درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين
دراسة ميدانية مطبقة على عينة من المطلقات
في محافظة الخليل *

أ.إنصاف عبد القادر إبراهيم عمرو **
د.أمينه احمد الشريف ***

* تاريخ التسليم: 2016/11/2م، تاريخ القبول: 2017/4/5م.

** طالبة دكتوراه/ جامعة الزعيم الأزهري/السودان.
*** أستاذ مشارك/ جامعة الزعيم الأزهري/ السودان.

ملخص:

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغيرات (العمر، و حالة العمل، والمستوى التعليمي) .ولتحقيق أهداف هذه الدراسة قامت الباحثتان ببناء مقياس للتفاؤل من خلال الرجوع لعدد من الدراسات، وتم تطبيقه على عينه مكونة من (200) مطلقة من النساء في محافظة الخليل. وتمت معالجة البيانات إحصائيا عن طريق حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) (t- test) .وتحليل التباين الأحادي (one - way ANOVA) .واختبار (Scheffe) .

وأظهرت النتائج أن درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين جاءت بدرجة متوسطة.كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير العمر في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين لصالح النساء اللواتي أعمارهن (أكثر من 30 سنة) .ووجود فروق تبعا لحالة العمل لصالح النساء اللواتي يعملن، ووجود فروق تبعا لمتغير المستوى التعليمي، لصالح النساء اللواتي مستواهن التعليمي (جامعي) .

وفي ضوء هذه النتائج خرجت الباحثتان بمجموعة من التوصيات تمثلت في الدعوة إلى ضرورة تفعيل البرامج الإرشادية المختلفة التي تساعد النساء بعامة والمطلقات بخاصة على تحسين درجة التفاؤل لديهن.والاهتمام بإعداد برامج إرشادية في المؤسسات المعنية بالمرأة للتعامل مع الآثار السلبية للطلاق وما ينتج عنه من مشكلات نفسية واجتماعية.

الكلمات المفتاحية: التفاؤل – النساء المطلقات– فلسطين

The degree of optimism among divorced women in Hebron District

Abstract:

The study aimed at identifying the degree of optimism among divorced women in Hebron.The study also aimed at showing whether there is a statically significant difference in the averages of optimism among divorced women in Palestine due to (age, work status and educational level) .In order to achieve the goals of the study, the researcher constructed a measure of optimism by referring to a number of studies that targeted a sample of 200 divorced women in Hebron. The collected data was analyzed by calculating the arithmetic mean, standard derivations and T- test, it was also analyzed by analysis of variances (one –way Anova) and t- test (Scheffe) .

The results of the study showed that the degree of optimism among divorced women in Palestine is fair.The results also showed statistically significant differences due to age variables in the averages of optimism among divorced women in Palestine in favor of women ages (30 years) .The results also showed statistical significant differences due to work status in favor of working women and significant differences due to level of education in favor of women who got (university education) .

In light of these results, the researcher came out with a set of recommendations.He called for the necessity of activating the various guiding programs that help women in general and divorced women in particular to improve the degree of optimism. He also called for the preparation of outreach programs in the concerned institutions to women to deal with the negative effects of divorce and the resulting psychological and social problems.

***Keywords**: Optimism, divorced women, Palestine*

مقدمة الدراسة وخلفيتها النظرية:

على الرغم من الاهتمام المتزايد الذي حظيت به المرأة في العقود الأخيرة، وعلى كل المستويات العلمية والاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية إلا انه لازال هناك عدد من المواقف والمواقع التي تعاني فيها المرأة من صعوبات ومشكلات مختلفة، سواء أكان على الصعيد الشخصي، أم الاجتماعي، أم ما يرتبط منها بالمشكلات الأسرية، أو تلك الناتجة عن العلاقات الزوجية غير الموفقة، الأمر الذي يتسبب في عدد من الاضطرابات والضغوط الناتجة عن فشل العلاقات الزوجية، والطلاق، وذلك و بالرغم من سن التشريعات والقوانين التي تحض على الحد من تلك المشكلات.

ويعاني المجتمع الفلسطيني كغيره من المجتمعات العربية من ارتفاع حالات الطلاق، التي كانت تقدر بحوالي (3416) حالة في نهاية العام (1997) ، بينما بلغت في نهاية العام (2008) ما يقارب (4921) حالة (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2008) .كما بلغت في نهاية العام (2014) في فلسطين بصورة عامة (7،603) حالة طلاق وفي الضفة الغربية (4،725) حالة طلاق منها (867) حالة طلاق في محافظة الخليل وحدها (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2015) .

وترى تونسي (2000) أن الطلاق يمثل الحلقة الأخيرة في سلسلة المشكلات الأسرية، والتفكك الأسري، وبالرغم من ضرورته أحيانا عندما يصبح الوسيلة التي لا مفر منها للهروب من توترات الزواج ومتاعبه ومسؤولياته، إلا أن هذه الضرورة لا تمنع الضرر، إذ يبقى سببا لكثير من المشكلات لجميع أفراد الأسرة، وقد يحتاج إلى زمن طويل للتكيف والعودة للحياة الطبيعية، وما يؤكد على ذلك أن هناك كثيراً من الدراسات الغربية والعربية التي أشارت للآثار السلبية للطلاق على المطلقة بوجه خاص ومن ذلك تعرضها للاضطرابات والضغوط النفسية كالقلق والاكتئاب.

ويبين الغامدي (2009) أن المطلقة تتعرض لظروف اجتماعية ونفسية واقتصادية كبيرة جداً، وتحاول جاهدة اللجوء إلى محاولة التكيف لكي تتمكن من إقامة علاقة توازن وانسجام مع حياتها الاجتماعية الجديدة وتمارس حياتها بشكل طبيعي حتى لا تصاب باليأس والإحباط مما قد يفقدها الثقة في نفسها وبيئتها الاجتماعية المحيطة بها بل وفي مجتمعها ككل.

ويبين الجوزية (2014) إن للجو الأسري الذي يعيش فيه الفرد تداعيات مهمة في تشكيل شخصيته وصقلها، ومواقفه، وآرائه، وقيمه، ومسلكياته، كما أن الجو الأسري يتبلور ويظهر في شكل العلاقات المشاعرية المتبادلة، والعلاقات بين الأفراد، ومستوى التفهم والتعاطف، ومواجهة المشكلات والتوترات، وتوفير الدعم العاطفي، وكذلك في توفير جو للنمو والتطور.

فالعلاقة الزوجية هي علاقة انسجام ووئام لأنها رابطة بين قلبين، وهي من أسمى العلاقات بين البشر فعليها يقوم بناء مجتمع بأكمله، وهي علاقة مستمرة ومتصلة لها متطلبات متبادلة، تقتضي الإشباع المتزن عاطفياً وجنسياً وإقتصادياً وثقافياً.وبقدر عمق هذه العلاقة ومتانتها تكون مشكلاتها أعمق أثراً وأكثر تعقيداً، وبمدى التواصل بين الزوجين أو بمدى الاختلال والاضطراب العاطفي والزواجي بينهما تقاس نسبة النجاح والفشل في هذه العلاقة (أحمد وحسين، 2011) .

والمرأة كما يقال نصف المجتمع ولها دورها الكبير في بنائه، وحينما تتاح لها الظروف النفسية والاجتماعية المناسبة، فإنها تقوم بواجبها على أفضل وجه ممكن (الهلول ومحيسن، 2013) .

وترى الباحثتان أن المخاطر التي تترتب على الطلاق لا تؤثر فقط على العلاقة بين عائلتي المطلقين وإنما يمتد تأثيرها على المرأة المطلقة والأبناء الذين يحرمون من الاستقرار العائلي بينما تحاصر المرأة المطلقة بنظرة قاتمة محفوفة بالشك، واللوم، والريبة، وأحياناً الاحتقار لأنها في نظر المجتمع سبب مشكلة جديدة في بيت أسرتها كذلك قد ينظر بعضهن للطلاق نظرة متشائمة، وقد تنحو إلى الابتعاد عن التفكير في المستقبل، أو البحث عن تجربة زواج أخرى، كذلك قد تنخفض درجة التفاؤل لدى غالبيتهن.

لذا فإن علماء الصحة النفسية أكدوا في دراستهم على أهمية التفاؤل لبقاء الإنسان متحررا من المخاطر التي يمكن أن تفتك بصحته الجسدية والنفسية من خلال الأدلة المتراكمة، فهو مفيد للصحة الجسدية والنفسية، فالمتفائلون يكونون أفضل تكيفاً للانتقالات الحياتية المهمة أكثر من تكيف الأفراد الأكثر تشاؤماً (عبد الحسن، 2012) .

ويرى المشعان (2000) أن المجتمعات الإنسانية تتفاوت فيما بينها في إضفاء سمة التفاؤل والتشاؤم على أفرادها وفقا للظروف والمتغيرات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية، وأن درجة التشاؤم ترتفع في المجتمعات التي لا تتوافر فيها نسبة من الحرية تساعد الأفراد على تنمية قدراتهم وميولهم واتجاهاتهم.

وفي هذا السياق يؤكد (كريغ، 2005) أن التفاؤل يجعل الفرد يشعر بدنيا وصحيا بحال أفضل، فالمتفائلون يعيشون بصحة أفضل من سواهم، لان أجهزة المناعة لديهم تعمل بشكل أفضل لحمايتهم.

فالفرد الذي يتوقع النتائج الإيجابية فيما يختص بالمسائل الاجتماعية والبيئية فهو يتجه لتبني النظرة الإيجابية في أدائه، والاستبشار بالإحداث السارة في المستقبل، والإحساس بالتفاؤل (بخاري، 2006) .وقد كشفت دراسة قام بها عبد الخالق في عام2007 عن قدرة التفاؤل والأمل والسعادة على التنبؤ بحب الفرد للحياة.فالمفاجأة السارة منها تولد لديه معنوية عالية، وأملاً في الحياة، فهو بذلك يميل إلى التفاؤل (الجوزية، 2014) .

وهذا يجعل من دراسة التفاؤل كمتغير إيجابي ضرورة ملحة لما لها من تأثير فعال في التنظيم الذاتي للفرد، وفي تنشئة أفراد إيجابيين، ومجتمعات مزدهرة (جودة، 2010) .

وتبين اشتيه (2013) أن هناك علاقة إيجابية بين التفاؤل، وطرق التغلب على ضغوط الحياة، وهذا يفسر الارتباط الإيجابي بين التفاؤل، والصحة، والسعادة.حيث يوضح (بخاري، 2006) أن التفاؤل له دور مهم في الارتقاء بحياة الإنسان وتحقيق رفاهيته وسعادته ورضائه عن عمله، وصحته النفسية والجسمية، وأن التفاؤل يعد حجر الزاوية الذي يمكن الأفراد من رسم أهدافهم المحدودة وطرق تغلبهم على الصعوبات التي تعترض حياتهم، بينما التشاؤم عكس ذلك حيث يظهر من خلال التوقعات السلبية للنتائج.

إن تدريب الناس على الممارسات المرتبطة بالتفاؤل تحررهم من البقاء عالقين في الفشل الذي يتعرضون له وتمكنهم من أن يصبحوا مفعمين بالطاقة والحماس لميدان الأداء القادم، وان يكون أداؤهم أفضل فعلياً وتسهم ترجمة مبادئ التفاؤل إلى المناهج التعليمية والعلاجية التي تقرر إدراكات الناس ذات الاتجاه الذوقي، فيفرز التفاؤل طرائق مفيدة لفهم كيفية اشتراك الناس بالتغيير، والنمو الإيجابي في حياتهم مما يجعل الأفراد ذوي الأسلوب الوصفي التفاؤلي أفضل من الأفراد ذوي الأسلوب الوصفي التشاؤمي (عبد الحسن، 2012) .

يميمكن القول أنه وبالرغم من أهمية مفهوم التفاؤل (Opti-mism) في الحياة الإنسانية بعامة، وفي الدراسات النفسية بخاصة، فإنّ تاريخ الاهتمام بهذا المفهوم لم يتجاوز العقدين الأخيرين (رضوان، 2001) ، فمفهوم التفاؤل يعد من المفاهيم النفسية الحديثة نسبياً التي دخلت إطار البحث المكثف في مجال علم الصحة النفسية والتخصصات النفسية الأخرى.وينظر إليه اليوم على أنه من متغيرات الشخصية ذات الأهمية التي تتمتع بثبات نسبي.حيث استقطبت اهتمام كثير من الباحثين في مجالات الشخصية، وعلم النفس الاجتماعي، وعلم النفس الإكلينيكي، وعلم الصحة.

ويوضح نصر الله (2008) أن اهتمام علماء الشخصية بالتفاؤل والتشاؤم يتجلى في اتخاذهم هذين المفهومين بوصفهما من الجوانب التي توضع في الاعتبار في التصور العام حول طبيعة الإنسان مخيرًا أو مسيرًا متأثرًا بالعوامل البيئة أو الوراثية، أو أن الإنسان يميل بطبيعته إلى أن يكون متفائلا أو متشائمًا، وقد يعبر أحيانًا عن التفاؤل والتشاؤم في مثل هذه التصورات في تساؤل مؤداه: هل يحمل الإنسان أساسًا جانب الخير أم الشر؟.

ويبين الأنصاري (2008) أن الخلاف كبير بين الباحثين في النظر إلى العلاقة بين مفهومي التفاؤل والتشاؤم، **ويمكن الإشارة على الأقل – إلى منحيين في هذه العلاقة**:

♦ **أولهما**: أن التفاؤل والتشاؤم سمتان مستقلتان، ولكنهما مرتبطتان، أي أن لكل سمة متصل مستقل استقلالاً نسبياً يجمع بين مختلف الدرجات على السمة الواحدة، و لكل فرد موقع على متصل التفاؤل مستقل عن مركزه على متصل التشاؤم، وكل سمة هنا تعد – بشكل مستقل – أحادية القطب، تبدأ من أقل درجة على التفاؤل

(قد تكون صفراً) إلى أقصى درجة.و يتكرر الأمر ذاته – مستقلاً – بالنسبة للتشاؤم.

♦ **ثانيهما**: أن التفاؤل و التشاؤم سمة واحدة، لكنها ثنائية القطب (Bipolar) أي أن متصل (Continuum) هذه السمة له قطبان متقابلان متضادان، لكل فرد مركز واحد عليه، بحيث يقع بين التفاؤل المتطرف و التشاؤم الشديد، و يتضمن ذلك أن الفرد الواحد – بصورة عامة – لا يمكن أن يكون مثلاً متفائلاً جداً أو متشائماً جداً، حيث أن له درجة واحدة على المتصل (وهو الأمر ذاته في سمة الانبساط – الانطواء) .

كما يؤكد الأنصاري (1998) أن التفاؤل عبارة عن سمة من سمات الشخصية، وليست حالة، ويعرف (عبد الخالق، 1998) السمة (Trait) بأنها خصلة، أو خاصية، أو صفة ذات دوام نسبي، يمكن أن يختلف فيها الأفراد فتميز بعضها عن بعض، وقد تكون السمة وراثية، أو مكتسبة، ويمكن أن تكون كذلك جسمية، أو معرفية، أو انفعالية، أو متعلقة بمواقف اجتماعية.

ويبين الجوزيه (2014) أن سمة التفاؤل لها تأثير لا يمكن التقليل من أهميته على السلوك الإنساني، حيث يعدّ علماء نفس الشخصية أن هذه السمة تشكل خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية للفرد والتي بدورها تؤثر على سلوكه وتوقعاته للحاضر والمستقبل. وهذا ما يؤكده (المجدلاوي، 2012) من أن للتفاؤل أهمية على السلوك الإنساني مما يؤثر على الحالة النفسية للفرد وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء أكانت تفاؤلية أم تشاؤمية.

وذهب الفيلسوف الفرنسي فولتير إلى أن الخير يغلب الشر، وأن الإنسان يحب الشكوى، ويبالغ في كمية الشقاء في العالم وأن قليلين هم أولئك الذين يتمنون الموت، لأن الحياة ليست سيئة إلى هذا الحد. وقد وصل فولتير أخيرا إلى ما أطلق علية (نصف التشاؤم) (محتسب، 2008) .

وقد وضح سيلغمان العلاقة بين العزو السببي، ونمط التفسير التشاؤمي أو التفاؤلي، حيث يرى أن المتشائم يميل إلى نمط من للتفسير أطلق عليه تسمية نمط التفسير التشاؤمي (pessimistic At-tribtionsstyle) ، أي التفسير الذاتي (Internal) والثابت (Stabile) والشامل للأحداث السلبية (Schwarzer & Renner, 1997: 50) .واستناداً إلى ذلك يمكن القول إن الأمر هنا يتعلق بالكيفية التي يدرك من خلالها الأفراد الأحداث والمواقف المختلفة، ويقيمونها فيها، حيث يسهم أسلوب الإدراك بتطور المرض وازدياده سوءاً.

وفي ضوء ما تم ذكره فإن الباحثتين سعتا من خلال هذه الدراسة للوقوف على درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

ارتفعت في السنوات الأخيرة نسبة الطلاق ليس في المجتمع الفلسطيني فحسب بل وعلى مستوى العالم، وأصبحت تمثل ظاهرة خطيرة لما لها من آثار مباشرة، وغير مباشرة على المرأة والمجتمع، وامتداد أثرها في المستقبل بما يهدد سلامة المطلقة النفسية، مما يؤثر سلباً على أدائها المهني والاجتماعي، وينعكس على توافقها النفسي، وينعكس على سماتها الشخصية، خاصة سمة التفاؤل التي تعدّ من أبرز السمات التي لها تأثير لا يمكن التقليل من أهميته على السلوك الإنساني، حيث يعدّ علماء نفس الشخصية أن هذه السمة تشكل خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية للفرد التي بدورها تؤثر على سلوكه، وتوقعاته للحاضر والمستقبل.ويؤكد (مجدلاوي، 2012) أن للتفاؤل تأثيره الواضح على السلوك الإنساني حيث يؤثر على الحالة النفسية للفرد، وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل سواء أكانت تفاؤلية أم تشاؤمية.وبالتالي جاءت هذه الدراسة لاستقصاء أو الوقوف على درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين.وتحديدا جاءت هذه الدراسة للإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

◄ **ما درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل؟ وقد انبثق عن السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:**

◄ ما درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل؟

◄ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغيرات (العمر، والعمل، والمؤهل العلمي) .

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية هذه الدراسة من طبيعة الشريحة المبحوثة وهي؛ النساء المطلقات في فلسطين.كما يعدّ موضوع الدراسة إضافة إلى أدبيات علم النفس بصورة عامة وإلى جانب التفاؤل بصورة خاصة. وموجز القول فإن أهمية الدراسة تكمن في أهمية المرأة في المجتمع، وخطورة أثر الطلاق، مع قلة الأبحاث التي تتناول المشكلة من زاوية الوصول إلى حل.كما تنبع الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة من أن النتائج التي يمكن أن تخرج بها الباحثتان قد تسهم في معالجة وتقديم خدمة لشريحة من المطلقات في مجتمعات مختلفة.خاصة وأن هذه الدراسة قد تلقي الضوء على حجم المشكلات النفسية والسلوكية التي تعاني منها عينة الدراسة كمؤشر للمجتمع الأصلي. مما قد يساعد في تحديد نوع الخدمة الواجب توفيرها.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

1. معرفة درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل.
2. معرفة إن كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغيرات (العمر، والعمل، والمؤهل العلمي) .

فروض الدراسة:

قامت الباحثتان بصياغة الفروض التالية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى للعمر.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة

($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى عينة من النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى للعمل.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى للمؤهل العلمي.

محددات الدراسة

- **الحدود المكانية:** أجريت هذه الدراسة في محافظة الخليل الواقعة جنوب الضفة الغربية في فلسطين.

- **الحدود الزمانية:** الفصل الثاني من العام الدراسي (2015 – 2016م) .

- **الحدود البشرية:** اقتصرت هذه الدراسة على عينة عشوائية ممثلة للنساء المطلقات في محافظة الخليل.

مصطلحات الدراسة:

- **التفاؤل:** (نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك) (عبد الخالق والأنصاري، 1995: 6) .

كما عرفه (الكرعاوي وسعيد، 2012: 96) بأنه (نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، وينتظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح)

- **التعريف الإجرائي للتفاؤل:** الدرجة التي تحصل عليها المطلقة من خلال استجاباتها على فقرات مقياس التفاؤل المعد لأغراض الدراسة.

- **الطلاق:** أشار الزحيلي إلى أن الطلاق لغة يعني» حل القيد والإطلاق، ومنه ناقة طالق أي مرسلة بلا قيد، وأسير مطلق أي حل قيده وخلي عنه، لكن العرف خص الطلاق بحل القيد المعنوي، وهو في المرأة، والإطلاق في حل القيد الحسي في غير المرأة « ورد في (اسعد، 2007: 7) .

وعرفته الحراسيس (1996) (بأنه انهيار البناء الأسري مما يترتب عليه عدم أداء أحد الطرفين للالتزامات الواجبة عليه تجاه الأبناء، وهي وسيلة يلجأ إليها أحد الطرفين أو كليهما للتخلص من التوترات الناتجة عن فشل الزواج التي يصعب تفاديها) .(الابراهيم، 2007، 167) .

- **المرأة المطلقة:** (وهي كل امرأة فارقت زوجها في حياته بطلاقه لها) (خويطر، 2010، 9) .

الدراسات السابقة:

هناك عدد من الدراسات التي تناولت موضوع التفاؤل بعامة في الوقت الذي تبين فيه للباحثتين شح الدراسات المرتبطة بالمطلقات في البيئة العربية بعامة والبيئة الفلسطينية بخاصة، حيث لم تعثر الباحثتان على أي دراسة سابقة في البيئة الفلسطينية. ومن الدراسات التي تناولت موضوع التفاؤل:

أجرت **محجوب (2013)** دراسة هدفت الكشف عن العلاقة بين التفاؤل وأساليب مواجهة الضغوط لدى النساء المصابات بمرض السرطان.وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، ولغرض جمع بيانات الدراسة طبقت الباحثة مقياس التفاؤل ومقياس مواجهة الضغوط، وقد بلغت عينة الدراسة (100) امرأة

وأوضحت نتائج الدراسة أن المصابات بمرض السرطان تعاني من انخفاض درجة التفاؤل كما أن درجة مواجهة الضغوط منخفضة ودون الوسط، كما أن هناك ارتباطاً موجباً دالاً إحصائياً بين مواجهة الضغوط والتفاؤل لدى النساء المصابات بمرض السرطان.

وأجرى **أبو العلا (2010)** دراسة هدفت إلى البحث في العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية ومنها تقدير الذات والطموح والتوافق مع الحياة الجامعية، وتحديد ما إذا كان هناك فروق بين الجنسين في كل من التفاؤل والتشاؤم.وقد بلغت عينة الدراسة (604) طلاب وطالبات من طلبة جامعة المنصورة، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، ومقاييس الطموح والتوافق مع الحياة الجامعية، وقد أوضحت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائيا بين متوسطات تقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية، كما تبين وجود علاقة ارتباط سالبة بين متوسطات التشاؤم ومتوسطات مقياسي تقدير الذات والتوافق مع الحياة الجامعية.كما تبين وجود فروق بين الطلاب في درجة التفاؤل ولصالح الذكور.

كما هدفت دراسة **صيدم (2009)** إلى معرفة العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأحداث الأسوياء والجانحون، وبين التفاؤل والتشاؤم.وقد تكون مجتمع الدراسة من طلاب التعليم العام النهاري الأسوياء في مدارس مدينة الرياض الحكومية في المرحلتين المتوسطة والثانوية والأحداث السعوديين الجانحين في دار الملاحظة الاجتماعية بمدينة الرياض، الذين هم في المرحلتين المتوسطة والثانوية أو من هم في هذه الفئة العمرية، حيث طبق عليهم اختبار قياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأحداث من إعداد: موسى نجيب موسى.ومقياس خاص بقياس التفاؤل والتشاؤم لدى الأحداث وصغار السن من إعداد سيدني وآخرون.**وكان من أهم النتائج:**

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأحداث الأسوياء والجانحون حيث كانت لصالح الجانحين.وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأسوياء والجانحين في كل من التفاؤل والتشاؤم، حيث كانت الفروق في متغير التفاؤل لصالح الأسوياء بينما كانت في متغير التشاؤم لصالح الجانحين.
- هناك علاقة عكسية بين أساليب المعاملة الوالدية السيئة وبين التفاؤل لدى كل من الأحداث الأسوياء والجانحين بينما تبين وجود علاقة طردية بين أساليب المعاملة الوالدية السيئة وبين التشاؤم لدى كل من الأحداث الأسوياء والجانحين.

وهدفت دراسة **إبراهيم (2009)** إلى معرفة العلاقة بين التفاؤل والتشاؤم وتنظيم الوقت لدى طلاب وطالبات الجامعات الحكومية بولاية الخرطوم.ومعرفة إذا كانت هناك فروق دالة تعزى لمتغير النوع (طلاب/ طالبات) والتخصص، كليات (علمية/ أدبية) والفرقة (الأولى/ الرابعة) .استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي

الارتباطي.وبلغ حجم العينة (591) طالبا وطالبة تم اختيارها عن طريق العينة الطبقية العشوائية.

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- يسود التفاؤل بدرجة فوق الوسط بينما يسود التشاؤم بدرجة دون الوسط.

- عدم وجود فروق دالة تعزى لكل من النوع، والتخصص، والفرقة (المرحلة) .بينما ترتبط درجات التفاؤل طرديا مع الاستفادة من الوقت، وعكسيا مع هدر الوقت وتضييعه.

- لا توجد علاقة ارتباط بين درجات التشاؤم وبين الاستفادة من الوقت، توجد علاقة ارتباط طردي بين درجات التشاؤم ودرجات بعد هدر الوقت وتضييعه.

كما أجرى **محتسب (2008)** دراسة هدفت البحث في علاقة التفاؤل والتشاؤم بأحداث الحياة اليومية الضاغطة، وأساليب المواجهة لدى طلبة جامعة القدس، ومعرفة أن كان هناك فروق فيهما وفقاً لمتغيرات الجنس والتخصص العلمي والسنة الدراسية، ولتحقيق أهداف الدراسة اختارت الباحثتان عينة مكونة من (313) طالبا وطالبة، طبق عليهما (القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم، ومقياس أحداث الحياة اليومية الضاغطة، ومقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة اليومية الضاغطة) ، **وقد خرجت الدراسة بالنتائج التالية:**

- أن درجة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس كانت متوسطة، وانه لا توجد فروق في درجة التفاؤل والتشاؤم تعزى لمتغير الجنس، والتخصص، والسنة الدراسية.

- وجود علاقة سلبية بين التفاؤل، وكل من التشاؤم، والأحداث الضاغطة، والتفاعل السلبي، والتصرف السلوكي، ووجود علاقة إيجابية بين التشاؤم وكل من الأحداث الضاغطة، والتفاعل السلبي، والتصرف السلوكي، وتبين عدم وجود علاقة بين التشاؤم، والتفاعل الإيجابي، والأحداث الضاغطة التفاعل الإيجابي.ووجود علاقة إيجابية بين الأحداث الضاغطة وكل من التفاعل السلبي، والتصرف السلوكي، بمعنى أنه كلما زادت الأحداث الضاغطة زاد تأثير التفاعل السلبي، والتصرف السلوكي وجود علاقة إيجابية بين التفاعل السلبي، والتصرف السلوكي، بمعنى أنه كلما زاد التفاعل السلبي زاد التصرف السلوكي، والعكس صحيح.

أما دراسة **أبو تركي (2008)** فقد هدفت التعرف إلى علاقة التفاؤل بالرضا عن الحياة والتوافق الزواجي لدى الأزواج والزوجات في فلسطين.وقد شمل مجتمع الدراسة جميع المتزوجين رجالا ونساء في مدينة الخليل في فلسطين، وتكونت عينة الدراسة من (231) ذكراً و (220) أنثى، وتم استخدام مقياس القائمة العربية للتفاؤل واستبانة التوافق الزواجي، ومقياس الرضا عن الحياة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة لدى الأزواج في جانبي (الرغبة أو الأهمية) و (الرضا) ، أما بالنسبة للزوجات فأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التفاؤل والرضا عن الحياة في جانب (الرغبة أو الأهمية) ، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة في جانب آخر (الرضا) ، كما بينت النتائج وجود علاقة دالة بين التفاؤل والتوافق الزواجي لدى الأزواج والزوجات.كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة بين الأزواج والزوجات في درجة التفاؤل.

كذلك هدفت دراسة **نصر الله (2008)** إلى الكشف عن أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، كما هدفت الدراسة التعرف إلى الفروق في أنماط التفكير، وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في محافظة جنين تبعا لمتغيرات: (الجنس، وفرع الثانوية العامة، ومكان السكن، ومستوى التحصيل الدراسي) .وتكونت عينة الدراسة من (281) طالباً وطالبة، وقد اشتملت الدراسة على أداتين هما: مقياس (هاريسون وبرامسون) لأنماط التفكير، ومقياس (سيجمان) للتفاؤل والتشاؤم، **وخلصت الدراسة إلى النتائج الآتية:**

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين أنماط التفكير السائد، وسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم.

- عدم وجود فروق في أنماط التفكير التي يستخدمها طلبة مرحلة الثانوية العامة في المحافظة، التي تُعزى لمتغير الجنس، ومكان السكن، وفرع الثانوية العامة، والمعدل في الصف الأول الثانوي.

- وجود فروق في متوسطات استجابات طلبة مرحلة الثانوية العامة على مقياس التفاؤل والتشاؤم، التي تُعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، ووجود فروق في متوسطات استجابات طلبة مرحلة الثانوية العامة على مقياس التفاؤل والتشاؤم، التي تُعزى لمتغير المعدل في الصف الأول الثانوي، وهذه الفروق لصالح فئة المعدل (60 % – 69 %) على فئتي المعدل (80 % – 89 %) ، (90 % – فما فوق) ، وهذه الفروق لصالح فئة المعدل (70 % – 79 %) على فئة المعدل

- (90 % – فما فوق) .

- عدم وجود فروق في متوسطات استجابات طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين على مقياس التفاؤل والتشاؤم، تُعزى لمتغير مكان السكن، وفرع الثانوية العامة.

وأجرى **حسان (2007)** دراسة هدفت إلى استقصاء درجة شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى الطالبات المعلمات بشعبة رياض الأطفال بكلية التربية – جامعة طنطا وقد تالف مجتمع الدراسة من (590) طالبة من طالبات السنة الرابعة تخصص رياض أطفال، وقد طبقت الباحثة اختبار التفاؤل والتشاؤم، وأوضحت نتائج الدراسة أن شيوع التشاؤم بين الطالبات المعلمات كانت (70.67 %) بينما كان شيوع التفاؤل بين الطالبات المعلمات كان بنسبة (29.32 %) .

أيضا هدفت دراسة **تشانج، 1998 (Chang)** التعرف إلى تأثير التفاؤل على التوافق النفسي والبدني وطرق مواجهة الأحداث الضاغطة، استخدم الباحث اختبار التوجه نحو الحياة لقياس التفاؤل والتشاؤم ومقياس الرضا عن الحياة لقياس التوافق النفسي وقائمة (بيك) للاكتئاب.وتم تطبيق هذه الأدوات على (726) طالباً وطالبة من الطلاب الجامعيين، أسفرت نتائج الدراسة عن ارتباط التفاؤل إيجابياً بالتوافق النفسي والبدني، وارتباط التشاؤم بسوء التوافق النفسي والبدني، ووجود فروق بين الذكور والإناث في التفاؤل والاكتئاب لصالح الإناث.

كما هدفت دراسة ماكلن **(Maklin)** المشار إليها في حمدان (1999) إلى الكشف عن حياة الأسرة والأفراد الناجحين في القراءة والذين يعيشون في بيئة غير آمنة اقتصادياً، لتحقيق ذلك بنيت الدراسة على اثنين من التراكيب النظرية، التفاؤل المتجدد والمعرفة العالية بالقراءة والكتابة حيث طبقت الدراسة على ستة أطفال في الصف الخامس الابتدائي وأب ومربي أطفال راشد لكل طفل، وقد تم اختيار الأطفال على أساس درجات قائمة القراءة التي قدمت من قبل معلمي الأطفال، وقد أظهرت نتائج الدراسة أنه لا توجد هناك بالضرورة مجموعة معينة من الظروف تحيط بالطفل ليكون قارئاً ناجحاً حيث إن القراء الناجحين من أسرة فقيرة مارسوا القراءة وشاركوا مع الآخرين في القراءة (التفاؤل المتجدد) وكذلك بينت الدراسة أن المعرفة العالية بالقراءة والكتابة هي المكونات التي تقوم بها الأسر لمساعدة أبنائها على أن يكونوا قراء ناجحين.

أيضا هدفت دراسة كارفر **(Carver ,1993)** إلى التعرف على درجة التفاؤل، والتشاؤم تبعا للاختلاف الثقافي لدى مجموعة من النساء أجريت لهن في المراحل المبكرة من سرطان الثدي (في المرحلة الأولى والثانية) ، وقد كان وضعهن غير مستقر صحيا، وقد تمت مقابلتهن لأول مرة في وقت التشخيص، ثم مرة ثانية في اليوم السابق لإجراء الجراحة، وبعد ذلك تمت مقابلتهن في فترة من (7 – 10) بعد أيام الجراحة، وبذلك تم إجراء مقابلات تتبعيه بعد (3 و6 و12 شهرا) .وتم تقدير التفاؤل باستخدام اختبار مقياس التوجه نحو الحياة، وقيس المزاج السلبي والألم في كل المقابلات.وقد أوضحت الدراسة أنَّ التفاؤل ارتبط عكسياً بالضيق والألم.وكانت ردود فعلهن لمواجهة المرض: التقبل وإعادة التشكيل الإيجابي، والتدين، وأوضحت النتائج أن ردود فعل المواجهة تقوم بدور الوسيط في تأثير التفاؤل على الضيق.

أما دراسة سيرز و جالامبوس **(Sears and Galambos)** المشار إليها في (التلاحمة، 2007) : فقد هدفت التعرف إلى العلاقة ما بين عمل المرأة والتوافق الزواجي لدى الزوجين، وتكونت العينة من (86) زوجاً، وتم تطبيق مقياس التوافق الزواجي وثلاثة مقاييس أخرى للتعرف على ضغوط العمل المستمرة لدى النساء والاكتئاب والحالة المزاجية، وأشارت النتائج إلى أن عمل المرأة يرتبط بالتوافق الزواجي لديها بسبب الإحساس بالضغط الذاتي تعانيه في العمل، وأشارت النتائج إلى أن المستويات العالية من الضغوط في العمل ترتبط بمستويات منخفضة من التوافق الزواجي، أما بالنسبة للرجال فهناك ارتباط بطريقة غير مباشرة بين ظروف عمل زوجاتهم والتوافق الزواجي لديهم.

التعقيب على الدراسات السابقة العربية والأجنبية:

من خلال اطلاع الباحثتين على الدراسات والأبحاث السابقة التي تناولت موضوع الدراسة والمتعلقة بدرجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبين للباحثتين ما يلي:

1. وجود نقص في مثل هذه النوع من الدراسات على المستوى العربي بعامة والمستوى الفلسطيني بخاصة في حدود علم الباحثتين.
2. إن معظم الدراسات التي اطلعت عليها الباحثتان تركز على متغيرات مختلفة من وجهة نظر فئات مختلفة، بينما لم يكن هناك دراسة واحدة جمعت بين المطلقات والتفاؤل خاصة في المجتمعات العربية.فقد تناولت غالبية الدراسات السابقة العلاقة بين التفاؤل ومتغيرات أخرى ومنها، دراسات كل من (المحجوب، 2013) و (أبو العلا، 2010) و (صيدم، 2009) و (إبراهيم، 2009) و (المحتسب، 2008) .
3. تبين للباحثتين أن بعض الدراسات تناول درجة التفاؤل لدى قطاعات مختلفة فيما اقتصر بعضها على النساء اللواتي تعاني من بعض الأمراض ومنها؛ دراسة (المحجوب، 2013) بينما تناول بعضها الآخر التفاؤل في ظل ظروف ومتغيرات تتعلق بظروف الحياة ومنها دراسات (أبو العلا، 2010) و (المحتسب، 2008) و (أبو تركي، 2008) .
4. اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في موضوعها المتعلق بدرجة التفاؤل وكيفية تحسينه لدى الأفراد.في حين تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في الفئة المستهدفة والمتغيرات المبحوثة.
5. استفادت الباحثتان من الدراسات السابقة في مجالي الإطار النظري وإعداد أداة الدراسة.

منهج الدراسة:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة هذه الدراسة، بهدف التعرف على درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين، وذلك لملاءمة المنهج الوصفي لمثل هذا النوع من الدراسات.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المطلقات في محافظة الخليل، والبالغ عددهن (1545) خلال عامي (2013، 2014م) (الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني، 2015).والجدول (1) يوضح عدد أفراد مجتمع الدراسة.

جدول (1)

عدد افراد مجتمع الدراسة

الرقم	العام	عدد حالات الطلاق
1	2013	678
2	2014	867
المجموع		1545

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (309) مبحوثات من النساء المطلقات في محافظة الخليل تم اختيارهن بطريقة العينة العشوائية البسيطة، وتمثل العينة ما نسبته (20%) من مجتمع الدراسة، وبعد إتمام عملية جمع البيانات وصلت حصيلة الجمع (200) مبحوثة، حيث استعانت الباحثتان بمجموعة من المتطوعين في مراكز الخدمة الاجتماعية في محافظة الخليل ومؤسساتها من أجل توزيع الاستبانة من الفئة المستهدفة وجمعها، والجدول رقم (2) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة.

جدول (2) :

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب العمر والعمل والمؤهل العلمي.

المتغير		العدد	النسبة المئوية	المجموع
توزيع اداة الدراسة	أقل من 25 سنة	90	% 45	200
	بين 25 – 30 سنة	75	% 37.5	
	أكثر من 30 سنة	35	% 17.5	
حالة العمل	لا اعمل	105	% 52.5	200
	أعمل	95	% 47.5	
المستوى التعليمي	أقل من ثانوي	52	% 26	200
	ثانوي	83	% 41.5	
	جامعي	65	% 32.5	

بناء أداة الدراسة:

من خلال مراجعة الأدب التربوي، والبحث في الدراسات التي اهتمت بموضوع التفاؤل لم تجد الباحثتان مقياساً للضغوط يناسب طبيعة عينة الدراسة.فقامت ببناء استبانة بعد الرجوع لعدد من الدراسات العربية والأجنبية، ومن هذه الدراسات دراسة (المجالي، 2010) ، و (محتسب، 2008) ، و (الأنصاري، 1998) و (الأنصاري وكاظم، 2007) ، وقد تكونت أداة الدراسة في صورتها النهائية من (15) فقرة، يلي كل فقرة ثلاثة بدائل (دائماً، أحياناً، لا يحدث إطلاقاً) تعبر عن درجة شعور المطلقة بالتفاؤل.وعلى المبحوثة أن تختار أي من هذا البدائل تنطبق عليها.

وللتعرف إلى تقديرات أفراد العينة وتحديد درجة (التفاؤل) ، وفق قيمة المتوسط الحسابي تم حساب المدى (3 – 1 =2) ، ثم تم تقسيمه على (2) للحصول على طول الخلية الصحيح (2/3 = 0.66) ، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (أو بداية المقياس وهى الواحد الصحيح) وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا أصبح طول الخلايا كما هو واضح في الجدول (3) :

جدول (3)

يوضح طول الخلايا.

الرقم	المستوى	الدرجة
1	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين 1 - 1.66	منخفضة
2	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين أكثر من 1.67 - 2.32	متوسطة
3	إذا تراوحت قيمة المتوسط للدرجة الكلية أو الفقرة بين أكثر من 2.33 - 3	مرتفعة

صدق أداة الدراسة:

♦ **أولاً: الصدق الظاهري**: تم التأكد من صدق المقياس بصورته الأولية في الدراسة الحالية بعرضه على سبعة محكمين من المختصين في الإرشاد النفسي والصحة النفسية، للتأكد من دقة صياغة كل فقرة من فقرات الاستبانة وصلاحيتها في قياس ما وضعت لقياسه، وقد تم إجراء تعديل في صياغة أربع فقرات فقط في ضوء آراء بعض المحكمين.

♦ **ثانياً: الصدق العاملي**: من ناحية أخرى تم التحقق من الصدق بحساب مصفوفة ارتباط فقرات الأداة مع الدرجة الكلية، وذلك كما هو واضح في الجدول (4) .

جدول (4)

نتائج معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) لمصفوفة ارتباط فقرات التفاؤل.

الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية	الفقرات	قيمة ر	الدلالة الإحصائية
1	**0.540	0.000	6	**0.532	0.000	11	**0.512	0.000
2	**0.576	0.000	7	**0.593	0.000	12	**0.530	0.000
3	**0.508	0.000	8	**0.585	0.000	13	**0.501	0.000
4	**0.456	0.000	9	**0.618	0.000	14	**0.583	0.000
5	**0.466	0.000	10	**0.331	0.000	15	**0.527	0.000

تشير المعطيات الواردة في الجدول (4) أن جميع قيم ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية دالة إحصائياً، مما يشير إلى تمتع الأداة بصدق عالٍ وأنها تشترك معاً في قياس التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين.

ثبات أداة الدراسة:

قامت الباحثتان باحتساب ثبات الأداة عن طريق معامل (كرونباخ ألفا) (Cronbach Alpha) .حيث بلغت قيمة معامل الثبات

بطريقة كرونباخ ألفا (0.91) وهذا يشير إلى أن الأداة تتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات.

إجراءات تطبيق الدراسة:

تم اتباع الإجراءات التالية من أجل تنفيذ الدراسة:

1. القيام بحصر مجتمع الدراسة والمتمثل في النساء المطلقات في محافظة الخليل.
2. بناء أداة الدراسة بعد اطلاع الباحثتين على مجموعة من الأدوات المستخدمة في مثل هذه الدراسة ومراجعة الأدب التربوي الخاص بموضوع البحث.
3. تم التأكد من صدق أداة الدراسة وثباتها.
4. توزيع أداة الدراسة، ومن ثم جمع الاستبانات، وإدخال البيانات لجهاز الحاسوب، ومعالجتها إحصائياً لاستخراج النتائج وتفسيرها.
5. استخدام البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل البيانات، واستخراج النتائج.

المعالجة الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية اللازمة للبيانات، وتم استخدام الإحصاء الوصفي باستخراج الأعداد، والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لدى أفراد العينة واستجاباتهم على الأداة، وقد فحصت فرضيات الدراسة عن طريق الاختبارات الإحصائية التحليلية التالية: اختبار (ت) (t- test) ، وتحليل التباين الأحادي (one – way anova) واختبار شيفيه (Scheffe) ، واستخدم معامل الثبات كرونباخ ألفا لحساب ثبات الأداة، وذلك باستخدام الحاسوب باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) .

نتائج الدراسة

◄ **نتائج السؤال الأول: ما درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل؟**

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول استخرجت الأعداد، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لمتوسطات التفاؤل على الدرجة الكلية للأداة، وذلك كما هو واضح في الجدول (5) .

جدول (5)

الأعداد، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات التفاؤل على الدرجة الكلية للأداة.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
التفاؤل	200	2.02	0.51	متوسطة

عند مطالعة المتوسطات الحسابية للتفاؤل عند العينة ككل، ظهر أن المتوسط الحسابي لدرجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين قد بلغ (2.02) ، مع انحراف معياري قدره (0.51) ، وهذا يشير إلى أن درجة التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين جاءت بدرجة متوسطة.

وهذه النتيجة تتفق مع نتائج محتسب (2008) التي بينت أن درجة التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة جامعة القدس كانت متوسطة بينما اختلفت مع نتائج دراسة (إبراهيم، 2009) .التي بينت أن درجة التفاؤل لدى طلبة الجامعة كانت فوق المتوسط.

وتعزو الباحثتان السبب في وجود درجة متوسطة من التفاؤل لدى النساء إلى تلك المشكلات الاجتماعية التي تواجه المرأة بعد طلاقها والمتمثلة في نظرة الآخرين لها، والمتسمة (بالشهوة، والرغبة الجنسية، والشفقة، وقلة الاحترام، والتقدير) مما يحد من تفاعلها الاجتماعي ويجعلها تميل للعزلة، وتتراجع في علاقاتها الاجتماعية وبخاصة مع أقاربها (الأعمام والأخوال) .بالإضافة إلى تلك الضغوط الناتجة عن الطلاق، وتفكيرها بالمستقبل، كل ذلك قد يلعب دورا كبيرا في خفض درجة التفاؤل لدى المطلقات.

◄ **نتائج السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغير العمر، وحالة العمل، والمستوى التعليمي؟**

وانبثق عن هذا السؤال الفرضيات الصفرية الآتية، وفيما يلي نتائج فحصها:

♦ **نتائج اختبار الفرضية الأولى:** لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغير العمر.

للتحقق من صحة الفرضية الأولى تم استخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية تبعا لمتغير العمر، وذلك كما هو واضح في الجدول (6) .

جدول (6)

الأعداد، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية تبعا لمتغير العمر.

المتغير	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التفاؤل	أقل من 25 سنة	90	1.95	0.48
	بين 25 – 30 سنة	75	1.93	0.48
	أكثر من 30 سنة	35	2.43	0.48

يتضح من الجدول (6) وجود اختلاف في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات تعزى لمتغير العمر.ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي كما هو وارد في الجدول (7) .

جدول (7)

نتائج اختبار تحليل التباين للفروق في متوسطات التفاؤل تبعا لمتغير العمر.

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التفاؤل	بين المجموعات	6.964	2	3.482	15.016	**0.000
	داخل المجموعات	45.686	197	2320.		
	المجموع	52.650	199			

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبعا لمتغير العمر، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتفاؤل (15.016) عند مستوى الدلالة (0.000) ، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثتان باستخدام اختبار (Scheffe) وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول (8) .

جدول رقم (8)

نتائج اختبار (Scheffe) لمعرفة اتجاه الدلالة في متوسطات التفاؤل تبعا لمتغير العمر.

المتغير	العمر	اقل من 25 سنة	بين 25 – 30 سنة	اكثر من 30 سنة
التفاؤل	أقل من 25 سنة		0.02118	-0.48084*
	بين 25 – 30 سنة			-0.50202*
	أكثر من 30 سنة			

تشير المعطيات الثنائية البعدية في الجدول (8) أن الفروق في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبعا لمتغير العمر، كانت بين النساء اللواتي أعمارهن (أقل من 25 سنة، بين 25 – 30 سنة) وبين النساء اللواتي أعمارهن (أكثر من 30 سنة) لصالح النساء اللواتي أعمارهن (أكثر من 30 سنة) .وتبعاً لوجود فروق فقد تم رفض الفرضية الصفرية الأولى.

لم تعثر الباحثتان على دراسات سابقة بحثت في اختلاف درجة التفاؤل تبعا لاختلاف العمر، وترى الباحثتان أن العمر قد يلعب دورا كبيرا في زيادة أو نقصان درجة التفاؤل بصورة عامة، فالإنسان كلما تقدم في العمر كلما زادت خبرته، وتفتحت آفاقه، وتطورت قدراته، وتعززت إمكانياته في مواجهة الضغوط والتغلب عليها، فطريقة التفكير والقدرة على الحكم على بعض المواقف تختلف غالبا باختلاف العمر، فالإنسان عبر مراحل سنوات عمره يكتسب خبرة ومعرفة في كيفية مواجهة ظروف الحياة الضاغطة، أيضا قد يرتبط العمر بوجود وظيفة أو عمل، فالمرأة المطلقة التي مضى على طلاقها سنوات قد تكون بحثت عن وظيفة واستقرت بها، مما جعلها أكثر نظرة تفاؤلية للحياة، كما أن المرأة المطلقة التي مضى على طلاقها سنوات قد تكون تعبت في تربية أبنائها الذين بدأ مشوارهم في الإنتاج وتقديم كل ما يسهل حياة والدتهم، وهذا ترتب عليه وجود درجة أعلى من التفاؤل لدى النساء المطلقات اللواتي أعمارهن تزيد عن (35) سنة.

♦ **نتائج الفرضية الثانية**: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغير العمل.

للتحقق من صحة الفرضية الثانية، استخدمت الباحثتان اختبار ت (t- test) ، كما هو واضح في الجدول (9) .

جدول (9)

نتائج اختبار ت (t- test) للفروق في المتوسطات الحسابية الكلية تبعًا لمتغير العمل.

المتغير	العمل	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التفاؤل	أعمل	105	2.24	0.54	6.796	198	0.000**
	لا أعمل	95	1.79	0.48			

تظهر النتائج الواردة في الجدول (9) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لحالة العمل في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبعا لمتغير حالة العمل، ولصالح النساء اللواتي يعملن، فقد بلغ المتوسط الحسابي على الدرجة الكلية للتفاؤل لدى النساء اللواتي يعملن (2.24) في حين بلغ المتوسط الحسابي للنساء اللواتي لا يعملن (1.79) وتبعا لوجود فروق فقد تم رفض الفرضية الصفرية الثانية.

وتعزو الباحثتان السبب في وجود درجة أعلى من التفاؤل لدى النساء المطلقات اللواتي يعملن، إلى دور الاستقلالية الاقتصادية في تحقيق الاستقرار الذي يمنحه العمل لدى النساء المطلقات، فالعمل يوفر لهن راتباً وأجرة تجعلهن لا يحتجن معيلاً لهن، خاصة وان عدم وجود عمل يترتب عليه شعور بالنقص لديهن وشعورهن بأنهن عالة على المجتمع وأسرهن، كما أن العمل يوفر لهن انشغالاً كاملاً بأمور تتعلق بطبيعة عملهن مما يجعل تفكيرهن ينصب حول تطوير قدراتهن وإمكانياتهن بدل التفكير في المشكلات التي أدت بهن إلى الطلاق، والذي بدوره قد يؤثر على تفكيرهن وقدرتهن، مما ينعكس سلبا على سماتهن الشخصية.

♦ **نتائج الفرضية الثالثة**: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في محافظة الخليل تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

للتحقق من صحة الفرضية الثالثة، استخرجت المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية تبعا لمتغير المؤهل العلمي، وذلك كما هو واضح في الجدول (10) .

جدول (10)

الأعداد، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية تبعا لمتغير المستوى التعليمي.

المتغير	المؤهل العلمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التفاؤل	أقل من ثانوي	52	1.81	0.45
	ثانوي	83	1.96	0.43
	جامعي	65	2.28	0.56

يتضح من الجدول (10) وجود اختلاف في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات تعزى لمتغير المؤهل العلمي.ولفحص الفرضية تم استخراج نتائج اختبار تحليل التباين كما هو وارد في الجدول (11) .

جدول (11)

نتائج اختبار تحليل التباين للفروق في متوسطات التفاؤل تبعا لمتغير المستوى التعليمي.

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	بين المجموعات	7.148	2	3.574		
التفاؤل	داخل المجموعات	45.503	197	0.231	15.473	**0.000
	المجموع	52.650	199			

يتضح من الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبعا لمتغير المؤهل العلمي، حيث بلغت قيمة (ف) المحسوبة على الدرجة الكلية للتفاؤل (15.473) ، ولمعرفة مصدر الفروق واختبار اتجاه الدلالة قامت الباحثتان باستخدام اختبار (Scheffe) وكانت نتائج هذا الاختبار كما هي في الجدول (12).

جدول (12)

نتائج اختبار (Scheffe) لمعرفة اتجاه الدلالة في متوسطات التفاؤل تبعا للمؤهل العلمي.

البعد	المؤهل العلمي	أقل من ثانوي	ثانوي	جامعي
	أقل من ثانوي		- 0.15093	- 0.47531*
التفاؤل	ثانوي			- 0.32438*
	جامعي			

تشير المعطيات الثنائية البعدية في الجدول (12) أن الفروق في متوسطات التفاؤل لدى النساء المطلقات في فلسطين تبعا لمتغير المؤهل العلمي، كانت بين النساء اللواتي مؤهلاتهن العلمية (أقل من ثانوي، وثانوي) وبين النساء اللواتي مؤهلاتهن العلمية (جامعي) لصالح النساء اللواتي مؤهلاتهن العلمية (جامعي) .وتبعا لوجود فروق فقد رفضت الفرضية الصفرية الثالثة.

وترى الباحثتان أن الإنسان كلما زاد علمه زادت معارفه، فحصول المطلقة على مؤهل علمي قد يغير مسار حياتها كونه يوفر لها فرص العمل والاستقرار والشعور بالراحة، كما يساعدها في إعالة أطفالها وتلبية حاجاتها والاستغناء عن الأهل في توفير دخل اقتصادي ثابت، إضافة إلى أن الاستقرار الاقتصادي يسهم في تعزيز الثقة بالنفس، والمرأة المطلقة التي خرجت من أزمة الطلاق أول خطوة تُقدم عليها بعد الطلاق هي البحث عن عمل إذا كانت تحمل مؤهلاً علمياً وغير عاملة، وذلك لتنشغل عن التفكير بمشكلاتها أولاً، ولتعُيل نفسها وتسهم في مصاريف أسرتها ثانيا، وحتى لا تشعر أنها أصبحت عالة على أسرتها ثالثا، وبالتالي فإن المرأة المطلقة التي لديها شهادة جامعية ستكون فرصتها في الحصول على وظيفة أكبر من تلك المرأة التي ليس لديها مؤهل علمي، لذا فإن الحصول على وظيفة يعني تحسن ظروف الحياة بالنسبة للمطلقة مما ينعكس بصورة إيجابية على زيادة درجة التفاؤل لديها.

التوصيات:

في ضوء النتائج السابقة خلصت الدراسة إلى عدد من التوصيات أهمها:

1. ضرورة تفعيل البرامج الإرشادية المختلفة الوقائية والنمائية والعلاجية التي تساعد النساء بعامة والمطلقات بخاصة على تحسين درجة التفاؤل لديهن.
2. الاهتمام بإعداد برامج إرشادية في المؤسسات المعنية بالمرأة للتعامل مع الآثار السلبية للطلاق، وما ينتج عنه من مشكلات نفسية واجتماعية.
3. الاهتمام بدور وسائل الإعلام المسموعة والمرئية لتقديم ما يتناسب مع مشكلات النساء المطلقات وتعزيز قدراتهن وإمكانياتهن.وتفعيل دور هذه الوسائل في توجيه المجتمع لكي يتعامل بطرق سليمة وإيجابية مع المطلقات.
4. تنشيط دور المؤسسات داخل المجتمع لتهيئة المجتمع للأخذ بيد هذه الفئة من النساء من منظور الرحمة لا الشفقة وكما أوصى بذلك الدين الإسلامي.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع العربية:

القرآن العظيم

1. الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني (2006، 2008، 2010، 2015) : منشورات الجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني السنوي، رام الله، فلسطين.
2. إبراهيم، سماح عبد الله.(2009) .التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بتنظيم الوقت لدى بعض طلاب وطالبات الجامعات الحكومية بولاية الخرطوم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.
3. أبو تركي، مريم إبراهيم.(2008) .علاقة التفاؤل بالرضا عن الحياة والتوافق ألزواجي لدى الأزواج والزوجات في فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة عمان العربية للدراسات العليا، الأردن.
4. أبوالعلا، محمد اشرف احمد.(2010) .التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بتقدير الذات ومستوى الطموح والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من الطلاب والطالبات، مجلة دراسات عربية في علم النفس، 9 (2) ، 339 – 398.
5. أحمد، سليمان على، حسين، وخديجة سعيد محمد.(2011) .الكدر ألزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المتزوجين بمحلية كررى، مجلة معهد دراسات الأسرة، جامعة أم درمان الإسلامية، 2، 3 – 40.
6. أسعد، دانه احمد.(2007) .تأثير الطلاق على تفاعل المرأة المطلقة الاجتماعي في مدينة الزرقاء، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
7. الأنصاري، بدر محمد، وكاظم، علي مهدي.(2008) .قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعة: دراسة مقارن بين الطلبة الكويتيين

والعمانيين، مجلة جامعة البحرين، 9 (4)، 104 – 132.

8. الأنصاري، بدر.(1998) .التفاؤل والتشاؤم– المفهوم والقياس والمتعلقات، ط1، جامعة الكويت، الكويت.

9. بخاري، نسيمه بنت قاري عبد القادر.(2006) .التفاؤل والتشاؤم: وأساليب عزو العجز المتعلم لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

10. التلاحمة، اسمهان محمد موسى.(2007) : التوافق ألزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المعلمين والمعلمات في محافظة الخليل، رسالة ماجستير عير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.

11. جودة، آمال عبد القادر.(2010) .التفاؤل والأمل وعلاقتهما بالسعادة لدى عينة من المراهقين في محافظة غزة، المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، 29/11 – 1/12، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، 639 – 671.

12. الجوزية، أحمد.(2014) .العلاقات الأخوية كمتنبئات بالتفاؤل والتشاؤم لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في شمال الأردن، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية، 28 (1)، 157 – 186.

13. حسان، منال محمد رضا.(2007) .شيوع التفاؤل والتشاؤم لدى الطالبات المعلمات بشعبة رياض الأطفال وأسباب كل منها من وجهة نظرهن، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، 1 (36)، 342 – 364.

14. حمدان، فيصل محمود.(1999) .سيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الثانوية العامة في المدارس الحكومية في محافظة جنين، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

15. رضوان، سامر جميل.(2001) : (الاكتئاب والتشاؤم – دراسة ارتباطيه مقارنة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 2 (1)، 13 – 49.

16. سعيد، السيد محمد علي.(2012) .التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة بابل، مجلة علوم التربية الرياضية، 54 (4)، 93 – 112.

17. شتية، عائشة فتحي ذيب.(2013) .العلاقة بين التفاؤل والطلاقة النفسية لدى لاعبي كرة السلة في الضفة الغربية– فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

18. صيدم، محمد رشيد.(2009) .أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأحداث (الأسوياء والجانحون وعلاقتها بالتفاؤل والتشاؤم، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

19. عبد الحسن، إيمان عبد الكريم.(2012) .قياس التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة كلية التربية الأساسية، مجلة كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، 75، 455 – 501.

20. عبد الخالق، أحمد محمد.(1998) .التفاؤل وصحة الجسم – دراسة عالمية، مجلة العلوم الاجتماعية، 26 (2)، 45 – 61.

21. عبد الخالق، أحمد محمد، الأنصاري، بدر محمد.(1995) .التفاؤل والتشاؤم، بحوث عربية في الشخصية، بحوث المؤتمر الدولي الثاني للإرشاد النفسي، جامعة عين شمس/25 – 27 ديسمبر، 1، 131 – 152.

22. الغامدي، محمد سعيد.(2009) .التكيف الاجتماعي والاقتصادي والنفسي للمرأة السعودية المطلقة في محافظة جدة، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، 1 (2)، 143 – 188.

23. الكردي، مهدي حسين.(2012) : مهارة إدارة الوقت وعلاقتها بالتفاؤل وبعض سمات الشخصية لدى طلبة كليات التربية بإقليم كردستان العراق، أطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.

24. كريغ، جين.(2005) .ليس المهم مقدار ذكائك، ترجمة عبد الإله الملاح، مكتبة العبيكان، الرياض، السعودية.

25. محتسب، منى إسماعيل.(2008) .التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بأحداث الحياة اليومية الضاغطة وأساليب لدى طلبة جامعة القدس، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة القدس، فلسطين.

26. محجوب، سماح مصطفى.(2013) .التفاؤل وعلاقته بمواجهة الضغوط لدى النساء المصابات بمرض السرطان، مجلة الدراسات العليا، جامعة النيلين، 2، 130 – 155.

27. المشعان، عويد سلطان.(2000) .التفاؤل والتشاؤم وعلاقتهما بالاضطرابات النفسية الجسمية وضغوط أحداث الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية، 10 (4)، 505 – 531.

28. نصر الله، نوال خالد.(2008) .أنماط التفكير السائدة وعلاقتها بسيكولوجية التفاؤل والتشاؤم لدى طلبة مرحلة الثانوية العامة في محافظة جنين، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

29. الهلول، إسماعيل، محيسن، عون.(2013) .المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والصلابة النفسية لدى المرأة الفلسطينية فاقدة الزوج، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، 27 (11)، 2207 – 2236.

ثانياً المراجع الاجنبية:

1. *Carver, E.(1993) .(Cultural difference in optimism, pessimism and coping: predictors of subsequent adjustment in Asian American college students) .Journal of counseling, Vol (1) , No (43) .pp 113 – 123.*

2. *Chang, E.(1998) .(Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of stressor: controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment) .Journal of Personality and Social Psychology, Vol (74) , No (4) .pp1109- 1120.*

3. *Schwarzer, R.& Renner, B.(1997) : Risikoeinschaetzung und Optimismus. Pp.(44- 89) .In Schwarzer, R.(Hrsg.) Gesundheits psychologie.Goettingen.Hogrefe.2.Auflage.*

الملاحق: استبانة قياس درجة التفاؤل

القسم الثاني: استبانة التفاؤل.

الرجاء وضع إشارة (X) أمام الإجابة التي تعبر عن رأيك:

الرقم	الفقرة	دائما	احيانا	لايحدث اطلاقاً
1	تبدو لي الحياة جميلة.			
2	أشعر أن الغد سيكون يوماً ما مشرقاً.			
3	أتوقع أن تتحسن الأحوال مستقبلاً.			
4	أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيداً.			
5	أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل.			
6	يخبئ لي الزمن مفاجآت سارة.			
7	ستكون حياتي أكثر سعادة.			
8	لا يأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس.			
9	أرى أن الفرج سيكون قريباً.			
10	أتوقع الأفضل.في مختلف جوانب حياتي			
11	أرى الجانب المشرق المضي من الأمور.			
12	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة.			
13	إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غداً.			
14	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل.			
15	أتوقع أن يكون الغد أفضل من اليوم.			