

عمادة الدراسات العليا

جامعة القدس

درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل":
دراسة مقارنة

رشا محمود أحمد عودة

رسالة ماجستير

القدس - فلسطين

1441هـ/2020م

درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل":
دراسة مقارنة

إعداد:

رشا محمود أحمد عودة

بكالوريوس خدمة اجتماعية من جامعة القدس - فلسطين

المشرفة: الدكتورة سهير الصباح

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة الماجستير في الصحة النفسية
المجتمعية من كلية الدراسات العليا في جامعة القدس / فلسطين

1441هـ/2020م



جامعة القدس

عمادة الدراسات العليا

برنامج الصحة النفسية المجتمعية/ مسار العلاج النفسي

إجازة الرسالة

درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل": دراسة مقارنة

اسم الطالبة: رشا محمود أحمد عودة

الرقم الجامعي: 21610089

المشرف: د. سهير الصباح

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ: 18/01/2020 من قبل لجنة المناقشة المُدرجة أسماؤهم وتوقيعهم:

1. رئيس لجنة المناقشة: د. سهير سليمان الصباح

2. ممتحناً داخلياً: د. منى خليل حميد

3. ممتحناً خارجياً: د. عدنان لطفي سرحان التوقيع

القدس/ فلسطين

1441هـ/2020م

الإهداء

إلى صاحب القلب الطيب ومصدر القوة والأمان "أبي الغالي"

إلى مصدر الحب والحنان، إلى المرأة التي مهدت لي طريق الحياة "أمي الحبيبة"

إلى الدماء التي تجري في عروقي "إخواني وأخواتي"

إلى شريك حياتي، ورفيق دربي وسندي "زوجي الحبيب"

إلى نور عيني ومهجة قلبي أبنائي "فهمي، باسل، عمر ويوسف"

إلى روح "حمائي" الطاهرة رحمها الله

إلى والدة زوجي، إخوانه وأخواته

إلى من تحلين بالإخاء وتميزن بالعطاء والدعم صديقاتي

إلى كل من ساعدني وساندني

إليهم جميعا أهدي هذا العمل.

رشا محمود أحمد عودة

إقرار:

أقر أنا مقدم الرسالة أنها قدمت لجامعة القدس لنيل درجة الماجستير وأنها نتيجة أبحاثي الخاصة باستثناء ما تمت الإشارة اليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة أو أية جزء منها لم يقدم لنيل أي درجة عليا لأية جامعة أو معهد.

الاسم: رشا محمود أحمد عودة

التوقيع: رشا المقاضي

التاريخ: 18 / 1 / 2020م

الشكر والتقدير

أبدأ شكري وحمدي لله عز وجل الذي منَّ علي لإنجاز هذا العمل المتواضع.

ثم أتقدم بالشكر والامتنان إلى **دكتورتي ومشرفتي سهير صباح**، لما قدمته لي من إرشاد ومتابعة لإتمام الرسالة.

وأوجه شكري وتقديري لأعضاء **لجنة المناقشة** على وقتهم وملاحظاتهم التي أغنت هذا البحث.

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير إلى **الأساتذة** الذين أسهموا في تحكيم أداة الدراسة.

وأتقدم بجزيل الشكر للأستاذ **فريد أبو غوش** والأستاذ **نبيل الحج ياسين** والطاقم المهني من مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري لتسهيلهم مهمة إكمال رسالتي العلمية.

ويسعدني أن أتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى **أسرتي وصديقاتي لدعمهم ومساندتي**

وأتقدم بالشكر والتقدير **للأمهات اللواتي** فُمن بتعبئة المقياس وأبدين التعاون وأعطين من وقتهن لإتمام البحث في برنامج "الأم الدليل"، **والأمهات اللواتي** لم يشاركن في البرنامج.

إليهم جميعاً الشكر كله والاحترام.

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل"، واللواتي لم يشاركن، وإلى معرفة الاختلاف في درجة التوافق النفسي تبعاً لمتغيرات الدراسة: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؛ لتحقيق هذه الأهداف استخدمت الباحثة المنهج التحليلي المقارن، واستخدمت مقياس التوافق النفسي على مجتمع دراسة، شملت كافة أفراد مجتمع الدراسة، وبلغ عددهنّ (300) أم، حيث يمثل المجتمع عينة الدراسة.

توصلت الدراسة إلى أنّ درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" جاءت بدرجة مرتفعة، حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.64)، والانحراف المعياري بلغ (0.258)، أما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل" فقد جاءت بدرجة اقل، حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.51)، والانحراف المعياري (0.278).

كما بينت النتائج أنّ درجة التوافق النفسي تختلف باختلاف متغيرات الدراسة، فحسب متغير عمر الأم كانت الفروق لصالح الفئة العمرية (18-25 سنة) لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج، ولصالح الفئة (30-35 سنة) لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج. وحسب متغير مكان السكن كانت الفروق لصالح سكان المخيم لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج، ولصالح سكان المدينة لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج. أما حسب متغير المستوى التعليمي فقد كانت الفروق لصالح المستوى الجامعي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج واللواتي لم يشاركن في برنامج وحسب متغير المستوى الاقتصادي فقد كانت الفروق لصالح المستوى (من 4500 شيكل فما فوق) لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج واللواتي لم يشاركن في برنامج .

وفي ضوء نتائج الدراسة اقترحت الباحثة توصيات عدّة، وكان من أهمها ضرورة تعميم تجربة الأم الدليل على مراكز الصحة الحكومية، واعتماد خطة وطنية تتبناها وزارة الصحة الفلسطينية لرعاية الأم الحامل أثناء فترة الحمل وما بعدها في الجوانب النفسية.

الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي، برنامج الام الدليل .

The Degree of Psychological Adjustment Among Mothers Who Participated in Mother to Mother Program: A Comparative Study.

Prepared by: Rasha Mahmmoud Ahmad Odeh

Supervisor: Dr. Suhair Sabbah

Abstract:

This study aims to assess the psychological adjustment of mothers who participated in “Mother To Mother” programme and the ones who did not, and to know the differences in the psychological adjustment according to the study variables (age, residence, educational level, and economic level).

To achieve these goals, comparative analytical approach was used, and psychological adjustment scale, in dividing sample of (300) mother.

The study found that psychological adjustment among mothers who participated in the “Mother To Mother” programme resulted with a high was of a mean of (2.64) and a standard deviation of (0.258). While, the psychological adjustment degree of mothers who did not participate in the “Mother To Mother” programme was lower than mother who participated in the programme with a mean of (2.51) and the standard deviation (0.278).

Moreover, the results showed that the psychological adjustment differed according to the study variables. Regarding mothers *Age* variable, the differences were in to favor of age (18-25 years) for mothers who participated in the programme, while for mothers who did not participate in this programme, the age favor was for (30 – 35 years). As for place of residence variable, the favor was to the ones who lived in camps for those who did not participate in the programme, For to the Educational level, the differences were in favor to the University level for mothers who participated in this programme as the same as the mothers who did not participate. As to the *Economic level* variable, the differences was in favor to salaries level from (4500 ILS and above) for mothers who participated and the ones who did not participate.

Based on the study results, the study suggested some recommendations, and the most important once are; disseminate the experience of the “Mother To Mother” programme to the governmental health centers, and to apply a national plan to be adopted by the Palestinian Health Ministry to support and take care of the pregnant women during pregnancy and after it particularly the psychological aspects.

Key words: Psychological adjustment , Mother To Mother Programme

الفصل الأول: خلفية الدراسة

- مقدمة.
- مشكلة الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- أهداف الدراسة.
- أسئلة الدراسة.
- حدود الدراسة.
- مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول:

خلفية الدراسة:

1.1 المقدمة

ينتمي الإنسان إلى مجتمع منبثق عن مجتمع مصغر؛ وهي الأسرة، والتي تعدّ الأساس في بناء المجتمعات وتشكيلها، حيث تؤدي دوراً مهماً في توفير حياة سعيدة لأبنائها، وفي توفير احتياجاتهم جميعها، وترسيخ القيم والأخلاق، مما يضمن لهم بناء شخصية سوية، وللأم دور رئيسي وأساسي في بناء الأسرة، فمرحلة الأمومة تبدأ منذ لحظة الحمل، وفي هذه المرحلة تبدأ رحلة الحياة بتجربة الأمومة، مما يتطلب من الأم أن تتمتع بصحة نفسية سليمة ومتوازنة، وخالية من الانفعالات والمشكلات الأسرية

التي تنعكس عليها نفسياً وجسدياً وصحياً.

يعدّ التوافق من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية، حيث إنّ كافة تصرفات الفرد الناجحة أو الفاشلة، ما هي إلا محاولات منه لتحقيق توافقه والتقليل من توتره ومشكلاته، فالإنسان يحاول باستمرار أثناء حياته أن يلبي كافة حاجاته، لكنّ ذلك ليس بالأمر السهل، إذ أنه يصطدم بالعديد من العقبات، وهذا قد يزيد من إحباطه؛ لذا على الإنسان أن يعدّل تصرفاته حتى يستطيع النجاح بحياته، وحتى يستطيع تحقيق توافقه مع نفسه برضاه عنها، وتوافقه مع مجتمعه برضاه عن الناس وعن عاداتهم وتقاليدهم (حولي، 2012).

ويعرّف التوافق النفسي من المنظور الشخصي والانفعالي بأنه مقدرة الفرد على تقبل ذاته والرضا عنها، وقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد، وشعوره بالقوة، وإحساسه بقيمته الذاتية وقيمه في الحياة، وتمتعه بانتزان انفعالي وهدوء نفسي (بركات، 2008).

حيث يتفق علماء الاجتماع وعلماء النفس الاجتماعي على أن الأم هي أول وسيط للتنشئة الأسرية والاجتماعية للطفل، فهي أول من يتلقاه بالحنان والرعاية والاهتمام، وهي التي تبدأ في تنبيه عواطفه، كما وتمكّنه من أن يصبح عضواً فعالاً بصورة إيجابية في المجتمع (الجبالي 2005).

إنّ كون الأم الدليل تقوم بدور الأم المرشدة يؤدي إلى صقل خبرات الأمهات وربطها بالقيم الإيجابية في عملية تنشئة الطفل، و تدريبهن على مساعدة الأسرة في تبني القيم والعادات السليمة، مساعدة قائمة على أساس دعم دور الأمومة عن طريق برنامج الزيارات البيئية للأسر (نبروخ، 1993).

وبناءً على ذلك، فإنّ للمؤسسات والمشروعات التربوية الاجتماعية والتنمية دور مهم للعمل مع الأسرة في تمكينهم ذاتياً ونفسياً وأسريراً ومجتمعياً.

2.1 مشكلة الدراسة

تعدّ الأسرة من أهم مؤسسات التنشئة الاجتماعية ، وعندما تتوفر للام الأجواء الاسرية المبنية على الحب والتفاهم مع الزوج والعلاقة التي تسودها السكينة والمودة والرحمة ، مما يؤثر على الصحة النفسية لديها ويحقق التوافق النفسي.

ومن خلال عمل الباحثة في برنامج الأم الدليل وهو برنامج ارشادي أسري تمكيني من أم الى أم يهدف الى إكساب الأمهات المعرفة والمهارات التي تتعلق بتطور الطفل ومن خلال إطلاع الباحثة على حيثيات البرنامج، لاحظت أنّ تركيز العمل مع الأمهات حول الجانب التوعوي الإرشادي للأم وللطفل والأسرة، ومن خلال التغذية الراجعة التي تحصل عليها مركزات البرنامج من الأمهات الدليل اللواتي يقمن بالزيارات البيئية، ويتحدثن عن التغييرات التي تحصل لدى الأم على الصعيد المعرفي لفهم احتياجات الطفل والجانب الذاتي والأسري.

الثقة التي تمنحها الأم للأم الدليل في التعبير عن مشاعرها ومخاوفها في التعامل مع الطفل ، الأمر الذي لفت انتباه الباحثة أنه من المهم جداً معرفة أثر البرنامج على الأمهات من الجانب النفسي؛ لأنّ التركيز دائماً حول معرفة أثر البرنامج على التغييرات التي تحصل للطفل بعد مشاركة الأم في البرنامج؛ ولفحص الأثر يتم استخدام استمارات متابعة وتقييمية ، لكن لا توجد أية استمارة متابعة أو مقياس يستخدم لمعرفة التغييرات في جوانب التوافق النفسي لديهم، إلا عن طريق التغذية الراجعة التي

تقدمها الأم الدليل للمركزة توضح أن البرنامج يُحدث تغير على الجانب النفسي للأمهات، وعلى الرغم من ذلك، فهذا ليس كافياً، كما أن الدراسات التي تتعلق بموضوع التوافق النفسي للأمهات وبرامج الزيارات البيئية الإرشادية لم تتطرق له على المستوى الفلسطيني، وعليه قامت الباحثة بهذه الدراسة حتى نتعرف على درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل والأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج في محافظة القدس.

وتتلخص مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي: ما مستوى التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل"؟ دراسة مقارنة

3.1 أهمية الدراسة

تكمن أهمية الدراسة من كونها جزء في تطوير البرامج الأسرية الإرشادية المتخصصة وفي دعمها وتحسينها حين العمل مع الأمهات، أيضاً باهتمامها بالعنصر الأساسي في الأسرة وهي الأم، وبإلقاء الضوء على دور برنامج الأم الدليل في وصول الأمهات لدرجة التوافق النفسي، وفيما يأتي بعض النقاط التي تبين أهمية هذه الدراسة:

- تعدّ هذه الدراسة إضافة جديدة للمهتمين بشؤون الأسرة خاصة بالأمهات، فعلى الرغم من وجود بعض الدراسات عن التوافق النفسي، إلا أن هذه الدراسة تعدّ الأولى لقياس مدى فاعلية برنامج الأم الدليل في تعرف على درجة التوافق النفسي للأمهات المشاركات في برنامج الأم الدليل

- وتبرز أهمية الدراسة في التعرف على التوافق النفسي لدى الأمهات، حيث تشكّل الأمهات جزءاً مهماً في مجتمعنا الفلسطيني في الحفاظ على أسرة متماسكة وسعيدة، نظراً لأننا نعيش في ظروف صعبة تؤثر على توافق الإنسان النفسي.

- وتشكل هذه الدراسة مدخلاً لإجراء المزيد من الدراسات عن الأمهات، كما وقد تسهم بوضع خطط مستقبلية لزيادة التوافق النفسي لدى الأمهات، ولتقديم الدعم لهنّ.

4.1 أهداف الدراسة

الهدف العام: فحص فعالية برنامج "الأم الدليل" لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج في محافظة القدس .

الأهداف الخاصة:

- التعرف إلى درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل".
- التعرف إلى درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل".
- التعرف إلى الاختلاف بين درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" تبعاً لمتغيرات الدراسة: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي).
- التعرف إلى الاختلاف بين درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل" تبعاً لمتغيرات الدراسة: (العمر، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي).

5.1 أسئلة الدراسة

- السؤال الأول: ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل"؟
- السؤال الثاني: ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل"؟
- السؤال الثالث: هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" والأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل"؟
- السؤال الرابع: هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" و الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج " الأم الدليل" باختلاف متغيرات الدراسة (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟

6.1 حدود الدراسة

اقتصرت حدود الدراسة على ما يأتي:

- الحدود البشرية: الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل"، ومجموعة مشابهة في الخواص الديمغرافية من الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج في مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري.

- الحدود الزمنية: من شهر أيلول 2018 لغاية شهر تشرين الثاني 2019.
- الحدود المكانية: مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري في محافظة القدس.
- الحدود المفاهيمية: المفاهيم والمصطلحات الواردة في هذه الدراسة.
- الحدود الإجرائية: اقتصرت الدراسة على أداة الدراسة، ومدى ثباتها وصدقها، وعلى مجتمع الدراسة وعينتها، والمعالجات الإحصائية المستخدمة.

7.1 مصطلحات الدراسة

- **التوافق النفسي:** هو عملية مستمرة يقوم بها الفرد التي من خلالها يعمل على تغير وتعديل سلوكه مما يحقق له التوازن بين الفرد والبيئة. (زهران، 2003)
- وتعرفه الباحثة إجرائياً: مجموع درجات المبحوث على مقياس التوافق النفسي المستخدم في الدراسة.

- **الأم (الأمهات):** هي التي تحمل وتلد وترضع طفلها، مما يشكل بينهما علاقة نفسية وبيولوجية، ويتلقى الطفل الاهتمام والرعاية، وهي أول وسيط لتحقيق التنشئة الأسرية للطفل، حيث تقوم بتبنيه عواطفه وتعليمه حتى يصبح إنسان ناجح وفَعَال في المجتمع (ماصري، 2016).
- وعرفت هيلين دوتش الأمومة: العلاقة بين الأم وطفلها كرابط اجتماعي وفيزيولوجي وعاطفي، تبدأ العلاقة من لحظة تكوّن الجنين، وتمتد إلى جميع مراحل التطور الفيزيولوجي اللاحقة من الحمل إلى الولادة ثم الرضاعة، حتى العناية الجسدية، وتترافق كل هذه الوظائف برودود فعل عاطفية متماثلة فيما بينها" (دوتش: 2008: 27).

وتعرفهن الباحثة إجرائياً: بأنهن الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج الأم الدليل واللواتي لم يشاركن في البرنامج في مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري في محافظة القدس.

- برنامج "الأم الدليل": يعرف البرنامج حسب مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري على أنه برنامج إرشادي أسري تمكيني تنموي، يعتمد الإرشاد من أم إلى أم، حيث تقوم الأم الدليل بتقديم الإرشاد البيئي للأمهات الحوامل في الشهر السابع أو للأمهات اللواتي لديهن طفل من الميلاد لثلاثة أعوام، إضافة لذلك يتضمن البرنامج العمل على إرشاد مجموعات (الأزواج) ويتضمن العمل معهم حسب إحتياجهم لمواضيع تتعلق بتربية الأبناء والعلاقات الوالدية والأسرية (مجموعة الحماة والكنّة والجذات) يتم العمل من خلال مضامين برنامج حول الاتصال والتواصل التنشئة

الاجتماعية مهارات في تربية الاحفاد والادوار الاسرية ، التفاوض واتخاذ القرار .(مؤسسة برامج
الطفولة والعمل الجماهيري، 1984-2007).

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

- الإطار النظري.

- الدراسات السابقة.

الفصل الثاني:

الإطار النظري ودراسات السابقة:

1.2 المحور الأول: التوافق النفسي

1.1.2 المقدمة:

إن الإنسان المتوافق نفسياً والذي يتمتع بصحة نفسية جيدة، يستطيع الاندماج والتكيف مع البيئة المحيطة به، كما ويستطيع إيجاد الكثير من الفرص التي تمكنه من التغلب على المشكلات والصعوبات التي يواجهها في حياته، وهذا ما يحفظ له استقراره وتوافقه مع نفسه وبيئته (الكحلوت، 2011).

2.1.2 نشأة مصطلح التوافق:

ظهر مصطلح التوافق ضمن مصطلحات علم البيولوجيا، واحتل ركناً بارزاً في نظرية التطور التي جاء بها "تشارلز دارون" سنة 1859، والتي أكدت على البقاء وبقاء الأصلح، ثم أُستخدم بعد ذلك في علم النفس (الجموعي، 2013).

مصطلح التوافق أُستمد من مصطلح التكيف، ويعد هذا المصطلح الجزء الأساس الذي بُنيت عليه نظرية دارون للتطور، وهو يعني العمليات التي تؤدي دوراً في بناء جنس الإنسان، فالصفات البيولوجية التي يمتلكها الفرد لا تستطيع مساعدته على الاستمرار بالحياة، إلا إذا كان هناك أشياء تحافظ على استمرارها، من هذا المنطلق اهتم علماء النفس ببقاء الإنسان الاجتماعي والنفسي، واعتمدوا على المصطلح البيولوجي للتكيف في تفسير الجانب النفسي لمفهوم التوافق، وفي معرفة سلوك الفرد مع ضغوطات الحياة وظروفها. فالتكيف يشير إلى تصرفات الفرد التي تبقيه بحالة نشطة لمتابعة حياته، أمّا التوافق فيدلّ على الجزء النفسي من نشاط الفرد وبيئته (صلاح الدين ويونس، 2016).

ويعدّ التوافق عملية مستمرة يؤديها الإنسان خلال مراحل حياته، حيث يتعرض لمجموعة من الظروف والمشكلات الحياتية التي تتطلب منه سلوكيات ملائمة، بهدف التقليل من مستوى القلق والحفاظ على الترابط بينه وبين محيطه، مما يعني بأن على الفرد مواجهة المخاطر كافة التي تهدد علاقته المستقرة مع محيطه، حتى يحافظ على توافقه النفسي مع ذاته ومع محيطه (بطرس، 2008).

3.1.2 مفهوم التوافق:

أدى وجود العديد من الباحثين والعلماء إلى وجود العديد من المعاني لمفهوم التوافق، فكل باحث عمل على تعريف المصطلح حسب بيئته وثقافته، وبالرغم من اختلاف التعريفات، إلا أنها جميعاً تهتم بمدى توافق الشخص مع ذاته أو مع بيئته المحيطة (عقيلان، 2011).

ويقصد بالتوافق في المعجم الوسيط يعني ان يسلك المرء مسلك الجماعة ويتجنب السلوك الغير مرغوب به (إبراهيم انس واخرون، 1973)

التوافق في اللغة :كلمة تعني "التآلف والتقارب، واجتماع الكلمة نقيض التخالف والتنافر والتصادم وهو غير الاتفاق الذي يعني المطابقة التامة" (فهيم، 1970:11)

أما في اللغة الإنجليزية فهناك العديد من الكلمات التي تستخدم لتوضيح هذا المصطلح، ومنها Adaptation، Adjustment، Accommodation ويُقصد بها في اللغة العربية تكيف، تلاؤم، توافق (الجموعي، 2013:77)

والتوافق اصطلاحاً تمّ تعريفه حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي بأنه: "العملية التي يدخل بها الفرد في علاقة متناسقة أو صحية مع بيئته مادياً واجتماعياً" (الحنفي: 1978:20).

4.1.2 مفهوم التوافق النفسي:

عندما أوضح علماء النفس مصطلح التوافق، فقد ركزوا على مستويين مهمين لا يمكن الفصل بينهما، وهما التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي، ويُقصد بهما علاقة الإنسان مع نفسه ومع بيئته، فالإنسان الذي يكن متوافقاً مع نفسه ويستطيع التحكم بدوافعه وسلوكياته، يكن متوافقاً مع بيئته وأفراد مجتمعه، ويستطيع مواجهة الصعوبات وإشباع حاجاته التي تحقق له الاستقرار النفسي (بوريشة ومكي، 2017).

التوافق النفسي: "مقدرة الفرد التي تؤثر على المشاعر والسلوك والأفكار والذاكرة والمقدرة على التعلم والتصور والتفاهم" (Betancourt.et.al.,2008,14)

ويُعرّف التوافق النفسي حسب لورانس (1935) على أنه مقدرة الشخص على الاندماج والتكيف مع نفسه ومع مجتمعه، في حين اعتمد مكيلاند في توضيح التوافق على عملية التغيير، حيث إنّ الشخص يقوم بإجراء بعض التغييرات في سلوكه حتى يتمكن من تلبية حاجاته، وتعتمد درجة التغيير على أهمية الحاجة المراد تحقيقها، وبهذا فإن تعريف التوافق حسب مكيلاند يعني مقدرة الشخص على إنشاء روابط قوية بينه وبين بيئته حتى يتمكن من تحقيق رغباته (السيد، 2017).

في حين عرّفه بن عمر (2015) على أنه عملية دائمة يقوم بها الفرد أثناء فترات حياته من أجل تحقيق التكيف مع نفسه ومع محيطه، وعندما يستطيع الفرد التعامل مع الصعوبات التي تواجهه فإن هذا يدل على تمتعه بتوافق نفسيّ جيد (بن عمر، 2015)، كما وعرفه Al Dababseh et al. (2017) على أنه العملية التي عن طريقها يقوم الإنسان بإحداث بعض التغيّرات في سلوكياته حتى يصبح أكثر توافقاً مع ذاته ومع بيئته.

وبالرغم من وجود الكثير من المفاهيم للتوافق، إلا أنه يمكن تصنيفها في محاور أساسية كما يأتي (شاذلي، 2001):

- التوافق الشخصي: حيث إنّ كل فرد مسؤول عن تحقيق توافقه مع نفسه.
- التوافق الاجتماعي: بمعنى أن المجتمع هو الذي يحدد توافق الشخص الاجتماعي، وذلك بالتزامه بسلوكيات الجماعة والابتعاد عن الأعمال الفردية المناقضة لها.
- التوافق الشخصي والاجتماعي: التوافق الذي يحققه الفرد مع ذاته ومع مجتمعه.

5.1.2 أنواع التوافق النفسي:

يؤدي تقبل الفرد لنفسه وللآخرين وتمتعه بشخصية متماسكة إلى منحه شعوراً بالسعادة والراحة، ويحفظ له صحته النفسية، فالإنسان وبيئته متغيران، وأيّ تغيّر يحدث فيهما يتطلب من الفرد إحداث تغيّراً مناسباً للحفاظ على الترابط بينهما، وهذا التغيّر يسمى التكيف، والترابط يسمى التوافق، فالتوافق يعني الحالة التي يحقق فيها الفرد استقراره، وذلك بإجراء بعض التعديلات سواء في نفسه أو في بيئته أو في كليهما، ولكن في حال فشل في التكيف مع بيئته فإن هذا يسمى بعدم التوافق (مجيد، 2012)، وهذا ما يدل على أن هناك نوعين من التوافق وهما:

1. **التوافق السوي:** " اتصال مباشر للفرد ببيئته بقصد إشباع حاجاته والذي يستهدف الرضا عن النفس وراحة البال والاطمئنان، نتيجة الشعور بالقدرة الذاتية على التكيف ببيئته والتفاعل مع الآخرين، ففي الموقف التوافقي ثلاثة عناصر هي: الفرد وحاجاته من البيئة أو إمكانات الظروف المسيرة له، والآخرين الذين يشاركونه الموقف، ولا غنى عن استرضائهم إلى جانب ترضية نفسه أيضاً". (بوشاشي، 2013:117)

2. **سوء التوافق:** فشل الإنسان في تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته، ومن ثمّ يعيش الفرد في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها في حالة عدم الانسجام (الداهري، 2008).

إذ ينشأ سوء التوافق "عندما تكون الأهداف ليست سهلة في تحقيقها، أو عندما تحقق بطريقة لا يوافق عليها المجتمع". (بوشاشي، 2013:119).

وحسب Al-Mihaisi (2016) فأن هناك ثلاثة جوانب لتفسير شخصية الإنسان (متوافقة وغير متوافقة):

- الجانب الأنثروبولوجي: يهتم هذا الجانب بالمجتمع ودوره في تحديد دوافع الإنسان وقيمه.
- الجانب الوراثي: يهتم هذا الجانب بدور الوراثة في تحديد سلوكيات الإنسان.
- الجانب الثقافي والاجتماعي: يهتم هذا الجانب بعلاقات الفرد وتفاعله مع الآخرين ومع المؤسسات الاجتماعية الموجودة في بيئات ثقافية محددة.

6.1.2 المصطلحات المتداخلة مع التوافق النفسي:

يعتبر مصطلح التوافق النفسي من المصطلحات المستخدمة بكثرة، وهو من المصطلحات الشائعة والمتداولة، وهذا ما أدى إلى حدوث تداخل بينه وبين بعض من المفاهيم، ومنها ما يأتي:

- التوافق والتكيف:

يمرّ الإنسان بالعديد من الظروف الصعبة والمفاجئة، مما يتطلب منه ضبط تصرفاته بما يتناسب مع هذه الظروف حتى يستطيع التكيف معها، وهذا ما يُقصد بالتكيف، فهذا المصطلح يستخدم للدلالة على التغيرات التي يجربها الشخص في سلوكياته حتى يتمكن من تحقيق التوافق في حياته (Alao, 2014)، وهذا المفهوم يعتمد على الأسلوب ومدى تلبية الحاجات، وهو يهتم بالجوانب الفيزيائية للإنسان والحيوان، في حين أنّ مصطلح التوافق يرتبط بالإنسان فقط، وهو يتضمن العمليات التي يقوم بها الفرد من أجل إشباع دوافعه، وحل مشكلاته والحفاظ على صحته النفسية وعلى علاقاته مع الآخرين (بلقاضي، 2016) ومن هنا يتبين أنّ المصطلحين متقاربان في التعريف.

- التوافق والصحة النفسية:

يرتبط مفهوم الصحة النفسية بحياة كل فرد، فمقدار تمتع الفرد بالصحة النفسية يعتمد على الفرد نفسه وعلى مجتمعه ومدى استقراره، فعندما يتمتع الإنسان بصحة نفسية جيدة فإن هذا يدل على أن لديه درجة عالية من الثبات النفسي، أما عندما يتمتع الإنسان بصحة نفسية منخفضة فهذا يدل على أنّ حياته مليئة بالتقلبات والتغيرات السريعة (الأحمد، 1999).

يُقصد بالصحة النفسية أنها: حالة يكون فيها الفرد متوافقاً نسبياً مع نفسه ومع بيئته ويشعر بالسعادة مع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة و شخصيته متكاملة وسوية. (زهران، 1978)

أما حسب منظمة الصحة العالمية فإنّ التوافق حالة من الرفاهية، يتعرف الإنسان عن طريقها إلى مهاراته وقدراته ويستغلها لتطوير نفسه لمواجهة ضغوط الحياة الطبيعية (WHO, 2003). يرى ولمان (Wolmen) أنّ التوافق هو "مقدرة الفرد على إشباع حاجاته ومقابلة متطلباته النفسية والاجتماعية بعلاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها" (Wolmen, 1973:35)

ومن هنا يتبين لنا وجود ارتباط بين المصطلحين، فعندما يتمتع الإنسان بصحة نفسية جيدة فإنه يستطيع أن يكون متوافقاً مع ذاته ومع مجتمعه، وعندما لا يشعر الفرد بالرضا والسعادة فإن هذا يزيد من توتره النفسي ويقلل من مستوى صحته.

7.1.2 النظريات المفسرة لعملية التوافق النفسي:

1- النظرية البيولوجية:

تهتم هذه النظرية بالجانب البيولوجي، فتوافق الفرد يعتمد على صحته النفسية، ويحدث توافقه عندما تستطيع أجزاء جسمه القيام بوظائفها بشكل منسجم فيما بينها، أما في حال كان هناك اضطراب في عمل هذه الأجزاء فإن هذا يؤدي إلى اختلال توافق الفرد وسوء صحته (حاج ويمان، 2015).

أي أنّ سوء التوافق يحدث لدى الفرد عند الإصابة بمرض جسدي، وهذا المرض قد يكون وراثي، أو مكتسب من البيئة، أو قد يحدث عند الإصابة باضطراب نفسي يؤدي إلى خلل هرموني، ولهذا يهتم علماء النفس بالجوانب المرضية التي تحدث بسبب اضطراب نفسي من الناحية البيولوجية (بن إبراهيم، 2018).

2- نظرية التحليل النفسي:

يوضح فرويد "Freud" التوافق على أنه عملية لا شعورية، بمعنى أن الإنسان يكون غير مدركاً للأسباب التي تدفعه للقيام ببعض التصرفات، والإنسان يستطيع أن يكون متوافقاً عندما يلبي حاجاته

المهمة للهو بأساليب مقبولة اجتماعياً، كما أن هناك صفات محددة تبين بأن الفرد متوافق نفسياً ويتمتع بصحة جيدة (صابر، 2019) وهي:

- سيطرة الأنا.

- إمكانية العمل والإنجاز.

- إمكانية العطاء والحب.

أما يونغ (Yong) فيعتقد أن التوافق يتحقق باستمرار النمو الشخصي دون توقف، وأن التوافق السوي يتطلب الموازنة بين ميول الانطوائية والانبساطية، ويتطلب هذا ضرورة التكامل بين العمليات الأساسية في تغيير الحياة والعالم الخارجي، وهي: الإحساس، والإدراك، والتفكير (التولي، 2015).

في حين أوضح إريكسون "Erikson" بأن التوافق يرتبط بنمو الفرد، فالإنسان أثناء فترات حياته يتعرض لمشكلات وصعوبات متعددة، وهذا يتطلب منه مواجهتها، وفي حالة تمكنه من التصدي لها، فإن هذا يكسبه التوافق والصحة النفسية، كما ويؤكد على أن الإنسان الذي يتمتع بشخصية متوافقة يتمتع بالاستقرار والثقة والطمأنينة والمقدرة على العمل وإنشاء العلاقات الاجتماعية (سفيان، 2004).

3- النظرية السلوكية:

تُعرف النظرية السلوكية التوافق على أنه العملية التي يكتسبها الفرد بالتعلم والخبرات التي يمر بها، حيث يتعلم العديد من السلوكيات الجيدة والسلوكيات السيئة، ومن ثم يستخدمها لمواجهة ظروف الحياة، وبالاعتماد على المثير يستخدم الشخص السلوك المناسب له، ففي حالة كان هناك ارتباط بين المثير والاستجابة فإن السلوك المستخدم يكون جيداً. ومن خلال المجتمع يشكل الإنسان شخصيته، حيث يتعلم السلوكيات المقبولة اجتماعياً، ويحدد رغباته بما يتناسب مع ثقاليده، وعندما يستطيع الإنسان أن يشكل سلوكياته السوية فإنه يُعتبر إنسان متوافق، بمعنى أن أنماط التوافق الجيدة أو السيئة يتم تعلمها أو اكتسابها عن طريق الخبرات. كما وأوضح يولمان وكراسنر "Yulman, Krasner" بأن الإنسان الذي يلاحظ بأن ارتباطه مع الآخرين لا يعود عليه بالإثابة فإنه يبتعد عنهم، ويقلل اهتمامه بهم، وقد يتخذ هذا التصرف شكلاً شاذاً (السراج، 2011).

وقد أوضح باندورا "Bandura" أنّ عدم مقدرة الإنسان على التعامل مع المواقف الجديدة، وسوء توافقه معها يعود إلى ضعف سلوكياته القديمة، وعدم قدرته على اكتساب وتعلم سلوكيات جديدة مناسبة لتغيرات الحياة، وبهذا فإن التوافق حسب المدرسة السلوكية يعتمد على الأسلوب الذي تعلمه الشخص في مواجهة ظروف الحياة (الكحلوت، 2011).

4- النظرية الإنسانية:

يستطيع الفرد التمتع بشخصية متوافقة عندما يندمج مع الآخرين ويكسب ثقتهم، مما يشعره بأنه ذو أهمية، ويحفزه على تبادل أفكاره معهم، ويساعده في الوصول إلى الاستقرار والصحة والتوافق (أبو زيد، 2017).

وقد أوضح روجرز "Rogers" بأنّ الأشخاص الذين لديهم توافق غير سليم يعبرون عن خوفهم من تصرفاتهم السيئة التي لا تتفق مع نظرتهم لأنفسهم، وهو يرى بأن الإنسان الذي يمتلك إرادة قوية وذو نظرة إيجابية للحياة ويستخدم عقله، فإنه يستطيع مواجهة الظروف الصعبة، ولكن في حالة لم يستطيع الفرد التنسيق بين ذاته وخبراته فإن هذا يقوده إلى التصرف بشكل متناقض ويؤدي إلى سوء توافقه. (خليفة 1990)

أما ماسلو "Maslow" فهو يرى بأن متطلبات الإنسان تؤثر على تصرفاته، وبالنتيجة فإنه يستطيع أن يحقق توافقه السوي عندما يحقق ذاته، ومن المعايير التي وضعها ماسلو للتوافق: الاستقلالية، والقدرة على إنشاء العلاقات الاجتماعية، وتقبل الذات (عبد القادر، 2015). كما يرى أن صاحب الشخصية السوية هو الشخص الذي يحقق ذاته، وتحقيق الذات يعني تحقيق القوى الكامنة الفطرية عند الشخص الذي يستطيع أن يحقق ذاته. وبناءً على ذلك تم وضع عدة معايير للتوافق، وهي: الإدراك الفعال للواقع، وقبول الذات، والتلقائية، والتمركز حول المشكلات المهمة، والاهتمام الاجتماعي القوي، والعلاقات الاجتماعية السوية، والتوازن بين جوانب الحياة المختلفة. (خليفة 1990)

لذلك أكد ماسلو على أهمية تحقيق الذات للوصول لتحقيق التوافق السوي، كما ركز على أهمية الحاجات النفسية المرتبطة بوجوده النفسي.

5- النظرية الاجتماعية:

أوضح رواد النظرية "Dunham,Riddick" التوافق على أنه عملية اجتماعية أساسها الالتزام بتقاليد المجتمع وثقافته، فالإنسان يسعى جاهداً للنجاح في حياته وإشباع دوافعه، ولا يستطيع تحقيق ذلك إلا عن طريق القيام بسلوكيات سوية تتناسب مع الظروف المتعددة التي يتعرض لها، أي أنّ طريقة استجابة الإنسان للمشكلات والمواقف المختلفة تدلّ على مدى توافقه (محمد وبلال، 2016).

كما أن اختلاف ثقافة المجتمعات والطبقات الاجتماعية قد يؤثر على مدى توافق الإنسان، فقد يكون الشخص متوافقاً في مجتمع ما وغير متوافق في مجتمع آخر، كذلك بالنسبة للطبقات؛ فالطبقة التي ينتمي إليها الإنسان تؤدي دوراً في توافقه، فأصحاب الطبقة الدنيا يتعاملون مع مشكلاتهم بطريقة تختلف عن أصحاب الطبقة العليا، والطريقة التي يواجه فيها الإنسان مشكلاته قد تحقق له التوافق النفسي، أو قد تؤدي إلى سؤئه (التلوي، 2015).

من تفسير النظريات للتوافق النفسي التي تمّ ذكرها، ترى الباحثة أنّ التوافق النفسي مرتبط بشكل متكامل في جوانب الشخصية الإنسانية السوية التي تتعلق بصحة الجسمية العقلية والانفعالية والاجتماعية والنفسية، مع التركيز على الثقة بالنفس وعلى الخبرات المكتسبة، وكيفية مواجهة تحديات الحياة بطريقة واعية، ومدى أهمية الوعي الذاتي والنظرة الذاتية الإيجابية والمقدرة على التعامل مع المجتمع وتقبّل القيم والقوانين، لذلك وجدت الباحثة أنه من الضروري تبني وجهة النظر الشمولية التكاملية للنظريات في تفسير التوافق النفسي، فلا يمكن الجزم والاعتماد على نظرية واحدة، فالنظريات مكتملة لبعضها بعضاً، وترى بإمكانية ربط التفسيرات النظرية بالقول أنّ الفرد لديه المقدرة على التوافق من خلال تقبل الفرد لذاته وتقبل معايير المجتمع وقيمه.

8.1.2 أبعاد التوافق:

يتكون التوافق من أبعاد أساسية عدة، وبالوقت الذي يتمكن فيه الإنسان من تحقيق هذه الأبعاد، فإن هذا يدل على تمتعه بشخصية متوافقة سليمة، تحقق له النجاح والاستقرار في حياته، وفيما يأتي توضيح لبعض من هذه الأبعاد:

- التوافق النفسي:

يقصد به "مقدرة الفرد على تقبله لذاته والرضا عنها، ومقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد والعمل المتواصل، إلى جانب شعوره بالقوة والشجاعة وإحساسه بقيمته، وأنه شخص ذو قيمة في الحياة، وخلوه من الاضطرابات العصابية وتمتعه باتزان انفعالي وهدوء نفسي" (شقيير، 2003: 5).

- التوافق الأسري:

تُعدّ الأسرة العنصر الأساس في تحقيق هذا النوع من التوافق، فاستقرار الأسرة ومقدرتها على تحقيق مطالب أفرادها يسهم في وجود علاقات قوية بين أبنائها، كما ويساعد على توفير المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع، أيضاً يمتد التوافق الأسري ليشمل سلامة العلاقات الأسرية مع الأقارب وحلّ المشكلات الأسرية (الحجار، 2016).

كما أشار Salem and Helmi (2016) إلى أنّ التوافق الأسريّ يعبر عن تمتع الإنسان بحياة سعيدة داخل أسرته التي تحبه وتقدره وتهتم به، بحيث يشعر بدوره الحيوي داخل هذه العائلة ومدى دور أسرته في تلبية احتياجاته وتحقيق الثقة والتفاهم بين جميع الأفراد.

- التوافق الشخصي:

يتحقق التوافق الشخصي عندما يكون الشخص مقتنعاً بذاته وبقدراته، وليس ضعيف الثقة ومتقلب الشخصية، وعندما تكون حياته النفسية هادئة بعيدة عن التوتر والقلق ومشاعر الذنب، فعندما يشعر الإنسان بالرضا عن ذاته يصبح لديه المقدرة على تلبية رغباته وحاجاته، مما يحقق له الأمن والسلام الداخلي والتوافق الشخصي. ومن أبعاد هذا التوافق: التوافق الجسدي والانفعالي والتوافق مع الذات (البيبي، 2015).

لذا فإن التوافق الشخصي هو: "أن يكون الشخص راضياً عن نفسه، غير كارهاً لها أو نافراً منها أو ساخطاً عليها، كما تخلو حياته النفسية من التوترات والصراعات التي تفتقرن بمشاعر الذنب والضيق والشعور بالنقص". (فهمي: 1979: 23)

- التوافق الاجتماعي:

يعتمد هذا النوع من التوافق على مقدرة الشخص على إنشاء علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين، وعلى مقدرته في مسايرة قوانين المجتمع والالتزام بها، فعلى الإنسان أن يحافظ على انسجامه وتربطه مع الآخرين باستخدام السلوكيات المتوافقة مع معايير الجماعة، ويستطيع تحقيق هذا التوافق عن

طريق تغيير سلوكه المتعارض مع رغبات المجتمع، وإتباع السلوك الملائم لرغباتهم، وهذا يقلل من التوتر لديه ويحافظ على صحته النفسية (بوشاشي، 2013).

حيث يتعلق التوافق الاجتماعي بالعلاقات بين الذات والآخرين وبمدى تقبل الفرد لذاته، وتقبل الآخرين، مما يساعد الفرد على إقامة علاقات اجتماعية تتسم بالتعاون والتسامح، و التي تعتمد على ضبط النفس وتحمل المسؤولية . (شاذلي، 201)

- التوافق المجتمعي:

تحدد البيئة الاجتماعية مدى توافق الشخص المجتمعي، فالفرد الذي يستطيع التعامل مع الظروف التي تواجهه في بيئته، سواء أكان من ناحية تعليمية أم اقتصادية أم إجتماعية، والذي يستطيع أن يشكل له مكانة اجتماعية، فهو يسهل حياته ويحقق لنفسه السعادة والطمأنينة (كباجة، 2011).

- التوافق الجسدي والصحي:

يشير إلى تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية، مع تقبل الفرد لمظهره الخارجي والرضا عن مكانته، وخلّوه من المشكلات العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وتمتعه بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية في معظم أوقاته، ومقدرته على الحركة والالتزان، وسلامة في التركيز، مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف في همته ونشاطه (شقيير، 2003 :5)

9.1.2 العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق النفسي:

توجد مجموعة من العوامل المؤثرة في مدى توافق الشخص، فإذا استطاع تحقيقها فإنه يستطيع التمتع بصحة نفسية جيدة، ولكن إذا لم يستطع النجاح في تحقيقها فإن هذا يؤدي إلى سوء توافقه وتكيفه، سواء مع نفسه أو مع الآخرين، ومن هذه العوامل ما يأتي:

- الحاجات الأولية والشخصية:

تمرّ عملية التوافق بعدة مراحل؛ تبدأ بشعور الفرد بحاجة ما وتنتهي بإشباع هذه الحاجة، والمقصود بالحاجات الأولية بأنها الحاجات التي يؤدي إشباعها إلى الحفاظ على بقاء الفرد. ومن ضمنها الحاجات الفسيولوجية وهي الحاجة إلى الغذاء والماء والنوم والجنس، أيضا هناك الحاجات الشخصية التي تتمثل في متطلبات يحتاجها الشخص حتى يكتمل توازنه ونضجه النفسي والشخصي، مثل

الحاجة إلى المحبة والنجاح والحرية، فعدم إشباع هذه الحاجات يقود الفرد إلى العدوان والعزلة (الداهري، 2010).

- وسائل الاتصال والتواصل (الكتب، السينما، التلفاز):

عرّف علماء النفس التواصل على أنه العملية التي ينقل بها الفرد المحفزات لتعديل سلوكيات الآخرين، في حين عرّف علماء الاجتماع التواصل بأنه الآلية التي تتطور بها العلاقات الإنسانية (Shonubi and Akintaro, 2016)، وبالرغم من التعريفات المتعددة لوسائل الاتصال والتواصل، إلا أنها تترك أثراً على شخصية الإنسان وتربيته، حيث تشكل عاملاً جيداً في بناء توافق الفرد، أو قد تؤدي إلى سوء توافق الشخص، خاصة عندما تُعرض عليه برامج ومشاهد عنيفة أو سيئة، فمثلاً قد تؤدي مشاهد العنف على التلفاز إلى التأثير سلباً على تصرفات الطفل وتدفعه إلى العدوان (كباجة، 2011).

- مفهوم الذات ومدى تقديرها:

يعدّ مفهوم الذات الأداة الأكثر حيوية لأفكار الفرد وتعبيراته، وهو أداة لسلوكه الرمزي حول ما يفكر فيه ويفهمه ويحكم عليه (Mishra, 2016)، فالفرد يعبر عن ذاته وتفاؤله وثقته ومقدرته على التحكم بنفسه، وعن تقديمه المساعدة للآخرين، وحصوله على الدعم منهم، مما يساعده على مواجهة صعوبات الحياة (قرعوش، 2012).

- العوامل الفسيولوجية:

تشكّل هذه العوامل الجزء الأساس الذي يبني عليه الفرد توافقه وتكيّفه النفسي، ففي حالة تعرّض هذه العوامل لأي خلل سينعكس سلباً على صحة الفرد، ويمنعه من تحقيق توافقه النفسي، وهذه العوامل تتضمن العديد من المكونات التي ترتبط ببنية الجسم، وما يحتفظ به الفرد منذ نشوئه من عوامل وراثية، وما تعرّض له من إصابات أو كسور أو أمراض أثناء حياته (الداهري، 2010).

- تعلم المهارات:

إن عملية التوافق عملية مستمرة تتطلب من الفرد التعلم بشكل مستمر، كما أنها نتاج ما تعرّض له الشخص من مواقف، أسهمت في اكتسابه طرق متعددة يستخدمها لتلبية دوافعه ورغباته، مما يعني أن المهارات يكتسبها الإنسان في الفترات الأولى من حياته، وهذا ما أكده فرويد عندما أظهر بأن أول

خمس سنوات من حياة الفرد مهمة لتشكيل شخصيته، ففيها يستطيع تحقيق توافقه أو عدمه (الغمري، 2016).

10.1.2 العوامل التي تؤدي إلى سوء التوافق النفسي:

يؤدي عدم مقدرة الإنسان على تحقيق أهدافه، أو تحقيقها بطريقة غير صحيحة، بحيث لا تضمن له الإشباع، أو بطرق مناقضة للجماعة، يؤدي إلى توتره وسوء صحته النفسية وتوافقه مع نفسه ومع الآخرين. ومن العوامل التي تعيق الفرد عن التقدم بحياته أو إشباع رغباته ما يأتي (ملال، 2017):

- مجموعة العوامل المرتبطة بالإنسان، ومنها العوامل الجسدية، والعقلية، والنفسية الانفعالية مثل التشوهات الجسدية، وضعف القدرات العقلية.
- مجموعة العوامل المرتبطة بالبيئة، ومنها العوامل الاقتصادية، مثل نقص المال، والعوامل المنزلية مثل الطلاق، والعوامل المدرسية (التعليمية) مثل أساليب التعلم الصعبة، والعوامل الاجتماعية كصرامة العادات والتقاليد، فسوء هذه العوامل يؤثر سلباً على شخصية الفرد وتربيته، ويقوده إلى استخدام سلوكيات خاطئة لتلبية حاجاته.

11.1.2 أساليب التوافق النفسي:

يستخدم الإنسان وسائل

الدفاع النفسي بهدف التخلص من حالة التوتر والخوف الناشئة عن مجموعة المشكلات والضغطات التي تترك آثاراً سلبية عليه، وتتواجد هذه الحيل عند الجميع لكن بدرجات مختلفة، فقد ينجح أحد الأفراد في استخدام بعض الحيل، وقد يفشل الآخر في استخدام نفس الحيل (زهران، 2005)، وحسب Gokdag (2015) فإن الفرد يستطيع تحقيق راحته النفسية عندما يستخدم الحيل الدفاعية للتقليل من توتره النفسي، لكن عندما يستخدم هذه الحيل بشكل مفرط فإن هذه المحاولات الدفاعية تصبح ضارة عليه، وهذا مثال على أقسام الأساليب الدفاعية:

- الأساليب الدفاعية الانسحابية.

- الأساليب الدفاعية العدوانية.

- الأساليب الدفاعية الإبدالية (زهران، 2005)

اما Nikam and Uplane (2013) فقد قسّمَا الحيل الدفاعية إلى أربعة أقسام، وهي:

- الحيل الدفاعية الذهانية مثل الإنكار الذهاني.

- الحيل الدفاعية غير الناضجة مثل الخيال والتمثيل.

- الحيل الدفاعية العصبية مثل القمع والانفصال.

- الحيل الدفاعية الناضجة مثل الفكاهة والتسامي.

وفيما يأتي بعض الأمثلة عن وسائل الدفاع النفسي:

- **النكوص:** يعني عودة الفرد إلى الوسائل التي كان يستخدمها قديماً لتحقيق رغباته، حيث يلجأ الفرد إلى هذا الأسلوب عندما يتعرض للإحباط من وجود عائق يمنعه من إشباع دوافعه، وأوضحه يونغ بأنه الوسيلة الوحيدة التي يستخدمها الإنسان لمواجهة الظروف الصعبة التي تقوده إلى الفشل، فمثلاً عندما يشعر الطفل بالغيرة فإنه قد يبدأ بالتبول على نفسه من أجل جذب الانتباه (القوصي، 1952).

- **التبرير:** يستخدمه الإنسان حتى يقنع نفسه بأن أعماله وأقواله مقبولة، ولم تخرج عن القوانين والمعايير التي وضعها لنفسه، حيث يقوم بذكر أسباب غير حقيقية لتصرفاته غير المقبولة للتخفيف من لومه لنفسه (هاشم والرسول، 2018).

- **الإسقاط:** يستخدم الإنسان هذه الحيلة حتى يقلل من حدة الخوف والتوتر لديه، حيث يلصق رغباته وأقواله غير المقبولة إلى أشياء أو أفراد آخرين (هاشم والرسول، 2018)، ويعرفه Horowitz et al. (1992) على أنه الحيلة التي بها يسند الفرد أفكاره غير المعترف بها على الآخرين حتى يتعامل مع ضغوطاته الداخلية والخارجية.

- **الكبت:** يلجأ الفرد إلى هذا الأسلوب حتى يستبعد رغباته وأفكاره، وينقلها من منطقة الوعي إلى منطقة اللاوعي، وذلك حتى يتجنب القلق الذي قد ينشأ عندما تصبح أفعاله مكشوفة (بوبقار وعويينة، 2018)، حيث إن الأشياء التي يتم كبتها لا يعني إنها تُقنَى وإنما تبقى في اللاشعور منتظرةً الفرصة للظهور والإشباع عن طريق زلّت اللسان مثلاً، وقد تؤثر هذه الأشياء المكبوتة على سلوكيات الفرد وعلاقاته المستقبلية (Holland, 2019).

12.1.2 معايير التوافق النفسي:

توجد أساليب ومعايير متعددة للتوافق النفسي، إذ لا يوجد أسلوب واحد فقط وإنما الكثير منها، وذلك حتى تناسب جميع الأفراد بمختلف ثقافتهم وظروفهم وسماتهم، ومن الأمثلة عليها المعايير التي أشار إليها Lazarus و Shaffer:

- **الراحة النفسية:** تعدّ الراحة النفسية معياراً مهم لتحقق التوافق النفسي، فعندما لا يشعر الإنسان بالراحة فهذا يؤثر سلباً على صحته.
- **الكفاية في العمل:** فعدم تمتع الفرد بالتوافق النفسي يؤدي إلى انخفاض إنتاجه وضعف قدراته.
- **الأعراض الجسمية:** فوجود بعض الأعراض الجسمية على الشخص يدل على أن هذا الفرد يعاني من ضعف في التوافق.
- **الروابط الاجتماعية:** فالإنسان الذي يستطيع أن يندمج مع الآخرين، ولديه المقدرة على إنشاء العلاقات فإنه يتمتع بتوافق نفسي جيد (بلحاج، 2011).
- **السعادة والفرح:** عندما يشعر الفرد بالسعادة والفرح فهذا مؤشر على أن لديه شخصية قوية قادرة على مواجهة الصعوبات والتخلص منها.
- **التحكم بالنفس:** إن الفرد الذي يتمتع بالتوافق النفسي يكون لديه المقدرة على ضبط ذاته والتحكم بحياته.
- **الثبات على الآراء والاتجاهات:** إن الثبات يدل على أن الإنسان لديه شخصية متكاملة ومستقرة.
- **وضع أهداف واقعية:** إنّ الإنسان السوي يسعى ويعمل باستمرار من أجل تحقيق أهدافه (طالب، 2017).

2.2 المحور الثاني: برنامج الأم الدليل المطبق في مؤسسة برامج الطفولة والعمل

الجماهيري (كما جاء في نشرة التعريف بالمؤسسة 2009)

1.2.2 تعريف بالمؤسسة

تأسست مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري في مدينة القدس سنة 1984م، من أجل العمل على تمكين وتنمية المجتمع الفلسطيني، وهي مؤسسة أهلية غير ربحية تهدف إلى تحسين نوعية الحياة للمجتمع الفلسطيني عن طريق البرامج التربوية والاجتماعية المتنوعة، واضعة الموروث الثقافي الإيجابي والهوية الوطنية الفلسطينية نبراساً لبرامجها.

وتعتمد هذه المؤسسة في تنفيذ برامجها على القدرات المحلية عن طريق تأهيل كوادر السند المهني، وتشارك في دورة إعداد وتدريب، والإشراف على عملها من قبل طاقم مختصين في المجال الاجتماعي والتربوي.

2.2.2 رسالة المؤسسة

تسعى مؤسسة برامج الطفولة عن طريق برامجها المجتمعية والتربوية إلى الإسهام في تحسين نوعية الحياة للفئات الأقل حظاً من أفراد وأسر في المجتمع الفلسطيني، بهدف الحفاظ على كرامة الإنسان في مجتمع تسوده العدالة والمساواة.

3.2.2 أهداف المؤسسة:

- الحفاظ على الهوية الفلسطينية وتعزيزها.
- تدعيم وتمكين دور الأسرة كوحدة متكاملة.
- الإسهام بفعالية في تمكين الأمهات للاضطلاع بدور أسري ومجتمعي فعال ومؤثر.
- العمل على توفير بيئة حاضنة وداعمة للأطفال.
- التنسيق والتكامل مع مؤسسات المجتمع المدني.

4.2.2 تاريخ برنامج الأم الدليل في مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري (كتاب توثيق برنامج الأم الدليل 2016)

برنامج " الأم الدليل" هو أحد برامج المؤسسة الذي انطلق من القدس البلدة القديمة إلى مدن الرملة واللد أولاً، ومن ثم إلى الشمال؛ مدن: حيفا وعكا ونابلس والجنوب في النقب وغزة، ومخيم شعفاط في القدس، وقرى شمال غرب القدس، بدو، وبيت عنان بيت سوريك، القببية، وقطنة، والجيب، والجديرة،

وبيت دقو بيت اجزا. وفي خارج الوطن تمّ تدريب طاقم من مصر في إمبابا 2002 ومدينة آسن في ألمانيا 2004 (الجالية العربية)، ويتم تمويل البرنامج من قبل مؤسسة كاريتاس ألمانيا.

وقد انطلقت فكرة البرنامج سنة 1978 عندما توجهت إدارة مدرسة ثانوية في القدس طالبةً مساعدة لطلبة في المرحلتين الإعدادية والثانوية الذين كانوا يعانون تديناً في التحصيل الدراسي، ويبلغ نسبتهم 70 % من مجموع الطلبة، فعملت المؤسسة على دراسة الوضع، ووجدت أنّ هناك تسرب مخفيّ من الطلاب يعود لسببين:

1- عدم استجابة المدرسة لاحتياجات الطلبة.

2- الاسرة البيئية الفقيرة التي يعيش فيها الطلبة.

كما وجدت المؤسسة أنه ليس باستطاعتها العمل مع المدرسة، لأنها سلطة بحد ذاتها، لذا قررت ترك العمل مع المدرسة وتوجهت للعمل مع الأسرة، وذلك من منطلق إيمانها واهتمامها بمكانة الطفل داخل أسرته في سبيل بناء مجتمع سليم.

فالأسر التي تعاملت معها المؤسسة تعيش في أحياء اجتماعية فقيرة وتعاني من مشكلات عدة:

- الظروف السكنية غير الصحية كالاكتظاظ السكاني، حيث تعيش الأسرة المكونة من سبعة أفراد في مساحة لا تتجاوز 2م².
- سوء التغذية عند الاطفال.
- الظروف الاقتصادية الصعبة وعدم وجود دخل ثابت للأسرة.
- عدم الثبات في أسلوب التعامل داخل الأسرة.

وبعد أن شخصت المؤسسة الوضع تمّ تطوير برنامج العمل مع الأطفال والأهالي في مؤسسة أبناء القدس في البلدة القديمة، وبعد ذلك تمّ تأسيس رياض الأطفال من سن 3-5 سنوات لخدمة عائلات حارة السعدية وباب حطة في البلدة القديمة، وتمّ تطوير معظم الأنشطة والفعاليات مع الأهل، وعن طريق هذه الأنشطة تمّ تقديم الخدمات الفردية للعائلات بشكل عام، وللأمهات بشكل خاص، وذلك في المجالات التربوية المتعلقة بأسس التربية وتنشئة الأطفال، وبما أن العملية التربوية شاملة ومتكاملة، وعملية تربية الطفل وتنشئته تبدأ منذ الولادة وليس منذ دخوله إطار رياض الأطفال، أدى ذلك إلى العمل على التخطيط وتطوير برنامج يعمل على تقديم الخدمة الإرشادية للأسرة بشكل فردي.

5.2.2 آلية تحديد الفئات المشاركة في البرنامج:

انطلق البرنامج من فلسفة مفادها أنّ لكل أسرة خصوصية، لذا قُسمت الأسر إلى ثلاث فئات:

1- **الفئة الأولى:** تمتاز بالاستقرار، ولدى الأمهات المقدرة على تربية الأطفال من الناحية التعليمية، كذلك يتمتعن باستقرار أسري، ولديهن الرغبة والمقدرة على التعلم، والاستعداد للعمل التطوعي.

2- **الفئة الثانية:** أسر تعاني مشكلات أسرية متعددة، حيث إنّ الامهات بحاجة إلى إرشاد وتوجيه في رعاية الأطفال وتربيتهم، لكنها لا تزال أسراً وظيفية، ولديها الاستعداد للتعلم وتلقي المعلومات التربوية المساندة، ولديها استعداد لتقبل التدخل البيئي، ولديها أطفال في المرحلة العمرية من الولادة إلى ثلاث سنوات، وهذه الفئة تتمثل في الأسر التي تم اختيارها للإرشاد البيئي.

3- **الفئة الثالثة:** أسر غير وظيفية، لا تلائم التدخل من قبل الأم الدليل وهي بحاجة إلى أخصائي اجتماعي ونفسي للعمل معها وتحضيرها للبرنامج. لهذا أي تدخل أسري أو فردي يجب أن يعتمد على دراسة مهنية تلائم التدخل مع الأسرة.

بدأت المؤسسة بتأهيل طاقم المربيات للتعامل مع الأهل كشركاء في العملية التربوية في الروضات، وإعدادهنّ لتبني فلسفة تعلم تستند إلى الشراكة مع الأهل في إطار التعلم النشط والحواري مع الأطفال لتهيئتهم للمدرسة من جهة، وإعداد برنامج التدخل المباشر مع أمهات أطفال الرياض اللواتي لديهن أطفال دون الثالثة في المنزل من جهة أخرى؛ من أجل تحضير أطفالهن للروضة ومن ثم للمدرسة، إنطلاقاً من فلسفة عمل المؤسسة المبنية على طاقات وقدرات المجتمع المحلية، الأمر الذي يتطلب تدريب وإعداد أمهات في مجال التنشئة ورعاية الأطفال من مرحلة الحمل إلى جيل 3 سنوات، ليصبحن سناً مهنيةً وعاملات في البرنامج، حيث يرشدن أمهات أخريات من الحي نفسه. وبناءً على ذلك تمّ اختيار تسمية للبرنامج وللأم التي تعمل كسند مهني لأمهات أخريات (الأم الدليل). مع مرور السنوات تطور البرنامج واكتسب مفاهيم إضافية وأهداف جديدة، بحيث تبلورت فلسفته التربوية ليلائم المجتمع الفلسطيني بشكل أوسع، ولا يقتصر عمل المؤسسة في منطقة جغرافية محدودة، ألا وهي مدينة القدس.

6.2.2 رسالة البرنامج وأهدافه:

رسالة البرنامج هي العمل على تمكين الأمهات والأمهات ذاتياً وأسرياً، ومجتمعياً، أما أهداف البرنامج فهي كالآتي:

- إكساب الأمهات المعرفة والمهارات التي تتعلق بنمو الطفل وأسس تربيته وصحته من الحمل ولغاية ثلاث سنوات.
- تأهيل كوادر سند مهنية لتقوم بأدوار فاعلة في المجالات التربوية والمجتمعية.
- إكساب الوالدين مهارات والدية لتحسين أداءهم الوظيفي التربوي.
- تمكين المرأة ذاتياً وأسرياً ومجتمعياً لتأخذ دوراً قيادياً في المجتمع المحلي.

7.2.2 فلسفة البرنامج:

يعمل برنامج الأم الدليل عن طريق الأطر التربوية الاجتماعية القائمة في المناطق التي تعمل بها المؤسسة، ويطمح البرنامج إلى إيجاد فرص عمل للأمهات في الإرشاد البيئي اللواتي لم يحالفهن الحظ لإكمال تعليمهن، حيث تحصل الأم الدليل على أجر تقديراً للمجهود الذي تبذله لتوصيل رسالة تربوية للإسهام في تحسين الأداء الوظيفي للأسرة. يستمر عمل الأم الدليل كأم مرشدة لمدة أقصاها خمس سنوات لإتاحة الفرصة للأمهات أخريات يقمن بنفس الرسالة، ومن ثم الانطلاق في المجتمع لإيجاد ما يلائمها، وبهذا يكون البرنامج قد أسهم في تمكين المرأة أسرياً ومجتمعياً.

والتي تقوم بتنفيذ ومتابعة البرنامج مُركزة مهنية حاصلة على شهادة بكالوريوس أو أعلى في العلوم الاجتماعية والتربية، وتشارك المركزة بدورات إثرائية تدريبية بشكل مستمر، كما يتم تقديم الإشراف والمتابعة المهنية الإرشادية من المديرية القطرية للمجال الأسري للبرنامج. (المسمى الوظيفي للمركزة مؤسسة برامج الطفولة 2017)

9.2.2 مركبات برنامج الأم الدليل:

1. الإعداد والتدريب للأم الدليل:

أ- دورة الإعداد والتدريب:

يتم مشاركة 20 - 25 أم في الدورة ضمن المقاييس التالية:

- تسكن المشاركة في نفس المنطقة التي يُفَعَل فيها البرنامج.

- أن تكون متزوجة وأم.
 - تكون قد أنهت عشر سنوات تعليم كحد أدنى.
 - أن تكون الأسرة مستقرة ومقبولة اجتماعياً (حسنة السيرة والسلوك).
 - موافقة الزوج على المشاركة بالدورة.
 - لديها الاستعداد للعمل ضمن الإرشاد البيئي.
- يتم التدريب في دورة تدريبية بمعدل 240 ساعة تدريبية، يُنفذ بآلية المحاضرات والتعليم الفعال، وبعد الانتهاء من الدورة يتم عقد مقابلة لاختيار الأم الدليل ضمن شروط ومقاييس معينة.
- (ب) التدريب ما قبل العمل (80 ساعة):

يتم تدريب الأمهات اللواتي أنهين الدورة، ويتم اختيارهن عن طريق المقابلة الجماعية من أجل عملهن بالإرشاد البيئي، وضمن المواضيع الآتية: فنّ ومهارات الإرشاد، وأخلاقيات المهنة، والزيارات المنزلية، ومهارات وآليات تشخيصية لتحديد احتياجات الأسر من الإرشاد، وتحديد الأدوار للأم الدليل، والتعرّف على مواد الإرشاد البيئي، وإجراء مشاهدات لعمل الأم الدليل الميداني في كيفية الإرشاد البيئي.

2. الإرشاد والإثراء للأم الدليل:

(أ) الإرشاد الجماعي والفردى (التدريب أثناء العمل):

يقدم الإرشاد للأم الدليل العاملة بالإرشاد البيئي عن طريق:

- الإرشاد الجماعي: وهو عبارة عن لقاءات أسبوعية مدتها ثلاث ساعات (طوال العام). ويتم مناقشة الموضوعات الآتية: مهارات إرشادية، وتوطيد العلاقة بين الأمهات، ومواقف ميدانية، وإثراء حول مواد الإرشاد البيئي، ومتابعة ميدانية ومتابعة للأيام الدراسية.
- الإرشاد الفردي: وهو عبارة عن لقاءات فردية للأم الدليل، فيُقدّم للأم مرتين في الشهر وبمدة ساعة. يتم الإرشاد بالتركيز على الصعوبات التي تواجه الأم الدليل في الإرشاد لمساعدتها للتغلب عليها، وتذويت مهارات إرشادية ومتابعة لعملها الإرشادي.

(ب) الأيام الدراسية القطرية:

يتم عقد يومين دراسيين قطريين في المناطق التي يُفَعَل فيها برنامج الأم الدليل، وتهدف هذه الأيام إلى التواصل بين الأمهات وتبادل الخبرات والإثراء.

(ج) برنامج تطوع الأم الدليل:

تقوم الأمهات الدليل "السند المهني" بالتطوع لتقديم لقاءات فرح ومرح للأم والطفل في مراكز الأم والطفل، وتقديم لقاءات إرشادية وورشات فنية للأمهات، وفعاليات للأطفال في مستشفى أوغستا فيكتوريا (المطلع) في القدس والمجمع الطبي في رام الله.

3. الإرشاد البيتي:

يُقدّم الإرشاد للأمهات الحوامل والأمهات اللواتي لديهن أطفال من الميلاد حتى ثلاث سنوات، ضمن الشروط والمقاييس التالية:

- الرغبة والاستعداد والالتزام والحاجة إلى مضامين الإرشاد البيتي.
 - أن تكون الأسرة مستقرة ومقبولة اجتماعياً (حسنة السيرة والسلوك).
 - أن يكون الوضع الصحي للطفل سليم (ليس من ذوي الاحتياجات الخاصة وليس لديه أمراض مزمنة).
 - العمل مع أسر لا يزيد عدد أطفالها عن خمسة أطفال.
 - مكان السكن في المنطقة الجغرافية التي يُفَعَل فيها الإرشاد.
 - موافقة الزوج على الإرشاد.
- من المفضل تجنيد الأسر من أطر مجتمعية مختلفة (تربوية وصحية) مع مراعاة خصوصية بعض المناطق في استخدام أسلوب كُرات الثلج.

ويقدم الإرشاد وفق المنظومة الآتية:

- المرحلة الأولى: العمل مع أم حامل (الشهر السابع)، وتُزار مرتين بالشهر حتى موعد الولادة.
- المرحلة الثانية: من الولادة حتى سنة، تُزار 4 مرات شهرياً (سنة أولى إرشاد بيتي).
- المرحلة الثالثة: طفل عمره من سنة لسنتين، يُزار مرتين بالشهر (سنة ثانية إرشاد بيتي).

- المرحلة الرابعة: طفل عمره سنتين لثلاث سنوات، يتم إرشاد الأم بآلية الإرشاد الجماعي، ويمرر من قبل المركزة بوتيرة 12 لقاءً متواصلًا ولمدة 3 أشهر، مع إمكانية انضمام أمهات جديدات لم يمتروا بالإرشاد البيتي، ولكن لديهن الحاجة والرغبة لهذا الإرشاد، مع مراعاة خصوصية بعض المناطق يتم العمل من خلال الإرشاد البيتي من قبل الأم الدليل بمعدل 12 لقاءً في السنة. في حالة دخول أم للبرنامج لديها طفل من سنة حتى سنة ونصف يتم التعامل معها معاملة سنة أولى، وتُزار 4 مرات شهرياً، وتعدّ أسرة جديدة في الإرشاد.

وتشمل مواد الإرشاد البيتي مجالات النمو من الولادة حتى سنتين، وبرنامج الإرشاد من سنتين إلى ثلاث سنوات، والتغذية السليمة، والأغذية الشعبية، والحمل والولادة والوالدية، ورسائل الوالدية ورسائل التمكين.

4. العمل مع مجموعة الأزواج:

يتم العمل باليتين:

- المجموعة البؤرية: يُقصد بها مشاركة الأم والأب في حلقات نقاش فعالة بناءة يتم فيها تناول موضوعات حول تربية وتنشئة الأبناء والعلاقات الأسرية، وذلك بمعدل 4-6 لقاءات وبمشاركة من 5-7 أزواج، وهم الأزواج الفعالين في برنامج الأم الدليل.
- المجموعة المفتوحة: مشاركة الآباء والأمهات بشكل جماعي في محاضرات حول تربية وتنشئة الأبناء والعلاقات الأسرية، وبمعدل 4 محاضرات.

3.2 الدراسات السابقة

عند النظر إلى موضوعات الدراسات السابقة لم تجد الباحثة دراسات حول البرنامج أو مشابه له، لذا حاولت أن تأخذ بعض من الدراسات العربية والأجنبية القريبة المشابهة لبعض من المتغيرات الواردة في الدراسة الحالية، مثل التوافق النفسي للأمهات، والزيارات البيئية، لذلك تمّ في هذا الجزء عرض بعضاً من الدراسات التي تمكنت الباحثة من الوصول إليها، وهي كما يأتي مرتبة من الأحدث إلى الأقدم:

1.3.2 الدراسات العربية التي لها علاقة بموضوع الدراسة:

قام محمد (2017) بعمل دراسة هدفت إلى التعرف على التوافق النفسي وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية لدى الأمهات اللواتي لديهن أطفال مصابين بالتوحد في ولاية الخرطوم، ولتحقيق ذلك استخدم مقياس التوافق النفسي وأساليب التنشئة الاجتماعية على عينة مكونة من 78 أم، وقد توصلت الدراسة إلى أنّ التوافق النفسي لدى أمهات الأطفال التوحدين بولاية الخرطوم مرتفعاً، وأن أساليب التنشئة لدى أمهات الأطفال التوحدين تنسم بالإيجابية، كما وبينت النتائج بأنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وأساليب التنشئة لدى أمهات الأطفال التوحدين بولاية الخرطوم، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي بين أمهات الأطفال التوحدين تبعاً لمتغيرات: (النوع، والعمر، والمستوى التعليمي).

وقام بلقاضي (2016) بدراسة هدفت إلى معرفة مستوى مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى الأمهات، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث مقياس مفهوم الذات ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي على عينة مكونة من 48 أم، وتم التوصل إلى أن مستوى مفهوم الذات ومستوى التوافق النفسي الاجتماعي قد جاءا بدرجة منخفضة لدى الأم العازية، وأن هناك علاقة بين مستوى مفهوم الذات

والتوافق النفسي الاجتماعي، وأنه ليس هناك فروق في مستوى مفهوم الذات تبعاً لمتغير المستوى الدراسي، في حين كان هناك فروق في مستوى التوافق النفسي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.

كما وقام جمعة (2016) بدراسة هدفت إلى معرفة فعالية برنامج إرشاد أسري في تطوير مهارات أمهات الأطفال الأيتام في التعامل مع مشكلات أطفالهن، وإلى معرفة المشكلات التي يعاني منها الأطفال الأيتام في جمعية معهد الأمل للأيتام، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة مكونة من 30 أم، وأظهرت النتائج بأن هناك فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لأفراد العينة التجريبية وأفراد العينة الضابطة لصالح العينة التجريبية، وأن هناك فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لصالح البعدي، وأيضاً بينت النتائج بأنه ليس هناك فروق دالة إحصائياً في القياس البعدي والتتبعي لأفراد العينة التجريبية على اختبار المشكلات السلوكية للأطفال الأيتام.

أما جودة (2016) فدراسته هدفت إلى معرفة العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي والخبرات الصادمة لدى أمهات الأطفال الأيتام، ومعرفة العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأمهات ولدى أطفالهن، وكانت متغيرات الدراسة: (الفئة العمرية، ونوع العائلة، وعدد أفراد العائلة، والمستوى الاقتصادي، والمستوى التعليمي)، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث الاستبانة والمقابلة على عينة مكونة من 76 أم وطفل في غزة، وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق النفسي والاجتماعي جاء بدرجة متوسطة لدى الأمهات وأطفالهن، أيضاً مستوى الخبرات الصادمة جاء بدرجة متوسطة لدى الأمهات وأطفالهن، وأن هناك علاقة عكسية بين التوافق النفسي والاجتماعي للأيتام والخبرات الصادمة لأمهاتهم، في حين كان هناك علاقة طردية بين التوافق النفسي والاجتماعي للأمهات والتوافق النفسي والاجتماعي لأطفالهن، كما وأظهرت النتائج بأنه ليس هناك فروق دالة إحصائياً لدى الأمهات والمتغيرات الآتية (العمر، ونوع الأسرة، ومستوى الدخل، ومستوى التعليم، وعدد أفراد الأسرة)، وأنه ليس هناك فروق دالة إحصائياً لدى الأطفال الأيتام ومتغيرات (جنس الطفل، مستوى الدخل، عدد أفراد العائلة) في حين كان هناك فروق في متغيرات (العمر لصالح الأطفال الذين اعمارهم تتراوح ما بين (13- 17) سنة، ونوع الأسرة لصالح الأسر النووية، والمستوى التعليمي لصالح شهادة الثانوية فأعلى).

وفيما يتعلق بدراسة الشريف (2016) فقد هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي في تعليم الوالدية لعينة من الأمهات اللواتي لديهن أطفال في مرحلة الطفولة المبكرة في منطقة القدس، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي، والاختبارين القبلي والبعدي على عينة مكونة من 10 أمهات لديهن أطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، وتم التوصل إلى أنّ هناك تطور ظاهري في نتائج البرنامج الإرشادي، بحيث كانت الفروق لصالح الاختبار البعدي، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في نتائج القياس البعدي للبرنامج تعزى لمتغير التعليم، ووجود فروق في نتائج القياس البعدي تعزى لمتغير عدد الأولاد.

كما وهدفت دراسة التلوي (2015) إلى التعرف على درجة التوافق النفسي ومقارنته لدى أبناء النساء اللواتي يتعرضن للعنف واللواتي لا يتعرضن له، ومعرفة درجة العنف الزوجي لدى النساء، أيضاً معرفة العلاقة بين التوافق النفسي والعنف الزوجي، وأخيراً معرفة درجة التوافق النفسي تبعاً لمتغيرات الدراسة، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي على عينة مكونة من 200 امرأة في شمال غزة، وتم التوصل إلى أنّ نسبة العنف الزوجي لدى النساء غير المعنفات هو 25.8% في حين كانت نسبة العنف لدى النساء المعنفات هو 68.7%، أما التوافق النفسي فقد بلغ لدى أبناء النساء المعنفات 52.3%، وبلغ لدى أبناء النساء غير المعنفات 84.3%، وأنّ هناك علاقة سالبة بين أبعاد مقياس العنف الزوجي وأبعاد مقياس التوافق النفسي، وأنّ هناك فروق دالة إحصائياً لدى أبناء النساء المعنفات حسب متغير عدد أفراد الأسرة وكانت لصالح الأسر التي تحتوي على أقل من 4 أشخاص، كما أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً لدى أبناء النساء المعنفات وأبناء النساء غير المعنفات تبعاً لمتغيرات (جنس الطفل، ترتيب الطفل حسب ميلاده، تعليم الأم، عمل الأم، المستوى الاقتصادي) بالإضافة إلى هذه المتغيرات هناك أيضاً متغير عدد أفراد الأسرة لدى أبناء النساء غير المعنفات.

وأجرى فرج وآخرون (2014) دراسة هدفت إلى معرفة علاقة إدارة الوقت بالتوافق الأسري لدى الأمهات العاملات، ولتحقيق ذلك قام الباحثان بتوزيع الاستبيانات على عينة مكونة من 175 أم ممن تراوحت أعمارهن ما بين (22- 55 سنة)، وقد تم التوصل إلى أنّ هناك علاقة دالة إحصائياً بين أبعاد إدارة الوقت والدرجة الكلية، وبين أبعاد التوافق الأسري ودرجته الكلية، وأنّ هناك فروق دالة إحصائياً بين المهن المختلفة في متوسط درجات إدارة الوقت بأبعاده ودرجته الكلية، كما توصلت

الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المهن المختلفة في متوسط درجات التوافق الأسري بأبعاده ودرجته الكلية، وأنّ هناك فروق دالة إحصائياً بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة الكلية لإدارة الوقت في التوافق الأسري بأبعاده ودرجته الكلية.

كما وأجرى حولي (2012) دراسة هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة القائمة بين التوافق النفسي لدى الوالدين وتكيف أبنائهم دراسياً، ولتحقيق هذا استخدمت استمارة التوافق الأسري وموجهة للوالدين، وبلغ عدد العينة 166 والد ووالدة، واستمارة التكيف المدرسي وهي موجهة للتلاميذ على عينة مكونة من 100 تلميذ وتلميذة من طلاب الصف الثاني والثالث. أظهرت النتائج بأنّ هناك علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين وتكيف الأبناء في المدرسة، وأنّ هناك علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين وإقامة الأبناء علاقات حسنة مع الأساتذة، وأنّ هناك علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين ومشاركة الأبناء في الأنشطة المدرسية، أيضاً أظهرت النتائج بأنّ العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين وتكيف الأبناء في المدرسة تختلف باختلاف جنس الأبناء وذلك لصالح الإناث، كما لم تكن هناك علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي للوالدين وإقامة الأبناء علاقات حسنة مع الزملاء.

وقد هدفت دراسة طقاطقة (2012) إلى معرفة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى النساء الفلسطينيات الفاقديات لأقربائهن الشهداء في الضفة الغربية والمحتجرة جنائمينهم في مقابر الأرقام تبعاً لمتغيرات الدراسة، ولتحقيق ذلك استخدم المنهج الوصفي على عينة مكونة من 183 فاقدة، وتمّ التوصل إلى أن هناك فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي الاجتماعي لدى النساء تبعاً لمتغيرات (صلة القرابة، الدخل الشهري، سنوات الدراسة، مستوى التدين، عدد سنوات الاحتجاز)، في حين لم يكن هناك فروق دالة إحصائياً حسب مكان السكن.

أما دراسة بلوط (2011) فقد هدفت إلى التعمق في تجربة أمهات أطفال مرضى السرطان في فلسطين، ولتحقيق ذلك استخدم مقياس بيك للاكتئاب، وتم عمل مقابلات معمقة مع عينة من الأمهات، وقد بلغ عددهن 10 أمهات لأطفال من مرضى السرطان في المستشفى الحسيني في محافظة بيت لحم، أيضاً استخدم الباحث أسلوب النظرية المجردة، وقد توصل إلى أنّ الأمهات يعانين من اكتئاب متوسط إلى شديد، بحيث عبّرت الأمهات عن مشاعر الحزن التي ترافقهن طيلة الوقت، ولاحظ الباحث أنّ الوضع الاقتصادي المتدن، وعدم تقبل الأمهات والتكيف مع مرض أطفالهن،

وصعوبة توفير التحويلات والأدوية، تسهم في نشوء مشاعر الحزن وعدم الراحة، كما توصلت الدراسة إلى أنه على الرغم من الظروف التي تمر بها الأمهات إلا أنهم يحاولون جاهدين الوقوف مع أطفالهن، وأخذ المسؤولية الكاملة في متابعة أطفالهن ومرافقتهم للعلاج.

وقام العطاس (2011) بدراسة هدفت إلى معرفة مدى فعالية برنامج إرشادي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري بين الآباء والأبناء لدى بعض أولياء الأمور في محافظة حضرموت، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث شمل الاستبانات واختبار التواصل الأسري كأدوات للقياس، كما قام الباحث بعمل برنامج إرشادي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري، وذلك على عينة مكونة من 30 أب وأم، وتم التوصل إلى أن هناك فروق دالة إحصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي لصالح الاختبار البعدي، وأنه ليس هناك فروق دالة إحصائية تبعاً لمتغيرات (العمر، المستوى التعليمي، عدد الأولاد).

وهدفت دراسة الكحلوت (2011) إلى معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات في غزة ومقارنته مع مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء غير العاملات، كما هدفت إلى معرفة مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات تبعاً لمتغيرات (الجنس، حجم الأسرة، نوع الأسرة)، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة مكونة من 330 فرداً، وقد أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بين أبناء العاملات وغير العاملات، وليس هناك فروق دالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات تبعاً لمتغيرات الدراسة، كما أظهرت النتائج وجود فروق بين أبناء العاملات وغير العاملات في الجانب الصحي لصالح أبناء العاملات، وفي الجانب الاجتماعي لصالح أبناء غير العاملات.

أما الخصري (2005) فدرسته هدفت إلى معرفة درجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى زوجات الشهداء وزوجات ذوي المنازل المهتمة والزوجات العاديات اللواتي لم يستشهد أزواجهن أو تهدم منازلهن، ولتحقيق ذلك استخدم مقياس التوافق النفسي والاجتماعي على عينة مكونة من 161 سيدة (55 زوجة شهيد، و46 سيدة هدمت منازلهن، و60 سيدة من الزوجات العاديات) من محافظة غزة للعام 2005، وتم التوصل إلى أن البعد الأسري في درجات التوافق لدى زوجات الشهداء جاء في المرتبة الأولى، يليه البعد الجسمي ثم البعد الاجتماعي والبعد الانسجامي، وأخيراً البعد النفسي، وأن

البعد الأسري جاء في المرتبة الأولى في درجات التوافق لدى ذوي المنازل المهذمة، يليه البعد الاجتماعي ثم البعد الجسمي والبعد الانسجامي، وأخيراً البعد النفسي، أما في درجات التوافق لدى الزوجات العاديات فقد جاء البعد الأسري في المرتبة الأولى، يليه البعد الاجتماعي ثم البعد الجسمي والبعد الانسجامي، وأخيراً البعد النفسي، كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق (النفسي، الاجتماعي، الجسدي، الأسري) بين زوجات الشهداء وزوجات ذوي المنازل المهذمة والزوجات العاديات، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الانسجامي، أيضاً بينت أنّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الانسجامي بين زوجات الشهداء وزوجات ذوي المنازل المهذمة لصالح زوجات الشهداء، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد الجسمي والبعد الأسري والبعد الاجتماعي والدرجة الكلية بين زوجات الشهداء وبين ذوي المنازل المهذمة، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في البعد النفسي والبعد الانسجامي بين زوجات الشهداء وبين ذوي المنازل المهذمة لصالح زوجات الشهداء، وأخيراً أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه الأبعاد والدرجة الكلية بين زوجات الشهداء والزوجات العاديات، وأنّ هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية بين زوجات ذوي المنازل المهذمة والزوجات العاديات لصالح الزوجات العاديات.

2.3.2 الدراسات الأجنبية التي لها علاقة بموضوع الدراسة:

وقام **Kitzman et al. (2017)** بدراسة هدفت إلى معرفة تأثير الزيارات المنزلية للأمهات في فترة الحمل الأول من قبل الممرضات في توعية الأمهات حول ارتفاع ضغط الدم الناجم عن الحمل والولادة قبل الأوان وانخفاض الوزن عند الولادة، وإصابات الأطفال والتطعيمات والنمو العقلي والمشكلات السلوكية وعلى مسار حياة الأم، وقد اعتمد الباحثون على النظام العام لرعاية التوليد على مجموعة مكونة من 1139 امرأة أمريكية من أصول إفريقية، حيث قامت الممرضات بمتوسط 7 زيارات منزلية خلال فترة الحمل و26 مرة بعد الولادة، وكانت النتائج بأنّ هناك عدد قليل من النساء اللاتي زارتهن الممرضات أثناء مدة الحمل مصابات بارتفاع ضغط الدم الناتج عن الحمل، وأنّ هناك عدد قليل من لقاءات الرعاية الصحية للأطفال الذين تم اكتشاف إصابات أثناء العامين الأولين بعد الولادة، وتم استنتاج أنّ مثل هذه الزيارات المنزلية تسهم في رفع التوعية والمتابعة للأمهات.

هدفت دراسة **Inam and Kausar (2016)** إلى مقارنة التوافق النفسي لدى الأطفال الذين يعانون من التوحد مع أشقائهم الأطفال العاديين داخل بيئتهم الأسرية، ولتحقيق ذلك تم استخدام الاستبيان ومقياس السلوك الاجتماعي ومجموعة بؤرية للأطفال على عينة مكونة من 310 طفل في مدينة لاهور، وأظهرت النتائج أنّ أشقاء الأطفال الذين يعانون من التوحد لديهم مستوى منخفض من التوافق النفسي ومستوى مرتفع من الاضطرابات النفسية.

وهدفت دراسة **Carlsson et al. (2016)** إلى معرفة إذا كانت المعلومات الفردية لدى الأمهات فيما يتعلق بإصابة الأطفال في المنزل والإجراءات الوقائية المحتملة لها أي تأثير على وعيهم بالمشكلة، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون المنهج شبه التجريبي الدراسة المقارنة على عينة مكونة من 99 أم في السويد، وأظهرت النتائج أنّ الأمهات اللواتي حصلن على التوعية في برنامج التدخل زادت وعيهم حول إصابات الأطفال وتحسن كبير في الوعي نحو الوقاية.

أما دراسة **Benson (2014)** فقد هدفت إلى معرفة أثر استراتيجيات المواجهة على تكيف الأمهات اللواتي لديهن أطفال يعانون من التوحد واضطرابات بالدراسة على عمر ما يقارب 7-14 سنة، ولتحقيق ذلك تم استخدام الاستبيان على عينة مكونة من 113 أم، وتم التوصل إلى أن الاستخدام المتزايد لاستراتيجيات فك الارتباط والتشتت يرتبط بزيادة عدم توافق الأمهات، في حين أنّ الاستخدام المتزايد لاستراتيجية إعادة الصياغة المعرفية يرتبط بالأمهات اللواتي لديهن توافق، وأظهرت النتائج بأنّ استخدام استراتيجيات المواجهة يخفف من آثار سلوكيات الأطفال على تكيف الأمهات.

وقد أجرى **Su et al. (2012)** دراسة هدفت إلى معرفة مستوى التواصل بين الوالدين والطفل في الريف الصيني، ومعرفة الاختلافات في التكيف النفسي (الرضا، الشعور بالوحدة والسعادة) حسب أنماط هجرة الوالدين، ولتحقيق ذلك استخدم الاستبانة على عينة مكونة من 1165 طفلاً ومراهقاً، وتمّ التوصل إلى أن هناك مستوى توتر أقل لدى الأطفال الذين والديهم مهاجرون، وأنّ الأطفال الذين والديهم مهاجرين لديهم مستوى منخفض من الرضا، والأطفال الذين لديهم والدين مهاجرين أو أحدهم، لديهم شعور بالوحدة أكبر من الأطفال الذين لا يهاجر والديهم، كما أظهرت النتائج بأنّه ليس هناك فروق في التواصل بين الوالدين والطفل، وأنّ الأطفال الذين يتواصلون مع والديهم لديهم مستوى أعلى من السعادة والرضا.

وقد أجرى **Kemp et al. (2011)** دراسة هدفت إلى معرفة تأثير برنامج الزيارة المنزلية طويلة الأجل للممرضات على صحة الطفل والأم ونموهم، على عينة مكونة من 208 أم في سيدني، وتم التوصل إلى أن الأمهات اللاتي يتلقين التدخل أكثر استجابة عاطفياً وشفهياً خلال أول عامين من حياة أطفالهن مقارنة بأمهات المجموعة المقارنة، وكانت مدة الرضاعة الطبيعية أطول بالنسبة للأمهات اللواتي شاركن في البرنامج، ولم يكن هناك اختلاف كبير في التفاعل بين الوالدين والطفل بين مجموعة التدخل والمقارنة، ولم يكن هناك فروق في نمو الطفل العقلي أو النفسي أو السلوكي.

وأيضاً قام **Nievar et al. (2010)** بدراسة هدفت إلى معرفة تأثير الزيارات المنزلية على سلوك الأمهات، حيث تم استخدام التحليل البعدي لبرنامج الزيارات المنزلية للعائلات المعرضة للخطر على عينة مكونة من 6453 شخص في الولايات المتحدة، وتم التوصل إلى أنّ هناك أهمية للزيارات المنزلية وخاصة لدى العائلات الأقل دخلاً، كما أظهرت النتائج بأنّ هناك تحسن في سلوك الأمهات خاصة في الزيارات المتكررة.

كما قام **Akman et al. (2006)** بدراسة هدفت إلى معرفة فيما إذا كان المغص لدى الطفل مرتبط باضطراب المزاج للأمهات ويؤثر على التوافق النفسي لديهن بعد الولادة أم لا، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثون الاستبانة على عينة مكونة من 78 أم وطفل في أنقرة، وقد أظهرت النتائج بأنّ المغص تواجد لدى 17 رضيعاً، وأنّ 62% من الأمهات اللواتي لديهن أطفال يعانون من المغص لديهن ارتباط غير آمن، وأن 31% من الأمهات اللواتي لديهن أطفال لا يعانون من المغص لديهن ارتباط غير آمن.

وهدفت دراسة **Han (2003)** إلى معرفة مستوى التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لديهن أطفال مصابين بالسرطان، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث الاستبانات والمقابلات على عينة مكونة من 100 أم من كوريا، وتم التوصل إلى أنه كلما ازداد الدعم الاجتماعي ارتفعت فرصة الأمل لدى الأمهات في التأقلم، وأنّ الأمهات اللواتي يعملن لديهن توافق نفسي أعلى من الأمهات غير العاملات، وأنّ جنس الطفل لم يؤثر على مستوى التوافق النفسي لدى الأمهات، أيضاً بينت النتائج بأنّ الأمهات اللواتي لديهن أطفال مصابين بالسرطان يتكون لديهن مشاعر الخوف والقلق من المستقبل.

وأيضاً قام **Kearney et al. (2000)** بدراسة هدفت إلى جمع الدراسات السابقة المتعلقة بالزيارات المنزلية على العائلات ذات الدخل المنخفض والعائلات من الدول التي تكون فيها الزيارة المنزلية

خدمة شاملة، حيث تمّ التركيز على التدخلات التي تقدمها الممرضات في الولايات المتحدة وكندا لتحديد النماذج الخاصة بالتمريض ذا التأثير الأكبر، وقد تكونت العينة من 20 دراسة تجريبية وشبه تجريبية لتدخلات التمريض المنزلي لأسر الأطفال حديثي الولادة، والذين كانوا عرضة للخطر بسبب الفقر، والمخاطر الاجتماعية أو الخداج، وتم التوصل إلى أن الرعاية الصحية للطفل لم تتحسن، وأن البرامج الفعالة كانت أثناء فترة الحمل، حيث شملت زيارات متكررة قامت بها ممرضات متعلّقات جيداً، وكان تركيزها على بناء علاقة ثقة وتدريب الأمهات والرضع.

وكذلك قام Sawyer et al. (1998) بدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين توافق الوالدين والأسرة أثناء وبعد فترة تشخيص الطفل بمرض السرطان والتوافق النفسي للطفل بعد سنتين من تشخيصه بالمرض. ولتحقيق ذلك تم استخدام المنهج التحليل للتحقق من العلاقة بين التوافق الأسري والأبوي أثناء وبعد فترة التشخيص وتحليل التوافق النفسي للأطفال بعد سنتين من تشخيصهم للمرض، وقد تكونت العينة من 38 طفل من عمر 2 إلى 5 سنوات مصابين بمرض السرطان مع والديهم وأسرهم، وتم التوصل إلى أن التوافق الأمومي أثناء وبعد فترة تشخيص الطفل بمرض السرطان لها علاقة واضحة مع التوافق النفسي للأطفال بعد سنتين من التشخيص، كما أظهرت النتائج أن التوافق الأبوي والأسري يؤثر بشكل لاحق على التوافق النفسي للأطفال.

3.5.2 تعقيب على الدراسات السابقة:

لاحظت الباحثة أثناء الإطلاع على الدراسات السابقة العربية والأجنبية بأن عدد الدراسات التي اهتمت بموضوع التوافق النفسي لدى الأمهات كان قليلاً، حيث إنه لم يكن هناك أية دراسة تتناول التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل - حسب علم الباحثة-، وهذا ما شجّع الباحثة على الاهتمام بهذه الدراسة لتكون الدراسة الأولى التي تهتم بموضوع التوافق النفسي لدى الأمهات في محافظة القدس.

فالدراسات السابقة كان لها أهمية كبيرة في موضوع البحث الحالي، فقد ساعدت الباحثة في صياغة مشكلة الدراسة وأهدافها وتحديد الأداة المناسبة للدراسة، وأيضاً أسهمت في تشكيل الإطار النظري. وفيما يأتي توضيح لتلك الدراسات من حيث:

1- الأهداف : كان هناك تنوع في أهداف الدراسات السابقة، فبعض الدراسات اهتمت بالتعرف على التوافق النفسي من حيث مستوياته (درجاته) وعلاقته ببعض المفاهيم، مثل مفهوم الذات، والتنشئة الأسرية، والخبرات الصادمة، والعنف الزوجي، وأثر استراتيجيات المواجهة وبعض المتغيرات عليه، وذلك كما في دراسات: محمد (2017)، وبلقاضي (2016)، وجودة (2016)، والتولي (2015)، وحولي (2015)، والسيد وآخرون (2014)، وطاققة (2012)، والكحلوت (2011)، والخضري (2005)، ودراسة Inam and Kausar (2016)، وBenson (2014)، و Su et al. (2012)، و Han (2003)، و Sawyer et al. (1998).

وهناك دراسات هدفت إلى معرفة تأثير البرامج الإرشادية أو الزيارات المنزلية على الوالدين وخاصة الأم، كما في دراسات Kitzman et al (2017) (Carlsson et al. 2016) وجمعة (2016)، والشريف (2016)، والعتاس (2011)، وNievar et al. (2010)، Kearney et al. (2000) اما دراسة بلوط (2011) فقد هدفت إلى التعرف على تجربة أمهات أطفال مرضى السرطان في فلسطين.

2- العينة: كان هناك اختلاف بين الدراسات السابقة من ناحية العينة المستخدمة، فقد عمل كل باحث على اختيار العينة بما يتناسب مع موضوع دراسته، فقد تكونت أكبر عينة من 6453 شخص في دراسة Nievar et al. (2010)، بينما تكونت أصغر عينة من 10 أمهات في دراستي الشريف (2016)، وبلوط (2011). كما اختلفت الدراسات في طبيعة الفئة التي أخذت منها العينة، ففي معظم الدراسات تكونت العينة من النساء (زوجة- أم- طفل -أرملة) مثل دراسات: محمد (2017)، وبلقاضي (2016)، وجمعة (2016)، والشريف (2016)، والتولي (2015)، والسيد وآخرون (2014)، وطاققة (2012)، وبلوط (2011)، والخضري (2005)، و Carlsson et al. (2016)، و Kemp et al. (2011).

أما في دراسة Akman et al (2006)، Kitzman et al. (2017) و Kearney et al. (2000) تكونت العينة من الدراسات السابقة حول الزيارات المنزلية، وBenson (2014)، و Han (2003)،

في حين تكونت العينة في بعض الدراسات من الأطفال كما في دراسات: الكحلوت (2011)، و Inam and Kausar (2016)، و Su et al. (2012)، و Sawyer et al. (1998)، أما الدراسات

الأخرى فكانت عينتها مختلفة ففي دراسة جودة (2016) تكونت العينة من الأم والطفل، وفي دراسة حولي (2015) تكونت من الوالدين والابناء (تلاميذ في الصف الثاني والثالث)، أما دراسة Carlsson et al (2016) تكونت من 99 أم، أما في دراسة Kemp et al. (2011) 208 أمهات، أما في دراسة Akman et al. (2006) 78 أم وطفل، أما في دراسة Kitzman et al. (2017) فقد تكونت من 1139 أم ، أما في دراسة Kearney et al. (2000) تكونت العينة من 20 دراسة تجريبية وشبه تجريبية للزيارات المنزلية

أما في دراسة Nievlar et al. (2010) فقد تكونت العينة من الأم والأب والطفل، والعطاس (2011) فقد تكونت العينة من الأب والأم.

3- الأدوات: كان هناك اختلاف بين الدراسات في الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، فقد استخدمت معظم الدراسات الاستبانة كأداة للدراسة، مثل دراسات: محمد (2017)، بلقاضي (2016)، جمعة (2016)، الشريف (2016)، التلوي (2015)، حولي (2015)، السيد وأخرون (2014)، طقاطقة (2012)، العطاس (2011)، الكحلوت (2011)، الخصري (2005)، Benson (2014)، Su et al. (2012)، Sawyer et al. (1998)، في حين استخدمت بعض الدراسات الاستبيان والمقابلة مثل دراسات: جودة (2016)، بلوط (2011)، Han (2003)، أما دراسة Inam and Kausar (2016) فقد استخدمت الاستبيان والمجموعة البورية، واستخدمت دراسة Nievlar et al. (2010) برنامج الزيارات المنزلية.

النتائج: كان هناك اختلاف في نتائج الدراسات السابقة لكون أهدافها مختلفة، فمثلاً أظهرت دراسة محمد (2017) أنّ مستوى التوافق النفسي جاء بدرجة مرتفعة، في حين أظهرت دراسة بلقاضي (2016) بأنّ مستوى التوافق النفسي والاجتماعي جاء بدرجة منخفضة، أما دراسة جودة (2016) فقد أظهرت أنّ مستوى التوافق النفسي والاجتماعي جاء بدرجة متوسطة، وقد بينت دراسة التلوي (2015) بأنّ نسبة التوافق النفسي لدى النساء المعنفات بلغت 52.3% ولدى النساء غير المعنفات بلغت 84.3%، وأظهرت دراسة حولي (2015) بأنّ هناك علاقة بين التوافق النفسي للوالدين وتكيف الأبناء، وأظهرت دراسة Inam and Kausar (2016) أنّ مستوى التوافق النفسي لدى الأطفال منخفض، أما دراسة Benson (2014) فقد أظهرت بأنّ عدم توافق الامهات يزيد من استخدامهن لاستراتيجيات المواجهة، وأظهرت دراسة Han (2003) بأن العمل يساعد على زيادة مستوى التوافق

النفسي لدى الأمهات، كما أظهرت دراسة Sawyer et al. (1998) أنّ هناك علاقة بين التوافق النفسي للأمهات مع التوافق النفسي للأطفال، أما دراسة Nievar et al. (2010) فقد أظهرت أنّ البرامج الإرشادية تساعد في رفع مستوى التوافق النفسي لدى الأمهات.

أما في دراسة Kitzman et al. (2017) أظهرت أنّ هناك عدد قليل من النساء اللاتي زارتهن الممرضات أثناء الحمل مصابات بارتفاع ضغط الدم الناتج عن الحمل، وأنّ هناك عدد قليل من لقاءات الرعاية الصحية للأطفال الذين تم اكتشاف إصابات خلال العامين الأولين بعد الولادة، وتم استنتاج أنّ مثل هذه الزيارات المنزلية تسهم في رفع التوعية والمتابعة للأمهات.

أما في دراسة Kearney et al. (2000) أظهرت النتائج أن الرعاية الصحية للطفل لم تتحسن، ولكن فاعلية البرامج كانت أثناء الحمل، وبناء الثقة ورفع الوعي والتدريب للأمهات. أما في دراسة Carlsson et al. (2016) أظهرت النتائج أن الأمهات اللواتي حصلن على التوعية في برنامج التدخل زاد م نوعي الأمهات حول إصابات الأطفال بتحسن كبير في الوعي نحو الوقاية. أما في دراسة Kemp et al. (2011) أظهرت النتائج أن الأمهات اللواتي حصلن على برنامج التدخل أكثر استجابة عاطفياً وشفهياً أثناء أول عامين من حياة أطفالهن مقارنةً بأمهات المجموعة المقارنة.

أما في دراسة Akman et al. (2006) أظهرت النتائج بأنّ المغص لدى الأطفال الرضع يؤثر على مزاج الأمهات ويؤثر على توافقهن النفسي وارتباطهن غير الآمن مع أطفالهن.

وفيما يتعلق بالنتائج الأخرى فكان هناك تنوع بين الدراسات في النتائج التي توصلت إليها، حيث كان هناك ترابط بين موضوع الدراسة ونتائجها.

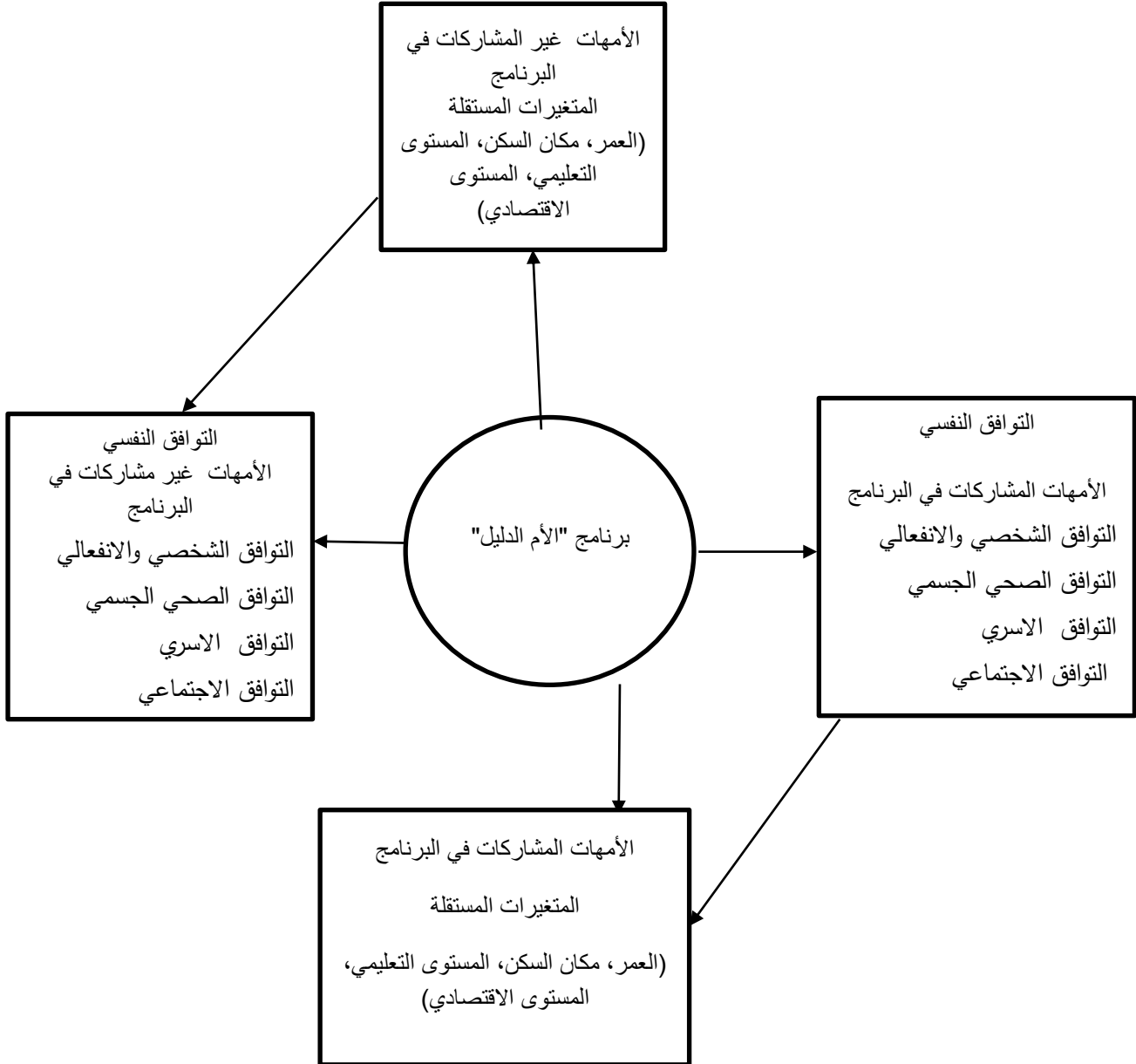
أوجه التشابه بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

- هدفت هذه الدراسة إلى معرفة درجة التوافق النفسي وهو ما هدفت إليه معظم الدراسات السابقة.
- استخدمت هذه الدراسة مقياس التوافق النفسي، وهو ما تم استخدامه في معظم الدراسات السابقة.

أوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

- ركزت هذه الدراسة على درجة التوافق النفسي لدى الأمهات في محافظة القدس.
- استخدمت هذه الدراسة المنهج المقارن التحليلي.
- تميزت هذه الدراسة بأنه تم تطبيقها على الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل واللواتي لم يشاركن فيه، في محافظة القدس، لتكون الأولى التي اهتمت بموضوع التوافق النفسي حسب إطلاع الباحثة.
- تكون مجتمع الدراسة من كافة الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل ومجموعة مشابهة لها في الخصائص لم تخضع للبرنامج، وقد تمّ استخدام العينة المتاحة حيث مثلت مجتمع الدراسة.

4.2 الإطار المفاهيمي:



الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات

- مقدمة.
- منهج الدراسة.
- مجتمع الدراسة.
- عينة الدراسة.
- أداة الدراسة.
- إجراءات الدراسة.
- متغيرات الدراسة.
- المعالجة الإحصائية.
- الاعتبارات الأخلاقية.
- معايير الدراسة.

الفصل الثالث:

الطريقة والإجراءات:

يتناول هذا الفصل وصفاً مفصلاً للإجراءات التي اتبعتها الباحثة في تنفيذ الدراسة، ومن ذلك تعريف منهج الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد مجتمع الدراسة، وتعريف أداة الدراسة، والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات.

1.3 منهج الدراسة

استخدمت الباحثة المنهج التحليلي المقارن لجمع البيانات من مجتمع الدراسة لقدرته على تفسير موضوع البحث، حيث تم تحليل ومقارنة آراء الأمهات اللواتي شاركن ببرنامج الأم الدليل وآراء الأمهات اللواتي لم يشاركن، وذلك حول مدى تأثير البرنامج على توافقهن النفسي في محافظة القدس.

2.3 مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج الأم الدليل من بداية ايلول 2018 لغاية تشرين الاول 2019 و الأمهات اللواتي لم يشاركن به، وقد اتصفت الأمهات بأن أعمارهن تراوحت ما بين 18-35 سنة، ويتمتعن باستقرار أسري، ولديهن أطفال لغاية عمر 3 سنوات، ويسكنن في محافظة القدس، وبهذا تكوّن مجتمع الدراسة من (300) أم.

وتتمثل شروط الاشتراك بالدراسة كالاتي للمجتمع الدراسة للمجموعتين :
المجموعة الأولى وتشمل الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل"

أمهات تتراوح اعمارهن ما بين 18-35 سنة
أمهات تلقين برنامج " الام الدليل " فقط .
أمهات حوامل في شهر السابع من الحمل أو لديهن أطفال من جيل الميلاد لغاية 3 سنوات .
أمهات مستقرات أسريا.
أمهات يسكن في محافظة القدس.

المجموعة الثانية الضابطة(الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الأم الدليل ")

أمهات تتراوح أعمارهم ما بين 18-35 سنة.
أمهات لم يشاركن في برنامج " الام الدليل".
أمهات حوامل في شهر السابع من الحمل أو لديهن أطفال من جيل الميلاد لغاية 3 سنوات.
أمهات مستقرات أسريا.
أمهات يسكن في محافظة القدس.

وتستثنى العينة:

الأمهات اللواتي اعمارهن فوق 35 عام،
الأمهات اللواتي لا يوجد استقرار أسري
الأمهات اللواتي يسكن خارج محافظة القدس

3.3 عينة الدراسة

استخدمت الباحثة جميع مجتمع الدراسة، وبهذا اشتملت على (300) أم منهن 150 شاركن في برنامج الأم الدليل كما هو مخطط سنويا في مؤسسة برامج الطفولة و 150 لم يشاركن في البرنامج، أي بنسبة 100% من مجتمع الدراسة.

والجدول الآتي يوضح لنا توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب متغيراتها:

1.3.3 وصف متغيرات أفراد مجتمع الدراسة اللواتي شاركن في برنامج " الأم الدليل":

يبين الجدول (1.3) توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب المتغيرات، فحسب متغير العمر أن نسبة 30.7% من 18-25 سنة، ونسبة 25.3% من 25-30 سنة، ونسبة 44% من 30-35 سنة. وحسب متغير مكان السكن أن نسبة 45.3% للمخيمات، ونسبة 51.3% للقرى، ونسبة 3.3% للمدينة. وحسب متغير المستوى التعليمي أن نسبة 17.3% للإعدادي، ونسبة 54% للثانوي، ونسبة 12.7% للدبلوم، ونسبة 16% للجامعي. وحسب متغير المستوى الاقتصادي أن نسبة 18% لأقل من

2500 شيكل، ونسبة 34% من 2500-3500 شيكل، ونسبة 21.3% أكثر من 3500-4500 شيكل، ونسبة 26.7% أكثر من 4500 شيكل فما فوق.

جدول (1.3): توزيع أفراد عينة الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" حسب متغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
عمر الأم	من 18-25 سنة	46	30.7
	أكثر من 25-30 سنة	38	25.3
	أكثر من 25-35 سنة	66	44.0
مكان السكن	مخيم	68	45.3
	قرية	77	51.3
	مدينة	5	3.3
المستوى التعليمي	إعدادي	26	17.3
	ثانوي	81	54.0
	دبلوم	19	12.7
	جامعي	24	16.0
المستوى الاقتصادي	أقل من 2500 شيكل	27	18.0
	أكثر من 2500-3500 شيكل	51	34.0
	أكثر من 3500-4500 شيكل	32	21.3
	أكثر من 4500 شيكل فما فوق	40	26.7

2.3.3 وصف متغيرات أفراد مجتمع الدراسة اللواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل":

يبين الجدول (2.3) توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب المتغيرات، فحسب متغير العمر أن نسبة 30% من 18-25 سنة، ونسبة 34.7% من 25-30 سنة، ونسبة 35.3% من 30-35 سنة. وحسب متغير مكان السكن أن نسبة 32% للمخيمات، ونسبة 50% للقرى، ونسبة 18% للمدينة. وحسب متغير المستوى التعليمي أن نسبة 20% للأعدادي، ونسبة 39.3% للثانوي، ونسبة 15.3% للدبلوم، ونسبة 25.3% للجامعي. وحسب متغير المستوى الاقتصادي أن نسبة 20% لأقل من 2500 شيكل، ونسبة 26.7% أكثر من 2500-3500 شيكل، ونسبة 27.3% أكثر من 3500-4500 شيكل، ونسبة 26% أكثر من 4500 شيكل فما فوق.

جدول (2.3): توزيع أفراد المجتمع للأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل" حسب

متغيرات الدراسة

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
عمر الأم	من 18-25 سنة	45	30.0
	أكثر من 25-30 سنة	52	34.7
	أكثر من 30-35 سنة	53	35.3
مكان السكن	مخيم	48	32.0
	قرية	75	50.0
	مدينة	27	18.0
المستوى التعليمي	إعدادي	30	20.0
	ثانوي	59	39.3
	دبلوم	23	15.3
	جامعي	38	25.3
المستوى الاقتصادي	أقل من 2500 شيكل	30	20.0
	أكثر من 2500-3500 شيكل	40	26.7
	أكثر من 3500-4500 شيكل	41	27.3

26.0	39	أكثر من 4500 شيكل فما فوق	
------	----	---------------------------	--

4.3 أداة الدراسة

اعتمدت الباحثة في هذا البحث على مقياس التوافق النفسي للدكتورة زينب شقير (2003).

1.4.3 عرض المقياس:

صُمم هذا المقياس من قبل الدكتورة زينب شقير سنة 2003، وهو يتكون من (80) فقرة تهدف إلى معرفة التوافق، والفقرات مقسمة لأربعة أبعاد، وهي: (بُعد التوافق الشخصي - الانفعالي، بُعد التوافق الصحي، بُعد التوافق الأسري، بُعد التوافق الاجتماعي)، ويجاب عليها (بنعم، وأحياناً، ولا)، وأدنى درجة صفر وأعلىها (160)، ولكن بعد الأخذ بآراء المشرف ومجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة تم إجراء بعض التعديلات حتى تصبح مناسبة لموضوع الدراسة التي تمثلت في إعادة صياغة بعض الفقرات لغوياً، وتم تعديل فقرة رقم 77 لأنها مركبة بحيث تم فصلها عن بعض مما أصبح المقياس مكوناً من 81 فقرة من أصل 80 فقرة وأصبحت الدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (0- 162 درجة)، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى التوافق النفسي، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض مستوى التوافق النفسي، والجدول الآتي يوضح توزيع فقرات المقياس:

جدول (3.3): توزيع فقرات مقياس التوافق النفسي حسب المجالات

المجموع الكلي	فقرات المقياس		مجالات المقياس
	الفقرات السالبة	الفقرات الموجبة	
20	من 15 إلى 20	من 1 إلى 14	التوافق الشخصي والانفعالي
20	من 29 إلى 40	من 21 إلى 28	التوافق الصحي الجسدي
20	من 56 إلى 60	من 41 إلى 55	التوافق الأسري
21	من 75 إلى 76 من 79 إلى 81	من 61 إلى 74 من 77 إلى 78	التوافق الاجتماعي
81	28	53	عدد الفقرات الإجمالي

وقد صُمم هذا المقياس أمام تدرج ثلاثي، حيث يقوم المبحوث بتحديد درجة موافقته على الفقرات باختيار احتمال من بين (3) احتمالات، وهي (نعم، أحياناً، لا)، وقد أعطت الباحثة لها الدرجات (2-0-1) وذلك في حال كان اتجاه التوافق إيجابياً، أما إذا كان اتجاه التوافق سلبياً فتمنح الإجابات الدرجات (2-1-0)، وعليه فإن:

- أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي 162، وذلك إذا أجاب الفرد على كافة الفقرات بالبديل الذي يأخذ الدرجة 2 سواء في الفقرات الإيجابية أو السلبية.
- متوسط الدرجة التي يمكن الحصول عليها هي 81، وذلك في حال أجاب الفرد على كافة العبارات بالبديل الذي يأخذ الدرجة 1.
- أدنى درجة يمكن الحصول عليها هي 0 وذلك، إذا أجاب الفرد على كافة العبارات بالبديل الذي يأخذ الدرجة 0 سواء في الفقرات الإيجابية أو السلبية

2.4.3 صدق أداة الدراسة:

قامت الباحثة بتصميم الاستبانة بصورتها الأولية، ومن ثم تمّ التحقق من صدقها بعرضها على المشرف ومجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص والخبرة، والموضحة أسمائهم في الملحق رقم (1)، حيث طلب منهم إبداء آراءهم حول فقرات الاستبانة من حيث: مدى وضوح لغة الفقرات وسلامتها لغوياً، ومدى شمول الفقرات للجانب المدروس، وإضافة أية معلومات أو تعديلات أو فقرات يرونها مناسبة، ووفق هذه الملاحظات في الملحق رقم (2) وتم إخراج الاستبانة بصورتها النهائية ملحق رقم (3).

وايضاً تمّ توزيع الاستبانة على عينة استطلاعية بلغ عددها 30 أما لم يشاركن في الدراسة (15 أم شاركن فيالبرنامج عام 2017 و 15 أم لم يشاركن)، من أجل استخراج الصدق بحساب معامل الارتباط بيرسون لفقرات الاستبانة مع الدرجة الكلية للأداة، واتضح وجود دلالة إحصائية في جميع فقرات الاستبانة، وهذا يدل على أن هناك اتساق داخلي بين الفقرات. والجداول الآتية تبين ذلك:

جدول (4.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

المجال الشخصي والانفعالي

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.855**	0.000	8	0.557*	0.031	15	0.869**	0.000
2	0.591*	0.020	9	0.867**	0.000	16	0.671**	0.006
3	0.568*	0.027	10	0.846**	0.000	17	0.693**	0.004
4	0.826**	0.000	11	0.887**	0.000	18	0.781**	0.001
5	0.845**	0.000	12	0.876**	0.000	19	0.786**	0.001
6	0.869**	0.000	13	0.867**	0.000	20	0.894**	0.000
7	0.882**	0.000	14	0.898**	0.000			

** داله احصائية عند 0.001 * داله احصائية عند 0.050

جدول (5.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

المجال الصحي الجسدي

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.951**	0.000	8	0.598*	0.019	15	0.642**	0.010
2	0.889**	0.000	9	0.858**	0.000	16	0.604*	0.017
3	0.872**	0.000	10	0.866**	0.000	17	0.689**	0.004
4	0.625*	0.013	11	0.780**	0.001	18	0.856**	0.000
5	0.866**	0.000	12	0.663**	0.007	19	0.843**	0.000
6	0.849**	0.000	13	0.704**	0.003	20	0.604*	0.017
7	0.755**	0.001	14	0.839**	0.000			

** داله احصائية عند 0.001 * داله احصائية عند 0.050

جدول (6.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

المجال الأسري

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.842**	0.000	8	0.619*	0.014	15	0.863**	0.000
2	0.619*	0.014	9	0.839**	0.000	16	0.854**	0.000
3	0.835**	0.000	10	0.842**	0.000	17	0.611*	0.015
4	0.846**	0.000	11	0.872**	0.000	18	0.658**	0.008
5	0.876**	0.000	12	0.856**	0.000	19	0.652**	0.008
6	0.854**	0.000	13	0.761**	0.001	20	0.846**	0.000
7	0.562*	0.029	14	0.591*	0.020			

** داله احصائية عند 0.001 * داله احصائية عند 0.050

جدول (7.3): نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات

المجال الاجتماعي

الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية	الرقم	قيمة R	الدالة الإحصائية
1	0.730**	0.000	8	0.866**	0.000	15	0.863**	0.000
2	0.761**	0.002	9	0.884**	0.000	16	0.724**	0.002
3	0.744**	0.001	10	0.848**	0.000	17	0.849**	0.000
4	0.761**	0.001	11	0.855**	0.000	18	0.619*	0.014
5	0.874**	0.001	12	0.878**	0.000	19	0.867**	0.000
6	0.856**	0.000	13	0.838**	0.000	20	0.855**	0.000
7	0.548**	0.000	14	0.846**	0.000	21	0.879**	0.000

* داله احصائية عند 0.050

** داله احصائية عند 0.001

3.4.3 ثبات أداة الدراسة:

قامت الباحثة من التحقق من ثبات الأداة، من خلال حساب ثبات الدرجة الكلية لمعامل الثبات، للمجالات الدراسة حسب معادلة الثبات كرونباخ الفا، وكانت الدرجة الكلية لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " (0.958)، و(0.955) للواتي لم يشاركن في برنامج، وهذه النتيجة تشير الى تمتع هذه الاداة بثبات يفى بأغراض الدراسة. والجدول التالي يبين معامل الثبات للمجالات والدرجة الكلية.

جدول (8.3): نتائج معامل الثبات للمجالات

معامل الثبات	المجالات	المجيب
0.887	التوافق الشخصي والانفعالي	اللاتي شاركن في برنامج الأم الدليل
0.895	التوافق الصحي الجسمي	
0.897	التوافق الأسري	
0.829	التوافق الاجتماعي	
0.958	الدرجة الكلية	

معامل الثبات	المجالات	المجيب
0.859	التوافق الشخصي والانفعالي	اللواتي لم يشاركن في برنامجالأم الدليل
0.877	التوافق الصحي الجسمي	
0.914	التوافق الأسري	
0.870	التوافق الاجتماعي	
0.955	الدرجة الكلية	

5.3 إجراءات الدراسة

- تمّ تحديد مجتمع الدراسة بحيث تكون من الأمهات اللواتي شاركن في برنامجالأم الدليل واللواتي لم يشاركن وذلك في محافظة القدس.
- تمّ تحديد مجتمع الدراسة.
- تمّ تجهيز أداة الدراسة بعد أن تمّ التأكد من صدقها وثباتها.
- تمّ الحصول على موافقة الجهات المسؤولة عن تسيير موضوع البحث مثل موافقة لجنة برنامج الصحة النفسية المجتمعية، وموافقة اللجنة الأخلاقية للأبحاث في جامعة القدس، وموافقة الأمهات المشاركات في الدراسة.
- تم الاتصال مع افراد العينة من قبل الباحثة واخذ موعد مسبق للقيام بالزيارة المنزلية وتحديد موعد للقاء جماعي مع الأمهات اللواتي يفضلن القدوم للمركز لتعبئة المقياس.
- تم عقد جلسة مع الباحثة واللام الدليل (السند المهني) اللواتي يقمن بالارشاد البيئي للأسر، وتعريف بالدراسة وشرح المقياس من اجل تيسير المهمة لتعبئة من قبل الأمهات، وقامت الباحثة بالتنسيق مع مدراء البرامج الأخرى في المؤسسة لتجنيد أمهات الأطفال والفتيات من خلال اجتماع العمل مع الاهل .

- وُزعت الاستبانات على أفراد العينة من خلال الزيارات المنزلية بحيث تمت زيارة 150 اسره وتنفيذ 10 لقاءات جماعية للمجموعات من الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج ولكن لديهن أطفال وفتيات في برامج المؤسسة وهي (برنامج العب وتعلم للأطفال من جيل 7-9 سنوات، وبرنامج العمل مع الفتيات الشابات) ومن خلال التشبيك مع الروضات في مناطق العمل تم دعوة أمهات للقاء داخل الروضات . وتم تعبئتها من قبل الأمهات ومن ثم تم جمعها بعد الانتهاء من تعبئتها.
- تم إدخال البيانات الواردة في الاستبانات إلى الحاسوب لمعالجتها إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).
- تم استخراج النتائج، وتحليلها، وربطها مع الدراسات السابقة، وتم وضع التوصيات المناسبة.

6.3 متغيرات الدراسة

1- المتغيرات المستقلة:

- المشاركة في برنامج " الأم الدليل " (1: نعم) 2) لا
- عمر الام:1) من 18 -25 سنة(2) أكثر من 25-30 سنة(3) أكثر من 30-35 سنة
- مكان السكن:1) مخيم(2) قرية(3) مدينة
- المستوى التعليمي:1)إعدادي(2) ثانوي(3) دبلوم(4) جامعي
- المستوى الاقتصادي:1) أقل من 2500 شيكل(2)أكثر من 2500 -3500 شيكل(3) أكثر من 3500 -4500 شيكل(4)أكثر من 4500 فما فوق

2- المتغير التابع:

❖ التوافق النفسي

7.3 المعالجة الإحصائية

بعد جمع الاستبانات والتأكد من صلاحيتها للتحليل تم ترميزها (إعطائها أرقاماً معينة)، وذلك تمهيداً لإدخال بياناتها إلى جهاز الحاسوب الآلي لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة، وتحليل البيانات وفقاً لأسئلة الدراسة وبياناتها، وقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات الاستبانة، واختبار (ت) (t- test)، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعادلة الثبات كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وذلك باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (SPSS) (Statistical Package For Social Sciences).

8.3 الاعتبارات الأخلاقية

- تم الحصول على موافقة كلية الصحة العامة ولجنة برنامج الصحة النفسية والمجتمعية.
- تم الحصول على موافقة اللجنة الأخلاقية في الأبحاث في جامعة القدس.
- تم الحصول على موافقة مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري لإجراء الدراسة على برنامج الأم الدليل.
- تم الحصول على موافقة أفراد مجتمع الدراسة شفهيًا.
- تم التعامل بسرية مع المعلومات التي تم الحصول عليها.

9.3 معوقات الدراسة

- لم تكن عملية اختيار المشاركين عشوائية وهذا يحد من تعميم الدراسة.
- أجريت الدراسة فقط في محافظة القدس، لذلك لا يمكن تعميمها على باقي محافظات الوطن.
- قلة الدراسات المتعلقة بالتوافق النفسي للأمهات.
- توزيع المقياس احتاج إلى وقت وجهد.

الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها

- تمهيد.

- عرض النتائج.

الفصل الرابع:

نتائج الدراسة:

1.4 تمهيد

تضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة، عن (درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" مقارنة مع أمهات لم يشاركن في البرنامج في محافظة القدس)، وبيان أثر كل من المتغيرات من خلال استجابة أفراد العينة على أداة الدراسة، وتحليل البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها. وحتى يتم تحديد درجة متوسطات استجابة أفراد مجتمع الدراسة تم اعتماد الدرجات الآتية:

درجات متوسطات استجابة الافراد

الرقم	الدرجة	مدى متوسطها الحسابي
1	منخفضة	1.66 فأقل
2	متوسطة	1.67-2.33
3	عالية	2.34 فأعلى

2.4 عرض النتائج

1.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل"؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل".

يلاحظ من الجدول (1.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" أنّ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.64) والانحراف المعياري (0.258) والنسبة المئوية 88% وهذا يدل على أن درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" جاء بدرجة عالية.

ولقد حصل مجال التوافق الأسري على أعلى متوسط حسابي ومقداره (2.80) بنسبة مئوية 93.3%، يليه مجال التوافق الاجتماعي بمتوسط حسابي (2.61) بنسبة مئوية 87.0%، ومن ثم مجال التوافق الشخصي والانفعالي بمتوسط حسابي (2.60) بنسبة مئوية 86.7%، يليه مجال التوافق الصحي الجسمي بمتوسط حسابي (2.57) بنسبة مئوية 85.7%.

جدول (1.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لدرجة

التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل"

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الدرجة
3	التوافق الأسري	2.80	0.260	93.3	عالية
4	التوافق الاجتماعي	2.61	0.252	87.0	عالية
1	التوافق الشخصي والانفعالي	2.60	0.308	86.7	عالية
2	التوافق الصحي الجسمي	2.57	0.357	85.7	عالية
	الدرجة الكلية	2.64	0.258	88.0	عالية

وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الشخصي والانفعالي.

يلاحظ من الجدول (2.4) الذي يظهر المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الشخصي والانفعالي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.60) والانحراف المعياري (0.308) ونسبة مئوية 86.7% وهذا يدل على أن مستوى التوافق الشخصي والانفعالي جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول رقم (2.4) أنّ (14) سؤال من 20 سؤال حول التوافق النفسي تمت الإجابة بنعم وكانت الإجابة فوق 80% جاءت بدرجة عالية، وحصل سؤال "هل تتمتعين بثقة في نفسك؟" على أعلى متوسط حسابي 28.2 بسنية مئوية 94% ، وحصل سؤال "هل انت متفائلة؟" على أعلى متوسط حسابي 2.67 بنسبة مئوية 89% ، وحصل سؤال "هل تطلعين الى مستقبل مشرق؟" على أعلى متوسط حسابي 2.85 بنسبة مئوية 95% .

و لكن تم ملاحظة ان 5 أسئلة حول عدم وجود التوافق كانت الإجابة ب لا بنسبة مئوية 75% وحصل سؤال "هل تعتبرين نفسك عصبية المزاج؟" على أقل متوسط حسابي (2.19) بنسبة مئوية 73%، يليها سؤال "هل تشعرين بنوبات صداع من وقت لآخر؟" بمتوسط حسابي (2.24) بنسبة مئوية 74.7%. اما سؤال " هل أنت مستاءة من الدنيا بشكل عام؟" حصل على أعلى إجابة ب لا و متوسط حسابي 2.58 بنسبة مئوية 86% من إجابات الأمهات اللواتي شاركن بالبرنامج .

جدول (2.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال التوافق الشخصي والانفعالي

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
94.0	0.403	2.82	0.7	1	16.7	25	82.7	124	هل تتمتعين بثقة في نفسك ؟	1
89.0	0.471	2.67	0	0	32.7	49	67.3	101	هل أنتِ متفائلة؟	2
86.7	0.591	2.60	5.3	8	29.3	44	65.3	98	هل لديكِ رغبة في الحديث عن نفسك ؟	3
85.7	0.560	2.57	3.3	5	36.0	54	60.7	91	هل أنتِ قادرة على مواجهة مشكلاتك بقوة ؟	4
91.0	0.490	2.73	2.0	3	23.3	35	74.7	112	هل تشعرين بأنك شخصية فعالة في الحياة؟	5
95.0	0.397	2.85	1.3	2	12.7	19	86.0	129	هل تتطلعين لمستقبل مشرق؟	6
83.7	0.588	2.51	4.7	7	39.3	59	56.0	84	هل تشعرين بالراحة النفسية ؟	7
90.3	0.485	2.71	1.3	2	26.7	40	72.0	108	هل أنت سعيدة في حياتك؟	8
95.7	0.341	2.87	0	0	13.3	20	86.7	130	هل تحبين الآخرين وتتعاونين معهم؟	9
91.0	0.447	2.73	0	0	27.3	41	72.7	109	هل تشعرين بالتوازن الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	10
93.7	0.413	2.81	0.7	1	18.0	27	81.3	122	هل تحبين الآخرين ؟	11
90.3	0.512	2.71	2.7	4	24.0	36	73.3	110	هل تؤيدن الشعائر الدينية ؟	12
89.0	0.514	2.67	2.0	3	29.3	44	68.7	103	هل تعتبرين نفسك ناجحة في الحياة ؟	13
87.3	0.527	2.62	2.0	3	34.0	51	64.0	96	هل تشعرين بالأمن والطمأنينة النفسية؟	14
82.3	0.587	2.47	52.0	78	43.3	65	4.7	7	هل تشعرين باليأس؟	15
86.0	0.616	2.58	64.7	97	28.7	43	6.7	10	هل أنتِ مستاءة من الدنيا بشكل عام ؟	16

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		العدد	%	العدد	%	العدد	%			
17	هل تعاني قلقاً من وقت لآخر؟	14	9.3	81	54.0	55	36.7	2.27	0.623	75.7
18	هل تعتبر نفسك عصبية المزاج؟	22	14.7	77	51.3	51	34.0	2.19	0.673	73.0
19	هل تتجنبين المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	21	14.0	54	36.0	75	50.0	2.36	0.717	78.7
20	هل تشعرين بنوبات صداع من وقت لآخر؟	29	19.3	56	37.3	65	43.3	2.24	0.757	74.7
86.7	الدرجة الكلية							2.60	0.308	86.7

وأيضاً تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على أسئلة الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الصحي الجسمي.

يلاحظ من الجدول (3.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الصحي الجسمي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.57) والانحراف المعياري (0.357) والنسبة المئوية 85.7% وهذا يدل على أن مستوى التوافق الصحي الجسمي جاء بدرجة عالية. ويليهما سؤال "هل تساعدك صحتك على مواصلة الأعمال بنجاح؟" بمتوسط حسابي (2.81) بنسبة مئوية 93.7% .

ونلاحظ من خلال الجدول الإجابة على 7 أسئلة التي تتحدث عن التوافق النفسي الصحي الجسمي تم الإجابة عليها بنعم بنسبة مئوية 80% كما وتشير النتائج في الجدول أن (13) سؤال حول عدم وجود توافق صحي جسمي تمت الإجابة ب لا بنسبة 85% ، وحصل سؤال "هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟" على أعلى متوسط حسابي (2.84) بنسبة مئوية 94.7% ، وحصل سؤال "هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (او تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟" على أقل متوسط حسابي (2.29) بنسبة مئوية 76.3%، يليها سؤال "هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز؟" بمتوسط حسابي (2.39) بنسبة مئوية 79.7% .

جدول (3.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال

الصحي الجسمي

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		%	العدد	%	العدد	%	العدد			
1	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية ؟	54.7	82	40.0	60	5.3	8	2.49	0.599	83.0
2	هل تتمتعين بقدرات ومواهب مميزة ؟	51.3	77	38.0	57	10.7	16	2.41	0.677	80.3
3	هل تتمتعين بصحة جيدة وتشعرين أنك قوية البنية؟	68.0	102	26.7	40	5.3	8	2.63	0.586	87.7
4	هل أنت راضية عن مظهرك الخارجي (طول القامة - حجم الجسم)؟	74.7	112	19.3	29	6.0	9	2.69	0.581	89.7
5	هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	81.3	122	18.0	27	0.7	1	2.81	0.413	93.7
6	هل تهتمين بصحتك جيداً وتتجنبين الإصابة بالمرض؟	72.7	109	24.7	37	2.7	4	2.70	0.515	90.0
7	هل تعطين نفسك قدراً من الإسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	57.3	86	36.7	55	6.0	9	2.51	0.610	83.7
8	هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟	40.7	61	47.3	71	12.0	18	2.29	0.669	76.3
9	هل تعانين من بعض العادات مثل (قضم الأظافر - شد الشعر)؟	12.7	19	7.3	11	80.0	120	2.67	0.690	89.0
10	هل تعانين صداعاً دائماً في رأسك؟	9.3	14	34.7	52	56.0	84	2.47	0.662	82.3
11	هل تشعرين بحالات برودة أو سخونة؟	12.7	19	20.7	31	66.7	100	2.54	0.711	84.7
12	هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهية - شره عصبي)؟	10.7	16	20.7	31	68.7	103	2.58	0.678	86.0
13	هل تتسارع دقات قلبك لدى قيامك بأي عمل ؟	9.3	14	30.7	46	60.0	90	2.51	0.663	83.7
14	هل تشعرين بالإجهاد وضعف الهمه ؟	10.0	15	37.3	56	52.7	79	2.43	0.669	81.0
15	هل ترتعش يداك عندما تقومين بعمل؟	5.3	8	16.7	25	78.0	117	2.73	0.554	91.0
16	هل تعانين قلقاً واضطراباً عصبياً؟	4.7	7	20.0	30	75.3	113	2.71	0.550	90.3
17	هل يحد وجع ظهرك أو يدك من قيامك	13.3	20	28.7	43	58.0	87	2.45	0.719	81.7

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		العدد	%	العدد	%	العدد	%			
	بالعمل ؟									
18	هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟	3	2.0	18	12.0	129	86.0	2.84	0.419	94.7
19	هل تعانين من إمساك أو إسهال؟	10	6.7	35	23.3	105	70.0	2.63	0.607	87.7
20	هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز ؟	16	10.7	59	39.3	75	50.0	2.39	0.675	79.7
	الدرجة الكلية							2.57	0.357	85.7

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الأسري.

يلاحظ من الجدول (4.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الأسري أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.80) بنسبة مئوية 93.3% والانحراف المعياري (0.260) وهذا يدل على أن مستوى التوافق الأسري جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول أن جميع الأسئلة جاءت بدرجة عالية، وحصلت الفقرة "هل تحرصين على مشاركة أسرتك أفرحها وأحزانها؟" على أعلى متوسط حسابي (2.93) بنسبة مئوية 97.7%، يليها سؤال "هل أنت متعاونة مع أسرتك؟" بمتوسط حسابي (2.92) بنسبة مئوية 97.3% . حصل سؤال "هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟" والفقرة "هل أنت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟" على أقل متوسط حسابي (2.59) بنسبة مئوية 86.3% ، يليها سؤال "هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟" بمتوسط حسابي (2.66) بنسبة مئوية 88.7%.

جدول (4.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال

التوافق الأسري

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية
		العدد	%	العدد	%	العدد	%			
1	هل أنت متعاونة مع أسرتك؟	139	92.7	10	6.7	1	0.7	0.296	2.92	97.3
2	هل تشعرين بالسعادة مع أسرتك؟	132	88.0	17	11.3	1	0.7	0.353	2.87	95.7
3	هل أنت محبوبة من أفراد أسرتك؟	133	88.7	16	10.7	1	0.7	0.346	2.88	96.0
4	هل تشعرين انك تقومين بدور مهم في أسرتك؟	133	88.7	16	10.7	1	0.7	0.346	2.88	96.0
5	هل تحترم أسرتك رأيك وممكن أن تأخذ به؟	122	81.3	27	18.0	1	0.7	0.413	2.81	93.7
6	هل تفضلين أن تقضي معظم الوقت مع أسرتك؟	124	82.7	24	16.0	2	1.3	0.424	2.81	93.7
7	هل تأخذين حَقَّك من الحب من أسرتك؟	120	80.0	28	18.7	2	1.3	0.442	2.79	93.0
8	هل هناك تفاهم بين افراد أسرتك؟	124	82.7	25	16.7	1	0.7	0.403	2.82	94.0
9	هل تحرصين على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟	139	92.7	11	7.3	0	0	0.262	2.93	97.7
10	هل تشعرين أن علاقتك مع افراد أسرتك قوية؟	128	85.3	21	14.0	1	0.7	0.380	2.85	95.0
11	هل تقتخرين أمام الآخرين أنك تنتمين لهذه الأسرة؟	138	92.0	11	7.3	1	0.7	0.305	2.91	97.0
12	هل أنت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟	103	68.7	32	21.3	15	10.0	0.667	2.59	86.3
13	هل تشجعك اسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	106	70.7	37	24.7	7	4.7	0.566	2.66	88.7
14	هل أفراد أسرتك يفتقون بجوارك عندما تتعرضين لمشكلة؟	120	80.0	29	19.3	1	0.7	0.422	2.79	93.0
15	هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	97	64.7	45	30.0	8	5.3	0.592	2.59	86.3
16	هل تشعرين أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	4	2.7	11	7.3	135	90.0	0.406	2.87	95.7
17	هل تتمنين أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	4	2.7	8	5.3	138	92.0	0.387	2.89	96.3
18	هل تعانين كثيراً من المشاكل داخل	4	2.7	37	24.7	109	72.7	0.515	2.70	90.0

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
									أسرتك؟	
90.3	0.548	2.71	76.0	114	19.3	29	4.7	7	هل تشعرين بالقلق أو الخوف وأنتِ داخل أسرتك؟	19
89.7	0.601	2.69	76.7	115	16.0	24	7.3	11	هل تشعرين بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلة صغيرة؟	20
93.3	0.260	2.80							الدرجة الكلية	

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الاجتماعي.

ويلاحظ من الجدول (5.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الاجتماعي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.61) بنسبة مئوية 87.0% والانحراف المعياري (0.252)، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الاجتماعي جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول (5.4) أن (17) سؤال جاء بدرجة عالية و(4) أسئلة جاءت بدرجة متوسطة، وحصل سؤال "هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟" على أعلى متوسط حسابي (2.89) بنسبة مئوية 96.3%، يليها سؤال "هل تحرصين على حقوق الآخرين؟" بمتوسط حسابي (2.87) بنسبة مئوية 95.7%. وحصل سؤال "هل تتقين في الآخرين؟" على أقل متوسط حسابي (1.98) بنسبة مئوية 66.0%، يليها سؤال "هل تمتنعين عن إساءة النصح لصديقك خوفاً من أن تزعل منك؟" بمتوسط حسابي (2.27) بنسبة مئوية 75.7%.

جدول (5.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال التوافق الاجتماعي

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
91.7	0.448	2.75	0.7	1	23.3	35	76.0	114	هل تحرصين على المشاركة الإيجابية الإجتماعية مع الآخرين؟	1
94.3	0.380	2.83	0	0	17.3	26	82.7	124	هل تستمتعين بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	2
87.7	0.572	2.63	4.7	7	27.3	41	68.0	102	هل تشعرين بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع ؟	3
76.7	0.712	2.30	14.7	22	40.7	61	44.7	67	هل تحبين ان تقضي معظم وقتك مع الآخرين؟	4
89.0	0.471	2.67	0	0	32.7	49	67.3	101	هل تحترمين رأي صديقك وتعملين به اذا كان صائباً؟	5
89.0	0.485	2.67	0.7	1	31.3	47	68.0	102	هل تشعرين بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم؟	6
90.3	0.512	2.71	2.7	4	24.0	36	73.3	110	هل تعتذرين لصديقك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	7
92.3	0.436	2.77	0.7	1	21.3	32	78.0	117	هل تشعرين بالولاء والانتماء لأصدقائك؟	8
96.3	0.358	2.89	1.3	2	8.7	13	90.0	135	هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟	9
89.0	0.498	2.67	1.3	2	30.0	45	68.7	103	هل تربطك علاقات طيبة مع صديقك وتحرصين على ارضائهم؟	10
90.3	0.482	2.71	1.3	2	26.0	39	72.7	109	هل تسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الإجتماعية؟	11
95.7	0.353	2.87	0.7	1	11.3	17	88.0	132	هل تحرصين على حقوق الآخرين؟	12
95.0	0.355	2.85	0	0	14.7	22	85.3	128	هل تحاولين الوفاء بوعدهم مع الآخرين؟	13
86.3	0.519	2.59	1.3	2	38.0	57	60.7	91	هل تجدين متعة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	14
89.0	0.631	2.67	8.7	13	16.0	24	75.3	113	هل تفكرين قبل أن تقدمين على عمل قد يضر بمصالح الآخرين؟	15
76.7	0.673	2.30	42.0	63	46.0	69	12.0	18	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟	16
66.0	0.561	1.98	16.7	25	68.7	103	14.7	22	هل تتقين في الآخرين ؟	17

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		%	العدد	%	العدد	%	العدد			
18	هل تحترم الآخريين؟	84.7	127	15.3	23	0	0	2.85	0.362	95.0
19	هل تخجلين من مواجهة الناس أو ترتكبين أثناء الحديث أمامهم؟	14.0	21	36.0	54	50.0	75	2.36	0.717	78.7
20	هل تمتنعين عن إبداء النصيح لصديقك خوفاً من أن تزعل منك؟	13.3	20	46.0	69	40.7	61	2.27	0.684	75.7
21	هل تشعرين بعدم قدرتك على مساعدة الآخريين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	7.3	11	39.3	59	53.3	80	2.46	0.631	82.0
87.0	الدرجة الكلية							2.61	0.252	

2.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل"؟

للإجابة عن هذا السؤال فقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل".

يلاحظ من الجدول (6.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل" أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.51) بنسبة مئوية 83.7% والانحراف المعياري (0.278) وهذا يدل على أن درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل" جاء بدرجة عالية.

ولقد حصل مجال التوافق الأسري على أعلى متوسط حسابي ومقداره (2.67) بنسبة مئوية 89.0%، يليه مجال التوافق الصحي الجسمي بمتوسط حسابي (2.47) بنسبة مئوية 82.3%، ومن ثم مجال التوافق الاجتماعي بمتوسط حسابي (2.46) بنسبة مئوية 82.0%، يليه مجال التوافق الشخصي والانفعالي بمتوسط حسابي (2.42) بنسبة مئوية 80.7%.

جدول (6.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل"

الدرجة	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجالات
عالية	89.0	0.327	2.67	التوافق الأسري
عالية	82.3	0.354	2.47	التوافق الصحي الجسدي
عالية	82.0	0.314	2.46	التوافق الاجتماعي
عالية	80.7	0.314	2.42	التوافق الشخصي والانفعالي
عالية	83.7	0.278	2.51	الدرجة الكلية

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الشخصي والانفعالي.

يلاحظ من الجدول (7.4) الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الشخصي والانفعالي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.42) بنسبة مئوية 80.7% والانحراف المعياري (0.314)، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الشخصي والانفعالي جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول أن (15) سؤال جاء بدرجة عالية، و(5) أسئلة جاءت بدرجة متوسطة، وحصل سؤال "هل تتمتعين بثقة في نفسك؟" على أعلى متوسط حسابي (2.71) بنسبة مئوية 90.3%، ويليهما سؤال "هل تحبين الآخرين؟" بمتوسط حسابي (2.70) بنسبة مئوية 90.0%، وحصل سؤال "هل تعتبرين نفسك عصبية المزاج؟" على أقل متوسط حسابي (1.94) بنسبة مئوية 64.7%، يليها سؤال "هل تعانين قلقاً من وقت لآخر؟" بمتوسط حسابي (2.06) بنسبة مئوية 68.7%.

جدول (7.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال الشخصي والانفعالي

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
90.3	0.471	2.71	0.7	1	28.0	42	71.3	107	هل تتمتعين بثقة في نفسك ؟	1
82.3	0.576	2.47	4.0	6	44.7	67	51.3	77	هل أنت متفائلة؟	2
78.3	0.723	2.35	14.7	22	36.0	54	49.3	74	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك ؟	3
79.3	0.642	2.38	8.7	13	44.7	67	46.7	70	هل أنت قادرة على مواجهة مشكلاتك بقوة؟	4
81.0	0.572	2.43	4.0	6	49.3	74	46.7	70	هل تشعرين بأنك شخصية فعالة في الحياة؟	5
89.7	0.530	2.69	3.3	5	24.0	36	72.7	109	هل تتطلعين لمستقبل مشرق؟	6
75.3	0.650	2.26	11.3	17	51.3	77	37.3	56	هل تشعرين بالراحة النفسية ؟	7
83.0	0.553	2.49	2.7	4	45.3	68	52.0	78	هل أنت سعيدة في حياتك؟	8
87.7	0.511	2.63	1.3	2	34.0	51	64.7	97	هل تحبين الآخرين وتتعاونين معهم؟	9
84.3	0.552	2.53	2.7	4	42.0	63	55.3	83	هل تشعرين بالتوازن الانفعالي والهدوء أمام الناس؟	10
90.0	0.474	2.70	0.7	1	28.7	43	70.7	106	هل تحبين الآخرين ؟	11
87.7	0.536	2.63	2.7	4	31.3	47	66.0	99	هل تؤيد الشعائر الدينية ؟	12
81.3	0.596	2.44	5.3	8	45.3	68	49.3	74	هل تعتبرين نفسك ناجحة في الحياة ؟	13
80.7	0.547	2.42	2.7	4	52.7	79	44.7	67	هل تشعرين بالأمن والطمأنينة النفسية؟	14
79.3	0.575	2.38	42.7	64	52.7	79	4.7	7	هل تشعرين باليأس؟	15
83.7	0.621	2.51	58.0	87	35.3	53	6.7	10	هل أنت مستاءة من الدنيا بشكل عام ؟	16
68.7	0.616	2.06	22.0	33	62.0	93	16.0	24	هل تعاني قلقاً من وقت لآخر؟	17
64.7	0.726	1.94	23.3	35	47.3	71	29.3	44	هل تعتبرين نفسك عصبية المزاج ؟	18
69.0	0.743	2.07	31.3	47	44.7	67	24.0	36	هل تتجنبين المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	19
74.7	0.739	2.24	42.0	63	40.0	60	18.0	27	هل تشعرين بنوبات صداع من وقت لآخر؟	20
80.7	0.314	2.42							الدرجة الكلية	

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الصحي الجسمي، وذلك كما هو موضح في الجدول (8.4) يلاحظ من الجدول استجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق

الصحي الجسمي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.47) بنسبة مئوية 82.3%، والانحراف المعياري (0.354)، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الصحي الجسمي جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول أن (15) سؤال جاء بدرجة عالية الاجابة كانت ب لا و (5) أسئلة جاءت بدرجة متوسطة، وحصل سؤال "هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟" على أعلى متوسط حسابي (2.79) بنسبة مئوية 93.0%، يليها سؤال "هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟" بمتوسط حسابي (2.69) بنسبة مئوية 89.7%. وحصل سؤال "هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟" على أقل متوسط حسابي (2.13) بنسبة مئوية 71.0%، يليها سؤال "هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز؟" بمتوسط حسابي (2.22) بنسبة مئوية 74.0% .

جدول (8.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد عينة

الدراسة لمجال الصحي الجسمي

الرقم	الفقرات	نعم		أحياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		العدد	%	العدد	%	العدد	%			
1	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية ؟	59	39.3	75	50.0	16	10.7	2.29	0.649	76.3
2	هل تتمتعين بقدرات ومواهب مميزة ؟	65	43.3	62	41.3	23	15.3	2.28	0.715	76.0
3	هل تتمتعين بصحة جيدة وتشعرين أنك قوية البنية؟	87	58.0	46	30.7	17	11.3	2.47	0.692	82.3
4	هل أنت راضية عن مظهرك الخارجي (طول القامة - حجم الجسم)؟	104	69.3	39	26.0	7	4.7	2.65	0.569	88.3
5	هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟	106	70.7	41	27.3	3	2.0	2.69	0.507	89.7
6	هل تهتمين بصحتك جيداً وتتجنبين الإصابة بالمرض؟	87	58.0	58	38.7	5	3.3	2.55	0.563	85.0
7	هل تعطين نفسك قدراً من الإسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟	65	43.3	71	47.3	14	9.3	2.34	0.643	78.0
8	هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟	46	30.7	78	52.0	26	17.3	2.13	0.682	71.0
9	هل تعانين من بعض العادات مثل (قضم الأظافر - شد الشعر)؟	20	13.3	20	13.3	110	73.3	2.60	0.714	86.7

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
82.7	0.663	2.48	57.3	86	33.3	50	9.3	14	هل تعانيين صداعاً دائماً في رأسك؟	10
84.0	0.702	2.52	64.0	96	24.0	36	12.0	18	هل تشعرين بحالات برودة أو سخونة؟	11
84.3	0.702	2.53	64.7	97	23.3	35	12.0	18	هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل (سوء هضم -فقدان شهية -شره عصبي؟	12
81.0	0.709	2.43	56.0	84	31.3	47	12.7	19	هل تتسارع دقات قلبك لدى قيامك بأي عمل؟	13
77.3	0.679	2.32	44.0	66	44.0	66	12.0	18	هل تشعرين بالإجهاد وضعف الهمه؟	14
87.0	0.601	2.61	66.7	100	27.3	41	6.0	9	هل ترتعش يداك عندما تقومين بعمل؟	15
85.7	0.649	2.57	66.0	99	25.3	38	8.7	13	هل تعانيين قلقاً واضطراباً عصبياً؟	16
79.7	0.684	2.39	50.7	76	38.0	57	11.3	17	هل يحد وجع ظهرك أو يدك من قيامك بالعمل؟	17
93.0	0.486	2.79	82.0	123	14.7	22	3.3	5	هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟	18
88.0	0.571	2.64	68.7	103	26.7	40	4.7	7	هل تعانيين من إمساك أو إسهال؟	19
74.0	0.684	2.22	36.7	55	48.7	73	14.7	22	هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز؟	20
82.3	0.354	2.47							الدرجة الكلية	

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على فقرات الاستبانة التي تعبر عن التوافق الأسري.

يلاحظ من الجدول (9.4) يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الأسري أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.67) بنسبة مئوية 89.0% والانحراف المعياري (0.719)، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الأسري جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول رقم (9.4) أن (15) سؤال كانت الاجابة ايجابية بنعم وجاءت بدرجة عالية، بحيث حصل سؤال "هل أنت متعاونة مع أسرتك؟" وسؤال "هل أنت محبوبة من أفراد أسرتك؟" على أعلى متوسط حسابي (2.85) بنسبة مئوية 95.0%، و(5) أسئلة كانت الاجابة ب لا وجاءت بدرجة عالية، بحيث حصل سؤال "هل تتمنين أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟" بمتوسط حسابي

(2.84) بنسبة مئوية 94.7% وحصل سؤال "هل تشجعك أسرته على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟" وسؤال "هل تشجعك أسرته على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟" على أقل متوسط حسابي (2.37) بنسبة مئوية 79.0% يليها سؤال "هل أنت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟" بمتوسط حسابي (2.39) بنسبة مئوية .

جدول (9.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال التوافق الأسري

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
95.0	0.362	2.85	0	0	15.3	23	84.7	127	هل أنت متعاونة مع أسرته؟	1
92.7	0.431	2.78	0.7	1	20.7	31	78.7	118	هل تشعرين بالسعادة مع أسرته؟	2
95.0	0.355	2.85	0	0	14.7	22	85.3	128	هل أنت محبوبة من أفراد أسرته؟	3
90.3	0.512	2.71	2.7	4	24.0	36	73.3	110	هل تشعرين أنك تقومين بدور مهم في أسرته؟	4
85.3	0.561	2.56	3.3	5	37.3	56	59.3	89	هل تحترم أسرته رأيك ويمكن أن تأخذ به؟	5
85.3	0.596	2.56	5.3	8	33.3	50	61.3	92	هل تفضلين أن تقضي معظم الوقت مع أسرته؟	6
88.7	0.541	2.66	3.3	5	27.3	41	69.3	104	هل تأخذين حقه من الحب من أسرته؟	7
88.3	0.520	2.65	2.0	3	31.3	47	66.7	100	هل هناك تفاهم بين أفراد أسرته؟	8
94.3	0.397	2.83	0.7	1	16.0	24	83.3	125	هل تحرصين على مشاركة أسرته أفراحها وأحزانها؟	9
91.0	0.490	2.73	2.0	3	23.3	35	74.7	112	هل شعري أن علاقتك مع أفراد أسرته قوية؟	10
93.7	0.444	2.81	2.0	3	15.3	23	82.7	124	هل تفخرين أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟	11
79.7	0.712	2.39	13.3	20	34.7	52	52.0	78	هل أنت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟	12
79.0	0.680	2.37	11.3	17	40.7	61	48.0	72	هل تشجعك أسرته على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟	13
91.3	0.455	2.74	0.7	1	24.7	37	74.7	112	هل أفراد أسرته يثقون بجوارك عندما تتعرضين لمشكلة؟	14
79.0	0.719	2.37	14.0	21	34.7	52	51.3	77	هل تشجعك أسرته على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	15

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
94.3	0.445	2.83	85.3	128	12.0	18	2.7	4	هل تشعر أنك أسرتك أنك عبء ثقيل عليها؟	16
94.7	0.419	2.84	86.0	129	12.0	18	2.0	3	هل تتمنين أن تكون لك أسرة غير أسرتك؟	17
87.7	0.572	2.63	68.0	102	27.3	41	4.7	7	هل تعاني كثيراً من المشاكل داخل أسرتك؟	18
88.7	0.589	2.66	72.0	108	22.0	33	6.0	9	هل تشعرين بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرتك؟	19
88.3	0.592	2.65	70.7	106	23.3	35	6.0	9	هل تشعرين بأن أسرتك تعاملك على أنك طفلة صغيرة؟	20
89.0	0.327	2.67							الدرجة الكلية	

وقامت الباحثة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على أسئلة الاستبانة التي تعبر عن مجال التوافق الاجتماعي يلاحظ من الجدول السابق الذي يعبر عن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على مجال التوافق الاجتماعي أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.46) بنسبة مئوية 82.0%، والانحراف المعياري (0.314)، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الاجتماعي جاء بدرجة عالية.

كما وتشير النتائج في الجدول رقم (10.4) أن (14) سؤال جاء بدرجة عالية و(7) سؤال جاء بدرجة متوسطة، وحصلت الفقرة "هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟" وسؤال "هل تحرصين على حقوق الآخرين؟" على أعلى متوسط حسابي (2.77) بنسبة مئوية 92.3%، يليها سؤال "هل تحاولين الوفاء بوعدك مع الآخرين؟" بمتوسط حسابي (2.74) بنسبة مئوية 91.3%، وحصل سؤال "هل تتقين في الآخرين؟" على أقل متوسط حسابي (1.94) بنسبة مئوية 64.6%، يليها سؤال "هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟" بمتوسط حسابي (2.11) بنسبة مئوية 70.3% .

جدول (10.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال

التوافق الاجتماعي

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	لا		أحياناً		نعم		الفقرات	الرقم
			%	العدد	%	العدد	%	العدد		
83.0	0.588	2.49	4.7	7	41.3	62	54.0	81	هل تحرصين على المشاركة الإيجابية الإجتماعية مع الآخرين؟	1
83.0	0.588	2.49	4.7	7	42.0	63	53.3	80	هل تستمتعين بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟	2
77.0	0.695	2.31	13.3	20	42.7	64	44.0	66	هل تشعرين بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع؟	3
75.3	0.660	2.26	12.0	18	50.0	75	38.0	57	هل تحبين ان تقضي معظم وقتك مع الآخرين؟	4
85.0	0.597	2.55	5.3	8	34.0	51	60.7	91	هل تحترمين رأي صديقك وتعملين به اذا كان صائباً؟	5
85.0	0.562	2.55	3.3	5	38.0	57	58.7	88	هل تشعرين بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم؟	6
84.3	0.610	2.53	6.0	9	35.3	53	58.7	88	هل تعتذرين لصديقك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟	7
86.0	0.616	2.58	6.7	10	28.7	43	64.7	97	هل تشعرين بالولاء والالتزام لأصدقائك؟	8
92.3	0.436	2.77	0.7	1	21.3	32	78.0	117	هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟	9
87.0	0.565	2.61	4.0	6	30.7	46	65.3	98	هل تربطك علاقات طيبة مع صديقك وتحرصين على ارضائهم؟	10
85.0	0.585	2.55	4.7	7	35.3	53	60.0	90	هل تسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الإجتماعية؟	11
92.3	0.455	2.77	1.3	2	20.7	31	78.0	117	هل تحرصين على حقوق الآخرين؟	12
91.3	0.455	2.74	0.7	1	24.7	37	74.7	112	هل تحاولين الوفاء بوعدهم مع الآخرين؟	13
83.7	0.576	2.51	4.0	6	40.7	61	55.3	83	هل تجدين متعة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟	14
86.7	0.613	2.60	6.7	10	26.7	40	66.7	100	هل تفكرين قبل أن تقدمين على عمل قد يضر بمصالح الآخرين؟	15
70.3	0.697	2.11	30.0	45	50.7	76	19.3	29	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟	16
64.7	0.582	1.94	20.0	30	66.0	99	14.0	21	هل تتقين في الآخرين؟	17
91.0	0.459	2.73	0.7	1	25.3	38	74.0	111	هل تحترمين الآخرين؟	18

الرقم	الفقرات	نعم		احياناً		لا		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
		العدد	%	العدد	%	العدد	%			
19	هل تخجلين من مواجهة الناس أو ترتكبين أثناء الحديث أمامهم؟	22	14.7	73	48.7	55	36.7	2.22	0.684	74.0
20	هل تمتنعين عن إبداء النصح لصديقتك خوفاً من أن تزعل منك؟	28	18.7	72	48.0	50	33.3	2.15	0.708	71.7
21	هل تشعرين بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟	21	14.0	70	46.7	59	39.3	2.25	0.687	75.0
	الدرجة الكلية							2.46	0.314	82.0

وبمقارنة نتائج السؤال الأول والثاني نلاحظ بأن هناك اختلاف في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" والأمهات اللواتي لم يشاركن ، حيث بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج 2.64 بنسبة مئوية 88.0% في حين بلغ لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج 2.51 بنسبة مئوية 83.7% ، ويدل على أنّ درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج أعلى من درجة التوافق لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن .

السؤال الثالث: هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " والأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج في البرنامج ؟
وللإجابة عن هذا السؤال تم تحويله للفرضية التالية:

نتائج الفرضية:

"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات يعزى لمتغير البرنامج"

تم فحص الفرضية بحساب نتائج اختبار "ت" والمتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد مجتمع الدراسة في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات حسب لمتغير البرنامج.

يتبين من خلال الجدول (11.4) أن قيمة "ت" للدرجة الكلية (4.482)، ومستوى الدلالة (0.000)، أي أنه توجد فروق في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات تعزى لمتغير البرنامج، وكذلك لجميع المجالات، حيث كانت الفروق لصالح اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل "، وبذلك تم رفض الفرضية.

جدول (11.4): نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات حسب متغير البرنامج

المجال	الخضوع للبرنامج	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "t"	مستوى الدلالة
التوافق الشخصي والانفعالي	نعم	150	2.5987	0.30773	5.057	0.000
	لا	150	2.4170	0.31441		
التوافق الصحي الجسدي	نعم	150	2.5730	0.35750	2.401	0.017
	لا	150	2.4743	0.35439		
التوافق الأسري	نعم	150	2.7987	0.25990	3.702	0.000
	لا	150	2.6723	0.32736		
التوافق الاجتماعي	نعم	150	2.6105	0.25192	4.515	0.000
	لا	150	2.4623	0.31337		
الدرجة الكلية	نعم	150	2.6448	0.25813	4.482	0.000
	لا	150	2.5059	0.27803		

4.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " واللواتي لم

يشاركن يعزى للمتغيرات (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟

. يلاحظ من الجدول رقم (12.4) وجود فروق ظاهرية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي

شاركن في برنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن، يعزى لمتغير عمر الأم.

يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (1.185) ومستوى الدلالة (0.309) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير عمر الأم، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.568) ومستوى الدلالة (0.568) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير عمر الأم.

اما بالنسبة لمتغير مكان السكن يلاحظ من الجدول أن قيمة ف للدرجة الكلية (4.412) ومستوى الدلالة (0.014) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " اما بالنسبة للأمهات اللواتي لم يشاركن يلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (1.268) ومستوى الدلالة (0.284) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير مكان السكن .وكانت الفروق في الدرجة الكلية بين سكان المخيمات والقرى لصالح سكان المخيمات.

يلاحظ من الجدول وجود فروق ظاهرية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير المستوى التعليمي، ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (6.724) ومستوى الدلالة (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير المستوى التعليمي. ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.714) ومستوى الدلالة (0.013) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة

التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير المستوى التعليمي.

و يلاحظ من الجدول وجود فروق ظاهرية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير المستوى الاقتصادي يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (5.120) ومستوى الدلالة (0.002) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير المستوى الاقتصادي، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.105) ومستوى الدلالة (0.102) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

جدول (12.4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟

الأمهات اللواتي لم يشاركن		الأمهات اللواتي شاركن			المتغيرات	
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	
0.568	0.568	2.5130	0.309	1.185	2.6863	من 18-25 سنة
		2.4744			2.6533	أكثر من 25-30 سنة
		2.5313			2.6109	أكثر من 30-35 سنة
0.284	1.268	2.4866	0.014	4.412	2.7086	مخيم
		2.4909			2.5852	قرية
		2.5830			2.6938	مدينة
0.013	3.714	2.3831	0.000	6.724	2.4539	اعدادي
		2.4970			2.6853	ثانوي
		2.5335			2.6420	دبلوم

الأمهات اللواتي لم يشاركن		الأمهات اللواتي شاركن			المتغيرات	
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	
		2.6007			2.7171	جامعي
0.102	2.105	2.4053	0.002	5.120	2.5592	أقل من 2500 شيكل
		2.5278			2.5744	أكثر من 2500 - 3500 شيكل
		2.4992			2.7122	أكثر من 3500 - 4500 شيكل
		2.5685			2.7383	أكثر من 4500 شيكل فما فوق

ومن خلال جدول (13.4) تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة لاستجابة أفراد مجتمع الدراسة لدرجة التوافق النفسي ومجالاته لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الام الدليل" والامهات اللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير (عمر الام ، مكان السكن / المستوى التعليمي / المستوى الاقتصادي) ويلاحظ من الجدول وجود فروق ظاهرية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل" واللواتي لم يشاركن، يعزى للمجالات التوافق النفسي والمتغيرات.

المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير عمر الام

يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.823) ومستوى الدلالة (0.441) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل" يعزى للمجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير عمر الأم، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.563) ومستوى الدلالة (0.571) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات

اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير عمر الأم.

المجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير عمر الأم.

يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.552) ومستوى الدلالة (0.031) وهي أقل من مستوى الدلالة α ($0.05 \geq$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير عمر الأم، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.765) ومستوى الدلالة (0.467) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير عمر الأم.

المجال التوافق الأسري لمتغير عمر الأم.

يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.259) ومستوى الدلالة (0.772) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير عمر الأم، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.719) ومستوى الدلالة (0.489) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير عمر الأم.

المجال التوافق الاجتماعي لمتغير عمر الأم.

يلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (0.559) ومستوى الدلالة (0.573) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير عمر الأم، ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.812) ومستوى الدلالة (0.063) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير عمر الأم.

المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير مكان السكن.

يلاحظ من الجدول أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.801) ومستوى الدلالة (0.025) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي و الانفعالي لمتغير مكان السكن اما بالنسبة للأمهات اللواتي لم يشاركن يلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (1.068) ومستوى الدلالة (0.347) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي و الانفعالي لمتغير مكان السكن.

المجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير مكان السكن.

يلاحظ من الجدول أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.425) ومستوى الدلالة (0.092) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي و الانفعالي لمتغير مكان السكن اما بالنسبة للأمهات اللواتي لم يشاركن يلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة

الكلية(1.350) ومستوى الدلالة (0.263) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج "الام الدليل" يعزى للمجال التوافق الصحي الجسمي لمتغير مكان السكن.

المجال التوافق الأسري لمتغير مكان السكن.

يلاحظ من الجدول أن قيمة ف للدرجة الكلية(3.812) ومستوى الدلالة (0.024) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال الأسري لمتغير مكان السكن اما بالنسبة للأمهات اللواتي لم يشاركن يلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية(1.001) ومستوى الدلالة (0.370) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير مكان السكن.

المجال التوافق الاجتماعي لمتغير مكان السكن.

يلاحظ من الجدول أن قيمة ف للدرجة الكلية(4.277) ومستوى الدلالة (0.016) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير مكان السكن اما بالنسبة للأمهات اللواتي لم يشاركن يلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية(1.352) ومستوى الدلالة (0.262) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير مكان السكن .

المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (4.904) ومستوى الدلالة (0.003) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.512) ومستوى الدلالة (0.061) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى التعليمي.

المجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (6.629) ومستوى الدلالة (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.820) ومستوى الدلالة (0.041) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسدي لمتغير المستوى التعليمي.

المجال التوافق الأسري لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (6.010) ومستوى الدلالة (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.098) ومستوى الدلالة (0.029) وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير المستوى التعليمي.

المجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.970) ومستوى الدلالة (0.034) وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى التعليمي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.875) ومستوى الدلالة (0.011) وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى التعليمي.

المجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (4.710) ومستوى الدلالة (0.004) وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.978) ومستوى الدلالة (0.034) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الشخصي والانفعالي لمتغير المستوى الاقتصادي.

المجال التوافق الصحي الجسمي لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (3.832) ومستوى الدلالة (0.011) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسمي لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (1.528) ومستوى الدلالة (0.210) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الصحي الجسمي لمتغير المستوى الاقتصادي.

المجال التوافق الأسري لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (4.775) ومستوى الدلالة (0.003) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائية في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.913) ومستوى الدلالة (0.036) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الأسري لمتغير المستوى الاقتصادي.

المجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى الاقتصادي.

ويلاحظ أن قيمة ف للدرجة الكلية (2.711) ومستوى الدلالة (0.047) وهي أقل من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن لبرنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى الاقتصادي .

ويلاحظ أيضاً أن قيمة ف للدرجة الكلية (1.136) ومستوى الدلالة (0.336) وهي أكبر من مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج " الام الدليل " يعزى للمجال التوافق الاجتماعي لمتغير المستوى الاقتصادي.

جدول (13.4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى الدلالة لاستجابة أفراد مجتمع الدراسة لدرجة التوافق النفسي ومجالاته لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " والامهات اللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير (عمر الام ، مكان السكن / المستوى التعليمي / المستوى الاقتصادي)؟

الأمهات اللواتي لم يخضعن		الأمهات اللواتي خضعن			المتغيرات		المجالات
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي		
0.571	0.563	2.4500	0.441	0.823	2.6196	من 18-25 سنة	عمر الأم
		2.3827			2.6355	من 25-30 سنة	

الأمهات اللواتي لم يخضعن			الأمهات اللواتي خضعن			المتغيرات		المجالات
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي			
		2.4226			2.5629	من 30-35 سنة		والانفعالي
0.467	0.765	2.5289	0.031	3.552	2.6641	من 18-25 سنة	عمر الأم	التوافق الصحي الجسمي
		2.4548			2.6066	من 25-30 سنة		
		2.4472			2.4902	من 30-35 سنة		
0.489	0.719	2.6700	0.772	0.259	2.8217	من 18-25 سنة	عمر الأم	التوافق الأسري
		2.6346			2.7882	من 25-30 سنة		
		2.7113			2.7886	من 30-35 سنة		
0.063	2.812	2.4085	0.573	0.559	2.6418	من 18-25 سنة	عمر الأم	التوافق الاجتماعي
		2.4277			2.5865	من 25-30 سنة		
		2.5436			2.6025	من 30-35 سنة		
0.568	0.568	2.5130	0.309	1.185	2.6863	من 18-25 سنة	عمر الأم	الدرجة الكلية
		2.4744			2.6533	من 25-30 سنة		
		2.5313			2.6109	من 30-35 سنة		
0.347	1.068	2.4240	0.025	3.801	2.6691	مخيم	مكان السكن	التوافق الشخصي والانفعالي
		2.3867			2.5325	قرية		
		2.4889			2.6600	مدينة		
0.263	1.350	2.4740	0.092	2.425	2.6375	مخيم	مكان السكن	التوافق الصحي الجسمي
		2.4400			2.5110	قرية		
		2.5704			2.6500	مدينة		
0.370	1.001	2.6458	0.024	3.812	2.8618	مخيم	مكان السكن	التوافق الأسري
		2.6607			2.7455	قرية		
		2.7519			2.7600	مدينة		
0.262	1.352	2.4067	0.016	4.277	2.6681	مخيم	مكان السكن	التوافق الاجتماعي
		2.4768			2.5535	قرية		
		2.5238			2.7048	مدينة		
0.284	1.268	2.4866	0.014	4.412	2.7086	مخيم	مكان	الدرجة

الأمهات اللواتي لم يخضعن			الأمهات اللواتي خضعن			المتغيرات		المجالات
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي			
		2.4909			2.5852	قرية	السكن	الكلية
		2.5830			2.6938	مدينة		
0.061	2.512	2.3017	0.003	4.904	2.4000	اعدادي	المستوى التعليمي	التوافق الشخصي والانفعالي
		2.4144			2.6414	ثانوي		
		2.4217			2.6000	دبلوم		
		2.5092			2.6687	جامعي		
0.041	2.820	2.3167	0.000	6.629	2.3115	اعدادي	المستوى التعليمي	التوافق الصحي الجسمي
		2.5169			2.6290	ثانوي		
		2.4609			2.5632	دبلوم		
		2.5408			2.6750	جامعي		
0.029	3.098	2.5450	0.001	6.010	2.6135	اعدادي	المستوى التعليمي	التوافق الأسري
		2.6551			2.8444	ثانوي		
		2.7087			2.8026	دبلوم		
		2.7776			2.8417	جامعي		
0.011	3.875	2.3698	0.034	2.970	2.4890	اعدادي	المستوى التعليمي	التوافق الاجتماعي
		2.4060			2.6290	ثانوي		
		2.5424			2.6040	دبلوم		
		2.5764			2.6845	جامعي		
0.013	3.714	2.3831	0.000	6.724	2.4539	اعدادي	المستوى التعليمي	الدرجة الكلية
		2.4970			2.6853	ثانوي		
		2.5335			2.6420	دبلوم		
		2.6007			2.7171	جامعي		
0.034	2.978	2.2767	0.004	4.710	2.4796	أقل من 2500 شيكل	المستوى الاقتصادي	التوافق الشخصي والانفعالي
		2.4475			2.5304	من 2500-3499 شيكل		

الأمهات اللواتي لم يخضعن			الأمهات اللواتي خضعن			المتغيرات	المجالات
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي		
		2.4183			2.6859	من 3500-4499 شيكل	
		2.4923			2.6963	من 4500 شيكل فما فوق	
0.210	1.528	2.3717	0.011	3.832	2.4944	أقل من 2500 شيكل	المستوى الاقتصادي التوافق الصحي الجسمي
		2.4475			2.4735	من 2500-3499 شيكل	
		2.5159			2.6719	من 3500-4499 شيكل	
		2.5372			2.6737	من 4500 شيكل فما فوق	
0.036	2.913	2.5533	0.003	4.775	2.7074	أقل من 2500 شيكل	المستوى الاقتصادي التوافق الأسري
		2.6825			2.7363	من 2500-3499 شيكل	
		2.6476			2.8531	من 3500-4499 شيكل	
		2.7795			2.8963	من 4500 شيكل فما فوق	
0.336	1.136	2.4190	0.047	2.711	2.5556	أقل من 2500 شيكل	المستوى الاقتصادي التوافق الاجتماعي
		2.5333			2.5584	من 2500-3499 شيكل	
		2.4193			2.6414	من 3500-4499 شيكل	
		2.4701			2.6893	من 4500 شيكل	

الأمهات اللواتي لم يخضعن			الأمهات اللواتي خضعن			المتغيرات	المجالات	
مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	قيمة (ف،ت)	المتوسط الحسابي			
						فما فوق		
0.102	2.105	2.4053	0.002	5.120	2.5592	أقل من 2500 شيكل	المستوى الاقتصادي	الدرجة الكلية
		2.5278			2.5744	من 2500-3499 شيكل		
		2.4992			2.7122	من 3500-4499 شيكل		
		2.5685			2.7383	من 4500 شيكل فما فوق		

الفصل الخامس: مناقشة النتائج والتوصيات

- مناقشة النتائج.
- التوصيات والمقترحات.

الفصل الخامس:

1.5 مناقشة النتائج:

1.1.5 مناقشة السؤال الأول:

ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج (الأم الدليل)؟

نجد من الجدول (1-4) أنّ درجة التوافق النفسي للنساء اللواتي شاركن في البرنامج الأم الدليل جاءت بنسبة عالية، حيث بلغت بمتوسط حسابي (2.64) وبنسبة مئوية 88.0% . تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الهدف من البرنامج بدرجة أولى هو تمكين الأمهات في كيفية التعامل مع أهم مرحلة تمر بها المرأة، ألا وهي مرحلة الحمل والولادة، والتي تتعرض فيها المرأة للكثير من التغير في الهرمونات، الأمر الذي يجعلها تعاني من مزاجات مختلفة، لذلك فإن وجود برنامج يوضح لها أسباب هذه الاختلافات يساعدها على التعامل معها. كما وتعاني المرأة أثناء فترة الحمل من تغيرات في جسدها، الأمر الذي يجعلها عرضة للتناقضات الداخلية من فرحتها بتقدم أشهر الحمل، ومعاناتها في عدم المقدرة بالاعتناء بمظهرها كالمعتاد.

إضافة إلى الصعوبات التي تواجهها المرأة بعد الولادة في كيفية الاعتناء بالطفل والتي تعدّ من أصعب المراحل، خصوصاً إن لم يكن لدى الأم أحد الأقرباء (أمها أو حماتها) لمساعدتها في هذه المرحلة، إضافة إلى بعض الممارسات الخاطئة التي قد ترتكبها المرأة دون علم بأنها خاطئة. مثلاً في عملية الرضاعة التي قد تسبب الكثير من الألم للأم تضطر الأم أحياناً للجوء إلى الرضاعة غير الطبيعية، ولكن عند خضوع الأم لبرنامج يهيئها نفسياً لتقبل كل ما ذكر، ويهيئها لكيفية التعامل مع هذه المستجدات على حياتها يجعلها أكثر تمتعاً بالتوافق النفسي.

كما تتفق دراسة الشريف (2016) في نتائج الدراسة في أهمية البرنامج الإرشادي للامهات.

1.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الشخصي والانفعالي:

حصل مجال التوافق الشخصي والانفعالي بمتوسط حسابي (2.60) بنسبة مئوية 86.7% على الترتيب الثالث حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة ، ونلاحظ من الجدول (4-2) أنه قد حازت العبارة (9) التي تنص على "هل تحبين الآخرين وتتعاونين معهم" على أعلى متوسط حسابي (2.87) بنسبة مئوية 95.7% . تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن مشاعر الامتنان التي تولدت عند الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج ولدت لديهن مشاعر امتنان تجاه القائمين على البرنامج من جهة، وانعكست في رغبتهم في تمرير الفائدة التي حصلن عليها جراء المشاركة في هذا البرنامج من جهة أخرى. كما عكست الروح الإيجابية التي تولدت لدى الأمهات المشاركات في البرنامج والإحساس بالمسؤولية الاجتماعية.

ويوضح الجدول ذاته أن الفقرة (6) التي تنص على "هل تتطلعين لمستقبل مشرق؟" جاءت بالدرجة الثانية وهذا يعكس مدى التفاؤل الذي أحدثه البرنامج لدى الأمهات المشاركات، على الرغم من أن المرأة بشكل عام أثناء مرحلة الحمل والإعتناء بالأطفال حديثي الولادة تكون مثقلة بالمتاعب، خصوصاً تقييد حريتها، من حيث الخروج للتسوق وللتنزه والسهر وغيرها.

كما نلاحظ أن الفقرتين اللواتي حازتا على أقل متوسط حسابي كانتا بالاتجاه ذاته، وعكست جوانب إيجابية تولدت لدى الأمهات، فالفقرة (18) التي تنص على "هل تعتبرين نفسك عصبية" قد حازت على متوسط حسابي (2.19) بنسبة مئوية 73.0%، والفقرة (20) والتي تنص على "هل تشعرين بنوبات صداع من وقت لآخر؟" قد حازت على متوسط حسابي (2.24) بنسبة مئوية 74.7%، إنما يدل على توافق نفسي لدى هذه العينة من الأمهات، فالتحكم بالأعصاب وضبط النفس هي مهارة مكتسبة، تستطيع المرأة بها التعامل بحكمة في المواقف المختلفة، كما تستطيع اختيار التصرف الصحيح لأي موقف تتعرض له مع أطفالها أو مع نفسها أثناء فترة الحمل.

ولأن الفئة المستهدفة نفت عن نفسها العصبية كان من الطبيعي أن تكون الفقرة التي تسأل حول الإصابة بنوبات الصداع من الفقرات الحائزات على متوسط حسابي منخفض، ففي حالة الصداع إذا انتفى السبب العضوي للإصابة به يبقى هناك الضغط النفسي المسبب له، رغم ذلك، ولأن المرأة بالوضع الطبيعي والمعتاد تحافظ على غذائها في فترة الحمل، وفي الفترة التي تليها من مرحلة الولادة والرضاعة، فنادرًا ما يكون السبب العضوي مسبباً للصداع، بالمقابل فإنّ السهر والضغط النفسي المترتب على هذه المرحلة هو ما يسبب الصداع، فعند انتفاء معاناة الأمهات من هذه الأعراض فهو

دليل على أن هذه الفئة قد تحقق لديها تكامل ما بين الاعتناء الجسدي بنفسها والاعتناء الروحي بنفسها وأعصابها. وتتفق هذه الدراسة ودراسات كل من Kitzman et al. (2017) ، Carlsson ، et al. (2016) ، Kemp et al. (2011) niever (2010) ، Akman et al. (2006) ، Kearney et al. (2000) والتي كانت من أهم نتائجها التوصل إلى أن هناك أهمية للزيارات المنزلية في تقديم المعرفة والمهارات حول صحة الام والطفل ، وأنّ هناك تحسن في سلوك الأمهات خاصة في الزيارات المتكررة، كما تتفق ودراسة han (2003) في أهمية الدعم الاجتماعي للنساء. وان مثل هذه البرامج لها فاعلية لتحسن وضع الأمهات الذاتي، النفسي، والاسري والاجتماعي.

2.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الصحي الجسدي:

حصل مجال التوافق الصحي الجسدي بمتوسط حسابي (2.57) بنسبة مئوية 85.7%. على الترتيب الرابع حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة . يتضح من الجدول (4-3) أن الفقرة (5) التي تنص على "هل تساعدك صحتك على مواولة الأعمال بنجاح؟" على متوسط حسابي (2.81) وبنسبة مئوية 93.7%، تجد الباحثة أنّ هذه النتيجة تعكس الصحة الجسمية التي تتمتع بها هذه الفئة، إذ أن التوافق النفسي ينعكس إيجاباً على التوافق الصحي الجسدي، فالأمراض السيكوسوماتية هي أمراض نفسية تظهر على شكل أمراض جسدية، فتمتع الفئة المستهدفة بصحة تساعد على القيام بأعمالها بطريقة ناجحة يعكس فئة تشعر بالسلام النفسي.

ويشير الجدول ذاته أيضا إلى أن الفقرة (20) التي تنص على "هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز؟ على المرتبة قبل الأخيرة من حيث الفقرات الحائزة على درجة منخفضة، إذ بلغ المتوسط الحسابي لها (2.39) بنسبة مئوية 79.7% تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المرأة أثناء فترة الحمل تعتني بنوع الغذاء الذي تتناوله. كما تعتني بأخذ المكملات الغذائية؛ لذلك فإن المقدرة على التركيز هي سمة لا تتأثر بمرحلة الحمل وما بعدها، إلا في حالة عدم اهتمام المرأة بغذائها، لكن عند تعرّض الأمهات إلى البرامج التي تقوم بتقديم التوعية لهن، فإنهن على الأقل يهتمن بأخذ المكملات الغذائية، كما أنّ الاهتمام بصحة الأم الحامل لم يعد مقتصرًا على اهتمام الطبيب الخاص، فالمرأة يجب أن تزور المراكز الصحية الحكومية التي توفر بعض المكملات الغذائية المجانية، وبخاصة الحديد الذي يساعد على توفر فيتامين (b12) المسؤول الأكبر عن عملية التركيز.

كما يوضح الجدول ذاته أن الفقرة (8) التي تنص على "هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟" على أقل متوسط حسابي (2.29) بنسبة مئوية 76.3% تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الإنسان يتأثر بثقافة المجتمع المحيط به، والمجتمعات العربية تنظر إلى فترة الحمل بأنها فترة جداً مهمة، وتحاول قدر المستطاع الحفاظ على صحة الأم والجنين من أي إرهاق جسدي قد تتعرض له الأم الحامل، والمجتمع الفلسطيني لا ينفصل عن المجتمعات العربية في هذه النظرة.

كما يعدّ كلاً من المجتمع الفلسطيني والعربي مجتمعات ليست لديها ثقافة الاهتمام بالتمارين الرياضية، أو الذهاب إلى مراكز التدريب الرياضي كنوع من الحصول على اللياقة العامة، فالمرأة الفلسطينية أو العربية لا تلجأ إلى هذه المراكز إلا بهدف التخفيف من الوزن؛ لذلك فإن اعتناءها بصحتها الجسمية فيما يتعلق بالتمارين الرياضية من الطبيعي أن يكون الأقل في المتوسطات الحسابية.

أما فيما يتعلق بالقدر الكافي من النوم، فالمرأة الحامل عادة ما تعاني من تغيرات في شكلها وجسمها وضغوطات على التنفس تمنعها من التمتع بقدر كاف من النوم، خصوصاً في الأشهر الأخيرة من الحمل، كما أنّ تقلبات نوم الطفل الوليد في أول ستة شهور من عمره تمنعها من التمتع بقدر كاف من النوم، فهذه الظواهر ليست بفعل عدم الإفادة من التوجيهات، بقدر ما تكون وليدة ظروف لا تستطيع المرأة التحكم بها.

3.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الأسري:

حصل مجال التوافق الأسري على أعلى متوسط حسابي ومقداره (2.80) بنسبة مئوية 93.3%، على الترتيب الأول حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة ، ومقارنة مع دراسة الخضري (2005) فدراسته هدفت إلى معرفة درجة التوافق النفسي والاجتماعي لدى زوجات الشهداء وزوجات ذوي المنازل المهدمة والزوجات العاديات اللواتي لم يستشهد أزواجهن أو تهدم منازلهن تم التوصل إلى أن البعد الأسري في درجات التوافق لدى زوجات الشهداء جاء في المرتبة الأولى، ، وأن البعد الأسري جاء في المرتبة الأولى في درجات التوافق لدى ذوي المنازل المهدمة، أما في درجات التوافق لدى الزوجات العاديات فقد جاء البعد الأسري في المرتبة الأولى كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد التوافق (النفسي، الاجتماعي، الجسدي، الأسري) بين زوجات الشهداء

وزوجات ذوي المنازل المهتمة والزوجات العاديات، وأخيراً أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هذه الأبعاد والدرجة الكلية بين زوجات الشهداء والزوجات العاديات.

كما يشير الجدول (4-4) إلى أنّ الفقرة (9) التي تنص على "هل تحرصين على مشاركة أسرتك أفراحها وأحزانها؟" على أعلى متوسط حسابي وبلغ (2.93) بنسبة مئوية 97.7%. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ المجتمع الفلسطيني هو مجتمع شأنه شأن المجتمعات العربية متطلب مجتمعيًا، ولا يعطي أعمار عند تغيب أحدهم عن المشاركة في المناسبات المجتمعية؛ لذلك فإن المرأة، وإن كانت في مرحلة الحمل أو في مرحلة ما بعد الولادة، فإنّ عليها أن تقوم بأداء الواجب المجتمعي. كما حازت الفقرة (1) التي تنص على "هل أنت متعاونة مع أسرتك" على متوسط حسابي عالٍ وبلغ (2.92) بنسبة مئوية 97.3%، تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ المرأة أثناء فترة الحمل أو ما بعد ذلك، يزداد لديها إفراز غدة البرولاكتين المسؤولة عن العاطفة، لذلك يزداد اهتمام الأم بالعائلة، كما يزداد إحساسها بالمسؤولية تجاه الأفراد.

كما حازت الفقرة (15) والتي تنص على "هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟" على متوسط حسابي وبلغ (2.59) بنسبة مئوية 86.3%. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ المجتمعات العربية هي مجتمعات متطلبة فيما يتعلق بتأدية الواجب، ولكنها في الوقت ذاته هي مجتمعات تراعي خصوصية المنزل، ولا تحبذ الزيارات المتبادلة بكثرة خاصة بين الجيران.

4.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الاجتماعي:

حصل مجال التوافق الاجتماعي بمتوسط حسابي (2.61) بنسبة مئوية 87.0% على الترتيب الثالث حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة، وكما يشير الجدول (4-5) إلى أنّ الفقرة (9) والتي تنص على "هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟" على أعلى متوسط حسابي بلغ (2.89) بنسبة مئوية . تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ العمل مع الأفراد ضمن مجموعات عادة ما يوثق أوصال العلاقات بينهم. ولذلك فإنّ الأمهات عندما يتلقين التدريب ضمن مجموعات الإرشاد فإنّ الروح بعمل الجماعة تتولد لديهن.

كما ويوضح الجدول أنّ الفقرة (12) والتي تنص على "هل تحرصين على حقوق الآخرين؟" على متوسط حسابي عالٍ بلغ (2.87). تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ الأمهات اللواتي تعرضن لبرنامج

الأم الدليل يجدن أنهم قد حصلن على فرصة وفرتها لهن إحدى الجهات المهمة، والتي ترى أنّ من حق الأم أن تمر بمثل هذه التوعية، ولأنّ البرنامج، إضافة إلى التوعية، يعزز ضمن الأنشطة التي يقوم بطرحها الروح الايجابية للنساء، فيجدن أن غيرهن لهن الحق ذاته الذي حصلن عليه. ويأتي الانسجام المجتمعي لدى هذه الفئة من الأمهات عند إجابتهن عن الفقرة (20) التي تنص على "هل تمتعين عن إسداء النصح لصديقتك خوفاً من أن تزعل منك؟" على متوسط حسابي قليل وبلغ (2.87). تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن العمل ضمن المجموعات هو عمل يُخرج الفرد من همه الذاتي لمشاركة الآخرين همومهم؛ لذلك فإنّ الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل ليس لديهن أدنى خوف من تقديم النصيحة للصديقات، كما ويأتي المتوسط الحسابي لفقرة (17) التي تنص على "هل تثقين في الآخرين" على أقل متوسط حسابي، وهذا يعزز ما تمّ طرحه من تبادل الأمهات للخبرات ضمن البرنامج، مما يولد الثقة بينهن.

2.1.5 مناقشة السؤال الثاني:

ما درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج (الأم الدليل)؟

1.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الشخصي والانفعالي:

حصل مجال التوافق الشخصي والانفعالي بمتوسط حسابي (2.42) بنسبة مئوية 80.7% على الترتيب الرابع حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة ، ويتضح من الجدول (4-7) أن الفقرة (1) التي تنص على "هل تتمتعين بثقة في نفسك؟" على أعلى متوسط حسابي وبلغ (2.71) لنسبة مئوية 90.3%. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأمهات اللواتي لم يشاركن في التنقيف ضمن البرنامج معتدات في أنفسهن بحيث تعتقد المرأة أنها على علم ودراية بكل ما يتعلق بالحمل وما تليه من مراحل، على الرغم من أن الكثير من العادات التي يتم ممارستها من قبل الأمهات تعتبر خاطئة، فمثلاً من الشائع عند الأمهات كثرة المشي قبل موعد الولادة بأيام، في حين أنّه طبيياً غير مرحب به لما يسبب من إرهاق لدى المرأة، فيؤدي إلى عدم مقدرتها على تحمل ضغوطات الميلاد.

كما يوضح الجدول تراجع الفقرة (9) والتي تنص على "هل تحبين الآخرين وتتعاونين معهم؟" إلى الترتيب الرابع من حيث الأهمية عنه لدى الأمهات اللواتي كن مشاركات في برنامج الأم الدليل، مما يعزز ما تمّ طرحه من حيث مساعدة برنامج الأم الدليل الأم على الخروج من فرديتها إلى الجماعة.

ويوضح الجدول ذاته أن الفقرة (18) التي تنص على "هل تعتبرين نفسك عصبية المزاج؟" على أقل متوسط حسابي وبلغ (1.94) بنسبة مئوية 64,7% ، وهو أقل من المتوسط الحسابي للنساء اللواتي شاركن في البرنامج. نجد هنا توافق ما بين الفئتين في الحصول على أقل متوسط حسابي لهذه العبارة، لكن باختلاف النسبة وتراجعها عند الفئة التي لم تشارك للتثقيف. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن بعض من الأمهات يعتبرن بعض الممارسات عادية، وإن كانت تصنف ضمن الممارسات العصبية، لذلك فإننا نجد أن الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج الدليل كانوا أكثر تصالحاً مع أنفسهم من حيث التقييم لسلوكياتهم.

كما حازت الفقرة (17) التي تنص على "هل تعانين قلقاً من وقت لآخر" على متوسط حسابي بلغ (2.06) بنسبة مئوية 68.7% ضمن المتوسطات الحسابية الأقل. هنا تجد الباحثة أن مسببات القلق تعتبر مسببات عامة إذا لم تتعرض المرأة لأية مشكلة أثناء الحمل، مثلاً، من الأمور التي قد تحدث للمرأة الحامل إصابتها بسكري الحمل أو بارتفاع الضغط، فهذه الأعراض قد تسبب القلق لها، لكن إن لم تتعرض لأية مشكلة أثناء فترة الحمل فليس هناك ما يجعلها عرضة للقلق.

2.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الصحي الجسدي:

حصل مجال التوافق الصحي الجسدي بمتوسط حسابي (2.47) بنسبة مئوية 82.3%، على الترتيب الثاني حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة و يتضح من الجدول (4-8) أن الفقرة (18) التي تنص على "هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟" بلغ المتوسط الحسابي (2.79) بنسبة مئوية 93.0%، والفقرة (5) "هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟" على أعلى متوسطات حسابية، حيث بلغ المتوسط الحسابي (2.69) بنسبة مئوية 89.7%. هنا نجد أن هاتين الفقرتين ذاتهما اللتين حصلنا على أعلى متوسطات حسابية لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن البرنامج يقدم خدمات في المجال السلوكي والممارسات الصحية والتربوية الصحيحة أثناء فترة الحمل وما بعده لمدة 3 سنوات.

أما فيما يتعلق بالتغيرات الجسمانية فهي سمة تشترك بها جميع الأمهات الحوامل، لأن الأعراض هي ذاتها، فجميع الأمهات يعانين أثناء فترة الحمل من ضغط على الحجاب الحاجز بسبب كبر حجم

البطن، وقد تعاني الأمهات من ألم في الأقدام نتيجة الثقل، ولكن ليس بطريقة تمنعها من مزاوله حياتها اليومية بنجاح.

كما وفي السياق ذاته نجد أن الفقرتين (20) و(8) والتي تتصان على "هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز قد حازتا؟" و "هل تعطين نفسك قدراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك) على أقل متوسط حسابي، أيضا هما كانتا الأقل درجة لدى الأمهات اللواتي تعرضن لبرنامج الأم الدليل. يعود السبب في ذلك إلى أن هذه الأسباب تعتمد على الصحة التراكمية للمرأة وليس على تعرضها أو عدم تعرضها أثناء المرحلة المؤقتة من الحمل لتوعية في برامج مثل برنامج الأم الدليل.

3.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الأسري:

حصل مجال التوافق الأسري على أعلى متوسط حسابي ومقداره (2.67) بنسبة مئوية 89.0% على الترتيب الأول حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة ، كما يشير الجدول (4-9) إلى أن الفقرة (1) والتي تنص على "هل أنت متعاونة مع أسرتك؟" على أعلى متوسط حسابي وبلغ (2.85) بنسبة مئوية 95.0% . تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المرأة الحامل كما طرحنا سابقاً تتعرض لتغيرات هرمونية تجعلها أكثر عاطفة وأكثر إحساس بالمسؤولية تجاه عائلتها، ومن الجدير بالملاحظة هنا أنّ هذه الفقرة لدى الأمهات اللواتي تعرضن لبرنامج الأم الدليل جاءت في المرتبة الأولى من حيث الأهمية عنها لدى الأمهات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج الدليل، والتي جاءت في المرتبة الثانية، وعلى الرغم من أن الفارق يعتبر بسيط، إلا أنه يعكس مدى التغيير الذي أحدثه البرنامج من حيث إichاد مسؤولية تجاه المرأة الحامل للعناية بنفسها، وأنّ لها حق غير المسؤوليات التي تشعر بها تجاه أسرتها.

ويتضح أن الفقرة (3) "هل أنت محبوبة من أفراد أسرتك؟" على المرتبة الثانية من حيث الأهمية، حيث حازت على متوسط حسابي بلغ (2.85) بنسبة مئوية 95.0%. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المرأة التي تعطي وقتها كله لعائلتها عادة ما تشعر بأنها هي أيضا تشكل الركيزة الأساسية في أسرتها، وهذا انعكاساً لما تشكله الأسرة من ركيزة أولى بداخلها، فهي لم تصنع لها محيط آخر ترى نفسها فيه أو ترى نظرة المجتمع لها هناك؛ لذلك فإن هذه الفقرة احتلت المرتبة الخامسة من حيث الأهمية لدى

الأمهات اللواتي تعرضن لبرنامج الأم الدليل، وكما قلنا سابقاً بأنّ الأمهات اللواتي تعرضن لبرنامج الأم الدليل أصبحن أكثر اهتماماً بأنفسهن ككيان له حق، بغض النظر عن الواجبات الأسرية المفروضة عليها.

ومن الجدول ذاته يتضح أن التعامل مع المجتمع الخارجي فيما يتعلق بمتطلبات المجتمع هي ذاتها لدى الفئتين، فنجد أن الفقرات (12) (13) (15) ونصوصهن على التوالي: "هل انت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟"، "هل تشجعك أسرتك على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟"، "هل تشجعك أسرتك على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟"، حصلت على أقل متوسطات حسابية. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن عادات وتقاليد المجتمع هي ذاتها التي تحكم جميع الأمهات، وليس لبرنامج محدود الفترة الزمنية أن يغير ثوابت في المجتمع وفي تربية المرأة لسنوات خلت.

4.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الاجتماعي:

حصل مجال التوافق الاجتماعي بمتوسط حسابي (2.46) بنسبة مئوية 82.0% على الترتيب الثالث حسب درجات متوسطات استجابة افراد مجتمع الدراسة ،كما يوضح الجدول (4-10) يتضح أن الفقرتين (9) (2) والتي تتصان على التوالي: "هل تشعرين بالسعادة عندما ترين الآخرين سعداء؟"، و "هل تحرصين على حقوق الآخرين؟" هنا تجد الباحثة أن هاتين الفقرتين احتلتا ذات المكانة في المتوسط الحسابي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج الأم الدليل. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن المرأة هي من الفئات الأقل حظاً مجتمعياً فيما يتعلق بالحقوق المكتسبة سياسياً واجتماعياً. لذلك فإنها تشعر بالتعاطف مع الآخرين فيما يتعلق بتحصيل الحقوق.

كما يتضح من الجدول ذاته أنّ الفقرة (17) التي تنص على "هل تثقين في الآخرين؟" على أقل متوسط حسابي (1.94) بنسبة مئوية 64.7% ، وتتفق مع الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج، وذلك لأنّ جميع الأمهات في المجتمعات العربية تفقد إعطاء الثقة للآخرين، لما يترتب على إعطاء الثقة وعدم ورودها في مكانها من أخطار على المرأة نفسها مجتمعياً.

ويشير الجدول إلى أن الفقرة (16) التي تنص على "هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟" على درجة متوسطة ومتوسط حسابي منخفض بلغ (2.11) بنسبة مئوية 70.3%. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الأمهات الفلسطينيات يتمتعن بروح التحدي

نتيجة ظروف الاحتلال المفروضة عليهن؛ لذلك فإن الخوض في غمار أية منافسة ليس بالأمر الذي قد تخشاه المرأة الفلسطينية، وسبب ذلك أن أغلب جوانب حياتها تعدّ تحدي ومنافسة في إطار الصراع من أجل الاستمرار بحياة هانئة.

3.1.5 مناقشة السؤال الرئيسي الرابع:

هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الامهات اللواتي شاركن في البرنامج " الأم الدليل" والامهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج باختلاف متغيرات الدراسة (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟

مناقشة الأسئلة الفرعية:

- هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" والامهات اللواتي لم يشاركن حسب متغير عمر الأم؟

يتضح من الجدول (4-12) أن جميع الفئات العمرية جاءت بدرجة عالية تبعاً لعمر الأم. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن مقياس العمر عند توزيع الفئات في برنامج الأم الدليل لم يعتمد على العمر، إنما اعتمد على وظيفية الأسرة. لذلك فإن جميع الأمهات المستهدفات في البرنامج شاركن لذات الفرص المتساوية في البرنامج.

أيضا يتضح أن جميع الفئات العمرية جاءت بدرجة عالية تبعاً لعمر الأم التي لم تشارك في البرنامج الأم الدليل، ولا توجد اختلافات تذكر. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن الفئة العمرية هي من الأمهات الشابات ولا يوجد فرق زمني كبير في أعمار الامهات.

وتتفق دراسة محمد (2017) التي هدفت إلى التعرف على التوافق النفسي وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية لدى الأمهات اللواتي لديهن أطفال مصابين بالتوحد وكانت النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائية في التوافق النفسي بين أمهات الأطفال التوحدين تبعاً لمتغير العمر.

- هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" والامهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "حسب متغير مكان السكن"؟

يتضح من الجدول (4-12) أنه لا توجد اختلافات في درجة التوافق النفسي تبعاً لمتغير مكان السكن لدى الفئتين. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن مجالات التوعية للأمهات والعمل على توعيتهن مجتمعياً ونفسياً وصحياً لم يعد مقصوداً على تجمع سكني معين، فالمؤسسات العاملة في مجال التوعية لم تعد مقصورة على المدينة، بل أصبحت المؤسسات تستهدف القرى والمخيمات. كما أنّ وزارة الصحة الفلسطينية تهدف إلى نشر التوعية بواسطة مراكزها المنتشرة في المدن والأرياف. كما تقوم الوكالة في المخيمات أيضاً بنشر التوعية عن طريق المراكز الصحية.

ونلاحظ اختلاف بين ترتيب المتوسطات الحسابية لدى الفئتين، ففي الفئة التي تعرضت لبرنامج الأم الدليل نجد أن أعلى متوسط حسابي كان لدى الأمهات من سكان المخيمات، تليهن الأمهات من سكان المدن، ومن ثم الأمهات من سكان القرى، بينما الأمهات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج من سكان المدن قد حصلن على أعلى متوسط حسابي، تليهن سكان القرى ومن ثم المخيمات. تعزو الباحثة هذا الاختلاف إلى أن الأمهات من سكان المخيمات هن أكثر التزاماً بالزيارات للمراكز الصحية أثناء فترة الحمل وبعدها.

• هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" و الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج بحسب متغير المستوى التعليمي؟

يتضح من الجدول (4-12) أنه لا توجد اختلافات بين الفئتين تبعاً لمتغير المستوى التعليمي. ولكن نلاحظ أن الأمهات من ذوي المستوى التعليمي الثانوي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج الأم الدليل احتلت المركز الثاني في التقييم، في حين لدى الأمهات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج تراجعته هذه الفئة إلى المركز الثالث، واحتلت مكانها الفئة من ذوي المستوى التعليمي الدبلوم للأمهات اللواتي لم يتعرضن للبرنامج.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى الأمهات من ذوي المستوى التعليمي الدبلوم هن أكثر وعياً واحتكاً بالمجتمع الخارجي خارج نطاق الأسرة عن فئة الأمهات من ذوي المستوى التعليم الثانوي. لذلك نجد أن لديهن وعي أعمق فيما يتعلق بالتوافق النفسي والمجتمعي والأسري وأكثر اطلاعاً على المصطلحات بحد ذاتها عن تلك الفئة من ذوي المستوى التعليمي الثانوي، وإن لم يتعرضن لبرامج مخصصة للتوعية. أما دراسة الشريف (2016) التي هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي

في تعليم الوالدية لعينة من الأمهات أظهرت النتائج عدم وجود فروق في نتائج القياس البعدي للبرنامج تعزى لمتغير مستوى التعليمي . اما دراسة طقاطقة (2012) التي هدفت الى معرفة مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأمهات الفلسطينيات الفاقات لأقربائهن الشهداء في الضفة الغربية والمحتجزة جثامينهم في مقابر الأرقام تبعا لمتغيرات الدراسة، وكانت النتائج الى أن هناك فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأمهات تبعاً لمتغير المستوى التعليمي .

- هل تختلف درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج "الأم الدليل" و الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج بحسب متغير المستوى الاقتصادي؟

يتضح من الجدول (4-13) أنه لا توجد اختلافات بين الأمهات تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي. تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن التوافق النفسي لا يحتاج إلى مقدره اقتصادية للمرأة حتى يتحقق، إنما يعتمد أكثر على طريقة التربية الأسرية بالتحديد، فقد تجد أن بعض من الأمهات من ذوات الدخل المحدود أو حتى المتدن، لكن لديها توافق نفسي قائم على القناعة بما تمتلك، في حين أن بعض الأمهات وإن كانت من ذوي الدخل المرتفع، إلا أنها لا تقتنع بما تمتلك ولذلك يبقى دائماً لديها إحساس بعدم الاكتمال أو الرغبة بتملك ما لدى الآخرين، لذلك لم تظهر اختلافات لدى المجموعتين فيما يتعلق بالتوافق النفسي تبعاً للمستوى الاقتصادي، وعند المقارنة مع دراسة التلوي (2015) هدفت إلى التعرف على درجة التوافق النفسي ومقارنته لدى أبناء الأمهات اللواتي يتعرضن للعنف واللواتي لا يتعرضن له كما أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً لدى أبناء الأمهات المعنفات وأبناء الأمهات غير المعنفات تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي . اما دراسة طقاطقة (2012) وكانت النتائج الى أن هناك فروق دالة إحصائياً في التوافق النفسي الاجتماعي لدى الأمهات تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي .

2.5 التوصيات والمقترحات:

بناء على ما جاء في نتائج الدراسة من معطيات وبيانات، فقد طرحت الباحثة مجموعة من التوصيات والمقترحات للزيادة من مستوى التوافق النفسي لدى الأمهات، وكانت كما يأتي:

- إدراج موضوع الصحة النفسية في برنامج الأم الدليل .
- ضرورة تعميم تجربة الأم الدليل على مراكز الصحة الحكومية.
- ضرورة اعتماد خطة وطنية تتبناها وزارة الصحة الفلسطينية لرعاية الأم الحامل خلال فترة الحمل وما بعدها في الجوانب النفسية.
- محاولة البدء بنشر ثقافة الزيارات المنزلية لطواقم من مراكز الصحة للأمهات خلال فترة الحمل وفترة ما بعد الولادة.
- إصدار نشرات توعوية حول طرق الاهتمام بالجوانب النفسية للأمهات.

- تعزيز عمل الأنشطة الجماعية للأمم بالتعاون مع مؤسسات المجتمع المدني فيما يتعلق بالصحة النفسية للأمم.

المراجع:

- المراجع العربية:
 - أبو زيد، فاطمة حسين.(2017): الرضا الوظيفي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى المعلمين في مدارس الصم في قطاع غزة. جامعة الأزهر، غزة.
 - الأحمد، عبد العزيز بن عبد الله.(1999): الطريق إلى الصحة النفسية، ط 1. دار الفضيلة للنشر والتوزيع، الرياض.
 - أنس، إبراهيم، ومنتصر، عبد الحليم، والصوالحي، عطية، وأحمد، محمد خلف.(1973): المعجم الوسيط. مطابع دار المعارف، مصر.
 - بطرس، بطرس حافظ.(2008): التكيف والصحة النفسية للطفل، ط 1. دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
 - بلحاج، فروجة.(2011): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي. جامعة مولود معمري- تيزي وزو، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.

- بلقاضي، فؤاد.(2016): مفهوم الذات والتوافق النفسي الاجتماعي لدى الأم العازبة. جامعة وهران 2، الجزائر.
- بلوط، سمر عيسى.(2011): التعمق في تجربة أمهات مرضى السرطان في فلسطين ومدى التوافق النفسي لديهن. جامعة بيرزيت، فلسطين.
- بن إبراهيم، إسماعيل.(2018): دراسة فروق درجات التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الثانويات الرياضية. جامعة الجيلالي بونعامة- خميس مليانة. الجزائر.
- بن عمر، جبوري.(2015): أثر ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية. جامعة عبد الحميد بن باديس- مستغانم، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- بوبقار، فاطمة، وعوبنة، سارة.(2018): الفعالية الذاتية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة السنة أولى علوم اجتماعية : دراسة ميدانية بجامعة خميس مليانة. جامعة الجيلالي بونعامة بخميس مليانة، الجزائر.
- بوريشة، جميلة، ومكي، محمد.(2017): "تشخيص التوافق الشخصي والاجتماعي: دراسة إكلينيكية لدى ثلاث حالات من المراهقين المصابين بالسكري (النوع الأول)". دراسات نفسية وتربوية، عدد 19، ص ص 116-128.
- بوشاشي، سامية.(2013): السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية بجامعة مولود معمري- تيزي وزو-. جامعة مولود معمري- تيزي وزو، الجزائر.
- بركات، اسيا.(2008) التوافق النفسي لدى الفتاة الجامعية وعلاقتها بالحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي والمعدل التراكمي، مجلة المعرفة الشهرية، جامعة ام القرى
- البيبي، روان محمد علي.(2015): التوجه نحو مساعدة الآخرين وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي. جامعة دمشق، دمشق.
- التلوي، جميل محمود.(2015): دراسة مقارنة للتوافق النفسي لدى أبناء النساء المعنفات وغير المعنفات في شمال غزة في ضوء بعض المتغيرات. جامعة الأزهر، غزة.
- هيلين دوتش (2008)، علم النفس المرأة والأمومة، (ترجمة: إسكندر جرجي مصعب) ط1، بيروت :المؤسسة للدراسات
- الجبالي، حمزة (2005). النمو النفسي والعاطفي والاجتماعي عند الأطفال، ط 1. دارصفاء للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- جمعة، عبد المجيد عزات.(2016): فعالية برنامج إرشادي أسري لدى أمهات الأيتام للتعامل مع بعض المشكلات السلوكية لأبنائهن. الجامعة الإسلامية، غزة.

- الجموعي، مؤمن.(2013): القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى الطالب الجامعي. جامعة محمد خيصر - بسكرة -، الجزائر.
- الجوارنة، أحمد.(2014): "العلاقات الأخوية كمتنبئات بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في شمال الأردن". مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، عدد 1، ص ص157-186.
- جودة، منيرة محمود.(2016): الخبرات الصادمة لدى أمهات الأيتام وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الأم والطفل. الجامعة الإسلامية، غزة.
- حمزة حاج، ويماني، يوسف.(2015): التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم (صنف أكابر). جامعة الجليلي بونعامة بخميس مليانة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- الحجار، بشير إبراهيم محمد.(2016): التوافق النفسي والاجتماعي لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات. الجامعة الإسلامية، غزة.
- الحنفي، عبد المنعم.(1978): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي: انجليزي - عربي. مكتبة مدبولي، القاهرة.
- حولي، فاطمة.(2012): التوافق النفسي للوالدين وانعكاسه على تكيف الأبناء في المدرسة. جامعة وهران، الجزائر.
- الخضري، باسل مهدي محمد.(2005): دراسة مقارنة: التوافق النفسي والاجتماعي لدى زوجات الشهداء وزوجات ذوي المنازل المهتمة. جامعة القدس، فلسطين.
- الدايري، صالح حسن.(2010): مبادئ الصحة النفسية، ط 2. دار وائل للنشر، عمان.
- شقير، زينب محمود (2003): مقياس التوافق النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- زهران، حامد عبد السلام.(2003): دراسات في الصحة النفسية والإرشاد النفسي، ط 1. عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- زهران، حامد عبد السلام.(2005): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 4. عالم الكتب، القاهرة.
- السراج، هالة صلاح.(2011): استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال بعد الحرب الأخيرة على غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات. الجامعة الإسلامية، غزة.
- سفيان، نبيل.(2004): المختصر في الشخصية والإرشاد النفسي، ط 1. إيتراك للنشر والتوزيع، القاهرة.
- السيد، رجاء عثمان قسم.(2017): التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى نزلاء السجون بولاية الخرطوم. جامعة الريايط الوطني، السودان.

- شاذلي، عبد الحميد محمد.(2001): التوافق النفسي للمسنين. المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
- شاذلي، عبد الحميد محمد (2001): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية،- الإسكندرية.
- الشريف، رزان عبد الرحيم عبد الرحمن.(2016): فاعلية برنامج إرشادي في تعليم الوالدية لدى عينة من الأمهات الأطفال برحلة الطفولة المبكرة في مدينة القدس. جامعة القدس، فلسطين.
- الشريف، سارة محمد صالح شفيق.(2013): التوافق النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى الأسرى المحررين المتزوجين في محافظة الخليل. جامعة القدس، فلسطين.
- صلاح الدين، معروف، ويونس، بعطوط، ومسعود، مرابط.(2016): الذكاء الوجداني وعلاقته بتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي (15-18 سنة). جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- طالبي، تاج، وجدوي، زهية.(2017): التوافق النفسي الاجتماعي لأبناء الأم العاملة: دراسة عيادية لثلاث حالات بابتدائية الشلالة ولاية البيض. جامعة الدكتور مولاي الطاهر - سعيدة- الجزائر.
- طقاطقة، عيسى علي عيسى.(2012): العلاقة بين التوافق النفسي والاجتماعي للنساء الفلسطينيات الفاقات لأقربائهن الشهداء في الضفة الغربية والمحتجرة جثامينهم في مقابر الأرقام في ضوء بعض المتغيرات. جامعة القدس، فلسطين.
- عبد القادر، قديري.(2015): التوافق النفسي والاجتماعي لدى المعاق سمعيا. جامعة الدكتور مولاي الطاهر - سعيدة، الجزائر.
- خليفة، عبد اللطيف محمد.(1990): دراسات في سيكولوجية المسن، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.
- العطاس، طاهر بن حسين.(2011): فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتنمية الوعي بأساليب التواصل الأسري بين الآباء والأبناء: دراسة على أولياء أمور بمدينة سيون بالجمهورية اليمنية. جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.
- عقيلان، نهاد محمد.(2011): الاتجاه نحو الالتزام الديني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة. جامعة الأزهر، غزة.
- الغمري، هاني أحمد محمد.(2016): صورة الجسم والفاعلية الشخصية والتكيف النفسي الاجتماعي لدى المبتورين ذوي الطرف البديل. الجامعة الإسلامية، غزة.

- قرعوش، صالح حسين صالح.(2012): الضغوط النفسية واستراتيجيات التكيف والعلاقة بينهما لدى المرشدين التربويين في مدارس شمال الضفة الغربية. جامعة القدس، فلسطين.
- القوصي، عبد العزيز القوسي.(1952): أسس الصحة النفسية، ط 4. مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- كباجة، صالح إبراهيم محمود.(2011): التوافق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى الأطفال الصم بمحافظات قطاع غزة. الجامعة الإسلامية، غزة.
- كفاقي، علاء الدين (1990): الصحة النفسية، ط3، دار هجر للطباعة، القاهرة.
- نبروخ، سميرة.(1993): الأم الدليل، ج1. مؤسسة العناية الاهلية، القدس.
- الكلوت، أماني حمدي شحادة.(2011): دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة. الجامعة الإسلامية، غزة.
- ماصري، هدى، وتوافق، سميرة.(2016): الآثار النفسية المترتبة عن عودة الطفل المحتضن من طرف الأم البديلة إلى الأم البيولوجية دراسة ميدانية لحالتين. جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
- محمد، بخيطة محمد زين العلي، وبلال، الدريدي إسماعيل.(2016): "التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى الطلاب المعاقين سمعياً بأحد معاهد التربية الخاصة (معهد الأمل لتعليم وتأهيل الصم) بولاية الخرطوم- منطقة الخرطوم (3)". مجلة العلوم التربوية، عدد 1، ص ص 1-19.
- محمد، رشا، وقنديل، سميرة، وريحان، الحسيني.(2014): "إدارة الوقت وعلاقته بالتوافق الاسري لدى الامهات العاملات". *j. agric. econom. and social sci. mansoura univ*، عدد 1، ص ص 127-140.
- ملال، خديجة.(2017): السياقات النفسية وعلاقتها بمستوى التكيف لدى الطلبة الجامعيين. جامعة وهران 2، الجزائر.
- فهمي، مصطفى.(1979): التوافق الشخصي والاجتماعي، مكتبة الخانجي، القاهرة، مصر، الطبعة الأولى
- مؤسسة الطفولة والعمل الجماهيري (1984-2009)، القدس، فلسطين.
- هاشم، اميرة. والرسول، باقر.(2018): "آليات الدفاع النفسي لدى طلبة جامعة الكوفة". مجلة الجامعة العربية الأمريكية للبحوث، عدد 1، ص ص 126-153.
- إصدارات مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري - توثيق برنامج الأم الدليل 2016- المسمى الوظيفي للمركزة 2017.

• المراجع الأجنبية:

- Alao, A.(2014): "Fostering psychological adjustment: pathways to national wellness". **Covenant University Public Lecture Series**, No.1, PP.1-47.
- Al-Mihaisi, M.(2016): "Mixing at sudanese universities and its effects on students' psychological and social compatibility, academic achievement and innovation". **Mental Health and Addiction Research**, No.4, PP.76-83.
- Al Dababseh, M, AY, K, Al-Taieb, M, Hammouri, W, and Areeda, F.(2017): "The relationship between psychological compatibility and academic achievement in swimming". **Journal of human sport & exercise**, No.2, PP.396-404.
- **Betancourt,T., Borisova,I., Smith,J., Gingerich,T., Williams,T.,(2008): Psychosocial Adjustment and Social reintegration of children associated with Armed forces and Armed Group·Harvard School of**
- Akman, I, Kusçu, K, Ozdemir, N, Yurdakul, Z, Solakoglu, M, Orhan, L, Karabekiroglu, A, and Ozek, E. (2006): "Mothers' postpartum psychological adjustment and infantile colic". **Arch Dis Child**, No.5, PP.417-419.
- Benson, P.(2014): "Coping and Psychological Adjustment Among Mothers of Children with ASD: An Accelerated Longitudinal Study". **J Autism Dev Disord**, No.8, PP.1793-1807
- Carlsson, A, Dykes, A, Jansson, A, and Bramhagen, A.(2016): "Mothers' awareness towards child injuries and injury prevention at home: an intervention study". **BMC Res Notes**, No.1, PP.1-6.
- Gokdag, R.(2015): "Defense mechanisms used by university students to cope with stress". **International Journal on New Trends in Education and Their Implications**, No.2, PP.1-12.
- Han, H.(2003): "Korean mother's psychosocial adjustment to their children's Cancer". **JAN Leading Global Nursing Research**, No.5, PP.499-506.
- Horowitz, M, Cooper, S, Fridhandler, B, Perry, J, Bond, M, and Vaillant, G.(1992): "Control Processes and Defense Mechanisms". **Journal of psychotherapy practice and research**, No.4, PP.324-336.
- Inam, A, and Kausar, R.(2016):"Psychological Adjustment of Typical Siblings of Children with Autism in the Context of Family Environment". **IMJ**, No.3, PP.176-181.
- Kearney, H, York, R, and Deatrick, A. (2000): "Effects of home visits to vulnerable young families". **J Nurs Scholarsh**, No.4.

- Kemp, L, Harris, E, McMahon, C, Matthey, S, Vimpani, G, Anderson, T, Schmied, V, Aslam, H, and Zapart, S. (2011): "Child and family outcomes of a long-term nurse home visitation programme: a randomised controlled trial". **Arch Dis Child**, No.6
- Kitzman, H, Olds, L, Henderson, R, Hanks, C, Cole, R, Tatelbaum, R, McConnochie, M, Sidora, K, Luckey, W, Shaver, D, Engelhardt, K, James, D, and Barnard, K. (1997): "Effect of prenatal and infancy home visitation by nurses on pregnancy outcomes, childhood injuries, and repeated childbearing. A randomized controlled trial". **JAMA**, No.8, PP.644-652
- Mishra, S.(2016): "Self- Concept- A Person's Concept of Self- Influence". **International Journal of Recent Research Aspects**, PP.8-13
- Nievar, M, Egeren, L, and Pollard, S.(2010): "Ameta- analysis of home visiting :moderators of improvements in maternal behavior". **Infant mental health journal**, No5, PP.499-520.
- Nikam, V, and Uplane, M.(2013): "Adversity Quotient and Defense Mechanism of Secondary School Students". **Universal Journal of Educational Research**, No.4, PP.303-308
- Salem, N, and Helmi, G.(2016): D"ialogue Culture and Its Relationship with Psychological Compatibility of Students of "Learning Disabilities" Course at the College of Education, Najran University". **Journal of Social Science Studies**, No.2, PP.74-89.
- Sawyer, M, Streiner, D, and Antoniou, G. (1998):" Influence of Parental and Family Adjustment on the Later Psychological Adjustment of Children Treated for Cancer". **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, No.8, PP.815-822.
- Shonubi, A, and Akintaro, A.(2016): "The Impact Of Effective Communication On Organizational Performance". **The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention**, No.3, PP.1904-1914.
- Su, S, Li, X, Lin, D, Xu,X, and Zhu, M.(2012): "Psychological adjustment among left-behind children in rural China: the role of parental migration and parent-child communication". **Child Care Health and Development**, No.2, PP.162-170.
- World Health Organization (2003): **Investing in mental health**. Nove Impression, Switzerland..

• **المواقع الالكترونية:**

- صابر، س.(2019): **التوافق النفسي**. موسوعة إيمان.

(<http://www.addiction-wiki.com/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D9%88%D8%A7%D9%81%D9%82-%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A/>,29.9.2019)

- مجيد، س.(2012): التوافق النفسي وأبعاده وخطوات تحقيقه. الحوار المتمدن.

(,4.10.2019)<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=309384&r=0>

- Holland, K.(2019):**10 Defense Mechanisms: What Are They and How They Help Us Cope.** Healthline.

(<https://www.healthline.com/health/mental-health/defense-mechanisms#defense-mechanisms>,18.11.2019)

www.trust-programs.org

الملاحق

ملحق رقم (1): قائمة بأسماء المحكمين:

الرقم	اسم المحكم	التخصص	مكان العمل
1	د.سمير شقير	صحة نفسية	جامعة القدس
2	د.نبيل عبد الهادي	علم نفس	جامعة القدس
3	د. إياد الحلاق	علم نفس	جامعة القدس
4	د.فدوى حلبية	علم نفس	جامعة القدس
5	د.علا حسين	علم نفس	جامعة القدس
6	د.نجاح الخطيب	صحة نفسية	جامعة القدس
7	د. معتصم حمدان	صحة عامة	جامعة القدس
8	د. منى حميد	صحة عامة	جامعة القدس

ملحق رقم (2) توزيع المقياس على المحكمين:

تم توزيع المقياس على المحكمين وتم اخذ بنسبة 80 % من اراء المحكمين والتعديلات كانت حول إعادة صياغة الفقرات وكانت كالتالي:

رقم الفقرة	قبل التعديل	بعد التعديل
1	هل لديك ثقة في نفسك بدرجة كافية ؟	هل تتمتعين بثقة في نفسك ؟
10	هل تشعرين بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس ؟	هل تشعرين بالتوازن الانفعالي والهدوء أمام الناس
16	هل تشعرين بإستياء وضيق من الدنيا عموماً؟	هل أنتِ مستاءة من الدنيا بشكل عام ؟
19	هل تميلين لأن تتجنبني المواقف المؤلمة بالهرب منها؟	هل تتجنبين المواقف المؤلمة بالهرب منها؟
22	هل لديك قدرات ومواهب مميزة؟	هل تتمتعين بقدرات ومواهب مميزة؟
33	هل يدق قلبك بسرعة عند قيامك بأي عمل ؟	هل تتسارع دقات قلبك لدى قيامك بأي عمل؟
36	هل تشعرين أحيانا أنك قلقلة وأعصابك غير موزونة ؟	هل تعانين قلقاً واضطراباً عصبياً؟
37	هل يعوقك وجع ظهرك أو يدك عن مزاوله العمل ؟	هل يحد وجع ظهرك أو يدك من قيامك بالعمل ؟

هل تأخذين حقك من الحب من أسرتهك؟	هل تأخذين حقك من الحب والعطف والحنان والامن من أسرتهك؟	47
هل تثقين بالآخرين؟ هل تحترمين الآخرين	هل تفقدين الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين	77

ملحق رقم (3): مقياس التوافق النفسي



جامعة القدس

كلية الدراسات العليا

برنامج الصحة النفسية المجتمعية

مقياس التوافق النفسي

تحية طيبة وبعد،،،

يفحص هذا المقياس درجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن فيبرنامج " الأم الدليل " مقارنة مع أمهات لم يشاركن في البرنامج في محافظة القدس، لذلك نرجوا منكن التكرم بالمشاركة في تنفيذ هذه الدراسة من خلال تعبئة المقياس حسب التعليمات الواردة أمام كل سؤال أماً أن تتسم إجاباتكم بالمصداقية والدقة، علماً بان كل البيانات الواردة فيه ستعامل بسرية تامة ولن تستخدم إلا لأغراض الدراسة، ونقدر لكن الجهد والوقت الذي بذلتموه لمساعدتي في الحصول على هذه البيانات والتي تشكل دعماً لاستكمال دراستي للحصول على درجة الماجستير في الصحة النفسية المجتمعية/ مسار العلاج النفسي .

شاكرين لكن حسن تعاونكن.

الطالبة: رشا محمود أحمد عودة

إشراف الدكتورة: سهير الصباح

إرشادات:

أرجو قراءة الأسئلة جيدا قبل الإجابة عليها مع مراعاة ما يلي :

القسم الأول: يتضمن بعض المعلومات الشخصية عن حضراتكن لذا يرجى وضع إشارة (X) أمام الإجابة التي تتسجم معكن.

القسم الثاني: يشمل هذا القسم 81 فقرة تتضمن معلومات لها علاقة بالتوافق النفسي، بحيث تحتل كل فقرة ثلاث إجابات وهي (نعم، أحيانا، لا)، لذا أرجو وضع إشارة (X) لكل فقرة أمام المستوى الذي تعتقد أنه يناسب تصورك بشرط أن تأخذ كل فقرة إجابة واحدة.

ملاحظة : لا داعي لكتابة الاسم.

الجزء الأول : البيانات الشخصية

نرجوا من حضراتكن الإجابة عن الأسئلة الشخصية التالية وذلك بوضع إشارة (X) أمام الإجابة التي تنطبق عليك :

هل شاركتفي برنامج " الأم الدليل " : نعم / لا

1- عمر الأم: () من 18 -25 سنة () اكثر من 25 - 30 سنة
() اكثر من 30 - 35 سنة.

2- مكان السكن : () مخيم () قرية () مدينة.

3- المستوى التعليمي: () اعدادي () ثانوي () دبلوم () جامعي.

4- المستوى الإقتصادي حسب متوسط دخل الأسرة :

❖ () أقل من 2500 شيكل. () اكثر من 2500 شيكل.

❖ () اكثر من 3500 شيكل. () اكثر من 4500 فما فوق.

الجزء الثاني :

نرجوا من حضرتكن الإجابة عن العبارات التالية التي تتمحور حول التوافق النفسي وذلك بوضع إشارة (X) أمام الإجابة التي تنطبق على وضعك :

الرقم	العبرة	نعم	أحيانا	لا
المجال (الشخصي الانفعالي)				
1	هل تتمتعين بثقة في نفسك ؟			
2	هل أنت متفائلة؟			
3	هل لديك رغبة في الحديث عن نفسك ؟			
4	هل أنت قادرة على مواجهة مشكلاتك بقوة ؟			
5	هل تشعرين بأنك شخصية فعالة في الحياة؟			
6	هل تتطلعين لمستقبل مشرق؟			
7	هل تشعرين بالراحة النفسية ؟			
8	هل أنت سعيدة في حياتك؟			
9	هل تحبين الآخرين وتتعاونين معهم؟			
10	هل تشعرين بالتوازن الانفعالي والهدوء أمام الناس؟			

الرقم	العبرة	نعم	أحيانا	لا
11	هل تحبين الآخرين ؟			
12	هل تؤدين الشعائر الدينية ؟			
13	هل تعتبرين نفسك ناجحة في الحياة؟			
14	هل تشعرين بالأمن والطمأنينة النفسية؟			
15	هل تشعرين باليأس؟			
16	هل أنتِ مستاءة من الدنيا بشكل عام ؟			
17	هل تعانين قلقاً من وقت لآخر؟			
18	هل تعتبرين نفسك عصبية المزاج ؟			
19	هل تتجنبين المواقف المؤلمة بالهرب منها؟			
20	هل تشعرين بنوبات صدام من وقت لآخر؟			
المجال (التوافق الصحي الجسمي)				
	هل حياتك مملوءة بالنشاط والحيوية ؟			
22	هل تتمتعين بقدرات ومواهب مميزة ؟			
23	هل تتمتعين بصحة جيدة وتشعرين أنك قوية البنية؟			
24	هل أنتِ راضية عن مظهرك الخارجي (طول القامة - حجم الجسم)؟			
25	هل تساعدك صحتك على مزاوله الأعمال بنجاح؟			
26	هل تهتمين بصحتك جيداً وتتجنبين الإصابة بالمرض؟			
27	هل تعطين نفسك قدراً من الإسترخاء والراحة للمحافظة على صحتك في حالة جيدة؟			

الرقم	العبرة	نعم	أحيانا	لا
28	هل تعطين نفسك قديراً كافياً من النوم (أو تمارين رياضية) للمحافظة على صحتك؟			
29	هل تعاني من بعض العادات مثل (قضم الأظافر - شد الشعر)؟			
30	هل تعاني صداعاً دائماً في رأسك؟			
31	هل تشعرين بحالات برودة أو سخونة؟			
32	هل تعاني من مشاكل واضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهية - شره عصبي)؟			
33	هل تتسارع دقات قلبك لدى قيامك بأي عمل؟			
34	هل تشعرين بالإجهاد وضعف الهمه؟			
35	هل ترتعش يداك عندما تقومين بعمل؟			
36	هل تعاني قلقاً واضطراباً عصبياً؟			
37	هل يحد وجع ظهرك أو يدك من قيامك بالعمل؟			
38	هل تشعرين بصعوبة في النطق والكلام؟			
39	هل تعاني من إمساك أو إسهال؟			
40	هل تشعرين بالنسيان أو عدم القدرة على التركيز؟			
المجال (الاسري)				
41	هل أنت متعاونة مع أسرتك؟			
42	هل تشعرين بالسعادة مع أسرتك؟			
43	هل أنت محبوبة من أفراد أسرتك؟			
44	هل تشعرين انك تقومين بدور مهمفي أسرتك؟			

الرقم	العبرة	نعم	أحيانا	لا
45	هل تحترم أسرته رأيك وممكن أن تأخذ به؟			
46	هل تفضلين أن تقضي معظم الوقت مع أسرته؟			
47	هل تأخذين حقك من الحب من أسرته؟			
48	هل هناك تفاهم بين أفراد أسرته؟			
49	هل تحرصين على مشاركة أسرته أفراحها وأحزانها؟			
50	هل تشعرين أن علاقتك مع أفراد أسرته قوية؟			
51	هل تفخرين أمام الآخرين أنك تنتمي لهذه الأسرة؟			
52	هل أنت راضية عن ظروف الأسرة الاقتصادية؟			
53	هل تشجعك أسرته على إظهار ما لديك من قدرات ومواهب؟			
54	هل أفراد أسرته يفتنون بجوارك عندما تتعرضين لمشكلة؟			
55	هل تشجعك أسرته على تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
56	هل تشعرين أسرته أنك عبء ثقيل عليها؟			
57	هل تتمنين أن تكون لك أسرة غير أسرته؟			
58	هل تعانيين كثيراً من المشاكل داخل أسرته؟			
59	هل تشعرين بالقلق أو الخوف وأنت داخل أسرته؟			
60	هل تشعرين بأن أسرته تعاملك على أنك طفلة صغيرة؟			
المجال (التوافق الاجتماعي):				
61	هل تحرصين على المشاركة الإيجابية الإجتماعية مع الآخرين؟			

الرقم	العبارة	نعم	أحيانا	لا
62	هل تستمتعين بمعرفة الآخرين والجلوس معهم؟			
63	هل تشعرين بالمسؤولية تجاه تنمية المجتمع ؟			
64	هل تحبين ان تقضي معظم وقتك مع الآخرين؟			
65	هل تحترمين رأي صديقاتك وتعملين به اذا كان صائبا؟			
66	هل تشعرين بتقدير الآخرين لأعمالك وإنجازاتهم؟			
67	هل تعذرين لصديقتك إذا تأخرت عن الموعد المحدد؟			
68	هل تشعرين بالولاء والانتماء لأصديقاتك؟			
69	هل تشعرين بالسعادة عندما تزين الآخرين سعادة؟			
70	هل تربطك علاقات طيبة مع صديقاتك وتحرصين على ارضائهن؟			
71	هل تسعدك المشاركة في الحفلات والمناسبات الإجتماعية؟			
72	هل تحرصين على حقوق الآخرين؟			
73	هل تحاولين الوفاء بوعدك مع الآخرين؟			
74	هل تجدين متعة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء والجيران؟			
75	هل تفكرين قبل أن تقدمين على عمل قد يضر بمصالح الآخرين؟			
76	هل يصعب عليك الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سنك؟			
77	هل تتقين في الآخرين ؟			
78	هل تحترميننا الآخرين ؟			
79	هل تخجلين من مواجهة الناس أو ترتبكين أثناء الحديث أمامهم؟			
80	هل تمتنعين عن إسداء النصح لصديقتك خوفاً من أن تزعل منك؟			
81	هل تشعرين بعدم قدرتك على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة؟			

ملحق رقم (4): كتب تسهل المهمة:

Al-Quds University
Jerusalem
School of Public Health

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة القدس
القدس
كلية الصحة العامة

التاريخ: 2019/9/28

حضرة الاستاذ فريد ابو قطيش المحترم
مدير مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري

الموضوع: تسهيل مهمة الطالبة رشا محمود احمد عودة

تحية طيبة وبعد،،

تقوم الطالبة رشا عودة، برنامج ماجستير صحة نفسية/ كلية الصحة العامة/ جامعة القدس، باعداد بحث رسالة بعنوان:

"درجة التوافق النفسي لدى الامهات اللواتي خضعن لبرنامج الام الدليل"

وهي بحاجة الى توزيع استبانة الدراسة على الامهات اللواتي خضعن لبرنامج مؤسستكم ، نرجو من حضرتكم تسهيل مهمة الطالبة لتوزيع الاستبانة على عينة الدراسة، علما بان المعلومات ستكون سرية ولاغراض البحث العلمي فقط.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،

عميدة كلية الصحة العامة
Faculty of Public Health

نسخة: الملف

Jerusalem
P.O.Box 51000
Telefax +970-2-2799234
Email: sphealth@admin.alquds.edu

فرع القدس / تلفاكس 02-2799234
ص.ب. 51000 القدس
البريد الإلكتروني: sphealth@admin.alquds.edu

Al-Quds University
Jerusalem
Deanship of Scientific Research



جامعة القدس
القدس
عمادة البحث العلمي

Research Ethics Committee
Committee's Decision Letter

Date: September 7, 2019
Ref No: 83/REC/2019

Dear Dr. Suhair Sabbah, Ms. Rasha Odeh,

Thank you for submitting your application for research ethics approval. After reviewing your application entitled "**Degree of psychological adjustment among mothers who participated in mother to mother program: A comparative study**"

The Research Ethics Committee confirms that it is in accordance with the research ethics guidelines at Al-Quds University. Please inform us if there will be any changes in your research methodology, subjects, plan and we would appreciate receiving a copy of your final research report.

Thank you again and wish you productive research that serves the best interest of your subjects.


Dina M. Bitar-PhD
Research Ethics Committee Chair

Cc. Prof. Imad Abu Kishek - President
Cc. Members of the committee
Cc. file

فهرس الجداول:

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
1.3	توزيع أفراد عينة الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل" حسب متغيرات الدراسة	48
2.3	توزيع أفراد عينة الأمهات اللواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل" حسب متغيرات الدراسة	49
3.3	توزيع فقرات مقياس التوافق النفسي حسب المجالات	50
4.3	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات المجال الشخصي والانفعالي	52
5.3	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات المجال الصحي الجسمي	52
6.3	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات المجال الأسري	52
7.3	نتائج معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات المجال الاجتماعي	53
8.3	نتائج معامل الثبات للمجالات	53
1.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل"	59
2.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال التوافق الشخصي والانفعالي	61
3.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال الصحي الجسمي	63
4.4	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة	65

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
	لمجال التوافق الأسري	
67	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال التوافق الاجتماعي	5.4
69	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي لم يشاركن في البرنامج "الأم الدليل"	6.4
70	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال الشخصي والانفعالي	7.4
71	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لاستجابات أفراد عينة الدراسة لمجال الصحي الجسدي	8.4
73	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال التوافق الأسري	9.4
75	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة لمجال التوافق الاجتماعي	10.4
77	نتائج اختبار "ت" للعينات المستقلة لاستجابة أفراد العينة في درجة التوافق النفسي لدى الأمهات حسب متغير البرنامج	11.4
79	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟	12.4
88	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد عينة الدراسة لدرجة التوافق النفسي لدى الأمهات اللواتي شاركن في البرنامج " الام الدليل " واللواتي لم يشاركن يعزى لمتغير (عمر الأم، مكان السكن، المستوى التعليمي، المستوى الاقتصادي)؟	13.4

فهرس المحتويات:

أ.....	إقرار:
ب.....	الشكر والتقدير
ج.....	الملخص:
د.....	ABSTRACT:
2.....	الفصل الأول: خلفية الدراسة:
2.....	1.1 المقدمة
3.....	2.1 مشكلة الدراسة
4.....	3.1 أهمية الدراسة
4.....	4.1 أهداف الدراسة
5.....	5.1 أسئلة الدراسة
5.....	6.1 حدود الدراسة
6.....	7.1 مصطلحات الدراسة
9.....	الفصل الثاني: الإطار النظري ودراسات السابقة:
9.....	1.2 المحور الأول: التوافق النفسي
9.....	1.1.2 المقدمة:
9.....	2.1.2 نشأة مصطلح التوافق:
9.....	3.1.2 مفهوم التوافق:
10.....	4.1.2 مفهوم التوافق النفسي:
11.....	5.1.2 أنواع التوافق النفسي:
12.....	6.1.2 المصطلحات المتداخلة مع التوافق النفسي:
13.....	7.1.2 النظريات المفسرة لعملية التوافق النفسي:

16.....	8.1.2 أبعاد التوافق:
18.....	9.1.2 العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق النفسي:
20.....	10.1.2 العوامل التي تؤدي إلى سوء التوافق النفسي:
20.....	11.1.2 أساليب التوافق النفسي:
22.....	12.1.2 معايير التوافق النفسي:
22.....	2.2 المحور الثاني: برنامج الأم الدليل المطبق في مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري.....
22.....	1.2.2 تعريف بالمؤسسة.....
23.....	2.2.2 رسالة المؤسسة.....
23.....	3.2.2 أهداف المؤسسة.....
23.....	4.2.2 تاريخ برنامج الأم الدليل في مؤسسة برامج الطفولة والعمل الجماهيري.....
25.....	5.2.2 آلية تحديد الفئات المشاركة في البرنامج:
25.....	6.2.2 رسالة البرنامج وأهدافه:
26.....	7.2.2 فلسفة البرنامج:
26.....	9.2.2 مركبات برنامج الأم الدليل:
30.....	3.2 الدراسات السابقة.....
30.....	1.3.2 الدراسات العربية التي لها علاقة بموضوع الدراسة:
35.....	2.3.2 الدراسات الأجنبية التي لها علاقة بموضوع الدراسة:
38.....	3.5.2 تعقيب على الدراسات السابقة:
43.....	4.2 الإطار المفاهيمي:
45.....	الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات:
45.....	1.3 منهج الدراسة.....
45.....	2.3 مجتمع الدراسة.....
46.....	3.3 عينة الدراسة.....
46.....	1.3.3 وصف متغيرات أفراد مجتمع الدراسة للواتي شاركن في برنامج "الأم الدليل":

48.....	2.3.3 وصف متغيرات أفراد مجتمع الدراسة للواتي لم يشاركن في برنامج "الأم الدليل":
49.....	4.3 أداة الدراسة
49.....	1.4.3 عرض المقياس:
50.....	2.4.3 صدق أداة الدراسة:
52.....	3.4.3 ثبات أداة الدراسة:
53.....	5.3 إجراءات الدراسة
54.....	6.3 متغيرات الدراسة
55.....	7.3 المعالجة الإحصائية
55.....	8.3 الاعتبارات الأخلاقية
55.....	9.3 معيقات الدراسة
57.....	الفصل الرابع: نتائج الدراسة:
57.....	1.4 تمهيد
57.....	2.4 عرض النتائج
57.....	1.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:
67.....	2.2.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:
76.....	4.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:
92.....	الفصل الخامس: مناقشة النتائج:
92.....	1.1.5 مناقشة السؤال الأول:
92.....	1.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الشخصي والانفعالي:
94.....	2.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الصحي الجسدي:
95.....	3.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الأسري:
96.....	4.1.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الاجتماعي:
97.....	2.1.5 مناقشة السؤال الثاني:

97.....	1.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الشخصي والانفعالي:
98.....	2.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الصحي الجسمي:
99.....	3.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الأسري:
100.....	4.2.1.5 مناقشة نتيجة مجال التوافق الاجتماعي:
101.....	3.1.5 مناقشة السؤال الرئيسي الرابع:
104.....	2.5 التوصيات والمقترحات:
105.....	المراجع:
113.....	الملاحق
113.....	ملحق رقم (1): قائمة بأسماء المحكمين:
114.....	ملحق رقم (2) توزيع المقياس على المحكمين:
115.....	ملحق رقم (3): مقياس التوافق النفسي
122.....	ملحق رقم (4): كتب تسهل المهمة:
125.....	فهرس الجداول: