ذا أهمية كبيرة، لكونه من البحوث التي يسلط الضوء عليه في الوقت الحاضر، وذلك لأهميته النظرية والتطبيقية على التفصيل التالي:

**أولاً: الأهمية النظرية:**

1. تستمد الدراسة الحالية أهمية من حيث الموضوع الذي تهتم بدراسته من الوجهة النظرية، حيث أنها تلقي الضوء على الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات غزة.
2. عرض الأدب التربوي والاتجاهات النظرية في موضوع البحث مما يسهم في إثراء المكتبة العربية.
3. تأمل الباحثتان من خلال دراستها أن تفتح آفاق بحثية جديدة أمام الباحثين والمهتمين باستخدام برامج وأساليب نوعية وفريدة تهتم بفئة المعنفات.

**ثانياً: الأهمية التطبيقية:**

1. فتح المجال أمام البحوث والدراسات الأخرى التي تهتم بجوانب أخرى تدور حول مفاهيم الدراسة.

2. تصميم مقياس الأمن النفسي ومقياس التوجه نحو الحياة ومن ثم تطبيقها على عينة الدراسة.
3. تطبيق هذه الدراسة على عينة السيدات المعنفات، يدفعنا بحيث يمكن تعميم الفكرة على كافة فئات المعنفات سواء داخل قطاع غزة أو حتى على مستوى الوطن العربي.

**مصطلحات الدراسة:**

**الأمن النفسي:** يعرفه العقيلي(2004: 6) بأنه "شعور الفرد بالاستقرار والتحرر من الخوف والقلق لتحقيق متطلباته ومساعدته على إدراك قدرته، وجعله أكثر تكيفاً مع الذات وبالتالي مع المجتمع ".

ويعرف إجرائياً بأنه " حالة من الطمأنينة النفسية يشعر بها الفرد من خلال التفاؤل والثقة بالنفس وبالآخرين، والتحرر من مصادر التهديد القلق والتوتر، لتحقيق متطلباته وإشباع حاجاته ومُساعدته على إدراك قدراته وامكاناته، إلى أقصى حد ممكن". بينما تقاس بالدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة (السيدة المعنفة) على مقياس الأمن النفسي المعد لهذه الدراسة.

**التوجه نحو الحياة:** عرفه (الأنصاري، 1998) بأنه نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك.

ويعرف إجرائياً بأنه تقييم المعنفة لنوعية الحياة التي تعيشها وتعتمد في التقييم على مقارنة المكافآت ومستوى الحياة التي تعيشها، ومن ثم النظرة الإيجابية والاعتقاد بأن جميع الأشياء والأحداث والمواقف والتصرفات تتوجه نحو الخير والسعادة والإقبال على الحياة والاعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل. بينما تقاس بالدرجة الكلية التي تحصل عليها المستجيبة (السيدة المعنفة) على مقياس التوجه نحو الحياة المعد لهذه الدراسة.

**السيدة المعنفة:** عرفته (ليلي، 2000: 29) بأنه " هو أي عمل أو تصرف عدائي أو مؤذي أو مهين، يرتكب بأي وسيلة، بحق المرأة لكونها امرأة يخلق معاناة جسدية وجنسية ونفسية ويكون هذا بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، من خلال التهديد أو الخداع أو الاستغلال أو التحرش أو العقاب، ويمارس بشكل منظم أو غير منظم".

ويعرف إجرائياً بأنه كل الأفعال العدوانية المصحوبة بالقوة والضغط والسيطرة والاعتداءات الفعلية والمعنوية المتعمدة تجاه الزوجة من قبل زوجها بهدف إلحاق الأذى والضرر بها والذي يترك آثار مستقبلية عليها.

**إجراءات الدراسة:**

**منهج الدراسة Study Method**

انطلاقاً من طبيعة البحث، والأهداف التي يسعى إلي تحقيقها؛ قامت الباحثتان باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، الذي يحاول من خلاله وصف وتحليل الظاهرة موضوع الدراسة؛ لأنه المنهج الأنسب الذي يحقق أهداف البحث بالشكل الذي يضمن الدقة والموضوعية، فهو يقوم على الرصد والمتابعة الدقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو عدة فترات، من أجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والمضمون، والوصول إلى نتائج، وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره دون إحداث أي تدخل للباحثة في مجرياتها (عليان وغنيم، 2000 :43).

**مجتمع الدراسة: Study Population**

بناءً على مشكلة الدراسة، وأهدافها فإن مجتمع الدراسة المستهدف يتكون من السيدات المعنفات في قطاع غزة، والبالغ عددهم (4000) من النساء المعنفات في محافظات غزة (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2020: 45)

**عينة الدراسة: Study Sample**

**أ- العينة الاستطلاعية للدراسة:**

قامت الباحثتان بتوزيع عينة استطلاعية حجمها (50) استبانة على عينة من السيدات المعنفات في محافظات غزة؛ باستخدام طريقة العينة العشوائية، بغرض التأكد من صلاحية أدوات الدراسة واستخدامها لحساب الصدق والثبات للأدوات المستخدمة في الدراسة، والتحقق من صلاحيتهم للتطبيق على العينة الأصلية، وقد

تم استبعادهن من عينة الدراسة التي تم التطبيق عليها ومن ثم التوزيع من جديد على عينة الدراسة بعد مرور ثلاث اسابيع.

**ب-العينة الفعلية للدراسة:**

قامت الباحثتان بتحديد حجم عينة الدراسة بناء على معادلة ستيفن ثامبسون Steven Thompson كما يأتي: (Thompson, 2012)

$$n = \frac{\mathbf{N} \times \boldsymbol{P}(\mathbf{1} - \boldsymbol{P})}{\left[(\mathbf{N} - \mathbf{1})\left(\frac{\mathbf{d}^2}{\boldsymbol{z}^2}\right)\right] + \boldsymbol{p}(\mathbf{1} - \boldsymbol{P})}$$

N: حجم المجتمع.

P: نسبة توفر الخاصية المحايدة = 0.50

D: نسبة الخطأ وتساوي 0.05

Z: الدرجة المعيارية المقابلة لمستوي الدلالة 0.95 وتساوي 1.96

وبناء على المعادلة السابقة تكونت عينة الدراسة من (351) سيدة معنفة كَحَدّ أدني إحصائياً من المجتمع المبحوث.

وبعد التأكد من صدق وسلامة الاستبانة للاختبار؛ تم توزيع (450) استبانة على عينة الدراسة (السيدات المعنفات في محافظات غزة) بطريقة العينة العشوائية البسيطة، وبعد إتمام عملية جمع البيانات وصلت حصيلة الجمع إلى (400) استبانة وهي تمثل (10%) من أفراد المجتمع الأصلي بنسبة استرداد (88.88%)، وقد تبين أن جميع الاستبانات صالحة للتحليل وتتوافر بها الشروط، وبذلك يكون عدد الاستبانات الخاضعة للتحليل (400) استبانة، ويعتبر هذا العدد مقبولاً ومناسباً لإجراء التحليل الإحصائي، والتحقق من الفرضيات، وكافية لمثل هذه الدراسات، وقد استندت الباحثتان بأن هذه النسبة تعتبر كافية إلى ما توصل إليه (Fraenkel & Wallen, Hyun, 2011: 201) بأن الحد الأدنى الذي يكون القبول به في الدراسات الوصفية هو (100) فرد، و(50) فرداً في الدراسات التي تبحث في العلاقة.

**أدوات الدراسة:**

الأداة الأولي: مقياس الأمن النفسي

وصف المقياس:

يهدف المقياس للتعرف على مستوى الأمن النفسي عند النساء المعنفات، وتضمن المقياس في صورته النهائية (32) فقرة، ويقيس هذا المقياس جوانب الأمن النفسي لدى النساء المعنفات، وتضع المبحوثة إشارة (x) أمام العبارة التي تتفق وتعبر عن مشاعرها والعبارات كلها صحيحة وبها تدرج يبدأ من النفي المطلق وينتهي بالتأكيد والتلازم لهذه المشاعر، ويتم الإجابة على واحدة من الخيارات التي أمام العبارة، كما هو موضح كالتالي:

**جدول (1):** يبين أبعاد المقياس وعدد فقراتها

| البعد | أرقام الفقرات | عدد الفقرات |
|---|---|---|
| البعد الأول: الرضا عن الحياة | 8-1 | 8 |
| البعد الثاني: الطمأنينة النفسية | 16-9 | 8 |
| البعد الثالث: الاستقرار الاجتماعي | 24-17 | 8 |
| البعد الثالث: التقدير الاجتماعي | 32-25 | 8 |
| **عدد فقرات مقياس الأمن النفسي** | | 32 |

**الخصائص السيكومترية للمقياس:**

**أولاً: الصدق:** يقصد بصدق المقياس أنْ يقيس ما وضع لقياسه، وللتحقق من صدق المقياس تم حساب الصدق بالطريقة التالية:

**صدق المحكمين:**

تم عرض المقياس في صـــورته الأولية على مجموعة من المحكمين، تألفت من أعضـــاء هيئة التدريس بالجامعات الفلسـطينية وغيرها من الجامعات العربية الأخرى من أصـحاب الخبرة والكفاءة، وملحق رقم (1) أسماء المحكمين لمعرفة مدى صدق الاستبانة من حيث المحتوى، وسلامة صياغة فقراتها مع مدى ملاءمتها، وبذلك خَرَج المقياس في صـــورته النهائية (32) فقرة موزعة على أربعة أبعاد وفق ملحق رقم (3).

**صدق البناء وذلك باستخدام طريقة الاتساق الداخلي**

ويقصد به إيجاد ارتباط كل فقرة من فقرات الاستبيان مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويلاحظ من البيانات الواردة في الجداول التالية أن معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq .05$) أو ($\alpha \leq .01$)، إذ ذكر جارسيا (Garcia. et al., 2011) أن قيمة معاملات الارتباط التي تقل عن (0.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.30 أقل أو يساوي 0.70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (0.70) تعتبر قوية؛ لذلك لم تحذف أي فقرة من هذه الفقرات، وبذلك يعتبر المقياس صادقاً لما وضع لقياسه، والجداول التالية توضح ذلك:

**جدول (2)** معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد "الرضا عن الحياة" والدرجة الكلية للبعد.

| م | الفقرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 1 | أتوقع الخير من الناس حولي لأن الدنيا بخير. | .720** | .000 |
| 2 | أثق في قدرتي على حماية نفسي. | .598** | .000 |
| 3 | تنقصني مشاعر العاطفة والدفء النفسي | .645** | .000 |
| 4 | احتاج لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان. | .445** | .001 |
| 5 | أشعر بالارتياح والرضا عن ظروفي الحياتية . | .428** | .002 |
| 6 | قيمي الدينية وعبادتي تشعرني بالأمن والاطمئنان. | .419** | .002 |
| 7 | أشعر بالوحدة والحزن في معظم الأوقات. | .536** | .000 |
| 8 | احتقر نفسي وألومها من حين لآخر. | .480** | .000 |

**جدول (3)** معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد "الطمأنينة النفسية" والدرجة الكلية للبعد.

| م | الفقرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 9 | أنا محبوبة من الناس ويحترموننني. | .638** | .000 |
| 10 | أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوء | .631** | .000 |
| 11 | افتقد إلى مؤازرة أفراد أسرتي | .440** | .001 |
| 12 | يزعجني تحكم والداي في قراراتي الشخصية. | .608** | .000 |
| 13 | كثيرا ما ينتابني شعور بالرغبة في البكاء | .689** | .000 |
| 14 | اشعر بعدم الارتياح والهدوء النفسي في معظم الأوقات. | .698** | .000 |
| 15 | القلق على المستقبل يهدد حياتي ويمنعني من الاستقرار والأمن. | .691** | .000 |
| 16 | أعاني كثيراً من الأرق مما يقلل شعوري بالراحة. | .538** | .000 |

**جدول (4)** معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد "الاستقرار الاجتماعي" والدرجة الكلية للبعد.

| م | الفقرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 17 | اشعر بأن حياتي مهددة بالخطر. | .288* | .042 |
| 18 | تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس | .649** | .000 |
| 19 | يصعب على أسرتي تفهم وضعي. | .800** | .000 |
| 20 | أشارك الآخرين في المناسبات الاجتماعية. | .828** | .000 |
| 21 | أتعرض للكثير من التعليقات في حياتي الاجتماعية. | .712** | .000 |
| 22 | لدى القدرة على مواجهة الواقع حتى ولو كان مراً. | .684** | .000 |
| 23 | أشعر بالثقة تجاه نفسي. | .649** | .000 |
| 24 | اشعر باني سريعة الغضب. | .735** | .000 |

**جدول (5)** معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات بعد "التقدير الاجتماعي" والدرجة الكلية للبعد.

| م | الفقرة | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 25 | تقديري واحترامي لنفسي يشعرني بالأمان. | .605** | .000 |
| 26 | أستطيع اتخاذ القرار وتحمل نتائجه. | .747** | .000 |
| 27 | أفكاري وأرائي تنال تقدير الآخرين واحترامهم. | .522** | .000 |
| 28 | أتجنب الخروج من المنزل لتفادى انتقادات الآخرين. | .687** | .000 |
| 29 | اشعر بأن لي قيمة وفائدة كبيرة في الحياة. | .652** | .000 |
| 30 | أحب أن أعيش بين الناس وأتعامل معهم بمحبة ومودة. | .691** | .000 |
| 31 | احرص على تبادل الزيارات مع زميلاتي وصديقاتي. | .349* | .013 |
| 32 | أتكيف بسهولة وأكون سعيدة في أي موقف اجتماعي. | .599** | .000 |

**جدول (6)** معامل ارتباط الدرجة الكلية "للأمن النفسي".

| م | البعد | عدد الفقرات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|
| **1** | البعد الأول: الرضا عن الحياة | 8 | .616** | .000 |
| **2** | البعد الثاني: الطمأنينة النفسية | 8 | .415** | .003 |
| **3** | البعد الثالث: الاستقرار الاجتماعي | 8 | .746** | .000 |
| **4** | البعد الرابع: التقدير الاجتماعي | 8 | .617** | .000 |

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq .05$ .

** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leq .01$ .

تبين من الجدول رقم (6) أن أبعاد مقياس الأمن النفسي تتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة احصائياً عند مستوى دلالة أقل من ($\alpha \leq .01$)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل صدق عالٍ ويقيس ما وضع لقياسه.

**ثانياً: ثبات المقياس:**

وقد تحققت الباحثتان من ثبات مقياس الأمن النفسي، من خلال استخدام طريقه (ألفا كرونباخ Cronbach Alpha)،

**معامل ألفا كرونباخ: Cronbach's Alpha**

استخدمت الباحثتان طريقة ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس لقياس الثبات كما في الجدول التالي:

**جدول (7)** نتائج قيمة اختبار معامل ألفا كرونباخ لمقياس الأمن النفسي

| البعد | عدد الفقرات | قيمة معامل ألفا كرونباخ |
|---|---|---|
| **البعد الأول: الرضا عن الحياة** | 8 | .746 |
| **البعد الثاني: الطمأنينة النفسية** | 8 | .767 |
| **البعد الثالث: الاستقرار الاجتماعي** | 8 | .890 |
| **البعد الرابع: التقدير الاجتماعي** | 8 | .754 |
| **الدرجة الكلية للثبات** | 32 | .817 |

تشير نتائج الجدول (7) إلى أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لكل بُعد حيث تتراوح بين (0.746-0.890) بينما بلغت الدرجة الكلية للثبات (0.817). وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بقدرة عالية من الثبات، ويصلح لإجراء الدراسة الحالية، وأن قيمة معامل الثبات تعد مقبولة من الناحية التطبيقية في البحوث النفسية والإنسانية إذا كانت أكبر من (0.70).

**الأداة الثانية: مقياس التوجه نحو الحياة**

وصف المقياس:

تهدف الاستبانة إلى التعرف على مستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات، وتضمنت الاستبانة في صورتها النهائية (10) فقرات، ويركز على جوانب التوجه نحو الحياة لدى النساء المعنفات.

**الخصائص السيكومترية للمقياس:**

**صدق المحكمين:**

تم عرض المقياس في صـــورته الأولية على مجموعة من المحكمين، تألفت من أعضـــاء هيئة التدريس بالجامعات الفلسـطينية وغيرها من الجامعات العربية الأخرى من أصـحاب الخبرة والكفاءة، وملحق رقم (1) أسماء المحكمين لمعرفة مدى صدق الاستبانة من حيث المحتوى، وبذلك خَرَج المقياس في صورته النهائية (10) فقرات وفق ملحق رقم (4).

**صدق البناء وذلك باستخدام طريقة الاتساق الداخلي**

ويقصد به إيجاد ارتباط كل فقرات من فقرات الاستبيان مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (8) أن معامل ارتباط كل فقرات من فقرات المقياس والدرجة الكلية التي تنتمي إليه كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائياً عند مستوى معنوية ($\alpha \leq .05$) أو ($\alpha \leq .01$). والجدول التالي يوضح ذلك:

**جدول (8)** معامل الارتباط بين كل فقرات من فقرات مجال "التوجه نحو الحياة" والدرجة الكلية للمجال.

| م | الفقرات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 1 | مهما كانت العقبات فإنني أواصل لتحقيق أهدافي | .444** | .001 |
| 2 | أتخذ قراراتي بنفسي دون إملاء من أحد | .661** | .000 |
| 3 | متعة الحياة في قدرة الفرد على مواجهة التحديات | .640** | .000 |
| 4 | عندما أضع خططي المستقبلية أكون متأكدة من قدرتي على تنفيذها | .486** | .000 |
| 5 | أواجه المشكلات مباشرة حتى أحلها | .692** | .000 |
| 6 | نجاحي في الحياة يعتمد على جهدي ومثابرتي | .561** | .000 |
| 7 | أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله | .506** | .000 |

| م | الفقرات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|
| 8 | التزم بما لدي من قيم ومبادئ | .600** | .000 |
| 9 | أعتقد أن حياتي عديمة الأهمية | .450** | .001 |
| 10 | أعتقد أن ما يحدث لي هو نتيجة لسوء تخطيطي | .434** | .002 |

* الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 05.≥ α .

** الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 01. ≥ α .

تبين من الجدول (8) أن مقياس التوجه نحو الحياة يتمتع بمعاملات ارتباط قوية ودالة احصائياً عند مستوى دلالة أقل من (01.≥ α)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بمعامل صدق عالٍ ويقيس ما وضع لقياسه.

**ثانياً: ثبات المقياس:**

وقد تحققت الباحثتان من ثبات مقياس التوجه نحو الحياة، من خلال استخدام طريقه (ألفا كرونباخ Cronbach Alpha)،

**معامل ألفا كرونباخ: Cronbach's Alpha**

استخدمت الباحثة طريقة ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس لقياس الثبات كما في الجدول التالي:

**جدول (9)** نتائج قيمة اختبار معامل ألفا كرونباخ لمقياس التوجه نحو الحياة

| البعد | عدد الفقرات | قيمة معامل ألفا كرونباخ |
|---|---|---|
| الدرجة الكلية للثبات | 10 | .738 |

تشير نتائج الجدول (9) إلى أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بقدرة عالية من الثبات، ويصلح لإجراء الدراسة الحالية، وأن قيمة معامل الثبات تعد مقبولة من الناحية التطبيقية في البحوث النفسية والإنسانية إذا كانت أكبر من (0.70).

**نتائج الدراسة:**

**الفرض الأول: السمة العامة لمستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة متوسطة.**

**نتائج الفرض الأول:** السمة العامة لمستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة ظهرت بدرجة متوسطة.

**جدول (10)** المتوسط الحسابي والنسبي والانحراف المعياري واختبار(ت) (t- test) لكل مجال من مجالات مقياس الأمن النفسي

| رقم | الأبعاد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوزن النسبي | قيمة اختبار(ت) | القيمة الاحتمالية (.Sig) | الترتيب |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | البعد الأول: الرضا عن الحياة | 3.315 | 0.503 | 66.30% | 12.534 | .000 | 3 |
| 2 | البعد الثاني: الطمأنينة النفسية | 3.155 | 0.606 | 63.09% | 5.102 | .000 | 2 |
| 3 | البعد الثالث: الاستقرار الاجتماعي | 2.900 | 0.851 | 58.00% | -2.349 | .019 | 4 |
| 4 | البعد الرابع: التقدير الاجتماعي | 3.251 | 0.563 | 65.02% | 8.909 | .000 | 1 |
| الدرجة الكلية للأمن النفسي | | 3.169 | 0.461 | 63.38% | 7.329 | .000 | |

يتضح من بيانات الجدول السابق:
أن متوسط الدرجة الكلية لمقياس الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة قد بلغ (3.169)، وبوزن نسبي (63.38%)، وهذا يشير إلى أن مستوى الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة قد كان أكثر من المتوسط وفقاً للمحك المعتمد بالدراسة. وترى الباحثتان أن هذا المستوى من الأمن النفسي مؤشر جيد يدعو للرضا والتفاؤل, حيث أنه يساعد على التنبؤ بسلامة الوضع النفسي والاجتماعي في حياة أفراد شريحة مهمة من شرائح المجتمع الفلسطيني, وهن السيدات المعنفات, وقد فسرت الباحثتان هذه النتيجة إلي تمتع أفراد العينة بعوامل الوقاية التي مكنتهن من مواجهة الآثار المترتبة على العنف, وقدرة السيدات المعنفات على التعبير, والمواجهة ضد الصدمات, وقدرتهن على التكيف مع التغيرات التي حدثت في حياتهن, وذلك من خلال محاولة ايجاد استراتيجيات فعالة تقيهن من الوصول إلى مرحلة الاضطرابات النفسية وتجويد التوجه نحو الحياة, فالأمن النفسي ليس من السهل اكتسابه, فتميزت هذه النساء بمستوى فوق المتوسط من الأمن النفسي.
واتفقت النتيجة الحالية مع جميع نتائج الدراسات السابقة كدراسة (العبسي, 2016)، دراسة (أبو مصطفى, 2014)، ولم تجد الباحثة أي دراسة اختلفت معها في هذه النتيجة.
**نتائج الفرض الثاني:** السمة العامة لمستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة ظهرت بدرجة مرتفعة.

تم الإجابة على هذا السؤال باستخدام المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي لمستوي التوجه نحو الحياة، واختبار (ت) (t- test) لعينة واحدة لمعرفة ما إذا كانت متوسط درجة الاستجابة قد وصلت إلى درجة الموافقة المتوسطة، للخرجين في قطاع غزة محل الدراسة، والجدول (11) يوضح ذلك.

**جدول (11)** المتوسط الحسابي والنسبي والانحراف المعياري واختبار(ت) (t- test) لكل مجال من مجالات مقياس التوجه نحو الحياة

| الأبعاد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوزن النسبي | قيمة اختبار(ت) | القيمة الاحتمالية (.Sig) |
|---|---|---|---|---|---|
| **الدرجة الكلية للتوجه نحو الحياة** | 3.314 | 0.629 | 66.27% | 9.973 | .000 |

يتضح من بيانات الجدول السابق:
أن متوسط الدرجة الكلية لمقياس التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة قد بلغ (3.314)، وبوزن نسبي (66.27%)، وهذا يشير إلى أن مستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة قد كان أكثر من المتوسط وفقاً للمحك المعتمد بالدراسة. وترى الباحثتان أن تمتع السيدات المعنفات بدرجة مرتفعة من بعد التوجه نحو الحياة يعد أمراً إيجابياً حيث أن موضوع العنف يشكل عائقا بين تلك السيدات وتمتعهن بمستوى مرتفع من جودة الحياة والتوجه الإيجابي للحياة, لكن النتيجة أظهرت خلاف ذلك وتنظر الباحثتان لتلك النتيجة من منظور أن تلك السيدات تلقين الدعم من قبل الأسرة والمساندة الاجتماعية التي لا شك بأهمية دورهما في التخفيف من العبء الواقع على عاتق المعنفة, والذي ينعكس بطريقة إيجابية على جودة حياتها, وتقليل الشعور بالوحدة النفسية والألم النفسي وزيادة القرة على مواجهة الإحباطات والتحديات, وتعزو الباحثتان النتيجة السابقة إلى مقدار الوعي لدي تلك السيدات بأهمية جودة حياتها وتأثيرها على أطفالها. وتضيفا بأن شعور السيدة المعنفة بالمسؤولية اتجاه أبنائهن بالخصوص، والحفاظ على توازن وتماسك الأسرة هو من أولويات المرأة في مجتمعاتنا العربية تبعاً للطابع الثقافي العام والعامل الديني، وهو أساس تماسك الاسرة المسلمة والعامل الاجتماعي أيضاً وما يعكسه الشعور بالمسؤولية على تلبية احتياجات الأسرة وتماسكها، مما يدعم شعورهن بالقدرة على تحمل المسئولية والرضا عن الحياة

وهو ما يولد لديهن شعور بالاتزان الانفعالي والصحة الاجتماعية وأن لحياتهن معنى وهدف. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Sundriyal & others, 2013).

**نتائج الفرض الثالث: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الأمن النفسي ومستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة.**

وللإجابة عن هذه الفرضـــية حســـب " معامل الارتباط بيرســـون" للتعرف على نوع وقوة العلاقة بين المتغيرات والجدول (12) يوضح النتائج:

**جدول (12)** معاملات الارتباط بين الأمن النفسي ومستوى التوجه نحو الحياة

| البيان | التوجه نحو الحياة | |
|---|---|---|
| | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
| **الرضا عن الحياة** | .094 | .061 |
| **الطمأنينة النفسية** | .084 | .093 |
| **الاستقرار الاجتماعي** | .134** | .007 |
| **التقدير الاجتماعي** | .104* | .037 |
| **الدرجة الكلية للأمن النفسي** | .146** | .003 |

*الارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 05.≥ α.

يتبين من الجدول (12) أن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للأمن النفسي بأبعاده من جهة وبين الدرجة الكلية لمستوى التوجه نحو الحياة من جهة أخرى لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة كان دال احصائياً لمجالات (الاستقرار الاجتماعي، التقدير الاجتماعي) وبمستوى دلالة أقل من (α≤.05)، ما يشير إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأمن النفسي والتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في قطاع غزة، إذ جاءت العلاقة طردية، بمعني أنه كلما ازادت درجة الأمن النفسي ازداد مستوي التوجه نحو الحياة لدي السيدات المعنفات في قطاع غزة. وتعزو الباحثتان تلك النتيجة إلى احساس السيدات المعنفات بتقدير ذواتهن وإحساسهن بذواتهن لعب دوراً مهماً في تعزيز المرونة النفسية والأمن النفسي.

وتعتقد الباحثتان بأن هذه نتيجة منطقية وواقعية، فالأمن النفسي يخفف من واقع الحدث الصادم والمؤلم، الذي يتعرضن له السيدات المعنفات، كما أن الاحساس بالالتزام والمسؤولية والتقدير الاجتماعي بمثل دافعاً لاستخدام آليات لمواجهة تلك الضغوط، ومن جانب آخر فإن تمتع السيدات المعنفات ببعض مقومات الصحة النفسية وما يصاحبها من طمأنينة نفسية واستقرار اجتماعي وتقدير اجتماعي وتحسين منظورهن للحياة، له الأثر الكبير في تعلم استراتيجيات جديدة ووسائل أكثر تكيفاً مع واقع الحياة.

وفى سياق إبراز أهمية تنظيم الأمن النفسي من خلال الاعتماد على نقاط القوة، وغالباً ما توصف هذه التعزيزات الإيجابية في حياة الفرد بأنها " العوامل الوقائية" وهي تعمل على مختلف المستويات وعبر آليات مختلفة سواء أكانت فردية أو أسرية أو مجتمعية، كلما ذلك يسهم في تخفيف حدة الآثار السلبية ويعزز من النظرة الإيجابية والتوجه السليم نحو الحياة.

وظهور النتيجة بوجود علاقة طردية بين الأمن النفسي والتوجه نحو الحياة يعزى ذلك إلى أن الأمن النفسي يعد من الركائز الأساسية للصحة النفسية للفرد، حيث أن السيدات المعنفات اللاتي يتمتعن بأمن نفسي مرتفع يستطعن مواجهة الأحداث الضاغطة، ومقاومة الأفكار الهدامة للذات، لذا فإن الباحثتان تؤكدان على أهمية الأمن النفسي بمكوناته وأبعاده ومدى تأثيره على الأفراد وبالتحديد فئة الدراسة " السيدات المعنفات" لتساهم في خفض الضغوط والقدرة الفعالة على مواجهة الصمات والتحديات.

**نتائج الفرض الرابع: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مقياس الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة تعزى لمتغير: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مدة الزواج).** وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام اختبار تحليل التباين لأحادي ( One-Way ANOVA) لاختبار الفروق التي تعزي للمتغيرات (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء،

مدة الزواج)، والتي تتكون من أكثر من مجموعتين، وفيما يلي اختبار الفرضية الرئيسية الثامنة وفقاً للبيانات الديموغرافية.

جدول (13) نتائج اختبار الفروق بين درجة متوسطات استجابات المبحوثين حول الأمن النفسي

| البيانات الشخصية | | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | Test - statistics | قيمة "Sig." | مستوي الدلالة (النتيجة) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| العمر | 30 سنة فأقل | 151 | 3.108 | 0.443 | F= 1.492 | .216 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | 31 – 40 سنة | 164 | 3.199 | 0.481 | | | |
| | 41 – 50 سنة | 53 | 3.210 | 0.464 | | | |
| | 51 سنة فأكثر | 32 | 3.236 | 0.428 | | | |
| مكان السكن | شمال غزة | 64 | 3.242 | 0.280 | F= 2.662 | .032 | دالة (توجد فروق) |
| | غزة | 109 | 3.061 | 0.504 | | | |
| | الوسطى | 102 | 3.243 | 0.496 | | | |
| | خانيونس | 80 | 3.182 | 0.490 | | | |
| | رفح | 45 | 3.136 | 0.383 | | | |
| المستوى التعليمي | ثانوية عامة فأقل | 64 | 2.955 | 0.456 | F= 8.671 | .000 | دالة (توجد فروق) |
| | ثانوية عامة | 192 | 3.199 | 0.454 | | | |
| | جامعي فما فوق | 144 | 3.224 | 0.450 | | | |
| عدد الأبناء | لا يوجد | 121 | 3.268 | 0.482 | F= 5.915 | .001 | دالة (توجد فروق) |
| | 3 فأقل | 154 | 3.191 | 0.398 | | | |
| | 4 – 6 أطفال | 97 | 3.081 | 0.486 | | | |
| | 7 أطفال فأكثر | 28 | 2.929 | 0.488 | | | |
| مدة الزواج | سنة فأقل | 87 | 3.026 | 0.453 | F= 3.858 | .010 | دالة (توجد فروق) |
| | 2 – 4 سنوات | 173 | 3.228 | 0.427 | | | |
| | 5 – 7 سنوات | 76 | 3.190 | 0.501 | | | |
| | 7 سنوات فأكثر | 64 | 3.180 | 0.481 | | | |

يتبين من الجدول (13) أن مستوى الدلالة للدرجة الكلية للأمن النفسي لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة كانت أكبر من (0.05) لمتغير العمر، ما يشير إلى عدم وجود فروق ذات لدالة إحصائية عند

مستوى دلالة (0.05) في متوسط الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في قطاع غزة تعزى للعمر وتعزو الباحثتان تلك النتيجة إلى أن الأسر الفلسطينية تحكمها نفس العادات والتقاليد, والقيم والمبادئ تقريباً, لذا نجد أن جانب العمر لم يكن ذا محك وتمايز بين الفئات العمرية المختلفة فجانب الأمن النفسي لهن دوماً معزز، بينما أظهرت بيانات الجدول أن مستوى الدلالة للدرجة الكلية للأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة كانت أقل من (0.05) لمتغيرات (مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مدة الزواج)، ما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في متوسط الأمن النفسي لدى السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة تعزى إلى (مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مدة الزواج)، وللتعرف على مصدر الفروق تم استخدام الاختبار البعدي شيفيه (Scheffe) كما مبين في الجدول التالي:

**جدول (14)** نتائج اختبار شيفيه للفروق في الأمن النفسي تعزى إلى العمر، لمكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، ومدة الزواج.

| مقياس | مكان السكن | شمال غزة | غزة | الوسطي | خانيونس | رفح |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الأمن النفسي | شمال غزة | | .18112* | | | |
| | غزة | -.18112-* | | -.18158-* | | |
| | الوسطى | | .18158* | | | |
| | خانيونس | | | | | |
| | رفح | | | | | |

| مقياس | عدد الأبناء | لا يوجد | 3 فأقل | 4 – 6 أطفال | 7 أطفال فأكثر |
|---|---|---|---|---|---|
| الأمن النفسي | لا يوجد | | | .18775* | .33972* |
| | 3 فأقل | | | | .26197* |
| | 4 – 6 أطفال | -.18775-* | | | |
| | 7 أطفال فأكثر | -.33972-* | -.26197-* | | |

| مقياس | مدة الزواج | سنة فأقل | 2 – 4 سنوات | 5 – 7 سنوات | 7 سنوات فأكثر |
|---|---|---|---|---|---|
| الأمن النفسي | سنة فأقل | | -.20145-* | -.16423-* | -.15354-* |
| | 2 – 4 سنوات | .20145* | | | |
| | 5 – 7 سنوات | .16423* | | | |
| | 7 سنوات فأكثر | .15354* | | | |

| مقياس | المستوى التعليمي | ثانوية عامة فأقل | ثانوية عامة | جامعي فما فوق |
|---|---|---|---|---|
| الأمن النفسي | ثانوية عامة فأقل | | -.24476-* | -.26937-* |
| | ثانوية عامة | .24476* | | |
| | جامعي فما فوق | .26937* | | |

1. **بالنسبة لمكان السكن:** بين المعنفات في محافظة غزة من جهة وبين المعنفات في محافظة شمال غزة من جهة، لمصلحة المعنفات في شمال غزة، وأيضاً بين المعنفات في محافظة الوسطى من جهة والمعنفات في محافظة غزة من جهة، لمصلحة المعنفات في محافظة الوسطى. إن هذا التمايز يرجع لبعض العادات والتقاليد التي تضبط تصرفات أهالي المناطق الشمالية والوسطى عن منطقة غزة بالتحديد، فأهالي تلك

المنطقتين أكثر قرباً ودعما لأبنائهم بخلاف منطقة غزة، التي تظهر نوعاً ما استقلالية وحرية الفرد بشكل أكبر.

2. **بالنسبة لعدد الأبناء:** بين فئة لا يوجد من جهة وبين فئة 4-6 أطفال لمصحلة فئة لا يوجد، وبين فئة لا يوجد من جهة وبين فئة 7 أطفال فأكثر لمصلحة فئة لا يوجد، وأيضاً بين فئة 3 فأقل من جهة و7 أطفال فأكثر من جهة أخرى لمصلحة 3 فأقل وتفسر الباحثة ذلك بأنه كلما لم يكن هناك أبناء فإن نسبة الأمن النفسي ترتفع لدى السيدات علماً بأن ذلك لن يجعلها تفكر كثيراً فيما سيحل بها لو شاءت الأقدار لمرحلة الانفصال، كل ذلك يعزز من رصيد أمنها النفسي بخلاف السيدات اللواتي لديهن عدد من الأبناء.

3. **بالنسبة لمدة الزواج:** بين فئة سنة فأقل من جهة وبين 2-4 سنوات من جهة أخرى لمصلحة 2-4 سنوات، وبين فئة سنة فأقل من جهة وبين 5-7 سنوات من جهة أخرى لمصلحة فئة 5-7 سنوات، وبين فئة سنة فأقل من جهة وبين فئة 7 سنوات فأكثر من جهة أخرى لمصلحة 7 سنوات فأكثر، وتعزو الباحثة تلك النتيجة إلى أن السيدات اللاتي عدد سنوات زواجهن أكبر يتمتعن بأمن نفسي أكثر من غيرهن، ويرجع ذلك إلى المساندة اللاتي يتلقينها من الأهل والأصدقاء، وهذا يشعرهن بالراحة، والثقة بأنفسهن.

4. **بالنسبة للمستوى التعليمي:** بين فئة ثانوية عامة فأقل من جهة وبين فئة ثانوية عامة من جهة أخرى لمصلحة فئة ثانوية عامة، وبين فئة ثانوية عامة فأقل من جهة وبين فئة جامعي فما فوق من جهة أخرى لمصلحة جامعي فما فوق, وتعزو الباحثة تلك النتيجة بأنه كلما زادت تطور السيدة وحصلت على مراجل متقدمة في دراستها, ووصولها للجامعة فإن معدل الدائرة الاجتماعية قد اتسع, وأصبح بمقدورها الانفتاح على العالم الخارجي, ولديها رؤية واضحة في التعامل والتواصل مع الآخرين, كل ذلك صقل شخصيتها وأشعرها بالفخر والاعتزاز بنفسها, وبهذا الانفتاح على المرحلة الجامعية أكسب السيدة مزيد من الطرق والاستراتيجيات في موضوع حل المشكلات, وذلك وفق قدراتها وإمكانياتها, فبوصلها لتلك المراحل تكون راضية عن ذاتها, وهذا لا ينطبق بالمطلق على السيدات اللواتي لم يتلقين دراسة أو أنهين دراستهن في مراحلة بدائية, فقدرتهن على المواجهة ضعيفة.

**نتائج الفرض الخامس: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات مقياس التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات غزة تعزى لمتغير: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مدة الزواج).**

**جدول (15)** نتائج اختبار الفروق بين درجة متوسطات استجابات المبحوثين حول التوجه نحو الحياة

| البيانات الشخصية | | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | Test - statistics | قيمة "Sig." | مستوي الدلالة (النتيجة) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| العمر | 30 سنة فأقل | 151 | 3.330 | 0.674 | F= .209 | .890 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | 31 – 40 سنة | 164 | 3.284 | 0.648 | | | |
| | 41 – 50 سنة | 53 | 3.334 | 0.463 | | | |
| | 51 سنة فأكثر | 32 | 3.350 | 0.558 | | | |
| مكان السكن | شمال غزة | 64 | 3.434 | 0.563 | F= 1.534 | .192 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | غزة | 109 | 3.238 | 0.553 | | | |
| | الوسطى | 102 | 3.250 | 0.716 | | | |
| | خانيونس | 80 | 3.384 | 0.678 | | | |
| | رفح | 45 | 3.344 | 0.568 | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **المستوى التعليمي** | ثانوية عامة فأقل | 64 | 3.258 | 0.594 | F= .478 | .620 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | ثانوية عامة | 192 | 3.306 | 0.682 | | | |
| | جامعي فما فوق | 144 | 3.348 | 0.568 | | | |
| **عدد الأبناء** | لا يوجد | 121 | 3.374 | 0.676 | F= 1.679 | .171 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | 3 فأقل | 154 | 3.350 | 0.610 | | | |
| | 4 – 6 أطفال | 97 | 3.215 | 0.643 | | | |
| | 7 أطفال فأكثر | 28 | 3.193 | 0.399 | | | |
| **مدة الزواج** | سنة فأقل | 87 | 3.352 | 0.673 | F= .244 | .866 | غير دالة (لا توجد فروق) |
| | 2 – 4 سنوات | 173 | 3.285 | 0.590 | | | |
| | 5 – 7 سنوات | 76 | 3.320 | 0.550 | | | |
| | 7 سنوات فأكثر | 64 | 3.331 | 0.755 | | | |

يتبين من الجدول (15) أن مستوى الدلالة للدرجة الكلية للتوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة كانت أكبر من (0.05) لجميع متغيرات الدراسة، ما يشير إلى عدم وجود فروق ذات لدالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في متوسط التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في قطاع غزة تعزى إلى المتغيرات (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، عدد الأبناء، مدة الزواج) وترى الباحثتان أن هذه نتيجة حتمية ومتوقعة فالكل يبحث عن جودة الحياة ولا يتأثر هذا المتغير بوجود أبعاد ديموغرافية متنوعة فالكل حريص على الوصول إلى المبتغى والأمل المنشود, فوجودنا على هذه الدنيا هو أن ننعم بها في أمن وسلام وهذا مطلب الصغير والكبير, والمتعلم والجاهل, والمتزوج والأعزب, فالأفراد الذين لديهم توجه إيجابي للحياة يستندون إلى عوامل الدعم المختلفة, فالأمن النفسي والصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كلها مجتمعة عوامل قوية تؤثر وتعزز القدرات لدى الأفراد للمضي قدماً باتجاه جودة حياة أفضل مسخرين كل الإمكانيات مواجهين كافة التحديات, بعكس الأفراد المتشائمين الذين تكون رؤيتهم خلاف الفريق الأول.

إن السيدات المعنفات لديهن نظرة واقعية إيجابية للحياة، وأنهن يستطعن تحقيق أهدافهن وهذا يحفزهن على الإقبال على الحياة بإيجابية وهمة ومثابرة وغبة، ويضعن في الحسبان اعتبارات احتمالات النجاح في حياتهن، فالفرد الذي ينظر للحياة نظرة إيجابية لديه رغبة دائما على الظهور بصورة مرضية جميلة، وهذا ما يدفعهن للكفاح والطموح والنجاح بإصرار للتغلب على كافة الصعوبات، بغض النظر عن الأبعاد والظروف المختلفة كالعمر، ومكان السكن، والبيئة، ومستوى الدراسة. الخ.

**نتائج الفرض السادس: لا يمكن التنبؤ بمستوى التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات بمحافظات قطاع غزة من خلال الأمن النفسي**

وتم التحقق من صحة هذه الفرضية باستخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد ( Linear Regression Analysis)، والجدول (16) يوضح ذلك:

**جدول (16)** نتائج تحليل الانحدار المتعدد (المتغير التابع: التوجه نحو الحياة)

| المتغيرات المستقلة | معاملات الانحدار | الخطأ المعيار | معاملات الانحدار المعيارية Beta | قيمة t | القيمة الاحتمالية sig. | مستوى الدلالة عند (0.05) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الثابت | 2.783 | .312 | | 8.916 | .000 | دال |
| الأمن النفسي | .183 | .072 | .134 | 2.541 | .011 | دالة |
| **Model Summary** | | | | **تحليل التباين ANOVA** | | |
| **معامل الارتباط** | | | .158 | **قيمة اختبار F** | | 3.369 |
| **قيمة معامل التحديد $R^2$** | | | .025 | **القيمة الاحتمالية** | | .019 |
| **قيمة معامل التحديد المعدل $R^2$** | | | .018 | | | |

**المصدر:** إعداد الباحث، بالاعتماد على بيانات الدراسة الميدانية، 2021م.

وقد تبين من الجدول السابق مدي صلاحية النموذج لاستخدام نموذج الانحدار الخطي، وأن معامل الارتباط يساوي (0.158)، ومعامل التحديد يساوي (0.025)، ومعامل التحديد المعدل يساوي (0.018)، مما يلاحظ بأن هناك أثراً ذا دلالة إحصائية عند مستوي الدالة ($\alpha \leq .05$) للأمن النفسي في مستوى التوجه نحو الحياة، وقد استطاع نموذج الانحدار أن يفسر ما نسبته (15.8%) من مستوي التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة، أي أن للأمن النفسي دور في تحديد مستوي التوجه نحو الحياة لدي السيدات المعنفات في محافظات قطاع غزة محل الدراسة، أما القيمة الباقية والبالغة (84.2%) تعود للتغير في عوامل أخرى لم تدخل نموذج الانحدار، إضافة إلى أخطاء التقدير العشوائية، وهذا يعني أن هناك متغيرات مستقلة أخري قد تلعب دوراً أساسياً في تفسير مستوي التوجه نحو الحياة، وفي السياق ذاته أظهرت نتائج التحليل أن المتغيرات ذات دلالة إحصائية هي: (الأمن النفسي)، أي أنها تؤثر في التوجه نحو الحياة.

**على نتائج التحليل نستنتج أن هناك"** أثر ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq .05$) للأمن النفسي على تحسين التوجه نحو الحياة لدى السيدات المعنفات في قطاع غزة محل الدراسة, وتفسر الباحثتان ذلك بأن موضوع وقضية الأمن النفسي من القضايا المركزية والتي تشغل أهمية كبيرة في تكيف الفرد مع الضغوطات والصعوبات ولاسيما المتعلقة بالعنف, هذا يدفعنا باتجاه التحكم بالسلوك ويساعد في التكيف مع البيئة ومتطلباتها اليومية, والتعرف على الصعوبات التي تواجهها وكيفية التغلب عليها, ومن خلال الأمن النفسي يستطيع الفرد أن يكون أكثر اتزاناً ومرونة في أمور حياته, ويبتعد عن التطرف في الحكم على الأمور والأشياء وفي اتخاذ القرارات, ويساير الآخرين في بعض المواقف وفق قناعاته, ويكون قادراً على التعايش مع الاختلافات والاحتمالات دون الانغلاق على مجموعة خبراته, وهذا الكلام والتصور أشار إليه (مجيد, 2008: 151) في مؤلفها وأكدت على نوعية وأهمية موضوع الأمن النفسي.

والأمن النفسي من العوامل الوقائية الإيجابية التي تحل وتجابه مشكلة العجز أو الضعف، التي تشير إلى قابلية انخراط الأفراد بالاضطرابات والوقوع ضحايا، ويؤكد على ذلك كلاً من ( Werner & Smith, 1992: 3).

**التوصيات:**

- العمل على توفير برامج إرشادية في مراكز حماية الأسرة ترتبط بتوعية المعنفات اللواتي يترددن على هذه المراكز وتوجيههن وإرشادهن حول التعامل مع الضغوط والمشكلات التي تعزز الرعاية الذاتية لديهن في سبيل تحسين جودة الحياة.
- توفير الدعم والمساندة للنساء المعنفات اللواتي يترددن على مراكز الحماية، سواء أكان الدعم نفسياً أو اجتماعياً.

- توفير نشرات إرشادية، وحملات توعوية لمختلف الأسر للعمل على الحد من مشكلات العنف تجاه النساء عموماً، والمتزوجات على وجه الخصوص.
- العمل على إلزام كل فئات الشباب المقبلين على الزواج (ذكور، إناث) الحصول على دورات متخصصة لتهيئة المقبلين على الزواج وتمنح لهم شهادة قبل توقيع مراسم الزواج.

## المراجع

### المراجع العربية:


1. أبو غالي، عطاف (2012). فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات في جامعة الأقصى. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية (1)20، 619-654.
2. أبو مصطفى، إسلام. (2014). التنبؤ بالأمن النفسي في ضوء الصلابة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط لدى المعلمات في مراحل التعليم العام، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأقصى، غزة.
3. الأنصاري، بدر (1998). التفاؤل والتشاؤم: المفهوم، القياس، المتعلقات. لجنة التأليف والتعريب والنشر، مجلس النشر العلمي، الكويت.
4. تقرير التنمية الإنسانية العربية الصادر في (2006م).
5. الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني (2020). النتائج الأولية لمسح العنف في المجتمع الفلسطيني. رام الله، فلسطين.
6. الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، (2013م). أحوال السكان الفلسطينيين المقيمين في الأراضي الفلسطينية، رام الله، فلسطين.
7. خضير، عبد المحسن والسريح، تهاني (2020). أثر أسلوب الإرشاد المتمركز على الحل في تعديل التوجه نحو الحياة لدى المعاقين حركياً. مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد (59)، العدد 2
8. خويطر، وفاء (2010). الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة .
9. زهران، حامد عبد السلام (2003): دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
10. الطهراوي، جميل. (2007). الأمن النفسي لدى طلبة الجامعات في محافظة غزة وعلاقته باتجاهاتهم نحو الانسحاب الإسرائيلي، مجلة الجامعة الاسلامية، 15 (2)، 1013-979.
11. العبسي، حسن يوسف (2016). الأمن النفسي في ضوء الكفاءة الذاتية المدركة والأسلوب المعرفي لدى العاملين في المنظمات غير الحكومية في محافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس – الإرشاد النفسي، جامعة الأقصى، غزة.
12. العرجا، ناهدة (2015). الأمن النفسي وعلاقته بالانتماء الوطني لدى قوات الأمن الفلسطيني في منطقة بيت لحم. المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، (62)، 31، 75-122.
13. العقيلي، عادل (2004). الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام سعود الإسلامية، الرياض.
14. علوان، نعمات (2008). الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينيين. مجلة الجامعة الإسلامية سلسلة الدراسات الإنسانية16(2)، 475-532.
15. عليان، ربحي مصطفي وغنيم، عثمان محمد (2000). مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع، الأردن.
16. ليلى، عبد الوهاب (2000م). العنف الأسري الجريمة والعنف ضد المرأة، دار المدى: بيروت.
17. مجيد، سوسن. (2008). اضطرابات الشخصية أنماطها وقياسها، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان.
18. المفوضية السامية لحقوق الإنسان (2015م). التقرير العالمي حول العنف والصحة. المكتب الإقليمي للشرق الأوسط.
19. النجار، يحيى محمود (2016). قلق المستقبل وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الممرضين والممرضات العاملين في المستشفيات الحكومية بمحافظات قطاع غزة. مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد (50)، ص 233- 262.


### المراجع الأجنبية:


1. Fraenkel, Jack R & Wallen, Norman E. & Hyun, Helen H. (2011). How to Design and Evaluate Research in Education, 8th ed, Published by McGraw-Hill, a business unit of The McGraw-Hill Companies, Inc.,
2. Garcia, Martínez J, et al. (2011) Genomic-wide methods to evaluate transcription rates in yeast. Methods Mol Biol 734:25-44

3. Sundriyal, Ruchi, Ravindra, m, Phil, Kumar, Chittorgarh (2013). Depression and Life Satisfaction among Married & Unmarried Women. IOSR Journal of Humanities and Social Science 16(3) ,33-36.
4. Thompson, Steven. (2012). Sampling. Third edition, Ajohn wiley & sons., publication.
5. Werner, E. & Smith (1992). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. Development and Psychopathology, Volume 5, Issue 4, Fall 1992, pp. 503 – 515.

## الملاحق:

### ملحق (1)

**أسماء الخبراء والمختصين اللذين عرضت عليهم مقاييس الدراسة في صورتها الأولية**

| م | اسم المحكم | الدرجة العلمية | الجامعة | الدولة |
|---|---|---|---|---|
| 1 | أ.د بشرى أحمد أرنوط | أستاذ دكتور علم النفس | جامعة الملك خالد | السعودية |
| 2 | أ.د سامي عوض أبو اسحق | أستاذ الصحة النفسية | جامعة القدس المفتوحة | فلسطين |
| 3 | أ.د عبد الفتاح عبد الغني الهمص | أستاذ الصحة النفسية | الجامعة الإسلامية | فلسطين |
| 4 | د. عبد الله عبد الهادي الخطيب | أستاذ الارشاد النفسي والتربوي المساعد | جامعة الأقصى | فلسطين |
| 5 | د. يوسف مصطفى عوض الله | أستاذ علم النفس المساعد | جامعة الإسراء | فلسطين |

**ملحق رقم (2)**

استمارة المعلومات الأساسية

الأخت الفاضلة حفظك الله: تمنياتي لكم بالصحة والعافية

أمامك أربعة مقاييس تمثل أدوات لدراسة بحثية تقوم بها الباحثة بهدف معرفة وجهة نظرك حول بعض القضايا والمواقف الحياتية التي تخصك، يرجى الإجابة على جميع فقرات المقاييس الأربعة بدقة وبكل أمانة وصدق.

مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة أو إجابات خاطئة، وإنما الإجابة تعبر عن رأيك الشخصي، المرجو منك أن تقرأي كل عبارة من هذه العبارات بدقة وعناية ثم تبدي رأيك بوضع علامة (/) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

لا داعي لكتابة الاسم مع ضمان سرية المعلومات التي سيتم جمعها وسيتم استخدامها فقط لغرض البحث العلمي.

البيانات الديموغرافية:

**العمر:** 30 سنة فأقل ○ 31 - 40 سنة ○ 41- 50 سنة ○ 51 فأكثر

**مكان السكن:** شمال غزة ○ غزة ○ الوسطى ○ خانيونس ○ رفح

**المستوى التعليمي:** أقل من ثانوية عامة ○ ثانوية عامة ○ جامعي فما فوق

**عدد الأبناء:** لا يوجد ○ 3 أبناء فأقل ○ 4-6 أبناء ○ 7 فأكثر

**عدد سنوات الزواج:** سنة فأقل ○ 2-4 سنوات ○ 5-7 سنوات ○ 7 سنوات فأكثر

## ملحق (3)

الصورة النهائية للمقاييس

أولاً: مقياس الأمن النفسي بصورته النهائية

| م | العبارات | دائماً | غالباً | أحياناً | نادراً | أبداً |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | أتوقع الخير من الناس حولي لأن الدنيا بخير | | | | | |
| 2 | أثق في قدرتي على حماية نفسي | | | | | |
| 3 | تنقصني مشاعر العاطفة والدفء النفسي | | | | | |
| 4 | احتاج لحماية الأهل والأقارب لأعيش بأمان | | | | | |
| 5 | أشعر بالارتياح والرضا عن ظروفي الحياتية | | | | | |
| 6 | قيمي الدينية وعبادتي تشعرني بالأمن والاطمئنان | | | | | |
| 7 | أشعر بالوحدة والحزن في معظم الأوقات | | | | | |
| 8 | احتقر نفسي وألومها من حين لآخر | | | | | |
| 9 | أنا محبوبة من الناس ويحترمونني | | | | | |
| 10 | أرى أن الحياة تسير من سيء لأسوء | | | | | |
| 11 | افتقد إلى مؤازرة أفراد أسرتي | | | | | |
| 12 | يزعجني تحكم والداي في قراراتي الشخصية | | | | | |
| 13 | كثيراً ما ينتابني شعور بالرغبة في البكاء | | | | | |
| 14 | أشعر بعدم الارتياح والهدوء النفسي في معظم الأوقات | | | | | |
| 15 | القلق على المستقبل يهدد حياتي ويمنعني من الاستقرار والأمن | | | | | |
| 16 | أعاني كثيراً من الأرق مما يقلل شعوري بالراحة | | | | | |
| 17 | اشعر بأن حياتي مهددة بالخطر | | | | | |
| 18 | تنتابني مشاعر التشاؤم واليأس | | | | | |
| 19 | يصعب على أسرتي تفهم وضعي | | | | | |
| 20 | أشارك الآخرين في المناسبات الاجتماعية | | | | | |
| 21 | أتعرض للكثير من التعليقات في حياتي الاجتماعية | | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 22 | لدى القدرة على مواجهة الواقع حتى ولو كان مراً | | | | | |
| 23 | أشعر بالثقة تجاه نفسي | | | | | |
| 24 | اشعر باني سريعة الغضب | | | | | |
| 25 | تقديري واحترامي لنفسي يشعرني بالأمان | | | | | |
| 26 | أستطيع اتخاذ القرار وتحمل نتائجه | | | | | |
| 27 | أفكاري وأرائي تنال تقدير الآخرين واحترامهم | | | | | |
| 28 | أتجنب الخروج من المنزل لتفادى انتقادات الآخرين | | | | | |
| 29 | أشعر بأن لي قيمة وفائدة كبيرة في الحياة | | | | | |
| 30 | أحب أن أعيش بين الناس وأتعامل معهم بمحبة ومودة | | | | | |
| 31 | احرص على تبادل الزيارات مع زميلاتي وصديقاتي | | | | | |
| 32 | أتكيف بسهولة وأكون سعيدة في أي موقف اجتماعي | | | | | |

## ملحق (4)

الصورة النهائية للمقاييس

ثانياً: مقياس التوجه نحو الحياة بصورته النهائية

| م | العبارة | دائماً | غالباً | أحياناً | نادراً | أبداً |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | أتوقع الأحسن حتى في الظروف الصعبة | | | | | |
| 2 | من السهل على أن استرخي | | | | | |
| 3 | أنظر دائماً إلى الجانب المشرق من الحياة | | | | | |
| 4 | أنا متفائلة دائماً بالنسبة لمستقبلي | | | | | |
| 5 | استمتع كثيراً بصحبة صديقاتي | | | | | |
| 6 | لم أتوقع مطلقاً أن تسير الأمور في صالحي | | | | | |
| 7 | لا تتحقق الأمور بالشكل الذي أريده | | | | | |
| 8 | ليس من السهل أن أصبح قلقة | | | | | |
| 9 | أنا على يقين بأن العسر يتبعه يسر | | | | | |
| 10 | لا اهتم بالأشياء الجميلة التي تحدث لي | | | | | |