

Psychological Resilience and its Relationship to Future Anxiety among Widowed Mothers

Ala'a Ismail Al-Amarin*

Prof. Adel George Tannous** 

Received 19/2/2024


Accepted 31/3/2024

Abstract:

The study aimed to explore the level of psychological resilience and future anxiety and the relationship between them among a sample of widowed mothers. The study followed the descriptive, correlational methodology. The study sample consisted of (100) widowed mothers registered with the Islamic Center Society in Amman. To achieve the objectives of the study, a scale was developed. The psychological resilience scale, which consisted of (26) items, and the future anxiety scale, which consisted of (25) items. And their validity and reliability were extracted. The results showed a low level of psychological resilience among widowed mothers, and a high level of future anxiety among them. They also showed a negative correlation between psychological resilience and future anxiety for widowed mothers.

Keywords: psychological resilience, future anxiety, widowed mothers.

Ministry of Education\ Jordan\ ala_maka@yahoo.com *

<https://orcid.org/0000-0002-9047-4474> 

School of Educational Sciences\ The University of Jordan\ Jordan\ a.tannous@ju.edu.jo



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

الصمود النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل

آلاء إسماعيل العمارين*

أ.د. عادل جورج طنوس**

ملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى كل من الصمود النفسي وقلق المستقبل والعلاقة بينهما لدى عينة من الأمهات الأرامل، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (100) أم أرملة مسجلة في جمعية المركز الإسلامي في عمان، ولغايات تحقيق اهداف الدراسة تم تطوير مقياس الصمود النفسي المكون من (26) فقرة، ومقياس قلق المستقبل المكون من (25) فقرة، وتم استخراج دلالات صدقهما وثباتهما. وقد أظهرت النتائج وجود مستوى منخفض من الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل، ووجود مستوى مرتفع من قلق المستقبل لديهن، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية سلبية بين الصمود النفسي وقلق المستقبل للأمهات الأرامل.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي، قلق المستقبل، الأمهات الأرامل.

* وزارة التربية والتعليم/ الأردن/ ala_maka@yahoo.com
** كلية العلوم التربوية/ الجامعة الأردنية/ الأردن/ a.tannous@ju.edu.jo

المقدمة:

في ظل الأزمات التي يشهدها العالم اليوم في مجالات الحياة كافة، ظهرت عديد من المتغيرات المفاجئة التي تحدث في حياة الأفراد والاسر، والتي تؤثر بشكل سلبي في طبيعة الحياة ونوعيتها، وفي مقدمتها فقدان الأسر لأحد أفرادها، وخاصة فقدان الزوجة لزوجها، وفي بعض المجتمعات العربية، ونظرا لطبيعتها، فإن هناك عدة قيود تفرض على الزوجة منذ اللحظة الأولى لوفاة زوجها، وبحكم العادات والتقاليد المفروضة عليها، ترفض الزواج بعد وفاة زوجها، وخاصة إذا كان لها ابناء، وتتقيد بما تفرضه أسرة زوجها المتوفى من شروط وقيود على حياتها الخاصة وحياة أبنائها، وفي عديد من الأسر يتم إجبار الأم الأرملة على الزواج من شقيق المتوفى، وهذا بحد ذاته يعمق الحزن بداخلها ويزيد من المشكلات الجسدية والاضطرابات النفسية، وتفضل البقاء بدون زوج تجنباً للدخول في مشكلات نفسية واجتماعية قد تسبب لها كثير من المتاعب (2011 AL-Agha).

ويعد المجتمع الأردني من المجتمعات التي تعاني من تزايد نسبة الأرمال، إذ بلغت نسبة الأرمال (8,7%) من مجموع الإناث الاردنيات حسب اخر إحصائية لدائرة الإحصاءات العامة لعام (2020-2021)، كما أظهرت إحصاءات المرأة الأردنية الصادرة عن دائرة الإحصاءات العامة لعام 2020 بأن نسبة النساء في الأردن اللاتي يرأسن أسرهن بلغت 17.5% في ارتفاع غير مسبوق (General Statistics Department,2021). وعلى الرغم من حصول النساء الأرمال على الدعم المادي والاجتماعي من وزارة التنمية الاجتماعية، وعديد من مؤسسات المجتمع المدني، ومنها المراكز التابعة لجمعية المركز الإسلامي، وذلك لتسهيل العيش الكريم لهن ولأسرهن، إلا أن غالبية الأرمال تعاني من قلة الدعم النفسي، والذي قد يسبب الاضطرابات النفسية (Mahadat,2019).

ويعد القلق من أكثر الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الأمهات الأرمال؛ لأن القلق بشكل عام يعد رد فعل طبيعي ناتج عن فقدان الزوج، ينتج بعد ذلك قلق المستقبل نتيجة التفكير الزائد والخوف من المستقبل، وما يحمله من مسؤوليات متعددة، ومواجهة الضغوط والصعوبات الحياتية المختلفة التي قد تواجه الأرملة في ظل المجتمع الذي تعيشه فيه (Dunn, 2015). ومن أهمها الضغوط المادية، فضلا عن الافتقار للدعم الاجتماعي وانخفاض المشاركة الاجتماعية والشعور بالوحدة والقلق (Zisook, et al , 1990).

ويعد قلق المستقبل أحد أنواع اضطراب القلق الموضوعي؛ كونه ينتج بسبب تفكير الفرد بحدث سيحدث في المستقبل، فقلق المستقبل يمثل عرضاً شائعاً لحالات أخرى بما في ذلك اضطراب الهلع واضطراب القلق العام، فلو كان الفرد مصاباً باضطراب القلق، فسيجد نفسه يتوقع عديداً من أحداث الحياة، وقد يكون الذهاب إلى المتجر وحضور تجمع اجتماعي وأنشطة أخرى هو التركيز اليومي لتوقعاته، قبل أن يصاب بنوبات الهلع، وربما لم يفكر كثيراً في أي من هذه الأحداث الشائعة، لكن التوقع الآن قد يجعله يشعر بالقلق ويتداخل مع مقدرته على العمل بشكل كامل في حياته اليومية، وقد يحدث قلق المستقبل استجابة لأحداث كبيرة مثل تقديم عرض تقديمي في العمل، ولكن يمكن أن يسبق أيضاً الأنشطة اليومية البسيطة؛ مثل قيادة المركبة باتجاه العمل أو ركن المركبة أو إجراء محادثات مع زملاء العمل (Ankrom,2021).

ويشير قلق المستقبل إلى التوتر من الأحداث التي ستحدث في المستقبل خلال مدة زمنية معينة، ويتمثل بحالة من الغموض والتوتر المستمر بشأن أحداث وأمور متوقعة الحدوث في المستقبل البعيد، أو توقع احتمال حدوث أمر سيء، وهذا الأمر ينعكس سلباً على شخصية الفرد، وجوانبها النفسية والجسدية والانفعالية والاجتماعية، وقد أشارت النظريات النفسية إلى أن القلق يتجه في الأغلب نحو المستقبل بطريقة أو بأخرى، أما الاتجاهات التحليلية والسلوكية فقد أشارت إلى أن الفرد قد يشعر بالقلق نحو أحداث المستقبل بسبب تعرضه لمعاناة حدثت معه في الماضي القريب أو البعيد، الأمر الذي يجعله يشعر بالخوف من تكرار هذه المعاناة في المستقبل، وبالتالي فإن قلق المستقبل قد يهدد الفرد بتعرضه لفقدان فرد عزيز، أو تعرضه لضائقة مالية، أو تعرضه لمشكلات اجتماعية مع الآخرين (Jamalallail,2014).

ولقد تناول عديد من الباحثين مفهوم قلق المستقبل لما له من أهمية لدى فئات المجتمع كافة؛ فقد عرفه (Luxon et al,2009) بأنه حالة من الخوف والتوتر وعدم اليقين من حدوث تغييرات مستقبلية، أو احتمال حدوث حدث سيء في المستقبل، الأمر الذي يؤدي إلى شعور الفرد بالقلق وعدم الراحة وكثرة التفكير، والتوتر والخوف. وعرفه حماد (Hammad,2016) بأنه حالة وجدانية ترتبط بالتفكير في المستقبل، وما سيحدث لاحقاً؛ كالتفكير بحدوث حادث ما، أو فقدان أحد الأقارب أو أحد الأصدقاء. بينما عرفه عبد الرازق (Abderalrazek,2016) بأنه الشعور بالتوتر والخوف المتعلق بحدوث تغييرات مستقبلية غير مرغوب بها، تؤدي إلى إصابة الفرد بحالة من القلق وعدم الطمأنينة.

ويؤثر قلق المستقبل في سلوك الفرد ويظهر تأثيره بشكل سلبي في حياته اليومية، إذ يؤثر في أدائه في الأنشطة الاجتماعية والأسرية، فضلاً عن تأثيره في أدائه العقلي واستيعاب المعلومات، وأيضاً في صحته النفسية ومدى تقديره للذات وثقته بها، يعد قلق المستقبل مؤثراً في تطور الشخصية، ويؤدي إلى نشوء مشاعر سلبية تجاه الأحداث والظروف اليومية (Astrom, et al,2014).

وينعكس أيضاً تأثير قلق المستقبل على شعور الفرد بالوحدة والعزلة، وعدم قدرته على التكيف مع التحديات والأحداث المتغيرة في الحياة، والاعتمادية على الآخرين، وظهور ردود فعل سلبية قد تعيق تحقيق أهدافه المستقبلية، والانسحاب من المواقف الاجتماعية التي يشعر بعدم قدرته على مواجهتها (Luxon, et al,2009).

وقد يحدث قلق المستقبل أيضاً نتيجة لما قد يدور في ذهن الفرد من أفكار سلبية نحو حدث معين، ولقلة خبراته وتجاربه السابقة التي مر بها، وعدم قدرته على التعامل مع المواقف بشكل فاعل، والتي قد تؤدي لعدم قدرته على التكيف مع المشكلات والصعوبات التي تواجهه (Hammad,2016). كما ويرتبط قلق المستقبل بقلّة الثقة بالنفس والآخرين، وانخفاض تقدير الذات واحترامها، والشعور ببعض الأعراض النفسية والجسدية مثل: الأرق والصعوبة في النوم لساعات طويلة، والتعب المستمر والإرهاق، وصعوبة التركيز والانتباه، والإحباط والتوتر والاكنتاب (Freeston & Meares,2015).

ومن أبرز العوامل المسببة لتطور اعراض قلق المستقبل لدى الأم الأرملة تعرضها لخبرات سلبية بعد فقدان الزوج، إذ تعيش تحت ضغط كيفية تدبير الأمور المعيشية، وتضطر إلى تحمل المسؤولية لوحدها بعد فقدان السند المادي، كما ويصاحب هذه الخبرات السلبية التفكير في احتياجات الحياة اليومية، وكيفية تأمين متطلبات الحياة لها ولأطفالها كحاجات الطعام والشراب والمسكن والحاجات الطبية، مما يجعلها أكثر ضعفاً مقارنة مع الأم العادية (Abu Tayeh, et al,2016).

كما وينتج قلق المستقبل لدى الأرملة نتيجة الضغوط التي تواجهها في المجتمع المحيط بها، فضلاً عن العلاقات التي تتطلب منها بذل جهد فكري ومعرفي وسلوكي معين لتستطيع التكيف مع الضغوط والصعوبات التي قد تتعرض لها، وخاصة أنها بعد الترمول قد تصاب بحالة من الحزن الشديد لفترة طويلة، وخاصة بأنها تصبح مسؤولة بشكل كامل عن الأسرة، وهذا يجعلها تتحمل

عديداً من المسؤوليات والأدوار المختلفة تجاه أولادها وأسرتها (Trivedi, et al, 2009).
ويعد الحدث الأكثر إرهاقاً في حياة الزوجة هو وفاة زوجها، وهي نقطة تحول في مسار حياتها كأم أرملة، ويتضح ذلك من خلال التغييرات في الأدوار الاجتماعية، إذ تواجه المرأة الأرملة عديداً من المسؤوليات الجديدة والتحديات، بما في ذلك إدارة الأسرة وتلبية احتياجاتها. كما ويترتب على فقدان الشريك زيادة في الضغط المالي والتكيف مع التغييرات، مما يتطلب منها الصمود والتحمل في مواجهة هذه الصعوبات، وبسبب هذه الضغوط، تصبح الأم الأرملة أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق، فضلاً عن الشعور بالوحدة وفقدان الألفة وتشتت الهوية النفسية والاجتماعية والانغلاق النفسي وفقدان الثقة والأمان، وهذه الأوضاع تعد مصدراً مهدداً لمقدرتها على تلبية احتياجاتها والاستمرارية في تلبيتها في المستقبل، مما يؤدي إلى تقاوم قلقها المستقبلي (Bouziane, 2015).

ومن أبرز عوامل الوقاية "Protective Factors" والذي يؤدي دوراً مهماً في التخفيف من النتائج السلبية الناجمة عن الضغوط النفسية التي تتعرض لها المرأة الأرملة هو الصمود النفسي، والذي يرتبط بالغالبة بالعافية النفسية والايجابية، بحيث تجتمع معاً لدعم الصحة النفسية والتكيف مع مجريات الحياة (McGilvary & Pidgeon, 2015). كما أن المشاعر المصاحبة لتجربة الفقدان، ومشاعر عدم المقدرة على الصمود النفسي ومواجهة الضغوط تمثل مصدراً كبيراً للقلق سواء على المستقبل أم على الصحة العامة، إذ يعاني المعرضون لتجربة الفقدان غالباً من مشكلات صحية، فضلاً عن احتمالية الوفاة في أول عامين بعد الفقد (Earvolino-Ramirez, 2007). كما أن مستوى الصمود النفسي قد يرتبط ويؤثر بمستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الارامل بشكل عكسي (Radwan, 2019).

ظهرت دراسات الصمود النفسي منذ خمسين عاماً، ولكنها نشطت في العشرين عام الأخيرة إذ زاد عدد الباحثين، وزادت وتنوعت المادة العلمية، ويمكن إرجاع أبحاث الصمود النفسي إلى جارمزي Garmzy عام 1973 الذي نشر أول بحث أجري في الصمود النفسي واستخدم "Garmzy" في بحثه ما يُعرف بعلم الأوبئة "Epidemiology" والذي يُعنى بدراسة من يتعرض للمرض ومن لا يتعرض له ولماذا، وذلك للكشف عن عوامل الخطر "Risks" وعوامل الوقاية "Protective" والتي تسهم في توضيح مفهوم الصمود النفسي (Rutter, 2012, p.335).

وقد تعددت المفاهيم التي تناولت الصمود نظراً لثراء هذا المفهوم، وتعدد أبعاده، واختلاف

الأطر النظرية التي استند إليها الباحثون في تناولهم له، وتشعبه في عديد من المجالات الحياتية؛ فهو مفهوم نفسي، اجتماعي، اقتصادي، يتميز بالتنوع والدينامية (Mahmoud,2009)، فينظر لمصطلح الصمود النفسي Psychological resilience على أنه يعني المقدرة على المقاومة، والتوافق مع الظروف الصعبة (Connolly, et al,2008) .

ولقد تناول عديد من الباحثين والدارسين مفهوم الصمود النفسي؛ ومنهم (Heritage,2015) الذي عرفه بأنه: المقدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد تعرضه للمحن أو المصائب، والتعافي السريع من المرض، مع استثمار المقدرات والموارد الذاتية للعودة للوضع الطبيعي، وتوظيف المحن والمصائب لتحقيق التكامل والنمو، بينما عرفه (Kamal,2017) بأنه: تصور متعدد الأبعاد يتضمن تلك السمات الشخصية التي تمكن الأمثلة من التوافق الإيجابي والتعامل بكفاءة مع ضغوط الحياة والنهوض من العثرات والمحن والصدمات كالصبر والتحدي والتحكم بالذات والبيئة من حولها، والمقدرة على مواصلة المسؤوليات بأنواعها بكفاءة، وبناء على مجموعة من التعريفات تذكر (Jawhar,2014,p.299) بأن الصمود النفسي "هو مجموعة السمات الإيجابية في الشخصية، والتي تساعد الفرد على مقاومة الضغوط من ناحية واستخدام الأساليب الأكثر فاعلية عند مواجهة الضغوط من ناحية أخرى، فأصحاب الشخصية الصامدة هم هؤلاء الأفراد الذين يتعرضون لدرجة عالية من الضغوط ولا يظهرون ما يشير إلى التأثر بها، لأنهم أكثر مقدرة على التكيف معها، ويستخدمون استراتيجيات المواجهة التي تركز على المشكلة".

وينظر لمفهوم الصمود النفسي بأنه " العمليات التي تشير عادة إلى السمات النفسية التي تصف سلوك الفرد كالمرونة، والمثابرة والتحلي بالصبر والإيمان، والصلابة النفسية، والتوقعات المستقبلية الإيجابية، وتكوين علاقات اجتماعية تغير من التفاعل المتبادل بين البيئة بما تحمله من أزمات ومحن وتهديدات وشدائد ومخاطر وصدمات تدعمها خبرات الفرد وتجاريه وإدراكه للمساندة الاجتماعية" (Al-Behari,2011,p.487).

كما أشارت دراسة (Olsson, et al,2004) إلى العوامل المرتبطة بالصمود النفسي، إذ يوجد عديد من العوامل التي تسهم في تلطيف الآثار السلبية الناتجة عن المحن والصدمات ولعل الدراسة ركزت على العوامل الوقائية ذات التأثير المخفف للتأثيرات السلبية لعوامل الخطر، والتي يمكن إجمالها في ثلاثة مستويات وهي مصادر وقائية متعلقة بالفرد، ومتعلقة بالأسرة، ومصادر وقائية متعلقة بالبيئة والمجتمع، وفي كل مستوى تمكن الباحثون من تحديد مجموعة من العمليات

التي تسهم في تخفيف الآثار الناجمة عن التعرض لعوامل الخطورة، ومن العمليات المتعلقة بالفرد: السمات الشخصية، والذكاء، ومهارات التواصل، والعمليات المتعلقة بالأسرة: الدعم الأسري، بينما تتنوع العمليات المتعلقة بالمجتمع، ومنها: الحالة الاقتصادية، الخبرات المدرسية، الدعم الاجتماعي وكل مصدر وقائي في كل مستوى يُقدم تدخلاً لتعزيز الصمود النفسي، ومن الممكن أن تختلف طبيعة التدخل في كل مستوى، غير أن الهدف هو ذاته، وهو توفير الموارد والمصادر اللازمة للتكيف وتحقيق النجاح.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

يُعد قلق المستقبل من أكثر أنواع القلق التي قد تصيب الأرملة، وذلك نتيجة لفقدان شريك الحياة، وشعورها بالحرمان والفقدان والخوف من المستقبل وما يحمله من أحداث غامضة بالنسبة لها، كما إن قلق المستقبل قد يحدث لدى الأرملة نتيجة للأفكار السلبية والمعتقدات غير المنطقية التي قد تراوحتها حول الأمور المتوقع حدوثها مستقبلاً، وهذا بدوره قد يؤثر سلباً في ثقتها بنفسها، وتقديرها لذاتها، وبالتالي ذلك قد يؤثر في صمودها النفسي. وقد أشارت عديد من الدراسات إلى أن الترملة قد يؤثر سلباً في قلق المستقبل؛ كدراسة (Abu Tayeh, et al,2016)، ودراسة (2009 et Trivedi,al).

وعلى الرغم من التقدم والتطور الذي تعيشه غالبية المجتمعات، إلا أن حالة الأرملة ما زالت ضمن المستوى غير المطلوب، وخاصة مع تزايد عدد الأرملة في الأردن، وما يصاحبه من ازدياد الضغوط والصعوبات التي تواجه المرأة الأرملة، فعلى الرغم من أنها تحصل على الدعم المادي والمساعدات العينية من عدة جهات؛ كوزارة التنمية الاجتماعية، ومؤسسات المجتمع المدني، والجمعيات التابعة للمركز الإسلامي، إلا أنها تفتقد إلى من يقدم لها الدعم النفسي في الوقت الذي هي الاحوج إليه، ومن هنا جاءت الحاجة إلى إجراء هذه الدراسة.

وبعد مطالعة الدراسات السابقة، يتضح قلة الدراسات السابقة التي تتناول متغيري قلق المستقبل والصمود النفسي لدى عينة من الأمهات الأرملة، واستناداً لما سبق وجدت الرغبة لدى الباحثين في إجراء هذه الدراسة التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي لدى عينة من الأمهات الأرملة في عمان.

أسئلة الدراسة

1. ما مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرملة اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في

عمان؟

2. ما مستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في

عمان؟

3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$) بين مستوى الصمود

النفسي ومستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي

في عمان؟

هدف الدراسة: سعت الدراسة الحالية لتحقيق الأهداف الآتية:

- الكشف عن مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل.
- الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل.
- والتعرف إلى وجود علاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل.

أهمية الدراسة

تبرز أهمية الدراسة من خلال جانبين، وهما على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

تكمن أهمية الدراسة فيما ستوفره من أدب نظري ومعلومات متعلقة بمتغيري الدراسة (قلق المستقبل، الصمود النفسي) سيستفيد منها الباحثون الآخرون، كما ستوفر هذه الدراسة مقاييس تقيس مستوى كل من قلق المستقبل ونوعية الحياة، وهذا سيساعد الباحثين والدارسين في أخذ هذه الدراسة بوصفها مرجعا للأدب النظري والمقاييس التي ستساعدهم في إجراء دراسات أخرى تتعلق بهذين المتغيرين. كما أن أهمية الدراسة النظرية تظهر من خلال أهمية الموضوع الذي تعالجه الدراسة، والذي يتناول العلاقة بين قلق المستقبل والصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل، الأمر الذي يعطي تصورا واضحا حول طبيعة هذه العلاقة، والتي قد يستفيد منها القائمين على مراكز الإرشاد النفسي لمساعدة هذه الفئة على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة.

الأهمية التطبيقية:

تكمن أهمية الدراسة فيما قد تمهده لتطوير برامج إرشاد للأمهات الأرامل وتدريبهن وتأهيلهن من قبل متخصصين ومهتمين في المجال الأسري لمواجهة الضغوط بأنواعها، والتكيف مع قلق المستقبل، وتحسين مستوى الصمود النفسي، كما أن الدراسة وفرت مقاييس أحدهما لقياس مستوى قلق المستقبل، والآخر لقياس مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل، ومن المؤمل بهذه

الدراسة بما انتهت إليه من نتائج وتوصيات أن تفتح آفاقاً بحثية للدارسين والمهتمين في هذا المجال.

مصطلحات الدراسة

– **الأم الأرملة:** مصطلح يطلق على كل امرأة مات عنها زوجها ولم تتزوج بعده، لأن لفظ أرامل يطلق أيضاً على المساكين من الرجال والنساء، لكنه استخدم في النساء أكثر لأن العرب تقول أرمل فلان إذا نفذ زاده وأفتقر، والمرأة إذا فقدت زوجها فقدت من ينفق عليها فناسبها الوصف (Al-Agha,2011).

ويعرف اجرائياً في هذه الدراسة بالأم الأرملة التي مات عنها زوجها ولديها أطفال تحت سن الـ 18 سنة وتتلقى دعماً من وزارة التنمية وجمعية المركز الإسلامي في عمان.

– **قلق المستقبل:** شعور وجداني يتصف بالارتباك والخوف والضييق، وتوقع حدوث أمر سيء في المستقبل، مما يؤثر سلباً في الفرد وسلوكه في المجالات النفسية والأسرية والاجتماعية كافة (Ibrahim,2018).

ويعرف اجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصات على مقياس قلق المستقبل.

– **الصمود النفسي:** عرفته جمعية علم النفس الأمريكية (APA,2014) بأنه عملية التوافق الجيد في مواجهة الشدائد والصدمات والمآسي والتهديدات أو حتى مصادر الضغوط الأسرية أو المشكلات في العلاقات مع الآخرين والمشكلات الصحية الخطيرة والضغوط الاقتصادية، كما يعني النهوض أو التعافي من الضغوط الصعبة.

ويعرف اجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصات على مقياس الصمود النفسي.

حدود الدراسة:

– **الحد المكاني:** تم تطبيق الدراسة الحالية على الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن فرع جمعية المركز الاسلامي في محافظة العاصمة عمان.

– **الحد الزمني:** تم تطبيق الدراسة خلال شهر كانون الأول لعام 2023.

– **الحد البشري:** اقتصر الدراسة الحالية على عينة من الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الاسلامي في محافظة العاصمة عمان.

الدراسات السابقة:

قام لي وآخرون (Li, et al, 2023) بدراسة هدفت لاستكشاف تأثيرات المشاركة الاجتماعية

والصمود النفسي على الاكتئاب لدى كبار السن الأرامل الصينيين، تكونت عينة الدراسة من (790) من كبار السن الأرامل من سكان المجتمع المحلي في شنشي في الصين، وتم إجراء مقابلة منظمة وجهًا لوجه لجمع البيانات، وقد تم استخدام نموذج المربعات الصغرى العادي (OLS) ومطابقة درجة الميل المعمم (GPSM) ونموذج الوساطة لاختبار العلاقة بين المشاركة الاجتماعية والصمود النفسي والاكتئاب، وظهرت النتائج وجود علاقة عكسية بين المشاركة الاجتماعية والاكتئاب، كما ارتبط الصمود النفسي لدى كبار السن الأرامل سلبًا بالاكتئاب.

وأجرى عباس وجبر (Abbas & Jabr,2022) دراسة هدفت الى التعرف إلى مستوى الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الارامل، وتكونت عينة الدراسة من (150) ارملة من محافظة البصرة للعام (2020-2021)، ولتحقيق اهداف الدراسة تم اعداد مقياس الصمود النفسي والذي تكون في صورته النهائية من (31) فقرة واعداد مقياس للتوجه نحو الحياة والذي تكون من (24) فقرة، واسفرت النتائج بتمتع عينة الدراسة بمستوى متوسط من الصمود النفسي وتوجه ضعيف نحو الحياة، لكن اتضح وجود علاقة ارتباطية بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة.

وقام خصاونة (Khasawneh,2021) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى كل من قلق المستقبل ونوعية الحياة، والعلاقة بينهما لدى عينة من الأرامل في محافظة إربد، وتم استخدام مقياس قلق المستقبل موزع على خمسة مجالات (النفسي، الصحي، الاجتماعي، الأسري، الاقتصادي)، ومقياس نوعية الحياة. تكونت عينة الدراسة من (311) أرملة من الأرامل في محافظة إربد. أظهرت نتائج الدراسة أنّ مستوى قلق المستقبل لدى الأرامل مرتفع، وأن مستوى نوعية الحياة لدى الأرامل منخفض، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية بين قلق المستقبل ونوعية الحياة لدى الأرامل في محافظة إربد.

وأجرى علوان (Alwan,2020) دراسة هدفت إلى التعرف إلى العلاقة بين كل من المساندة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والصمود النفسي لدى الطالبات الأرامل في الجامعات الفلسطينية. وأستخدم مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس دافعية الإنجاز، ومقياس الصمود النفسي. كما أستخدم منهج البحث الوصفي التحليلي لمناسبتة للدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (169) طالبة أرملة من المنتسبات للكلية الجامعية للعلوم التطبيقية، والجامعة الإسلامية بغزة. وأظهرت النتائج ان مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطالبات الأرامل (77%)، ومستوى دافعية الإنجاز (82%) ،

ومستوى الصمود النفسي (72%)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين كل من (المساندة الاجتماعية) و (دافعية الإنجاز)، وبين (دافعية الإنجاز) و(الصمود النفسي) وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين (المساندة الاجتماعية) و(الصمود النفسي).

وقام هولم وآخرون (Holm, et al,2019) بدراسة في النرويج هدفت الكشف عن العوامل التي تؤثر على صحة الأرملة؛ كمشاعر فقدان والفرجة، والقلق والاكتئاب، تم استخدام منهج البحث الاستقرائي، ومراجعة المقالات والدراسات المنشورة بين عامي (2013- 2017) والمتعلقة بالعوامل المؤثرة في صحة الأرملة، وقد بلغ عدد الدراسات (12) دراسة. أظهرت نتائج الدراسة أنّ أهم العوامل المؤثرة في صحة الأرملة هي: مشاعر فقدان، والفرجة والاكتئاب والقلق، ولحد من هذه العوامل والتعامل مع الألم العاطفي والمعاناة، والحد من سوء التغذية، لا بد من توفير الدعم الاجتماعي للأرملة، كما أشارت النتائج إلى أنّ المتخصصين في الرعاية الصحية بحاجة إلى معرفة المهارات اللازمة للتعامل مع الآثار الصحية المترتبة على الترملة، كونه اتضح وجود علاقة سلبية بين الترملة والصحة النفسية والجسدية.

وهدف دراسة باسنيث وآخرون (Basnet, et al,2018) للكشف عن مستوى الاكتئاب والقلق لدى أرملة الحرب في نيبال، وقد تم تصميم دراسة مقطعية لمقابلة 358 أم أرملة من الحرب باستخدام مقياس بيك للاكتئاب ومقياس بيك للقلق في أربع مقاطعات في نيبال - بارديا، وسورخيت، وسيندوبالاشوك، وكافريبالاشوك، إذ كان معدل انتشار الاكتئاب والقلق بنسبة 53% و63% على التوالي، وارتبط الضغط المالي بشكل كبير بالاكتئاب (2.67، فاصل الثقة 95%: 1.40-5.07) والقلق (2.37، 95%: 1.19-4.72)، وارتباط الاستقلالية العالية للمرأة مقارنة بالاستقلالية المنخفضة والدعم الاجتماعي المرتفع مقارنة بالدعم الاجتماعي المنخفض ومعرفة القراءة والكتابة على عكس الأمية مع احتمالية أقل للإصابة بالاكتئاب والقلق، وأشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الاكتئاب والقلق بين الأرملة في نيبال.

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة تباين أهدافها وما سعت لتحقيقه، فقد تناولت بعض الدراسات تأثيرات المشاركة الاجتماعية والصمود النفسي على الاكتئاب لدى كبار السن الأرملة كدراسة لي وآخرون (Li,et al,2023) ، بينما تناولت دراسة أخرى متغير الصمود النفسي

وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى النساء الأرامل ؛ كدراسة (Abbas & Jabr,2022) ، كما تناولت دراسة أخرى متغير قلق المستقبل ونوعية الحياة، والعلاقة بينهما لدى عينة من الأرامل؛ كدراسة (Khasawneh,2021)، بينما تناولت دراسة علوان (Alwan,2020) () العلاقة بين كل من المساندة الاجتماعية، ودافعية الإنجاز، والصمود النفسي لدى الطالبات الأرامل، وتناولت دراسة (Basnet, et al,2018) الكشف عن مستوى الاكتئاب والقلق لدى أرامل الحرب ، وبمقارنة الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة ، تتميز الدراسة الحالية بأنها بحثت في الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وقلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل، وهذا كان من النادر توفره في أدب الموضوع - بحدود علم الباحثة -، وتوفير مقاييس حديثة تتناسب مع البيئة الأردنية لقياس متغيرات الدراسة، الأمر الذي يعزز إجراء هذه الدراسة، وبخاصة في ضوء ندرة الدراسات في هذا المجال، ويتوقع أن يكون لهذه الدراسة موقع بين الدراسات السابقة، وانطلاقاً لدراسات ضمن مجالات أخرى لفئة من الطلبة لم تحظ بالاهتمام، بما يساعد في تقديم الدعم والمساندة لهذه الفئة، لمساعدتها على تحقيق طموحاتها، وتوفير بيئة اجتماعية مساندة لها.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة الحالية منهج البحث الوصفي الارتباطي لملاءمته لهذه الدراسة ولتحقيق أهدافها.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من النساء الأرامل المسجلات في جمعية المركز الإسلامي في محافظة العاصمة عمان في الأردن، إذ بلغ عددهن (1800) أرملة.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (100) أم أرملة مسجلة في جمعية المركز الإسلامي في عمان، ولم تتزوج بعد الترميل، وقد تم اخذ موافقة مديري المراكز على إجراء دراسة مسحية في مراكز جمعية المركز الإسلامي، والوصول لبيانات الأمهات واختيارهم بالطريقة الميسرة وفرز الحالات التي تنطبق عليها شروط الدراسة ، وتتراوح أعمارهم ما بين (30-45) عام، كما وتتراوح المدة الزمنية لهم بعد الترميل من (6 اشهر _ 3 سنوات)، ويعانين من سوء الأوضاع الاقتصادية، وقلة الدعم النفسي والاجتماعي، مع وجود عدد من الأطفال لكل أم ارملة من عينة الدراسة لا يقل عن طفلين، وقد يصل إلى خمسة أطفال .

أدوات الدراسة: لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام أداتين، وهما على النحو الآتي:
أولاً: مقياس الصمود النفسي:

تم تطوير مقياس الصمود النفسي استناداً إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة ومنها مقياس (The Connor-Davidson Resilience scale(CD-RISC,2003) والمقاييس في دراسات كمال (Kamal,2017) والعلي والعمران (Al-Ali & Al-Omran,2021)، وتكون المقياس من (26) فقرة، إذ استخدمت الفقرات لقياس الاعراض المرتبطة بمستوى الصمود النفسي، ولغايات تصحيح المقياس تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لقياس مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل.

دلالات صدق المقياس وثباته:

للتحقق من مؤشرات صدق مقياس الصمود النفسي المطور في الدراسة الحالية، وتم استخراج مؤشرات الصدق للمقياس بطريقتين:

أولاً: الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

تم عرض المقياس على (10) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص العلمي في مجال الإرشاد النفسي، والتربية الخاصة، والقياس والتقويم في مختلف الجامعات الأردنية، وذلك لمعرفة آرائهم حول سلامة الصياغة اللغوية، ومدى وضوح كل فقرة من فقرات المقياس، وانتماء الفقرات للمقياس، واقتراح التعديلات المناسبة، وتم اعتماد نسبة الاتفاق (80 %) بين المحكمين، وقد تم الأخذ بملاحظات المحكمين حول المقياس وتعديل بعض الفقرات بناءً على ملاحظتهم.

ثانياً: دلالات صدق البناء

للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة تكونت من (100) أم من الأمهات الأرامل في عمان، وتم استخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الاستجابات على الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (1).

الجدول (1) معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي

الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة
1	.327**	10	.545**	19	.385**
2	.328**	11	.509**	20	.387**
3	.301**	12	.352**	21	.446**
4	.356**	13	.499**	22	.417**
5	.361**	14	.386**	23	.390**
6	.506**	15	.469**	24	.538**

الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة
7	.541**	16	.532**	25	.374**
8	.345**	17	.611**	26	.493**
9	.548**	18	.537**		

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (1) أن قيم معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.301-0.611)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة بأن يكون معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس (0.30) فأعلى، فبقي المقياس مكوناً من (26) فقرة.

ثبات مقياس الصمود النفسي :

للتأكد من ثبات مقياس الصمود النفسي، تم حساب معامل الاتساق الداخلي للمقياس حسب معادلة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي وثبات الإعادة بفاصل زمني مقداره اسبوعين، إذ تم تطبيقه على عينة تكونت من (100) من الأمهات الأرامل في عمان، وقد بلغت قيمة معامل كرونباخ ألفا للأداة (0.760)، وبلغ معامل ثبات الإعادة (0.766)، وبالتالي تم اعتماد المقياس بصورته النهائية إذ تكون من (26) فقرة.

بههدف تصحيح المقياس تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لقياس مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل في عمان، إذ تم إعطاء الإجابة موافق بشدة (5 درجات)، وموافق (4 درجات) وأحياناً (3 درجات)، ولا أوافق (درجتان)، ولا أوافق بشدة (درجة واحدة)، وجميع الفقرات اتخذت الاتجاه الإيجابي عدا الفقرات (1/ 3/ 8/ 12/ 20/ 25) فكانت ذات اتجاه سلبي، كما تم الحكم على متوسطات تقدير مستوى الصمود النفسي من خلال المعادلة الآتية:

$$1.33 = \frac{4}{3} = \frac{1-5}{3} = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

- من (1.00-2.33) مستوى منخفض.
- من (2.34-3.67) مستوى متوسط.
- من (3.68-5.00) مستوى مرتفع.

ثانياً: مقياس قلق المستقبل:

تم تطوير مقياس قلق المستقبل استناداً إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة كدراسة عواوده (Awawda,2017)، ودراسة مهيدات (Mhidat,2019)، ودراسة العموش (Al-Amoush,2021)، وقد تكون المقياس من (25) فقرة، واستخدمت الفقرات لقياس الاعراض

المرتبطة بقلق المستقبل، ولغايات تصحيح المقياس تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لقياس مستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل.

دلالات صدق وثبات المقياس

للتحقق من مؤشرات صدق مقياس قلق المستقبل المطور في الدراسة الحالية، وتم استخراج مؤشرات الصدق للمقياس بطريقتين:

أولاً: الصدق الظاهري (صدق المحكمين)

تم عرض المقياس على (10) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص العلمي في مجال الإرشاد النفسي، والتربية الخاصة، والقياس والتقويم في مختلف الجامعات الأردنية، وذلك لمعرفة وإبداء آرائهم حول سلامة الصياغة اللغوية، ومدى وضوح كل فقرة من فقرات المقياس، وانتماء الفقرات للمقياس، واقتراح التعديلات المناسبة، وتم اعتماد نسبة الاتفاق (80%) بين المحكمين، وقد تم الأخذ بملاحظات المحكمين حول المقياس وتعديل بعض الفقرات بناءً على ملاحظاتهم.

ثانياً: دلالات صدق البناء:

للتحقق من صدق البناء للمقياس تم تطبيقه على عينة تكونت من (100) أم من الأمهات الأرامل في عمان، وتم استخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الاستجابات على الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول (2).

الجدول (2) معامل ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل

الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة	الرقم	ارتباط الفقرة
1	.504**	10	.764**	18	.739**
2	.642**	11	.637**	19	.581**
3	.484**	12	.749**	20	.791**
4	.663**	13	.762**	21	.675**
5	.648**	14	.695**	22	.645**
6	.748**	15	.759**	23	.758**
7	.657**	16	.794**	24	.589**
8	.797**	17	.740**	25	.724**
9	.771**				

يلاحظ من البيانات الواردة في الجدول (2) أن قيم معاملات ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.484-0.797)، وقد تم اعتماد معيار قبول الفقرة بأن يكون معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس (0.30) فأعلى، فبقي المقياس مكوناً من (25) فقرة.

ثبات مقياس قلق المستقبل

للتأكد من ثبات مقياس قلق المستقبل، تم حساب معامل الاتساق الداخلي للمقياس حسب معادلة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي وثبات الإعادة بفواصل زمني مقداره اسبوعين، إذ تم تطبيقه على عينة تكونت من (100) أم من الأمهات الأرامل في عمان، وقد بلغت قيمة معامل كرونباخ ألفا للأداة (0.955)، وبلغ معامل ثبات الإعادة (0.759)، وبالتالي تم اعتماد المقياس بصورته النهائية والذي تكون من (25) فقرة.

تصحيح المقياس

بهدف تصحيح المقياس تم اعتماد تدرج ليكرت الخماسي لقياس مستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل في عمان، حيث تم إعطاء الإجابة موافق بشدة (5 درجات)، وموافق (4 درجات) وأحياناً (3 درجات)، ولا أوافق (درجتان)، ولا أوافق بشدة (درجة واحدة)، وجميع الفقرات اتخذت الاتجاه الإيجابي، كما تم الحكم على متوسطات تقدير مستوى قلق المستقبل من خلال المعادلة التالية:

$$1.33 = \frac{4}{3} = \frac{1-5}{3} = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \text{طول الفئة}$$

وتم توزيع المتوسطات الحسابية على النحو الآتي:

- من (1.00-2.33) مستوى منخفض.
- من (2.34-3.67) مستوى متوسط.
- من (3.68-5.00) مستوى مرتفع.

المعالجة الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة، تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) كالاتي:

- للإجابة عن سؤالي الدراسة الأول والثاني تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث تم استخراج معامل ارتباط بيرسون.

نتائج الدراسة ومناقشتها

فيما يأتي عرض لنتائج الدراسة وفقاً لما تم طرحه من أسئلة، وهي على النحو الآتي:

النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان، والجدول (3) يبين النتائج.

الجدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
14	إيماني بالله يساعدي في وقت الأزمات	1	3.23	.568	متوسط
22	أؤمن أن ما يحدث لي من أزمات من قضاء الله وقدره	2	3.20	.610	متوسط
23	إيماني الكبير بالله يمنحني المقدرة على مواجهة الأزمات	3	3.13	.937	متوسط
13	أشعر بأنني قادرة على إقامة علاقات سليمة مع الآخرين	4	2.90	.860	متوسط
26	أعتقد ان هناك درسا مفيدا أتعلمه من كل أزمة أمر بها	5	2.77	.935	متوسط
2	أثق بمقدراتي لتجاوز أي أزمة أمر بها	6	2.73	1.143	متوسط
21	أتعلم الصبر جراء المصائب التي تحدث معي	7	2.69	.891	متوسط
6	أقوم بما أقدر عليه مهما كانت النتائج المترتبة	8	2.63	.765	متوسط
19	أشعر أنني محبوبة من الآخرين	8	2.63	.809	متوسط
4	أخرج من أزماتي أكثر قوة من السابق	10	2.60	1.003	متوسط
5	أعتقد أن لأي تغيير في حياتي جوانب ايجابية	11	2.50	.861	متوسط
10	يمكنني اتخاذ القرارات الصعبة وحدي	12	2.43	1.040	متوسط
24	أشعر بأن لدي قيم روحية تمدني بالقوة لمواجهة أي مشكلة	12	2.43	.935	متوسط
7	أسعى لتحقيق الأهداف التي وضعتها في حياتي	14	2.30	.651	منخفض
9	أعتقد أن المثابرة هي طريق النجاح في حياتي	14	2.30	.837	منخفض
18	نجاحي السابق في حل المشكلات يدفعني لمواجهة الصعاب	16	2.27	.691	منخفض
11	أتعامل مع أزماتي بروح المرح مما يشجعني على الصمود	17	2.10	.548	منخفض
16	يمكنني تجاوز مشاعري غير السارة	18	2.03	.718	منخفض
17	أرى نفسي انسانية قوية	18	2.03	.718	منخفض
20	افتقر لوجود من يدعمني عند حدوث الأزمات	20	1.80	.997	منخفض
15	أجد من يساندني في الأزمات	21	1.73	.740	منخفض
8	في المواقف الضاغطة، لا يمكنني التركيز والتفكير بوضوح	22	1.70	.837	منخفض
25	أستسلم بسهولة عندما أشعر باليأس	23	1.66	.553	منخفض
1	أجد صعوبة في التأقلم مع التغيرات المفاجئة في حياتي	24	1.53	.681	منخفض
3	أشعر بالإحباط عندما أخفق في أمر ما	25	1.50	.509	منخفض
12	أشعر بالضعف عند مواجهة أي أزمة	26	1.40	.498	منخفض
	الدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي		2.32	.382	منخفض

يتضح من الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية لفقرات الصمود النفسي تراوحت ما بين

(1.40-3.23)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمّان (2.32) بانحراف معياري (0.382) وبمستوى منخفض، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة 14 " إيماني بالله يساعدني كثيراً في وقت الأزمات " بمتوسط حسابي (3.23)، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة 12 " أشعر بالضعف عند مواجهة أي أزمة " بمتوسط حسابي (1.40). ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء الضغوط والصعوبات التي تحيط بحياة المرأة الأرملة، كونها أصبحت تؤدي دور الأم والأب في آن واحد، وهذا يجعلها تتعرض لضغط كبير بسبب التفكير في كيفية تأمين حياة كريمة لها ولأبنائها، فضلاً عن توفير متطلباتهم وحاجاتهم، وهذا الضغط والتفكير قد يسبب للمرأة الأرملة الشعور بعدم الرضا عن حياتها، وعدم الشعور بالراحة والأمان، مما ينعكس سلباً على مقدرتها على الصمود.

ويمكن ان تعزى هذه النتيجة إلى صعوبة تكيف المرأة الأرملة مع الوضع الجديد بعد وفاة زوجها، مما يؤدي إلى عدم التوازن بين الجوانب النفسية والجسدية والاجتماعية والمادية كافة، وهذا يؤدي إلى تخطب قراراتها على مستوى حياتها الشخصية وفيما يتعلق بحياة أسرتها، وهذا يؤثر سلباً في صمودها النفسي، إذ أشارت بعض الدراسات أن تجربة فقدان وما يصاحبها من مشاعر، وعدم المقدرة على الصمود النفسي تمثل مصدراً كبيراً للقلق سواء على المستقبل أم على الصحة العامة، إذ يعاني المعرضون لتجربة فقدان غالباً من مشكلات صحية، فضلاً عن احتمالية الوفاة في أول عامين بعد الفقد (Earvolino-Ramirez,2007).

ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء شعور الأم الارملة بالعجز عن تحقيق التوافق بين ذاتها بكل احتياجاتها وامكانياتها والبيئة التي تعيش فيها بكل متطلباتها وصعوباتها والذي يتطلب تحقيق الصمود النفسي ، ومن ثم عجزها عن تغيير سلوكها، وإذا عجزت عن إحداث هذا التغيير تزداد مشكلاتها وتتجنب أداء المهمات الصعبة وتدرکها على انها مصدر تهديد شخصي، وتتمركز حول نفسها، ويكون التزامها أضعف نحو تحقيق الأهداف، وغير قادرة على تحمل مسؤولية اتخاذ القرار، وتقلع مبكراً عن مواجهة التحديات والصعوبات التربوية والاسرية والخبرات الضاغطة، مما يجعلها تقع ضحية للضغوط والأزمات ويؤثر ذلك في حياتها الشخصية والأسرية (Brook & Gold stein, 2008).

وترى الباحثة أن الترملة بحد ذاته يؤدي إلى شعور المرأة الأرملة بالوحدة والحرمان، وعدم

الاهتمام من الآخرين، وعدم الاستقرار والاستقلالية، إذ تفسر الأحداث والمواقف بشكل سوداوي وحزين، وتفقد الرغبة بالاستمرار، أو مواجهة الصعوبات لوحدها، فبعد فقدان زوجها تصبح المرأة الأرملة فاقدة الرغبة في ممارسة حياتها بالشكل الطبيعي لشعورها بأن الداعم والمساند لها قد تركها وحدها تواجه صعوبات الحياة ومشكلاتها، وهذا يفسر لماذا جاء مستوى الصمود النفسي لدى الأرامل منخفضاً.

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان، والجدول (4) يبين النتائج.

الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل

اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
21	أفكر كثيراً في تأمين متطلبات الحياة والالتزامات المادية المتزايدة	1	4.88	.346	مرتفع
22	أقلق على مستقبل ابنائي	2	4.87	.346	مرتفع
9	ترهقني ضغوط الحياة.	3	4.84	.379	مرتفع
25	تشعرني حاجتي للمال بالقلق	4	4.83	.379	مرتفع
23	أخشى من عدم قدرتي على تلبية متطلبات الحياة مستقبلاً	5	4.80	.484	مرتفع
24	يزعجني عدم وجود مصدر دخل ثابت.	5	4.80	.484	مرتفع
1	تقلقني الأحداث المتسارعة.	7	4.76	.435	مرتفع
10	أقلق من تراجع صحتي في المستقبل	8	4.60	.724	مرتفع
8	أشعر بالتوتر عند الحديث عن مستقبلي ومستقبل أطفالي	9	4.53	.571	مرتفع
17	أقلق من العيش بمفردى مستقبلاً	10	4.48	.509	مرتفع
18	أعتقد بأنه لن يهتم أحد بوجودي في المستقبل	10	4.48	.634	مرتفع
13	أعتقد أن كثرة مسؤولياتي تسبب لي أمراضاً جسدية	12	4.47	.571	مرتفع
16	أخشى من عدم وجود من يدعمني في المستقبل	13	4.47	.571	مرتفع
11	يقلقني احتمال إصابتي بحدوث يمنعي من إكمال حياتي.	14	4.43	.568	مرتفع
12	أشعر بصداخ عند التفكير في المستقبل.	15	4.37	.718	مرتفع
14	التفكير في المستقبل يمنعي من النوم	15	4.37	.718	مرتفع
2	أجد صعوبة في مواجهة الظروف الصعبة	17	4.33	.758	مرتفع
4	ينشغل تفكيري بالأمور السيئة التي يمكن أن تحدث مستقبلاً.	17	4.33	.547	مرتفع
7	المستقبل غير واضح بالنسبة لي	19	4.30	.651	مرتفع
20	أشعر بالقلق لعدم استقرار حياتي	19	4.30	.535	مرتفع
5	أعتقد أنه من الصعب أن أحقق الأمور التي أريدها في هذه الحياة	21	4.27	.450	مرتفع

الرقم	الفقرة	الرتبة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
3	أعتقد أنه لا يوجد شيء جيد سيحدث في المستقبل.	22	4.10	.995	مرتفع
6	أرى أن ظروفى لن تتحسن ابدا	22	4.10	.712	مرتفع
15	أشعر بتسارع دقات القلب عند التفكير في المستقبل	24	3.87	.819	مرتفع
19	أقلق من نظرة المجتمع لى في المستقبل	25	3.82	.772	مرتفع
	الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل		4.46	.247	مرتفع

يتضح من الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لفقرات قلق المستقبل تراوحت ما بين (3.82-4.88)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرامل اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان (4.46) بانحراف معياري (0.247) وبمستوى مرتفع، وكانت الفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي هي الفقرة 21 " أفكر كثيرا في تأمين متطلبات الحياة والالتزامات المادية المتزايدة " بمتوسط حسابي (4.88)، وكانت الفقرة التي حصلت على أقل متوسط حسابي هي الفقرة 19 " اقلق من نظرة المجتمع لى في المستقبل " بمتوسط حسابي (3.82).

ويمكن عزو هذه النتيجة بسبب التجربة السلبية التي تعيشها المرأة الأرملة بعد فقدان الزوج، إذ تتحمل المسؤوليات بمفردها بسبب فقدان الدعم المادي، مما يضعها تحت ضغط كبير في تدبير الأمور الحياتية اليومية، بما في ذلك تأمين احتياجاتها واحتياجات أطفالها من الطعام والشراب والسكن والرعاية الطبية. هذا الوضع يجعل المرأة الأرملة أكثر ضعفاً من النساء العاديات، وبالتالي تتطور لديها اضطرابات نفسية متعددة، بما في ذلك اضطرابات القلق، والتي يمكن أن يكون قلق المستقبل هو أبرزها. (Abu Tayeh, et al, 2016).

كما أشارت دراسة مياريس وفريستون (Freeston & Meares, 2015) أن الترميل يرتبط بعدد من الاضطرابات النفسية؛ كالقلق المرتبط بفقدان السيطرة والتركيز والانتباه، وانخفاض مستوى الطاقة وزيادة مخاطر الإصابة بالأمراض الجسدية والنفسية المختلفة، والشعور بالتعب والإرهاق بشكل مستمر، وصعوبة التركيز والانتباه نحو موضوع معين، والشعور بالإحباط والتوتر والاكتئاب، وهذا بدوره يؤدي إلى ارتفاع مستوى قلق المستقبل لدى الأرامل.

وترى الباحثة انه يمكن عزو هذه النتيجة إلى ان طبيعة الظروف المعيشية الصعبة التي تمر بها المرأة الأرملة، وتزايد متطلبات الحياة المختلفة المطلوبة منها، وازدياد الأعباء المالية المتعددة، مع عدم مقدرتها على توفير نفقات أسرتها يضطرها للعمل بمجالات لا تتناسب مع مقدراتها الجسدية والنفسية لسد حاجات أبنائها، وتوفير دخل كاف ومستقر يكفي احتياجات أسرتها،

وفي حال لم تستطع توفير ما تحتاجه أسرته يزداد لديها مستوى القلق من المستقبل.
النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصمود النفسي ومستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرمال اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الصمود النفسي ومستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرمال اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان، والجدول (5) يوضح النتائج:

الجدول (5) قيم معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الصمود النفسي ومستوى قلق المستقبل

الصمود النفسي		أوجه المقارنة
معامل الارتباط	مستوى الدلالة	
-0.218*	0.015	قلق المستقبل

*دال احصائياً عند مستوى دلالة ($\alpha=0.05$)

يتضح من الجدول (5) وجود علاقة عكسية بين الصمود النفسي ومستوى قلق المستقبل لدى الأمهات الأرمال اللواتي يراجعن جمعية المركز الإسلامي في عمان إذ بلغ معامل الارتباط (-0.218)، مما يدل على أنه كلما انخفض مستوى الصمود النفسي ارتفع مستوى قلق المستقبل. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى ما تتعرض له المرأة الأرملة من أفكار سلبية جراء القلق من المستقبل، وذلك منذ بدء محاولة مواجهة خبر وفاة زوجها، وتقبل الحياة بعد غيابه، وفقدان مشاعر الحب والحنان المتبادلة بينهما، وصولاً إلى التفكير في كيفية تأمين حياة كريمة لها، وهذا يجعلها ترى الأحداث بعين اليأس والاحباط وعدم الرغبة في القيام بأي عمل، مما يؤثر سلباً في مستوى الصمود النفسي لديها.

وترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية لأن قلق المستقبل يرتبط بعدد من المشكلات والاضطرابات النفسية والجسدية؛ كتدني الشعور بالثقة بالنفس والآخرين، والشعور بالوحدة وعدم الاهتمام، فضلاً عن المعاناة من كثرة التفكير والأرق وصعوبة الاستمرار بالنوم لساعات طويلة، والشعور بالتعب والإرهاق والضغط بشكل مستمر، وصعوبة التركيز والانتباه نحو موضوع معين، والشعور بالإحباط والتوتر، وهذا من شأنه أن يؤثر سلباً في مستوى الصمود النفسي.

التوصيات: في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، تمت التوصية بما يأتي:

1. عقد جلسات لتوعية الأمهات الأرمال بمخاطر اضطراب القلق بشكل عام، وقلق

2. عقد الورش والندوات التي من شأنها تعريف النساء الأرامل بالصمود النفسي وكيفية تحسين مستواه.
3. توعية أفراد المجتمع كافة بضرورة الوقوف بجانب فئة الأرامل وتقديم الدعم النفسي والمادي والاجتماعي لهن.
4. إجراء دراسات وأبحاث تتناول كل من متغيري قلق المستقبل والصمود النفسي لدى الأمهات الأرامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية؛ كالعمر، ومكان السكن، وعدد أفراد الأسرة، وسنوات الترميل، والوضع الاقتصادي.

References

- Abbas, N & Jabr, A. (2022). Psychological resilience and its relationship to life orientation among widowed women. *Journal of Iraqi Association for Education and Psychological Sciences*, 150(4).101-124.
- Abdalrazek, O. (2016). Level of aspiration, critical thinking and future anxiety as predictors for the motivation to learn among a sample of students of Najran University. *International Journal of Education and Research*,4(2), 61-70.
- Abu Tayeh, A., Abu Darwish, M., Al-Hroub, A & Al-Tarawneh, I. (2016). Characteristics of widows and divorced women in the governorates of southern Jordan and the problems they face, *Arab Journal of Humanities and Social Sciences*, (23) 8, 275-289.
- Al-Agha, R (2011). *Predicting the social behavior of widowed women in light of some variables*, Unpublished Master Thesis, University of Gaza, Palestine.
- Al-Ali, J. & Al-Omran, N. (2021). Psychological resilience and its relationship to methods of coping with stress among divorced Bahraini women, *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 31 (111), 471-501.
- Al-Amoush, R. (2021) *The degree to which psychological flexibility and mindfulness contribute to predicting future anxiety among single mothers in Jordan*, Unpublished Doctoral Dissertation, University of Jordan: Amman, Jordan.
- Al-Behari, M. (2011). Psychological resilience varies with some variables Sample of orphans. *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 21 (70), 479-536.

- Al-Husseini, A (2011). *Future anxiety and logotherapy*, Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Sharafi, M. (2013) *Psychological exhaustion and its relationship to both future anxiety and the level of ambition among tunnel workers*, Unpublished Master's Thesis, Islamic University, Gaza, Palestine.
- Alwan, H. (2020). *Social support and its relationship to achievement motivation and psychological resilience among widowed female students in Palestinian universities*. Unpublished Master Thesis, Islamic University, Gaza, Palestine.
- American Psychological Association (2014). *The road to resilience*, Washington DC: APA.
- Ankrom, S. (2021). anticipatory anxiety and panic disorder. Retrieved from: <https://www.verywellmind.com/anticipatory-anxiety-and-panic-disorder-2584252>.
- Astrom, E., Wiberg, B., Sircoval, A., Wiberg, M. & Carelli, M. (2014). Insights into features of anxiety through multiple aspects of psychological time. *Journal of Integrative Psychology and Therapeutic*, 3(2),1-7.
- Awawda, Z. (2017) *Factors predicting sources of psychological stress and future anxiety among women who are heads of their families*, Unpublished Master's Thesis, Yarmouk University, Irbid, Jordan.
- Basnet, S., Kandel, P., & Lamichhane, P. (2018). Depression and anxiety among war-widows of Nepal: A post-civil war cross-sectional study. *Psychology, health & medicine*, 23(2), 141-153.
- Bouziane, F. (2015) *Coping strategies and their relationship to quality of life among a sample of widows: A field study in the city of Ouargla*, Unpublished Master's Thesis, Kasdi Merbah University-Ouargla, Algeria.
- Brooks, R., & Goldstein, S. (2008). The mindset of teachers capable of fostering resilience in students. *Canadian Journal of School Psychology*, 23(1), 114-126.
- Bulgan, C., Odabas, H. I., Dal, S., Meçu, E., & Aydin, M. (2017). Assessment of state and trait anxiety level of physical education and sports' students before the term final examinations: Example of Halic University. *Universal Journal of Educational Research*, 5(6), 932-938.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (*CD-RISC*). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.

- Dunn, C. (2015). *Young widows' grief: a descriptive study of personal and contextual factors associated with conjugal loss*. PhD Thesis, USA: Utah State University.
- Earvolino-Ramirez, M. (2007). *Resilience: A concept analysis In Nursing forum*. Malden: Blackwell Publishing Inc.
- Freeston, M., & Meares, K. (2015). *Overcoming worry and generalized anxiety disorder: A self-help guide using cognitive behavioral techniques*. Hachette UK.
- General Statistics Department. (2021), *Jordanian Statistical Yearbook*, Jordan.
- Hammad, A. (2016). *U.S. Patent No. 9,424,413*. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- Holm, A. L., Berland, A. K., & Severinsson, E. (2019). Factors that influence the health of older widows and widowers—A systematic review of quantitative research. *Nursing open*, 6(2), 591-611.
- Ibrahim, I. (2018). Perseverance and hope as predictors of future anxiety in a sample of the assisting body for faculty members in Egyptian universities (In Arabic). *Journal of the College of Education in Psychological Sciences*, 42(2), 14- 130.
- Jamalallail, M. (2014). Future anxiety and optimism among gifted students' parents. *The 2014 WEI International Academic Conference Proceedings*, Budapest, Hungary.
- Jawhar, E. (2014). Psychological resilience and its relationship to methods of coping with stress among a sample of mothers of children with special needs. *Journal of the College of Education in Benha*, 97(1), 294-334.
- Kamal, H. (2017). *Psychological resilience as a variable modifying the relationship between stressful life events and depressive symptoms among widows*, Unpublished Master's Thesis, Sohag University, Sohag City, Egypt.
- Khasawneh, A. (2022). Future anxiety and its relationship to quality of life among a sample of widows in Irbid Governorate. *Hebron University Research Journal (Humanities)*, 17(2).153-182.
- Li, X., Ge, T., Dong, Q., & Jiang, Q. (2023). Social participation, psychological resilience and depression among widowed older adults in China. *BMC geriatrics*, 23(1), 454.
- Luxon, K., Fletcher, R. & Leeson, H. (2009). Predictors of future anxiety about male pattern baldness in New Zealand Males. *New Zealand*

- Journal of Psychology*, 38(3), 35-41.
- Mahmoud, H (2009). *Positive resilience and its relationship to the direction of control among a sample of university youth*, Unpublished Master's Thesis, Ain Shams University, Cairo, Egypt.
- McGillivray, C. J., & Pidgeon, A. M. (2015). Resilience attributes among university students: A comparative study of psychological distress, sleep disturbances and mindfulness. *European Scientific Journal*, 11(5).33-48.
- Mhidat, M. (2019) *The effectiveness of rational emotive behavioral therapy in improving the quality of life and reducing feelings of loss and anxiety about the future among a sample of widowed women*, Unpublished Doctoral Thesis, Yarmouk University, Irbid, Jordan.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M.(2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of adolescence*, 26(1), 1-11.
- Radwan, B. (2019) Self-compassion and its relationship to psychological resilience and future anxiety among mothers of children with special needs. *College of Education Journal*, 29(6), 111-173.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and psychopathology*, 24(02), 335-344.
- Zisook, S., Schneider, D., & Shuchter, S. R. (1990). Anxiety and bereavement. *Psychiatric Medicine*, 8(2), 83-96.